**Основные положения когнитивной психологии**

Позиции бихевиористов были подвергнуты критике представителями когнитивной психологии. Они исходят из того, что поведение человека определяется как воздействием на него условий внешней среды, так и его мыслительными способностями. Слово «когнитивность» происходит от латинского соgпоsсеге и означает познавать, знать.

Начало этому направлению положило исследование У. Нейсера. Идеи когнитивной психологии, раскрывающей роль сознания людей в их поведении, были обоснованы также в трудах американских психологов [Дж. Келли](http://1-source.ru/persona/147-george-kelly.html), Дж. Роттера, А. Бандуры и других представителей этого направления. Основной проблемой для них является «организация знания в памяти субъекта». Они считают, что знания человека организованы в определенные понятийные схемы, в рамках которых он мыслит и действует. Утверждается, что «восприятие, память, мышление и другие познавательные процессы определяются схемами так же, как и устройство организма генотипом».

Когнитивный подход в исследовании сознательного поведения человека заключается в стремлении понять, каким образом мы расшифровываем информацию о реальной действительности и организуем ее, с тем, чтобы проводить сравнения, принимать решения или разрешать проблемы, встающие перед нами каждую минуту.

Психология личностных конструктов - это один из вариантов когнитивного подхода к изучению поведения, разработанный в теории [Джорджа Келли](http://1-source.ru/persona/147-george-kelly.html) (1905-1967). Ее исходная предпосылка заключается в том, что разные люди по-разному осознают и оценивают явления действительности и принимают в связи с этим неодинаковые, альтернативные решения, позволяющие им выполнять их насущные задачи. Такой подход характеризуется как конструктивный альтернативизм. Ученый обосновывает положение об избирательном характере поведения человека, который из ряда альтернативных возможностей выбирает вполне определенные, с его точки зрения наиболее оптимальные в той или иной ситуации. В данном случае человек выступает как исследователь, выдвигающий разного рода «рабочие гипотезы» относительно действительности и выбора возможного варианта своего поведения. Такой подход помогает не только правильно вести себя в настоящий момент, но и предвидеть ход событий, а также контролировать свое поведение. При этом он «контролирует события в зависимости от поставленных вопросов и найденных ответов. Как утверждает Дж. Келли, любой человек осмысливает и оценивает явления внешней среды и определяет варианты своего повеления, исходя из конструируемых им понятийных схем или моделей, которые он называет личностными конструктами. Личностный конструкт характеризуется им как «устойчивый способ, которым человек осмысливает какие-то аспекты действительности в терминах схожести и контраста».

Келли отмечает, что если тот или иной личностный конструкт или понятийная схема оправдывает себя при оценке реальности и выборе поступка тем или иным человеком, то он исходит из нее и далее. Если же нет, он отвергает ее и конструирует другую. Подчеркивается, что личностные конструкты не хаотично теснятся в сознании человека, а определенным образом организованы и функционируют в той или иной системе. Речь идет об их иерархической, или «пирамидальной», организации, так что одни из них находятся «в подчиняющей», а другие - «в подчиненной» позиции относительно других частей системы.

Всесторонне обосновывается положение о том, что система личностных конструктов (понятийных схем), формирующаяся в процессе сознательного взаимодействия человека с внешней природной и социальной средой, определяет его широкие альтернативные возможности в выборе своих поступков и тем самым расширяет диапазон его свободы. В теории личностных конструктов Дж. Келли «люди представлены как свободные и зависящие от своего собственного поведения». Ряд содержательных положений высказаны А. Бандурой и Дж. Роттером в рамках их социально-когнитивного подхода в изучении психики людей и их поведения.

Научение через наблюдение - главная идея теории Альберта Бандуры (р. 1925). Речь идет о том, что мыслительные способности человека развиваются в процессе наблюдения им явлений внешней, прежде всего социальной среды. И он действует в соответствии со своими наблюдениями. Бандура обосновывает способность человека. К саморегуляции, в частности, к тому, чтобы, действуя в соответствии с обстановкой, учитывать характер влиянии своих действий на других людей и их возможные реагирования на эти действия. Тем самым появляется возможность предвидеть последствия собственных действий и самому регулировать, соответственно менять свое поведение.

Большое значение в сознательном поведении личности, кроме наблюдений, ученый отводит таким проявлениям сознания человека, как внимание и мотивы, побуждающие его действовать в том или ином направлении. Речь идет о побудительной мотивации поведения людей, вытекающей из их потребностей, интересов, целей и т.д. Оценивая прошлый опыт успехов и неудач в попытке достичь желаемых результатов, человек сам выстраивает свое поведение в соответствии со своими потребностями и интересами.

Вполне определенно А. Бандура «отдает приоритет сознательному мышлению над бессознательными детерминантами поведения». Другими словами, он ставит осмысленные цели над инстинктами или интуицией. Тем самым повышается возможность самоконтроля в поведении и деятельности людей, в том числе учет того, насколько поведение того или иного человека отвечает условиям внешней среды и насколько оно может быть эффективным для его социального самоутверждения. Ставится и решается проблема разработки про граммы самоконтроля и ее выполнения.

В своей теории социального научения Джулиан Роттер (р.1916) исследует проблему влияния на развитие психики человека социальных факторов, прежде всего его взаимоотношений с другими людьми. Исследуется влияние социальных ситуаций на развитие сознании и самосознания человека, в том числе на формирование сознательных мотивов его поведения.

Дж. Роттер ввел в науку психологии личности понятие потенциал поведения, выражающее вероятность того или иного ее поведения в зависимости от характера воздействия на нее внешних социальных факторов. В этом он солидаризируется с мнением А. Бандуры, утверждающего, что сознание человека, определяющее его поведение, в немалой степени формируется под влиянием внешних обстоятельств, прежде всего социальных. При этом указывается на роль данных обстоятельств в формировании целей деятельности и всей системы внутренней мотивации того или иного человека.

**Предпосылки возникновения когнитивной психологии.**Начиная с конца 40-х гг. в западной психологии, прежде всего, в американской, намечается возрастание интереса к проблематике сознания. Это выражается в изменении характера публикаций, в росте числа исследовательских работ по данному направлению и связанном с этим росте концепций; а также в популярности данной тематики среди студентов психологических факультетов.

Одновременно внутри психологической науки складываются предпосылки возникновения нового направления, ориентированного на изучение познавательных процессов. Внутри бихевиоризма Э. Толмен способствовал отказу от жесткой схемы S – R и вводит в психологию понятие познания как важной детерминанты поведения. Гештальт-психология также вносит значительные изменения в методологический и концептуальный аспекты психологической науки. Современные когнитивные теории тесно связаны с гештальт-теориями и в терминологической, и в методологическом плане. Наконец, работы Ж. Пиаже способствовали росту исследовательского интереса к проблемам интеллекта и познания.

У когнитивного направления в психологии нет “отца-основателя”, как, например, у психоанализа. Однако мы можем назвать имена ученых, которые заложили своими работами фундамент когнитивной психологии. Джордж Миллер и Джером Брунер в 1960 г. организовали Центр когнитивных исследований, где разрабатывали широкий круг проблем: язык, память, перцептивные процессы и процессы образования понятий, мышление и познание. Ульрик Найссер в 1967 г. опубликовал книгу “Когнитивная психология”, в которой попытался конституировать новое направление в психологии.

**Основные положения когнитивной психологии.**Современный когнитивизм трудно определить как единую школу. Широкий спектр концепций, относимых к данной ориентации, объединяет известная общность теоретических источников и единство концептуального аппарата, посредством которого описывается достаточно четко определенный круг феноменов.

Основная цель этих концепций – объяснить поведение при помощи описания преимущественно познавательных процессов, характерных для человека. Главный акцент в исследованиях делается на процессы познания (cognition - познание), “внутренние” характеристики человеческого поведения. Основные направления исследований:

а) изучение процессов перцепции, в том числе, социальной;

б) изучение атрибутивных процессов;

в) изучение процессов памяти;

г) изучение построения когнитивной картины мира;

д) изучение бессознательного познания и восприятия;

е) изучение познания у животных и т.д.

Основным методом для данного научного направления является лабораторный эксперимент. Основные методологические установки исследователей следующие:

1. источник данных – ментальные образования;

2. познание определяет поведение;

3. поведение как молярный (целостный) феномен;

Главная посылка: впечатления индивида о мире организуются в некоторые связные интерпретации, в результате чего образуются определенные связные идеи, верования, ожидания, гипотезы, которые регулируют поведение, в том числе, социальное. Таким образом, это поведение полностью находится в контексте ментальных образований.

Основные понятия направления: когнитивная организация – процесс организации когнитивной структуры, осуществляющийся под воздействием внешнего стимула (или воспринятого внешнего стимула); frame of reference - “понятийная рамка”, масштаб сравнения (рассмотрения) воспринятых объектов; понятие образа (целого), понятие изоморфизма (структурного подобия между материальными и психическими процессами), идея господства “хороших” фигур (простых, уравновешенных, симметричных и т.д.), идея поля – взаимодействия организма и среды.

Основная идея направления: когнитивная структура человека не может находиться в несбалансированном, дисгармоничном состоянии, а если это все же имеет место, у человека немедленно возникает стремление изменить это состояние. Человек ведет себя таким образом, чтобы максимизировать внутреннее соответствие его когнитивной структуры. Эта идея связана с концептами “логического человека”, “рационального человека” или “экономического человека”.

**Основные научные теории когнитивной психологии.***Теория структурного баланса Фрица Хайдера.*Основное положение этой теории гласит: люди склонны развивать упорядоченный и связный взгляд на мир; в этом процессе они строят некую “наивную психологию”, стремясь понять мотивы и установки другой личности. Наивная психология стремится к внутреннему балансу воспринимаемых человеком объектов, внутренней непротиворечивости. Дисбаланс вызывает напряжение и силы, которые ведут к восстановлению баланса. Баланс, согласно Хайдеру, это не состояние, которое характеризует реальные отношения между объектами, но только восприятие человеком этих отношений. Основная схема теории Хайдера: Р – О – Х, где Р – воспринимающий субъект, О – другой (воспринимающий субъект), Х – объект, воспринимаемый и Р и О. Взаимодействие этих трех элементов составляет некоторое когнитивное поле, и задача психолога заключается в том, чтобы выявить, какой тип отношений между этими тремя элементами является устойчивым, сбалансированным, и какой тип отношений вызывает чувство дискомфорта у субъекта (Р) и его стремление изменить ситуацию.

*Теория коммуникативных актов Теодора Ньюкома*распространяет теоретические положения Хайдера на область межличностных отношений. Ньюком полагал, что тенденция к балансу характеризует не только интраперсональную, но и интерперсональную системы отношений. Основное положение этой теории выглядит следующим образом: если два человека позитивно воспринимают друг друга, и строят какие либо отношения к третьему (лицу или объекту), у них возникает тенденция развивать сходные ориентации относительно этого третьего. Развитие этих сходных ориентаций может быть усилено за счет развития межличностных отношений. Консонантное (сбалансированное, непротиворечивое) состояние системы возникает, как и в предыдущем случае, когда все три отношения позитивны, либо одно отношение позитивно и два негативны; диссонанс возникает там, где два отношения позитивны и одно негативно.

*Теория когнитивного диссонанса Леона Фестингера*является, пожалуй, наиболее известной широкому кругу людей когнитивной теорией. В ней автор развивает идеи Хайдера, касающиеся отношений баланса и дисбаланса между элементами когнитивной карты мира субъекта. Основное положение этой теории следующее: люди стремятся к некоторой внутренней согласованности как к желаемому внутреннему состоянию. В случае возникновения противоречия между тем, что человек знает, или между тем, что он знает и тем, что он делает, у человека возникает состояние когнитивного диссонанса, субъективно переживаемое как дискомфорт. Это состояние дискомфорта вызывает поведение, направленное на его изменение – человек стремится вновь достичь внутреннего непротиворечия.

Диссонанс может возникать:

1. из логической непоследовательности (Все люди смертны, но А будет жить вечно.);

2. из несоответствия когнитивных элементов культурным образцам (Родитель кричит на ребенка, зная, что это нехорошо.);

3. из несоответствия данного когнитивного элемента какой-то более широкой системе представлений (Коммунист на выборах президента голосует за Путина или Жириновского);

4. из несоответствия данного когнитивного элемента прошлому опыту (всегда нарушал правила дорожного движения – и ничего; а сейчас оштрафовали!).

Выход из состояния когнитивного диссонанса возможен следующим образом:

1. через изменение поведенческих элементов когнитивной структуры (Человек престает покупать продукт, который, по его мнению, слишком дорогой некачественный, немодный и т.д.);

2. через изменение когнитивных элементов, относящихся к среде (Человек продолжает покупать некоторый продукт, убеждая окружающих, что это – то что надо.);

3. через расширение когнитивной структуры таким образом, чтобы в нее вошли ранее исключавшиеся элементы (Подбирает факты, свидетельствующие о том, что вот В, С и Д покупают такой же продукт – и все отлично!).

*Теория конгруэнтности Ч. Осгуда и П. Танненбаума*описывает дополнительные возможности выхода из ситуации когнитивного диссонанса. Согласно этой теории, возможны другие варианты выхода из состояния диссонанса, например, через одновременное изменение отношения субъекта и к другому субъекту, и к воспринимаемому объекту. Делается попытка предсказания изменений отношений (аттитюдов), которые произойдут у субъекта под влиянием стремления восстановить консонанс внутри когнитивной структуры.

Основные положения теории: а) дисбаланс в когнитивной структуре субъекта зависит не только от общего знака отношений, но и от их интенсивности; б) восстановление консонанса может быть достигнуто не толь за счет изменения знака отношения субъекта к одному из элементов триады “Р,О,Х”, но и путем одновременного изменения и интенсивности и знака этих отношений, причем – одновременно к обоим членам триады.

Ещё в 50-е гг. в США стал повышаться интерес к когнитивным процессам. Появляются предпосылки возникновения нового направления, ориентированного на изучение познавательных процессов: Внутри бихевиоризма Э. Толмен способствовал отказу от жесткой схемы S – R и вводит в психологию  понятие познания как важной детерминанты поведения; Гештальт-психология вносит значительные изменения в методологический и концептуальный аспекты психологической науки. Современные когнитивные теории тесно связаны с гештальт-теориями  и в терминологической, и в методологическом плане; работы Пиаже способствовали росту исследовательского интереса к проблемам интеллекта и познания. Когн.психология была направлена против бихевиористического исключения психического компонента из анализа поведения. Методология когнитивизма позаимствована у бихевиоризма, предмет – поведение, но главный фактор поведения – когнитивные/познавательные процессы. В КП психика - как система когнитивных реакций, связанных не только с внешними стимулами, но и с внутренними переменными (самосознанием, когнитивными стратегиями, селективностью внимания и т.д.) Главный принцип: аналогия когнитивной системы человека с компьютером, т.е. психика - система, предназначенная для переработки информации. Свойства, присущие познавательной активности: избирательность (определяется опытом познающего субъекта), определяемость средой (предметами физического мира и социальным опытом, культурой); неполнота познавательных схем, их постоянная корректировка в процессе столкновения с действительностью. Метод анализа функционирования этой системы - микроструктурный анализ психических процессов. Достоинство КП - точность и конкретность полученных данных, что приближает её к объективным наукам. Однако точность достигается за счёт упрощения и игнорирования неоднозначности человеческой психики. Возникновение когн.психологии порождено скорее общим направлением и логикой развития психологии, чем открытиями конкретных ученых, тем не менее деятельность двух психологов в наибольшей степени способствовала её возникновению. Миллер создал первый научный Центр когнитивной психологии и начал разрабатывать новые методы изучения познавательных процессов (восприятия, памяти, мышления, речи и проводили анализ их генезиса). Миллер развивал подход, основанный на представлении о человеческом организме как системе, занятой активными поисками сведений и переработкой информации Миллер и другие когнитивисты ориентировались на анализ функционирования уже сформированных процессов и их структурный анализ. Параллельно начались работы по изучению искусственного интеллекта. Осознанию своего предмета и метода когнитивная психология обязана Найссеру и его книге «Когнитивная психология» (1967). Как и Пиаже, доказывал решающую роль познавательного компонента в структуре психики, в деятельности людей. Найссер определил познание как процесс, при помощи которого входящие сенсорные данные подвергаются различным видам трансформации для удобства их накопления, воспроизведения и дальнейшего использования. Он предположил, что когнитивные процессы лучше всего изучать, моделируя информационный поток, проходящий через различные стадии трансформации. Для объяснения сути происходящих процессов предложил термины: «иконическая память», «эхоическая память», «преднастроечные процессы», «фигуративный синтез», и разработал методы их изучения - визуальный поиск и селективное наблюдение. Первоначально он также занимался исследованием «искусственного интеллекта», но позже критиковал (за узость) - недооценивается обилие информационных стимулов, которые получает человек. Положительное в метафоре компьютера то, что интеллект не рассматривается как набор последовательных, малосвязанных этапов переработки информации, как традиционной психологии (вслед за ощущением идет восприятие, затем память, мышление и т.д.), а рассматривается комплексная система, имеющая сложную структуру. Многие исследования были направлены на изучение этой структуры. Среди них необходимо отметить изучение преобразований, которые происходят с сенсорной информацией с момента её попадания на рецептор и до получения ответной реакции. Полученные данные доказывали, что сенсорная чувствительность является непрерывной функцией и не существует порога в собственном смысле этого слова, так как порог обнаружения сигнала зависит от многих факторов => теория обнаружения сигнала. Работы Бродбента (модель ранней селекции), Нормана (модель поздней селекции) и других ученых показали, что фильтром, отбирающим нужные в данный момент сигналы, является внимание, которое приобрело совершенно новую трактовку в когнитивной психологии. Материалы, полученные при исследовании внимания и памяти, послужили стимулом к исследованию бессознательного. Бессознательное содержит неосознаваемую часть программы переработки информации, которая включается уже на первых этапах восприятия нового материала. Изучалось содержания долговременной памяти, и избирательной реакции при одновременной конфликтной подаче информации (в правое ухо - одна информация, в левое - другая) – была показана роль неосознаваемой переработки. Когнитивная система отбирает и доводит до сознания лишь те сигналы, которые наиболее важны в данный момент. Такая же селекция происходит при переводе информации в долговременную память. Некоторые ученые считают, что практически все сигналы запечатлеваются в нашей психике, однако не все они осознаются в данный момент, а некоторые не осознаются никогда (из-за незначительности, а не в силу асоциальности, как считал Фрейд). Основные положения когнитивной психологии.  Основные направления исследований: а) изучение процессов перцепции, в том числе, социальной; б) изучение атрибутивных процессов; в) изучение процессов памяти; г) изучение построения когнитивной картины мира; д) изучение бессознательного познания и восприятия; е) изучение познания у животных и т.д. Основным методом для данного научного направления является лабораторный эксперимент. Основные методологические установки исследователей следующие: 1. источник данных – ментальные образования; 2. познание определяет поведение; 3. поведение как молярный (целостный) феномен; Главная посылка: впечатления индивида о мире организуются в некоторые связные интерпретации, в результате чего образуются определенные связные идеи, верования, ожидания, гипотезы, которые регулируют поведение, в том числе, социальное. Таким образом, это поведение полностью находится в контексте ментальных образований. Основная идея направления: когнитивная структура человека не может находиться в несбалансированном, дисгармоничном состоянии, иначе возникает стремление изменить это состояние. Основные научные теории когнитивной психологии. Теория структурного баланса Ф. Хайдера. Основное положение: люди склонны развивать упорядоченный и связный взгляд на мир; в этом процессе они строят некую “наивную психологию”, стремясь понять мотивы и установки другой личности. Основная схема теории: Р – О – Х, где Р – воспринимающий субъект, О – другой (воспринимающий субъект),  Х – объект, воспринимаемый и Р и О. Взаимодействие этих трех элементов составляет когнитивное поле, и задача психолога в том, чтобы выявить, какой тип отношений между этими тремя элементами является устойчивым, сбалансированным, и какой тип отношений вызывает чувство дискомфорта у субъекта (Р) и его стремление изменить ситуацию. Теория коммуникативных актов Теодора Ньюкома  распространяет теоретические положения Хайдера на область межличностных отношений. Ньюком полагал, что тенденция к балансу характеризует не только интраперсональную, но и интерперсональную системы отношений. Основное положение: если два человека позитивно воспринимают друг друга, и строят какие либо отношения к третьему (лицу или объекту), у них возникает тенденция развивать сходные ориентации относительно этого третьего. Теория когнитивного диссонанса Леона Фестингера. В ней автор развивает идеи Хайдера, касающиеся отношений баланса и дисбаланса между элементами когнитивной карты мира субъекта. Основное положение: люди стремятся к некоторой внутренней согласованности как к желаемому внутреннему состоянию. В случае возникновения противоречия между тем, что человек знает, или между тем, что он знает и тем, что он делает,  у человека возникает состояние когнитивного диссонанса, переживаемое как дискомфорт. Это состояние дискомфорта вызывает поведение, направленное на его изменение. П.Линдсей и Д.Норман рассматривали человека как преобразователь информации, всегда стремящийся к обобщению и истолкованию поступающих сенсорных данных и к интерпретации и восстановлению информации, хранящейся в его памяти, с помощью разного рода алгоритмов и стратегий. Основная задача – описать, как происходит процесс решения задач. Идея о «состоянии осведомлённости» => решение задач – это уменьшение разрыва м/у предыдущим и последующим «состоянием осведомлённости». Этот переход осуществляется через операторы (алгоритмы решения и с другой стороны – эвристические приёмы). Саймон считал, что человек – решатель задач. Идеи: человек, как поведенческая система, прост как муравей; кажущаяся сложность лишь отражает сложность окр.среды. В последнее время когнитивная психология, как и другие школы, все больше ориентируется на достижения смежных направлений. В современной (особенно европейской) вариации когнитивной психологии полурярны символический и коннекциональный подходы. Символический подход рассматривает способы оперирования символами как единицами информации (например, в речи), а коннекционализм изучает виды взаимосвязи элементов в когнитивной системе. Результаты, полученные учеными этой школы, проникают и в работы по возрастной психологии, психологии эмоций и личности. В социальной психологии всё большее распространение получает изучение социальных когниций и их роли в межгрупповом взаимодействии. Работы Найссера и других ученых способствовали появлению большого числа исследований по экологии восприятия. Можно утверждать, что эти труды привели к тому, что экологический подход является в настоящее время одним из наиболее распространенных направлений в современной психологии, реальной альтернативой информационному подходу во многих сферах когнитивной психологии.