

Юлия Борисовна

# ГИППЕНРЕЙТЕР

ВВЕДЕНИЕ  
В ОБЩУЮ  
ПСИХОЛОГИЮ



Издательство АСТ  
Москва

УДК 159.9(075.8)  
ББК 88.3я7  
Г50

**Гиппенрейтер, Ю.Б.**

Г50 Введение в общую психологию: курс лекций / Юлия Борисовна Гиппенрейтер. — Москва : Издательство АСТ, 2025. — 352 с. — (Умный самоучитель психологии).

ISBN 978-5-17-151016-9

В учебном пособии раскрываются основные понятия психологической науки, освещаются ее важнейшие проблемы и методы. Книга, созданная на основе курса лекций, читавшегося автором в течение многих лет на факультете психологии МГУ для студентов 1 курса, сохраняет непринужденность общения с аудиторией, содержит большое количество примеров из экспериментальных исследований, художественной литературы, жизненных ситуаций. В ней удачно сочетаются высокий научный уровень и популярность изложения фундаментальных вопросов общей психологии.

Для студентов, начинающих изучать психологию; представляет интерес для широкого круга читателей.

УДК 159.9(075.8)  
ББК 88.3я7

*Научно-популярное издание  
ғылыми-бұқаралық баспа*

Серия «Умный самоучитель психологии»

Гиппенрейтер Юлия Борисовна

## **ВВЕДЕНИЕ В ОБЩУЮ ПСИХОЛОГИЮ**

Ведущий редактор *А. Ходякова*. Технический редактор *Т. Тимошина*  
Дизайн обложки *С. Ващенко*

Подписано в печать 17.07.2025 г. Формат 84x108/32  
Усл. печ. л. 18,48. Доп. тираж экз. Заказ №

Общероссийский классификатор продукции  
ОК-034-2014 (КПЕС 2008); 58.11.1 — книги, брошюры печатные

Произведено в Российской Федерации  
Изготовлено в 2025 году

Оригинал-макет подготовлен редакцией «Времена»

Изготовитель: ООО «Издательство АСТ»

129085, Российская Федерация, г. Москва, Звездный бульвар, д. 21, стр. 1, ком. 705, пом. 1, 7 эт.  
Наш электронный адрес: [www.ast.ru](http://www.ast.ru), [ask@ast.ru](mailto:ask@ast.ru)

«Баспа Аста» леген ООО

129085, Мәскеу қ., Звездный бульвары, 21-үй, 1-құрылыс, 705-бөлме, 1 жай, 7-қабат.

Біздің электрондық мекенжайымыз: [www.ast.ru](http://www.ast.ru), [ask@ast.ru](mailto:ask@ast.ru)

Интернет-магазин: [www.book24.kz](http://www.book24.kz) • Интернет-дүкен: [www.book24.kz](http://www.book24.kz)

Импортер в Республику Казахстан ТОО «РДЦ-Алматы».

Қазақстан Республикасындағы импорттаушы «РДЦ-Алматы» ЖШС.

Дистрибьютор и представитель по приему претензий на продукцию в республике Казахстан:  
ТОО «РДЦ-Алматы»

Қазақстан Республикасында дистрибьютор

және өнім бойынша арыз-талаптарды қабылдаушының

өкілі «РДЦ-Алматы» ЖШС, Алматы қ., Домбровский көш., 3-а», литер Б, офис 1.

Тел.: 8 (727) 2 51 59 89, 90, 91, 92. Факс: 8 (727) 251 58 12, вн. 107; E-mail: [RDC-Almaty@eksmo.kz](mailto:RDC-Almaty@eksmo.kz)

Өнімнің жарамдылық мерзімі шектелмеген.

Өндірген мемлекет: Ресей

Сертификация қарастырылмаған



ISBN 978-5-17-151016-9

© Ю.Б. Гиппенрейтер  
© ООО «Издательство АСТ»

*Моему мужу и другу  
Алексею Николаевичу Рудакову  
п о с в я щ а ю*

## **ПРЕДИСЛОВИЕ**

*ко второму изданию*

Настоящее издание «Введения в общую психологию» полностью повторяет первое 1988 г.

Предложение переиздать книгу в ее первоначальном виде оказалось для меня неожиданным и вызвало некоторые сомнения: возникла мысль, что, если уж переиздавать, то в измененном, а главное — дополненном виде. Было очевидно, что такая доработка потребует немало сил и времени. Вместе с тем высказывались соображения в пользу ее быстрого переиздания: книга пользуется большим спросом и давно стала остродефицитной.

Хочу очень поблагодарить многих читателей за положительные отзывы о содержании и стиле «Введения». Эти отзывы, спрос и ожидания читателей определили мое решение согласиться на переиздание «Введения» в его настоящем виде и одновременно взяться за подготовку нового, более полного его варианта. Надеюсь, силы и условия позволят осуществить этот замысел в не очень отдаленном будущем.

*Проф. Ю. Б. Гиппенрейтер  
Март, 1996 г.*

## ПРЕДИСЛОВИЕ

Настоящее пособие подготовлено на основе курса лекций «Введение в общую психологию», который я читала для студентов I курса факультета психологии Московского университета на протяжении ряда последних лет. Первый цикл этих лекций был прочитан в 1976 г. и отвечал новой программе (ранее первокурсники изучали «Эволюционное введение в психологию»).

Замысел новой программы принадлежал А. Н. Леонтьеву. Согласно его желанию, в вводном курсе следовало раскрыть фундаментальные понятия, такие как «психика», «сознание», «поведение», «деятельность», «бессознательное», «личность»; рассмотреть основные проблемы и подходы психологической науки. Это, по его словам, следовало делать так, чтобы посвятить студентов в «загадки» психологии, пробудить к ним интерес, «завести мотор».

В последующие годы программа «Введения» неоднократно обсуждалась и дорабатывалась широким составом профессоров и преподавателей кафедры общей психологии. В настоящее время вводный курс охватывает уже все разделы общей психологии и читается в течение первых двух семестров. По общему замыслу он в сжатой и популярной форме отражает то, что студенты затем подробно и углубленно проходят в отдельных разделах основного курса «Общая психология».

Главная методическая проблема «Введения», на наш взгляд, состоит в необходимости сочетать широту охватываемого материала, его фундаментальность (ведь речь идет о базовой подготовке профессиональных психологов) с

его относительной простотой, доходчивостью и занимательностью изложения. Как ни заманчиво звучит известный афоризм, что психология делится на научную и интересную, в преподавании он не может служить ориентиром: неинтересно поданная на первых шагах изучения научная психология не только не «заведет» никакого «мотора», но, как показывает педагогическая практика, будет просто плохо понята.

Сказанное делает очевидным, что к идеальному решению всех задач «Введения» можно прийти только методом последовательного приближения, только в результате продолжающихся педагогических поисков. Настоящее пособие следует рассматривать как начало подобных поисков.

Моя постоянная забота состояла в том, чтобы делать изложение трудных, а иногда и весьма запутанных вопросов психологии доступным и по возможности живым. Для этого приходилось идти на неизбежные упрощения, максимально сокращать изложение теорий и, наоборот, широко привлекать фактический материал – примеры из психологических исследований, художественной литературы и просто «из жизни». Они должны были не только иллюстрировать, но также раскрывать, уточнять, наполнять смыслом научные понятия и формулировки.

Практика преподавания показывает, что начинающим психологам, особенно молодым людям, пришедшим со школьной скамьи, очень не хватает жизненного опыта и знания психологических фактов. Без этой эмпирической основы их знания, приобретаемые в учебном процессе, оказываются весьма формальными и потому неполноценными. Усвоив научные формулы и понятия, студенты слишком часто затрудняются в их применении.

Вот почему обеспечение лекций возможно более солидным эмпирическим фундаментом мне представлялось совершенно необходимой методической стратегией данного курса.

Жанр лекций допускает в рамках программы некоторую свободу в выборе тем и определении объема, отводимого на каждую из них.

Выбор тем лекций данного курса определился рядом соображений — их теоретической значимостью, особенной разработанностью их в рамках советской психологии, традициями преподавания на факультете психологии МГУ, наконец, личными предпочтениями автора.

Некоторые темы, особенно те из них, которые до сих пор недостаточно освещены в учебной литературе, нашли в лекциях более обстоятельную проработку (например, «Проблема самонаблюдения», «Неосознаваемые процессы», «Психофизическая проблема и др.). Конечно, неизбежным следствием явилось ограничение круга рассматриваемых тем. Кроме того, в пособие включены лекции, читаемые лишь в первом семестре I курса (т. е. не вошли лекции по отдельным процессам: «Ощущение», «Восприятие», «Внимание», «Память» и др.). Таким образом, настоящие лекции следует рассматривать как избранные лекции «Введения».

Несколько слов о структуре и композиции пособия. Основной материал распределен по трем разделам, причем они выделены не по какому-либо одному, «линейному» принципу, а по достаточно разным основаниям.

Первый раздел представляет собой попытку подвести к некоторым основным проблемам психологии через историю развития взглядов на предмет психологии. Такой исторический подход представляется полезным в нескольких отношениях. Во-первых, он вовлекает в главную «загадку» научной психологии — в вопрос о том, что и как она должна изучать. Во-вторых, помогает глубже понять смысл и даже пафос современных ответов. В-третьих, приучает корректно относиться к существующим конкретно-научным теориям и взглядам, понимая их относительную истинность, необходимость дальнейшего развития и неизбежность смены.

Во втором разделе рассматривается ряд фундаментальных проблем психологической науки с позиций диалектико-материалистического представления о психике. Он начинается со знакомства с психологической теорией деятельности А. Н. Леонтьева, которая служит затем теоретической базой для раскрытия остальных тем раздела. Об-

ращение к этим темам осуществляется уже по «радиальному» принципу, т. е. от общей теоретической основы — к разным, не обязательно непосредственно связанным между собой проблемам. Тем не менее они объединяются в три крупных направления: это рассмотрение биологических аспектов психики, ее физиологических основ (на примере физиологии движений), наконец, социальных аспектов психики человека.

Третий раздел служит непосредственным продолжением и развитием третьего направления. Он посвящен проблемам человеческой индивидуальности и личности. Основные понятия «индивид» и «личность» здесь также раскрываются с позиций психологической теории деятельности. Темам «Характер» и «Личность» уделено в лекциях относительно большое внимание потому, что они не только интенсивно разрабатываются в современной психологии и имеют важные практические выходы, но и наиболее соответствуют личным познавательным потребностям студентов: многие из них пришли в психологию, чтобы научиться понимать себя и других. Эти их стремления, конечно, должны найти поддержку в учебном процессе, и чем раньше, тем лучше.

Мне казалось также очень важным знакомить студентов с именами наиболее крупных психологов прошлого и настоящего, с отдельными моментами их личной и научной биографии. Такое приближение к «личностным» аспектам творчества ученых очень способствует собственному включению учащихся в науку, пробуждению эмоционального отношения к ней. В лекциях содержится большое количество обращений к оригинальным текстам, знакомство с которыми облегчено выходом в издательстве МГУ серий хрестоматий по психологии. Несколько тем курса раскрываются путем прямого анализа научного наследия того или иного ученого. Среди них — концепция развития высших психических функций Л. С. Выготского, теория деятельности А. Н. Леонтьева, физиология движений и физиология активности Н. А. Бернштейна, психофизиология индивидуальных различий Б. М. Теплова и др.

Как уже отмечалось, главной теоретической канвой настоящих лекций явилась психологическая теория деятельности А. Н. Леонтьева. Эта теория органически вошла в мировоззрение автора — со студенческих лет мне посчастливилось учиться у этого выдающегося психолога и затем многие годы работать под его руководством.

А. Н. Леонтьев успел просмотреть первый вариант этой рукописи. Его замечания и рекомендации я постаралась реализовать с максимальной ответственностью и чувством глубокой благодарности.

*Профессор Ю. Б. Гиппенрейтер*

## Раздел I

# ОБЩАЯ ХАРАКТЕРИСТИКА ПСИХОЛОГИИ. ОСНОВНЫЕ ЭТАПЫ РАЗВИТИЯ ПРЕДСТАВЛЕНИЙ О ПРЕДМЕТЕ ПСИХОЛОГИИ

## Лекция 1

### ОБЩЕЕ ПРЕДСТАВЛЕНИЕ О ПСИХОЛОГИИ КАК НАУКЕ

---

ЗАДАЧА КУРСА.  
ОСОБЕННОСТИ ПСИХОЛОГИИ КАК НАУКИ.  
НАУЧНАЯ И ЖИТЕЙСКАЯ ПСИХОЛОГИЯ.  
ПРОБЛЕМА ПРЕДМЕТА ПСИХОЛОГИИ.  
ПСИХИЧЕСКИЕ ЯВЛЕНИЯ. ПСИХОЛОГИЧЕСКИЕ ФАКТЫ

Эта лекция открывает курс «Введение в общую психологию». Задача курса – познакомить вас с основными понятиями и проблемами общей психологии. Мы коснемся также немного ее истории, в той мере, в какой это будет необходимо для раскрытия некоторых фундаментальных проблем, например проблемы предмета и метода. Мы познакомимся также с именами некоторых выдающихся ученых далекого прошлого и настоящего, их вкладами в развитие психологии.

Многие темы вы будете изучать затем более подробно и на более сложном уровне – в общих и специальных курсах. Некоторые же из них будут обсуждены только в этом курсе, и их освоение совершенно необходимо для вашего дальнейшего психологического образования.

Итак, самая общая задача «Введения» – заложить фундамент ваших психологических знаний.

Скажу несколько слов об особенностях психологии как науки.

В системе наук психологии должно быть отведено совершенно особое место, и вот по каким причинам.

*Во-первых*, это наука о самом сложном, что пока известно человечеству. Ведь психика – это «свойство высокооргани-

низованной материи». Если же иметь в виду психику человека, то к словам «высокоорганизованная материя» нужно прибавить слово «самая»: ведь мозг человека — это самая высокоорганизованная материя, известная нам.

Знаменательно, что с той же мысли начинается свой трактат «О душе» выдающийся древнегреческий философ Аристотель. Он считает, что среди прочих знаний исследованию о душе следует отвести одно из первых мест, так как «оно — знание о наиболее возвышенном и удивительном» [8, с. 371].

*Во-вторых*, психология находится в особом положении потому, что в ней как бы сливаются объект и субъект познания.

Чтобы пояснить это, воспользуюсь одним сравнением. Вот рождается на свет человек. Сначала, пребывая в младенческом возрасте, он не осознает и не помнит себя. Однако развитие его идет быстрыми темпами. Формируются его физические и психические способности; он учится ходить, видеть, понимать, говорить. С помощью этих способностей он познает мир; начинает действовать в нем; расширяется круг его общения. И вот постепенно из глубины детства приходит к нему и постепенно нарастает совершенно особое ощущение — ощущение собственного «Я». Где-то в подростковом возрасте оно начинает приобретать осознанные формы. Появляются вопросы: «Кто я? Какой я?», а позже и «Зачем я?». Те психические способности и функции, которые до сих пор служили ребенку средством для освоения внешнего мира — физического и социального, обращаются на познание самого себя; они сами становятся предметом осмысления и осознания.

Точно такой же процесс можно проследить в масштабе всего человечества. В первобытном обществе основные силы людей уходили на борьбу за существование, на освоение внешнего мира. Люди добывали огонь, охотились на диких животных, воевали с соседними племенами, получали первые знания о природе.

Человечество того периода, подобно младенцу, не помнит себя. Постепенно росли силы и возможности человечества. Благодаря своим психическим способностям люди

создали материальную и духовную культуру; появились письменность, искусства, науки. И вот наступил момент, когда человек задал себе вопросы: что это за силы, которые дают ему возможность творить, исследовать и подчинять себе мир, какова природа его разума, каким законам подчиняется его внутренняя, душевная, жизнь?

Этот момент и был рождением самосознания человечества, т. е. рождением *психологического знания*.

Событие, которое когда-то произошло, можно коротко выразить так: если раньше мысль человека направлялась на внешний мир, то теперь она обратилась на саму себя. Человек отважился на то, чтобы с помощью мышления начать исследовать само мышление.

Итак, задачи психологии несоизмеримо сложнее задач любой другой науки, ибо только в ней мысль совершает поворот на себя. Только в ней научное сознание человека становится его *научным самосознанием*.

Наконец, *в-третьих*, особенность психологии заключается в ее уникальных практических следствиях.

Практические результаты от развития психологии должны стать не только несоизмеримо значительнее результатов любой другой науки, но и качественно другими. Ведь познать нечто — значит овладеть этим «нечто», научиться им управлять.

Научиться управлять своими психическими процессами, функциями, способностями — задача, конечно, более грандиозная, чем, например, освоение космоса. При этом надо особенно подчеркнуть, что, *познавая себя, человек будет себя изменять*.

Психология уже сейчас накопила много фактов, показывающих, как новое знание человека о себе делает его другим: меняет его отношения, цели, его состояния и переживания. Если же снова перейти к масштабу всего человечества, то можно сказать, что психология — это наука, не только познающая, но и *конструирующая, создающая* человека.

И хотя это мнение не является сейчас общепринятым, в последнее время все громче звучат голоса, призывающие осмыслить эту особенность психологии, которая делает ее наукой *особого типа*.

В заключение надо сказать, что психология — очень молодая наука. Это более или менее понятно: можно сказать, что, как и у вышеупомянутого подростка, должен был пройти период становления духовных сил человечества, чтобы они стали предметом научной рефлексии.

Официальное оформление научная психология получила немногим более 100 лет назад, а именно в 1879 г.: в этом году немецкий психолог *В. Вундт* открыл в г. Лейпциге первую лабораторию экспериментальной психологии.

Появлению психологии предшествовало развитие двух больших областей знания: естественных наук и философий; психология возникла на пересечении этих областей, поэтому до сих пор не определено, считать психологию естественной наукой или гуманитарной. Из вышесказанного следует, что ни один из этих ответов, по-видимому, не является правильным. Еще раз подчеркну: это — наука особого типа.

Перейдем к следующему пункту нашей лекции — вопросу **о соотношении научной и житейской психологии**.

Любая наука имеет в качестве своей основы некоторый житейский, эмпирический опыт людей. Например, физика опирается на приобретаемые нами в повседневной жизни знания о движении и падении тел, о трении и инерции, о свете, звуке, теплоте и многом другом.

Математика тоже исходит из представлений о числах, формах, количественных соотношениях, которые начинают формироваться уже в дошкольном возрасте.

Но иначе обстоит дело с психологией. У каждого из нас есть запас житейских психологических знаний. Есть даже выдающиеся житейские психологи. Это, конечно, великие писатели, а также некоторые (хотя и не все) представители профессий, предполагающих постоянное общение с людьми: педагоги, врачи, священнослужители и др. Но, повторяю, и обычный человек располагает определенными психологическими знаниями. Об этом можно судить по тому, что каждый человек в какой-то мере может *понять* другого, *повлиять* на его поведение, *предсказать* его поступки, *учесть* его индивидуальные особенности, *помочь* ему и т. п.

Давайте задумаемся над вопросом: чем же отличаются житейские психологические знания от научных?

Я назову вам пять таких отличий.

*Первое:* житейские психологические знания конкретны; они приурочены к конкретным ситуациям, конкретным людям, конкретным задачам. Говорят, официанты и водители такси — тоже хорошие психологи. Но в каком смысле, для решения каких задач? Как мы знаем, часто — довольно прагматических. Также конкретные прагматические задачи решает ребенок, ведя себя одним образом с матерью, другим — с отцом, и снова совсем иначе — с бабушкой. В каждом конкретном случае он точно знает, как надо себя вести, чтобы добиться желаемой цели. Но вряд ли мы можем ожидать от него такой же проницательности в отношении чужих бабушки или мамы. Итак, житейские психологические знания характеризуются конкретностью, ограниченностью задач, ситуаций и лиц, на которые они распространяются.

Научная же психология, как и всякая наука, стремится к *обобщениям*. Для этого она использует *научные понятия*. Отработка понятий — одна из важнейших функций науки. В научных понятиях отражаются наиболее существенные свойства предметов и явлений, общие связи и соотношения. Научные понятия четко определяются, соотносятся друг с другом, связываются в законы.

Например, в физике благодаря введению понятия силы И. Ньютону удалось описать с помощью трех законов механики тысячи различных конкретных случаев движения и механического взаимодействия тел.

То же происходит и в психологии. Можно очень долго описывать человека, перечисляя в житейских терминах его качества, черты характера, поступки, отношения с другими людьми. Научная же психология ищет и находит такие обобщающие понятия, которые не только экономизируют описания, но и за конгломератом частных позволяют увидеть общие тенденции и закономерности развития личности и ее индивидуальные особенности. Нужно отметить одну особенность научных психологических понятий: они часто совпадают с житейскими по своей внешней

форме, т. е. попросту говоря, выражаются теми же словами. Однако внутреннее содержание, значения этих слов, как правило, различны. Житейские термины обычно более расплывчаты и многозначны.

Однажды старшеклассников попросили письменно ответить на вопрос: что такое личность? Ответы оказались очень разными, а один учащийся ответил так: «Это то, что следует проверить по документам». Я не буду сейчас говорить о том, как понятие «личность» определяется в научной психологии, — это сложный вопрос, и мы им специально займемся позже, на одной из последних лекций. Скажу только, что определение это сильно расходится с тем, которое было предложено упомянутым школьником.

*Второе* отличие житейских психологических знаний состоит в том, что они носят *интуитивный* характер. Это связано с особым способом их получения: они приобретаются путем практических проб и прилаживаний.

Подобный способ особенно отчетливо виден у детей. Я уже упоминала об их хорошей психологической интуиции. А как она достигается? Путем ежедневных и даже ежеhourных испытаний, которым они подвергают взрослых и о которых последние не всегда догадываются. И вот в ходе этих испытаний дети обнаруживают, из кого можно «вить веревки», а из кого нельзя.

Часто педагоги и тренеры находят эффективные способы воспитания, обучения, тренировки, идя тем же путем: экспериментируя и зорко подмечая малейшие положительные результаты, т. е. в определенном смысле «идя на ощупь». Нередко они обращаются к психологам с просьбой объяснить психологический смысл найденных ими приемов.

В отличие от этого научные психологические знания *рациональны* и вполне *осознанны*. Обычный путь состоит в выдвижении словесно формулируемых гипотез и проверке логически вытекающих из них следствий.

*Третье* отличие состоит в *способах* передачи знаний и даже в самой *возможности их передачи*. В сфере практической психологии такая возможность весьма ограничена. Это непосредственно вытекает из двух предыдущих особеннос-