

УЧЕБНИК
ДЛЯ ВУЗОВ

ПИТЕР®

СТАНДАРТ ТРЕТЬЕГО ПОКОЛЕНИЯ

Под редакцией С. А. Капустина

Общий психологический практикум

**РЕКОМЕНДОВАНО К ИЗДАНИЮ УЧЕНЫМ СОВЕТОМ
ФАКУЛЬТЕТА ПСИХОЛОГИИ МГУ ИМ. М.В.ЛОМОНОСОВА**

ББК 88.4я7
УДК 159.9.016(075)
О28

Рецензенты:

В. А. Иванников — академик РАО, доктор психологических наук,
заслуженный профессор МГУ имени М. В. Ломоносова;
Р. С. Шилко — кандидат психологических наук, доцент факультета
психологии МГУ им. М. В. Ломоносова.

Авторский коллектив:

В. Ю. Александрова; Т. Я. Аникеева; А. В. Визгина; А. В. Гарусев; А. Н. Гусев;
М. А. Джерелиевская; Е. М. Дубовская; В. Е. Дубровский; Н. И. Евсикова; О. А. Захарова;
С. А. Капустин; И. М. Карлинская; А. Н. Кричевец; Г. Ю. Любимова; Л. В. Матвеева;
Ю. В. Мочалова; С. Р. Пантилеев; Е. Е. Петракова; О. Б. Степанова; Л. В. Тетик;
А. Г. Шмелев; Л. Л. Яшина

О28 **Общий психологический практикум: Учебник для вузов. Стандарт
третьего поколения / Под ред. С. А. Капустина. — СПб.: Питер,
2017. — 480 с.: ил. — (Серия «Учебник для вузов»).**

ISBN 978-5-496-02497-6

Предлагаемый учебник написан коллективом сотрудников факультета психологии МГУ им. М. В. Ломоносова как руководство для освоения студентами общих методов сбора данных, используемых в психологии: метода наблюдения, метода опроса, метода беседы, метода измерения, метода тестов и метода эксперимента. Эти методы, в соответствии с их названием, широко используются всеми психологами, независимо от их специальности или специализации, для решения основных профессиональных задач: проведения исследования, психодиагностического обследования, оказания психологической помощи людям. В научном исследовании эти методы используются для эмпирического обоснования предлагаемых учеными теоретических объяснений, в психодиагностическом обследовании — для эмпирического обоснования заключений об определенных психологических особенностях индивидов или групп, при оказании психологической помощи — для эмпирического обоснования осуществляемых психологом вмешательств в жизнь людей и оценки эффективности этих вмешательств.

Для студентов высших учебных заведений, обучающихся по всем специальностям и специализациям психологии, по дисциплине «Общий психологический практикум».

Рекомендовано к изданию Ученым советом факультета психологии МГУ им. М. В. Ломоносова.

ББК 88.4я7
УДК 159.9.016(075)

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 978-5-496-02497-6

© ООО Издательство «Питер», 2017
© Серия «Учебник для вузов», 2017

Содержание

Сведения об авторах	8
Предисловие	10

РАЗДЕЛ 1. МЕТОД НАБЛЮДЕНИЯ

МЕТОД НАБЛЮДЕНИЯ	16
Две основные формы метода наблюдения	16
Общее представление о восприятии	16
Обыденное и профессиональное наблюдение	18
Области применения метода наблюдения	21
Характеристика метода.....	23
Предмет	23
Условия.....	24
Средства.....	25
Способы	26
Протоколирование результатов.....	29
Проблема истинности результатов наблюдения	31
Заключение	33
Литература	35
УЧЕБНЫЕ ЗАДАНИЯ.....	37
Тема 1. Восприятие и наблюдение в повседневной жизни.	
Наблюдение как метод научной и практической деятельности психолога.....	37
Задание 1. Восприятие, наблюдение и наблюдательность в повседневной жизни.....	37
Задание 2. Обыденное и профессиональное наблюдение	42

Тема 2. Способы наблюдения и способы протоколирования его результатов.....	52
Задание 3. Письменное протоколирование результатов наблюдения.	
Содержание протоколов.....	52
Задание 4. Категоризованное наблюдение с определениями признаков категорий и протоколирование его результатов	55
Задание 5. Наблюдение с использованием программного обеспечения The Observer XT	61
Тема 3. Использование метода наблюдения в профессиональной деятельности психолога	75
Задание 6. Наблюдение в психодиагностическом обследовании	75
Задание 7. Видеотренинг	93

РАЗДЕЛ 2. МЕТОД БЕСЕДЫ

МЕТОД БЕСЕДЫ	102
Общая характеристика метода беседы	
Обыденная и профессиональная беседа.....	102
Основные цели и области применения метода беседы	103
План беседы	105
Место проведения беседы и ее продолжительность.....	107
Этапы беседы.....	108
Протоколирование беседы	109
Психологический контакт	110
Приемы для установления и поддержания психологического контакта.....	111
Приемы сбора данных.....	117
Общие требования к данным.....	117
Требование подробности и приемы сбора подробных данных.....	118
Требование фактичности и приемы сбора фактических данных.....	121
Требование понятности и приемы сбора понятных данных.....	124
Некоторые общие правила сбора данных	128
Необходимость сбора сопутствующих данных.....	128
Заключение	129
Литература	132

УЧЕБНЫЕ ЗАДАНИЯ.....	133
Часть I. Беседа как метод сбора данных.....	133
Тема 4. Основные технические приемы беседы и их назначение	133
Задание 8. Технические приемы, используемые в беседе для установления и поддержания психологического контакта с собеседником и сбора данных	133
Задание № 9. Использование основных технических приемов для установления психологического контакта и сбора данных при самостоятельном проведении беседы	143
Тема 5. Использование метода беседы для сбора данных в профессиональной деятельности психолога	153
Задание 10. Техника беседы в психологическом консультировании. Контент-анализ беседы.....	153
Задание 11. Техника беседы в клиент-центрированной терапии.....	170
Задание 12. Интервью по компетенциям как метод подбора и оценки персонала	177
Часть II. Беседа как метод психологического вмешательства	207
Тема 6. Использование метода беседы как способа психологического вмешательства в профессиональной деятельности психолога	207
Задание 13. Техники психологического вмешательства в отдельных направлениях психотерапии.....	207

РАЗДЕЛ 3. МЕТОД ОПРОСА

МЕТОД ОПРОСА	236
Классификация опросных процедур	237
Структура опроса	239
Психометрическая проверка	250
Литература	251
УЧЕБНЫЕ ЗАДАНИЯ.....	252
Тема 7. Анкетный опрос	252
Задание 14. Разработка анкеты для проведения опроса	252

РАЗДЕЛ 4. МЕТОД ИЗМЕРЕНИЯ

МЕТОД ИЗМЕРЕНИЯ	258
Измерение и шкалы	259
Эмпирическое множество и схема измерения.....	259
Измерение как расширение предметного поля.....	261
Типы шкал	264
Измерение. Математические структуры.....	269
Математические структуры для шкал наименований и шкал порядка .	269
Порядок и шкала порядка.....	273
Шкалы интервалов.....	274
Шкалы отношений.....	278
Литература	279
УЧЕБНЫЕ ЗАДАНИЯ.....	281
Тема 8. Методы измерения сходства и едва заметного различия	281
Задание 15. Метод минимальных изменений.....	281
Задание 16. Метод средней ошибки.....	288
Тема 9. Методы измерения, использующие различные типы шкал.....	294
Методы порядкового измерения	294
Задание 17. Метод ранжирования и метод графического измерения.....	294
Задание 18. Метод балльных оценок	300
Методы интервального измерения.....	306
Задание 19. Метод парных сравнений. Модель Л. Терстоуна.....	306
Тема 10. Многомерные методы измерения и анализа результатов.....	330
Задание 20. Факторный анализ	330
Задание 21. Многомерное шкалирование	367

РАЗДЕЛ 5. МЕТОД ТЕСТОВ

МЕТОД ТЕСТОВ	410
Определение понятия «тест»	410
Структурные компоненты типичного теста	413
Достоинства и недостатки метода тестов	414
Классификация тестов.....	417

Психометрические свойства тестов.....	427
Литература	432
УЧЕБНЫЕ ЗАДАНИЯ.....	433
Тема 11. Использование метода тестов в профессиональной деятельности психолога	433
Задание 22. Психодиагностика индивидуальных психологических особенностей человека.....	433

РАЗДЕЛ 6. МЕТОД ЭКСПЕРИМЕНТА

МЕТОД ЭКСПЕРИМЕНТА	452
Два основных значения слова «эксперимент»	452
Валидность эксперимента	457
Операциональная валидность.....	457
Внешняя валидность	458
Внутренняя валидность.....	460
Экспериментальное, корреляционное и квазиэкспериментальное исследование	464
Заключение	466
Литература	469
УЧЕБНЫЕ ЗАДАНИЯ.....	471
Тема 12. Структура и основные методические проблемы экспериментального исследования	471
Задание 23. Общие требования к структуре экспериментального исследования. Проблема валидности.....	471

РАЗДЕЛ 1

МЕТОД НАБЛЮДЕНИЯ

Метод наблюдения

Две основные формы метода наблюдения

В психологии метод наблюдения известен в двух основных формах: как **метод самонаблюдения, или интроспекции**, и как **метод так называемого внешнего (объективного) наблюдения** [21]. Их основное отличие состоит в том, что при самонаблюдении человек наблюдает за явлениями своего внутреннего мира — явлениями сознания, к которым относится весь познаваемый им собственный субъективный опыт, а при внешнем (объективном) наблюдении он наблюдает за внешним (по отношению к его сознанию) объективно существующим миром, представленным в его ощущениях и образах восприятия.

В данном разделе мы подробно рассмотрим специфику метода наблюдения только как внешнего (объективного) и, соответственно, будем использовать термин «метод наблюдения» именно в этом смысле. Вместе с тем всегда следует иметь в виду, что указанные две формы наблюдения неразрывно связаны друг с другом, поскольку метод внешнего (объективного) наблюдения, как будет показано далее, обязательно предполагает опирающиеся на самонаблюдение сознательный анализ и описание наблюдателем его собственного субъективного опыта ощущения и восприятия внешней действительности.

Общее представление о восприятии

Поскольку метод наблюдения опирается на способность человека к восприятию, то его описание следует начать с рассмотрения основ психологии восприятия.

В самом общем виде **восприятие** — это процесс порождения образов, возникающий при условии воздействия внешнего мира на органы чувств человека.

Из данного определения следует, что воздействие внешнего мира на органы чувств — это обязательное условие восприятия. Результатом этого воздействия является отражение объективных свойств внешнего мира в сознании человека в так называемой чувственной форме, которая в различных теориях восприятия описывается по-разному, например как ощущение [25], гештальт [14], первичный образ [6], признаки воспринимаемых объектов [5], чувственная ткань [15]. В дальнейшем мы будем называть отдельные характеристики чувственной формы, в которых отражаются объективные свойства внешнего мира, **чувственными данными**.

Однако образ восприятия не сводится к чувственному отражению внешнего мира. Не менее важную роль в процессе порождения образов восприятия играют также и определенные когнитивные структуры, например: образы представления [6], категории [5], схемы [18], значения [16], в которых представлены знания человека о внешнем мире, приобретаемые в процессе его познания. В результате образ восприятия включает в себя в том числе знания человека об объективных свойствах и значениях различных аспектов внешнего мира, что фиксируется в таком фундаментальном свойстве образа восприятия, как его предметность [19].

Тем самым **образ восприятия** — это не только чувственная форма отражения внешнего мира, но одновременно и чувственная форма представления знаний человека об этом мире.

Впервые на эту двойственность образа восприятия обратил внимание Г. Гельмгольц, предложив для ее объяснения теорию, согласно которой процесс восприятия аналогичен умозаключению [6]. Основная идея этой теории состоит в том, что образ восприятия следует рассматривать как своего рода заключение человека о том, что он воспринимает, которое делается им, как правило, неосознанно и произвольно на основе воспринимаемых чувственных данных и накопленного познавательного опыта о внешнем мире, соотносящегося с этими данными. При этом важно указать, что истинность этого познавательного опыта основывается на многократной успешной практике взаимодействия человека с предметами внешнего мира, поэтому мы обычно доверяем нашим образам восприятия как содержащим истинные знания о нем.

С нашей точки зрения, теория восприятия Г. Гельмгольца очень продуктивна для понимания специфики метода наблюдения, поэтому в дальнейшем мы будем на нее опираться.

Обыденное и профессиональное наблюдение

Обыденное наблюдение представляет собой особую познавательную деятельность восприятия человека, которая характеризуется наличием у него осознанной цели внимательного всматривания во внешнюю действительность, чтобы в конечном итоге составить определенное представление о том, что он воспринимает, в виде осознанных заключений о воспринимаемой внешней действительности. Эти заключения мы обозначим как **результаты наблюдения**.

Результатам обыденного наблюдения свойственны две важные особенности.

Во-первых, обычный человек, как правило, не осознает, что результаты его наблюдения, будучи заключениями о наблюдаемой действительности, различаются по степени их обоснованности воспринимаемыми чувственными данными и соотносящимся с этими данными его познавательным опытом, приобретенным в результате практического взаимодействия с этой действительностью.

Так, некоторые результаты наблюдения могут рассматриваться как достаточно обоснованные заключения, имеющие статус фактов, которые, в свою очередь, могут подразделяться на очевидные и установленные факты.

Специфика *очевидных фактов* состоит в том, что у любого наблюдателя с нормальным зрением, имеющего опыт практического взаимодействия с воспринимаемыми предметами, для их опровержения нет никаких оснований ни в чувственных данных, ни в познавательном опыте. Поэтому истинность очевидных фактов, то есть их соответствие воспринимаемой действительности, не вызывает у наблюдателей никаких сомнений.

Например, один из наблюдателей смотрит на человека и сообщает, что видит его лицо. При этом он несколько не сомневается, что видит именно лицо человека, а не какой-нибудь иной предмет, поскольку воспринимаемые им чувственные данные и его накопленный в практике взаимодействия с внешним миром познавательный опыт не содержат оснований для опровержения этого заключения, а напротив — однозначно свидетельствуют в его пользу. И никакой другой наблюдатель не будет это заключение оспаривать. Опираясь на те же основания, он тоже скажет, что воспринимает именно человеческое лицо, то есть очевидные факты в равной степени воспринимаются как несомненно истинные всеми наблюдателями.

Установленные факты не столь несомненны, поэтому для обоснования их истинности необходима специальная осознанная деятельность наблюдателя.

Например, один из наблюдателей рассматривает лицо человека и сообщает, что у этого человека широкий лоб, в то время как другой наблюдатель воспринимает этот же лоб как лоб среднего размера. Понятно, что для обоснования того или иного заключения необходим определенный критерий. Допустим, на основании антропометрических исследований такой критерий уже разработан: лоб считается широким, если он по ширине составляет не менее трети длины лица. И тогда если в рассматриваемом примере лицо человека соответствует данному критерию, то его лоб вполне обоснованно можно считать широким; это будет установленный факт.

Другие результаты наблюдения можно обозначить как *правдоподобные гипотезы*. Характерной особенностью этих результатов является то, что они вызывают хотя бы у некоторых наблюдателей сомнения в их истинности или у наблюдателей обнаруживаются альтернативные заключения относительно одной и той же наблюдаемой действительности. Поэтому, в отличие от установленных фактов, правдоподобные гипотезы пока только претендуют на то, чтобы стать таковыми. Чтобы стать установленными фактами, им требуется какое-то дополнительное обоснование.

Например, один из наблюдателей смотрит на лицо человека и по мимике видит, что тот рад его приходу. Другой же наблюдатель, глядя на то же самое лицо, приходит к несколько иному заключению: этот человек всего лишь очень искусно изображает радостный вид. Ясно, что для обоснования любого из этих заключений, то есть их перевода в категорию установленных фактов, требуется дополнительная информация. И пока она не будет получена, указанные заключения так и останутся правдоподобными гипотезами.

Наконец, есть результаты, которые нельзя рассматривать как в достаточной степени обоснованные чувственными данными и познавательным опытом наблюдателя, поэтому их можно назвать *субъективными мнениями*.

Предположим, наблюдатель смотрит на человека и воспринимает его как преступника. Очевидно, что это заключение едва ли может быть обосновано особенностями внешности человека.

Во-вторых при обыденном наблюдении заключения человека о наблюдаемой действительности по большей части происходят произ-

вольно и неосознанно. Например, если спросить наблюдателя, который воспринял человека как преступника, на чем основывается это заключение, то, скорее всего, он скажет, что не думал об этом, а просто воспринял его таковым.

С учетом указанных особенностей результатов обыденного наблюдения неудивительно, что складывающиеся у человека представления о наблюдаемой действительности нередко могут оказаться недостаточно обоснованными, как это имеет место в приведенном примере, и, следовательно, не вполне ей соответствующими.

В отличие от обыденного наблюдения, профессиональное наблюдение как метод научной и практической деятельности обязательно предполагает:

- 1) понимание возможной разной степени обоснованности результатов наблюдения;
- 2) основанный на этом понимании целенаправленный и осознанный сбор только таких результатов наблюдения, которые могут быть признаны как достаточно обоснованные воспринимаемыми чувственными данными и соотносящимся с этими данными познавательным опытом наблюдателя.

Следовательно, конечным итогом профессионального наблюдения являются только в достаточной степени обоснованные заключения о наблюдаемой действительности, то есть очевидные и установленные факты. Поэтому профессиональный наблюдатель, рассматривая внешность человека, никогда не скажет, что он является преступником. Описания результатов его наблюдений всегда будут обоснованными, состоящими из очевидных и установленных фактов. Например:

- ✧ возможные очевидные факты: «Этого человека я хорошо знаю, его зовут N, у него коротко стриженные волосы, зачесанные назад, слегка выующиеся, ото лба начинаются залысины, две глубокие морщины проходят от крыльев носа к краям губ, над всей верхней губой сплошной полосой располагаются усы» и т. п.;
- ✧ возможные установленные факты: «Его лицо худощавое, так как на щеках явно заметны впадины, лоб широкий, так как занимает почти треть лица, брови густые, так как полностью покрывают кожу, выражение лица спокойное, поскольку на лице отсутствует ярко выраженная мимика, взгляд скорее отрешенный, так как ни на что не направлен» и т. п.

Исходя из вышеизложенного, **метод наблюдения** можно определить в самом первом приближении как целенаправленный и осознанный способ сбора фактов о наблюдаемой внешней действительности, которые в достаточной степени обоснованы определенными чувственными данными и соотносящимися с ними познавательным опытом наблюдателя.

Более подробная характеристика метода наблюдения должна включать в себя описание прежде всего основных целей сбора фактов наблюдения, предмета, условий, средств и способов наблюдения, способов протоколирования результатов наблюдения, а также основных проблем метода наблюдения и путей их преодоления.

Области применения метода наблюдения

Метод наблюдения является одним из самых распространенных в психологии. Он широко применяется в качестве основного метода или в сочетании с другими для решения трех важнейших профессиональных задач:

- 1) исследование;
- 2) диагностика;
- 3) психологическая помощь.

При проведении **исследований** факты, полученные с помощью метода наблюдения, используются как основание для выдвижения или проверки гипотез и теорий, объясняющих интересующие психологов явления.

В качестве примеров продуктивного применения данного метода в исследовательских целях можно привести описанные с привлечением фактов наблюдения очень известные в психологии феномены, которые использовались авторами не менее известных общепсихологических теорий для эмпирического подкрепления их отдельных положений. Так, в бихевиоризме феномен изменения поведения, наблюдавшийся в опытах Дж. Уотсона с двумя маленькими детьми Альбертом и Питером, использовался им как обоснование возможностей его теории для управления развитием поведения человека на основе механизма обусловливания. В гештальтпсихологии фи-феномен, а также феномены транспозиции и фигуры-фона использовались в качестве доказательства положения о том, что явлениям сознания присущи особые свойства целого (гештальткачества), которые отсутствуют у входящих в его состав отдельных частей и не являются простой суммой их свойств. В деятельностном подходе феномен «неадекватного» поведения американского

сомика, описанный в опытах А. В. Запорожца и И. Г. Диманштейн, являлся для А. Н. Леонтьева одним из эмпирических подкреплений его теории эволюции психики, а так называемый феномен «горькой конфеты» использовался им для иллюстрации важного теоретического положения об иерархии мотивов как образующей личность человека. Другими примерами могут служить многие известные в психологии теории типов индивидуальности (например, Э. Кречмера, У. Шелдона, К. Юнга, А. Е. Личко, Э. Фромма), которые были разработаны также с привлечением фактов наблюдения.

При проведении **диагностического обследования**, завершающегося, как правило, составлением психологического заключения, метод наблюдения применяется для сбора определенных фактов (признаков), которые могут служить психологу основанием для вывода о принадлежности предмета диагностического обследования к какой-то заранее известной категории.

В психологии таким предметом обычно являются особенности личности и поведения человека, его психические функции, процессы, состояния и свойства, а термин «категория» используется для обозначения разряда, рода или класса, к которому можно отнести обследуемый предмет на основании свойственных ему признаков [5]. Так, факты наблюдения о том, как человек выполняет инструкцию методики Л. С. Выготского и Л. С. Сахарова, используются в психологии для диагностики уровня его способностей к образованию понятий [22]. Как правило, научное диагностическое обследование опирается на результаты предварительно проведенных исследований. Например, вышеупомянутая методика была изначально разработана и использована ее авторами для исследования проблемы развития значений слов в онтогенезе человека. В результате проведения этого исследования были выявлены явно наблюдаемые специфические особенности выполнения инструкции этой методики детьми разных возрастов, которые позволили авторам описать три основные стадии развития значений слов: синкрет, комплекс и понятие, а также критерии их отнесения к этим различным стадиям.

При оказании **психологической помощи** факты наблюдения очень часто используются психологами для планирования, оценки и коррекции своих воздействий на тех людей, с которыми они работают.

Например, в процессе психологического консультирования психолог, как правило, осуществляет постоянный мониторинг поведения клиента, целенаправленно наблюдая за его реакциями на свои воздействия

и учитывая эти наблюдения в организации дальнейшего взаимодействия с ним.

Характеристика метода

Предмет

Основной предмет наблюдения в психологии — это различные аспекты поведения людей или животных, к которым относятся в узком смысле любые внешне наблюдаемые проявления их активности в виде поз, действий или реакций, включая физиологические реакции организма, а более широко (со времен возникновения бихевиоризма) и такие проявления их активности, которые необязательно воспринимаются зрительно, например различные характеристики речи человека. Помимо поведения в качестве предмета наблюдения для психологов могут выступать различные аспекты внешности, анатомического строения тела, окружения и продуктов деятельности человека или животного.

Выбор предмета наблюдения (что наблюдать) определяется прежде всего знаниями или обоснованными предположениями психолога о том, какие аспекты внешней действительности являются наиболее информативными для достижения стоящей перед ним конкретной цели, а также теоретическими представлениями и методологическими принципами, которыми он руководствуется в своей профессиональной деятельности. Нередко выбор предмета наблюдения требует проведения специальной теоретической и эмпирической работы по его обоснованию. М. Б. Михалевская и Т. В. Корнилова обозначают выбранные психологом в качестве предмета наблюдения конкретные аспекты внешней действительности термином «единицы наблюдения» [17], который мы также в дальнейшем будем использовать в этом же смысле.

В тех случаях, когда конкретная цель наблюдения психологу до конца неясна или сформулирована лишь в самом общем виде (как это часто бывает при проведении, например, поисковых исследований) и в связи с этим психолог пока еще точно не знает, что ему следует выбрать в качестве предмета наблюдения, он вынужден максимально подробно описывать весь свой субъективный опыт ощущения и восприятия интересующей его наблюдаемой действительности в надежде на то, что после того, как конкретная цель будет сформулирована, из этого опыта можно будет вычлениить наиболее информативные для достижения этой цели единицы наблюдения.

Условия

Согласно самой известной классификации, условия наблюдения подразделяются на **полевые (естественные)** и **лабораторные** [8, 12, 23]. Различие проводится по двум критериям. Один из них — это *степень соответствия* условий наблюдения реальным условиям жизни человека или животного в среде их обитания. Чем точнее это соответствие, тем с большей вероятностью выводы психолога, основанные на фактах наблюдения, будут соотноситься с реальной жизнью, то есть будут более экологически валидными. С этой точки зрения наблюдение в полевых условиях является более ценным, чем в лаборатории, поскольку оно как раз и происходит в реальных условиях жизни человека или животного. Примерами такого рода наблюдений могут служить наблюдения за поведением животных в местах их обитания, за трудовой деятельностью человека на его рабочем месте, за учениками в классе и т. п. В лабораторных условиях проблема экологической валидности решается за счет создания модели реальных условий жизни человека или животного. Однако между реальными условиями и их моделью в лаборатории никогда не может быть полного тождества, а лишь большее или меньшее соответствие. Так, условия ситуативного запоминания официантом блюд, заказанных в ресторане клиентами, о которых он сообщал сидящему за одним из столиков К. Левину, конечно же, не полностью соответствовали модели этих условий, созданной Б. В. Зейгарник в лабораторном исследовании ситуативного запоминания завершенных и незавершенных действий.

Другим критерием является *степень контролируемости* условий наблюдения. При этом контроль понимается как активные действия наблюдателя, направленные на организацию условий с целью управления влиянием различных переменных на предмет наблюдения или их учета. Поскольку наблюдение в полевых условиях не предполагает никакого участия наблюдателя в организации условий наблюдения, а также его вмешательства во все то, что происходит, то эти условия являются полностью неконтролируемыми. Отсутствие контроля нежелательно прежде всего для психолога-исследователя. Это обстоятельство существенно ограничивает возможности выявления необходимых, достаточных или сопутствующих условий, при которых возникают определенные интересующие его наблюдаемые явления, а следовательно, ограничивает его возможности объяснения этих явлений. Отсутствие контроля также нежелательно и для проведения диагностического обследования ввиду того, что какие-то неконтролируемые психологом побочные влияния на

предмет обследования могут исказить его результаты. Лабораторные условия как раз и создаются с целью контроля влияний различных переменных на предмет наблюдения. Максимально полный контроль обеспечивается в лабораторных экспериментах, где метод наблюдения может использоваться для описания зависимой переменной при предъявлении разных условий независимой [26].

Таким образом, полевые и лабораторные условия наблюдения одновременно имеют и достоинства, и недостатки. Полевые условия более предпочтительны с точки зрения возможности достижения экологической валидности выводов, основывающихся на результатах наблюдения, и менее предпочтительны для обеспечения контроля влияния различных переменных на предмет наблюдения. В отношении лабораторных условий все обстоит с точностью до наоборот. Поэтому при выборе условий наблюдения психологи, как правило, стремятся найти компромиссный вариант, оптимально сочетающий в себе достоинства полевых и лабораторных условий наблюдения.

Средства

Средства наблюдения могут быть естественными или искусственно созданными.

Естественные средства — это органы чувств человека, данные ему от природы. Они приспособлены для ощущения и восприятия только определенного рода воздействий со стороны внешней действительности. Известно, что существуют, например, пороги ощущений, ограничивающие диапазоны воспринимаемых и различаемых интенсивностей стимулов; пороги остроты зрения, ограничивающие способности человека к распознаванию мелких деталей предметов и границ между ними. Многие виды физических воздействий — ультрафиолетовые и инфракрасные лучи, ультразвук, электромагнитное излучение и др. — вообще не воспринимаются человеком.

К искусственно созданным средствам наблюдения относятся всевозможные технические устройства, выполняющие функции органов чувств. Они существенно расширяют естественные возможности ощущения и восприятия человека, поскольку с их помощью становится возможным наблюдение за такими проявлениями активности, которые недоступны для наблюдения, опирающегося только на органы чувств. Примерами такого рода устройств могут служить устройства для регистрации движений глаз, размера зрачка, тремора рук, кожно-гальва-

нической реакции, электрической активности мозга и мышц, частоты сердечных сокращений и др.

Способы

Существует множество классификаций способов наблюдения [8, 12, 23, 27]. Мы рассмотрим три наиболее известные. Все эти классификации являются независимыми, поэтому могут использоваться для характеристики любого конкретного способа наблюдения одновременно.

В *первой классификации* наблюдение подразделяется по степени его открытости для наблюдаемого человека на открытое, скрытое и неясное.

При **открытом наблюдении** человек, за которым наблюдают, знает об этом, и наблюдение за ним ведется, как правило, с его согласия. Открытое наблюдение имеет один существенный недостаток: знание человека о том, что он является объектом наблюдения, может изменить его обычное для этих условий поведение. Оно может стать, например, более социально желательным, дезорганизованным вследствие излишнего волнения, более мотивированным и др. Понимая это, психолог должен в каждом конкретном случае предпринять соответствующие меры, направленные на устранение возможного негативного влияния этого фактора на поведение наблюдаемого: расположить его к себе, демонстрируя доброжелательное и безоценочное к нему отношение; успокоить, если он волнуется; объяснить ему, что он должен вести себя обычным образом, мотивировав это, например, тем, что в противном случае результаты наблюдения не будут иметь никакой ценности ни для него, ни для науки. Если влияние этого фактора устранить не удастся, то психолог должен обязательно учесть его в своих выводах, основывающихся на фактах наблюдения.

При **скрытом наблюдении** наблюдаемый человек не видит психолога и не знает о том, что за ним ведется наблюдение. Такой способ наблюдения абсолютно не мешает ему вести себя реалистично, то есть проявлять в своем поведении все свойственные ему реальные психологические особенности. Очевидно, что скрытое наблюдение позволяет психологу собирать факты, в большей степени соответствующие реальному поведению человека в определенных условиях. Вместе с тем этот вид наблюдения порождает определенную этическую проблему, а именно: в какой степени допустимо наблюдение за личной жизнью человека без его согласия. В каждом конкретном случае психологу необходимо

этическое обоснование использования скрытого наблюдения, в том числе с опорой на этический профессиональный кодекс.

Так, в соответствии с этическим кодексом Американской психологической ассоциации скрытое наблюдение вполне допустимо, «если поведение изучается в общественном месте (а не в чьей-то спальне), люди не подвергаются никакому воздействию и сохраняется конфиденциальность информации» [8, с. 426].

Неявное наблюдение занимает промежуточное положение между открытым и скрытым. Это самый распространенный среди психологов способ наблюдения. Он заключается в том, что психолог предлагает наблюдаемому человеку выполнить в своем присутствии какое-то задание или побеседовать на определенную тему, давая понять, что ему интересен прежде всего результат выполнения этого задания или тема беседы, а сам он в это время незаметно наблюдает за его поведением. При неявном наблюдении указанные основные недостатки открытого и скрытого способов наблюдения устраняются. С одной стороны, это связано с тем, что в данном случае наблюдаемому трудно заметить, что психолог целенаправленно наблюдает за ним, поскольку он этого никак не показывает, а это значит, что фактор знания о наблюдении чаще всего отсутствует. С другой стороны, психолог неявно наблюдает за такими формами поведения человека, которые он сам ему демонстрирует, то есть они не являются тайной его личной жизни, а следовательно, неявное наблюдение не нуждается в специальном этическом обосновании.

Вторая классификация различает способы наблюдения по той роли, в которой психолог предстает перед наблюдаемым человеком. По этому критерию выделяется стороннее и включенное наблюдение.

Стороннее наблюдение — традиционный и наиболее распространенный в психологии способ наблюдения, которое обычно ведется открыто или неявно в полевых или лабораторных условиях. Психолог выступает для наблюдаемого прежде всего как специалист, выполняющий свою профессиональную работу, с которым он встречается только для решения вопросов, входящих в сферу профессиональной компетенции психолога, и больше никаких иных поводов для встреч у них нет.

Включенное наблюдение осуществляется, как правило, скрыто или неявно и преимущественно в полевых условиях. Психолог специально внедряется в какую-то интересующую его формальную или неформальную группу, вместе с которой он проживает довольно значительную часть своей жизни, вступая с членами этой группы в различного рода деловые или межличностные отношения. Это внедрение обусловлено

профессиональной мотивацией психолога и прежде всего его стремлением получить более глубокие и полные знания о людях интересующей его группы и их взаимоотношениях. Такой способ наблюдения используется в психологии гораздо реже, поскольку часто требует от психолога большого мужества и самопожертвования в связи с тем, что ему приходится для этого менять свой привычный образ жизни на довольно продолжительное время.

В *третьей классификации* выделяются различные способы **категоризованного наблюдения**.

Как было убедительно показано в работах Дж. Брунера, восприятие человека всегда предполагает процесс категоризации, содержанием которого является отнесение единичных воспринимаемых объектов по их признакам к более общему классу объектов, то есть к их определенной категории. Категория определяется им «как совокупность признаков, в зависимости от которых объекты группируются как эквивалентные» [5, с. 30]. Через отнесение к той или иной категории единичные воспринимаемые объекты приобретают определенное значение.

Из этих работ следует важный вывод о том, что некатегоризованного наблюдения, по крайней мере у человека, овладевшего языком, не существует. Собираемые наблюдателем в процессе наблюдения факты — это всегда категоризованные факты.

Способы категоризованного наблюдения, которые реально используются в психологии, можно классифицировать по двум основаниям.

Первое основание — *степень планомерности* в выборе и использовании психологом тех или иных категорий для наблюдения. По этому основанию выделяются следующие два способа: с использованием спонтанно возникающих в ходе наблюдения категорий и заранее выбранных категорий.

При использовании **спонтанно возникающих в ходе наблюдения категорий** психолог начинает наблюдение без какого-либо заранее составленного их перечня. Потребность в применении тех или иных категорий возникает у него спонтанно по ходу наблюдения в зависимости от получаемых результатов. Этот способ применяется, например, в поисковых исследованиях, когда конкретная цель наблюдения психологу до конца неясна или сформулирована лишь в общем виде.

Способ наблюдения с использованием **заранее выбранных категорий** предполагает применение психологом ограниченного числа категорий, перечень которых составляется до начала наблюдения. Яркими примерами реального применения данного способа наблюдения

могут служить известная в социальной психологии методика Р. Бейлза, в которой используются 12 стандартных категорий для наблюдения за взаимодействием людей в малой группе [13], и известная в психологии труда методика Ф. Гилберта, в которой используются 18 стандартных категорий для наблюдения за трудовой деятельностью человека [11].

Вторым основанием является *отсутствие или наличие у наблюдателя определений признаков*, по которым предмет наблюдения может быть отнесен к той или иной категории. Данное основание используется для выделения двух других способов категориального наблюдения: без определений и с определениями признаков категорий.

Категории без определений признаков — это категории, признаки которых либо совсем не осознаются наблюдателем, либо осознаются им не полностью, и поэтому эти признаки используются в процессе наблюдения произвольно. Так, наблюдая за поведением человека, психолог может произвольно воспринять, что тот улыбнулся, и при этом у него может не быть осознанного определения всех признаков категории «улыбка». Использование этого вида категорий в наблюдении уместно в тех случаях, когда психолог считает, что имеющегося у него опыта вполне достаточно для того, чтобы однозначно категоризовать факты наблюдения.

Категории с определениями признаков характеризуются тем, что эти определения, напротив, полностью осознаны и произвольно используются в процессе их соотнесения с наблюдаемыми фактами. Достаточно очевидно, что такого рода процесс категоризации будет более точным и обоснованным. Подобные категории широко применяются в процедуре оценки или подбора персонала, где требуется определить степень соответствия уровня компетенций работников или кандидатов на должность необходимым для этой должности требованиям [1].

В свою очередь категории с определениями признаков могут различаться по степени четкости их формулировок и степени их операционализации. Чем более четкими и более операциональными будут эти определения, тем точнее окажется категоризация интересующих психолога единиц наблюдения.

Протоколирование результатов

Протоколирование результатов наблюдения при проведении исследования или диагностического обследования является, как правило, обязательным, чтобы в дальнейшем эти результаты могли быть подвергнуты

обработке, анализу и использоваться как основание для последующих выводов. Протоколирование может осуществляться разными способами, выбор которых зависит от содержания конкретных целей, предмета, используемых средств и способов наблюдения [17]. Основные способы представлены в нижеприведенных классификациях.

Протоколирование может быть **письменным** или **с использованием специальных технических средств регистрации** (фотоаппарата, магнитофона, видеокамеры, кимографа, осциллографа, полиграфа и др.). Достаточно очевидно, что при наблюдении за сложными объектами или быстро протекающими событиями использование для протоколирования технических средств регистрации является гораздо более предпочтительным, поскольку в этом случае наблюдатель всегда имеет возможность многократно повторять свои наблюдения, что способствует более тщательному сбору фактов и их анализу. Кроме того, наблюдения за целым рядом интересующих психологов проявлений активности человека и животного, ведущиеся с помощью различного рода датчиков, выполняющих функцию органов чувств, часто вообще невозможны без использования технических средств регистрации этих проявлений.

По степени подробности протоколирование подразделяется на **сплошное** и **выборочное**. Сплошное протоколирование предполагает как можно более подробную фиксацию наблюдателем всего того, что он воспринимает, наблюдая за теми или иными объектами. Этот способ протоколирования обычно используется в поисковых исследованиях. В этих случаях фото- и видеосъемка может оказаться очень полезной. При выборочном протоколировании фиксируются только определенные результаты наблюдения, например относящиеся к заранее выбранным категориям.

Протокол ведется или **во время наблюдения**, или **сразу же после его завершения**. Ведение протокола во время наблюдения более предпочтительно, поскольку, как это было убедительно показано Ф. Бартлеттом, память человека несовершенна [2]. Из всего того, что человек воспринимает, многие наблюдения спустя достаточно короткое время безвозвратно утрачиваются, а некоторые из них могут быть зафиксированы неточно или даже в искаженном виде. Однако этот способ протоколирования не всегда возможен, например при включенном или неанном наблюдении.

Результаты наблюдения могут фиксироваться в протоколе **в словесной форме, наглядно** или **с использованием условных обозначений**. Словесная форма наиболее характерна для письменного протоколиро-

вания. Протоколирование в словесной форме предполагает соблюдение по меньшей мере двух основных требований.

Первое требование, которое можно обозначить как *фактичность*, состоит в том, чтобы заносить в протокол только факты, а не субъективистские мнения наблюдателя [3]. Несмотря на простоту формулировки этого требования, выполнить его зачастую трудно. О причинах этих трудностей и способах их преодоления будет более подробно сказано далее при обсуждении проблемы истинности результатов наблюдения.

Второе требование — это *понятность* словесных описаний наблюдаемых фактов, которые должны исключать возможность какой-либо иной их трактовки [27].

Наглядная фиксация результатов наблюдения обычно осуществляется с помощью технических средств. Например, для разработки типологии телосложения человека У. Шелдон использовал фотографии обнаженных мужчин.

Условные обозначения часто применяются в наблюдении с использованием заранее выбранных категорий, где факты, относящиеся к разным категориям, обозначаются разными условными знаками. Примерами могут служить уже упоминавшиеся методики Р. Бейлза и Ф. Гилберта.

Если для цели наблюдения важно иметь сведения о продолжительности наблюдаемых событий, то в протоколах любого из перечисленных видов необходимо периодически отмечать время.

Проблема истинности результатов наблюдения

В исследовании, диагностическом обследовании или при оказании психологической помощи факты наблюдения используются психологами в качестве оснований для выводов. При этом само собой разумеется, что они должны быть истинными, то есть соответствовать наблюдаемой внешней действительности. Однако это не всегда так — факты наблюдения нередко могут не вполне соответствовать действительности, причем наблюдатели зачастую даже не подозревают об этом, искренне заблуждаясь относительно истинности показаний своих органов чувств. Это несоответствие и заблуждение обусловлены рядом особенностей, свойственных восприятию.

Хорошо известно, что восприятие человека **подвержено иллюзиям**, поэтому внешняя действительность может восприниматься им искаженно. В психологической литературе можно найти множество примеров иллю-

зий восприятия цвета, формы, размера, удаленности, движения [28]. Преодолеть эти иллюзии, как правило, невозможно, поэтому для выявления реальных свойств искаженно воспринимаемой внешней действительности наблюдателю следует руководствоваться данными, полученными при использовании других методов, например с помощью измерения.

Как отмечалось еще В. Джемсом, одним из фундаментальных свойств сознания, а следовательно, и осознанного восприятия, является его **избирательность**, заключающаяся в том, что сознание всегда «заинтересовано в некоторых частях своего объекта, а в других нет, и все время оно или принимает, или отвергает те или иные части, то есть выбирает среди них» [9, с. 157]. По этой причине в ряде случаев, например при наблюдении за сложным поведением, требующим обращения внимания наблюдателя одновременно сразу на несколько его аспектов, результаты наблюдения могут оказаться недостаточно полными для адекватного описания внешней действительности. Эта проблема часто может быть решена с помощью использования технических средств регистрации наблюдаемой действительности, что позволяет наблюдателю неоднократно повторять свои наблюдения.

Образы ощущения и восприятия наблюдателей могут различаться по **степени дифференцированности**, то есть по степени точности и детальности отражения в них объективных свойств внешней действительности. Поэтому факты наблюдения могут соответствовать внешней действительности с разной степенью точности и детальности. Например, профессиональные музыканты способны более точно опознавать и различать музыкальные звуки, а дегустаторы — вкусовые ощущения и запахи по сравнению с людьми, не имеющими отношения к этим профессиям. По мнению психологов, степень дифференцированности образов ощущения и восприятия определяется не только анатомо-физиологическими задатками человека, но и является результатом научения. Следовательно, способность к более дифференцированному ощущению и восприятию может быть развита [7, 24].

Человек всегда воспринимает окружающий мир таким, каким он представляется именно ему, то есть **со своей личной точки зрения**, которая определяется главным образом так называемыми несенсорными факторами: прошлым опытом человека [6], его превосходящими когнитивными схемами [18], потребностями [5], установками [4], уровнем развития интеллекта [20], персональными конструктами [10] и др. При этом его личная точка зрения может соответствовать внешней действительности в разной степени. При ее неполном соответствии в восприятии человека