

Л. А. Редуш



# ПРАКТИКУМ ПО НАБЛЮДЕНИЮ И НАБЛЮДАТЕЛЬНОСТИ

2-е издание,  
переработанное и дополненное



Москва · Санкт-Петербург · Нижний Новгород · Воронеж  
Ростов-на-Дону · Екатеринбург · Самара · Новосибирск  
Киев · Харьков · Минск

2008

ББК 88.351.5

УДК 159.952

*Людмила Александровна Редуш*

## **ПРАКТИКУМ ПО НАБЛЮДЕНИЮ И НАБЛЮДАТЕЛЬНОСТИ**

*2-е издание, переработанное и дополненное*

**Рецензенты:**

- Л. А. Рудкевич, доктор психологических наук, профессор кафедры психологии развития и педагогики Санкт-Петербургского института гуманитарного образования;  
Н. Н. Королева, доктор психологических наук, профессор кафедры методов психологического познания Российского государственного педагогического университета им. А. И. Герцена.

Заведующий редакцией  
Ведущий редактор  
Выпускающий редактор  
Литературный редактор  
Художественный редактор  
Корректоры  
Верстка

*П. Алесов  
Е. Цветкова  
Е. Маслова  
Е. Цветкова  
С. Маликова  
М. Одиноква, Н. Сулейманова  
В. Земских*

**Редуш Л. А.**

- Р32** Практикум по наблюдению и наблюдательности. 2-е изд., переработанное и дополненное. — СПб.: Питер, 2008. — 208 с.: ил. — (Серия «Практикум по психологии»).

ISBN 978-5-91180-606-4

Второе, переработанное и дополненное, издание книги (предыдущее вышло в 2001 г.) посвящено одному из древнейших способов познания людьми друг друга — наблюдению. Возрождение интереса к нему связано с развитием практической психологии, успехи которой часто определяются тем, насколько специалист-практик владеет техниками наблюдения и в какой мере развито его профессионально важное качество — наблюдательность.

Книга адресована специалистам, работающим в системе «человек—человек». Это прекрасное учебное пособие для тех, кто изучает курс «Наблюдение и наблюдательность», осваивая профессии психолога, консультанта, психотерапевта, педагога, врача, следователя, менеджера.

© ООО «Питер Пресс», 2008

Все права защищены. Никакая часть данной книги не может быть воспроизведена в какой бы то ни было форме без письменного разрешения владельцев авторских прав.

ISBN 978-5-91180-606-4

ООО «Питер Пресс», 198206, Санкт-Петербург, Петергофское шоссе, д. 73, лит. А29.

Налоговая льгота — общероссийский классификатор продукции ОК 005-93, том 2; 95 3005 — литература учебная.

Подписано в печать 30.11.07. Формат 60×90/16. Усл. п. л. 11. Тираж 3000. Заказ

## Оглавление

Предисловие .....	4
Введение .....	5
<b>Глава 1. Наблюдение в психологии .....</b>	<b>7</b>
1.1. Роль наблюдения в развитии психологии .....	7
1.2. Характеристика наблюдения и его видов .....	16
1.2.1. Соотношение внешнего и внутреннего в психической жизни человека .....	16
1.2.2. Цель, предмет, объект и ситуация наблюдения .....	20
1.2.3. Виды наблюдения .....	24
1.2.4. Программа наблюдения и обработка результатов .....	37
1.3. Упражнения .....	40
<b>Глава 2. Методики наблюдения .....</b>	<b>47</b>
2.1. Методики формализованного наблюдения .....	47
2.2. Неформализованное наблюдение .....	103
2.3. Упражнения .....	109
<b>Глава 3. Наблюдательность как профессионально         важное качество человека .....</b>	<b>111</b>
3.1. Понятие наблюдательности .....	111
3.2. Индивидуальные особенности наблюдательности .....	120
3.3. Система упражнений для развития наблюдательности .....	122
<b>Описание рисунков .....</b>	<b>197</b>
<b>Программа учебной дисциплины (психолого-педагогический практикум) «Наблюдение и наблюдательность» .....</b>	<b>201</b>
<b>Литература .....</b>	<b>207</b>

## Предисловие

Книга автора «Наблюдение в практической психологии» была опубликована в 1996 г. Развитие психологической практики в различных областях жизни показало, что книга востребована, получила положительные отклики.

За прошедший период апробированы многие из предложенных в книге методик наблюдения, в соответствии с полученными рекомендациями в них внесены уточнения. Появились новые методики наблюдения, которые разработаны практикующими психологами и психологами-исследователями. Ими дополнено предлагаемое читателю второе издание практикума (первое вышло в 2001 г.).

При подготовке психологов, учителей широкое распространение получил тренинг профессиональной наблюдательности. В практике его использования разработаны новые упражнения и новый иллюстративный материал. Появились технические возможности не только для описания тренинга наблюдательности, но и для публикации его в полном объеме, включая иллюстративный материал.

Практикум по наблюдению и наблюдательности отражает развитие этого метода, обогащен новыми методиками и приемами развития наблюдательности.

## Введение

Психологи все чаще обращаются к наблюдению как способу познания психики людей. Был период (1960–1980-е гг.), когда наблюдение практически не использовалось в психологических исследованиях. Основное место занимали методы, обеспечивающие массовый сбор данных и возможность их стандартизированной оценки. В некоторых учебниках того времени наблюдение характеризовалось даже как вспомогательный метод, хотя в действительности все методы психологии можно рассматривать как производные от наблюдения. Однако в 1920–1930-е гг. о наблюдении были написаны книги, а многие психологические открытия тех лет сделаны на основе наблюдения (Ш. Бюллер, В. Штерн, А. А. Люблинская, Л. С. Выготский, Ж. Пиаже и др.). Вероятно, приоритет того или иного метода в психологии связан с теми задачами, которые она призвана решать в определенный исторический период. Сейчас, когда активно развивается практическая психология, которая обращена к конкретному человеку, к его проблемам, нуждам, которая не может обойтись без познания его уникальности и неповторимости, началось возрождение метода наблюдения.

Конечно, развитие методов психологии, которое произошло за последние 50 лет, не может не оказывать влияния на постановку и технику метода наблюдения. Развитие экспериментальной психологии и тестологии, способы создания и воплощения экспериментальных, тестовых, анкетных методик — все это, безусловно, повлияло на метод наблюдения сегодняшних дней. Поэтому, несмотря на то что в психологии есть фундаментальные работы о методе наблюдения (А. П. Болтунов (6), М. Я. Басов (3), Б. Г. Ананьев (2)), характеристика наблюдения может быть дополнена, а его техника усовершенствована.

Сегодня внимание специалистов-практиков привлекает и наблюдательность как одно из профессионально важных качеств людей, работающих в системе «человек—человек». Это вполне объяснимо. Во многих профессиях (учитель, врач, следователь, практический психолог, посредник, страховой агент, менеджер и др.) важен не только результат проявления наблюдательности, но и то,

что она становится основанием для интуиции и предвидения. На это обстоятельство указывает Э. Фромм: «Интуиция тесно связана со способностью предсказывать будущее. Предсказание развития событий в будущем основывается на наблюдениях над направлением и интенсивностью сил, действующих в настоящем. Всякое глубокое знание, знание не поверхностных, видимых, а глубинных движущих сил, позволяет предсказывать будущее» (41, с. 198).

В наших исследованиях (12, 29–31) также установлена связь между развитием наблюдательности и способностью прогнозировать педагогические явления.

Поскольку наблюдение является основой для развития наблюдательности, в книге они рассматриваются в единстве.

Книга адресована людям, которые в своей профессиональной деятельности должны опираться на наблюдение и как на метод познания людей, и как на свою способность наблюдать. Это учителя, эксперты, консультанты, диагносты, следователи, т. е. все те, кто работает в системе «человек—человек».

Поскольку круг задач, которые решают эти специалисты с помощью наблюдения, очень разнообразен, они часто сами становятся создателями программ наблюдения, конкретных методик наблюдения. Именно поэтому в данной работе излагаются некоторые теоретические вопросы, связанные с раскрытием возможностей наблюдения. Основываясь на знании теории, можно достаточно успешно самостоятельно разрабатывать методики наблюдения.

Кроме того, в книге есть раздел, который посвящен конкретным методикам наблюдения. Цель этого материала — познакомить с программами, схемами, критериями обработки, бланками регистрации и другими особенностями методик наблюдения. Приводимые методики могут являться определенными образцами при самостоятельной разработке методик наблюдения. Представленная подборка методик наблюдения в какой-то мере компенсирует отсутствие в психологии сборников, справочников, содержащих рассматриваемые методики.

Последний раздел книги посвящен наблюдательности как способности человека. Здесь дана не только характеристика этого свойства, но и система упражнений для тренинга наблюдательности в самостоятельном режиме или через тренинг в учебной группе.

# Глава 1

## Наблюдение в психологии

---

### 1.1. Роль наблюдения в развитии психологии

В этой главе речь пойдет о наблюдении как методе психологического исследования. Такое пояснение необходимо в связи с тем, что наблюдение не только метод исследования, но и один из видов восприятия. Можно вести клиническое наблюдение больного, вести следственное наблюдение или наблюдать за развитием ребенка, но при этом не проводить исследования.

Как метод психологического исследования наблюдение призвано выявить новые факты, явления, претендуя на их достоверность, объективность.

Можно предположить, что наблюдение с целью познания людьми друг друга возникло с появлением человека, поскольку необходимость во взаимодействии и получение от него желаемого результата во многом зависели от того, насколько правильно через наблюдение удавалось понять намерения и ожидания другого. Постепенно с развитием языка люди научились передавать в слове результаты своих наблюдений, где четко давалась характеристика человеческой сущности. В пословицах, поговорках фиксировались характеристики разных типов людей. Дело это не было праздным, поскольку подобные знания оказывались чрезвычайно важны для устройства общества, распределения ролей, развития взаимоотношений, а иногда — для сохранения жизни. Вчитайтесь в пословицы, и вы поймете, сколь наблюдательны были наши предки: «Простота хуже воровства»,

«Встречают по одежке, провожают по уму», «Родная мать и высоко замахивается, да не больно бьет», «Несчастен тот, кто не в силах перенести несчастье», «Только больная душа может быть глуха к чужой беде», «Не советуй угодное, советуй лучшее» и т. д.

Обычаи и традиции, передаваемые из поколения в поколение, также являются свидетельствами прекрасной наблюдательности, благодаря которой развивалась связь времен и поколений, выделялись устойчивые, особые группы людей, а в конечном счете складывались этносы. Соответствующая литература содержит достаточное количество таких свидетельств. В качестве примера приведем наблюдения древних греков, на основе которых они стали культивировать занятия «гимнасиями»:

У соседних с греками народов вызывали недоумение увлеченность, самозабвенность и даже самопожертвование, с которыми обитатели Эллады занимались физическими упражнениями. В диалоге грека Солона и скифа Анахарсиса грек дает такое объяснение: «Ты понимаешь, насколько хороши с оружием будут те, кто и нагой внушил бы ужас противнику, не обнаруживая ни дряблой белизны и тучности, ни бледности и худобы... Наши же юноши румяны и смуглы от горячего солнца, сильны и полны жара и мужества, и благодаря тому, что наслаждаются отменным здоровьем, они не худы до сухости и не тучны до полноты, но сложены вполне соразмерно. Ненужное и лишнее выходит из их тела вместе с потом...» (цит. по: *Винничук Л. С.* Люди, нравы и обычаи Древней Греции и Рима / Пер. с польск. — М.: Высш. школа, 1988. — С. 386, 388).

Приведем другой пример, говорящий о том, что институт брака в Греции также складывался на основе многолетних наблюдений. В результате появились законы, обязывающие каждого мужчину вступать в брак:

Объяснялось это так: «Новые дети станут родителям утешением, а город наш получит от этого двойную пользу: не оскудеет число граждан и сохранится безопасность» (цит. по: *Винничук Л. С.* Указ. соч. — С. 140).

К донаучному периоду развития психологии относится использование людьми наблюдения для передачи из поколения к поколению способов и приемов деятельности. В период, когда отсутство-



вала письменность, и даже с ее развитием, одним из механизмов присвоения опыта остается подражание. Что оно в себя включает? «Смотри и делай, как я!» Если перевести этот призыв на язык психологии, то нужно вначале внимательно наблюдать, при этом запоминая содержание и последовательность действий, затем сохранить их в памяти, а когда показ закончится, воспроизвести. Успешность подражания зависит в первую очередь от того, насколько точно, правильно, до мельчайших деталей и подробностей человек разглядел все, что происходило. Яркие описания этого процесса находим в работе Э. Б. Тайлора «Первобытная культура»:

Способ изготовления каменных орудий теперь почти вполне ясен для археологов. Для них служат объектом наблюдения и подражания различные приемы, употребляемые для этого ныне существующими дикарями. Джон Эванс, например, успел воспроизвести самые тонкие образцы каменных орудий посредством ударов камня, нажима куском оленьего рога, распиливания пластинкой из кремня, сверления посредством палки и песка и трения о поверхность камня (*Тайлор Э. Б. Первобытная культура / Пер. с англ. — М.: Политиздат, 1989. — С. 61*).

Множество фактов передачи опыта от старшего поколения младшему описано в исследованиях М. Мид (20). Наблюдая процесс воспитания на Самоа, на Новой Гвинее у горных арапешей, она почти везде находила примеры воспитания детей на основе подражания. Вот один из них:

На Новой Гвинее у народа манус, живущего в основном на воде, уже младенец большую часть времени проводит в каноэ с родителями. Основные моторные навыки, позволяющие ему жить на воде, он усваивает к трем годам; иногда, еще не умея говорить, он уже может управлять каноэ. Естественно, что основной способ обучения — подражание. Даже плаванию детей не учат, они «подражают здесь своим не намного более старшим братьям и сестрам и после барахтанья в воде по пояс начинают делать нужные движения сами. Уверенность движений на земле и в воде приходит почти одновременно» (*Мид М. Культура и мир детства. — М.: Наука, 1988. — С. 181*).

Психология, как известно, приобрела статус науки в XIX в. с развитием в ней эксперимента, обеспечивающего объективность, вос-

производимость фактов и дающего возможность устанавливать закономерности. Позже появились тесты, анкеты и другие методы.

Несмотря на развитие различных методов психологии, наблюдение не потеряло своего значения, поскольку в психологии есть задачи, которые лучше всего решаются с помощью наблюдения, а некоторые — только благодаря наблюдению. В частности, в феноменологических исследованиях, где стоит цель выявить все многообразие признаков, присущих изучаемому феномену, очень часто единственным может стать метод наблюдения. Так были изучены застенчивость, честность, тревожность, саморегуляция и другие психические явления. Возникновению таких понятий, как «авторитарная личность», «успешный лидер», «стиль общения» и других, как правило, предшествовали многочисленные наблюдения за поведением людей.

Для примера можно привести исследование Л. И. Уманского (38), посвященное организаторским способностям. Автор идет через наблюдение к выделению различных признаков успешного/неуспешного организатора, затем к характеристике различных типов организаторских способностей и к их определению.

Благодаря обобщению фактов, собранных в наблюдении, психология существенно продвинулась в раскрытии сущности различных психических явлений. Кроме уже упоминавшихся можно перечислить ряд феноменов, в характеристику которых благодаря наблюдению внесен существенный вклад. Это эмпатия, ответственность, общительность, страх, стыд и др.

Наблюдение является едва ли не единственным методом изучения психики детей в младенческом и раннем дошкольном детстве. Именно результаты наблюдения позволили дать некоторые нормативные характеристики психического развития в этот период: движений и действий, моторной речи, средств общения и др. Приведем один из примеров, где полученные в наблюдении за моторной речью младенца данные обобщены и представляют собой некоторую нормативную характеристику развития (см. с. 11).

Наблюдение существенно дополняет информацию, получаемую с помощью других методов. Эти дополнения могут иметь характер уточнения, объяснения, новизны фактов и т. п. Так, при изучении патологии развития важным является не только результат экспе-

### Развитие моторной речи ребенка

*Кольцова М. М. Двигательная активность и развитие функций мозга ребенка. — М.: Педагогика, 1973. — С. 99.*

Стадии	Возраст	Голосовые реакции
1	1,5–3 месяца	Гуление: а-а-а... гу-у, бу-у и т. п.
2	3–4 месяца	Свирель: аль-ле-е... аг-ы и т. п.
3	3–9,5 месяца	Лепет: повторение слогов ба-ба, да-да-да и т. п.
4	9 месяцев – 1 год 6 месяцев	Слова: ма-ма, па-па, дя-дя, ба-ба, ам-ам (есть), бай-бай и т. п. Звукоподражательные слова: ав-ав (собака), тик-так (часы) Словарь до 30 слов, односложные предложения Обозначение слога-словом ряда сходных предметов Междометия

римента или теста, но и поведение больного в процессе этих обследований.

Из данных, полученных Б. В. Зейгарник, видно, что именно через наблюдение удастся дать обобщенную характеристику особенностей поведения детей, имеющих разные типы нарушения интеллектуальной деятельности, при выполнении ими тестов.

Велика роль наблюдения в развитии и совершенствовании других методов психологии. Если проанализировать процесс создания опросников, анкет, то обнаружится, что одним из первых этапов при их разработке было наблюдение. Как правило, авторы опросников не публикуют данные о ходе работы по их созданию. Но в книге А. Б. Леоновой «Психодиагностика функциональных состояний человека» этот процесс описан подробно. Автор показывает, что наблюдение за проявлением острого утомления позволило вначале выделить основные группы симптомов и его признаки по каждой из этих групп, затем, после статистических процедур, оставить в каждой группе симптомов только наиболее характерные и на этой

**Основные качественные типы нарушения  
интеллектуальной деятельности у детей 6–8 лет,  
их проявление и соотношение с количественными показателями**

Практикум по патопсихологии / Под  
ред. Б. В. Зейгарник. — М.: Изд-во МГУ,  
1987. — С. 164.

<b>Тип нарушения и субтесты, на выполнение которых он влияет</b>	<b>Проявление у ребенка нарушений (данные наблюдения)</b>
Замедленность темпа психической деятельности (III, VII–XII)	Практически не делает ошибок, сосредоточенно выполняет задание, но очень медленно; долго не приступает к заданию, молчит, часто не укладывается в отведенные лимиты времени, нередко появляются внешние признаки утомления
Психомоторная расторможенность в сочетании с плохим самоконтролем (III, VI, VII, VIII, IX, X, XI, XII)	Все время торопится, часто отвлекается, суетится, приступает к заданию, не дослушав инструкции, делает много ошибок и не исправляет их
Нарушение планирования, регулирования деятельности (III, IV, VIII, IX, X, XII)	Не анализирует исходных условий, ориентируется на случайные, внешние признаки, решает путем проб и ошибок, отсутствует логика суждений и действий
Недостатки пространственного анализа и синтеза (IX, X)	Собирает совершенно неверные конструкции, не соответствующие образцу или реальному объекту (например, собирая лошадь, может приставить ноги к голове)
Несформированность умственного плана действий (III, IV, VIII: речь улучшает выполнение)	Не может выполнять задания в уме, постоянно требуется внешняя опора (посчитать на пальцах, записать, проговорить вслух), наличие которой улучшает выполнение
Бедный запас знаний, культуральная задержка (I, II, V, а иногда VII)	Не знает очень многих вещей, никогда не видел их, не слышал о них, бедный словарный запас; задания, требующие сиюминутной сообразительности, выполняет достаточно хорошо
Недостатки моторики (XI, XII, иногда IX и X)	Тремор руки, прерывистость линий, ребенок часто выходит за пределы лабиринта, отрывает карандаш от бумаги, кубики и детали у него падают, разъезжаются, затруднен их подгон

Тип нарушения и субтесты, на выполнение которых он влияет	Проявление у ребенка нарушений (данные наблюдения)
Нарушение кратковременной памяти (III и VI)	Ребенок воспроизводит одну-две цифры, иногда проявляются контаминации, плохо удерживает промежуточные результаты
Речевые недостатки (I, II, IV, V)	Путает слова по звучанию, неверно произносит отдельные звуки, отвечает междометиями, появляются «сорные» слова, жесты и др.

основе создать содержание опросника. Познакомившись с опросником, вы убедитесь в том, что за ним стоят данные, полученные путем наблюдения.

### Диагностика острого утомления

Леонова А. Б. Психодиагностика функциональных состояний человека. — М.: Изд-во МГУ, 1984. — С. 114–115.

В основу составления опросника легло условное выделение шести основных групп симптомов: общего самочувствия, специфических изменений самочувствия со стороны отдельных систем организма, уровня общей активности, изменений мотивации, эмоционального фона деятельности, особенностей выполнения трудовых операций. По отношению к каждому симптому существовала возможность одного из трех типов ответа: «да», «нет», «не знаю».

#### *I. Общее самочувствие*

1. Чувствую себя усталой.
2. Чувствую себя вялой.
3. Чувствую себя хорошо.
4. Хочется спать.
5. Кажется, что я больна.
6. Чувствую себя свежей.
7. Мне душно.
8. Чувствую общее недомогание.

#### *II. Специфические изменения самочувствия*

1. У меня тяжелая голова.
2. Приходится напрягать слух.
3. У меня болят глаза.
4. У меня устали глаза.
5. У меня болит голова.
6. Мне трудно говорить.
7. Я стала хуже слышать.
8. У меня затекли ноги.

*III. Уровень общей активности*

1. Время тянется медленно.
2. Я работаю быстро.
3. Я работаю медленно.
4. Мои движения скованны.
5. Мне хочется встать и размяться.
6. Не хочется разговаривать.
7. Хочется сменить позу.
8. Мне лень двигаться.

*IV. Изменения мотивации*

1. Мне хочется работать.
2. Мне приятно работать.
3. Я работаю энергично.
4. Работа мне безразлична.
5. Мне трудно сосредоточиться.
6. Хочется отвлечься от работы.
7. Хочется отдохнуть.
8. Я знаю, как идет работа у моих соседей.

*V. Эмоциональный фон*

1. Мне мешает присутствие соседей.
2. Меня раздражает плохая связь.
3. У меня хорошее настроение.
4. Мне весело.
5. Я напряжена.
6. Я собрана.
7. Я спокойна.
8. Я раздражена.

*VI. Выполнение трудовых операций*

1. У меня изменился почерк.
2. Я стала забывчивой.
3. Я быстро забываю содержание разговоров.
4. Я стала пропускать появление сигнала.
5. У меня возникают сомнения в правильности записи.
6. Я стала делать паузы в работе.
7. Я стараюсь как можно скорее ответить на сигнал.
8. Я отвлекаюсь на посторонние мысли.

Если проанализировать содержание различных анкет, а они, как правило, являются самоотчетами испытуемых, то обнаружится, что возможность их заполнения основана на самонаблюдении, а авторы внесли (включили) в анкету вопросы, которые появились в результате обобщения фактов, полученных при многократных наблюдениях или наблюдении большого числа людей. Это относится к известной анкете Г. Айзенка на определение экстраверсии—нейротизма, опроснику К. Муздыбаева на изучение ответственности и др.

При разработке экспериментов также не обойтись без предварительного проведения наблюдения, которое часто составляет основу пилотажного исследования. Наблюдение помогает в создании экспериментальной ситуации, при отборе содержания экспериментальных заданий.

Особо хотелось бы выделить вопрос о роли наблюдения в работе психологов-практиков. Во-первых, полезным оказывается наблюдение за выполнением экспериментальных заданий, тестов, анкет (см. пример из работы Б. В. Зейгарник). Систематическое наблюдение позволяет психологу постепенно накапливать данные об особенностях поведения людей, отличающихся по результатам выполнения тестовых, экспериментальных, анкетных методик. Такая информация становится основанием для диагностики и прогнозирования возможных результатов стандартизированных испытаний. При этом наблюдение выполняет две функции: способствует совершенствованию профессиональных качеств психолога и служит внешним критерием по отношению к другим исследовательским процедурам. Опытные наблюдатели — диагносты, консультанты — говорят о том, что только в первые годы работы они опираются на тестовые методики как основные, а по мере накопления данных благодаря наблюдению имеют возможность через тест только проверить возникшую при наблюдении гипотезу о возможных результатах тестирования у того или иного пациента. Только малонаблюдательные психологи автоматически используют стандартизированные батареи методик, не извлекая ценнейшей информации о поведении разных групп людей при тестировании.

Во-вторых, наблюдение является одним из обязательных методов в структуре клинических, амбулаторных обследований. На это указывают Г. В. Бурменская (7), И. Лангмейер, З. Матейчек (16), А. И. Захаров (10) и др. Наблюдение в этом случае не только дополняет картину обследования, но и дает уточняющие данные, а иногда служит основой для объяснения результатов, полученных с помощью других методов.

В-третьих, с помощью наблюдения решаются практические задачи при переговорах, разрешении конфликтов и т. п. Например, психологи, наблюдая невербальное поведение партнеров по переговорам, способны выяснить их истинные намерения. Наблюдение

помогает понять мотивы конфликта, которые скрыты и не осознаются конфликтующими сторонами. Наблюдение за голосом (например, в службах доверия) позволяет отличить истинную информацию от ложной, оценить степень остроты ситуации, срочность помощи и т. д.

Таким образом, наблюдение как способ познания людей имеет историю, начало которой относится к донаучной психологии.

Возможности наблюдения таковы, что позволяют открывать новые психические феномены, типизировать и обобщать эмпирические данные, давая характеристики новым категориям и типам людей, отношений. Наблюдение используется как один из этапов при разработке других методов и при объяснении данных, полученных с помощью эксперимента, тестов или анкет, выполняет различные функции в практической работе психологов.

## **1.2. Характеристика наблюдения и его видов**

### **1.2.1. Соотношение внешнего и внутреннего в психической жизни человека**

Наблюдение определяется как целенаправленное восприятие психической жизни человека. Известно, что содержание психической жизни составляют познавательные процессы, эмоции, воля, система отношений, что каждая из этих сторон психики обусловлена присущими человеку индивидуальными особенностями его способностей, характера, темперамента и др. Вопрос состоит в том, за чем надо наблюдать, чтобы увидеть (услышать) ту или иную сторону психики человека. Ответ на него оказался довольно сложным и имеет свою историю.

Был период, когда люди отождествляли внешние проявления человека с его психической жизнью. В процессе многовековых наблюдений были собраны факты, отражающие связь между внешними и внутренними особенностями человека, затем они обобщались и появлялись характеристики устойчивой, неизменной связи внешних проявлений и внутреннего содержания психики. Вот некоторые из подобных характеристик:



а) отождествление строения различных частей тела и психических особенностей человека: узкий лоб — недостаток ума, пухлые губы — эротическая чувствительность, маленькие глубоко посаженные глаза — злобность, уши ниже уровня бровей — глупость, маленькие руки и ноги — аристократизм, высокомерие и т. д.;

б) отождествление строения тела (антропометрических показателей) и особенностей темперамента и характера, что нашло отражение в антропометрических теориях темперамента У. Шелдона и Э. Кречмера;

в) приписывание и закрепление за определенными движениями совершенно определенных устойчивых психических характеристик. Многочисленные примеры подобного рода связи описаны в работах А. Штангля (43), А. Пиза (27) и др.

Безусловно, к этим сведениям нужно относиться как к очень ценному и полезному знанию с тем лишь условием, что его нельзя абсолютизировать. Статистическая связь между перечисленными выше параметрами человека и его психикой, как правило, не является достоверной. Действительно, вряд ли вы будете полагаться только на данные теста В. И. Куликова «Психологический портрет» при выборе спутника жизни. Вероятно, далеко не всегда совпадение в строении резцов, мочки ушей, козелка уха, ямочки на щеках и т. п. является основанием для благополучных семейных отношений. Ваши жизненные наблюдения также, скорее всего, подтверждают, что далеко не всегда строение губ соответствует приписываемым особенностям эмоций, строение головы — качествам ума, строение тела — чертам характера и т. п.

Однако собранный путем наблюдения материал о связи психики и внешне наблюдаемого поведения оказался шагом вперед в развитии метода наблюдения. Прежде всего удалось описать, выделить те внешние признаки, за которыми можно наблюдать и которые являются выразителями психической жизни человека. Самый общий из них — поведение человека.

Основные особенности поведения:

- направленность на цель, которая связывается с каким-либо объектом или ситуацией;
- используемые средства для достижения цели;

- избирательность средств, обусловленная ситуацией или индивидуальными особенностями.

Эти признаки поведения выделяются как М. Я. Басовым (3), так и Э. Толменом (34). Данная общая характеристика поведения как бы создает контекст наблюдения за теми признаками поведения, которые являются выразителями психической жизни. К ним относятся прежде всего тело и его движения:

- движения туловища: поза, осанка, походка;
- движения руки: движение, жест, действие;
- выразительные движения лица: мимика, физиогномическая маска;
- автоконтакты различных частей тела (рук, рук и головы, рук и предметов, рук и ног, рук и туловища и т. д.);
- положение тела по отношению к собственной оси и по отношению к различным объектам (повороты, наклоны, изгибы и т. п.).

Многие из перечисленных выше признаков описаны как проявления невербального поведения человека (15), (26). Это не случайно, поскольку за многими из них закрепились особые значения, часто имеющие общечеловеческий смысл или смысл, понятный для какой-то группы людей: профессиональной, социальной, этнической и др. Например, улыбка у всех народов читается как признак расположения, доброжелательного отношения, а кивок головы вперед может означать согласие (у русских) и несогласие (у болгар).

Другим внешним проявлением психической жизни человека являются речь и голос. Объектом наблюдения при этом могут быть следующие особенности речи: содержание, темп, ритм, интонации, паузы, скорость, экспрессия, характер голосовых реакций (крик, вопль, стон, визг и т. п.); характеристики голоса (скрипучий, мягкий, колючий, высокий—низкий, молодой—старческий, звонкий—глухой и т. п.).

У человека, включенного в деятельность, объектом наблюдения может стать система движений и действий с присущими им характеристиками: скорость, темп, координация, последовательность, точность, правильность, автоматизм, уверенность и др. В зависимости от видов деятельности могут быть выделены специфические для

того или иного вида деятельности качества движений и действий. Например, во многих видах спорта — амплитуда движений, антиципация движений и действий, напряженность — легкость и т. п.

Внешним выразителем психической жизни человека является его внешность (внешний облик). Через одежду, обувь, косметику, украшения, состояние кожи, волос, прическу можно многое узнать о человеке, его позиции, ценностях, ожиданиях, самооценке, отношении к себе и т. п.

Для становления наблюдения как метода исследования важным явилось не только описание набора признаков, доступных восприятию и репрезентирующих психику, но и следующие их характеристики:

а) многозначность одного и того же признака, заключающаяся в том, что он может быть выразителем многих и разных психических состояний и свойств. Одна и та же поза может выражать и сожаление, и пренебрежение, и доброжелательное отношение, и неодобрение. В восприятии позы все зависит от контекста наблюдения, о котором упоминалось выше;

б) индивидуальность внешнего выражения одних и тех же психических особенностей. Например, застенчивость может выражаться и как опущенные веки, полузакрытые глаза, и как поза, отражающая желание быть меньше, и как напряженность взгляда. Быстрый темп речи у флегматика значит нечто иное, чем такой же темп речи у холерика;

в) ситуационный характер внешних проявлений (поведения, речи, деятельности, внешнего облика), поскольку именно ситуация выступает одной из детерминант, влияющих на их качественные характеристики. Наблюдателю необходимо учитывать диалектику ситуационного и устойчивого проявления психики при организации своего наблюдения.

Все рассмотренные внешние проявления психической жизни обычно составляют содержание той или иной деятельности человека: игровой, учебной, профессиональной. Эти общие виды деятельности распадаются на свои структурные элементы, например на процесс решения учебных или профессиональных задач, на различные виды игр. Поэтому наблюдение, как правило, осуществляется за человеком, включенным в реальную жизнедеятельность.

Наблюдатель только выделяет те или иные ее виды и определяет, через какие признаки можно судить о психических особенностях человека.

Таким образом, не отождествляя внешние проявления и психическую жизнь человека, психология видит возможности в выделении ряда показателей (объектов наблюдения), через которые достаточно адекватно выражается истинная картина психической сущности человека. К таким объектам относятся: выразительные движения тела, рук, мимика; система движений и действий, обеспечивающих деятельность, а также речь, голос и внешний облик.

### 1.2.2. Цель, предмет, объект и ситуация наблюдения

Наблюдение начинается всегда с постановки его цели. Это связано с особенностями восприятия, являющегося основным механизмом наблюдения. Такие закономерности восприятия, как выделение фигуры из фона, избирательность, единство части и целого, обеспечивают предметность и целостность отражения одних объектов и исключение из поля восприятия других. Поэтому можно смотреть и не видеть. Цель наблюдения становится средством управления восприятием, обеспечивающим избирательность, видение одних предметов и отнесение в фон других. Необходимость цели возникает в связи с тем, что наблюдение происходит в естественных условиях жизни человека, где в поток жизнедеятельности естественным образом включены самые разные психические особенности в их единстве. Цель помогает из естественного жизненного пространства и времени выбрать то, что необходимо увидеть.

В психологических наблюдениях наиболее типичны следующие цели:

- изучение содержательных характеристик тех или иных психических явлений (определение свойств, признаков, присущих явлению);
- изучение людей как носителей тех или иных известных психических особенностей и сопоставление результатов наблюдения данных конкретных лиц с известными признаками;
- изучение причин, лежащих в основе тех или иных проблем у разных групп людей, в разных условиях деятельности и общения;

- изучение особенностей поведения, деятельности и общения людей, имеющих различные психические характеристики.

Например, при наблюдении за игрой ребенка могут быть поставлены различные цели: изучить инициативу — отсутствие инициативы, или эмоции, проявляющиеся в игре, или те предметные и социальные действия, которые использует ребенок, или особенности взаимоотношений с другими детьми и т. д.

После определения цели перед наблюдателем встает тот вопрос, на который мы пытались ответить выше: что нужно фиксировать, на что смотреть при изучении интересующего явления. При ответе на этот вопрос необходимо, во-первых, понимать, какое психическое явление составляет предмет наблюдения. Это знание должно включать не только понятие о данном явлении, но и характеристику многообразия его проявлений, свойств, закономерностей протекания, формы существования (исключение могут составлять феноменологические исследования). Например, целью наблюдения может быть установление особенностей речи у младших подростков. Предмет наблюдения — речь младших подростков. Значит, наблюдателю необходимо знать не только психологическую характеристику речи, но и уже известные ее особенности у детей этого возраста. Наблюдение поможет выявить особенности, присущие наблюдаемой группе подростков (живущих в разное историческое время, в разных социальных условиях, обучающихся в разных типах школ или в одной и той же школе, но по разным программам и т. д.).

Во-вторых, следует познакомиться в литературе с методами или методиками, в которых уже выделены признаки изучаемого психического явления, составляющие объект наблюдения. Рассматривая вопрос о соотношении внутреннего и внешнего в психике, мы выделили показатели, которые могут стать объектом наблюдения.

В-третьих, выбор объекта наблюдения, раскрывающего психическую сущность наблюдаемого явления, интерпретация и понимание наблюдаемого зависят от концептуального подхода к предмету наблюдения. Допустим, цель наблюдения — определение уровня коммуникативной культуры человека (учителя). Следуя перечисленным выше положениям, исследователь должен знать

существующие подходы к коммуникативной культуре. В одних случаях она сводится к стилю общения, в других — к характеристикам речи, третий подход связан с пониманием коммуникативной культуры как элемента профессиональной деятельности (например, педагогической, следовательской, врачебной), которая реализуется через коммуникацию. В последнем случае коммуникативная культура включает не только особенности речи как таковые, но и особенности объяснительной деятельности, характеристику словесных воздействий, способность к перекодированию, умение слушать, задавать вопросы и т. п.

В психологии многие явления трактуются с различных теоретических позиций. Нет единого понимания способностей, мотивов, эмоций, мышления, темперамента и др. Поэтому важно знать специфику того подхода, с позиций которого будет рассматриваться предмет наблюдения. Только с учетом этого знания решается вопрос о том, что нужно наблюдать для изучения выбранного предмета. Вернемся к примеру с изучением коммуникативной культуры. Если одним из компонентов коммуникативной культуры считать особенности взаимодействия, то объектом наблюдения будут всевозможные словесные воздействия и реакция на них: указания, пожелания, команды, советы, распоряжения, поощрения, оценки, насмешки, упреки и т. д.

В одном из исследований Е. А. Климова (13) проводилось наблюдение за стилем профессиональной деятельности прядильщиц, имеющих разные типы темперамента. В этом случае объектом наблюдения стали те маршруты, которые выбирали для себя разные прядильщицы при обслуживании своего участка, поскольку в маршруте отражались последовательность действий и соответствующие ей производственные операции. Выбор объекта наблюдения был опосредован тем, что одним из проявлений стиля деятельности автор считает приспособление к объектам и условиям труда, обеспечивающее наибольшее удобство для человека. При ином подходе к характеристике стиля деятельности, вероятно, были бы выбраны другие объекты наблюдения.

Еще один вопрос, который решает специалист в период подготовки к проведению наблюдения, — выбор ситуации наблюдения. Мы уже упоминали, что психические явления могут иметь как си-

туативный, так и устойчивый характер. Зная об этом и учитывая цели наблюдения, необходимо определить, будут ли ситуации варьировать и охватывать все возможное их разнообразие или, наоборот, наблюдение будет проводиться в одной и той же многократно повторяющейся ситуации. В первом случае можно установить те признаки наблюдаемых психических явлений, которые имеют устойчивый, а не ситуативный характер, во втором — те, которые обусловлены выбранной ситуацией.

Вернемся к исследованию, проведенному Е. А. Климовым, с тем чтобы на одном примере увидеть цель, предмет, объект, ситуации наблюдения. Цель наблюдения в данном исследовании — изучение стиля профессиональной деятельности; предмет наблюдения — темперамент, в данном случае — динамика и тонус психомоторики, проявляющейся при выполнении прядильщицами трудовых операций; объект наблюдения — маршруты движения прядильщиц при обслуживании своего участка; ситуации наблюдения — начало и конец рабочего дня, начало и конец рабочей недели (в течение часа в каждый из этих периодов).

Какой бы характер ни имели ситуации наблюдения (вариативный или повторяющийся), основное, общее требование к ним состоит в том, что они должны быть естественными для наблюдаемого человека, он должен жить своей обычной жизнью (участие в уроке, выполняемая работа, самостоятельные занятия, выбор книги, общение со сверстниками, выполнение семейных обязанностей и т. п.). Изучение естественного поведения является одним из достоинств наблюдения.

Если одно из основных требований наблюдения — естественность поведения наблюдаемого, которая обеспечивается тем, что человек не должен знать о ведущемся за ним наблюдении, то встает этический вопрос: не является ли такое наблюдение слежкой? Критерий отличия здесь один: наблюдение и его результаты никогда не используются во вред человеку. Наоборот, кроме научных целей наблюдение часто имеет целью оказание психологической помощи, а его результаты являются основанием для диагностики существующих у человека проблем.

Таким образом, подготовка к исследованию методом наблюдения включает определение его цели, соответствующего ей предме-

та и объектов наблюдения, а также выбор ситуаций наблюдения. Все эти параметры закладываются в программу наблюдения.

### 1.2.3. Виды наблюдения

Появление разных видов наблюдения связано с развитием понимания предмета психологии, а также с развитием самого метода наблюдения.

Выделение таких видов наблюдения, как самонаблюдение и объективное наблюдение, обусловлено решением вопроса о том, имеет ли психика объективные проявления, возможно ли, наблюдая за ними, изучить психику другого человека. Долгое время ответ на этот вопрос был отрицательным. Психологи считали, что познать внутренний мир (психику, душу, сознание) может только специалист-психолог путем погружения в себя (через интроспекцию), т. е. занимаясь самонаблюдением. Подтверждением тому служит пословица: чужая душа — потемки. Одна из задач интроспективной психологии заключалась в выяснении круга явлений, которые составляют содержание сознания.

Самонаблюдение способствовало решению этой задачи, но уже в начале XIX в. психологи стали критически относиться как к самонаблюдению, так и к его результатам. При анализе роли самонаблюдения С. Л. Рубинштейн, У. Джемс и другие отмечают следующее. Во-первых, осознание наблюдателем факта наблюдения за каким-либо своим психическим процессом приводило к искажению его естественного хода или вообще к его прекращению. Понаблюдайте за собой во время эмоциональных реакций или познавательных процессов. Можно с уверенностью сказать, что и реакции, и процессы, и состояния изменяют свое течение под влиянием вашего за ними наблюдения.

Во-вторых, наблюдатель, как правило, описывал не сам процесс психической жизни, а воспоминания о нем, поскольку в противном случае ему пришлось бы одновременно переживать эмоции и фиксировать их протекание, а это практически невозможно.

Познакомьтесь с записями самонаблюдений, проводившихся психологами прошлого. Возможно, вы согласитесь с теми характе-



ристиками самонаблюдения, которые привели к тому, что возникла необходимость поиска других методов психологии:

Моя сила зрительного воспроизведения, насколько я могу судить, очень слаба, сравнительно с окружающими людьми, и представляет некоторые особенности. Я представляю себе любое минувшее событие не в виде ряда отчетливых образов, но в виде панорамы, в которой детали как бы просвечивают сквозь густой туман. Закрыв глаза мои, я не могу представить себе какую-нибудь из этих деталей, хотя несколько лет тому назад я еще был в состоянии делать это, после чего способность эта мало-помалу совершенно исчезла... Я ничего не вижу в деталях. Всего характернее то обстоятельство, что я даже не могу сказать в точности, что я вижу. Насколько я припоминаю, окраска предметов в воспроизведении бывает та же, что и в восприятии, только представляется сильно полинявшей. Быть может, всего отчетливее я вижу цвет скатерти, лежащей на столе, и, может быть, я был бы в состоянии видеть цвет обоев, если бы я помнил его (это описание самонаблюдений зрительного воображения приведено в кн.: *Джемс У.* Психология. — СПб.: Издание К. Л. Риккера, 1911. — С. 258).

С появлением в начале XX в. объективного наблюдения самонаблюдение ушло из психологии как метод исследования, а наблюдение, направленное на познание психики через ее объективные проявления, начало развиваться.

Но самонаблюдение не исчезло из жизни наблюдательных людей и существует как способ самопознания, самоанализа. Свидетельством тому служат примеры из художественной литературы, где раскрытие внутреннего мира человека чаще всего основывается на самонаблюдении:

В тот период времени, который я считаю пределом отрочества и началом юности, основой моих мечтаний были четыре чувства: любовь к ней, к воображаемой женщине, о которой я мечтал всегда в одном и том же смысле и которую всякую минуту ожидал где-нибудь встретить... Второе чувство было любовь любви. Мне хотелось, чтобы все меня знали и любили. Мне хотелось сказать свое имя: Николай Иртеньев, и чтобы все были поражены этим известием, обступили меня, благодарили бы за что-нибудь. Третье чувство было надежда на необыкновенное, тщеславное счастье — такая

сильная и твердая, что она переходила в сумасшествие. Я так был уверен, что очень скоро, вследствие какого-нибудь необыкновенного случая, вдруг сделаюсь самым богатым и самым знатным человеком в мире, что беспрестанно находился в тревожном ожидании чего-то волшебного-счастливого. Я все ждал, что вот начнется и я достигну всего, чего может желать человек, и всегда повсюду торопился, полагая, что уже начинается там, где меня нет. Четвертое и главное чувство было отвращение к самому себе и раскаяние, но раскаяние до такой степени слитое с надеждой на счастье, что оно не имело в себе ничего печального (*Толстой Л. Н. Детство, отрочество, юность*. — М.: Наука, 1978. — С. 138).

У меня за годы и годы (1917–1927) отупел не ум, а душа. Удивительное наблюдение: именно на чувства нужно время, а не на мысль. Мысль — молния, чувство — луч самой дальней звезды. Чувству нужен досуг, оно не может жить под страхом. Простой пример: обваливая 1,5 кг мелких рыб в муке, я могу думать, но чувствовать — нет: запах мешает! Запах мешает, клейкие руки мешают, брызжащее масло мешает, рыба мешает: каждая в отдельности и все 1,5 кг вместе. Чувство, видимо, более требовательно, чем мысль (*Белкина М. Скрещение судеб*. — М.: Книга, 1988. — С. 81).

В первом случае приведены самонаблюдения Л. Н. Толстого за чувствами, волновавшими его героя в юности. Во втором — самонаблюдения Марины Цветаевой.

К настоящему времени произошло возрождение метода самонаблюдения, но, правда, уже в совершенно ином по сравнению с прошлым веком виде. Во-первых, самонаблюдение используется в тех случаях, когда исследователь ставит задачу узнать что-то о человеке, его психике от него самого. Наблюдателем является не психолог, а носитель этих психических свойств. Часто такого рода исследования проводятся в психологии труда при самонаблюдении процесса творчества, при анализе профессиональных ошибок и удач; используется самонаблюдение и в психопатологии. Ярчайшие примеры таких самонаблюдений дают исследования А. Р. Лурия. Книга «Потерянный и возвращенный мир» (18) представляет собой дневник самонаблюдений больного, имевшего ранение черепа левой теменно-затылочной области. Процесс восстановления его психических функций отражают дневниковые записи:

Я помнил только, что «муха» маленькая, а «слон» большой, но разобраться в этих словах и ответить на вопрос, муха меньше слона или больше, я почему-то не мог. Главная же беда была в том, что я не мог понять, к чему относятся слова «меньше» (или «больше») — к мухе или к слону...

...Я, конечно, по-прежнему знаю, что такое слон и что такое муха, знаю, кто из них большой, кто из них маленький, но вот связать в словах и понять, к кому же принадлежат слова «меньше» или «больше» то ли к слону, то ли к мухе? А тут еще колебания и в разбитом мозгу, и в поле зрения. И мне приходится подолгу думать и гадать, как же мне правильно сказать об этих словах: «Слон меньше мухи или больше?» (*Лурия А. Р.* Потерянный и возвращенный мир. — М.: Изд-во МГУ, 1971. — С. 102).

Во-вторых, самонаблюдение является механизмом, на котором строится заполнение психологических анкет. Анкета — письменный самоотчет и заполняется на основе тех данных о себе, которые человек получает через самонаблюдение. В этом легко убедиться, заполняя любую из психологических анкет. В качестве примера можно воспользоваться приведенными ниже фрагментами анкеты выявления выраженности самоконтроля в эмоциональной сфере, деятельности и поведении, разработанной Г. С. Никифоровым.

**Вопросник для выявления выраженности самоконтроля  
в эмоциональной сфере, деятельности и поведении  
(социальный самоконтроль)**

*Г. С. Никифоров.* Самоконтроль человека. — Л.:  
Изд-во ЛГУ, 1989. — С. 183–186.

1. Меня считают вспыльчивым, невыдержанным человеком:
  - а) да (0),
  - б) не уверен (1),
  - в) нет (2).
2. Я уступаю место в городском транспорте пожилым людям и пассажирам с маленькими детьми:
  - а) в любом случае (2),
  - б) иногда (1),

- в) только если на этом настаивают (0).
3. Я склонен следить за проявлением своих чувств:
- а) всегда (2),
  - б) иногда (1),
  - в) редко (0).
4. Если в полученном задании что-то остается для меня непонятным, я:
- а) всегда уточняю все неясности до выполнения задания (2),
  - б) поступаю так иногда (1),
  - в) уточняю неясности уже по ходу дела (0).
5. Я проверяю свои действия во время работы:
- а) постоянно (2),
  - б) от случая к случаю (1),
  - в) редко (0).
6. Прежде чем выдвигать какой-либо аргумент, я предпочитаю подождать, пока не буду убежден, что прав:
- а) всегда (2),
  - б) обычно (1),
  - в) только если это целесообразно (0).
7. Считаю, что каждая конкретная ситуация требует определенного стиля в одежде:
- а) согласен (2),
  - б) отчасти (1),
  - в) не согласен (0).
8. Обычно я высказываю свое мнение после старших по возрасту и положению:
- а) да (2),
  - б) не всегда (1),
  - в) нет (0).

9. Мне нравится работа, требующая добросовестности, точных навыков и умений:
- а) да (2),
  - б) нечто среднее (1),
  - в) нет (0).
10. Если я краснею, я всегда чувствую это:
- а) да (2),
  - б) иногда (1),
  - в) нет (0).
11. В процессе работы я стараюсь проверить правильность ее выполнения:
- а) всегда (2),
  - б) от случая к случаю (1),
  - в) только когда уверен, что допустил ошибки (0).
12. Если у меня возникают сомнения в том, правильно ли я понял смысл прочитанного служебного текста, то я:
- а) еще раз перечитываю неясное место в тексте (2),
  - б) поступаю так иногда (1),
  - в) не придаю этому значения, перехожу к очередному этапу работы (0).
13. По окончании работы привожу свое рабочее место в порядок, готовлю его к следующему рабочему дню:
- а) обычно (2),
  - б) иногда (1),
  - в) редко (0).
14. Я довольно требовательный человек и всегда настаиваю на том, чтобы все делалось по возможности правильно:
- а) да (2),
  - б) нечто среднее (1),
  - в) нет (0).

15. В своих поступках я всегда тщательно стараюсь придерживаться принятых в обществе правил поведения:
- а) да (2),
  - б) не уверен (1),
  - в) нет (0).
16. Я не бываю груб даже с теми людьми, которые мне очень неприятны:
- а) верно (2),
  - б) не всегда (1),
  - в) неверно (0).
17. Если при чтении служебного текста я встречаю какие-либо неясности, то я:
- а) не обращаю на них внимания, продолжаю читать дальше (0),
  - б) поступаю так иногда (1),
  - в) пытаюсь в них разобраться (2).
18. Часто я слишком быстро начинаю сердиться на людей:
- а) да (0),
  - б) иногда (1),
  - в) нет (2).
19. В общественных местах я стараюсь не говорить громко:
- а) всегда следую этому правилу (2),
  - б) иногда следую этому правилу (1),
  - в) редко следую этому правилу (0).
20. Ошибки в выполненной работе следует исправлять:
- а) только в тех случаях, если кто-нибудь на них укажет (0),
  - б) нечто среднее (1),
  - в) не дожидаясь, пока другие укажут на них (2).

21. Когда я сильно переживаю по какому-то поводу, то перестаю следить за своими действиями:
- а) почти всегда (0),
  - б) иногда (1),
  - в) редко (2).
22. Когда я планирую свою деятельность, то предусматриваю время на проверку выполненной работы:
- а) всегда (2),
  - б) иногда (1),
  - в) редко (0).
23. При выполнении задания я удовлетворяюсь только тогда, когда должное внимание уделено всем мелочам:
- а) правильно (2),
  - б) не уверен (1),
  - в) неправильно (0).
24. Выступая перед аудиторией, я стараюсь следить за своими голосом и жестами:
- а) всегда (2),
  - б) иногда (1),
  - в) редко (0).
25. Не приступаю к работе, пока не буду убежден, что все необходимое для этого уже лежит на своем месте:
- а) обычно (2),
  - б) иногда (1),
  - в) редко (0).
26. Уходя из дома, я могу забыть выключить газ (свет, утюг, воду):
- а) согласен (0),
  - б) нечто среднее (1),

- в) не согласен (2).
27. В общении я:
- а) свободно проявляю свои чувства (0),  
б) нечто среднее (1),  
в) не выражаю своих чувств (2).
28. Если я невольно нарушил правила поведения, находясь в обществе, то я скоро забываю об этом:
- а) да (0),  
б) нечто среднее (1),  
в) нет (2).
29. Иногда мне говорят о том, что в моем голосе и манерах излишне проявляется возбуждение:
- а) да (0),  
б) не уверен (1),  
в) нет (2).
30. Я поддерживаю порядок в своей комнате, все вещи всегда лежат на своих местах:
- а) да (2),  
б) нечто среднее (1),  
в) нет (0).
31. Я — человек пунктуальный и обычно никуда не опаздываю:
- а) верно (2),  
б) не всегда (1),  
в) неверно (0).
32. Под влиянием момента я редко говорю вещи, о которых потом очень сожалею:
- а) верно (2),  
б) не уверен (1),  
в) неправильно (0).



33. Мне говорят, что когда я слишком увлеченно что-то рассказываю, моя речь становится несколько сбивчивой:
- а) верно (0),
  - б) отчасти (1),
  - в) неверно (2).
34. Я ем с таким удовольствием, что бываю при этом не всегда аккуратен и опрятен, как другие люди:
- а) правильно (0),
  - б) не уверен (1),
  - в) неправильно (2).
35. Когда я расстроен, я слежу за тем, чтобы скрыть свои чувства:
- а) правильно (2),
  - б) нечто среднее (1),
  - в) неправильно (0).
36. При разговоре я предпочитаю:
- а) высказывать мысли так, как они приходят мне в голову (0),
  - б) нечто среднее (1),
  - в) сначала сформулировать мысли получше (2).

1. *Самоконтроль в эмоциональной сфере*: вопросы № 1, 3, 10, 18, 21, 24, 27, 29, 32, 33, 35.

2. *Самоконтроль в деятельности*: вопросы № 4, 5, 9, 11–14, 17, 20, 22, 23, 25. При этом вопросы № 4, 12, 25 направлены на выявление степени выраженности предварительного (антиципирующего) самоконтроля, а вопросы № 5, 11, 23 — текущего, т. е. включенного уже в процесс выполняемой деятельности.

3. *Социальный самоконтроль*: вопросы № 2, 6–8, 15, 16, 19, 26, 28, 30, 31, 34, 36.

В объективном наблюдении выделились виды по следующим основаниям: по виду записи (выборочное — сплошное), по позиции

наблюдателя (включенное — не включенное). Рассмотрим эти виды более подробно.

При характеристике данных видов наблюдения вновь следует вспомнить о цели наблюдения. Именно под ее влиянием выбирается тот или иной вид наблюдения. При сплошном наблюдении в выбранной ситуации идет фиксирование всех фактов, доступных для восприятия, в выборочном — только того, что соответствует предмету наблюдения.

В приведенных ниже примерах выборочных наблюдений по характеру записи без особого труда можно определить, с какой целью велось наблюдение, поскольку из контекста всего происходящего наблюдатель выбирал только то, что соответствовало цели наблюдения.

#### *Пример 1*

Мать сообщает о Гюнтере в своих записях: «На стене был оторван кусок обоев. Заметна была попытка скрыть дефект стульями, придвинутыми к стене. Стулья были расставлены так, как это делает Гюнтер во время игры, и ясно было, что он является виновником дефекта. Я спросила Гильду и Гюнтера: “Кто оторвал кусок обоев?” Гильда уверенным тоном сказала: “Я нет”, Гюнтер стоял, отвернувшись от меня, и ответил также: “Я нет”. Спокойным тоном я его подозвала: “Подойди-ка”. Гюнтер, спрятав руки за спину, просит: “Только не бить”. Такое заявление равносильно признанию: Гюнтер ни разу не был наказан незаслуженно. Я: “Нет, я не буду тебя бить. Подойди-ка, мой мальчик. Посмотри-ка, это ты оторвал?» (*Штерн К., Штерн В.* Монографии о душевном развитии ребенка: Воспоминание, показание и ложь в раннем детстве. — СПб.: Изд-во О. Богдановой, 1911. — С. 126).

#### *Пример 2*

### **Фрагмент урока**

*Учитель.* Вы много раз слышали о том, что в наш век бурно развиваются наука и техника, растет поток информации, как теперь говорят. Чтобы этот большой объем новых знаний лучше сохранить, передать другим людям, ученые ищут способы записать информацию сокращенно, сжато. Вам самим приходится делать краткие записи материала?

*Учащиеся.* Да, иногда.

*Учитель.* Чем старше вы будете, тем чаще (в старших классах, в вузе, на работе) вам придется прибегать к кратким записям для себя об услышанном или прочитанном, составлять краткое описание своей работы для других.

Попробуем выполнить такое задание. Я вам раздам брошюры. Одни ребята на листках сделают краткую запись первой главы брошюры, другие — третьей главы...

(Учащиеся выполняют задание.)

*Учитель.* А теперь поменяйтесь листками, и пусть по вашей краткой записи ваш сосед восстановит тот текст, который вы записывали.

(Учащиеся выполняют задание.)

*Учитель.* Сравните тексты, которые вы получили, и тексты брошюр. Проанализируйте их и ответьте на вопрос: можно ли по вашим кратким записям получить представление о содержании текста? Какие здесь были ошибки? Что для вас составило наибольшую трудность? (*Маркова А. К.* Психология усвоения языка как средства общения. — М.: Педагогика, 1974. — С. 201).

Первый пример выборочного наблюдения взят из работы К. и В. Штерн, которая посвящена изучению детской лжи. Во втором случае приведена запись урока, где выбрано при наблюдении только то, что касается обучения школьников краткой записи (исследование А. К. Марковой).

Исследователь, ведущий наблюдение, может занимать разные позиции по отношению к людям, которых он наблюдает: он может войти в состав наблюдаемой группы, заниматься ее делами, жить ее жизнью, а может оставаться в позиции постороннего человека, занимающегося своим делом. К нему постепенно привыкают и перестают обращать внимание на его присутствие, хотя он продолжает смотреть на происходящие события со стороны.

В некоторых случаях включенное наблюдение является единственным возможным видом наблюдения, поскольку при других способах организации наблюдения испытуемые не адаптируются к присутствию постороннего и не ведут себя естественно. Включенное наблюдение широко используется, например, в медицинской

психологии при изучении некоторых видов психических расстройств, порой оно незаменимо в детской психологии.

Иногда выделяют виды наблюдения (например, М. Я. Басов) по форме записи, которая ведется при наблюдении. Это может быть фотографическая, обобщенная, интерпретационная запись или одновременно сочетание фотографической и интерпретационной или фотографической и обобщенной.

В современных методиках наблюдения все чаще применяются схемы, бланки наблюдения, в которых обозначены объекты наблюдения во всем их многообразии (естественно, полученные в предшествующих исследованиях), а наблюдатель выбирает какие-либо знаки, которыми фиксирует наличие или отсутствие наблюдаемого признака.

Появление методик наблюдения с такой формой записи заставило нас подумать о выделении еще одного вида наблюдения, который на предшествующих этапах развития этого метода не выделялся. При характеристике наблюдения авторы прошлых лет настоятельно подчеркивали пассивную позицию наблюдателя, который мог только смотреть и никак не влиять на наблюдаемое явление. Но уже сам факт разработки стандартных бланков для фиксации наблюдаемых фактов говорит о довольно активной позиции исследователя, который должен предполагать, прогнозировать появление тех объектов, к регистрации которых он готовится и которые обозначены в бланке. И в отношении выбора ситуации наблюдатель также может проявить избирательность и активность. Не нарушая естественного хода наблюдаемых событий, с помощью предварительной подготовки наблюдатель становится активным исследователем.

Анализируя данные наблюдений, полученные в 1930–1950-е гг. (М. Я. Басов, А. А. Люблинская, Н. А. Менчинская и др.), мы пришли к выводу, что современные исследователи ведут наблюдение несколько иного вида. Оно является более рациональным, активным, позволяет не только собирать единичные, уникальные факты, но и устанавливать их причины, выявлять типичное в деятельности и поведении людей. На основе такого вида наблюдения разрабатываются конкретные методики, которыми могут пользоваться как искусные наблюдатели, так и психологи, владеющие общими правилами на-

блюдения. Мы назвали этот вид «формализованное наблюдение», его подробная характеристика будет дана в следующей главе.

Выделенные виды наблюдения существуют во взаимосвязи: включенное или не включенное наблюдение может быть выборочным или сплошным, формализованным или неформализованным.

Обобщая материал, приведенный в этом параграфе, дадим следующую схему видов наблюдения.

### Виды наблюдения

Обоснования классификации	Виды наблюдения
Направленность	Самонаблюдение Объективное наблюдение
Полнота	Сплошное Выборочное
Позиция наблюдателя	Включенное Невключенное
Форма записи	Фотографическое Обобщенное Интерпретационное
Ограничения, введенные наблюдателем	Формализованное Неформализованное

#### 1.2.4. Программа наблюдения и обработка результатов

Вся изложенная выше информация о наблюдении оказывается необходимой при разработке программы наблюдения, в соответствии с которой осуществляется конкретная процедура наблюдения.

Программа наблюдения составляется с учетом требований, которые необходимо выполнить для проведения наблюдения и при обработке его результатов, а именно:

а) сформулировать и записать цель наблюдения и предмет наблюдения (исследования);

б) определить объекты, которые будут фиксироваться при наблюдении, и все их выписать, убедившись, что есть возможность через них познать наблюдаемый психологический феномен;

в) определить и описать ситуации, в которых будет проводиться наблюдение;

г) установить временные рамки наблюдения и составить его график;

д) определить форму регистрации наблюдаемых объектов (или вид записи) и оценить возможность сопоставления наблюдаемых фактов, полученных в разное время или в разных ситуациях, возможно, разными наблюдателями;

е) разработать или заготовить (если уже есть готовые формы) бланки регистрации наблюдаемого явления, если имеется такая необходимость.

Составленная в соответствии с этими требованиями программа важна прежде всего самому наблюдателю, поскольку в ней в письменном виде регистрируется все то, что составляет основу конкретной методики наблюдения.

В истории метода наблюдения уже сложились некоторые представления об условиях объективности полученных данных, одно из них — проведение многократных длительных наблюдений. Для выполнения этого требования наличие программы оказывается просто необходимым, так как программа организует наблюдение иногда на протяжении длительного периода, обеспечивая сохранение единообразия процедуры.

Другой способ повышения достоверности данных, получаемых в наблюдении, — проведение независимого наблюдения несколькими наблюдателями. В этом случае также необходима программа как руководство к наблюдению для разных людей. Во второй главе вы найдете программы наблюдения различных психических явлений, которые составили основу конкретных методик наблюдения.

Несколько замечаний по поводу процедуры наблюдения. Вы уже обратили внимание на то, что ей предшествует и теоретическая и творческая работа наблюдателя по созданию методики наблюдения. И все-таки перед выходом на наблюдение нужно провести еще техническую подготовительную работу:

- заготовить регистрационные листы (или бланки, схемы);
- точно знать, в какой форме будет вестись запись;
- проверить наличие записывающих средств;

- продумать ситуацию включения в наблюдение;
- определить место, с которого можно наилучшим образом увидеть то, что интересует;
- согласовать график наблюдений с ходом реальной жизни наблюдаемых людей.

Если в ходе наблюдения программа корректируется (например, дополнены или изменены объекты наблюдения или состав испытуемых), то все эти изменения фиксируются письменно в журнале исследований или дневнике наблюдений.

Обработка результатов наблюдений обусловлена его целями, выбранным видом и составленной программой. Если наблюдение проводится по формализованной схеме, то появляется возможность провести первичную обработку, обобщая данные, полученные по каждому показателю, с учетом количества проведенных наблюдений. Вторичная обработка будет зависеть от задач исследования в целом.

Сложнее обстоит дело при обработке результатов наблюдения, которое проводилось на основе фотографической записи и было сплошным. В этом случае исследователь должен проявить и теоретическую эрудицию, и интуицию для выделения линий анализа, по которым могут быть сопоставлены полученные в разных наблюдениях факты. Если определить линии анализа, по которым выделяются общие и отличительные признаки, зафиксированные в разных наблюдениях, то можно сделать обобщения и выводы из проведенных наблюдений. Вполне допустимо при этом использовать метод контент-анализа, который может помочь в выделении единиц (линий анализа) и основных семантических характеристик изучаемого явления. В этом случае целесообразно воспользоваться работами, посвященными технике контент-анализа текстов (33).

Поскольку метод наблюдения по сути своей направлен на изучение индивидуального, уникального в психике, он дает преимущественно качественные характеристики изучаемого явления. Как правило, данные, полученные в наблюдении, не удается обрабатывать статистически в силу их небольшого количества. Это обстоятельство следует учитывать при формулировании выводов: они не должны быть шире, чем те ограничения, в рамках которых проводилось наблюдение (по количеству людей, ситуаций, наблюдений и т. п.).

### 1.3. Упражнения

**Упражнение 1.** Перед вами таблица, обобщающая результаты наблюдения за движениями условно-рефлекторного и безусловно-рефлекторного характера у детей от рождения до 12 месяцев.

На основе этой таблицы составьте схему наблюдения с бланком регистрации, где необходимо указать как ситуации наблюдения, так и объекты, которые будут фиксироваться в качестве данных для обобщения.

#### Сроки развития врожденных и условно-рефлекторных движений рук у ребенка

*Кольцова М. М.* Двигательная активность и развитие функций мозга ребенка. — М.: Педагогика, 1973. — С. 31.

Возраст (месяцы)	Движения безусловно-рефлекторного характера	Движения условно-рефлекторного характера
0–1	Хаотические. Хватательный рефлекс Робинзона. Пальцы сжаты в кулачок	
2	Вложенный в руку предмет удерживает всей ладонью 2–3 с. Ритмические движения	
3	Удерживает вложенный в руку предмет до 10 с, тянет в рот. Очень энергичные ритмические движения пальцами во время сосания. Размахивание руками без зрительного контроля	
4	Ладони часто раскрыты — складывает их вместе, переплетает пальцы. Удерживает вложенный в руку предмет до 20 с. Хлопает руками по воде в ванне. Ощупывает свои руки. Попытки повторных размахиваний руками под зрительным контролем	Протягивает руки к предмету, цепляется за него — движения пальцев недифференцированы



Возраст (месяцы)	Движения безусловно-рефлекторного характера	Движения условно-рефлекторного характера
5	Противопоставляет большой палец другим, при схватывании предмета доминирует участие пальцев. На протяжении длительного времени (несколько минут) ритмически взмахивает руками, при этом издает неопределенные звуки	Протягивает руку к близкому предмету, но не тянется к удаленному. Протягивает руки к матери
6–7	Ритмически взмахивает руками. Если вложить в руку игрушку, размахивает ею. Перекладывает предмет из одной руки в другую. Движения пальцев при схватывании предмета становятся более дифференцированными	Размахивает руками при виде ванны с водой (как бы хлопает по ней). Обороняется руками при приближении руки с мылом
8–9	Крепко сжимает отбираемую игрушку	Берет мелкие предметы двумя пальцами, а большие — всей ладонью. Показывает нос, глаза и т. д. у другого человека, куклы. Машет рукой при прощании. Начинает проявляться превалирование функции одной руки
10–11		Накладывает один предмет на другой. Характерно появление манипулирования с двумя предметами: всовывает палочку в отверстие, снимает и надевает крышку на коробку и т. д. Появление повторных действий — выбрасывание игрушки из кроватки (манежа) на пол, укладывание одного предмета в другой. Подражание предметным действиям взрослого
12		Охотно играет вкладышами*. Держит чашку, когда пьет. Совершенствование действий, выработанных ранее. Отмечаются обобщение и перенос действия на новые объекты

\* Вкладыши — картонные или пластмассовые коробочки одинаковой формы, но разной величины, которые вкладываются одна в другую.

**Упражнение 2.** По записи наблюдения определите его цель, вид и форму регистрации.

*Леонов А. А., Лебедев В. И.* Восприятие пространства и времени в космосе. — М.: Наука, 1968. — С. 73.

*1-й день.* Перед первым прыжком проявил волнение сразу же после надевания парашюта. В это время был несколько встревожен и мало разговаривал, что для него совершенно нехарактерно. Жестикация была бедной, речь приглушенной. После совершения прыжка настроение приподнятое, но напряженность наблюдалась еще в течение часа.

*2-й день.* Перед вторым прыжком был уже менее напряжен. Шутил, но напряженность еще давала себя знать.

*4-й день.* Совершил прыжок с задержкой раскрытия парашюта на 10 с. Отделившись от самолета, прогнулся и обеспечил устойчивое положение тела. Открыл парашют через 10,2 с. Во время парашютирования действия были правильными. Перед приземлением развернулся в подвесной системе по ветру. После приземления настроение приподнятое.

*6-й день.* На старте перед посадкой в самолет был, как обычно, спокоен и благодушен. Много шутил и разговаривал с медиками. После прыжка настроение было отличным. Как всегда, отличался юмором.

*14-й день.* Совершил заключительный прыжок первого этапа парашютной подготовки с 50-секундной задержкой раскрытия парашюта. На старте перед полетом держался свободно. Очень хорошо владел телом в свободном падении. Открыл парашют через 50,2 с. После прыжка находился в приподнятом настроении.

**Упражнение 3.** Схема амбулаторного исследования В. Смекала в пункте 5 предусматривает всестороннее наблюдение за пациентом. Прочитайте внимательно этот пункт и ответьте на вопросы:

1. За какими сторонами психики ведется наблюдение?
2. Какова цель наблюдения в ходе амбулаторного исследования?
3. Как бы вы предложили организовать процедуру наблюдения?
4. Отвечает ли это наблюдение требованиям научного метода?

### Схема амбулаторного исследования (В. Смекал)

*Шварцара Й.* Диагностика психического развития. — Прага, 1978. — С. 353.

1. *Дата и место исследования. Анкетные данные.*  
Имя и фамилия клиента, дата рождения, национальность, место рождения. Возраст во время исследования. Образование (у школьников: класс, год обучения, в каких классах оставался на второй год).
2. *Причина исследования:* исследование проводится по просьбе...
3. *Важные данные анамнеза об эндогенных и экзогенных факторах развития.*
4. *Состояние здоровья и физическая зрелость.*  
Органы чувств, моторика, речь, латеральность.
5. *Внешность и поведение при исследовании.*
  - а) вид, чистота и опрятность, явные особенности;
  - б) ориентированность, что касается характера и цели исследования;
  - в) способ установления контакта: смелый—несмелый—равнодушный;
  - г) подход к испытанию: сопротивление—равнодушие—интерес, восторг—неуверенность—пассивность;
  - д) сотрудничество в течение испытания: реактивный—спонтанный—инициативный—выжидающий—любопытный; понятливый—непонятливый, самостоятельный—несамостоятельный, внушаемый; рассеянный—стойкий, постоянный; терпеливый—нетерпеливый;
  - е) реакция на решение заданий: успешность поощряет — неуспешность отталкивает; амбициозный; для испытуемого важно — не важно качество отметок, тревожность и напряжение; функциональная инерция — быстрое приспособление к изменению; полагается на себя — не полагается — переоценивает себя;
  - ж) общее настроение и социабельность: довольный—недовольный, серьезный—спокойный—веселый, грустный, вспыльчи-

вый; вербальная или мимическая коммуникация с исследующим — равнодушие к исследуемому — непрерывное наблюдение за реакцией исследующего;

з) динамика поведения: беспокойный (непостоянный, болезненно раздражительный, переменчивый) — тупой (торпидный, брадипсихический) — особые манеры (кусание ногтей, моргание, тики, подергивание и др.);

и) речь (фонирование и артикулирование), способы выражения: скорость, громкость, тон и акцент, выговор; грамматика; запас слов, особенности стиля, плавность, искусность, естественность.

6. *Проведенные испытания и их количественные результаты.*

7. *Характеристика.*

а) конституция и темперамент, выносливость, эмотивность;

б) мотивация: потребности, интересы, идеалы, ценности, возможности;

в) адаптационные механизмы, «оценка самого себя», фрустрационный тип и толерантность, воля (владение собой);

г) социальность, позиции, ориентировка, дисциплинированность, добросовестность;

д) умения;

е) образование и умственный уровень.

8. *Прогноз и рекомендации.*

**Упражнение 4.** На основе длительных наблюдений за спортсменами профессор А. Ц. Пуни пришел к следующим выводам:

Сильное предстартовое возбуждение наряду с мышечной скованностью может сопровождаться общим двигательным возбуждением, чаще всего выражающимся в повышении привычного темпа движений и речи. Спортсмен суетится, беспричинно торопится, хотя и делает все заранее, без всяких оснований боится опоздать к старту. Для овладения самостоятельным контролем за темпом движений и речи существуют разнообразные упражнения, общие принципы которых состоят в следующем: 1) тренировать плавность и медлительность движений; 2) чередовать в тренировке быстрый и медленный,

плавный и резкий темп; 3) так организовать жизнь, чтобы обстоятельства не вынуждали спешить (Практические занятия по психологии/ Под ред. А. Ц. Пуни. — М.: Физическая культура и спорт, 1977. — С. 133).

На основе этого вывода попытайтесь восстановить: а) что было объектом наблюдения? б) какова цель наблюдения? в) в каких ситуациях велось наблюдение?

**Упражнение 5.** К какому виду относится наблюдение Л. Н. Толстого, описанное в его произведении «Крейцерова соната»?

И вдруг меня охватила страшная злость к ней, какой я еще никогда не испытывал. Мне в первый раз захотелось физически выразить эту злость. Я вскочил и двинулся к ней.

Дав ход своему бешенству, я упивался им, и мне хотелось еще что-нибудь сделать необыкновенное, показывающее высокую ступень моего бешенства. Мне страшно хотелось бить, убить ее, но я знал, что этого нельзя, чтобы все-таки дать ход своему бешенству — схватил со стола пресс-папье и швырнул его оземь мимо нее. Я очень хорошо целил мимо.

**Упражнение 6.** Используя схему, проведите наблюдение за детьми дошкольного возраста (4–6 лет).

*Цель:* установить индивидуальные особенности контактов детей с незнакомыми взрослыми.

*Ситуация:* первое знакомство.

Отношение детей к взрослому	Степень активности взрослого		
	не предлагает общения	выражает расположение к общению	предлагает общение
Индифферентное Ориентировочная реакция Пассивное ожидание Положительное эмоциональное отношение Активный поиск контактов Речевые контакты Невербальные контакты Активное избегание контактов Другие особенности			

Выделите индивидуальные особенности детей при установлении контактов со взрослыми по каждой из намеченных линий, обобщив результаты своих многократных наблюдений или данные разных наблюдателей в отношении одного и того же ребенка.

(По материалам кн.: Развитие обобщения у дошкольников / Под ред. А. В. Запорожца и М. И. Лисиной. — М.: Педагогика, 1974. — С. 160.)

# Глава 2

## Методики наблюдения

---

### 2.1. Методики формализованного наблюдения

В этой главе рассматриваются два вида наблюдения: формализованное и неформализованное. Раскроем более подробно специфику этих видов наблюдения и приведем конкретные методики каждого из них.

К формализованной методике может быть отнесена та, которая в какой-либо из своих частей имеет заданное извне (исследователем или составителем методики) ограничение. Это ограничение может касаться оценки степени выраженности наблюдаемых фактов (указаны баллы или мера выраженности в других формах). Может быть ограничен набор наблюдаемых признаков. В этом случае в протоколе или бланке регистрации задаются объекты наблюдения, которые нужно увидеть и зафиксировать их наличие или отсутствие. Термин «формализованный» может быть отнесен и к ситуациям, в которых ведется наблюдение. Здесь ограничения вводятся в отношении времени, пространства, вида деятельности, круга общения и т. д. Наконец, могут быть формализованы результаты наблюдения, если они получены на репрезентативной выборке и проведено их шкалирование (уровневое, нормативное и др.). При этом появляется возможность соотносить с имеющимися шкалами результаты вновь проводимых наблюдений.

Второе условие отнесения методики к формализованной состоит в том, что введенное в наблюдение ограничение должно быть постоянным на протяжении всего исследования. Это условие может относиться к выборке, к объектам наблюдения, к ситуациям. Например, все испытуемые наблюдаются по заранее определенному набору признаков (объектов наблюдения).

Называя методику формализованной, мы хотим подчеркнуть, что есть виды наблюдения, где исследователь полностью зависит от жизненных реалий, ничего в них не ограничивая, а только фиксируя изменения, которые он наблюдает.

Формализация всей программы наблюдения и статистическая проверка получаемых результатов с составлением нормативных шкал позволяют создать стандартизованную методику наблюдения. В качестве примера можно назвать «Карту наблюдений Стотта». Представленная в ней схема наблюдения состоит из 16 симптомокомплексов, в соответствии с которыми приведены оценочные шкалы.

Методики формализованного наблюдения существенно корректируют те недостатки, которые присущи наблюдению. Появляется возможность более четкого и полного сопоставления результатов различных наблюдений, исключается отрицательное влияние наблюдателя (его субъективность), может быть достигнуто единство качественного и количественного анализа полученных фактов, а также установлены не только факты, но и их причины.

Ниже приводятся методики наблюдения, созданные и апробированные разными авторами. Эти методики могут быть отнесены к формализованным.

### Перечень методик наблюдения, включенных в книгу

1. Методика наблюдения за поведением организатора дискуссии между детьми после просмотра телепередачи, спектакля и т. п. (сост. Н. Ю. Скороходова).
2. Методика наблюдения за словесными воздействиями учителя на уроке (сост. Л. А. Регуш).
3. Методика экспертной оценки невербального поведения личности (сост. В. А. Лабунская).



4. Методика наблюдения за проявлением настойчивости и упорства в процессе тренировочного занятия или соревнования (сост. А. Ц. Пуни).
5. Методика наблюдения за эмоциональным возбуждением (сост. А. Ц. Пуни).
6. Схема наблюдения за ребенком при психологическом обследовании (для детей от 6 до 15 лет) (сост. Ш. Гьюричова, П. Гусникова).
7. Шкала оценок для измерения реактивности ученика (сост. Я. Стреляу).
8. Схема наблюдения за проявлениями интереса, внимания учащихся на уроке (сост. А. В. Викулов).
9. Методика наблюдения за процессом решения учащимися задач (сост. А. В. Орлова).
10. Карта наблюдений Стотта.
11. Схема наблюдения за различными сторонами поведения маленького ребенка (сост. N. Bayley).
12. Методика наблюдения за проявлениями межличностных влечений подростков (сост. А. Г. Грецов).

## Методика наблюдения за поведением организатора дискуссии между детьми после просмотра телепередачи, спектакля и т. п.

Возрастные особенности дискуссий в группах школьников / Сост. Н. Ю. Скороходова. — Петрозаводск, 1984. — С. 16–18.

**Инструкция.** По предложенной схеме можно провести как наблюдение, так и самонаблюдение за организацией дискуссии. Для этого нужно на шкале баллов обвести то значение, которое, по мнению наблюдателя, характеризует ту или иную сторону поведения организатора дискуссии.

Ф. И. О. \_\_\_\_\_

- |  |               |  |
|--|---------------|--|
| 1. Просто называет цель и тему, не пытается заинтересовать ее участников.        | 1 2 3 4 5 6 7 | Заинтересовывает участников, умело разъясняет тему и цель.               |
| 2. Не следит за ходом обсуждения, допускает многословие и отклонения от темы.    | 1 2 3 4 5 6 7 | Не допускает многословия и отклонений от темы.                           |
| 3. Не умеет пресекать повторений.  | 1 2 3 4 5 6 7 | Пресекает общие повторения уже сказанного.                               |
| 4. Не подводит частичных итогов в ходе обсуждения                                | 1 2 3 4 5 6 7 | Подводит частичные итоги в ходе обсуждения.                              |
| 5. Нечетко подводит заключительный итог, не сравнивает его с поставленной целью. | 1 2 3 4 5 6 7 | Четко подводит заключительный итог, сравнивает его с поставленной целью. |

### *В отношении отдельных участников:*

- |  |               |   |
|--|---------------|---|
| 1. Не умеет выделить основную мысль в высказываниях участников обсуждения. | 1 2 3 4 5 6 7 | Стремится выделить основную мысль в высказываниях участников. |
| 2. Слишком рано прерывает, не умеет внимательно слушать.                   | 1 2 3 4 5 6 7 | Умеет внимательно слушать, не прерывает преждевременно.       |

- |   |               |   |
|---|---------------|---|
| 3. Принимает высказывания без доказательств.                        | 1 2 3 4 5 6 7 | Способствует тому, чтобы каждое высказывание было с доказательствами. |
| 4. Недостаточно активизирует пассивных участников.                  | 1 2 3 4 5 6 7 | Активизирует пассивных участников.                                    |
| 5. Не умеет разрешать недоразумения, возникающие между участниками. | 1 2 3 4 5 6 7 | Умеет разрешать недоразумения, возникающие между участниками.         |

*В отношении группы в целом:*

- |   |               |   |
|---|---------------|---|
| 1. Не вовлекает всех участников в обсуждение.   | 1 2 3 4 5 6 7 | Вовлекает всех участников в обсуждение.   |
| 2. Не умеет создавать доброжелательную и деловую атмосферу.                                     | 1 2 3 4 5 6 7 | Может обеспечить доброжелательную и деловую атмосферу.  |
| 3. Почти не использует вносимые предложения, мысли, аргументы и замечания для решения проблемы. | 1 2 3 4 5 6 7 | Умеет использовать вносимые предложения, идеи, доказательства и замечания для решения проблемы. |
| 4. Много говорит сам, мало спрашивает и слушает.  | 1 2 3 4 5 6 7 | Выясняет мнения участников, сам говорит мало, но по существу.                                   |
| 5. Допускает споры, в которых от темы дискуссии переходят на личности.                          | 1 2 3 4 5 6 7 | Пресекает споры, в которых от темы обсуждения переходят на личности.                            |

Очень полезно сопоставить самооценку поведения и экспертные оценки. Значительные отличия в оценках говорят о неумении ведущего дискуссии контролировать и оценивать свое поведение. Анализ оценок поможет также обнаружить дефекты в ведении дискуссии и в дальнейшем направить усилия на корректировку своего поведения.

## **Методика наблюдения за словесными воздействиями учителя на уроке**

(Составитель Л. А. Регуш)

*Цель:* дать характеристику словесных воздействий учителя на уроке.

**Инструкция** эксперту-наблюдателю:

### **I. Подготовка к посещению урока (занятия)**

1. Уточнить и понять цели экспертизы коммуникативной культуры учителя, а также цель наблюдения.
2. Внимательно изучить схему наблюдения.
3. Вспомнить или заново познакомиться со спецификой метода наблюдения и требованиями к нему.
4. Настроить себя на объективную фиксацию наблюдаемого, исключив влияние субъективных установок на учителя, процесс и результат наблюдения.
5. Познакомиться со словарем терминов, раскрывающих смысл различных видов словесных воздействий; при необходимости обратиться к дополнительной литературе.

### **II. Проведение наблюдения**

1. При знакомстве с учителем, урок которого наблюдается, и установлении контакта с ним избегать формулирования конкретной цели наблюдения.
2. Фиксация наблюдаемых словесных воздействий ведется по схеме (см. таблицу, где в графе 4 записываются слова, обращения, высказывания, которые могут быть отнесены к тому или иному виду воздействий; если возникают трудности в отнесении тех или иных высказываний к определенному виду, можно воспользоваться словарем терминов).
3. Необходимо записывать словесные воздействия, отсутствующие в схеме, но имеющиеся в речи учителя. Этот материал следует использовать при проведении анализа и подведении итогов.

Ранговое место словесного воздействия при высоком уровне понимания учителем учеников	Виды словесных воздействий	Ранговое место словесного воздействия при низком уровне понимания учителем учеников	Слова, высказывания, обращения того или иного вида воздействия на разных этапах урока	Всего воздействий того или иного вида у наблюдаемого учителя	Ранговое место того или иного вида воздействия у наблюдаемого учителя
—	Нравоучение	1			
—	Нотация	2			
3	Обращение по фамилии	4			
2	Повышение тона	3			
—	Дисциплинирование — приказ	5			
—	Замечание — вопрос	6			
—	Угроза	7			
6	Команда	8			
—	Упрек	9			
—	Просьба	10			
9	Распоряжение	11			
1	Инструментирование	12			
4	Поощрение	—			
5	Юмор	—			
7	Ободрение	—			
8	Диалог	—			
10	Порицание	—			
11	Ирония	—			

### Словарь терминов, раскрывающих смысл различных видов словесных воздействий

Составлен по: *Ожегов С. И.* Словарь русского языка. — М., 1964.

*Замечание* — выговор, указание на ошибку.

*Интонация* — повышение или понижение голоса при произношении; манера произношения, отражающая чувства говорящего.

*Инструкция* — сформулированная в слове последовательность действий.

*Ирония* — тонкая насмешка, выраженная в скрытой форме.

*Команда* — краткий устный приказ.

*Нравоучение* — поучение, внушение нравственных правил.

*Нотация* — наставление, выговор.

*Ободрение* — внушение бодрости, поднятие настроения.

*Порицание* — выговор, осуждение.

*Поощрение* — то, что поощряет: одобрение, награда, содействие, сочувствие, возбуждающее желание делать хорошо, лучше.

*Просьба* — обращение, призывающее удовлетворить какие-либо нужды, желания.

*Распоряжение* — 1. То же, что и приказание. 2. Забота об устройстве, использовании, применении чего-либо.

*Угроза* — запугивание, обещание причинить зло.

*Указание* — наставление, разъяснение, указывающее, как действовать.

*Упрек* — неудовольствие, неодобрение или обвинение, высказанное кому-нибудь.

*Юмор* — беззлобно-насмешливое отношение к чему-нибудь.

### III. Обработка результатов наблюдения и формулирование выводов

1. Подсчитать количество слов-воздействий каждого вида и записать соответствующую цифру в графу 5.

2. Определить ранговое место каждого вида воздействий и проставить эти данные в графе 6.

3. Соотнести ранговые места того или иного вида воздействий, которые наблюдались у учителя на уроке, с данными, представленными в графах 1 и 3.

*Примечание.* В графе 1 приведены ранговые места словесных воздействий, которые характерны для учителей, имеющих высокий уровень понимания учащихся.

В графе 3 приведены ранговые места словесных воздействий для учителей, имеющих низкий уровень понимания учащихся.

Характеристика ранговых мест этих видов воздействий получена в исследовании С. В. Кондратьевой (*Кондратьева С. В.* Психологические проблемы понимания людьми друг друга // Психология межличностного познания. — М.: Педагогика, 1981).

4. Сделать вывод:

а) о наиболее характерных для данного учителя словесных воздействиях на учащихся, принимая во внимание, что 1–4 — высокие, 5–8 — средние, 9–12 — низкие ранговые места того или иного вида воздействий;

б) свидетельствуют ли эти, наиболее характерные виды воздействий учителя о его понимании учащихся, учитывая, что одним из основных показателей коммуникативной культуры является понимание ученика.

5. Если проведенная обработка не позволяет определенно дать заключение о наиболее характерных словесных воздействиях учителя, то нужно обратиться к тем видам воздействий, которые не указаны в схеме, но которые вы установили и зафиксировали в ходе наблюдения, и использовать эти данные для разрешения сомнений.

## Методика экспертной оценки невербального поведения личности

Эмоциональные и познавательные  
характеристики общения / Под ред.  
В. А. Лабунской. — Ростов-на-Дону,  
1990. — С. 150–153.

**Инструкция.** Вы часто общаетесь с... и, конечно, хорошо знаете его (ее) поведение, привычки. Выскажите, пожалуйста, свое мнение об особенностях его (ее) неречевого (невербального) поведения, ответив на вопросы, приведенные ниже. Оцените, как часто проявляются те или иные особенности поведения... в общении с вами и другими людьми.

Вопросы	Всегда	Часто	Редко	Никогда
1	2	3	4	5
1. Бывают ли, по вашему мнению, у него (у нее) «жесты-паразиты», которые мешают в общении, затрудняют понимание его (ее) слов, внутренних состояний?				
2. Может ли он (она) по вашему поведению понять, как вы относитесь к другим людям, событиям?				
3. Может ли он (она) в конфликтной ситуации сдерживать мимику, жесты, которые могут усилить вашу неприязнь, гнев, углубить конфликт?				
4. Может ли он (она) по выражению ваших глаз, по взгляду понять, что вы хотите о чем-то спросить или что вы нуждаетесь в поддержке, сочувствии?				
5. Гармонично ли сочетаются между собой его (ее) жесты, мимика, интонации в разных ситуациях делового и личного общения?				
6. Умеет ли он (она) без слов, только взглядом привлечь внимание, выразить поддержку, укор?				



<b>Вопросы</b>	<b>Всегда</b>	<b>Часто</b>	<b>Редко</b>	<b>Никогда</b>
<b>1</b>	<b>2</b>	<b>3</b>	<b>4</b>	<b>5</b>
7. Понимает ли он (она) по выражению вашего лица, когда вы чем-то озадачены, удивлены?				
8. Соответствуют ли его (ее) жесты, мимика, интонации словам, дополняют ли они содержание его (ее) речи?				
9. Верно ли, что он (она) мимикой, позой может продемонстрировать, желает или нет общаться, поддерживать контакт?				
10. Может ли он (она) сдерживать внешнее проявление гнева, недовольства, обиды, если это необходимо?				
11. Понимает ли он (она), когда в вашем голосе звучит неодобрение, предостережение?				
12. Бывают ли у него (у нее) некрасивые, непривлекательные, с вашей точки зрения, позы и движения?				
13. Использует ли он (она) мягкие, доверительные интонации, когда хочет вызвать на откровенность, расположить к себе?				
14. Умеет ли он (она) по изменениям вашего поведения определить изменения в настроении, состоянии?				
15. Может ли он (она) передать оттенки, нюансы своих чувств, эмоций при помощи различных речевых средств?				
16. Умеет ли он (она) достаточно тонко и понятно показать свое доброжелательное отношение к другим: приветливость, симпатию, заинтересованность?				
17. Есть ли у него (у нее) индивидуальные, неповторимые жесты и позы, понятные другим и отражающие его (ее) индивидуальные особенности, характер?				
18. Может ли он (она) понять ваше отношение к нему (к ней), даже если вы стараетесь его не демонстрировать?				

<b>Вопросы</b>	<b>Всегда</b>	<b>Часто</b>	<b>Редко</b>	<b>Никогда</b>
<b>1</b>	<b>2</b>	<b>3</b>	<b>4</b>	<b>5</b>
19. Бывает ли он (она) скован в движениях, в жестах, когда попадает в непривычную, незнакомую ситуацию?				
20. Понимает ли он (она), когда вы расстроены, не расположены к общению?				

Вопросы 1, 5, 8, 12, 15, 17 касаются общей оценки невербального репертуара личности с точки зрения его разнообразия, гармоничности, индивидуализированности и др.

Вопросы 2, 4, 7, 11, 14, 18, 20 характеризуют способность человека к адекватному пониманию различных компонентов невербального поведения партнера.

Вопросы 3, 6, 9, 10, 13, 16, 19 определяют способность к управлению, к целенаправленному использованию невербальных средств в общении.

**Методика наблюдения  
за проявлением настойчивости и упорства  
в процессе тренировочного занятия или соревнования**

Практические занятия по психологии /  
Под ред. А. Ц. Пуни. — М.: Физическая  
культура и спорт, 1977. — С. 147–148.

Показатели признаков проявления настойчивости и упорства	Оценка проявления настойчивости и упорства (в баллах от 1 до 5)							Сумма баллов
	попытки							
	1	2	3	4	5	...	15	
Внимательно (невнимательно) слушает объяснение и следит (не следит) за демонстрацией упражнений								
Тщательно готовится (не готовится) к исполнению упражнения								
Прибегает (не прибегает) к имитации, специальным упражнениям								
Совершил (пропустил) попытку*								
Совершил (не совершил) дополнительную попытку*								
Совершил попытку энергично (неэнергично)								
Неудачи и ошибки повышают (ослабляют) энергию и активность								
Наличие риска и опасности не снижает (ослабляет) энергию и активность								
Неожиданные препятствия не снижают (ослабляют) энергию и активность								
Трудные внутренние состояния (усталость, боль и др.) не снижают (ослабляют) энергию и активность								
Успешные попытки повышают (ослабляют) энергию и активность								

\* Оценка альтернативна: либо 5 баллов, либо 1 балл.

## Методика наблюдения за эмоциональным возбуждением

Практические занятия по психологии / Под ред. А. Ц. Пуни. — М.: Физическая культура и спорт, 1977. — С. 120–121.

Шкала оценки внешних признаков эмоционального возбуждения включает в себя оценку поведения, внимания, мимики, пантомимики, движений, статических поз, речи, вегетативных сдвигов.

### Поведение

Безразличие ко всему. Сонливость, зевота. Пониженная реактивность .....	1
Поведение не отличается от обычного. Деловитость. Сознание направлено на предстоящую соревновательную деятельность (правильное и рациональное исполнение упражнений, тактических приемов и т. п.) .....	2
Проявляется беспокойство, суетливость. Сознание направлено на возможный конечный результат (итог) соревнования .....	3
Частая смена настроений, раздражительность .....	4

### Мимика, пантомимика

Лицо застывшее. Рот полуоткрыт. Глаза полузакрыты .....	1
Мимика и пантомимика не отличаются от обычных .....	2
В мимике проявляется некоторое напряжение, незначительные движения губами. Несильная жестикуляция при разговоре .....	3
Мимика напряженная, челюсти сжаты, желваки на щеках, смещение губ в сторону, закусывание губ, резкие движения головой, частое мигание глаз, немотивированное прищуривание глаз. Бурная жестикуляция .....	4

### Движения

Движения замедленные, вялые .....	1
Движения спокойные, слитные, мягкие, как обычно .....	2

Некоторая резкость, порывистость движений.	
Лишних движений нет .....	3
Движения резкие, несоразмерные, сопровождающиеся излишними усилиями. Движения рук иногда сопровождаются движениями всего тела .....	4

### **Статические позы**

Позы неудобные, но не меняющиеся, застывшие статические положения .....	1
Позы удобные, непринужденные, оправданные обстоятельствами. Позы удобные, но проявляется тенденция к их неоправданной смене .....	3
Позы неудобные, частая их смена .....	4

### **Речь**

Речь замедленная, вялая, маловыразительная. Тихий голос ....	1
Обычная речь .....	2
Речь более учащенная, более громкая или более выразительная, чем обычно .....	3
Речь частая. Окончания слов произносятся нечетко. Заметные изменения в интонации голоса .....	4

### **Вегетативные сдвиги**

Пульс и дыхание обычные или замедленные. Побледнение кожных покровов лица. Легкое недомогание, ощущение вялости, слабости. Мышцы расслаблены больше, чем всегда, трудно напрячь их .....	1
Пульс и дыхание обычные. Цвет лица без изменений. Тонус мышц обычный .....	2
Пульс несколько учащен (на 5–10 ударов в минуту). Дыхание чаще, чем обычно. Покраснение кожных покровов лица. Тонус мышц обычный или несколько повышен .....	3
Пульс значительно учащен. Дыхание частое, поверхностное. Повышенное потоотделение. Повышенный диурез. Резкое покраснение кожи лица и тела. Мышцы напряжены .....	4

### Протокол оценок внешних проявлений эмоционального возбуждения

Внешние признаки эмоционального возбуждения	Условная оценка		
	оптимальный уровень эмоционального возбуждения	чрезмерное эмоциональное возбуждение	недостаточное эмоциональное возбуждение
Поведение			
Мимика, пантомимика			
Движения			
Статические позы			
Речь			
Вегетативные сдвиги			
Сумма баллов			

В каждой группе признаков шкала оценок строится по принципу нарастания внешнего проявления эмоционального возбуждения. Оценка 2 балла соответствует обычному — фоновому — эмоциональному состоянию, свойственному человеку, находящемуся в спокойной обстановке; оценка 1 балл — недостаточному эмоциональному возбуждению (предстартовой апатии); оценка 3 балла — повышенному по сравнению с обычным уровнем эмоционального возбуждения (для многих спортсменов он является оптимальным, соответствующим состоянию готовности); оценка 4 балла — состоянию предстартовой лихорадки, когда внешние проявления эмоций свидетельствуют об их чрезмерной интенсивности.

### Схема наблюдения за ребенком при психологическом обследовании (для детей от 6 до 15 лет)

*Черны В., Колларик Т.* Компендиум психодиагностических методов. — Братислава, 1988. — Т. 2. — С. 215–216.

При создании схемы наблюдения авторы исходили из требования создать пособие, которое бы объединило и упростило систему наблюдения и беседы. Исходными моментами служили анализ хода обычного психологического обследования, выбор психологических понятий и терминов, ознакомление с научной литературой и схемами похожего типа. Схема содержит понятия, относящиеся к определенным проявлениям поведения ребенка и его характеристикам. Задача психолога — отметить характерные для ребенка особенности.

Основой схемы наблюдения является бланк, состоящий из следующих частей:

- 1) прямое наблюдение;
- 2) производные характеристики;
- 3) темы для беседы.

Первая часть бланка касается данных, полученных в процессе наблюдения, и содержит следующие характеристики ребенка:

1. Соматотип, походка, лицо, мимика и пантомимика, кожа, зубы, гигиена, косметика, одежда.
2. Характеристики речи — голос, темп, разговорчивость, произношение, словарь, вербальные реакции.
3. Общая подвижность — быстрота, точность, целенаправленность, напряженность, нарушение подвижности.
4. Социальное поведение — установление контакта, изменения поведения по ходу обследования, общественные навыки и вежливость, качественные показатели социального поведения (относящиеся к проявлениям доминантности, агрессии, сублимации и аффилиации).
5. Настроение — эйфория, беззаботность, счастье, ровное настроение, серьезное настроение; изменчивость настроения под влиянием внешних факторов.

6. Поведение в ситуации решения задач (теста) — отношение к заданиям, рабочие навыки, внимательность.
7. Признаки невротической напряженности — движения рук, гримасы, кусание ногтей, потение, дрожание рук и т. д.

Вторая часть бланка содержит перечень важных свойств личности. Здесь на основании всех данных о ребенке воспроизводятся его личностные характеристики. Эта часть содержит категории: темперамент, свойства характера, волевые свойства и отношение к труду, социальная реактивность, отношение к взрослым, отношение к себе, семейная обстановка.

В третьей части приведены темы для беседы: симптом, семья, родители, квартира, включенность семьи, школа, учеба (успеваемость), учителя, одноклассники, домашняя подготовка, домашние обязанности, времяпрепровождение, самооценка, сон, еда, состояние здоровья, опасения, страх, ситуации нагрузки.



### Шкала оценок для измерения реактивности ученика

*Стреляу Я.* Роль темперамента в психическом развитии / Пер. с польск. — М.: Прогресс, 1982. — С. 157–160.

Для построения шкалы оценок использовалась ранее разработанная автором схема наблюдения. Шкала, примененная М. Гроднер и позволяющая измерять 12 типов поведения по девятибалльной системе, была подвергнута дальнейшей модификации и в последнем варианте сведена к 10 различным типам поведения в разных ситуациях, считающихся особенно важными для диагноза реактивности. Каждый из этих типов оценивается по пятибалльной системе. Поэтому ученик может получить максимум 50 баллов, минимум — 10. При этом уровень реактивности тем ниже, чем большее число баллов получает испытуемый. Это сделано для облегчения восприятия количественных результатов. Итак, число 50 свидетельствует о минимальной реактивности, 10 — о максимальной.

Приведем шкалу оценок вместе с краткой инструкцией, позволяющей читателю попытаться применить ее для своих целей.

**Инструкция.** Определите по пятибалльной шкале интенсивность каждого из названных свойств поведения ученика. При оценке следует исходить из конкретных, наблюдаемых форм и способов поведения.

*Цифра 1* — наименьшая интенсивность данного свойства (полное отсутствие). Например, оценивая такое свойство, как энергичность выполняемых движений, цифру 1 обведем кружком, если наблюдаемые движения ученика совсем лишены энергичности.

*Цифра 5* — самая высокая интенсивность данного свойства (явное обладание данным свойством, например движения ученика очень энергичны).

*Цифра 3* — средняя оценка, означает умеренную интенсивность данного свойства.

Выбранную цифру обведите кружком. После оценки всех десяти категорий поведения, что потребует (в зависимости от возможностей и условий наблюдения, частоты контактов с учеником) различных затрат времени, суммируйте полученные результаты.

1. Способен ли учиться длительное время без перерывов (например, в течение нескольких часов)?	Поминутно прерывает работу, а если не может этого сделать, работает неудачно и совершает ошибки	1 2 3 4 5	Несмотря на продолжительную работу, не испытывает никакого утомления
2. Способен ли к устойчивой концентрации внимания?	Не может сосредоточиться на выполняемой работе. Посторонние раздражители отвлекают от совершаемых действий	1 2 3 4 5	Целиком поглощен выполнением действия. Ничего не замечает, кроме своего занятия
3. Обладает ли стойкостью перед неудачами?	При неудачах перестает учиться, плачет, травмируется, порицание демобилизует	1 2 3 4 5	При неудачах еще больше мобилизуется, не разочаровывается, не проявляет нервозности
4. Охотно ли выполняет ответственную работу?	Избегает ситуаций, в которых надо брать инициативу на себя, охотнее подчиняется	1 2 3 4 5	Любит верховодить, берет на себя ответственность за выполняемые действия
5. Способен ли работать в неблагоприятной обстановке?	Шум, разговоры и прочее мешают работе, лучше учится в полной изоляции от окружения	1 2 3 4 5	Шум или разговоры не мешают выполнять работу. В любых условиях работает успешно
6. Отказывается ли от действий при обнаружении препятствий?	Даже небольшое препятствие вызывает отказ от дальнейшей работы. Не верит в собственные силы	1 2 3 4 5	Встреченные препятствия не отбивают охоту к дальнейшей работе. Не теряет веры в успех
7. Ведет ли себя так же, как обычно, в присутствии начальства?	В присутствии посторонних конфузится, избегает встреч с начальством, не любит классных посещений	1 2 3 4 5	Присутствие посетителей (директора) на уроке не смущает, воспринимается как естественное событие
8. Проявляет ли нервозность перед важным заданием?	Даже будучи хорошо подготовленным, с неохотой пишет контрольные работы. Больше думает о возможной неудаче, чем о решении задач	1 2 3 4 5	Контрольные работы или экзамены не воспринимает как исключительные события. Выполняя их, ведет себя как обычно, не нервничает

9. Охотно ли выполняет действия, требующие больших усилий?	Избегает продолжительных, утомительных действий, гораздо больше любит выполнять легкие, не слишком захватывающие задания	1 2 3 4 5	Любит полностью поглощающие его действия, требующие значительных выносливости и усилий
10. Легко ли преодолевает временные колебания настроения и депрессию?	Легко травмируется под влиянием сильных и конфликтных ситуаций. С трудом восстанавливает душевное равновесие	1 2 3 4 5	Тяжелые жизненные ситуации (болезни, смерть близких людей, семейные конфликты) не выводят из равновесия. Быстро приходит в себя

### Схема наблюдения за проявлениями интереса, внимания учащихся на уроке

*Викулов А. В.* Выразительные движения учащихся и их психологическая классификация: Дис. ... канд. психол. наук. — Л., 1986. — С. 94.

#### *Зона лоб—брови:*

- сведение — опущение бровей;
- поднятие бровей.

#### *Зона глаз:*

- увеличение — уменьшение глазной щели;
- поднятие верхнего века, понижение тонуса верхнего века;
- характер взгляда (зрительные оси пересекаются на самом предмете или сходятся за пределами предмета);
- направление взгляда (в сторону, в лицо, в глаза);
- напряженность взгляда.

#### *Зона от основания носа до подбородка:*

- изменения уголков рта (оттянуты—опущены);
- тонус рта;
- размер ротовой щели (рот закрыт, полуоткрыт, открыт).

#### *Зона головы:*

- лицевая обращенность ученика к предмету (увеличение — уменьшение); в фиксированной системе координат: полная, неполная, отсутствует лицевая обращенность;
- изменения положения головы по горизонтали (влево, вправо), по вертикали (поднята, опущена);
- способы фиксации головы через опору на руку.

#### *Зона шеи:*

- изменение тонуса шеи (связано с изменением положения головы по вертикали и горизонтали, с наличием или отсутствием опор).

*Зона туловища:*

- изменения положения туловища по отношению к предмету;
- обращенность плоскости туловища к предмету в относительной и фиксированной системе координат (аналогично лицевой обращенности).

*Зона рук:*

- тонус левой и правой кистей рук (сжата, растопырена, непроизвольный контакт с партой, другими предметами);
- движения, являющиеся средствами самовоздействия, самостимуляции: автоконтакты кистей рук, автоконтакты руки с другими частями тела.

*Зона ног:*

- изменение тонуса ног;
- смена позиции ног.

**Статистически значимые изменения  
выразительных движений внимания школьников**

<b>Степень внимания</b>	<b>Параметры</b>
Слабое	Уменьшение размеров глазной щели, понижение напряженности взгляда, уменьшение лицевой обращенности, голова опущена, понижение тонуса шеи, уменьшение обращенности туловища, понижение тонуса спины, отдаление локтей относительно друг друга, понижение тонуса ног
Среднее	Увеличение размеров глазной щели, повышение напряженности взгляда, увеличение лицевой обращенности, повышение тонуса шеи, повышение тонуса спины, повышение тонуса правой руки
Сильное	Увеличение размеров глазной щели, повышение напряженности взгляда, уголки рта оттянуты назад и вверх, повышение тонуса рта, увеличение лицевой обращенности, голова поднята, повышение тонуса шеи, движение туловища вперед, повышение тонуса спины, повышение тонуса правой руки, повышение тонуса левой руки, повышение тонуса ног
Очень сильное	Увеличение размеров глазной щели, повышение напряженности взгляда, ноздри расширены, уголки рта оттянуты назад и вверх, повышение тонуса рта, движение туловища вперед, увеличение обращенности туловища, повышение тонуса спины, повышение тонуса правой кисти, повышение тонуса левой кисти, повышение тонуса ног

## Карта наблюдений Стотта

Рабочая книга школьного психолога /  
Под ред. И. В. Дубровиной. — М.: Про-  
свещение, 1991. — С. 169.

Карта наблюдений (КН) Стотта состоит из 16 комплексов симптомов—образцов поведения, симптомокомплексов (СК). СК отпечатаны в виде перечней и пронумерованы (I—XVI). В каждом СК образцы поведения имеют свою нумерацию. При заполнении КН наличие каждого из указанных в ней образцов поведения у обследуемого отмечается знаком «+», а отсутствие — «-». Эти данные заносятся в специальную таблицу (см. табл. 1).

Заполняющий КН, сделав заключение о наличии или отсутствии очередного образца поведения, вписывает в столбец соответствующего СК номер образца поведения и справа от номера ставит знак «+» или «-».

Образцы поведения обладают неодинаковым информативным удельным весом. Поэтому при переводе первичных эмпирических показателей «+», «-» в сырые оценки за одни образцы поведения дается 1 балл, за другие — 2 балла. Для этого пользуются таблицей перевода первичных эмпирических показателей в сырые оценки (табл. 2).

В каждом СК баллы за образцы поведения суммируются. Затем суммы сырых оценок по каждому СК переводятся в процентные показатели. Процентные показатели свидетельствуют о выраженности СК у обследуемого от максимально возможной выраженности. Пересчет сырых оценок в процентные показан в табл. 3, которая построена следующим образом:

1. Суммируются все баллы по каждому СК из табл. 2.

2. Затем каждая из возможных «сырых» сумм оценок делится на максимально возможную сумму и умножается на 100%.

Согласно утверждению Стотта, числовые показатели СК имеют значение, но ориентировочное, поэтому при интерпретации обращаться с ними нужно осторожно. Методика не стандартизирована для практических нужд.

С помощью квантилей числовые шкалы (от 0 до 100%) для каждого СК разбили на пять интервалов. Интервал от 0 до 20% говорит о настолько слабой выраженности качества, что фактически мы

имеем дело с качеством, отличным от присущего данному СК. Так, очень слабо выраженный СК V.НВ может говорить о попытках ребенка установить хорошие отношения со взрослым, но сопровождающихся неприятными для взрослого действиями.

Интервал от 80 до 100% подобным образом показывает, что здесь качество СК переросло себя и мы имеем дело с другим качеством. Для правильной интерпретации крайних интервалов особенно важно привлечение дополнительных сведений.

Интервалы от 20 до 40, от 40 до 60 и от 60 до 80% соответственно говорят о заметной выраженности, сильной выраженности, очень сильной выраженности качества.

### Содержание симптомокомплексов

КН Стотта предназначена для изучения особенностей учеников, дезадаптированных к условиям школы. К дезадаптированным относятся два типа учеников: первый — которые сами испытывают трудности и создают множество трудностей для окружения (техперсонала, педагогов и других детей), так называемые трудные; второй — которым в школе трудно, но окружающим они не доставляют неприятностей.

Выявляемые особенности (внешних проявлений, образцов поведения), называемые симптомокомплексами, следующие:

I. *НД — недостаток доверия к новым вещам, людям, ситуациям.*

СК положительно коррелирует с сенситивностью по ПДО Личко. Любые достижения стоят ребенку огромных усилий.

II. *О — ослабленность (астения).*

Речь идет не о клинических и даже не о субклинических формах слабости состояния, а о проявлениях апатии, пониженного настроения, своего рода нейрофизической истощаемости. В более легкой форме спады энергии чередуются с проявлениями энергичности и активности. СК говорит о дефиците энергетических ресурсов организма ребенка, а следовательно, о его невозможности проявления активности.

III. *У — уход в себя.*

Самоустранение. Защитная установка по отношению к контактам с любыми людьми, неприятие проявляемого к нему чувства любви.

IV. *ТВ* — *тревога за принятие взрослыми и интерес с их стороны.*

Беспокойство и неуверенность относительно того, интересуются ли им взрослые, любят ли его. СК выражает тревожную надежду, стремления, попытки ученика к установлению и сохранению хороших отношений со взрослыми.

V. *НВ* — *непримение взрослых.*

Проявление различных форм неприятия взрослых: от избегания учителя, подозрительности к нему до неконтролируемой привычки враждебности.

VI. *ТД* — *тревога за принятие детьми.*

Беспокойство и неуверенность в том, любят ли его дети и представляет ли он для них интерес. СК ТД выражает те же тенденции, что и СК ТВ, но в отношении сверстников.

VII. *А* — *асоциальность.*

Недостаток социальной нормативности. Под этим термином не понимаются проявления антисоциального поведения, хотя при сильной выраженности (82% и более) такое может иметь место. Слабая выраженность СК А (14% и менее) может быть и в случае, если нравственные отношения ученика выше, чем предъявляемые ему школой моральные требования (что, конечно, не обязательно, но встречается).

VIII. *КД* — *конфликтность с детьми.*

Надо отметить, что слабая выраженность СК НВ и КД может говорить о попытках установления или сохранения хороших отношений, но не нормальными, а ошибочными способами. Это может быть сигналом о начавшемся переходе «от любви к ненависти», когда проявления плохого еще чередуются с проявлениями хорошего.

IX. *Н* — *неусидчивость или неугомонность.*

Нетерпеливость, неприспособленность к работе, требующей усидчивости, концентрации внимания, размышления, избегание долговременных усилий.

X. *ЭН* — *эмоциональное напряжение или эмоциональная незрелость.*

Признак запаздывающего эмоционального развития, ведущего в условиях школы к эмоциональному перенапряжению (стрессам).



Проявляется в инфантильности речи, в тревожности, склонности к слезам и т. п.

*XI. НС — невротические симптомы.*

Включают признаки невроза: преимущественно невроза навязчивых состояний — частое моргание, кусание ногтей, сосание пальцев и т. п.; отчасти невроза страха — «слова из него не вытянешь», говорит беспорядочно.

СК, связанные с конституцией и типом нервной системы — О, Н, ЭН, НС, а также отчасти НД и У, — имеют важное значение для понимания личности учащегося.

*XII. С — среда.*

Содержит несколько внешних признаков — сигналов того, что ребенок растет в неблагополучной среде, прежде всего это касается семейного круга.

*XIII. УР — умственное развитие.*

Констатирует уровень отставания в учебе и оценку общего впечатления, производимого уровнем умственного развития ребенка («просто глупый»).

*XIV. СР — сексуальное развитие.*

Фиксирует даваемую учителем общую оценку темпов и направленности полового развития.

*XV. Б — болезни.*

Содержит внешние признаки, по которым можно определить заболевание у ребенка, но, конечно, не позволяет поставить точный диагноз.

*XVI. Ф — физические дефекты.*

Обращает внимание на ненормальность телосложения, слабое зрение и слух.

Чтобы интерпретация числовой выраженности была адекватной, необходимо: 1) анализировать не только итоговую выраженность СК, но и отмеченные образцы поведения; 2) привлечь дополнительные данные об ученике, которые нужно получить от учителя в беседе или из составленной учителем характеристики.

Таблица 1

## Образец заполнения карты наблюдений

Образцы поведения	СК					
	I. НД	II. О	III. У	IV. ТВ	...	XVI. Ф
1	–	–				
2	–	–				
3	–	–				
4	–	+				
5	–	–				
6	+	–				
7	–	+				
8	+	+				
9	–	+				
10	–	+				
11	–	+				
12	+	+				
13	–	+				
14	–	–				
15	+	–				
16	+	+				
17	–	–				
18	–					
19	+					
20						
21						
22						
23						
24						
1-я итоговая оценка	8	15				
2-я итоговая оценка	35	48				

*Примечание:* 1-я итоговая оценка показывает результат суммирования сырых оценок (баллы); 2-я итоговая оценка показывает выраженность СК от максимально возможной (%).





### Карта наблюдений

1. *НД* — недостаток доверия к новым людям, вещам, ситуациям. Это ведет к тому, что любой успех стоит ребенку огромных усилий. От 1 до 11 — менее явные симптомы; от 12 до 17 — симптомы явного нарушения.

1. Разговаривает с учителем только тогда, когда находится с ним наедине.
2. Плачет, когда ему делают замечания.
3. Никогда не предлагает никому никакой помощи, но охотно оказывает ее, если об этом попросят.
4. Ребенок «подчиненный» (соглашается на «невыигрышные» роли, например во время игры бегают за мячом, в то время как другие спокойно на это смотрят).
5. Слишком тревожен, чтобы быть непослушным.
6. Лжет из боязни.
7. Любит, если к нему проявляют симпатию, но не просит о ней.
8. Никогда не приносит учителю цветы или другие подарки, хотя его товарищи часто это делают.
9. Никогда не приносит и не показывает учителю найденные им вещи, хотя его товарищи часто это делают.
10. Имеет только одного хорошего друга и, как правило, игнорирует остальных мальчиков и девочек в классе.
11. Здоровается с учителем только тогда, когда тот обратит на него внимание. Хочет быть замеченным.
12. Не подходит к учителю по собственной инициативе.
13. Слишком застенчив, чтобы просить о чем-то (например, о помощи).
14. Легко становится «нервным», плачет, краснеет, если ему задают вопрос.
15. Легко устранивается от активного участия в игре.
16. Говорит невыразительно, бормочет, особенно тогда, когда с ним здороваются.

II. О — *ослабленность (астения)*. В более легкой форме (симптомы 1–6) время от времени наблюдаются разного рода перепады активности, смена настроения. Наличие симптомов 7 и 8 свидетельствует о склонности к раздражению и физиологическом истощении. Симптомы 9–20 отражают более острые формы депрессии. Пунктам синдрома О обычно сопутствуют выраженные синдромы ТВ и НВ (см. IV и V), особенно в крайних формах депрессии. По всей вероятности, они действительно репрезентируют элементы депрессивного истощения.

1. Во время ответа на уроке иногда старателен, иногда ни о чем не заботится.
2. В зависимости от самочувствия либо просит о помощи в выполнении школьных заданий, либо нет.
3. Ведет себя по-разному. Старательность в учебной работе меняется почти ежедневно.
4. В играх иногда активен, иногда апатичен.
5. В свободное время иногда проявляет полное отсутствие интереса к чему бы то ни было.
6. Выполняя ручную работу, иногда очень старателен, иногда нет.
7. Нетерпелив, теряет интерес к работе по мере ее выполнения.
8. Рассерженный, «впадает в бешенство».
9. Может работать в одиночестве, но быстро устает.
10. Для ручной работы не хватает физических сил.
11. Вял, безынициативен (в классе).
12. Апатичен, пассивен, невнимателен.
13. Часто наблюдаются внезапные и резкие спады энергии.
14. Движения замедленны.
15. Слишком апатичен, чтобы из-за чего-нибудь расстраиваться (и следовательно, ни к кому не обращается за помощью).
16. Взгляд «тупой» и равнодушный.
17. Всегда ленив и апатичен в играх.
18. Часто мечтает наяву.

19. Говорит невыразительно, бормочет.
20. Вызывает жалость (угнетенный, несчастный), редко смеется.

III. *У — уход в себя*. Избегание контактов с людьми, самоустрашение. Защитная установка по отношению к любым контактам с людьми, неприятие проявляемого к нему чувства любви.

1. Абсолютно никогда ни с кем не здоровается.
2. Не реагирует на приветствия.
3. Не проявляет дружелюбия и доброжелательности к другим людям.
4. Избегает разговоров («замкнут в себе»).
5. Мечтает и занимается чем-то иным вместо школьных занятий («живет в другом мире»).
6. Совершенно не проявляет интереса к ручной работе.
7. Не проявляет интереса к коллективным играм.
8. Избегает других людей.
9. Держится вдали от взрослых даже тогда, когда чем-то задет или в чем-то подозревается.
10. Совершенно изолируется от других детей (к нему невозможно приблизиться).
11. Производит такое впечатление, как будто совершенно не замечает других людей.
12. В разговоре беспокоен, сбивается с темы разговора.
13. Ведет себя подобно настороженному животному.

IV. *ТВ — тревожность по отношению к взрослым*. Беспокойство и неуверенность в том, интересуются ли им взрослые, любят ли его. Симптомы 1–6 — ребенок старается убедиться, «принимают» ли и любят ли его взрослые. Симптомы 7–10 — старается обратить на себя внимание и преувеличенно добивается любви взрослого. Симптомы 11–16 — проявляет большое беспокойство о том, «принимают» ли его взрослые.

1. Очень охотно выполняет свои обязанности.
2. Проявляет чрезмерное желание здороваться с учителем.

3. Слишком разговорчив (докучает своей болтовней).
4. Очень охотно приносит цветы и другие подарки учителю.
5. Очень часто приносит и показывает учителю найденные им предметы, рисунки и т. п.
6. Чрезмерно дружелюбен по отношению к учителю.
7. Преувеличенно много рассказывает учителю о своих занятиях в семье.
8. «Подлизывается», старается понравиться учителю.
9. Всегда находит предлог занять учителя своей особой.
10. Постоянно нуждается в помощи и контроле со стороны учителя.
11. Добивается симпатии учителя, приходит к нему с различными мелкими делами и жалобами на товарищей.
12. Пытается «монополизовать» учителя (занимать его исключительно собственной особой).
13. Рассказывает фантастические, вымышленные истории.
14. Хочет заинтересовать взрослых своей особой, но не прилагает со своей стороны никаких стараний в этом направлении.
15. Чрезмерно озабочен тем, чтобы заинтересовать собой взрослых и приобрести их симпатии.
16. Полностью «устраняется», если его усилия не увенчиваются успехом.

*V. НВ — неприятие взрослых.* Симптомы 1–4 — ребенок проявляет различные формы неприятия взрослых, которые могут быть началом враждебности или депрессии. Симптомы 5–9 — то относится к взрослым враждебно, то старается добиться их хорошего отношения. Симптомы 10–17 — открытая враждебность, проявляющаяся в асоциальном поведении. Симптомы 18–24 — полная, неуправляемая, привычная враждебность.

1. Переменчив в настроениях.
2. Исключительно нетерпелив, кроме тех случаев, когда находится в хорошем настроении.



3. Проявляет упорство и настойчивость в ручной работе.
4. Часто бывает в плохом настроении.
5. При соответствующем настроении предлагает свою помощь или услуги.
6. Когда о чем-то просит учителя, бывает иногда очень сердечным, иногда — равнодушным.
7. Иногда стремится, а иногда избегает здороваться с учителем.
8. В ответ на приветствие может выражать злость или подозрительность.
9. Временами дружелюбен, временами в плохом настроении.
10. Очень переменчив в поведении. Иногда кажется, что умышленно плохо выполняет работу.
11. Портит общественную и личную собственность (в домах, садах, общественном транспорте).
12. Вульгарный язык, рассказы, стихи, рисунки.
13. Неприятен, в особенности когда защищается от предъявляемых ему обвинений.
14. Бормочет под нос, если чем-то недоволен.
15. Негативно относится к замечаниям.
16. Временами лжет без какого-либо повода и без затруднений.
17. Раз или два был замечен в воровстве денег, сластей, ценных предметов.
18. Всегда на что-то претендует и считает, что несправедливо наказан.
19. «Дикий» взгляд, смотрит исподлобья.
20. Очень непослушен, не соблюдает дисциплину.
21. Агрессивен (кричит, угрожает, употребляет силу).
22. Охотнее всего дружит с так называемыми подозрительными типами.
23. Часто ворует деньги, сласти, ценные предметы.
24. Ведет себя непристойно.

VI. *ТД* — *тревога по отношению к детям*. Тревога ребенка за принятие его другими детьми. Временами она принимает форму открытой враждебности. Все симптомы одинаково важны.

1. «Играет героя», особенно когда ему делают замечания.
2. Не может удержаться, чтобы не «играть» перед окружающими.
3. Склонен «прикидываться дурачком».
4. Слишком смел (рискует без надобности).
5. Заботится о том, чтобы всегда находиться в согласии с большинством. Навязывается другим; им легко управлять.
6. Любит быть в центре внимания.
7. Играет исключительно (или почти исключительно) с детьми старше себя.
8. Старается занять ответственный пост, но опасается, что не справится с ним.
9. Хвастает перед другими детьми.
10. Паясничает (строит из себя шута).
11. Шумно ведет себя, когда учителя нет в классе.
12. Одевается вызывающе (брюки, прическа — мальчики; преувеличенность в одежде, косметика — девочки).
13. Со страстью портит общественное имущество.
14. Дурацкие выходки в группе сверстников.
15. Подражает хулиганским проделкам других.

VII. *А* — *недостаток социальной нормативности (асоциальность)*. Неуверенность в одобрении взрослых, которая выражается в различных формах негативизма. Симптомы 1–5 — отсутствие стараний понравиться взрослым, безразличие и отсутствие заинтересованности в хороших отношениях с ними. Симптомы 5–9 у более старших детей могут указывать на определенную степень независимости. Симптомы 10–16 — отсутствие моральной щепетильности в мелочах. 16 — ребенок считает, что взрослые недружелюбны, вмешиваются в его дела, не имея на это права.

1. Не заинтересован в учебе.
2. Работает в школе тогда, когда над ним «стоят» или когда его заставляют работать.

3. Работает вне школы только тогда, когда его контролируют или заставляют работать.
4. Не застенчив, но проявляет безразличие при ответе на вопросы учителя.
5. Не застенчив, но никогда не просит о помощи.
6. Никогда добровольно не берется ни за какую работу.
7. Не заинтересован в одобрении или неодобрении взрослых.
8. Сводит к минимуму контакты с учителем, но нормально общается с другими людьми.
9. Избегает учителя, но разговаривает с другими людьми.
10. Списывает домашние задания.
11. Берет чужие книги без разрешения.
12. Эгоистичен, любит интриги, портит другим детям игры.
13. В играх с другими детьми проявляет хитрость и непорядочность.
14. «Нечестный игрок» (играет только для личной выгоды, обманывает в играх).
15. Не может смотреть прямо в глаза другому.
16. Скрытен и недоверчив.

VIII. *КД* — *конфликтность с детьми* (от ревнивого соперничества до открытой враждебности).

1. Мешает другим детям в играх, подсмеивается над ними, любит их пугать.
2. Временами очень недоброжелателен по отношению к тем детям, которые не принадлежат к тесному кругу его общения.
3. Надоедает другим детям, пристает к ним.
4. Ссорится, обижает других детей.
5. Пытается своими замечаниями создать определенные трудности у других детей.
6. Прячет или уничтожает предметы, принадлежащие другим детям.
7. Находится по преимуществу в плохих отношениях с другими детьми.

8. Пристает к более слабым детям.
9. Другие дети его не любят или даже не терпят.
10. Дерется несоответствующим образом (кусается, царапается и др.).

IX. *Н* — *неугомонность*. Неугомонность, нетерпеливость, неспособность к работе, требующей усидчивости, концентрации внимания и размышления. Склонность к кратковременным и легким усилиям. Избегание долговременных усилий.

1. Очень неряшлив.
2. Отказывается от контактов с другими детьми таким образом, что это для них очень неприятно.
3. Легко примиряется с неудачами в ручном труде.
4. В играх совершенно не владеет собой.
5. Непунктуален, нестарателен. Часто забывает или теряет карандаши, книги, другие предметы.
6. Неровный, безответственный в ручном труде.
7. Нестарателен в школьных занятиях.
8. Слишком беспокоен, чтобы работать в одиночку.
9. В классе не может быть внимателен или длительно на чем-либо сосредоточен.
10. Не знает, что с собой поделать. Ни на чем не может остановиться хотя бы на относительно длительный срок.
11. Слишком беспокоен, чтобы запомнить замечания или указания взрослых.

X. *ЭН* — *эмоциональное напряжение*. Симптомы 1–5 свидетельствуют об эмоциональной незрелости, 6–7 — о серьезных страхах, 8–10 — о прогулах и непунктуальности.

1. Играет игрушками, слишком детскими для его возраста.
2. Любит игры, но быстро теряет к ним интерес.
3. Слишком инфантилен в речи.
4. Слишком незрел, чтобы прислушиваться и следовать указаниям.

5. Играет исключительно (преимущественно) с более младшими детьми.
6. Слишком тревожен, чтобы решиться на что-либо.
7. Другие дети пристают к нему (он является козлом отпущения).
8. Его часто подозревают в том, что он прогуливает уроки, хотя на самом деле он пытался это сделать раз или два.
9. Часто опаздывает.
10. Уходит с отдельных уроков.
11. Неорганизован, разболтан, несобран.
12. Ведет себя в группе (классе) как посторонний, отверженный.

XI. *НС — невротические симптомы.* Острота их может зависеть от возраста ребенка, они также могут быть последствиями существовавшего прежде нарушения.

1. Заикается, запинаясь, «трудно вытянуть из него слово».
2. Говорит беспорядочно.
3. Часто моргает.
4. Бесцельно двигает руками. Разнообразные тики.
5. Грызет ногти.
6. Ходит подпрыгивая.
7. Сосет палец (старше 10 лет).

XII. *С — неблагоприятные условия среды.*

1. Часто отсутствует в школе.
2. Не бывает в школе по нескольку дней.
3. Родители сознательно лгут, оправдывая отсутствие ребенка в школе.
4. Вынужден оставаться дома, чтобы помочь родителям.
5. Неряшлив, грязнуля.
6. Выглядит так, как будто очень плохо питается.
7. Значительно некрасивее других детей.

XIII. УР — *умственное развитие.*

1. Сильно отстает в учебе.
2. «Туп» для своего возраста.
3. Совершенно не умеет читать.
4. Огромные недостатки в знании элементарной математики.
5. Совершенно не понимает математики.
6. Другие дети относятся к нему как к дурачку.
7. Попросту глуп.

XIV. СР — *сексуальное развитие.*

1. Очень раннее развитие, чувствительность к противоположному полу.
2. Задержки полового развития.
3. Проявляет извращенные наклонности.

XV. Б — *болезни и органические нарушения.*

1. Неправильное дыхание.
2. Частые простуды.
3. Частые кровотечения из носа.
4. Дышит через рот.
5. Склонность к ушным заболеваниям.
6. Склонность к кожным заболеваниям.
7. Жалуется на частые боли в желудке и тошноту.
8. Частые головные боли.
9. Склонность чрезмерно бледнеть или краснеть.
10. Болезненные, покрасневшие веки.
11. Очень холодные руки.
12. Косоглазие.
13. Плохая координация движений.
14. Неестественные позы.

XVI. Ф — *физические дефекты.*

1. Плохое зрение.

2. Слабый слух.
3. Слишком маленький рост.
4. Чрезмерная полнота.
5. Другие ненормальные особенности телосложения.

По данным В. А. Мурзенко, коэффициент дезадаптации основной части выборки составляет от 6 до 25 баллов, у 20,8% выборки коэффициент дезадаптации превышает 25 баллов, что свидетельствует, по мнению автора, о значительной серьезности нарушения механизмов личностной адаптации, — такие дети стоят уже на грани клинических нарушений и нуждаются в специальной помощи, вплоть до вмешательства психоневролога. В отношении 5,5% учащихся можно говорить скорее о ситуативных реакциях, чем об устойчивых личностных отклонениях.

Анализ структур заполненных КН показал, что типичной является структура, при которой выделяется доминирующий синдром, иногда — группа синдромов. Выделены следующие частоты распределения доминирующих синдромов:

V. Враждебность по отношению к взрослым — 34,4%.

VII. Недостаток социальной нормативности — 22,2%.

III. Уход в себя — 12,5%.

II. Депрессия — 11,1%.

VIII. Враждебность к детям — 11,1%.

I. Недостаток доверия к новым людям, вещам, ситуациям — 8,3%.

## Методика наблюдения за процессом решения задач учащимися

*Регуш Л. А., Орлова А. В. Лабораторный практикум по педагогической психологии. — СПб.: Образование, 1993. — С. 18.*

Процесс решения задач можно рассматривать как предмет наблюдения за проявлением психологических особенностей учеников: их мышления, памяти, внимания, эмоций, воли, особенностей мотивации учения. Такое наблюдение протекает в естественных для ученика условиях, оно не ограничено временными рамками и может проводиться на различном математическом содержании.

Чтобы наблюдение за решением задач стало действительно эффективным методом изучения психологических особенностей учеников, нужно сделать следующее.

1. Определить психологический предмет наблюдения (например, познавательный интерес, эмоциональные проявления, устойчивость внимания и т. п.).
2. Сформулировать цель наблюдения (например, дать сравнительную характеристику проявлений познавательного интереса при решении математических и лингвистических задач).
3. Разработать программу наблюдения и способы фиксации фактов, особенно важно определить единицы наблюдения, т. е. те особенности поведения учащихся, которые можно видеть и которые характеризуют выбранный психологический объект.
4. Выделить линии анализа полученного материала.

В результате наблюдения, организованного с учетом перечисленных требований, можно перейти от внешнего описания поведения ученика к построению гипотезы, объясняющей внутреннюю психологическую сущность происходящего, и к ее последующей проверке.

Качество выводов будет зависеть прежде всего от тщательности составления программы наблюдения. Она должна учитывать широкий спектр психических проявлений, что позволит наблюдателю дать соответствующую интерпретацию увиденного.



Кроме того, нужно спланировать время наблюдений, поскольку они должны быть многократными — пять и более наблюдений. Необходимо, чтобы каждое из них проводилось в одно и то же время дня, желательно в одни дни недели.

Говоря о специфике методов психологического исследования решения задач, Л. Л. Гурова в своей книге «Психологический анализ решения задач» (Воронеж, 1976) отмечает, что для развертывания, объективирования мыслительной деятельности субъекта, решающего задачи, возможны два пути: либо вмешательство в процесс решения извне, либо сопоставление реального хода решения с объективно-логической программой решений той же задачи.

Вмешательство в решение задачи в форме подсказок и помех, стимулирующих и разрушающих воздействий, или же с помощью провокационных вопросов и реакция на него ученика могут стать ценным дополнительным материалом в наблюдении за тем или иным психологическим явлением.

Что касается сопоставления реального и оптимального хода решения задачи, то это очень легко сделать при решении известных экспериментальных задач типа задачи со свечой Секея или задачи «Ханойская башня» (см.: Практикум по общей и экспериментальной психологии / Под ред. А. А. Крылова. Л., 1987). Для того чтобы провести подобное сравнение для произвольной задачи, надо пошагово структурировать ее наиболее рациональное решение, а также проанализировать, какие познавательные процессы и в какой степени могут быть задействованы при решении, какие психологические особенности имеет содержание задачи (например, обращение к пространственным представлениям, возможность построения большого числа гипотез, необходимость переноса способа решения в новую ситуацию и т. п.).

Для проведения наблюдения предлагается следующая задача: «Перед вами квадрат, разделенный на 25 клеток. Каждый столбец (сверху) и каждая строка (слева) обозначены индексами от 1 до 5. В каждой из 25 клеток квадрата можно поставить число, равное произведению индексов строки и столбца. Для клетки в левом верхнем углу квадрата это произведение будет:  $4 \times 2 = 8$ . Необходимо подобрать в квадрате 5 клеток таким образом, чтобы сумма их произведений составила заданное число (в данном примере — 39).

Желательно, чтобы в каждой строке и в каждом столбце использовалась только одна клетка. Но задача считается решенной и в том случае, когда в одном из столбцов или в одной из строк использовано не более двух клеток. Разрешаются любые исправления».

После объяснения примера решение этой задачи проводится с четырьмя разными квадратами, причем время и наблюдения за исправлениями фиксируются после заполнения каждой пары квадратов.

### Пример программы наблюдения и протокола записи

*Предмет наблюдения:* устойчивость и концентрация внимания.

*Цель:* проследить динамику устойчивости и концентрации внимания на различных этапах самостоятельного решения текстовой многоходовой задачи.

### Форма протокола наблюдения

Этапы решения задачи	Фиксируемые проявления — единицы наблюдения						
	отвлечение от работы			изменение темпа работы	вопросы по содержанию		поза
	На со-седа	На учи-теля	На окру-жающие предметы		К со-седу	К учи-телю	
<i>Наблюдение № 1</i>							
1. Анализ условия							
2. Схематическая запись условия							
3. Поиск способа решения							
4. Осуществление плана решения							
5. Проверка и запись ответа							
<i>Наблюдение № 2, 3 и т. д.</i>							

#### *Линии анализа:*

1. На каких этапах решения задачи внимание является наиболее (наименее) устойчивым?
2. Какие внешние факторы способствуют усилению (ослаблению) устойчивости и концентрации внимания?

3. Как устойчивость и концентрация внимания связаны с успешностью решения задачи?

4. Сравните результаты наблюдений за устойчивостью внимания в процессе решения задачи у сильного и слабого учеников.

5. Какие индивидуальные особенности учеников помимо их успеваемости могут обуславливать различную динамику устойчивости и концентрации внимания?

*Набор задач для анализа их психологического содержания*

1. Дан произвольный четырехугольник. Середины его сторон соединены между собой. Докажите, что получившийся четырехугольник — параллелограмм.

2. Диагональ трапеции перпендикулярна ее основанию; тупой угол, прилежащий к большему основанию, равен  $120^\circ$ ; боковая сторона, прилежащая к нему, равна 7 см; большее основание равно 12 см. Найти длину средней линии трапеции.

3. Катер прошел по течению реки 20 км и 20 — против течения. Затратит ли он на весь путь больше времени, чем ему потребуется на прохождение 40 км в стоячей воде, или меньше, или столько же?

4. С помощью квадрата площадью  $A \text{ см}^2$  определить площадь данной на рисунке фигуры.

5. Определите закономерность чередования чисел и поставьте недостающее число:

7	9	5	11
4	15	12	7
13	8	11	?

### Схема наблюдения за различными сторонами поведения маленького ребенка

*Bayley N. Manual for the Bayley Scales of Infant Development. — N. Y., 1969.*

**Инструкция.** Регистрационная карта заполняется непосредственно после тестирования. По каждому показателю нужно выбрать соответствующую оценку (из установленных от 1 до 9), которая наилучшим образом определяет поведение ребенка. Дополнительные комментарии и особенности поведения следует записывать во второй графе регистрационной карты. Здесь могут быть записаны и особенности в поведении ребенка, которые были обнаружены обследователем.

В конце соответствующего раздела регистрационной карты следует фиксировать отклонения в поведении и развитии ребенка.

Шкала оценок	Заметки, поясняющие поведение, описанное по шкале оценок
<p><b>СОЦИАЛЬНАЯ ОРИЕНТАЦИЯ</b></p> <p><i>1. Реакция на людей (одна группа)</i></p> <p>1 — отношение к людям отличается от отношения к предметам</p> <p>2 — между оценками 1 и 3</p> <p>3 — слабо реагирует на социальный контакт и не реагирует на присутствие людей</p> <p>4 — между оценками 3 и 5</p> <p>5 — реагирует на социальный контакт и на присутствие людей меньше половины времени их пребывания</p> <p>6 — между оценками 5 и 7</p> <p>7 — реагирует на социальный контакт и присутствие людей продолжительное время с интересом к ним</p> <p>8 — между оценками 7 и 9</p> <p>9 — поведение подвержено постоянному влиянию со стороны присутствующих людей</p>	

Шкала оценок	Заметки, поясняющие поведение, описанное по шкале оценок
<p><i>2. Реакция на обследователя (одна группа)</i></p> <p>1 — избегает или уходит враждебно  2 — колеблется  3 — принимает  4 — дружески настроен  5 — приглашает войти с ним в контакт (проявляет инициативу, требует)</p>	<p>___ застывшее  ___ хмурится  ___ наблюдает враждебно  ___ лицо проясняется  ___ улыбается  ___ смеется  ___ издает звуки  ___ беспокоится  ___ прячется и выглядывает</p>
<p><i>3. Реакция на мать (одна группа)</i></p> <p>1 — избегает или уходит  2 — колеблется  3 — принимает  4 — дружески настроен  5 — приглашает войти с ним в контакт (проявляет инициативу, требует)</p>	<p>___ обследователь — мать  зовет _____  отворачивается _____  поворачивается _____  приближается _____  особые реакции _____</p>
<p><b>ОБЩИТЕЛЬНОСТЬ</b></p> <p><i>4. Общение с обследователем, основанное на межперсональных взаимоотношениях</i></p> <p>1 — сопротивляется всем предложениям и просьбам  2 — отказывается общаться  3 — отказывается или сопротивляется проведению одного или двух специальных обследований, или отказывается отвечать на часть вопросов (с самого начала или к концу), или отказывается разговаривать на темы, которые ему хотелось бы избежать  4 — между 3 и 5  5 — отвечает на вопросы или принимает ситуацию обследования, не проявляет ни желания контактировать, ни сопротивления общению с исследователем  6 — между 5 и 7  7 — нравится играть с обследователем в «дай — возьми»  8 — между 7 и 9  9 — с готовностью и энтузиазмом играет в предложенные игры или выполняет задание</p>	<p>___ сопротивляется задаче обследования  ___ отказывается отвечать  ___ отворачивается  ___ говорит «нет»  ___ отбрасывает игрушки  ___ играет в них по-своему  ___ говорит «нет», но выполняет задание  ___ соглашается с «волшебным» словом «пожалуйста» и продолжает игру  ___ бросание мяча  ___ начинает игру и вовлекает в нее обследователя  ___ особые реакции</p>

Шкала оценок	Заметки, поясняющие поведение, описанное по шкале оценок
<p><b>БОЯЗЛИВОСТЬ</b></p> <p><i>5. Реакция на новое или необычное: на чужих людей, незнакомое окружение, на инструкции обследователя</i></p> <p>1 — принимает ситуацию без признаков страха, настороженности или без скованности в действиях</p> <p>2 — между 1 и 3</p> <p>3 — некоторая скованность и сдержанное поведение в течение нескольких минут</p> <p>4 — между 3 и 5</p> <p>5 — возбужденное состояние из-за новой и необычной ситуации, но не чрезмерное и только треть времени</p> <p>6 — между 5 и 7</p> <p>7 — проявляет признаки беспокойства в необычной для него ситуации или в присутствии чужих людей большую часть времени обследования</p> <p>8 — между 7 и 9</p> <p>9 — явное проявление страха перед необычным, так что его даже нельзя заставить играть или отвечать на вопросы, предусмотренные обследователем</p>	<p>___ расторможенный</p> <p>___ неосторожный</p> <p>___ уклоняется</p> <p>___ спокоен</p> <p>___ несколько насторожен</p> <p>___ выражение страха</p> <p>___ пониженная активность</p> <p>___ не издает никаких звуков</p> <p>___ поворачивается к матери</p> <p>___ прижимается к матери</p> <p>___ уходит от обследователя</p> <p>___ плачет</p> <p>___ выражает протест голосом</p> <p>___ особые реакции</p> <p>После первой части обследования предпочитает легкую игру</p> <p>___ да ___ нет</p> <p>Если «нет», то опишите признаки затянувшегося состояния страха:</p> <p>___ продолжительная заторможенность</p> <p>___ осторожная игра</p> <p>___ слишком большая активность (сверхвозбудимость)</p> <p>___ особые отметки</p>
<p><b>НАПРЯЖЕННОСТЬ</b></p> <p><i>6. Напряженность тела</i></p> <p>1 — инертный, может быть неподвижен большую часть времени</p> <p>2 — между 1 и 3</p> <p>3 — тело расслаблено и общее расслабление</p> <p>4 — совершает прыжок</p> <p>5 — время от времени тело напрягается, хотя в основном не напряжено, и быстро расслабляется, возвращаясь в исходное положение</p>	

Шкала оценок	Заметки, поясняющие поведение, описанное по шкале оценок
<p>6 — между 5 и 7</p> <p>7 — тело напряженное, более половины времени обследования может быть частично застывшим или немного напряженным; недоумеает, вздрагивает или немного дрожит</p> <p>8 — между 7 и 9</p> <p>9 — тело в основном подтянуто или напряжено</p>	
<p><b>ОБЩИЙ ЭМОЦИОНАЛЬНЫЙ ТОН</b></p> <p><i>7. Уровень радости</i></p> <p>1 — ребенок выглядит несчастным в течение всего времени обследования</p> <p>2 — между 1 и 3</p> <p>3 — время от времени выглядит несчастным, но может и радостно реагировать на интересные вопросы, ситуации</p> <p>4 — между 3 и 5</p> <p>5 — сдержанно радостен и выглядит довольным; может расстроиться, но очень быстро возвращается к хорошему настроению</p> <p>6 — между 5 и 7</p> <p>7 — в основном находится в хорошем расположении духа</p>	<p><input type="checkbox"/> плачет</p> <p><input type="checkbox"/> беспокоится</p> <p><input type="checkbox"/> гримаса плача</p> <p><input type="checkbox"/> отказ</p> <p><input type="checkbox"/> протест</p> <p><input type="checkbox"/> хмурится</p> <p><input type="checkbox"/> несчастное выражение лица</p> <p><input type="checkbox"/> лицо ничего не выражает</p> <p><input type="checkbox"/> улыбается</p> <p><input type="checkbox"/> гулит с радостными интонациями</p> <p><input type="checkbox"/> смеется</p> <p><input type="checkbox"/> хныканье, хлюпанье</p> <p><input type="checkbox"/> кричит</p> <p><input type="checkbox"/> оживленное выражение</p> <p><input type="checkbox"/> особые отметки</p>
<p><b>ПРЕДМЕТНАЯ ОРИЕНТАЦИЯ</b></p> <p><i>8. Реакция на предметы, игрушки и объекты обследования</i></p> <p>1 — не смотрит или не проявляет необходимого интереса к предметам</p> <p>2 — между 1 и 3</p> <p>3 — смотрит на данные ему предметы, берет их в руки, но не использует</p> <p>4 — между 3 и 5</p> <p>5 — играет с данными ему предметами, проявляет или теряет к ним интерес после краткой ориентировочной реакции</p> <p>6 — между 5 и 7</p>	<p><input type="checkbox"/> прикасается</p> <p><input type="checkbox"/> вертит в руках</p> <p><input type="checkbox"/> рассматривает</p> <p><input type="checkbox"/> бросает</p> <p><input type="checkbox"/> стучит</p> <p><input type="checkbox"/> играет с двумя предметами</p> <p><input type="checkbox"/> тянется к предмету</p> <p><input type="checkbox"/> плачет, просит, чтобы ему дали предмет</p> <p><input type="checkbox"/> прижимает к себе</p> <p><input type="checkbox"/> предлагает кому-нибудь</p> <p><input type="checkbox"/> другое (особое)</p>

Шкала оценок	Заметки, поясняющие поведение, описанное по шкале оценок
<p>7 — неослабевающий интерес к тестовому материалу, предъявляемому каждый раз впервые</p> <p>8 — между 7 и 9</p> <p>9 — неохотно отдает тестовый материал</p> <p>9. <i>Творчески играет с предметами, т. е. по-новому располагает их, использует в процессе игры</i></p> <p>1 — да</p> <p>2 — нет</p> <p>10. <i>Отдает предпочтение какой-то одной игрушке или какой-то части своего тела</i></p> <p>1 — да</p> <p>2 — нет</p>	<p>—</p> <p>Если «да», то выпускает ли он ее во время обследования:</p> <p>___ да</p> <p>___ нет</p>
<p><b>ДОСТИЖЕНИЕ ЦЕЛИ</b> (целенаправленность)</p> <p>11. <i>Настойчивость в достижении цели</i></p> <p>1 — нет никаких признаков усилий, направленных на достижение целей</p> <p>2 — между 1 и 3</p> <p>3 — делает несколько попыток достигнуть цели, нелегко отказывается от нее или не проявляет заинтересованности в результатах (т. е. в том, чтобы достать предмет)</p> <p>4 — между 3 и 5</p> <p>5 — предпринимает явные усилия достигнуть цели или повторяющиеся попытки (достать предмет, представляющий интерес)</p> <p>6 — между 5 и 7</p> <p>7 — настойчивое желание достигнуть цели</p> <p>8 — между 7 и 9</p> <p>9 — полная поглощенность задачей, пока она не завершена</p>	<p>___ старается запомнить тестовый материал</p> <p>___ злится, когда ему это не удается</p> <p>___ выражает удовлетворение успехами</p> <p>___ в восторге от достигнутого</p> <p>___ говорит о своей цели</p> <p>___ просит помощи</p> <p>___ если трудно, хнычет</p> <p>___ плачет (кричит)</p> <p>___ другое (особое)</p> <p>Опишите какое-нибудь типичное поведение ребенка при достижении цели и дайте качественную оценку его действиям</p>



Шкала оценок	Заметки, поясняющие поведение, описанное по шкале оценок
<p><b>ПЕРИОД ВНИМАНИЯ</b></p> <p><i>12. Склонность сосредоточивать внимание на каком-нибудь предмете, человеке или деятельности, которая связана с достижением цели</i></p> <p>1 — кратковременный период внимания</p> <p>2 — между 1 и 3</p> <p>3 — внимание привлекается игрушкой, задачей или человеком, но легко отвлекается</p> <p>4 — между 3 и 5</p> <p>5 — обращает внимание на каждую новую игрушку, человека, ситуацию, но вскоре готов переключиться на другую</p> <p>6 — между 5 и 7</p> <p>7 — проявляет интерес к человеку, задаче, предмету гораздо более продолжительное время</p> <p>8 — между 7 и 9</p> <p>9 — длительно продолжающаяся поглощенность игрушкой, деятельностью или человеком</p>	
<p><b>ВЫНОСЛИВОСТЬ</b></p> <p><i>13. Устойчивость в поведении, адекватность реакций на требования теста</i></p> <p>1 — легко устает, быстро регрессирует на более низкий уровень деятельности</p> <p>2 — между 1 и 3</p> <p>3 — довольно быстро нарастает беспокойство и завершается обследование</p> <p>4 — между 3 и 5</p> <p>5 — адекватная устойчивость в течение большинства тестов, беспокойство появляется только в конце обследования</p> <p>6 — между 5 и 7</p> <p>7 — удерживается хорошее настроение (состояние) в течение всего времени обследования</p>	

Шкала оценок	Заметки, поясняющие поведение, описанное по шкале оценок
<p>7 — удерживается хорошее настроение (состояние) в течение всего времени обследования</p> <p>8 — между 7 и 9</p> <p>9 — отвечает хорошо и с интересом</p>	
<p><i>14. Количество крупных движений тела</i></p> <p>1 — остается спокойным на одном месте, движений по собственной инициативе не совершает</p> <p>2 — между 1 и 3</p> <p>3 — обычно спокоен и неактивен, но в ситуации, требующей активности, проявляет себя адекватно</p> <p>4 — между 3 и 5</p> <p>5 — умеренная активность, вступает в игру свободно</p> <p>6 — между 5 и 7</p> <p>7 — в активном состоянии на протяжении почти всего тестирования</p> <p>8 — между 7 и 9</p> <p>9 — гиперактивный, но может быть спокойным во время «сидячего» обследования</p>	<p>___ мимические движения</p> <p>___ движения головы</p> <p>___ движения руками</p> <p>___ размахивает руками</p> <p>___ извивается</p> <p>___ вертится</p> <p>___ брыкается (сопротивляется)</p> <p>___ изгибается</p> <p>___ ползает</p> <p>___ бегает</p> <p>___ карабкается, взлезает</p> <p>___ подскакивает</p> <p>___ другие особенности</p> <p>Отметьте какую-нибудь особенность активности</p>
<p><b>РЕАКТИВНОСТЬ</b></p> <p><i>15. Легкость, с которой ребенок стимулируется, чтобы вызвать реакцию вообще; его чувствительность или возбудимость; реактивность может быть положительной и отрицательной — по настроению</i></p> <p>1 — не реагирующий; кажется мало обращающим внимания на происходящее вокруг; реагирует только на сильные или повторяющиеся стимуляции</p> <p>2 — между 1 и 3</p> <p>3 — склонен не реагировать на обычные тестовые стимулы</p> <p>4 — между 3 и 5</p>	<p>___ спокоен</p> <p>___ не трогается с места</p> <p>___ дрожит</p> <p>___ волнуется</p> <p>___ плачет</p> <p>___ выглядит настороженно</p> <p>___ издает звуки</p> <p>___ пронзительно визжит</p> <p>___ другие особенности</p>

Шкала оценок	Заметки, поясняющие поведение, описанное по шкале оценок
<p>5 — умеренно живой и отзывчивый в реакциях на тестовые и другие стимулы</p> <p>6 — между 5 и 7</p> <p>7 — быстро обнаруживает осознание изменений в тестовом материале и ситуации</p> <p>8 — между 7 и 9</p> <p>9 — очень реактивен, каждая мелочь возбуждает его, но быстро прекращает реагировать на нее; кажется очень чувствительным ко всему происходящему вокруг</p>	<p>Реагирует на:</p> <p>___ взгляды</p> <p>___ звуки</p> <p>___ температуру</p> <p>___ прикосновение</p> <p>___ давление</p> <p>___ запахи</p> <p>___ состояние тряски</p> <p>___ состояние перевозки</p> <p>___ другие особенности</p>
<p><b>ЗОНЫ ЧУВСТВИТЕЛЬНОСТИ ПРОЯВЛЕННОГО ИНТЕРЕСА</b> (одна группа для каждого вопроса)</p> <p><i>Примечание.</i> Оценки ранжированы от 1 (никакой) до 9 (чрезвычайной)</p> <p>16. <i>Бросает взгляд и смотрит</i></p> <p>17. <i>Слушает звуки</i></p> <p>18. <i>Издает звуки голосом</i></p> <p>19. <i>Издает звуки, стуча игрушками или руками по столу, бросая игрушки и т. д.</i></p> <p>20. <i>Манипулирование (обследует что-либо руками)</i></p> <p>21. <i>Движения тела</i></p> <p>22. <i>Кладет в рот или сосет большой палец или другие пальцы</i></p> <p>23. <i>Кладет в рот или сосет соску</i></p> <p>24. <i>Кладет в рот или сосет игрушки</i></p>	<p>1 2 3 4 5 6 7 8 9</p> <p>1 2 3 4 5 6 7 8 9</p> <p>1 2 3 4 5 6 7 8 9</p> <p>1 2 3 4 5 6 7 8 9</p> <p>1 2 3 4 5 6 7 8 9</p> <p>1 2 3 4 5 6 7 8 9</p> <p>1 2 3 4 5 6 7 8 9</p> <p>1 2 3 4 5 6 7 8 9</p>
<p><b>СИЛА И КООРДИНАЦИЯ ПО ВОЗРАСТУ</b> (одна группа для каждого пункта)</p> <p><i>Примечание.</i> Оценка этих пунктов определяется относительно других детей того же возраста (по сравнению с другим обследуемым ребенком) от низкого до высокого уровня</p> <p>25. <i>Уровень силы</i></p> <p>низкий <span style="float: right;">высокий</span></p> <p>1 2 3 4 5</p>	

Шкала оценок	Заметки, поясняющие поведение, описанное по шкале оценок
<p>26. <i>Уровень координации крупных движений</i></p> <p>ровное плохая функционирование координация</p> <p>1 2 3 4 5</p> <p>27. <i>Уровень координации тонких мускулов (рук)</i></p> <p>ровное плохая функционирование координация</p> <p>1 2 3 4 5</p>	
<p><b>ОЦЕНКА ОБСЛЕДОВАНИЯ</b></p> <p>28. <i>Насколько обследование выявляет характеристику ребенка</i></p> <p>1 — минимально 2 — ниже среднего 3 — средне 4 — хорошо 5 — отлично</p>	<p>Если вы подчеркиваете оценки 1 и 2, то назовите причины, почему обследование не выявило способности ребенка (ребенок сонный, голодный, здоров, поведение матери, вмешательство посторонних и т. п.)</p>
<p><b>НЕОБЫЧНОЕ ИЛИ ОТКЛОНЯЮЩЕЕСЯ ПОВЕДЕНИЕ</b></p> <p>29. <i>Наблюдалось ли при обследовании (или со слов матери) необычное или отклоняющееся поведение, которое не было названо выше?</i></p> <p>1 — да 2 — нет</p> <p><b>ОБЩЕЕ РАЗВИТИЕ РЕБЕНКА</b></p> <p>1 — нормальное 2 — исключительное</p>	<p>Если «да», то отметьте (опишите) такие явления, которые бросаются в глаза: вспышка гнева, пристальный взгляд, задержка дыхания, перемена настроения, поворачивание головы, верчение головой, внезапный ужас, пробуждение ночью, подергивание мускулов лица, тик, аутизм</p> <p>Если «исключительное», то напишите, в чем это выражается</p>

Кратко опишите общее состояние ребенка, подчеркивая:

- а) его поведение в это время;
- б) какие-либо прогнозы его последующего развития (указывая причины вашего прогноза).

## Методика наблюдения за проявлениями межличностных влечений подростков

(Составитель А. Г. Грецов)

Методика предназначена для использования в подростковых микрогруппах с целью изучения межличностных влечений. Фиксируются такие проявления влечений, как пространственное сближение, тактильные контакты и выразительные движения.

### 1. Пространственное сближение

Фиксируется пространственное сближение, приводящее к вторжению в интимное личностное пространство (менее 45 см) и обусловленное внешними причинами (потребности совместной деятельности, стесненные пространственные условия и т. п.).

Возможные варианты:

1. Взаимное сближение.
2. Приближение одного партнера при пассивной позиции другого.
3. Приближение одного партнера при попытке другого не допускать его в интимное личностное пространство.

### 2. Тактильный контакт

Фиксируются следующие действия:

1. Тесное пространственное сближение, приводящее к телесному контакту.
2. Рукопожатие, если оно сопровождается поглаживанием.
3. Легкие, поглаживающие прикосновения в области спины, талии, шеи, головы.
4. Фиксация рук на талии или на плечах партнера.
5. Наклон головы, приводящий к контакту лица с плечом или шеей партнера.
6. Объятие.

Возможные варианты:

1. Действия совершаются взаимно.
2. Действия совершаются одним партнером при пассивной позиции другого.

3. Один партнер пытается совершить действия, второй прямо или косвенно (путем отдаления) избегает этого.

*Примечание.* При вариантах «2» и «3» следует также зафиксировать выразительные движения, которыми сопровождается поведение объекта влечения. Если внешнее игнорирование или блокирование попытки сближения или тактильного контакта сопровождается выразительными движениями, свидетельствующими о внимании, интересе или удовольствии, влечение следует фиксировать как взаимное (имеет место «заигрывание»).

### **3. Выразительные движения**

Фиксируются при реакции объекта влечения на попытку пространственного сближения и тактильного контакта (см. выше).

А. Выражение внимания:

1. Увеличение размеров глазной щели при фиксации взгляда на объекте интереса.
2. Напряжение рта, оттягивание его уголков назад и кверху.
3. Расширение ноздрей.
4. Движение туловища вперед, повышение его обращенности к объекту интереса.
5. Повышение тонуса спины и кистей рук.

Б. Выражение эмоции интереса — возбуждения:

1. Приподнятые или слегка сведенные брови при перемещении и фиксации взгляда на объекте интереса.
2. Легкое приоткрытие напряженного рта.
3. Поджатие или легкое выпячивание напряженных губ.
4. Общее повышение тонуса лицевых мышц.

В. Выражение эмоции удовольствия/радости:

1. Оттягивание и легкое приподнимание уголков рта.
2. Легкое сокращение круговых мышц глаза с одновременным приподниманием щек, приводящее к легкому прищурю.

При интерпретации результатов следует учитывать как интенсивность выражения влечений, так и степень их взаимности.

## 2.2. Неформализованное наблюдение

Отличительной особенностью этого вида наблюдения является то, что, имея цель, наблюдатель фиксирует в соответствии с ней все, что видит в наблюдаемой ситуации. Никаких ограничений относительно объекта в ситуации не вводится. Не случайно М. Я. Басов выделил как один из главных моментов в организации наблюдения форму записи. В неформализованном наблюдении основная форма записи — фотографическая, сплошная. Чтобы почувствовать специфику этого вида записи, приведем два примера. В одном случае наблюдатель вел фотографическую запись, в другом — обобщенную.

### *Пример 1*

Маленькая девочка Нина, лет четырех, сидит на большом стуле у рояля. На полу играют дети. Нина закрывает и открывает ручками уши. Лицо серьезно, она всецело ушла в работу. «А» — вскрикивает она, закрыв уши, и прислушивается; «а» — снова повторяет она, открыв уши, и тоже прислушивается. Закрывая поочередно каждое ухо, прислушивается к голосам детей, сама вскрикивает и слушает, то ускоряя, то замедляя движения рук. Зевнула — получился звук, когда она сразу прикрыла рот рукой: удивленно прислушавшись, она протянула звук, слегка ударяя по губам ручкой. Внимательно оглядела свою ручку и снова колеблет ее, чтобы получить звук. Пробует другой рукой и весело улыбается, когда обнаруживает, что результат получается такой же. Так же внимательно оглядывает другую руку и начинает ударять по губам то одной, то другой рукой. Сидит некоторое время спокойно, а затем уходит к группе детей, занятых постройками. Девочка просидела за исследованием сделанного ею открытия, не вставая, 37 минут.

### *Пример 2*

В комнате было шумно — дети играли группами, шумели, кричали. Маленькая девочка Нина устала, она сидела на большом стуле и, чтобы избавиться от оглушительных криков, затыкала уши ручками и устало оглядывалась. Но это помогло мало. Нина стала зевать, закрывая рот ручкой, а потом ушла играть к детям (*Болтунов А. П. Педагогическая характеристика ребенка. — М., 1926. — С. 98*).

Неформализованное наблюдение, как правило, используется в исследованиях, цель которых — изучение генезиса психических явлений или их феноменологии. Так, в психологии был изучен генезис воспоминаний ребенка, генезис общения, генезис детской лжи, лени и др. О феноменологических исследованиях мы говорили выше.

Приведем пример из дневника наблюдений К. и В. Штерн, посвященного изучению процесса воспоминаний в первый год жизни ребенка:

Когда ребенку было около 1,5 лет, мы отметили по возвращении из шестинедельного летнего путешествия следующее: очутившись на руках у отца в спальне, Гильда долго, безмолвно и пристально оглядывалась вокруг себя. Мы не могли отрешиться от впечатления, что в душе ребенка что-то понемногу прояснялось, рассветало. Уложенная в свою кроватку, которой она была лишена в течение шестинедельного отсутствия из дому, Гильда начала неистово куврыкаться и визжать. Ясно, что кроватка оказалась для ребенка чем-то родным, знакомым и отсюда ее радостное возбуждение. Вскоре после этого мать уложила ребенка на пеленальный столик, и Гильда тотчас же стала проделывать то, что проделывала до путешествия: схватила со стены висевшую там детскую картинку и стала играть ею. Очевидно, впечатление это не было для нее чем-то новым: в общей ситуации имелись «элементы знакомого», наподобие рефлекса вызвавшие обычное движение, к которому ребенок не прибегал в течение шести недель. Увидав в другой комнате, впервые после возвращения, рояль, Гильда внезапно остановилась, запела и ударила по закрытой крышке рояля. С няней Гильда рассталась за 14 дней до возвращения домой. При встрече ребенок сначала отнесся к ней с некоторым страхом, молча сторонился ее и упорно стремился с рук няни к матери. Однако оцепенение Гильды вскоре разрешилось, и спустя какой-нибудь час она уже, как в прежнее время, шалила с няней и даже охотно отправилась с ней одна на прогулку (*Штерн К., Штерн В.* Монографии о душевном развитии ребенка: Воспоминание, показание и ложь в раннем детстве. — СПб., 1911. — С. 11).

Приведенная запись наблюдателя показывает, что он стремится зафиксировать все, что видит, в мельчайших подробностях, по-



скольку они могут оказаться весьма значимыми для характеристики процесса воспоминания. Исследователи ведут сплошную фотографическую запись, не забывая цели наблюдения.

Как правило, методика неформализованного наблюдения представляет собой дневник, где указываются в соответствии с целью ситуации, в которых удалось провести наблюдение, а также время, место и само содержание наблюдаемого. Дневниковые записи имеют обычно лонгитюдный характер. В ходе таких наблюдений исследователь начинает постепенно выделять основные линии, по которым существуют какие-либо отличия или прослеживаются новообразования (как в примере с развитием и становлением процесса воспоминания). В истории отечественной психологии известны результаты дневниковых наблюдений Н. А. Менчинской, В. С. Мухиной (21, 22), А. Р. Лурия (18) и др.

Неформализованное наблюдение, как было сказано выше, используется не только для изучения генезиса психических явлений, но на его основе часто проводятся феноменологические исследования. В подобных исследованиях на первоначальном этапе стоит цель выявить все многообразие признаков проявления неизученного или малоизученного психического явления. Поэтому наблюдатель включается в разнообразный контекст деятельности — учение, игру, труд.

В педагогической психологии, например, широко распространены наблюдения на уроке, во внеурочное время. Наблюдая реальный учебный процесс с целью изучения памяти, внимания, эмоций, речи и т. п., исследователь через фотографическую запись наблюдаемого на первых этапах исследования имеет возможность составить некоторый перечень всего многообразия проявляющихся свойств, признаков, а затем по мере накопления данных выделять те, которые являются наиболее устойчивыми, существенными. В качестве примера можно привести наблюдения, проводившиеся Г. И. Щукиной при изучении познавательного интереса учащихся на уроке.

Первоначально схема наблюдения практически отсутствовала, велась фотографическая запись деятельности учителя и деятельности учащихся. Она позволила накопить данные о признаках проявления познавательного интереса школьников и выделить такие линии наблюдения, как:

- характерные проявления познавательного интереса на уроке;
- реакции учащихся на протяжении урока;
- отвлекаемость и ее проявления;
- действия учителя, побуждающие познавательный интерес;
- действия учителя, тормозящие познавательный интерес;
- влияние содержания материала на познавательный интерес.

Множественно наблюдая по этим линиям проявления интереса, автор достаточно полно по каждой из них выбирает признаки, являющиеся характерными для него, отличающие интерес от других психических проявлений.

Ниже приводятся записи наблюдений с целью характеристики познавательного интереса на двух различных уроках. Используемая схема наблюдения явилась, как мы уже говорили, результатом неформализованного наблюдения на первых этапах исследования. В приведенных примерах в соответствии с этой схемой даны обобщенные результаты наблюдения. Обратите внимание, что автор через наблюдение выявляет конкретные характеристики интереса: ответы по желанию, самостоятельная формулировка выводов, сомнения, критические оценки, вопросы и т. п.

Как показывает опыт, наблюдатель никогда не остается на уровне фотографической записи на протяжении всего исследования. В процессе исследования форма записи совершенствуется: от сплошной фотографической на первых этапах к выборочной по выделенным линиям — на последующих и далее — к обобщениям по намеченным линиям тех фактов, которые собраны. Такие изменения по ходу исследования происходят в длительных наблюдениях, не имеющих формализованной методики. Так поступают исследователи или практики, когда признаки, свойства явления недостаточно изучены и идет их вычленение эмпирическим путем.

Если вы просмотрите и проанализируете дневники длительных наблюдений, вам удастся увидеть, как наблюдатель по мере накопления фактов шел от одного вида записи к другому, меняя технику наблюдения, а по сути создавая свою методику наблюдения.

Формирование познавательных интересов школьников / Под ред. Г. И. Шукиной. — Л., 1968. — С. 110–111.

### Схема наблюдения за проявлением познавательного интереса на уроке

Тема урока	Характерные проявления познавательной активности в учебной деятельности	Реакции учащихся на протяжении урока — показатели интереса	Отвлекаемость	Действия учителя, побуждающие познавательный интерес	Действия учителя, тормозящие познавательный интерес	Влияние урока на познавательный интерес
Математика. «Окружность»	Самостоятельная формулировка вывода, опережающая замысел учителя. Поиск доказательств. Стремление к математической точности собственных определений (окружность, диаметр, хорда)	Вопросы к учителю, товарищам — 5 случаев. Ответы по желанию — 18 случаев. Высказывание сомнений, требующих доказательств. Критический подход к ответам товарищей	Нет	Непосредственные, речевые, интонационные («Неужели так мало тех, кто хочет доказать первую в жизни теорему?») Опосредованные побуждения: столкновение различных мнений, предоставление возможности рассеять сомнения товарищей. Проблемность	Нет	Познавательный интерес опутан на протяжении всего урока, от начала до конца объект интереса существенные связи и отношения

Тема урока	Характерные проявления познавательной активности в учебной деятельности	Реакции учащихся на протяжении урока — показатели интереса	Отвлекаемость	Действия учителя, побуждающие познавательный интерес	Действия учителя, тормозящие познавательный интерес	Влияние урока на познавательный интерес
География «Польша»	По большей части сообщения нового содержания. Репродуктивная деятельность, непосредственно вытекающая из заданий учителя. Собственной активности учащихся нет	На протяжении всего урока нет активного отклика. Оживление наступило в момент рассказа очевидца-учителя о том, где замуровано сердце Шопена (3 мин). Реакция внимания, желание принять участие в беседе об искусстве Польши (3 мин)	7 случаев	Оживление материала урока (рассказ очевидца). Применение наглядности (альбом из Польши). Привлечение учащихся к беседе. Работа с картой по установлению причинно-следственных связей (географическое положение Польши)	Пресечение вопросов учащихся. Завышение оценок за ответ	Познавательный интерес опутан лишь в отдельных моментах урока. Объект интереса — новые факты
Русский язык. «Глаголы совершенного и несовершенного вида	Полное безразличие к ходу урока. Много случайных ответов. Большое внимание при заполнении таблицы глаголов совершенного и несовершенного вида	Деятельность хаотичная, списывание с доски, с учебника. друг у друга. Пресечение попытки задать вопрос. Отсутствие рабочей позы. Рассеянное внимание	20 случаев	Нет	Неясность и вычленения познавательной задачи. Отсутствие реакции учителя на выполнение работы, на ответы учащихся («ей все равно»).	Познавательного интереса нет. Реакции на процесс учения негативные

## 2.3. Упражнения

**Упражнение 1.** Проследите влияние формализованного и неформализованного наблюдения на получаемые результаты. Для этого проведите наблюдение с одной и той же целью за одними и теми же объектами, но используя разную технику. В одном случае — применяя сплошное наблюдение с фотографической записью, в другом — по регламентированной программе. Провести такое сравнительное наблюдение можно с целью изучения речи или проявлений темперамента. В качестве формализованных методик рекомендуется использовать те, которые даны в первом параграфе данной главы.

Проанализируйте данные, полученные с помощью разных видов наблюдения, и дайте оценку каждого из них.

**Упражнение 2.** Разработайте схему наблюдения за одним из интересующих вас психических явлений. Содержание схемы должны составить признаки, которые отражают сущность этого явления. Используйте соответствующую литературу. Важно учесть, что в схему должны быть внесены те признаки, которые имеют внешние индикаторы и доступны для восприятия. Другая часть схемы должна предусматривать ситуации наблюдения или временные и пространственные условия.

Проверьте в реальном наблюдении состоятельность разработанной схемы, т. е. проверьте, позволяет ли она получить факты об изучаемом явлении. Перед составлением схемы внимательно просмотрите формализованные методики наблюдений (2.1).

**Упражнение 3.** С помощью наблюдения попытайтесь определить:

- характерные особенности поведения людей разных типов темперамента в стрессовых или эмоционально нейтральных ситуациях;
- характерные особенности поведения в процессе решения задач сильными и слабоуспевающими учащимися;
- характерные особенности поведения людей с высоким и низким коэффициентами интеллекта, проявляющиеся в процессе тестирования.

**Упражнение 4.** Понаблюдайте за детьми, родителями с целью выдвижения и проверки гипотез:

- о причинах невыполнения домашних заданий учащимися;
- о влиянии средств и стиля общения родителей на развитие речи ребенка;
- о влиянии типа взаимоотношений в семье на проблемы, переживаемые младшим школьником, подростком.

**Упражнение 5.** Проверьте состоятельность одной из предложенных выше (2.1) формализованных методик, например методики наблюдения за словесными воздействиями учителя на уроке или методики наблюдения за проявлениями настойчивости в ходе деятельности.

Используя знания о требованиях к методу наблюдения, дайте рецензию на эту методику с оценкой ее достоинств и недостатков.

**Упражнение 6.** В психологии созданы методики, позволяющие диагностировать психические свойства людей: эмоциональные (тревожность, вспыльчивость, впечатлительность, жизнерадостность и т. п.), интеллектуальные (сообразительность, гибкость ума, глубину ума), волевые (решительность, настойчивость, сдержанность и т. п.). Для практического психолога важно знать признаки поведения, по которым можно опознать те или иные свойства. Наблюдательный человек тем и отличается, что у него накапливается знание поведенческих признаков, которые характерны для определенных психических свойств.

После диагностики на основе теста или опросников (тревожности, авторитарности, склонности к лидерству и т. п.) проведите наблюдение с целью выделения тех поведенческих признаков, через которые эти свойства могут быть опознаны.

Таким образом овладение методиками наблюдения предполагает четкое осознание цели наблюдения, выделение внешних критериев тех психических проявлений, которые определены целью, а также подготовку технической стороны наблюдения (определение способов фиксации, подготовку бланков, составление графика и т. п.). Все элементы, включенные в наблюдение и согласованные между собой, и составят программу конкретного наблюдения.

# Глава 3

## Наблюдательность как профессионально важное качество человека

---

### 3.1. Понятие наблюдательности

Одна из самых полных работ, посвященных наблюдательности, «Воспитание наблюдательности школьников», где заложены основы для практической работы по ее развитию, написана Б. Г. Ананьевым еще в 1940 г. Но, к сожалению, разработка путей развития этого свойства сенсорной организации людей до сих пор отстает от таких направлений практической психологии, как тренинг общения, сенситивности, памяти и др. В то же время есть основания утверждать, что это свойство является профессионально важным для большой группы профессий.

При разработке практикума по развитию наблюдательности необходимо выделить теоретические основания и, опираясь на них, отбирать упражнения. Одним из таких оснований является теория ощущений, восприятия, сенсорной организации человека. В частности, она характеризует те свойства ощущений и восприятия, которые могут составить предмет развития наблюдательности, а также раскрывает вопрос о связи ощущений и восприятия с другими психическими явлениями.

Наблюдательность — это психическое свойство, базирующееся на ощущении и восприятии и являющееся свойством сенсорной организации.

Благодаря наблюдательности человек различает признаки и объекты, имеющие незначительные отличия, замечает различия в сходном, видит их при быстром движении, при изменившемся ракурсе, имеет возможность сократить до минимума время восприятия признака, объекта, процесса.

Прежде всего она опосредована процессом и свойствами ощущения и восприятия и условиями их протекания. Наблюдательность предполагает хорошо развитый зрительный анализатор, высокую абсолютную и относительную чувствительность.

Здесь уместно вспомнить слова замечательного наблюдателя К. Паустовского, который считал развитие чувствительности зрительного анализатора важнейшим условием наблюдательности. Он писал:

Хороший глаз — дело наживное. Поработайте, не ленитесь, над зрением. Держите его, как говорится, в струне. Попробуйте месяц или два смотреть на все с мыслью, что вам это надо обязательно написать красками. В трамвае, в автобусе, всюду смотрите на людей именно так. И через два-три дня вы убедитесь, что до этого вы не видели на лицах и сотой доли того, что заметили теперь. А через два месяца вы научитесь видеть, и вам уже не надо будет понуждать себя к этому (*Паустовский К.* Золотая роза: Повести. — Кишинев, 1987. — С. 596).

Благодаря высокой чувствительности появляется возможность тонкой дифференцировки, видения малозаметного.

Понимание наблюдательности как свойства сенсорной организации, включенного в целостную структуру психической жизни человека, является принципиальным положением в разработке системы упражнений. Это положение предполагает формирование тех сторон наблюдательности, которые связаны с памятью, мышлением, направленностью, эмпатией и т. п.

Уже в развитии чувствительности начинает сказываться влияние личностных предпочтений и установок. Наблюдательность приобретает избирательный характер. Поэтому можно встретить людей, имеющих высокий уровень чувствительности к восприятию природы и процессов, происходящих в ней, но слабо различающих



состояния и процессы, возникающие в их взаимодействиях или в работе техники.

Еще в большей мере личностные особенности проявляются при осознании и понимании того, что человек видит, за чем он наблюдает. Осмысленность наблюдаемого зависит прежде всего от объема имеющихся у человека представлений и понятий о соответствующих явлениях и процессах. Осмыслить увиденное удастся благодаря включению его в уже сложившиеся познавательные структуры, которые и составляют познавательный опыт человека. Этот процесс опосредован и мыслительной деятельностью, в которой происходят не только систематизация и классификация воспринимаемого, но и перевод его на вербальный уровень, а значит — обобщение.

Н. В. Тимофеев-Ресовский — биолог, ставивший в своих исследованиях наблюдение так же высоко, как эксперимент, подчеркивал, что при наблюдении можно что-либо увидеть только в том случае, если ты знаешь, что нужно искать, что нужно видеть. Иногда несколько людей, имеющих различный профессиональный уровень или интересы в различных областях, смотрели на одно и то же, а при обмене впечатлениями выяснялось, что тот, кто не имел необходимых знаний или не знал, что именно нужно увидеть, ничего и не увидел.

Значит, профессиональные знания, а также мыслительные процессы, обеспечивающие оперирование ими, позволяют осознавать и понимать наблюдаемые явления. Результаты понимания и осознания воспринимаемого будут опосредованы особенностями памяти, поскольку именно благодаря ей обеспечивается полнота представлений и понятий, составляющих структуру знаний человека, его профессиональный опыт.

Можно говорить о том, что понимание наблюдаемого есть определенный вид мыслительных задач, в которых решается вопрос: что это значит или к чему это относится? Как известно, это задачи на систематизацию или классификацию. Интересная попытка в этом отношении предпринята Я. Хинтика и М. Хинтика\*, которые проанализировали наблюдения Шерлока Холмса как процесс решения

---

\* *Хинтика Я., Хинтика М.* Шерлок Холмс против современной логики: К теории поиска информации с помощью вопросов // Языки и моделирование социального взаимодействия. — М.: Прогресс, 1987. — С. 265–281.

задач. В данном случае процесс наблюдения предстает как поиск и извлечение информации, необходимой для решения мыслительной задачи. При этом происходит некоторая абсолютизация мышления при наблюдении, но тем не менее взаимосвязи восприятия и мышления для понимания и осознания наблюдаемых фактов становятся еще более очевидными.

Итак, наблюдательность, как и любое психическое явление, — элемент сложной системы и именно поэтому имеет разнообразные многоуровневые связи с различными сторонами психической жизни человека. С одной стороны, она обусловлена строением и чувствительностью зрительного анализатора, с другой — особенностями памяти и мышления и в то же время включена в целостную структуру психики человека через его прошлый опыт, направленность, эмоциональные предпочтения.

Поэтому при формировании наблюдательности важно предусмотреть систему упражнений, направленных на развитие как сенсорно-перцептивных качеств, так и умений, помогающих понимать, осмысливать наблюдаемое.

Третья теоретическая предпосылка для разработки практикума по развитию наблюдательности — предположение о связи наблюдательности и прогнозирования.

Гипотеза о влиянии наблюдательности на успешность прогнозирования в системе «человек—человек» возникла у нас при изучении прогнозов в педагогической деятельности. Базируясь на общих положениях прогностики о том, что прогноз обусловлен знаниями — основаниями прогноза, а также мыслительными качествами прогнозиста, мы провели несколько исследований. Например, была изучена результативность прогнозирования учителем:

- развития личности ученика;
- взаимоотношений учащихся в классе;
- успешности решения учащимися задач разной степени сложности;
- затруднений учащихся при усвоении нового материала (Т. Кириченко, 1979).

Эти и другие исследования предусматривали тщательное изучение оснований прогноза: поиск закономерности, теоретический ана-

лиз объектов прогноза, изучение динамических временных характеристик объектов прогноза и т. п. Однако было установлено, что эти, казалось бы, надежные основания прогнозирования не срабатывают. Результаты прогнозирования в отношении другого человека оказывались опосредствованы не только перечисленными основаниями, но и обобщенным опытом наблюдения, развитой наблюдательностью.

Основания для прогноза определяются специалистом в ходе наблюдений и последующего обобщения накопленных знаний. С одной стороны, есть обобщение, с другой — это обобщение имеет достаточно конкретный характер (эмпирические обобщения). Общая закономерность или теория далеко не всегда может объяснить конкретный случай и стать основанием для прогноза в отношении индивидуальных проявлений. Эмпирическое обобщение такую функцию может выполнить, поскольку оно включает все многообразие конкретного. Естественно, что полнота и глубина знаний, полученных в практике, опосредствована наблюдательностью.

Другой особенностью эмпирических прогнозов является метод их получения. Условия прогнозирования в процессе взаимодействия людей особые:

- ограниченность во времени;
- многогранность объекта прогноза (человек);
- почти всегда — дефицит информации, необходимой для прогноза;
- невозможность учесть все многообразие причин, которые воздействуют на объект прогноза.

Поэтому чаще всего для прогнозирования используется метод экстраполяции. Он заключается в том, что закономерности и типичные проявления человека в прошлом и настоящем переносятся на будущее. Ошибка экстраполяции состоит в том, что каждый наблюдаемый случай прогнозист идентифицирует как типичный даже тогда, когда последний таковым не является. «Почему вы доверились этому малознакомому человеку?» — спрашивают обманутую пожилую женщину. «Он произвел очень хорошее впечатление: вежливый, хорошо держится, прекрасно одет».

Люди, которые работают в системе «человек — человек», при прогнозировании опираются на эмпирические обобщения и ис-

пользуют экстраполяцию для получения знания о поведении объекта прогноза в будущем. Даже при развитых качествах мышления, составляющих структуру способности прогнозирования, для прогнозирования в системе «человек—человек» значимым оказывается как знание теории, так и наличие эмпирических обобщений, полученных в ходе профессионального наблюдения. Один из ярчайших литературных примеров профессионального наблюдения как основания для прогнозирования находим в романе Сиднея Шелдона. Речь идет о профессиональной наблюдательности адвоката Дженнифер Паркер:

Она научилась по обуви определять характер человека и отбирала в присяжные людей, носивших удобную обувь, потому что они отличались покладистым характером... Дженнифер постигла язык жестов. Если свидетель врал, он трогал себя за подбородок, плотно сжимал губы, закрывал рукой рот, дергал себя за мочку уха и теребил волосы. Ни одно из этих движений не ускользало от Дженнифер, и она выводила лжеца на чистую воду (*С. Шелдон. Гнев Ангелов.* — М., 1993. С. 117).

Таким образом в тренинг развития наблюдательности важно включить упражнения, помогающие строить прогностические умозаключения на основе наблюдения.

В нашей работе речь идет о проявлении наблюдательности в отношении людей, к тому же существует тип профессий «человек—человек», где наблюдательность рассматривается как профессионально важное качество (Е. А. Климов). Попытаемся выделить специфические особенности проявления наблюдательности в профессиях этого типа.

В психологии сложилось целое направление по изучению возможности раскрыть психологическую сущность человека через его наблюдение и восприятие. В работах, например, Б. Г. Ананьева, М. Я. Басова, Б. Ф. Ломова, С. Л. Рубинштейна, была показана диалектика внешнего и внутреннего в проявлениях психики. При сохранении некоторых устойчивых внешних форм выражения психических состояний были найдены их многообразные, динамические характеристики и формы проявления. Более того, учитывалось и многообразие индивидуальных проявлений психических состоя-

ний. Поскольку объектом наблюдения только и могут быть внешние проявления человека, для развития наблюдательности стало важным знать, о каких психических явлениях говорят те или иные наблюдаемые признаки.

Итак, первая специфическая особенность наблюдательности в профессиях типа «человек—человек» состоит в том, что нужно во внешнем поведении или в самой внешности человека увидеть его внутренние, психические, состояния или свойства.

Вторая особенность наблюдательности в этой сфере заключается в необходимости дифференцировать признаки, через которые человек выражает себя вовне. Необходимо развитие как абсолютной, так и относительной чувствительности именно к этим признакам, так как они раскрывают динамические характеристики человека, сформировавшиеся в процессе его онтогенеза, с одной стороны, и проявляющиеся в его настоящей жизни — с другой. Динамика онтогенетического изменения может быть выражена через физиогномическую маску, осанку, походку; психические явления, протекающие в настоящем времени, выражаются через мимику, жесты, позы.

Прекрасными наблюдателями являются писатели и поэты. Их наблюдательность не перестает удивлять и восхищать. Многие яркие картины человеческих образов даны ими на основе наблюдения и видения тончайших изменений в поведении людей. Вспомним зарисовку С. Цвейга:

Невольно я подняла глаза и прямо напротив увидела — мне даже страшно стало — две руки, каких мне еще никогда не приходилось видеть: они вцепились друг в друга, точно разъяренные звери, и в неистовой схватке стали тискать и сжимать друг друга так, что пальцы издавали сухой треск, как при раскалывании ореха... меня пугала их взволнованность, их безумно страстное выражение, это судорожное сцепление и единоборство. Я сразу почувствовала, что человек, преисполненный страсти, загнал эту страсть в кончики пальцев, чтобы самому не быть взорванным ею (*Цвейг С.* Двадцать четыре часа из жизни женщины: Новеллы. — Минск, 1987. — С. 190).

Третья особенность наблюдательности, проявляющейся в сфере «человек—человек», связана с интересом именно к человеку как объекту восприятия и наблюдения. На основе этого интереса фор-

мируется избирательность восприятия, быстро создается опыт наблюдения за человеком и видения его психических состояний. Направленность, как правило, связана с профессиональным интересом, который определяет структуру профессиональных знаний. Данные наблюдения включаются в нее и в то же время, исходя из особенностей профессиональных знаний, могут быть поняты и истолкованы.

Любое наблюдение включается в контекст содержания той или иной профессиональной деятельности. Для наблюдений педагога важным становится знание возрастных особенностей проявления и переживания чувств, возрастных особенностей соотношения эмоций и познавательной деятельности, проявления эмоций детей во взаимоотношениях со сверстниками, родителями и т. п. Для врача или медсестры значимыми становятся знания о внешних признаках человека, имеющего то или иное заболевание, об особенностях поведения людей при разных болезнях, о возрастных особенностях, проявляющихся у больного в отношении к себе и постигшей его болезни, и т. п. Контекст наблюдений, проводимых следователем или инспектором по делам несовершеннолетних, совсем иной. В его наблюдения включаются знания о соотношении между типом личности и типом правонарушения, типом нарушений и типом семьи и взаимоотношениях в ней, об изменениях социальной среды в микрорайоне и т. п.

Профессиональные знания составляют ту основу, которая не только влияет на целенаправленность восприятия и способствует развитию дифференцировки воспринимаемых признаков, но и прямо влияет на понимание наблюдаемых объектов и процессов.

Все перечисленные особенности наблюдательности можно отнести к перцептивным и понятийным.

Четвертая особенность наблюдательности, специфичная для профессий типа «человек—человек», определяется тем, что содержание деятельности в этих профессиях предполагает взаимодействие людей. А это значит, что наблюдать нужно, как правило, не изолированного человека, а людей, находящихся в общении, во взаимоотношениях друг с другом. Можно сказать, что наблюдательность в этом случае предполагает не только перцептивные и понятийные качества наблюдателя, но и эмпатийные.

Эмпатия характеризуется способностью к отражению внутреннего мира другого человека. Такое отражение способствует пониманию мыслей и чувств другого, а также вызывает эмоциональную сопричастность. Возникновение эмпатии предполагает развитую наблюдательность и ее связь с мышлением и чувствами. Умение становиться на точку зрения другого человека, имитировать его состояния, понимать то, что не высказано вслух, идентифицироваться с его эмоциональным состоянием, предвосхищать развитие поведения и психических состояний — вот то конкретное содержание эмпатии, которое проявляется в процессах взаимодействия между людьми. Наблюдательности здесь способствует определенный строй личности, при котором развиты такие эмоциональные свойства, как впечатлительность, эмоциональная отзывчивость.

Развитие связи между перцептивным, понятийным и эмпатийным компонентами наблюдательности способствует ее совершенствованию, возникновению способности не только видеть и чувствовать другого, но и предвидеть его поведение.

Этот уровень наблюдательности прекрасно описал О. де Бальзак:

Моя наблюдательность приобрела сторону инстинкта: не пренебрегая телесным обликом, она разгадывала душу — вернее сказать, она так метко схватывала внешность человека, что тотчас проникала в его внутренний мир; она позволяла мне жить жизнью того, на кого была обращена, ибо наделяла меня способностью отождествлять с ним себя самого (*Моруа А. Прометей, или Жизнь Бальзака.* — М., 1968. — С. 72).

Таким образом, наблюдательность, проявляющаяся в профессиях типа «человек—человек», связана с особенностями субъекта и объекта наблюдения.

## 3.2. Индивидуальные особенности наблюдательности

В процессе наблюдения за людьми, явлениями окружающего мира проявляются индивидуальные особенности наблюдателя, которые придают процессу наблюдения особую окраску и делают наблюдение индивидуально-своеобразным. Индивидуальные характеристики процесса наблюдения проявляются в его динамике, глубине, особенностях эмоциональной окраски.

Первым фактором, определяющим индивидуальные особенности наблюдательности, могут быть различия в строении и функционировании зрительного анализатора, влияющие на остроту зрения. Неодинаковая наблюдательность определяется различной степенью развития остроты восприимчивости людей по отношению к различным сторонам окружающей их физической и социальной среды. Один человек обладает тонкой восприимчивостью по отношению к цветам, их оттенкам и слабо дифференцирует звуки, речь, интонацию голоса, другой лучше воспринимает движения, где бы они ни проявлялись, а третий имеет высокую чувствительность к восприятию природы и процессов, происходящих в ней, но слабо дифференцирует изменения, происходящие с техникой. Более низкие пороги чувствительности в одной модальности и более высокие — в другой, выделение ведущего вида чувствительности характеризуют индивидуальные особенности наблюдающего человека. Они формируются в деятельности и определяют ее успешное выполнение.

Вторым фактором, определяющим индивидуальные особенности наблюдательности, может быть сенсорная организация, характеризующаяся объединением разных модальностей в комплексы и выделением ведущей чувствительности. Одной из характеристик сенсорной организации является тип восприятия: аналитический, синтетический, аналитико-синтетический, эмоциональный. Выделение этих типов основано на установлении сенсорной организации с мыслительными и эмоциональными процессами. Для наблюдателей синтетического типа характерно обобщенное отражение и определение основного смысла происходящего. Они не придают значения деталям и не видят их.



Люди с аналитическим типом восприятия выделяют при наблюдении прежде всего детали, частности, такие люди нередко затрудняются понять общий смысл явлений. Общее представление об объекте, событиях они часто подменяют тщательным анализом отдельных поступков, деталей, оказываясь при этом не в состоянии выделить главное.

Люди эмоционального типа восприятия стремятся не выделить сущность явления, а выразить свои переживания, вызванные наблюдаемыми явлениями. Человек этого типа восприятия, наблюдая за объектом, прежде всего замечает то, что воздействует на его эмоциональную сферу, и не старается разобраться в особенностях самого объекта.

Наблюдение не бывает чисто пассивным, созерцательным актом. На процесс наблюдения оказывают влияние и уровень развития мышления, и чувства, и интерес, и опыт взаимодействия с наблюдаемым объектом. С. Л. Рубинштейн по этому поводу писал:

Воспринимает не изолированный глаз, не ухо само по себе, а конкретный живой человек, и в его восприятии всегда в той или иной мере сказывается весь человек, его отношение к воспринимаемому, его потребности, интересы, желания и чувства (*Рубинштейн С. Л. Основы общей психологии. — М.: Учпедгиз, 1946. — С. 253*).

Индивидуальные особенности наблюдательности складываются под влиянием воспитания. Если в процессе взаимодействия с развивающимся человеком взрослые предоставляли возможность ребенку самому наблюдать за миром и делать открытия, то можно ожидать, что уже к подростковому периоду наблюдательность может сформироваться как свойство сенсорной организации. Если в процессе взросления человек был лишен необходимости или возможности наблюдать, то и соответствующее свойство не развивается. Поэтому есть взрослые, которые настолько ненаблюдательны, что не видят, например, в своей квартире вещей, которые там уже давно находятся, или тех существенных изменений, которые произошли во внешнем облике близких родственников. Для развития наблюдательности значим не столько возраст, сколько тренировка.

### 3.3. Система упражнений для развития наблюдательности

В этом разделе предложена система упражнений для развития наблюдательности. Ее основу составляет тот теоретический материал о наблюдении и наблюдательности, который изложен в предшествующих главах.

Определение наблюдательности как психического свойства и раскрытие ее связей с различными сторонами психики, а также с содержанием деятельности позволяют ответить на вопрос: что значит тренировать наблюдательность? Самый общий ответ сводится к тому, что нужно тренироваться в наблюдении, а поскольку под наблюдением понимается процесс целенаправленного восприятия, упражнения в нем составляют основу для тренировки наблюдательности.

Более конкретный ответ на поставленный вопрос заключается в том, что необходимо упражняться в технике наблюдения, с одной стороны, а с другой — развивать каждый из выделенных компонентов наблюдательности (перцептивный, понятийный, эмпатийный, прогностический). Это и есть два основания для подбора и создания системы упражнений. Эти основания взаимосвязаны и дополняют друг друга. Упражнения, развивающие, например, чувствительность к динамическим движениям лица, могут иметь направленность на отработку одного из элементов наблюдения.

Имея в виду эту взаимосвязь, мы осуществляли подбор упражнений и построение тренинга в целом.

Упражнения первого раздела направлены на знакомство с человеком как объектом наблюдения. Это необходимо, чтобы знать, что нужно видеть, во что всматриваться, что различать, наблюдая человека. Здесь предусмотрены следующие виды упражнений: тело человека как объект наблюдения, голова человека как объект наблюдения, внешние проявления психических процессов, состояний и свойств человека (позы, осанка, жесты, мимика и т. п.).

Второй раздел тренинга посвящен отработке отдельных элементов наблюдения как основы развития наблюдательности. Начинается наблюдение с постановки цели, затем на основе работы зри-

тельного анализатора и свойств восприятия идут анализ наблюдаемой информации и ее переработка. Следовательно, нужны упражнения на отработку целенаправленности и развития соответствующих перцептивных свойств. В этом разделе предусмотрены такие виды упражнений: цели наблюдения и их влияние на его результат, дифференцирование наблюдаемых признаков, характеризующих психические состояния человека, отработка избирательности и осмысленности восприятия.

В профессиональной деятельности наблюдение — не самоцель, а средство или условие успешного решения профессиональных задач. Поэтому в тренинге нужны упражнения, которые включали бы решение подобных задач. Для выполнения таких упражнений потребуется опора на навыки, выработанные через предшествующие упражнения. В профессиях типа «человек—человек» есть общие для разных специальностей задачи, успешность решения которых основана на наблюдательности. Это задачи на понимание через наблюдение процессов, происходящих при взаимодействии людей (выводы, умозаключения из наблюдений, их объяснение и интерпретация). Другой вид задач — предвидение развития ситуаций, поведения людей, их взаимоотношений также через наблюдение. Решение этих задач формирует как понятийный компонент наблюдательности, так и эмпатию. В третьем разделе тренинга содержатся следующие виды упражнений: умозаключения на основе наблюдения, понимание и интерпретация наблюдаемых поступков людей по их внешним проявлениям, предвидение развития движений, действий, поведения человека на основе наблюдения.

Таким образом, тренинг содержит разделы, направленные на развитие перцептивного, понятийного и эмпатийного компонентов наблюдательности и предвидения на ее основе

Для оценки эффективности тренинга предусмотрен ряд контрольных заданий, которые предлагаются участникам дважды: на первом занятии и на последнем. Поскольку задания одинаковые, появляется возможность сравнить результаты, а следовательно, оценить эффективность тренинга.

При подборе заданий для контроля нами было принято во внимание следующее обстоятельство. Если результатом наблюдения считать понимание и предвидение поведения людей, то его эффек-

тивность будет зависеть от полноты и точности информации, которая была доступна наблюдателю при восприятии. Чем больше объем такой информации, тем меньше необходимость видеть детали, всматриваться, дифференцировать малоразличимые признаки. Задания в соответствии с объемом информации, необходимой для понимания и предвидения наблюдаемого, могут быть ранжированы следующим образом: наблюдается ситуация и человек в ней; наблюдается человек вне ситуации; наблюдаются только элементы внешности, несущие информацию о человеке, его состоянии и ситуации; наблюдаются только элементы каждого из средств выражения состояния (например, рот как выразитель мимики, глаза или жест). Поэтому в контрольных упражнениях сознательно регулируется объем информации о наблюдаемом человеке и его внешних проявлениях. Мы избрали самый жесткий критерий, т. е. при контроле предлагается по элементам тех или иных выразительных средств дать характеристику психических состояний.

Приводимые упражнения адресованы преподавателям, ведущим практические занятия по психологии и ставящим перед собой задачу формировать у студентов через свой предмет профессионально важные качества, в том числе и наблюдательность. Эти упражнения с успехом могут выполняться на практических занятиях по любой из психологических дисциплин, где им можно отводить 15–20 минут.

## Программа и содержание тренинга

### Программа тренинга

Номер занятия	Содержание занятия	Номер упражнения	Номер рисунка
1	Знакомство с телом человека как объектом наблюдения. Первый срез для оценки эффективности тренинга	1–7	1–22
2	Знакомство со средствами проявления и выражения психических состояний и свойств человека	8–15	23–33
3	Отработка умения проводить наблюдение в соответствии с целью	16–21	34–39

Номер занятия	Содержание занятия	Номер упражнения	Номер рисунка
4	Упражнения в дифференциации признаков, через которые проявляются психические состояния и свойства человека	22–26	40–53
5	Отработка избирательности восприятия	27–31	54–57
6	Умозаключения на основе наблюдения, объяснение и интерпретация наблюдаемого	32–36	58–68
7	Предвидение на основе наблюдения	37–43	69–81
8	Итоговое занятие, проведение контрольных срезов для оценки уровня развития наблюдательности	44–47	16–19, 82–83

### Содержание тренинга

**Первый раздел тренинга** включает два вида упражнений. Одни из них направлены на знакомство с общими и индивидуальными особенностями внешности (телосложение, строение головы, особенности лица и т. п.), другие — на знакомство с теми средствами, через которые в облике выражается психическое состояние или свойство (жест, мимика, пантомимика, поза и т. п.).

Упражнения этого раздела основаны на материалах, которые накоплены в практической психологии и изложены в работах А. А. Бодалева, А. В. Викулова, Ф. Лезера, А. Штангля, П. Экмана и др. Если ведущему занятия окажется недостаточно разъяснений, данных в настоящей главе, можно обратиться к соответствующей литературе (см. список в конце книги).

На занятиях предлагается материал, который призван познакомить с теми или иными особенностями внешности людей. Здесь же предусмотрены упражнения на запоминание и актуализацию этой информации. На других занятиях информационный материал не имеет самостоятельного значения, поэтому включен в упражнения.

Упражнения построены в следующей последовательности:

- типы телосложения людей;
- общие и индивидуальные особенности телосложения;
- голова и лицо человека;
- общие и особенные признаки строения головы и лица человека;
- упражнения на дифференциацию общих и отличительных признаков телосложения, строения головы, лица человека;

- упражнения на запоминание общих и отличительных признаков телосложения, строения головы, лица человека;
- жесты, позы, осанка, мимика, физиогномическая маска;
- упражнения на «чтение» выразительных движений человека.

## Занятие 1

*Цель:* познакомить с внешним обликом человека как объектом наблюдения; провести один срез для оценки эффективности тренинга.  
*Необходимый материал:* рис. 1–22.

### Проведение занятия

После знакомства с группой, выяснения профессиональных интересов, а возможно, и мотивов прихода на тренинг ведущий должен достаточно подробно и доступно рассказать о наблюдательности как профессиональном свойстве человека. При этом необходимо показать связь этого свойства как с сенсорными процессами, так и с памятью и мышлением, с интересами и эмоциональными свойствами человека. Здесь уместно привести примеры проявления наблюдательности в обыденной жизни людей и в их профессиональной деятельности (учителя, таможенники, следователи, врачи, продавцы, родители и т. д.). Все эти примеры должны показать, что понимание и перцептивное предвидение поведения других людей в ситуациях недлительного или единичного контакта во многом зависят от развития наблюдательности. Множество примеров можно заимствовать у Конан Дойля. Вот один из них.

Холмс задает вопрос доктору Ватсону:

— Интересно, что вы можете сказать на основании внешности этой девицы. Опишите мне ее.

— Ну, на ней была серо-голубая соломенная шляпа с большими полями и с кирпично-красным пером. Черный жилет с отделкой из черного стекларуса. Платье коричневое... с полоской алого бархата у шеи и на рукавах. Серые перчатки, потертые на указательном пальце правой руки. Ботинок я не разглядел. В ушах золотые сережки в виде маленьких кругленьких подвесок. В общем, эта деви-

ца вполне самостоятельная и несколько вульгарная, добродушная и беспечная.

— Никогда не полагайтесь на общее впечатление, друг мой, сосредоточьте внимание на мелочах. Я всегда сначала смотрю на рукава женщины. Когда имеешь дело с мужчинами, пожалуй, лучше начинать с колен брюк. Как вы заметили, у этой девицы рукава были обшиты бархатом, а это материал, который легко протирается, поэтому хорошо сохраняет следы. Двойная линия немного выше запястья, в том месте, где машинистка касается рукой стола, видна великолепно. Ручная машинка оставляет точно такой же след, но только на левой руке, и притом на наружной стороне запястья, а у мисс... след проходил через все запястье. Затем я посмотрел на лицо и, увидев следы пенсне, сделал заключение насчет близорукости и работы на пишущей машинке, что ее очень удивило (*Конан Дойль А. Приключения Шерлока Холмса. — Пермь, 1979. — С. 59*).

Ведущий может проанализировать приведенный пример, выясняя разницу в восприятии у двух действующих лиц. Специально нужно подчеркнуть, что оба они делают умозаключения, которые основываются на наблюдении, проведенном за короткий отрезок времени.

В тех же случаях, когда человека знают долго или имеют возможность знакомиться с различными аспектами его жизни, механизмы понимания этого человека и предвидения его поведения совершенно иные. Это может быть анализ поведения в прошлом, сравнение поведения данного человека с поведением различных эталонных групп, запоминание типичных для данного человека реакций и форм поведения в той или иной жизненной ситуации и т. п.

Ведущий может познакомить с основными разделами программы и сформулировать цели тренинга: научиться дифференцировать малозаметные изменения в протекании психических состояний, понимать и предвидеть поведение людей на основе наблюдения их внешних, воспринимаемых проявлений.

Если после разъяснений появятся заинтересованность и желание добиться высоких результатов, можно предложить помимо упражнений, проводимых на занятиях, выполнять домашние задания. Предусмотренные домашние задания намного расширяют поле

наблюдений, позволяют в реальной жизни проверять результативность отдельных занятий.

Последнее замечание, которое должен сделать ведущий, состоит в том, что все участники занятий, включая ведущего, будут выступать объектами наблюдения и понимания. Если это сообщение не вызовет возражений, то на занятиях можно использовать и группу как модель для выполнения тех или иных упражнений.

После такой вступительной беседы можно перейти непосредственно к содержанию занятия.

**Упражнение 1** направлено на знакомство с типами телосложения, а также с выделением типичных и индивидуальных особенностей телосложения.

Упражнение начинается с сообщения ведущего о типах телосложения по Э. Кречмеру (дано по кн.: *Штангель А. Язык тела.* — М., 1988. — С. 88. Можно также воспользоваться кн.: *Харрисон Дж.* и др. *Биология человека.* — М., 1968).

Тип строения тела	Телесные черты
1	2
Пикнический (округлый)	Широкое лицо, высокий выпуклый лоб, часто двойной подбородок, склонность к облысению, короткая толстая шея, чувствительные члены, слабая мускулатура, склонность к ожирению
Лептосомный (астенический, вытянутый)	Лицо в форме вытянутого или укороченного яйца, острый угловатый профиль, выдающийся вперед нос, подбородок покатый, узкое худое лицо, узкие покатые плечи, длинная шея, плоская грудная клетка, длинные узкие руки
Атлетический (сильный)	Грубые черты лица, высокая средняя часть лица, широкие брови, мощный подбородок, массивный грубый облик, широкие плечи, узкие бедра, сильно развитая грудь, грубые руки, несколько неуклюжий облик

Используются рис. 1–3, при работе с которыми следует обратить внимание на критерии, отличающие один тип телосложения от другого: длина конечностей, торса, мышечный покров и его тонус, форма отдельных частей тела, жировые отложения и т. п.

После выявления общих признаков телосложения можно перейти к анализу индивидуальных, которые, как правило, обуслов-



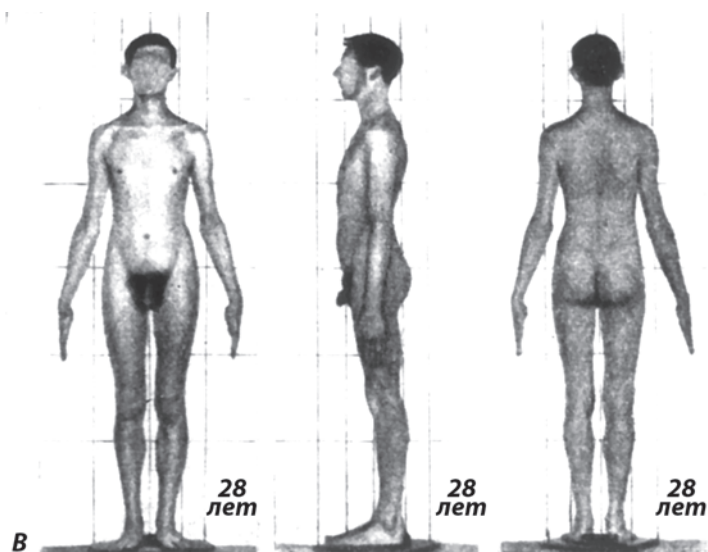


Рис. 1. Пикник

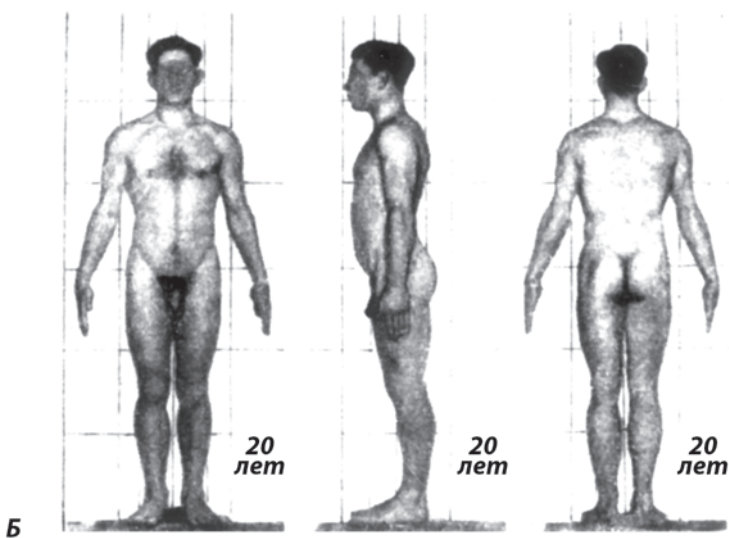


Рис. 2. Атлет

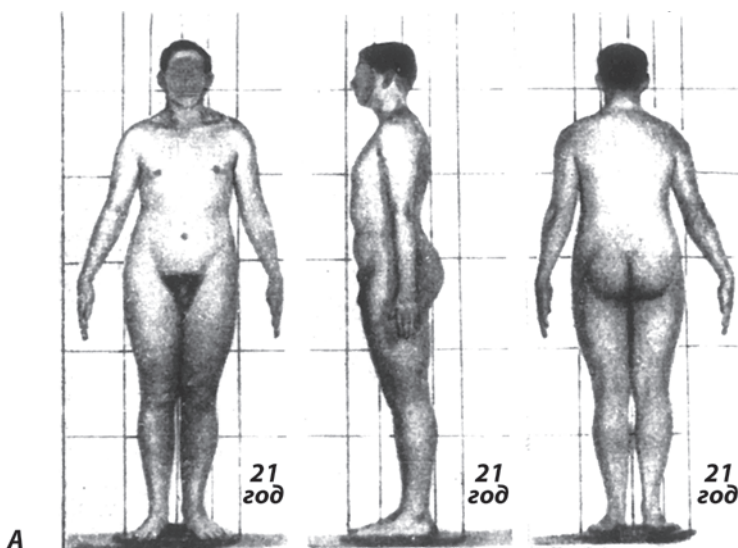


Рис. 3. Лептосом (астеник)

лены не только генотипом, но и полом, возрастом, национальностью, даже видом профессиональной деятельности.

Для выявления общих и индивидуальных признаков можно воспользоваться подготовленным набором фотографий. Если фотографии подобраны с учетом различного возраста, пола, профессии и т. п., то при их анализе после определения общего типа телосложения нужно найти признаки, которые можно отнести к особенным в телосложении тех или иных категорий людей.

**Упражнение 2** способствует закреплению знаний о типах телосложения и их использованию при наблюдении людей.

Каждому участнику тренинга предлагается дать описание телосложения любого человека, заведомо знакомого другим членам группы. Важно, чтобы в описание включались только признаки телосложения. Ведущему следует так предложить задание, чтобы его выполнил, т. е. сделал описание, каждый. Рекомендуется дать описание вначале общих, а затем индивидуальных особенностей телосложения. Через 5–7 минут проводится проверка выполнения за-

дания. Каждый зачитывает составленный им портрет телосложения, остальные члены группы должны определить, кто это.

**Упражнение 3** направлено на знакомство с общими и отличительными признаками строения головы и лица.

Начинается упражнение с сообщения ведущего, который последовательно раскрывает общие признаки строения головы и лица: форма головы, характер профиля, овал лица, размер ушей, форма носа и т. п. Для этого нужно использовать соответствующие рис. 4–13 (рис. 5 и 6 взяты из кн.: Н. Luck, E. Muhleitner (42)).

Демонстрация рисунков сопровождается перечислением общих признаков строения головы и лица, к которым относятся форма головы, овал лица, длина волос, форма и размер глаз, форма носа и т. п. Лучше, если некоторые из них будут записаны.

Затем можно перейти к демонстрации особенных признаков строения головы и лица. При этом следует обращать внимание на то, что сообщаемая информация полезна как исходная для целенаправленного наблюдения людей. Мастерство наблюдателя состоит в умении видеть как общие, так и отличительные особенности лица.

Участникам тренинга целесообразно записать основные типы формы головы, овала лица, линии роста волос, строения ушей, глаз, губ, подбородка, носа, бровей и т. п. Это достаточно большой по объему и разнообразный материал, его сложно запомнить с одного предъявления, поэтому записи некоторое время могут служить опорой для узнавания наблюдаемых у людей признаков.

Полученную информацию нужно сразу включить в упражнение. Ведущий дает задание: не рассматривая дополнительно своего соседа, описать строение его лица и головы, используя те признаки, о которых говорилось выше. После выполнения задания можно внимательно взглянуть в соседа, проверить свое описание, а главное — внести уточнения и дополнения. Обязательно нужно зафиксировать для себя, что нового было увидено при целенаправленном разглядывании.

Здесь будет уместным обратить внимание на специфику наблюдения. Можно многократно смотреть, воспринимать, но не замечать деталей или не дифференцировать их. Благодаря наблюдению



Рис. 4. Форма головы: овальная, круглая, четырехугольная

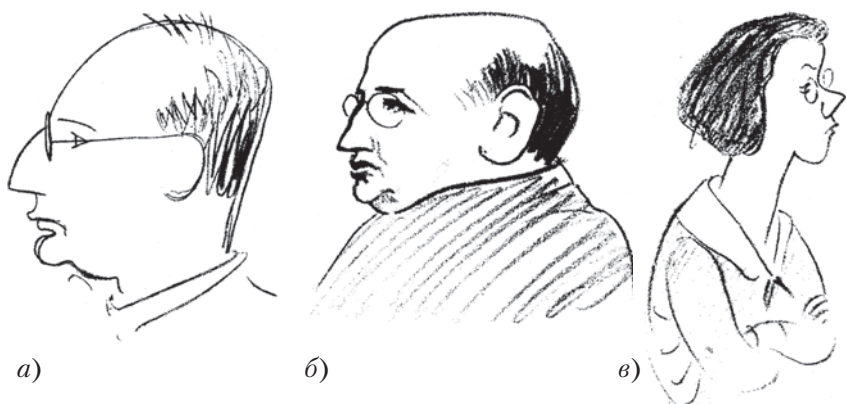


Рис. 5. Профиль: а) выпуклый, б) ровный, в) вогнутый

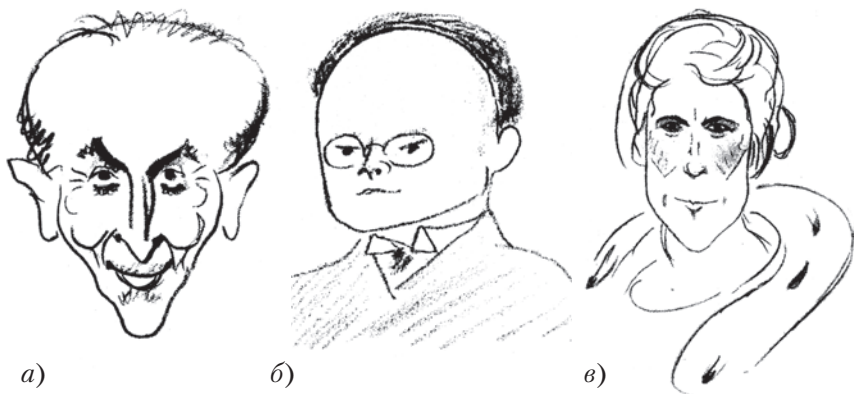


Рис. 6. Овал лица: а) треугольный, б) круглый, в) трапециевидный



Рис. 7. Волосы: короткие, средние, длинные

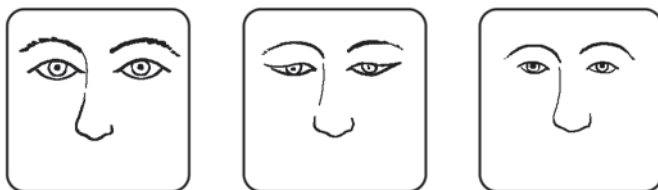


Рис. 8. Глаза: большие, миндалевидные, маленькие

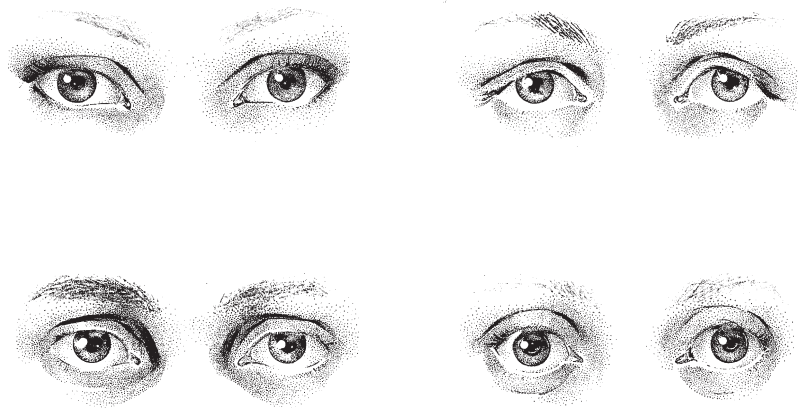


Рис. 9. Глаза: поднятые, опущенные, глубоко посаженные, навывкате



Рис. 10. Уши: большие, средние, маленькие



Рис. 11. Нос: с горбинкой, прямой, курносый

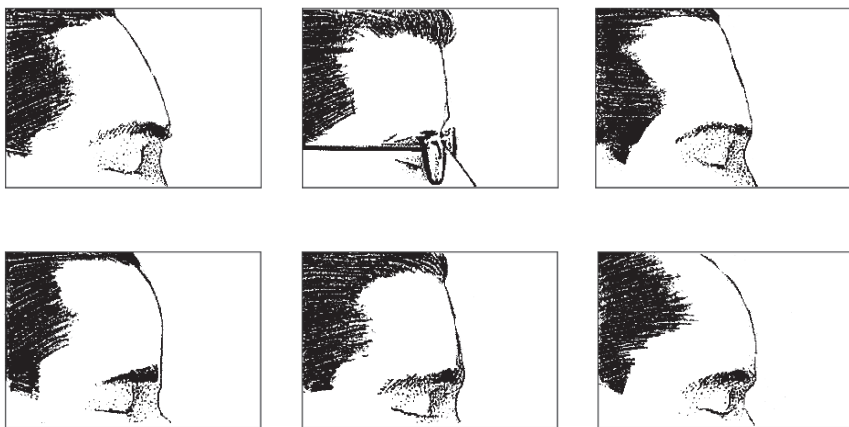


Рис. 12. Лоб: покатый, прямой, клинообразный, куполообразный, квадратный, выдающийся



Рис. 13. Губы: узкие, широкие, полные

вырабатывается умение различать малозаметное или видеть разное в сходном.

**Упражнения 4 и 5** предполагают, с одной стороны, закрепление знаний об общих и отличительных признаках строения головы, лица, а с другой — овладение умением выражать в слове увиденные особенности.

Перед участниками занятий ставится задача дать словесное описание по портрету (рис. 14). Задание проверяется. При анализе надо оценить, в какой мере использовано знание признаков внешности человека из предыдущих упражнений.

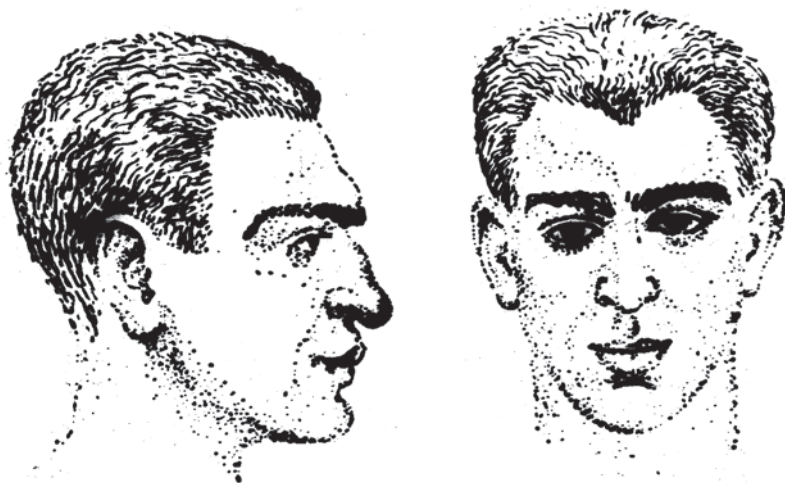
Затем упражнение видоизменяется: дается словесный портрет, по которому нужно составить графический портрет, с отражением указанных в портрете признаков (рис. 15).

Обозначение словом любого из увиденных признаков или их различий переводит наблюдаемые факты на новый уровень отражения, позволяя их обобщать и более тонко дифференцировать. Изменяется и осмысленность увиденного. Благодаря слову эти признаки начинают систематизироваться и осознаваться.

**Упражнение 6** (контрольное, первый срез) проводится на первом занятии с целью использовать его результаты для оценки эффективности тренинга. Полученные на этом занятии результаты будут сопоставляться с теми, которые покажут участники тренинга при выполнении этих же упражнений на последнем занятии. Суть упражнений состоит в том, чтобы по очень небольшой информации (элементам мимики) определить то психическое состояние, которое она передает. После сообщения цели упражнения можно



*Рис. 14.* Портрет, к которому нужно составить словесное описание (см. описание рисунков в конце книги)



*Рис. 15.* Пример портрета мужчины, который может быть составлен по описанию (см. описание рисунков в конце книги)



перейти к его выполнению. Ведущий демонстрирует изображения мимики рта.

**Домашнее задание.** Подобрать рисунки, фотографии и т. п. с изображением людей, различающихся телосложением, строением головы, чертами лица, учитывая при этом возможность выделить общие и особенные признаки внешности. Составить вопросы или придумать задания к этим материалам для участников тренинга. Участники внимательно их рассматривают и в соответствии с нумерацией изображений записывают названия тех психических состояний, которые передает мимика рта (рис. 16–18). Затем демонстрируется рис. 19 с изображением мимики глаз. Задание остается прежним: нужно определить, какое психическое состояние передают эти глаза.

Участники занятия записывают свои наблюдения в бланк протокола.

### Бланк протокола для выполнения контрольных упражнений

№	Первый контрольный срез		Второй контрольный срез	
	ответ	количество ошибок	ответ	количество ошибок
Мимика рта				
1				
2				
3				
4				
5				
6				
7				
8				
9				
Мимика глаз				
1				
2				
3				
4				
5				
6				

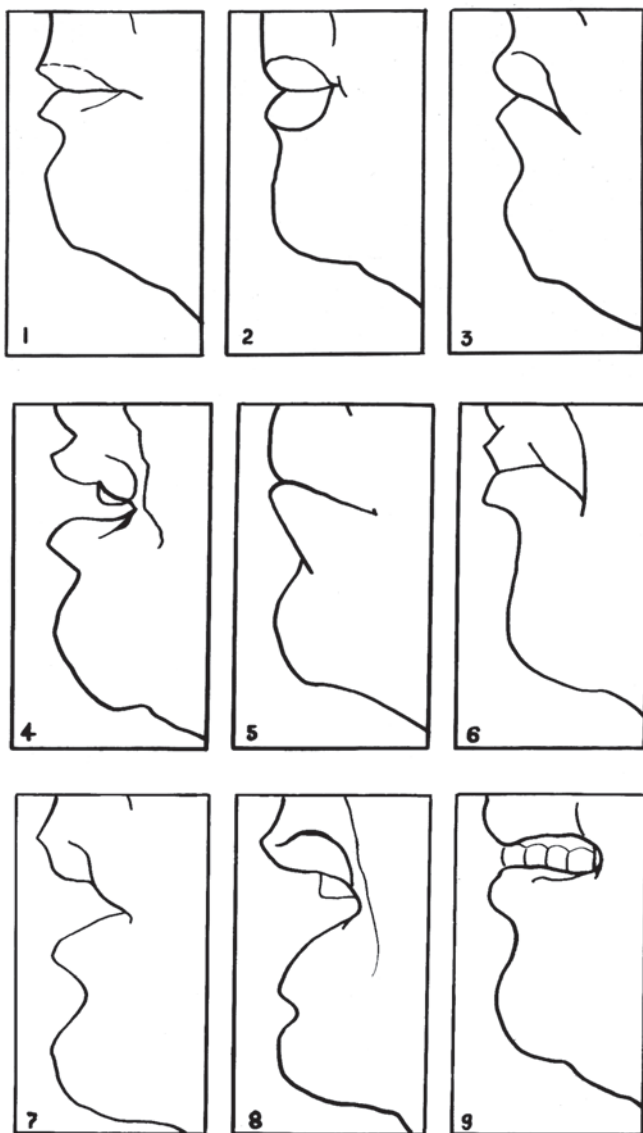


Рис. 16–18. Мимика рта при различных эмоциональных состояниях (по Пидериту)

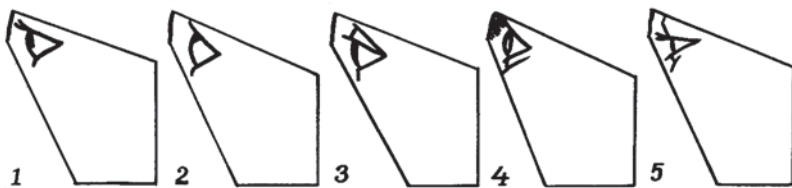


Рис. 19. Мимика глаз при различных эмоциональных состояниях (по Пидериту)

Истинные значения мимики сообщаются после выполнения этих заданий на последнем занятии. Они даны в описи рисунков в конце книги. Тогда же подсчитывается и количество ошибок.

**Упражнение 7** проводится с целью закрепления информации о строении тела, головы и лица человека. Для выполнения упражнения можно использовать рис. 20–22, на которых даны портреты мужчин.

Группа делится на три подгруппы. Одна подгруппа выходит из аудитории. Ведущий демонстрирует портреты участникам тренинга. Одна из подгрупп описывает один портрет, другая — другой, третий портрет не описывает никто. Словесные портреты нужно составить так, чтобы отсутствующие члены группы могли по описанию определить, кто изображен.

При анализе результатов обращается внимание на то, какие признаки оказались значимыми при идентификации портрета и его словесном описании. Если есть ошибки, то нужно проанализировать причины, которые к ним привели: неточные слова для выражения признаков внешнего вида, неверное выделение признаков, отсутствие в описании существенных отличительных признаков и т. п.

**Домашнее задание:** подобрать рисунки, фотографии и т. п. с изображением людей, различающихся телосложением, строением головы, чертами лица, учитывая при этом возможность выделить общие и особенные признаки внешности. Составить вопросы или придумать задания к этим материалам для участников занятия.



*Рис. 20.* Портрет мужчины  
(описание см. в описи рисунков)



*Рис. 21.* Портрет мужчины  
(описание там же)



*Рис. 22.* Портрет мужчины (описание там же)

## Занятие 2

*Цель:* знакомство со средствами выражения психических состояний и свойств человека.

*Необходимый материал:* рис. 23–33.

### Проведение занятия

Начать занятие можно с работы по определению общих и отличительных признаков телосложения, головы, лица, используя материалы, которые подготовили участники тренинга при выполнении домашнего задания. Цель этой работы — закрепление той информации, которая получена на предшествующем занятии.

Содержание второго занятия посвящено особенностям выразительных средств, которые характеризуют психические состояния или свойства человека. Существует множество внешних проявлений, доступных для наблюдения, по которым можно «читать», видеть особенности внутреннего мира человека.

Подробный материал, систематизирующий внешние проявления внутреннего мира человека, можно найти в книге Антона Штангля «Язык тела» (М., 1988). Мы же ограничимся только перечислением этих средств и краткой их характеристикой. Для знакомства с этими выразительными средствами и распознавания каждого из них предусмотрены упражнения.

**Походка** — характеристика движений человека при ходьбе: напряжение и расслабление движений, ритмичность или неритмичность движений, координация движений рук и ног, амплитуда размаха рук и ног, постановка ступни, наклон туловища и т. п.

Важнейшие признаки походки: скорость, величина шага, степень напряжения, согласованность движений рук, ног и туловища, постановка носков ступни.

Наблюдения людей за различными походками привели к выделению некоторых общих типов походки: быстрая, стремительная, семенящая, враскачку, прыгающая, вихляющая, шаркающая, гордая, плавная, медленная (плывущая) и т. п.

Эти типы походок, как подчеркивают А. Штангль и др., имеют тесную связь с некоторыми устойчивыми свойствами человека:

особенностями характера, темперамента, самооценки, а также с возрастом и полом. Например, походка «враскачку» чаще встречается у мужчин, а вихляющая — у женщин; шаркающая — у пожилых, а стремительная — у молодых.

**Жесты** — движения руки, имеющие целью передать знание (сделать сообщение), выразить чувства, отношение, осуществить волеизъявление.

Особенности жестов определяются некоторыми традиционными формами передачи этих видов информации. Например, принятые в данном социуме способы приветствия, жесты эмоциональной поддержки, выражения несогласия, горя и т. п. Так, в Полинезии приветствие выражается объятиями и потиранием спин друг друга. На Борнео мужчины в знак приветствия хватают друг друга между локтем и кистью. Хозяин дома кладет руку на плечо гостя и поглаживает его ладонью и т. п.

Жесты являются одним из средств общения, и естественно, что они приобретают некоторый общий, понятный смысл для той или иной группы людей. Одновременно жесты и весьма индивидуально, особенно в тех случаях, когда они не используются сознательно как средство общения, а являются неосознанным выражением переживаемых человеком состояний.

Некоторые жесты становятся существенными характеристиками человека, по ним он даже распознается. Как правило, это жесты эмоциональных состояний: потирание рук, подергивание усов, бороды, бровей, почесывание затылка, шевеление носом и т. п.

Жест образуется движением руки, кисти руки, местоположением руки, направлением ладони, движением и положением пальцев. На все эти движения — образователи жеста — нужно обращать внимание, поскольку через них придается определенный смысл жесту в целом.

А. Штангль приводит данные о том, что существует некоторая связь между типом телосложения и рукой. Астенический тип: гибкая, нежная рука, слабо развитые мышцы, узкие и длинные пальцы, тонкие ломающиеся ногти. Пикнический тип: короткая, широкая, плотная рука, соответствует округлости типа вообще; ладонь хорошо «набита», как подушка, мягкая, теплая; короткие, толстые пальцы. Атлетический тип: большая, костлявая, мускулистая рука,

широкая ладонь прямоугольной формы, особенно сильный палец — большой.

**Позы** — статическое выражение внутреннего состояния человека через положение тела и его частей. При отсутствии всех других средств (вербальных, мимики, жестов) через позу можно передать не только психическое состояние, но и свое отношение и даже сообщить новость.

Составляющими позы выступают положение тела и его частей по отношению друг к другу и к собеседнику, мышечное напряжение, расположение тела в пространстве. Значимыми для позы являются направления тела, рук, их развороты, голова, положение которой в некоторых позах берет на себя основную функцию в передаче информации. Направление поворота головы по отношению к телу и партнеру, тонус шейной части включаются в образование смыслового содержания позы.

В отличие от вербальных средств общения, которые используются человеком преимущественно осознанно и целенаправленно, жесты, а особенно позы, часто являются неосознанным средством выражения психических состояний. Поэтому понять мотивы поведения, истинно переживаемые чувства в большей мере, чем слова, помогают невербальные средства, к которым относятся жесты и позы.

**Мимика** — динамическое выражение лица, которое складывается через складки на лбу, выражение глаз, движения рта, движения лица в области носа, а также определяется степенью подвижности этих частей лица.

Выделим важнейшие мимические явления лица (по А. Штанглю).

*Складки на лбу:* горизонтальные, вертикальные (складки концентрации), одновременно вертикальные и горизонтальные, переходящие друг в друга («складки надежды»).

*Глаза:* степень открытости — вытаращенные, полностью открытые, занавешенные, прикрытые или прищуренные, закрытые; направление взгляда — прямое, боковое, снизу, сверху, «блуждающий в небе», «уклоняющийся»; движение взгляда — твердо-неопределенное, спокойно-вялое, живое (беспокойное).

*Область носа и реакции вкуса:* носогубная складка («складка интенсивности»), наморщивание носа («страдальческая складка»), неприятные вкусовые реакции, испытующее выражение лица.



Рис. 23. Жест

*Рот:* степень открытости — открытый, закрытый, сжатый, стиснутый, сжимание челюстей, выдвинутая нижняя челюсть, поджатые губы; впечатление — полный, мягкий, острый, твердый; направление уголков рта — приподняты, опущены, растянуты, стремятся к центру рта.

*Смех и улыбка:* полностью открытая улыбка, расслабленная улыбка, усмешка, кривая, односторонняя улыбка, сладкая улыбка, язвительная ухмылка, примитивный оскал.

*Степень подвижности мимики:* очень подвижная (быстро следующая друг за другом смена форм), малоподвижная (редкая смена форм), связь со степенью напряженности и количеством выражений.

Все перечисленные мимические явления должны стать предметом видения, вычленения, дифференциации при наблюдениях за мимикой лица, поскольку именно благодаря им создается смысловое выражение мимики.

На этом занятии каждое из средств выражения психических состояний человека будет рассмотрено и включено в упражнения. При этом важно сформировать у участников тренинга установку на то, что позы, мимика, жесты и т. п. являются объектами наблюдения, через которые выражается то или иное психическое состояние. Задача в том, чтобы научиться видеть каждый из этих элементов в потоке двигательной активности человека.



**Упражнение 8** знакомит с различными видами жестов, направленных на передачу той или иной информации окружающим.

Демонстрируются разные жесты: раздумья, критической оценки, сосредоточенного внимания, сокрытия истинных намерений, удивления, защитной реакции, самодовольства, затруднения при ответе и др. Предлагается «прочитать» значение жеста («О чем говорит этот жест?»), а затем выяснить, через какие элементы жеста получена данная информация. В чем отличие этого жеста от близких ему, какие детали (или одна деталь) являются существенными для изменения смысла жеста?

В упражнении используются рисунки, представленные в работах (25), (39), и натура.

**Упражнение 9.** По описанию жеста воспроизвести его и определить, какое состояние он передает. Указанный в скобках ответ сообщается после выполнения упражнения: 1) рука доминирующая, оскорбляющая, нападающая и активно захватывающая другой объект, согнутая в локте со сжатым кулаком, жесткая, напряженная (агрессивность); 2) рука ненавязчивая, мягкая, вялая, пассивная, дирижирующая, призывающая сконцентрироваться (мягкое указание); 3) рука с поднятым вверх указательным пальцем, уверенная (жест указания). (По материалам кн.: *Чугунова Э. С. и др.* Комплексная социально-психологическая методика изучения личности инженера. — Л.: Изд-во ЛГУ, 1991.)

**Упражнение 10** знакомит с различными позами.

Как и в предыдущем упражнении, ставится задача не только «прочитать» значение позы, но и осознать, через какие составляющие ее элементы поза приобретает то или иное значение. При этом элементы, создающие позу, и есть те конкретные признаки, за которыми человек наблюдает: расположение туловища, тонус его мышц, соотношение в расположении туловища и головы, положение рук, положение ног, автоконтакты рук, ног и т. п. Для выполнения упражнения используются рис. 24–27.

Содержащуюся в рисунках информацию можно дополнить. Для этого ведущий организует игру — называет смысловое значение позы, например: передайте в позе усталость или готовность ответить на приветствие, нежелание здороваться, сосредоточенность на

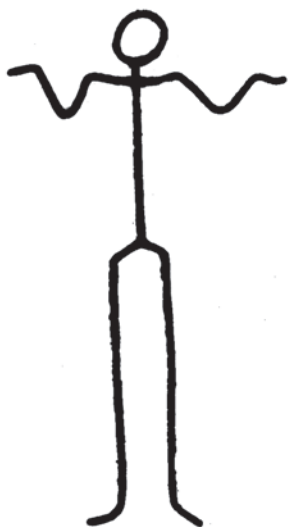


Рис. 24. Поза недоумения

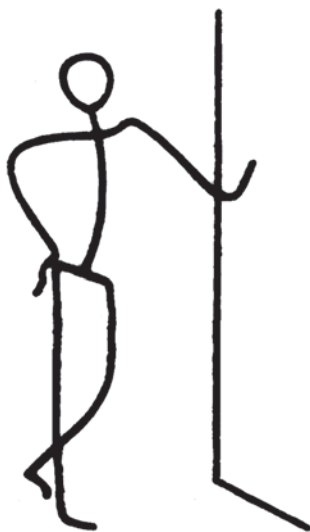


Рис. 25. Поза независимого пренебрежения



Рис. 26. Поза смущения



Рис. 27. Поза независимости

своих мыслях и т. п. Участники должны выполнить задание. Преподаватель оценивает, где передача смыслового значения была точнее. Чтобы исключить влияние мимики и жестов на восприятие поз, можно выполнять задание, повернувшись спиной к группе.

**Упражнение 11** тренирует навык «чтения» и целенаправленно восприятия поз.

Ведущий предлагает каждому участнику группы выразить в позе то или иное состояние, названия которых могут быть выписаны на заранее подготовленных карточках. Например: озабоченность, готовность решительно действовать, угроза, блаженство, пренебрежение, высокомерие, любопытство и т. п. Каждый участник готовит позу, а затем демонстрирует ее группе. Задача группы — определить, какое состояние передает в позе ее исполнитель.

При анализе результатов надо сопоставить содержание карточки и ответ, который каждый давал при «чтении» позы, и определить причину ошибок: неверная передача состояния в позе или неверное прочтение. Обязательно следует подчеркнуть удачные, яркие способы выражения состояний через позу.

Упражнение можно продолжить. Каждый участник группы сам задумывает то состояние, которое он хотел бы передать в позе. Затем он демонстрирует позу, а группа определяет, что она обозначает. При этом желательно, как и раньше, исключить другие выразительные средства — мимику, жесты, т. е. лучше демонстрировать позы, стоя спиной к группе.

При выполнении этого и подобных упражнений ведущему важно помнить, что цель упражнения не сводится только к установлению смыслового значения позы или жеста. Для развития наблюдательности нужно обязательно выделять те элементы, которые являются главными носителями смысла, а для этого их стоит варьировать. Тогда становится очевидной их роль в организации позы, жеста, мимики. Например, выделив положение головы как главный признак позы, попробуйте менять ее положение, а затем определить, что произошло с восприятием всей позы под влиянием этого изменения.

**Упражнение 12.** Предлагается задание: понаблюдать за позами, изображенными на рисунках: поза готовности к действию, авторитарности, закрытости, самоконтроля. Проанализировать те элемен-

ты, которые отличают одну позу от другой, определить смысловое содержание каждой позы. Можно использовать иллюстративный материал из работ (25, 39).

**Упражнение 13** проводится с целью познакомить с такими статическими выразительными средствами, как осанка и физиогномическая маска.

Оба этих средства формируются под влиянием типичных для человека поз и мимических выражений. Именно типичность приводит к тому, что в морщинах, складках лица, в положении тела, рук, ног как бы застывает наиболее часто повторяющееся выражение. Можно сказать, что физиогномическая маска — застывшая мимика, наиболее типичная для того или иного человека. Физиогномическая маска формируется не только через морщины, но и через направление носовых складок, углов рта, лобовых складок, тонус мышц лица.

В осанке «застывает» типичное для человека положение туловища (наклоны, повороты и т. п.), расположение головы по отношению к туловищу (опущена, откинута назад, наклонена к плечу), сутулость, напряженность — расслабленность мышц живота, спины, предплечья. Для знакомства с видами осанки и физиогномической маски используются рис. 28–30.

Продолжить это упражнение можно, дав характеристику осанки членов группы: горделивая, застенчивая, напряженно-выжидательная, собранная, независимая и т. д. При доброжелательных отношениях в группе можно определить особенности осанки друг друга и ведущего, а главное, очень осторожно попытаться идентифицировать осанку с психическими особенностями.

**Упражнение 14** посвящено мимике — динамическому выражению лица.

Начать нужно с выделения тех признаков мимики, которые ее образуют, а затем перейти к анализу мимических выражений при разных психических состояниях. В качестве иллюстративного материала можно использовать рис. 31–33 и ту информацию, которая дает обзор мимических выражений, а также рисунки, имеющиеся в работе Уайтсайд Р. «О чем говорят лица» (37).



*Рис. 28.* Физиогномическая маска подозрительности, недоверия



*Рис. 29.* Физиогномическая маска властности



*Рис. 30.* Физиогномическая маска доброжелательности, доверчивости

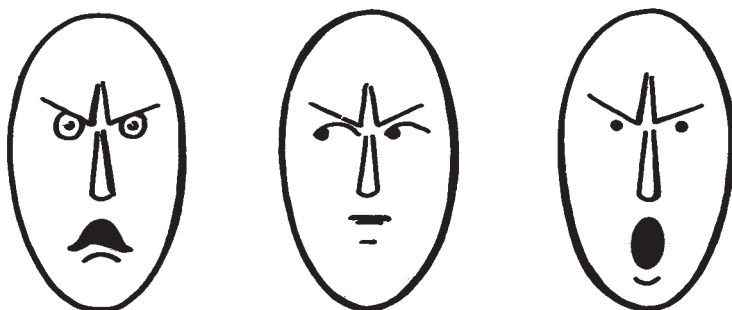


Рис. 31. Схематизированное изображение мимики: злость, недовольство, гнев



Рис. 32. Схематизированное изображение мимики: удовлетворение, покой, обида



Рис. 33. Схематизированное изображение мимики: удивление, вспоминание, догадка

Тренировочная часть упражнения состоит в следующем. Участники группы получают карточки с названием мимического выражения, которое им предстоит изобразить. После подготовки они показывают это выражение группе, а группа определяет, что оно обозначает. В ходе выполнения упражнения выясняется, почему некоторые мимические выражения неверно поняты, за счет чего получен верный результат. Выполнение упражнения окажется более успешным, если ведущий сам примет активное участие в демонстрации мимических выражений и в расшифровке мимики участников группы.

В карточки с заданиями стоит включить следующие мимические выражения: удивление, упрямство, подозрительность, пренебрежение, недоверие, удовольствие, угроза, доброжелательность, высокомерие, зависть, усталость и т. п.

При выполнении упражнения нужно исключить другие выразительные средства (жесты, позы) и стараться использовать только лицо.

**Упражнение 15** направлено на дифференциацию элементов мимики и поз. Его цель состоит в том, чтобы выделить и показать, как тот или иной элемент мимики или позы влияет на них в целом, изменяя смысловое содержание.

Упражнение строится следующим образом. В первой его части ведущий предлагает задание: смотреть на его мимику и определять ее значение. Сам он действует так: вначале спокойное лицо, затем меняется только мимика рта, а все остальные элементы лица остаются без изменения, т. е. находятся в состоянии покоя. Каждое изменение мимики рта наблюдается участниками группы, которые говорят, что появилось нового в том или ином выражении рта. Затем меняется только выражение глаз. Работа проводится аналогично. Наконец меняется только расположение бровей и лобных складок, а все другие элементы мимики снова находятся в состоянии покоя. Для проведения этого упражнения преподавателю нужно соответствующим образом подготовиться и реально оценивать свои возможности в выполнении той или иной мимической маски.

Вторая часть упражнения состоит в следующем. Ведущий встает в позу, например высокомерия. Затем он последовательно меня-

ет положение различных частей тела — образователей этой позы. Сначала меняет положение головы, затем — рук, тела, ног и т. д. Участники каждый раз фиксируют изменения в смысле позы, определяют, под влиянием каких изменений появляется новый смысл, а какие изменения элементов позы на него не влияют.

**Домашнее задание:**

1. Подобрать изображения поз, осанки, мимики, физиогномической маски, с тем чтобы на следующем занятии предложить участникам группы «прочитать» их значения.

2. Подготовить изображения позы, мимики, осанки, жестов для демонстрации их участникам группы. Названия психических состояний, которые будут выражены через ту или иную позу, жест, мимику, лучше записать. Это упражнение тренирует умение не только читать выразительные средства других людей, но и целенаправленно использовать их самому.

3. Участникам группы предлагается программа наблюдения за выразительными движениями людей (см. методику наблюдения за выразительными движениями А. В. Викулова). Основываясь на ней, участники будут закреплять и автоматизировать те навыки, которые складываются на занятиях. Рекомендуется использовать наблюдение за людьми во всех доступных для этого жизненных ситуациях.



## Второй раздел тренинга

Этот раздел направлен на отработку отдельных элементов наблюдения как целенаправленного восприятия. Раздел включает следующие виды упражнений: отработка цели наблюдения, упражнения на дифференциацию наблюдаемых признаков, упражнения в избирательности восприятия.

По усмотрению преподавателя включенные в этот раздел упражнения, безусловно, могут быть дополнены. С нашей точки зрения, это тот минимум видов упражнений, который необходим для формирования целенаправленного восприятия человека.

Первый вид упражнений должен сформировать у участников группы умение изменять восприятие людей и их поведение в зависимости от меняющихся целей. Важно, чтобы появилась привычка начинать любое наблюдение с постановки и осознания цели наблюдения. Этот навык в профессиональной деятельности должен быть автоматизирован.

Нецеленаправленное восприятие в профессиональной деятельности приводит иногда к безвозвратной потере информации или серьезным ошибкам. Учитель, не оценив при встрече психологического состояния ученика или его родителей, не сможет найти точных и эффективных средств общения; врач, не имеющий привычки на основе взгляда оценивать эмоциональное состояние больного или отмечать динамику этих состояний, не сможет правильно интерпретировать результаты проведенного осмотра или диагностики.

Целенаправленность при восприятии партнера в условиях взаимодействия с ним — один из элементов профессионализма. Привычка целенаправленного восприятия в профессиях типа «человек—человек» становится основой для развития профессиональной наблюдательности.

Второй вид упражнений, включенных в этот раздел, направлен на развитие чувствительности к тем объектам, которые являются ведущими при восприятии человека: мимика, позы, жесты, осанка. При этом важным становится и знание самих элементов, через которые они создаются, и дифференциация их динамики. Успешность

выполнения этих упражнений будет зависеть от результатов, полученных участниками группы на предшествующих занятиях. Упражнения данного вида призваны развивать способность к различению малозаметного, дифференцировать исходные и вновь появляющиеся признаки.

Наконец, третий вид упражнений второго раздела направлен на формирование избирательности восприятия, а следовательно, и наблюдательности. При выполнении этих упражнений формируется умение видеть один и тот же объект восприятия то как фигуру, то как фон, умение выделять из множества объектов то, что соответствует цели наблюдения. Например, при целостном восприятии человека видеть только глаза или, наоборот, наблюдая за глазами человека, понять общее состояние.

## Занятие 3

*Цель:* отработка умения проводить наблюдение в соответствии с целью, видеть разные стороны наблюдаемых объектов в зависимости от целей.

*Необходимый материал:* рис. 34–39, любая сюжетная картинка.

### Проведение занятия

Как и предыдущее, это занятие можно начать с проверки домашнего задания, которое предполагало тренировку в чтении мимики, поз, осанки и т. п. Затем сообщается цель настоящего занятия и начинаются упражнения.

**Упражнение 16** проводится для того, чтобы показать значение цели при наблюдении.

Для выполнения упражнения нужно взять сюжетную картину, лучше со сложной композицией и несколькими планами изображения, с несколькими действующими лицами. После ее демонстрации ведущий просит группу в течение трех минут написать, что на ней изображено. Как правило, при проверке задания оказывается, что, глядя на одно и то же изображение, участники увидели в нем разное. Ведущий просит вновь зачитать описания и по ним определить, с какой целью разглядывал картину тот или иной участник группы. Как правило, большинство не имело в виду никакой цели. У остальных различия в описании могут быть связаны именно с тем, что они ставили разные цели восприятия картины. Если очевидных различий в описании картины у участников тренинга нет, то ведущий сам ставит цель, в соответствии с которой проводится наблюдение за сюжетом картины.

По результатам выполнения этого упражнения делается вывод о том, что под влиянием цели изменяется точка зрения на восприятие событий и людей.

**Упражнение 17.** Проводится наблюдение за одним и тем же объектом, но с разными целями.

Для выполнения упражнения можно использовать любую картину, например Е. И. Репина «Л. Н. Толстой на отдыхе в лесу» (1891 г.). Описания можно делать в устной форме. Ведущий после

демонстрации картины дает следующие задания: описать природу, героя картины, средства, которые использовал художник, чтобы передать отношение к герою картины, определить, по каким признакам изображения можно судить об отношении художника к Л. Н. Толстому.

При комментировании результатов нужно обратить внимание на то, что содержание информации, которая получена при наблюдении, изменялось под влиянием цели.

**Упражнение 18** выполняется с помощью рис. 34, 35. После демонстрации рисунков дается задание: каждый участник группы ставит перед собой цель наблюдения (лучше сформулировать ее письменно), а затем вслух дает свое описание наблюдаемого. Остальные участники группы должны определить, с какой целью дано описание.

Примеры изменения цели при восприятии одной и той же картины: описание изображений на переднем плане, описание состояния погоды, описание моря и т. п.

Упражнение повторяется дважды. При повторном наблюдении нужно выбрать новую цель и в соответствии с ней отобразить информацию. Зависимость между целью и отбираемыми признаками акцентируется при подведении итогов.

**Упражнение 19.** Участники группы получают задание: дать характеристику знакомого, родственника, коллеги, себя (кого-то одного по выбору), но вначале с целью познакомиться со своими друзьями, затем как рекомендацию для устройства на работу, затем с целью подбора супружеской пары и т. п.

Смысл упражнения в том, чтобы увидеть, как при изменении цели наблюдения меняется характеристика. Цель определяет угол зрения на человека, под ее влиянием одни признаки, качества, свойства человека выделяются как ведущие, главные, а остальные — как второстепенные.

При анализе можно ориентироваться на следующие вопросы:

1. В чем существенное различие характеристик одного и того же человека?
2. В чем выразилось влияние цели на отбор выделенных свойств, качеств?



*Рис. 34.* Вьетнам. Базар Бэн Тхань



*Рис. 35.* На пляже

### 3. Меняется ли сущность человека в зависимости от меняющихся целей его характеристики? Что меняется?

При выполнении этого и других упражнений ведущий должен так вести работу, чтобы каждый участник группы выполнял задания сам, а не ограничивался только анализом работы других.

**Упражнение 20** — тренировка в постановке целей наблюдения и прослеживание зависимости избирательности восприятия от цели наблюдения. В упражнении предметом восприятия становятся то внешность, то психические качества человека.

Группа получает задание: дать портрет внешности человека, заведомо знакомого всем (это может быть преподаватель, политический деятель, общий знакомый, писатель, актер и т. д.). Важно, что-

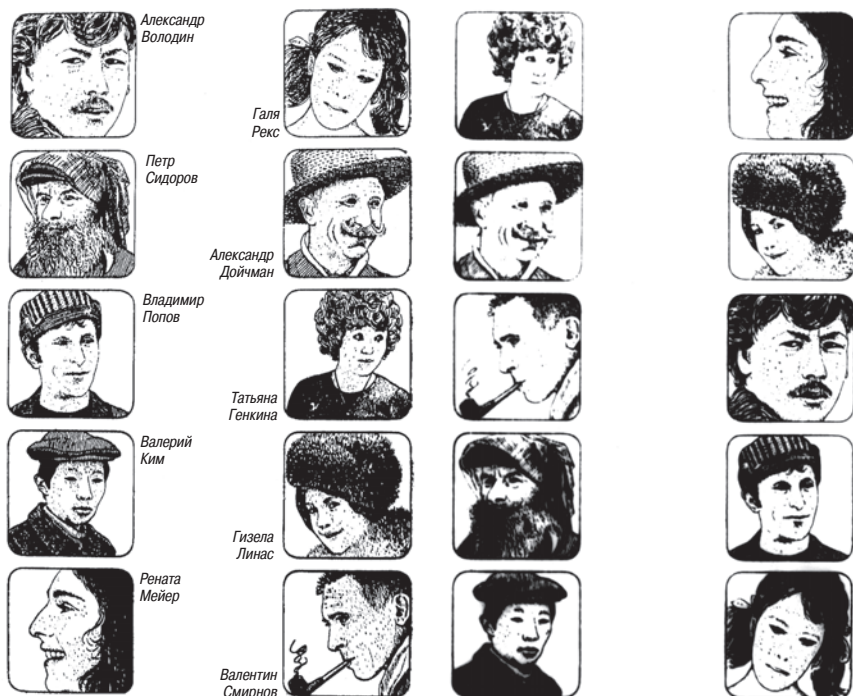


Рис. 36, 37. Десять изображений людей для запоминания лиц с именами и фамилиями

бы это был портрет внешности. Описание портрета записывается, и группа по описанию узнает, чей это портрет.

Затем задание меняется: нужно, не используя никаких признаков внешности, дать психологическую характеристику того же человека.

Цель влияет на отбор признаков, выносимых в характеристику человека в первом и во втором случае.

**Упражнение 21.** Перед группой ставится задача: запомнить лица так, чтобы потом узнать, кому они принадлежат. Эта необычная цель сразу меняет установку на выбор наблюдаемых признаков, ими становятся те, которые позволяют легче отличить одного человека от другого, лучше запомнить его особенные признаки.

После сообщения цели упражнения предлагается задание: внимательно рассмотреть изображенных на рисунках людей, запом-



Рис. 38, 39. Десять изображений людей для запоминания с именами и фамилиями

нить их по имени и фамилии (рис. 36–39). На запоминание дается 30 секунд (по Ф. Лерезу). Затем в ином порядке, без указания имен и фамилий вновь дается изображение этих же людей. Нужно указать фамилию и имя каждого. Упражнение считается выполненным правильно, если имена и фамилии указаны безошибочно.

Если выяснится, что результаты выполнения этого упражнения низкие, его можно повторить еще на нескольких занятиях, пока все участники не будут иметь достаточно высокий результат.

**Домашнее задание:**

1. Напомнить о программе наблюдения, которая дана на прошлом занятии, стимулировать участников группы продолжать свои наблюдения во всех возможных ситуациях взаимодействия с людьми.

2. Провести самонаблюдение с различными целями. Пронаблюдайте за собой и опишите:

- в чем проявляется ваше хорошее настроение;
- через какие признаки вы ощущаете плохое настроение;
- как вы узнали, что вы голодны, вам холодно, жарко.

Для выполнения упражнения нужно сосредоточиться на себе, своих ощущениях, воспоминаниях о них, т. е. заглянуть в себя.



## Занятие 4

*Цель:* развитие дифференцированности восприятия при наблюдении людей; отработка умения различать наблюдаемые признаки.

*Необходимый материал:* рис. 40–53, набор предметов для выполнения предметных действий с ними.

### Проведение занятия

После проверки домашнего задания и сообщения цели данного занятия полезно разъяснить суть тех упражнений, которые будут выполняться. Это разъяснение касается подбора упражнений.

В профессиональной деятельности при взаимодействии люди располагают различным объемом информации, необходимой для понимания по наблюдению человека и мотивов его действий. В тех случаях, когда информация для наблюдения достаточно полная, т. е. можно видеть и ситуацию, и место ее протекания, и человека во весь рост, в динамике его поз, и мимику, и жесты, вероятность верного понимания значительно больше, чем при ограниченной для наблюдения информации (например, когда только по жесту нужно восстановить образ всего человека, представить, что он делает, в какую ситуацию включен и т. д.). Чем меньше данных для восприятия, тем более чувствительным должен быть глаз, более тонким, дифференцированным — наблюдение. В связи с этим упражнения построены таким образом, что информация о наблюдаемом человеке становится в них все более ограниченной.

**Упражнение 22.** Дайте характеристику психического состояния людей, наблюдая за их внешностью (можно использовать видеозапись):

- а) *видна ситуация*, в которой находится человек, его поза, жесты, одежда, мимика;
- б) *изображен человек вне ситуации*, но можно наблюдать его позу, жесты, мимику;
- в) можно наблюдать *только мимику*;
- г) наблюдение только *элементов мимики*.



*Рис. 40. Футбольные болельщики*

Схема выполнения каждого из названных видов упражнения одинакова: наблюдение, идентификация выделенных признаков внешности с теми или иными психическими состояниями, проверка правильности определения состояния. В этом упражнении важно увидеть, как объем информации о внешних проявлениях человека влияет на понимание его психических состояний. Но в этом упражнении хорошо продемонстрировать и проявление наблюдательности. Наблюдательному человеку достаточно элементов внешнего выражения, чтобы понять эмоциональное состояние. Другим же людям этого явно недостаточно, а нужно видеть не только невербальные средства поведения, но и ту ситуацию, в которой они используются.

**Упражнение 23.** На рис. 48, 49 изображен один и тот же человек в разные периоды его жизни. Это пять автопортретов Винсента Ван Гога. Нужно пронумеровать фотографии в последовательности, характеризующей увеличение возраста, предварительно закрыв даты на портретах, выписать или выделить те признаки, по которым можно отличить один возраст от другого.



*Рис. 41. Выигрыш*

Выполнение этого упражнения может быть затруднено тем, что изображение не фотографическое, а художественное. Поэтому при подготовке к занятию можно подобрать фотографии одного и того же человека в разные периоды его жизни: подросток, юноша, первый период зрелости, второй период зрелости, пожилой возраст, старческий возраст. Пронумеровать фотографии в последовательности, характеризующей увеличение возраста. Выписать и выделить те признаки, по которым можно отличить один возраст от другого: морщины, тонус мышц лица, блеск глаз, тонус век, углы рта и др.



*Рис. 42.* Портрет Дани.  
Мама начала показывать  
что-то интересное



*Рис. 43.* Портрет Дани.  
Волк набрасывается на зайчика



*Рис. 44.* Портрет Дани.  
Кажется, зайчик попал в беду



*Рис. 45.* Портрет Дани.  
«А у меня что-то есть!»



*Рис. 46. Портрет мужчины*



*Рис. 47. Мимика рта*



*Рис. 48, 49. Автопортреты В. Ван Гога*

**Упражнение 24.** Нужно рассмотреть фотографии актрис (рис. 50). Затем демонстрируются только фрагменты портретов — глаза (рис. 51). Нужно определить, чьи это глаза.

**Упражнение 25** имеет целью привлечь внимание к дифференциации деталей, способствовать развитию зрительной чувствительности. Предполагается:

а) определить, кто из шестерых изображенных на рис. 52 людей сфотографирован с затылка;

б) среди девяти фигур рис. 53 найти одну, не имеющую своей пары.



*Рис. 50.* Портреты киноактрис

**Упражнение 26.** Для выполнения этого упражнения нужно использовать принесенные преподавателем предметы: веревку, или нитки со спицами, или кубик Рубика, или головоломку (например, «Египетская пирамида») и т. п.

Для того чтобы повторить новое, ранее неизвестное действие с одного раза, нужно иметь очень хорошую наблюдательность, а точнее, увидеть каждое, даже малозаметное, движение, запомнить их в определенной последовательности. Подражание, которое лежит в основе повторения действий другого, может быть осуществлено только в том случае, если наблюдатель рассмотрел, чему и как подражать.



Рис. 51. Фрагменты портретов актрис (глаза)

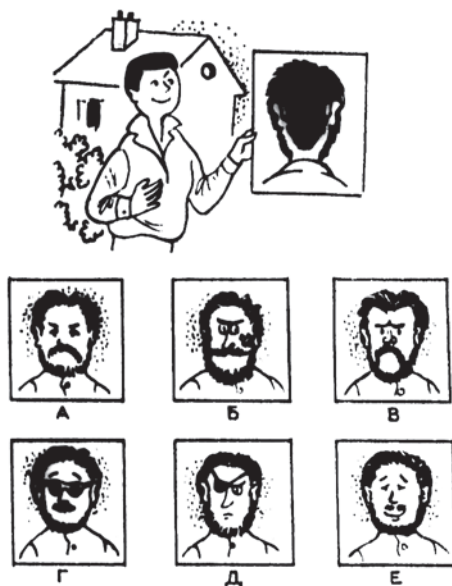


Рис. 52. Портреты мужчин для выполнения упражнения «Кто из шестерых снят анфас?»



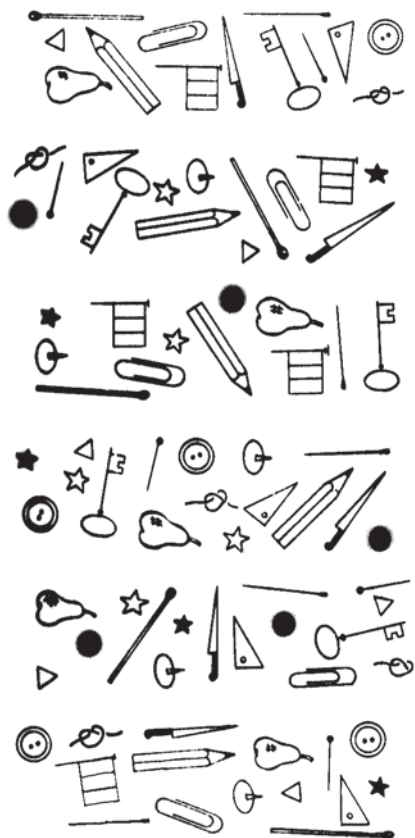


Рис. 53. Какой предмет изображен шесть раз?

Ведущий предлагает внимательно смотреть и следить за действиями, которые он производит с тем или иным предметом: завязывает какой-то вид узла на веревке, вяжет образец незнакомой вязки, собирает фрагмент кубика Рубика или решает руками головоломку. Каждый участник должен повторить действия ведущего. Целесообразно для каждого тренируемого иметь свой предмет.

С первого раза могут успешно выполнить упражнение только те, кто сумел за короткое время наблюдения выделить все операции действия, запомнить их последовательность. Если упражнение сра-

зу не получается, стоит потренироваться. Дело пойдет быстрее, если проговаривать вслух каждую операцию.

Варианты этого упражнения различны в зависимости от тех предметов, которые принесены на занятие, и от их количества.

Упражнение можно усложнять за счет увеличения скорости показа новых движений: чем выше скорость демонстрации, тем более высокой должна быть чувствительность наблюдателей.

**Домашнее задание.** Проведите наблюдение за людьми разных профессий с целью выделить и осознать те признаки их внешности, по которым можно судить об их профессиональной принадлежности или статусе в этой профессии. Используйте программу наблюдений, предложенную на втором занятии.

Так, если вы были в поликлинике, то зафиксируйте те признаки внешности и поведения, по которым больные отличаются от сотрудников поликлиники — сестер и врачей; больные, пришедшие впервые, — от тех, кто заканчивает лечение, и т. п. Если пришлось быть в детском саду, в школе, то выделите те признаки внешности и поведения, по которым можно распознать учителя, директора, технического работника, родителей. Если пришлось стоять в очереди, то при наблюдении за людьми выделите те признаки, по которым опознается человек, берущий на себя инициативу в организации очереди или дискуссий, или безразличный и усталый, или озлобленный и т. п.

При выполнении задания обязательной является запись тех признаков, которые удалось зафиксировать как признаки различия при наблюдении разных групп людей.

## Занятие 5

*Цель:* отработка избирательности восприятия.

*Необходимый материал:* рис. 54–57, набор предметов.

### Проведение занятия

Целесообразно начать с проверки домашнего задания, а затем перейти к цели данного занятия и упражнениям.

**Упражнение 27.** Ведущий просит рассказать, как пройти, например, от станции метро «Технологический институт» до Витебского вокзала. Спросить нужно мужчину и женщину или молодого участника тренинга и пожилого. Как правило, при объяснении дороги проявляются индивидуальные особенности восприятия, отражающие его избирательность: одни ориентируются на табачные, рыболовные магазины, другие — на косметические кабинеты, парикмахерские, третьи — на книжные магазины, библиотеки и т. п.

Здесь уместно пояснить, что профессиональные интересы, эмоциональные, интеллектуальные особенности человека влияют на избирательность его восприятия. Она заключается в том, что из потока различной информации, воздействующей на каждого из нас в каждый момент, разные люди выбирают нечто, обусловленное индивидуальными особенностями. Механизм избирательного отражения основан на законе единства фигуры и фона при восприятии, благодаря действию которого из одновременного потока информации часть воспринимается как фон.

**Упражнение 28** выполняется с использованием того набора предметов, которые подготовил ведущий. Зная особенности своей группы, предметы нужно подобрать так, чтобы они отражали профессиональные или другие интересы участников группы. В этот набор можно включить различные предметы косметики, рыболовные и канцелярские принадлежности или предметы, имеющие отношение к различным видам техники, и т. п. Вещи раскладываются перед занятием на столе вперемешку и накрываются так, чтобы до выполнения упражнения их никто не видел.

Упражнение выполняется по очереди индивидуально каждым участником группы. Ведущий дает задание: посмотреть на предметы в течение 15 секунд и запомнить как можно большее их количество, а потом пройти на свое место и записать то, что запомнилось. После того как все выполняют задание, каждый зачитывает составленный им перечень предметов вслух.

При анализе результатов нужно обратить внимание на характер перечисленных каждым участником предметов и на ту последовательность, в которой проходило их запоминание (что запомнил в первую очередь, что — во вторую). Затем обсуждается, почему участники запомнили разные предметы и почему различна последовательность их воспроизведения в записях. В своем комментарии ведущий должен показать связь предметов, выбранных при восприятии из общего их набора, с некоторыми личностными особенностями, повлиявшими на выбор.

Если взаимоотношения с группой уже сложились, то эффект этого упражнения усиливается при организации проверки результатов следующим образом. После того как все участники группы выполнили упражнение, выбирается ведущий, в задачу которого входит на основе избирательности восприятия определить автора составленного набора. В некоторых случаях можно не ориентироваться на указание конкретного лица, достаточно ограничиться такими характеристиками, как мужчина это или женщина, рыболов-любитель или радиотехник, книголюб или турист.

Успех при выполнении упражнения будет во многом зависеть от тех предметов, которые принесет ведущий. Они должны быть действительно интересны для разных категорий людей.

**Упражнение 29.** Игра «Пять вопросов». Для ее проведения используются рис. 54–56.

Выбирается ведущий. Он загадывает любого из изображенных персонажей. Каждому играющему предлагается задать не более пяти вопросов, чтобы угадать, кого загадал ведущий. Побеждает тот, кто, задав меньшее число вопросов, угадал задуманное.

Условие игры можно менять, чтобы усложнить требования к наблюдательности играющих. Можно ввести такое ограничение: задать не более пяти вопросов о мимике, а затем другое условие: задать не более пяти вопросов о позах и т. п.



Рис. 54–56. На футбольном матче (Х. Бидstrup)

В этой игре решается та же задача, что и в предшествующих упражнениях: дифференциация признаков различных выразительных средств, избирательность восприятия.

**Упражнение 30.** Избирательность восприятия тренируют упражнения, в которых нужно найти сходство или различие в изображении одних и тех же предметов, данных дважды, но с небольшими, едва различимыми изменениями. Поиск черт сходства или различия, безусловно, зависит от чувствительности зрительного анализатора, но процесс установления различий предполагает избирательное восприятие признаков сравниваемых предметов. Для упражнения можно использовать многочисленные картинки, в которых нужно определить, чем одно изображение отличается от дру-

гого. Например, можно использовать картинки, подобные приведенной на рис. 57.



Рис. 57. Найти 15 различий

**Упражнение 31** имеет целью дать характеристику особенностей человека на основе избирательности его восприятия.

Ведущий зачитывает описания одного и того же пространства, события, данные разными людьми. По этим описаниям нужно определить, кто составил каждое из них, что это за человек по своему психологическому складу — лирик или рационалист? Кто это — мужчина или женщина? И т. п.

При этом можно использовать предлагаемый ниже материал, но можно подобрать и свой с учетом особенностей тренируемой группы. Важно, чтобы через достижение цели упражнения отрабаты-







### Третий раздел тренинга

Сюда входят упражнения, направленные на развитие умения использовать результаты наблюдения для объяснения происходящего, для понимания и предвидения поведения людей и событий. В профессиональной деятельности именно этот уровень развития наблюдательности становится профессиональным качеством, влияющим на успешность деятельности. Предложенные упражнения можно объединить в две группы: упражнения в осмыслении и понимании наблюдений и упражнения на перцептивные предвидения.

Первая группа упражнений тренирует связь восприятия и мышления. Сделать правильные выводы на основе наблюдений оказывается достаточно сложно. Даже при хорошо развитой чувствительности переход в область понимания и объяснения затруднителен и требует специальной тренировки. Для этого необходимы профессиональные знания и, конечно, соответствующий мыслительный аппарат. Именно этот аспект профессиональной деятельности Шерлока Холмса не перестает удивлять. Умозаключения на основе наблюдения потребуют от участников тренинга серьезной опоры на все знания и умения, приобретенные на предшествующих занятиях. Кроме того, нужно будет актуализировать профессиональные знания и осознать некоторые стороны своей профессиональной деятельности.

Вторая группа упражнений развивает перцептивные предвидения. На основе наблюдения нужно построить предположения (предвидения) о том, что произойдет в следующий отрезок времени. Основанием для таких предвидений становятся наблюдаемые в развитии движения, мимика, позы и т. п.

Оказывается, динамика движений и действий имеет закономерный характер, который может служить основанием для предвидений. В жизни это фиксируется в таких предположениях, как: «Она сейчас заплачет», «Ну, жди от него мести!», «Он сейчас побежит!» и т. п. Эти и подобные предположения появляются на основе наблюдений за мимикой, позами, пантомимой человека.

Перцептивные предвидения в некоторых видах деятельности являются ведущими профессиональными умениями, например в спортивных играх, да и в любой другой деятельности, где основное содержание основано на непосредственном взаимодействии людей.

Именно на основе предвидения действий партнера или соперника можно подготовиться к своим действиям и упредить действия другого.

Перечисленные примеры относятся к случаям оперативного предвидения, когда оно строится с использованием текущей информации о психике другого человека, т. е. на основе информации, которая получена в момент общения, взаимодействия.

Но перцептивные предвидения могут быть получены при помощи той информации, которая накапливается в процессе многократных наблюдений и восприятия одних и тех же людей и их поведения в разнообразных ситуациях. Если наблюдательность развита, то подобная информация сохраняется, обогащается, а ее обладатель получает возможность «предсказать», что будет делать человек в той или иной ситуации, как прореагирует на то или иное воздействие, кого выберет для партнерства в той или иной деятельности, что ему может понравиться и т. п.

Профессионал, как правило, систематизирует виды ситуаций и особенности поведения в них разных людей; такие данные становятся основанием не только для оперативных предвидений, но и для перспективных прогнозов.

## Занятие 6

*Цель:* тренировка умения строить умозаключения на основе наблюдения, понимать и объяснять наблюдаемые события, поведение людей.

*Необходимый материал:* рис. 58–68.

### Проведение занятия

Занятие начинается с проверки домашнего задания, которое тренировало способность участников смотреть на хорошо знакомые места, ситуации, обстоятельства с новой для них профессиональной позиции. Как правило, людям открывается много нового и неожиданного только за счет измененной при восприятии позиции. Избирательность восприятия через выполнение этого задания позволяет видеть все старое и хорошо известное по-новому.

Затем сообщается цель занятия и преподаватель переходит к упражнениям.

**Упражнение 32.** На основе наблюдений за мимикой, жестами, позами людей сделать выводы о том, кто эти люди по занимаемому положению (начальник, подчиненный, зависимый, независимый), кто занимает в общении позицию конфронтации, а кто — защитную позицию и т. п. Каждый раз нужно объяснять, на основании каких наблюдаемых признаков сделаны умозаключения. Особенно подробно следует анализировать причины ошибочных умозаключений.

При выполнении упражнения следует обеспечить индивидуальную работу каждого участника тренинга, обсуждение результатов может быть групповым.

Для выполнения упражнения используются рис. 58–60.

**Упражнение 33.** Ведущий демонстрирует вначале только фрагменты изображения — портреты людей (рис. 61, 63) и дает задание: определить и записать, какие эмоции переживают эти люди, что они делают. Следует ответить на оба вопроса.

При анализе результатов выполнения упражнения нужно обратить внимание на те средства, через которые переданы психические состояния людей, на причины ошибок в умозаключениях. После ответов на поставленные вопросы демонстрируются изображения этих же людей, но уже в конкретной ситуации.



Рис. 58. Позы и жесты, отражающие взаимоотношения (по Дж. Ниренбергу)



Рис. 59. Позы и жесты, отражающие желание привлечь внимание (по Дж. Ниренбергу)



Рис. 60. «Противоположные лагеря» (по Дж. Ниренбергу)



Рис. 61, 63. Изображение мужчины, мальчика вне ситуации  
(по Б. А. Еремееву)



Рис. 62, 64. Изображение мужчины, мальчика в конкретной ситуации  
(по Б. А. Еремееву)

**Упражнение 34.** На рис. 65, 66 изображены события, которые, нужно объяснить. Каждый участник тренинга работает самостоятельно, отвечая на вопросы: что изображено, что происходит?

Для понимания того, что видишь, нужно иметь некоторые знания о происходящих событиях, но в данном случае можно понять изображаемое, опираясь только на дифференциацию и расшифровку тех выразительных средств, которые использовал художник. После объяснений того, что происходит, нужно выделить те средства, на которые участники практикума ориентировались, чтобы понять смысл рисунка (разъяснения см. в описи рисунков).

Второе изображение является более сложным для понимания, поскольку требует привлечения некоторых специальных знаний.

После выполнения упражнения нужно сопоставить объяснения участников тренинга с тем содержанием и смыслом, которые передали художники в демонстрировавшейся картине (см. опись рисунков), и проанализировать причины ошибок и удач при выполнении этих упражнений.

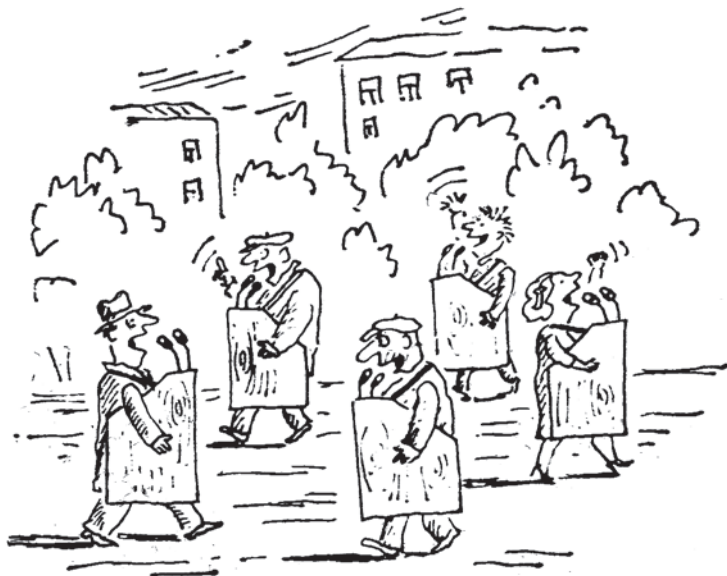


Рис. 65. В. Богорад. «Прошу учесть мое мнение»



*Рис. 66.* Проинтерпретировать происходящее

**Упражнение 35.** Ведущий дает зарисовки внешнего вида молодой женщины с высшим филологическим образованием, которая ищет работу. За изменениями ее внешности наблюдала свекровь, которая и описала то, что происходит.

Участникам группы предлагается представить ситуацию и на основе изменений внешнего вида женщины определить, какой костюм, какой внешний облик помог Ирине (героине повествования) получить должность секретаря директора огромного завода.

Это был месяц интенсивного использования гардероба. Ирина даже похудела. Утром она надевала одно платье и, не говоря нико-

му ни слова, исчезала до полудня. Потом возвращалась на час домой и пропадала опять — уже в другом наряде.

Этюд 1. Голубое платице, рожки коротких, с трудом заплетенных косичек, наивность и невинность во взгляде.

Этюд 2. Красный костюм, мини-юбка, открывающая аппетитные колени, глубокий вырез пиджачка едва прикрывал иные прелести, распущенные кудряшки.

Этюд 3. Цветное платье-миди, вид дамы полусвета неопределенных намерений, но ко многому готовой.

Этюд 4. Сдержанный коричневый костюм, приглаженные кудряшки, едва тронутые помадой губы, летние темные очки, подчеркивающие «томное выражение лица», — все создавало вид скромной интеллектуалки из достойной семьи.

(По повести А. Лиханова «Высшая мера». — Знамя. — 1982. — № 4. — С. 21–22.)

Ответ: в повести место секретарши директора завода помог Ирине получить внешний облик, описанный в этюде 2.

**Упражнение 36.** Использовать изображения улиц малознакомых городов (рис. 67, 68). Пронаблюдать за улицей города и сделать выводы о том, в какой стране происходят события, в какое время года, чем заняты люди, какие это годы. Пояснения к рисункам сообщаются участникам тренинга после выполнения упражнения, они даны в описи рисунков.

**Домашнее задание.** Проверьте себя: всегда ли вы правильно определяете эмоциональные состояния близких вам людей. После встречи с ними вечером или утром внимательно приглядитесь, попытайтесь понять, в каком они состоянии. А потом проверьте свои умозаключения: ты плохо себя чувствуешь? Чему ты радуешься? У тебя опять неприятности? Ты сегодня с кем-то поссорился? И т. п. Попытайтесь опираться на наблюдаемые признаки, а не только на знание типичных особенностей поведения человека. Заданные вопросы, свои предположения и ответы партнеров лучше записать.





*Рис. 67. Городские зарисовки*



*Рис. 68. Городские зарисовки*

## Занятие 7

*Цель:* упражнения в предвидении на основе наблюдений. Используются рис. 69–81.

### Проведение занятия

Не забудьте проверить выполнение домашнего задания. Проверка сводится к обмену результатами об умозаключениях по поводу психических состояний близких людей. Проведите обсуждение результатов, выясняя, были ли неожиданными для участников тренинга открытия или все умозаключения логично следовали из хорошего знания близких людей; в чем причины ошибок; какие признаки из воспринимаемого были самыми информативными для умозаключений и т. п.

Затем сообщается цель настоящего занятия и можно приступить к выполнению упражнений.

**Упражнение 37.** Демонстрируются «последовательные картинки» в перепутанном варианте (рис. 69–80). Нужно восстановить правильную последовательность движений.

Упражнение тренирует умение предвидеть следующее действие на основе восприятия предыдущего; оно основано на различительной чувствительности и осознании смысла того или иного движения в потоке действий человека.

После выполнения задания сообщается правильная последовательность движений (она указана в описи рисунков) и выясняются причины допущенных ошибок.

**Упражнение 38.** Группе предлагается задача. Представьте ситуацию: сидячий вагон поезда Москва—Санкт-Петербург, в нем около 80 пассажиров. В вагон входит проводник, в течение 30 секунд охватывает внимательным взглядом всех пассажиров, а затем подходит к той женщине, которая ему нужна, та, которая не откажет в его просьбе. Ему нужен билет. Значит, он должен был подойти к той пассажирке, которой билет не нужен.

По каким признакам проводник безошибочно распознал среди всех ту пассажирку, которая ему была нужна?

Ответ проводника: из всех пассажиров она одна не похожа на командированную, у остальных — озабоченность на лице, деловой вид, напряжение. А эта женщина, видимо, едет отдыхать: она с интересом смотрит в окно, нет деловитости, усталости во взгляде.

**Упражнение 39.** Для упражнения потребуется несколько наборов картинок, изготовленных на плотной бумаге, с изображением мимики лица (по две картинки на группу из трех человек) (рис. 81).

Ведущий предлагает участникам группы объединиться по три человека. В каждой подгруппе двое получают одинаковые карточки с девятью пронумерованными рисунками и садятся друг к другу спиной. Третий член подгруппы выступает в роли ассистента и садится так, чтобы видеть рисунки обоих партнеров.

Один человек из пары называет словом любое из изображений мимики лица и показывает его на своем рисунке так, чтобы видел ассистент и не видел партнер. Последний должен на своей карточке найти названное мимическое изображение и молча показать его ассистенту. Ассистент все ответы протоколирует.

#### Возможная форма протокола ответов

Проба	Номер рисунка, названный первым участником пары	Номер рисунка, названный вторым участником пары
1	I — II	II — II
2	III — I	III — III
3		
...		
9	II — II	II — II

«Умиление». Второй, определяя, какое выражение из девяти его напарник рассматривает как «умиление», называет III — III, т. е. он идентифицирует «умиление» с выражением III — III, но при этом неверно определяет то выражение, которое называется как «умиление» его партнером.

В этом упражнении есть как бы два этапа для того, кто угадывает: сначала определить, как выглядит названное мимическое выражение, а затем понять, как это выражение выглядит для партнера.

Каждая подгруппа выполняет девять проб, а затем партнеры меняются ролями. При подведении итогов участники каждой пары подсчитывают, сколько раз у них совпали характеристики мимических выражений, кто из партнеров имеет лучший результат, есть ли положительная динамика результатов от первой пробы к девятой и т. п.



Рис. 69



Рис. 70



Рис. 71



Рис. 72



Рис. 73



Рис. 74



Рис. 75



Рис. 76



Рис. 77



Рис. 78



Рис. 79



Рис. 80

Х. Бидstrup. «Стриптиз на пляже»

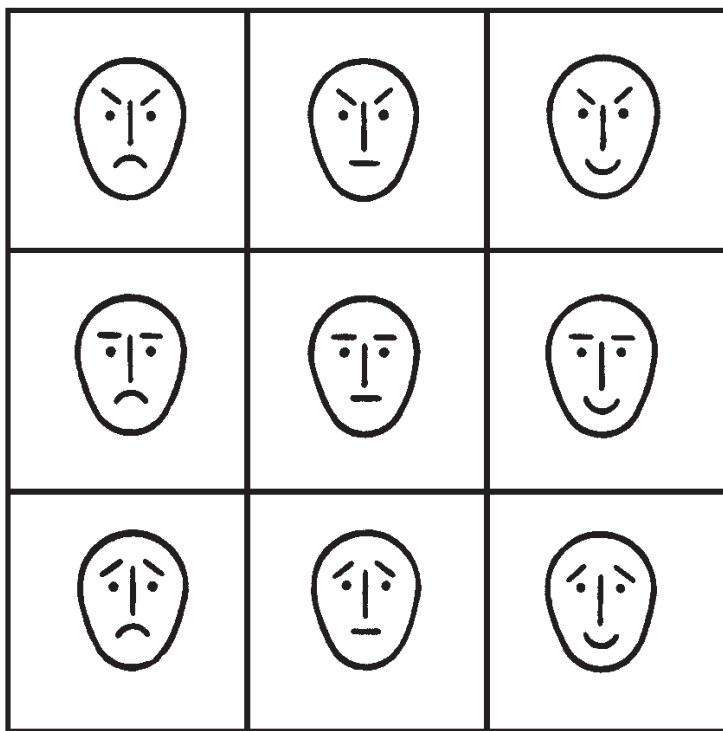


Рис. 81. Девять схематических изображений лица (по А. Кроник)

**Упражнение 40.** Для его проведения потребуется набор картинок из теста Розенцвейга (вариант для взрослых). Картинки могут быть спроецированы на доску через демонстрационную аппаратуру. Из набора, который имеет тест, можно выбрать до девяти ситуаций. Инструкция для выполняющих упражнение:

- А. Составьте пары с теми членами группы, которых вы хорошо знаете и, как вам кажется, способны понимать их мысли и чувства без слов.
- Б. При восприятии каждой ситуации, которая будет демонстрироваться, сначала дайте свой ответ, а затем ответ за своего партнера.

Смысл упражнения в том, что при наличии эмпатии, которая, как мы выяснили ранее, связана с наблюдательностью человека, ответы за своего партнера будут достаточно точно совпадать с теми, которые дал он сам. Это легко устанавливается, когда участники в парах проверяют тождественность ответов, данных друг за друга.

**Упражнение 41** «Зеркало и обезьяна».

Упражнение направлено на развитие способности предвидеть на основе наблюдаемого действия другого человека.

Участникам тренинга предлагается разделить на пары. Один из них «зеркало», другой — «обезьяна». «Обезьяна» смотрит в зеркало и ведет себя достаточно свободно, выполняя различные движения, изменяя мимику и т. д. Задача «зеркала» как можно точнее отразить все изменения мимики и жестов. Через 2–3 минуты партнеры меняются ролями.

**Упражнение 42** «Список вопросов».

Упражнение направлено на отработку умения предвидеть поведение человека в конкретной ситуации, проверять правильность имеющихся когнитивных схем восприятия.

Участники тренинга разбиваются на группы по 5–6 человек. Каждому участнику предлагается составить список вопросов и предполагаемых ответов на них каждого члена своей подгруппы. При этом необходимо соблюдать следующие условия: а) вопросы должны быть направлены на состояния, качества и отношения участников группы; б) при формулировании вопросов и ответов нужно опираться на те представления, которые, по вашему мнению, являются наиболее верными и точными; в) формулировка ответа должна учитывать эмоциональные характеристики конкретного человека.

Через 7–9 минут участники каждой подгруппы проверяют правильность сделанных предположений. При этом каждый должен побывать в роли отвечающего на вопросы и спрашивающего других.

**Упражнение 43** «Признак разделения».

Упражнение направлено на тренировку умения соотносить предвидения о поведении с реальным выбором другого человека.

Участникам группы предлагается выбрать противоположные личностные качества, по которым группа разделится на 2 части.

Ведущий предлагает варианты: общительные — замкнутые, импульсивные — сдержанные, стабильные в поведении — непредсказуемые в поведении, эмоциональные — рациональные и т. п. После того как участники определятся с выбором признака, каждый должен мысленно решить, к какой группе он себя отнесет. Затем каждому члену группы дается задание разделить всех присутствующих по выбранному признаку, т. е. предположить, к какому из двух полюсов каждый человек себя отнесет. Предположения участники записывают в свою тетрадь в виде двух столбцов. После этого группа рассаживается в два ряда в соответствии с самооценкой по предложенному качеству и участники сверяют свои списки с действительным выбором каждого человека.



## Занятие 8

*Цель:* подведение итогов тренинга по развитию наблюдательности. Используются рис. 16–19, 82–83.

На этом занятии участникам будут предложены различные упражнения, позволяющие проверить развитие своей наблюдательности и сравнить результаты до и после проведения тренинга.

**Упражнение 44.** В течение 30 секунд демонстрируется рис. 82.

Нужно рассмотреть его и ответить на вопросы:

1. Сколько домов?
2. Сколько автомобилей?
3. Имеется ли иной транспорт?
4. Изображены ли и если «да», то какие животные?
5. В какой части здания пожар?
6. Из скольких окон загоревшегося здания вырываются дым и пламя?



Рис. 82. На пожаре

7. В какое время суток все происходит?
8. Сколько человек занимается тушением пожара непосредственно?

После письменного выполнения упражнения каждым участником занятия находятся правильные ответы, а затем оцениваются результаты.

**Упражнение 45.** Демонстрируются рисунки с изображением мимики рта (по Пидериту) — те же самые, которые использовались в упражнении на первом занятии (рис. 16–19). Задание остается прежним: нужно определить, какие эмоциональные состояния передает мимика рта, и вписать свой ответ в бланк протоколов, который был составлен на первом занятии. После этого преподаватель сообщает истинные значения мимических выражений. Они даны в конце книги при описании рисунков. Участники подсчитывают количество ошибок, допущенных при выполнении этого упражнения на первом занятии и после прохождения практикума. При определении ошибок можно ориентироваться на разные по жесткости критерии. Можно считать ответ правильным, если вид эмоций совпадает, но можно повысить уровень требований, приняв за правильный ответ, в котором совпадает не только вид, но и его оттенки (разновидности).

**Упражнение 46** может быть также проведено как контрольное для оценки наблюдательности участников группы. Для этого используется тест *The Facial Meaning Sensitiv Test (FMST)* (Dale G. Leadhers. Successful nonverbal communication. — N. Y.: Macmillan publishing company, 1992). Дается задание «прочитать» мимику девушки и записать значение каждого выражения лица, пронумеровав их (рис. 83).

Затем результаты проверяются: преподаватель сообщает истинные значения мимических выражений лица. Они приведены в описании рисунков.

Подводятся общие итоги по развитию наблюдательности с учетом динамики результатов от первого ко второму контрольным срезам: заполняется таблица выполнения контрольных заданий, составленная на первом занятии, подсчитывается количество ошибок при выполнении каждого контрольного задания в начале занятий и после прохождения тренинга.



Рис. 83. Тест (FMST)

**Упражнение 47.** Самооценка наблюдательности после проведения практикума. Для этого можно использовать закрытую анкету, в которую включены как вопросы для самооценки сформировавшихся в ходе практикума умений, так и один обобщенный показатель развития наблюдательности.

*Инструкция.* Оцените, в какой мере у вас сформированы перечисленные ниже умения. Для оценки используйте следующую шкалу:

А — не знаю, что это такое;

Б — понимаю идею, но только в теории;

В — имею представление и стараюсь применять в большинстве ситуаций;

Г — хорошо понимаю и всегда умею применить;

Д — это одна из моих сильных сторон:

1. Умение видеть общее и индивидуальное во внешности человека.
2. Умение выделять выразительные средства, которые отражают психическое состояние человека.
3. Умение ставить цель наблюдения.
4. Умение видеть малозаметное при наблюдениях за людьми.
5. Умение видеть один и тот же объект восприятия то как ведущий компонент, то как фон.
6. Умение делать правильные выводы на основе наблюдаемого.
7. Умение на основе наблюдений построить предположение о том, что произойдет в следующий отрезок времени.
8. Умение понять и прочувствовать то или иное наблюдаемое психическое состояние другого человека.
9. Готовность к осознанию и работе над развитием всех компонентов наблюдательности.

*Значения шкал:*

А — низкий уровень;

Б — уровень ниже среднего;

В — средний уровень;

Г — уровень выше среднего;

Д — высокий уровень.

## Описание рисунков

- Рис. 1.* Пикник — один из типов телосложения по Э. Кречмеру. Шарообразные формы. Голова круглая, живот большой, слабые, вялые руки и ноги. Большое количество жира на плечах и бедрах, но тонкие запястья и лодыжки.
- Рис. 2.* Атлет — один из типов телосложения по Э. Кречмеру. Мускулистый, с широкой грудной клеткой и плечами, узкими бедрами. Кубическая массивная голова. Количество подкожного жира минимальное.
- Рис. 3.* Лептосом (астеник) — один из типов телосложения по Э. Кречмеру. Долговязый, худое вытянутое лицо. Худые вытянутые грудная клетка и живот. Тонкие, длинные руки и ноги. Подкожный жировой слой почти отсутствует, мускулатура не развита.
- Рис. 4.* Форма головы: овальная, круглая, четырехугольная.
- Рис. 5.* Профиль: а) выпуклый, б) ровный, в) вогнутый.
- Рис. 6.* Овал лица: а) треугольный, б) круглый, в) трапециевидный.
- Рис. 7.* Волосы: короткие, средние, длинные.
- Рис. 8.* Глаза: большие, миндалевидные, маленькие.
- Рис. 9.* Глаза: опущенные, глубоко посаженные, навывкате.
- Рис. 10.* Уши: большие, средние, маленькие.
- Рис. 11.* Нос: с горбинкой, прямой, курносый.
- Рис. 12.* Лоб: покатый, прямой, клинообразный, куполообразный, квадратный, выдающийся.
- Рис. 13.* Губы: узкие, широкие, пышные.
- Рис. 14.* Портрет, к которому нужно составить словесное описание. Например, мужчина, на вид 45–50 лет. Волосы прямые, причесаны на пробор. Лицо широкое, овальное, профиль — волнистый, скошенный, щеки слегка впалые, нижняя челюсть массивная. Короткие, глубокие носогубные складки. Нос тонкий, спинка носа длинная, прямая. Основание носа опущено. Брови короткие, узкие, прямые, раздвинутые. Глаза маленькие, овальные, косонаружные. Под глазами большие мешки. Губы: верхняя — тонкая, нижняя — толстая, сильно выступает. Рот — средней величины, углы опущены. Подбородок — широкий, закругленный, уши средних размеров, треугольные оттопыренные.
- Рис. 15.* Пример портрета мужчины, который можно составить по следующему описанию: мужчина на вид 26–30 лет, волосы густые, зачесаны назад, линия роста волос на лбу «М-образная», лицо овальное, профиль слегка выпуклый; лоб средней высоты и ширины, волнистый, слегка скошен, с большими надбровными дугами; нос средней высоты, с большим выступанием, переносье глубокое, спинка носа длинная, выпукло-волнистая, кончик носа мясистый, слегка опущен, основание носа опущено; брови длинные, густые, прямые, слегка косонаружные с опущенными хвостиками, глаза овальные, большие, горизонтальные; рот малый, углы рта слегка приподняты, губы полные, верхняя губа высокая, с глубокой овальной ямкой, выступает над нижней; подбородок

узкий, овальный, выпуклый, с глубокой горизонтальной бороздкой, уши слегка оттопырены, правое ухо овальное (см.: Наука и жизнь. — 1972. — № 4. — С. 132).

- Рис. 16–18.* Мимика рта при различных эмоциональных состояниях (по Пидериту): 1) нормальный, 2) нежный, 3) скорбный, 4) очень недовольный, 5) упрямый, 6) упрямый и недовольный, 7) внимательный, 8) недовольный и внимательный, 9) злобный, насмехающийся.
- Рис. 19.* Мимика глаз при различных эмоциональных состояниях (по Пидериту): 1) нормальные, 2) восторженные, 3) внимательные, 4) очень внимательные, 5) блуждающий взгляд.
- Рис. 20.* Портрет мужчины: лицо треугольное, волосы средние, глаза большие, нос прямой, губы узкие, без бороды, уши маленькие, брови прямые длинные, лоб средний.
- Рис. 21.* Портрет мужчины: лицо четырехугольное, волосы короткие, глаза большие, губы средние, брови дугой, уши большие, без бороды и очков, лоб открытый, большой, носовые складки, углы рта опущены.
- Рис. 22.* Портрет мужчины: овал лица треугольный, волосы средние, глаза большие, брови прямые, нос прямой, широкий. Губы пухлые, лоб средний, уши большие, оттопырены.
- Рис. 23.* Жест — отдаление, непринятие, отстранение.
- Рис. 24.* Поза, выражающая недоумение: руки широко разведены в стороны, плечи приподняты, шея втянута. Вся поза говорит: «Не знаю».
- Рис. 25.* Поза независимого пренебрежения: ноги скрещены, тело расслаблено, одна рука упирается в бок, одно плечо может быть приподнято.
- Рис. 26.* Поза смущения: туловище развернуто, обе руки перенесены вместе в направлении разворота туловища, голова повернута в сторону, противоположную от движения рук и туловища, опущена.
- Рис. 27.* Поза независимости, уверенности: руки скрещены перед грудью, голова высоко поднята, нога отставлена, укрепляя, подчеркивая устойчивость положения.
- Рис. 28.* Физиогномическая маска запечатлела подозрительность, недоверчивость на лице женщины, в сочетании с жестом защитной реакции.
- Рис. 29.* Физиогномическая маска запечатлела властность на лице женщины: брови сдвинуты, губы плотно сомкнуты, складки носовых крыльев четко выражены. Физиогномическая маска дополняется осанкой: величественной, гордой, неприступной.
- Рис. 30.* Физиогномическая маска на лице женщины отражает ее доверчивость, готовность выслушать, незащищенность, доброжелательность. Физиогномическая маска сочетается с осанкой человека уставшего, беспомощного, но располагающего к общению.
- Рис. 31.* Схематизированное изображение мимики: злость, недовольство, гнев.
- Рис. 32.* Схематизированное изображение мимики: удовлетворение, покой, обида.
- Рис. 33.* Схематизированное изображение мимики: удивление, воспоминание, догадка.

*Рис. 34.* Вьетнам. Базар Бэн Тхань.

*Рис. 35.* На пляже.

*Рис. 36, 37.* Десять изображений лиц для запоминания с именами и фамилиями: Александр Володин, Петр Сидоров, Владимир Попов, Валерий Ким, Рената Мейер, Галя Рекс, Александр Дойчман, Татьяна Генкина, Гизела Линас, Валентин Смирнов (сверху вниз).

*Рис. 38, 39.* Десять изображений лиц для запоминания с именами и фамилиями: Николай Михайлов, Лора Кузнецова, Константин Павлов, Елена Рябенко, Михаил Клюев, Наталья Виноградова, Ольга Юдина, Юрий Кореляков, Семен Пушкин, Соня Бушинская.

*Рис. 40.* Футбольные болельщики.

*Рис. 41.* Выигрыш.

*Рис. 42.* Портрет Дани. Мама начала показывать что-то интересное.

*Рис. 43.* Портрет Дани. Волк набрасывается на зайчика.

*Рис. 44.* Портрет Дани. Кажется, зайчик попал в беду.

*Рис. 45.* Портрет Дани. «А у меня что-то есть!»

*Рис. 46.* Портрет мужчины. Состояние испуга, ужаса.

*Рис. 47.* Мимика рта. Три варианта гневного рта (по Экману).

*Рис. 48, 49.* Автопортреты Ван Гога: 1885, 1887, 1888, 1889, 1889. Годы жизни художника 1853–1890.

*Рис. 50.* Портреты киноактрис: 1) В. Артмане, 2) Т. Самойлова, 3) Л. Шагалова, 4) А. Вертинская, 5) А. Шенгелая, 6) Л. Гурченко, 7) М. Володина, 8) Н. Мордюкова, 9) Т. Лаврова.

*Рис. 51.* Фрагменты портретов (глаза), по которым нужно опознать актрису и назвать ее фамилию.

*Рис. 52.* Кто из шестерых мужчин снят «анфас-наоборот»? Ответ: мужчина на рис. 2 — есть дужки от очков на изображении «анфас-наоборот».

*Рис. 53.* Дано изображение шести карточек, на которых нарисованы различные предметы. Каждое изображение, кроме одного, встречается пять раз. Какой предмет изображен шесть раз? Ответ: маленький равно-сторонний треугольник.

*Рис. 54–56.* На футбольном матче (Х. Бидstrup).

*Рис. 57.* Две картинки. Одна отличается от другой 15 деталями. Нужно отыскать эти различия. Вот они:

- 1) зажжено разное количество свечей;
- 2) шапка на человеке в центре с кисточкой и без кисточки;
- 3) парус на картине повернут в разные стороны;
- 4) пояс у человека в халате имеет и не имеет кисточки;
- 5) мужчина на коленях справа то в носке, то без носка;
- 6) игрушка-клоун в костюме то с пуговицами, то без пуговиц;
- 7) мяч перевернут и переместилось белое пятно на нем;
- 8) палочки у барабана переложены;
- 9) длина железной дороги — ответвления — различна;
- 10) мужчина слева на коленях: тапочки в разном положении;
- 11) у этого же мужчины подтяжки крепятся по-разному;
- 12) на железной дороге светофор повернут по-разному;

13) стрелка на железной дороге изображена по-разному;

14) последний вагон имеет различную окраску торца;

15) у плачущего мальчика на пиджаке то есть белое пятно, то его нет.

*Рис. 58.* Позы и жесты, отражающие взаимоотношения (по Дж. Ниренбергу).

*Рис. 59.* Позы и жесты, отражающие «сильный призыв, желание привлечь внимание» (по Дж. Ниренбергу).

*Рис. 60.* Рисунок «Противоположные лагеря» (по Дж. Ниренбергу). Через позы и жесты выражена позиция общающихся. Сидящие справа удовлетворены, доверительны, самодовольны, а сидящие слева — несчастны, злы и занимают оборону.

*Рис. 61.* Изображение головы мужчины с выраженной мимикой.

*Рис. 62.* Изображение этого же мужчины во весь рост, в конкретной ситуации (по Б. А. Еремееву).

*Рис. 63.* Изображение головы мальчика с выраженной мимикой.

*Рис. 64.* Изображение этого же мальчика во весь рост в конкретной ситуации (по Б. А. Еремееву).

*Рис. 65.* Карикатура «Прошу учесть мое мнение» (В. Богорад). Карикатура относится к периоду расцвета гласности 1985–1987 гг., когда люди получили возможность высказывать свое мнение, но еще не научились слушать других.

*Рис. 66.* Картина «Танец безумия». На рисунке «Танец безумия» пять женщин танцуют под луной. Лунный свет свел их с ума, это безумный лунный свет. Почти в каждой культуре верили в такие внешние силы, которые очень сильно действуют на психику человека: это могла быть и злая, дурная луна, вызывающая лунное помешательство. Именно влиянием луны объясняли поведение «лунатиков». Такое толкование психических болезней было широко распространено в Европе вплоть до XVIII века.

*Рис. 67.* Городские зарисовки. Гавана, октябрь, 1981 г., район города, примыкающий к центру, температура воздуха + 30 °С.

*Рис. 68.* Городские зарисовки. В порту.

*Рис. 69–80.* Х. Бидstrup. «Стриптиз на пляже». Правильная последовательность: рис. 70, 69, 80, 73, 78, 72, 77, 79, 74, 76, 75, 71.

*Рис. 81.* Девять схематических изображений мимики (по А. Кроник).

*Рис. 82.* На пожаре.

*Рис. 83.* Тест (FMST).

Лицо девушки выражает следующие эмоции:

Счастье — III. Презрение — IX.

Грусть — X. Отвращение — I.

Удивление — VII. Интерес — VIII.

Гнев — VI. Решительность — IV.

Страх — V. Смущение — II.



# **Программа учебной дисциплины (психолого–педагогический практикум) «Наблюдение и наблюдательность»**

**Цель дисциплины** (практикума) — развитие профессионально важного для специалиста сферы «человек—человек» качества — наблюдательности.

## **Задачи дисциплины:**

- 1) дать знания о наблюдении как методе исследования и целенаправленного восприятия человека;
- 2) отработать технику наблюдения и сформировать умение разрабатывать программу наблюдения;
- 3) способствовать развитию наблюдательности как профессионального качества.

## **Принципы отбора содержания и организации учебного материала**

Настоящий практикум предусмотрен учебным планом подготовки по профилю «психологическое образование». Этим определяются отбор содержания и логика построения программы.

Один из принципов отбора содержания — возможность обучающихся самостоятельно разрабатывать методики наблюдения в соответствии с их профессиональными задачами. В связи с этим в практикум включены разделы, направленные на знакомство с основными правилами организации наблюдения и различными видами наблюдения.

Другой принцип — через учебные занятия развить наблюдательность, для чего в ходе практикума обеспечить тренинг наблюдательности.

Принимая во внимание то, что количество аудиторных занятий для развития наблюдательности как свойства сенсорной организации человека недостаточно, принципиально важно организовать домашнюю самостоятельную работу, которой преподаватель может руководить, используя аудиторные занятия.

В программе наблюдение рассматривается не только как метод психологического исследования, а значительно шире — и как инструмент в деятельности психолога-практика, и как личностное свойство наблюдателя.

Наблюдение как способ познания другого человека для практического психолога оказывается важным инструментом по нескольким причинам.

Во-первых, в задачи практического психолога входит оказание помощи конкретным людям, а это значит, что он почти всегда имеет дело с уникальным человеком. Это обстоятельство уже само по себе ограничивает использование только стандартизированных методик. Их возможности, как правило, ограничены теориями и целями, в соответствии с которыми они созданы. Поэтому наблюдение является обязательной составляющей клинического обследования, а иногда и единственным методом познания человека.

Во-вторых, данные, получаемые преподавателем, психологом при наблюдении, во время беседы, тестирования, изучения продуктов деятельности, сами по себе представляют ценную информацию для раскрытия тех или иных психических характеристик человека. Опытные психологи-практики на основе фактов, получаемых во время наблюдения, способны предугадать, предсказать и те результаты, которые могут быть получены о конкретном человеке при выполнении им стандартизированных методик. Более того, при систематическом анализе и обобщении наблюдений может исчезнуть необходимость в стандартизированных испытаниях и процедурах.

Учитывая вышесказанное, программа курса предусматривает три части.

Одна из них направлена на то, чтобы раскрыть сущность метода наблюдения и основные его особенности, связанные со спецификой наблюдения человека и как метода исследования, и как инструмента целенаправленного восприятия.

Вторая часть программы посвящена анализу техник наблюдения, правилам его организации и методикам анализа наблюдаемых фактов.

Последняя часть программы содержит описание системы упражнений, обеспечивающих развитие наблюдательности как свойства сенсорной организации.

При обучении студентов важно учесть то, что теоретические вопросы должны органично включаться в практикум, поскольку лекционные занятия не предусматриваются.

### Текущая аттестация качества

Оценка результатов работы в ходе усвоения курса может быть проведена по следующим критериям:

- 1) знание отличительных особенностей метода наблюдения, его сущности, видов, правил организации;
- 2) умение составить программу наблюдения за психическим явлением в соответствии с конкретной целью;
- 3) умение зарегистрировать и проанализировать наблюдаемые факты.

### Итоговая аттестация по курсу

Проведение теста на проверку развития наблюдательности после практикума.

### Основное содержание

#### *Тема 1. Поведение и наблюдение*

Объективные проявления психики и их восприятие. Движения, действия, поступки и их психическое содержание. Проблема единства внешнего (видимого) и внутреннего (психического) в психологии. Основные закономерности восприятия человека человеком. Условия понимания наблюдаемого.

Характеристика наблюдения как метода исследования (признаки, отличающие от других методов, анализ его положительных сторон и ограничений).

Знакомство с телом человека как объектом наблюдения: тип телосложения, строение головы, глаз, ушей, носа, губ и т. д., овал лица: общие и отличительные признаки. Первый срез для итоговой оценки эффективности практикума.

#### *Тема 2. Наблюдение в деятельности специалистов в системе «человек–человек»*

Наблюдение как целенаправленное восприятие в деятельности преподавателя психологии, психолога-практика. Круг профессиональных задач и наблюдение. Из истории развития наблюдения как способа познания человека. Самонаблюдение и объективное наблюдение. Наблюдение в диагностических и клинических обследованиях. Наблюдение при взаимодействии с различными группами людей (родители, учителя, ребенок и т. п.). Виды наблюдения.

Практический анализ различных методик наблюдения, определение видов методик по различным основаниям, их критическая оценка.

### ***Тема 3. Техника наблюдений***

Техника наблюдения как метода исследования: цели наблюдения, программа, учет в наблюдении зависимых и независимых факторов. Протоколирование наблюдений. Способы фиксации фактов и виды записей. Временные и пространственные характеристики схем наблюдения.

Наблюдаемые признаки и способы их регистрации. Влияние цели наблюдения на выбор способов фиксации наблюдаемого.

Дневники наблюдения. Роль личности наблюдателя при наблюдении.

Отработка умения проводить наблюдение в соответствии с целью: варьирование целей наблюдения в отношении одного и того же объекта, анализ содержания собранной при наблюдении информации и определение по ней цели наблюдения. Проведение наблюдения при различных техниках регистрации наблюдаемых фактов.

### ***Тема 4. Методики наблюдения и их анализ***

Проведение анализа следующих методик наблюдения в целях конкретизировать рассмотренные виды наблюдений, способы фиксации наблюдаемых признаков и виды решаемых исследовательских и практических задач.

Знакомство со средствами проявления и выражения психических свойств и состояний человека: позы, жесты, мимика, физиогномическая маска, внешний вид, мода и т. п.

### ***Тема 5. Обработка результатов наблюдений***

Условия для обобщения наблюдаемых фактов (сопоставимость, достаточность наблюдений, учет пространственно-временных характеристик). Влияние схемы регистрации на приемы обработки. Выводы и заключения на основе наблюдений.

Практическое проведение анализа и обобщения данных, полученных при наблюдении.

### ***Тема 6. Наблюдательность как свойство человека***

Понятие о наблюдательности. Зрительная чувствительность, избирательность и осмысленность восприятия, прошлый опыт, особенности мышления, интересы и установки как факторы, влияющие на на-

блюдательность. Профессиональная наблюдательность: связь объекта труда и особенностей наблюдательности. Специфика наблюдательности в профессиях типа «человек—человек», «человек—техника», «человек—художественный образ», «человек—природа».

Практикум в развитии перцептивного компонента наблюдательности: упражнения в дифференциации признаков, через которые проявляются психические состояния и свойства человека. Варьирование информационного поля наблюдения: человек включен в ситуацию, наблюдение человека вне ситуации, наблюдение только отдельных элементов, несущих информацию о человеке.

### ***Тема 7. Единство перцептивного, понятийного и эмпатийного компонентов наблюдательности***

Гипотеза о структуре наблюдательности. Сущность понятийного содержания наблюдаемого. Связь целенаправленного восприятия и мышления. Связь наблюдаемого, эмпатии и прогнозирования. Наблюдательность как основание эмпирических прогнозов.

Практикум в умозаключениях на основе наблюдения, в умении объяснять и интерпретировать наблюдаемое. Предвидение на основе наблюдения.

Второй срез для оценки эффективности практикума.

### **Организация самостоятельной работы**

После каждого занятия участникам практикума дается домашнее задание, например:

- подобрать рисунки, фотографии людей, различающихся типами телосложения, строением различных частей головы, выделить общие и отличительные признаки;
- подобрать фотографии одного и того же человека в разные возрастные периоды и выделить те признаки внешнего вида, которые говорят о возрастных изменениях;
- подобрать изображения поз, мимики, осанки, физиогномической маски и т. п., с тем чтобы на занятии предложить участникам практикума «прочитать» их;
- провести самонаблюдение с различными целями;
- провести наблюдение за людьми разных профессий с целью выделить и осознать те признаки внешности, по которым можно судить о профессиональной принадлежности;

- дать характеристику состояния дел (в группе, на кафедре, в близком круге общения, в семье и т. д.) с разных позиций: с позиции руководителя, с позиции работника, занимающегося обслуживающим трудом, с позиции молодого специалиста и т. п.

### **Основные понятия курса**

Самонаблюдение, объективное наблюдение, наблюдение как метод исследования, наблюдение как целенаправленное восприятие, человек как объект наблюдения, регистрация фактов, наблюдательность как свойство сенсорной организации, программа наблюдения, компоненты наблюдательности: перцептивный, понятийный, эмпатийный.

## Литература

1. Агеев В. С. Влияние факторов культуры на восприятие и оценку человека человеком // Вопросы психологии. 1985. № 3.
2. Ананьев Б. Г. Воспитание наблюдательности школьников. — Л., 1940.
3. Басов М. Я. Методика психологических наблюдений над детьми: Избранные психологические произведения. — М.: Педагогика, 1975.
4. Бидструп Х. Жизнь и творчество. — М.: Искусство, 1980.
5. Бодаев А. А. Межличностные восприятия и понимание // Личность и общество. — М.: Педагогика, 1983.
6. Болтунов А. П. Практикум по теории психологических испытаний. — Л., 1927.
7. Бурменская Г. В. и др. Возрастно-психологическое консультирование. Проблемы психического развития детей. — М.: Изд-во МГУ, 1990.
8. Вихулов А. В. Восприятие и понимание учителем выразительных движений учащихся. — Череповец, 1982.
9. Жутикова Н. В. Учителю о практике психологической помощи. — М.: Просвещение, 1988.
10. Захаров А. И. Неврозы у детей. — СПб. 1996.
11. Индлин Ю. А. Деятельность наблюдателя в ситуации обнаружения // Вопросы психологии. — 1975. — № 3.
12. Кислова Г. И. Развитие наблюдательности в процессе профессиональной подготовки будущих учителей. Дис. ... канд. психол. наук. — СПб., 1994.
13. Климов Е. А. Индивидуальный стиль деятельности в зависимости от типологических свойств нервной системы. — Казань, 1969.
14. Куликова В. Н. Язык внешности. Как создать свой имидж. — М., 2006.
15. Лабунская В. А. Экспрессия человека: общение и межличностное познание. — Ростов н/Д, 1999.
16. Лангмейер И., Матейчек З. Психическая депривация в детском возрасте. — Прага, 1984.
17. Лезер Ф. Тренировка памяти. — М., 1979.
18. Лурия А. Р. Потерянный и возвращенный мир. — М.: Изд-во МГУ, 1971.
19. Лоблинская А. А. Детская психология. — М.: Просвещение, 1971.
20. Мид М. Культура и мир детства. — М.: Наука, 1988.
21. Мухина В. С. Близнецы. — М., 1969.
22. Мухина В. С. Дневник матери (Первоклассники). — М., 1977.
23. Наблюдение и наблюдательность: Программы подготовки практических психологов для системы образования / Сост. Л. А. Ретуш. — СПб.: Образование, 1994.

24. *Ниренберг Дж., Калеро Г.* Как читать человека, словно книгу. — М., 1988.
25. *Панферов В. Н.* Когнитивные эталоны и стереотипы взаимопознания людей // Вопросы психологии. — 1982. — № 5.
26. *Паришкова Л. П., Шакурова З. А.* Физиогномика: читай по лицу. — Ростов н/Д: Феникс, 2005.
27. *Пиз А.* Язык телодвижений. «Ай Кью»/ Пер. с англ. — Новгород, 1992.
28. Практикум по возрастной и педагогической психологии / Под ред. А. И. Щербакова. — М.: Просвещение, 1987.
29. *Регуш Л. А.* Тренинг педагогической наблюдательности // Вопросы психологии. — 1988. — № 3.
30. *Регуш Л. А.* Тренинг профессиональной наблюдательности. — Л., 1991.
31. *Регуш Л. А.* Наблюдение в практической психологии — СПб.: Образование, 1996.
32. *Роговин М. С.* Метод наблюдения и деятельность наблюдателя // Вопросы философии. — 1988. — № 7.
33. *Семенов В. Е.* Метод изучения документов в социально-психологических исследованиях. — Л., 1983.
34. *Толмен Э.* Поведение как молярный феномен // Хрестоматия по истории психологии. — М.: Изд-во МГУ, 1980.
35. *Тоом А. И.* О восприятии эмоций по лицевой экспрессии // Психологический журнал. — 1981. — Т. 2. — № 4.
36. *Трусов В. П.* Выражение эмоций на лице (по материалам работ П. Экмана) // Вопросы психологии. — 1982. — № 5.
37. *Уайтсайд Р.* О чем говорят лица. — СПб.: Питер, 1997.
38. *Уманский Л.И.* Психология организаторской деятельности школьников. — М.: Просвещение, 1980.
39. *Фетисова Е. В.* К вопросу о восприятии и определении эмоционального состояния по выразительным движениям // Психологический журнал. — 1981. — Т. 2. — № 2. — С. 142–147.
40. *Айслер-Мертц К.* Язык жестов. — Ростов н/Д, Издат. Дом Гранд, 2005
41. *Фромм Э.* Душа человека. — М.: Республика, 1992.
42. *Чепляева Л. А.* Инстроекция в педагогической практике студента в школе. — Балашов, 1993.
43. *Штангль А.* Язык тела. Познание людей в профессиональной и обыденной жизни. — М., 1988.
44. *Штофф В. А.* Введение в методологию научного познания. — Л., 1972.
45. *Щекин Г. В.* Визуальная психодиагностика: познание людей по их внешности и поведению. — М.: АПО, 1992. — 42 с.
46. *Helmut E. Luck, Elke Muhleitner.* Psychoanalytiker in der Karikatur. Munchen, 1993.