План.

1. Введение
2. Краткая история развития представлений о человеке
3. Современные концепции, исследующие биопсихосоциальную природу человека
4. Примеры из жизни
5. Заключение
6. Список использованной температуры

Введение**.**

Цель моего реферата – показать всю сложность и многогранность природы человека. Человек – самое высокоорганизованное существо на Земле и поэтому его изучает много разных наук, которые часто переплетаются между собой, образуя новые. Философия – «мать» всех наук, в том числе и тех наук, которые исследуют природу человека таких как: социология, биология, психология, антропология и другие. На стыке разных наук о человеке возникли новые: психогенетика, социобиология.

Я выбрала данную тему, потому что мне всегда было интересно узнать и может даже самой понять структуру человека с точки зрения разных наук и разных подходов.

Биологическое наследование признаков характерно для всех живых организмов, оно осуществляется через размножение. Но социальное наследование характерно только для человека, так как человек – особое звено в развитии живых организмов, это существо биосоциальное. Биологически человек (Homo Sapiens-человек разумный) связан с другими формами жизни, миром природы, но он не может жить без общества, так как общество воспитывает человека, формирует в нем те свойства, которыми мы отличаемся от других живых организмов (разум, воля, характер, сознание, потребности, способности. Прежде чем приступить к раскрытию главной темы реферата, я в первой главе даю краткую историю развития представлений о человеке.

Краткая история развития представлений о человеке.

Вопрос о природе человека , о его происхождении и назначении представляет собой одну из основных философских проблем. Он был поставлен уже в античной философии. Античная философия рассматривает человека как часть природы – космоса, как микрокосм, т.е. малый мир. По мнению древних философов, человек обладал всеми свойствами природы. Человек состоит из тела и души, для античной философии характерно представление о метемпсихозе – переселении душ. Античная философия подчеркивает разумность человека и его социальную природу. Он определяется как «политическое животное», способное существовать только в обществе. Также античные философы говорят о неравенстве людей в обществе. В этом с ними можно согласиться.

Следующий этап философского осмысления человека связан с развитием христианства в Средние века. Здесь человек рассматривается как творение Бога, как его образ и подобие. Важную роль в христианской антропологии играет учение о грехопадении, согласно которому первоначально человек был сотворен как бессмертное, совершенное существо, но в результате грехопадения первочеловека в мире появились страдания и смерть. Логическим исходом жизни людей, по мнению христианской антропологии, явится Страшный Суд, в котором все люди предстанут перед Богом. Также важную роль играет учение о богочеловечестве. Например, богочеловеком считается Иисус Христос, который победил свою греховность, и у него появилась возможность вернуть свое совершенство. Но есть в христианской антропологии и то, с чем может согласиться и те люди, которые не верят в Бога, а верят во что-либо другое, например, в науку. В частности то, что для христианской антропологии характерно подчеркивание отличия человека от личности, т. е. уникальной, неповторимой, духовной индивидуальности. Кроме того, для христианской антропологии характерно подчеркивание волевой природы человека. Существует необходимость волевого выбора между добром и злом. Сам по себе разум не имеет силы и требует поддержки со стороны воли. Но лично я считаю, что разум – это сила человека, а воля является частью разума, и, по моему мнению, именно разум, благодаря которому человек осознает окружающую его реальность, позволяет человеку сделать выбор между добром и злом. Ведь существуют люди, слабые волей, но, несмотря на это, у всех людей есть разум и право выбора. Даже в песне группы «Смысловые галлюцинации» поется: «Разум когда-нибудь победит». И, по мнению В.И.Вернадского мы вступаем в ноосферу, т. е. сферу разума. Ноосфера (от греч. noos — разум и сфера) – новое эволюционное состояние биосферы, при котором разумная деятельность человека становится решающим фактором ее развития. Также христианская антропология доказывает, что человеческая душа не является целостной и единой, в ней происходит внутренняя борьба разных влечений, желаний и стремлений. Душа властна над телом, но она не властна над самой собой. С этим я согласна, потому что бывает такое, что трудно человеку понять самого себя. Я думаю, что это бывает с каждым человеком.

Антропология эпохи Возрождения объединяет античное и христианское понимание человека. Человек является одновременно и микрокосмом и образом и подобием Бога. Человек начинает мыслиться как творец человека Бог. Отсюда и возникает пафос самостоятельности, свободы человека. С одной стороны это хорошо, но с другой – это оправдывает жестокость, кровопролития и насилия среди людей. Таким образом, очевидно, что людям нельзя людям давать слишком много свободы.

Такое понимание человека не могло и не просуществовало долго. В философской антропологии нового времени появляется более скромное представление о человеке как о природном существе особого рода. Уникальность человека заключается в том, что хотя он и рожден в природе, но, тем не менее, он принадлежит природе лишь частью своего бытия – телесно. Второй своей частью – разумом или духом он возвышается над природой, выходит из ее власти. Я с этим не могу согласиться, да, человек является самым развитым существом на Земле, и он снизил влияние природы над собой, но я считаю, что полной независимости от природы человек не добьется никогда, в борьбе человек – природа победит природа.

Новую трактовку и новое понимание проблема человека получила в философии Иммануила Канта (1724-1804). Кант доказывает, что человек – не просто природное существо, что само понятие природы как независимой от человека внутреннепротиворечиво, бессмысленно. Природа как сама таковая недоступна, по мнению Канта, для человека. Он не может о ней ничего знать, но тот мир, который доступен человеку несет на себе отпечаток человеческой деятельности. Таким образом, то, что мы понимаем под словом «природа», Кант не называл так, но мы видим, что, согласно Канту, мы на это воздействуем. Но и природа действует на человека.

Современные концепции, исследующие биопсихосоциальную природу

человека.

Человек – существо биопсихосоциальное. На формирование личности оказывает влияние общество. Все, чем отличается человек от остального мира природы – разум, воля, характер, сознание, потребности, способности – формируются непосредственно в обществе. Культура человека оттеснила инстинкты, присущие животным.

Анализ человека неизбежно приводит нас к психогенетике. В психологии накоплены многочисленные доказательства важности социально-психологических факторов для формирования индивидуальности – от особенностей взаимодействия матери с новорожденным ребенком до положения человека в обществе. Но не всегда наблюдаемые различия в поведении (в реакциях людей на одни и те же процессы, различия в поведении детей раннего возраста и т.д.) объясняются прошлым человека. Отсюда, а также из общебиологических, эволюционных дисциплин встает задача новых, а именно биологических, «природных» основ вариативности психологических черт. На человека влияет окружающая природа, и человек влияет на природу, общество тоже влияет на человека. Карл Маркс говорил, что «не сознание людей определяет их бытие, а, напротив, их общественное бытие определяет их сознание». Но на самом деле, человек тоже оказывает влияние на общество.

|  |
| --- |
| ***общество*** |

|  |
| --- |
| ***природа*** |

|  |
| --- |
| ***человек*** |

|  |
| --- |
| ***душа*** |

|  |
| --- |
| Общая для всех людей часть генотипа (видоспецифическая). |

|  |
| --- |
| Обязательные для всех людей условия среды (в пределах «нормы»). |

|  |
| --- |
| Различающаяся у всех людей часть генотипа (индивидуальная). |

|  |
| --- |
| Различающиеся у всех людей условия среды (индивидуализированные). |

|  |
| --- |
| Нормативное развитие. |

|  |
| --- |
| Фенотип (совокупность признаков). |

|  |
| --- |
| Формирование индивидуальных различий. |

Схема формирования признака с точки зрения психогенетики.

Рассмотрим механизм размножения двух “родительских” особей путем *сигнамии (оплодотворения) их репродуктивных клеток -* ”материнской” гаметы (яйцеклетки) и “отцовской” гаметы (сперматозоида), каждая из которых является *гаплоидом* (одинарным набором непарных хромосом).

В процессе сигнамии образуется “родительская” *зигота* - оплодотворенная клетка, способная развиваться в новую особь с передачей наследственных признаков (генетической информации) от “родителей” их “потомкам”. Зигота, в отличие от гамет, является *диплоидом,* содержащим одну пару из двух неотличимых одна от другой хромосом, которые происходят от “родительских” гамет: одна от “материнской” гаметы, а другая от “отцовской” гаметы. Такие хромосомы называются *гомологичными хромосомами*. В гомологичных хромосомах для всех признаков имеется по два гена, называемых *аллельными генами*.

Зиготы, содержащие в аллельных генах гомологичных хромосом одинаковые аллели (АА или аа), называются *гомозиготами,* а содержащие разные аллели (Аа или аА), называются *гетерозиготами.*

В результате акта сигнамии аллели “родительских” гамет могут меняться местами в аллельных генах гомологичной хромосомы (конъюгация и кроссинговер).

Таким образом, при образовании зигот происходит независимое и случайное расхождение “родительских” генов по аллельным генам гомологичных хромосом зиготы независимо от того, у кого из родителей он присутствовал.

Так происходит наследование генов при размножении человека. При этом ребенок может унаследовать не только признаки обоих родителей, но и приобрести новые признаки при конъюгации и кроссинговере.

Но это еще не все. Человек не рождается умеющим говорить, ходить, думать, работать. Речь, интеллект, сознание, мировоззрение, потребности, способности, характер и др. – все эти качества души, отличающие нас от остального мира живой природы, формируются в процессе воспитания. Безусловно, родители играют главную роль в становлении личности ребенка, его воспитании. Чаще всего именно с родителями ребенок проводит большую часть времени. Не случайно говорят, что семья – ячейка общества.

Социальные и биологические качества переплетаются в человеке, образуя единство.

То, каким будет человек, зависит от того, в каком обществе он воспитывался. И не только семья влияет на становление личности. Друзья, компания, школьный класс, рабочий коллектив – все это будет оказывать влияние на человека на протяжении всей его жизни.

Но на начальном этапе развития ребенка именно родители влияют на этот процесс. Например, если новорожденный ребенок попал в стаю животных, то его поведение будет напоминать поведение этих животных, и он никогда не станет настоящим Homo Sapiens. Таких детей называют «маугли».

Таким образом, проблема «природа и воспитание» основана на сходствах и различиях человека с животными. Биологическое наследование генов происходит по тому же принципу, что и у животных.

Но в процессе воспитания человек приобретает те качества, которые отличают нас от других животных. Имея разум, человек сознательно организует свою деятельность в отличие, например, от лошади, которая выполняет работу, но не осознает, что она делает.

В гармонии наследственных, т.е. природных и приобретенных в обществе качеств формируется человеческая душа. Таким образом, связываются три природы человека.

Человек – высокоорганизованное животное *с точки зрения биологии*. Биологическую природу человека изучают разные науки, входящие в состав биологии: генетика, анатомия, физиология, антропология. Генетика – наука о наследовании признаков, анатомия изучает строение, физиология – процессы, происходящие в организме, антропология – наука о происхождении и эволюции человека. Все современные люди принадлежат к одному виду «Человека Разумного» - Homo Sapiens. Этот вид представляет собой совокупность популяций, дающих плодовитое потомство и обнаруживающих значительную изменчивость (полиморфизм), при том что все группы современного человечества находятся на одинаково высоком уровне своей биологической организации. Человек появился на Земле в результате длительного процесса историко-эволюционного развития и тесно связан с окружающей природой. Об этом говорит наука экология, изучающая взаимодействие организмов между собой и с окружающей средой. Организм человека имеет много признаков, общих с позвоночными, и особенно с млекопитающими: позвоночник, заменяющий хорду, 7 шейных позвонков, 2 пары конечностей рычажного типа, замкнутую кровеносную систему, четырехкамерное сердце, безъядерные эритроциты, волосяной покров, постоянную температуру тела, легкие, диафрагму, хорошо развитую нервную систему. Наиболее велико сходство человека с приматами. Большинство людей придерживается дарвиновской теории эволюции, которая говорит о том, что человек произошел от обезьян. Согласно критериям зоологической систематики человек относится к царству животных (Animalia), типу хордовых (Chordata), классу млекопитающих (Mammallia), отряду приматов (Primates), семейству гоминид (Hominidae).

*С точки зрения социологии* просматриваются две основные модели поведения общественных систем, две основные формы социальных изменений — *эволюция* и *революция.* Представители эволюционной социологии (О. Конт, Г. Спенсер и др.) пытались доказать единство законов развития в физическом и социальном мирах. Спенсер, подобно биологам, различающим «высшие» и «низшие» по уровню организации организмы, представляет *эволюцию как внутренне направленный процесс появления все более сложных социальных форм.* Основные источники развития социальных процессов — это противоречия и способы их разрешения. При этом выделяются противоречия антагонистические и неантагонистические, внутренние и внешние, разрешаемые мирно и средствами насилия, вооруженной борьбы. *Социальная революция — способ перехода к новому качеству, при котором социальная система оказывается в крайне неравновесном состоянии.* Эволюция и революция – близкие по смыслу понятия: и то, и другое предполагает развитие, отличаются они тем, что эволюция предполагает постепенные изменения, а революция – скачкообразные изменения. С понятием эволюции мы сталкиваемся в биологии, а с понятием революции – в социологии. Таким образом, мы видим связь этих наук. Точно также и общество и природа оказывают влияние на человека, формируя в нем различные качества, которые сложно переплетаются между собой. Мы всегда можем ощутить на себе влияние общества. Все это формирует в нас систему взглядов на жизнь, направление мыслей, эмоции и т.д. Так у людей формируется понятие о «душе».

«Душу» изучает *психология.* В понятие души входит память, эмоции, ощущения, восприятия, мышление, воля ит.д. Известный американский психолог Дейл Карнеги помогал людям завоевать друзей, обрести уверенность в себе, перестать беспокоиться и начать жить и он в своей книге приводит для этого стихотворение Роберта Сервиса:

*Если ты заблудился в пустыне,*

*И ужас охватил тебя, как ребенка,*

*И смерть смотрит тебе прямо в глаза,*

*И ты весь изранен, то, как это полагается,*

*Остается взвести курок и …умереть.*

*Но кодекс мужчины гласит: «Борись до конца!»,*

*И ты не имеешь права уничтожить себя.*

*Когда ты голоден и измучен,*

*Нетрудно покончить со всем…*

*Трудно лезть черту в зубы.*

*Ты устал от борьбы? Что ты, стыдись!*

*Ты молод, ты смел, ты умен.*

*Тебе трудно пришлось, я знаю, но нельзя унывать,*

*Собери силы, сделай невозможное и борись!*

*Упорство принесет тебе победу,*

*Поэтому не падай духом, друг!*

*Собери все свое мужество, сдаться нетрудно,*

*Трудно держать голову высоко.*

*Легче простонать, что ты побит, - и умереть,*

*Легче отступить и пресмыкаться.*

*Но сражаться, сражаться тогда,*

*Когда уже не видно надежды,*

*Вот это – завидный удел!*

*И хотя ты вышел из страшной схватки*

*Разбитый, усталый, покрытый рубцами,*

*Попытайся еще раз. Умереть легко,*

*Трудно оставаться в живых.*

Свойством души каждого человека является рассуждение о жизни. Большинство философов считали, что если человек не рассуждает о смысле жизни, он не человек. Я разделяю их мнение. И не только философы говорили о смысле жизни, но и психологи, т.к. им необходимо помогать людям разобраться в жизни. Ведь часто бывает, что человеку кажется, что смысла жить дальше нет. Например, отрывок из песни группы «Tractor bowling» «Снег»:

***И снова тишина, в темной комнате страх и боль,***

***Я не знаю, чья здесь вина, не знаю, что со мной.***

***И нервы как струна, и слова, словно тихий вой,***

***Мама, я здесь одна, я так хочу домой,***

***Печаль и вкус песка, одиночество, тихий стон,***

***В висках стучит тоска, как погребальный звон.***

***И не вспомнить уже когда - год назад или может век***

***Ушла моя весна, и выпал первый снег.***

Всем психологам приходиться говорить людям о смысле жизни. Например, Дейл Карнеги написал книгу «Как перестать беспокоиться и начать жить».

Другим свойством души является склонность подводить итог своей жизни в конце ее. Это характерно для большинства людей. Это отражено в песне той же группы «Tractor bowling» «Черта»:

*Часто слышу во сне шум прошлых дней,*

*Пьяный хохот ночей бессонных,*

*Мы играли в любовь, слезы, боль и вновь*

*Каждый вечер бегом из дома.*

*Спирт и сон, спорт и рок –*

*Все в этой жизни хотели успеть,*

*Но мир жесток, вышел срок,*

*Мы у черты, мы боимся взрослеть.*

*Два шага до черты,*

*И нам уже не повернуть назад,*

*Скажи, что впереди –*

*Желанный рай или дорога в ад.*

О том, как связаны три природы человека лучше всего говорить, подкрепляя это конкретными примерами из жизни. Об этом речь пойдет в следующей главе.

Примеры из жизни.

В конце моего реферата, я бы хотела выразить свои мысли о биопсихосоциальной природе человека. Человек, действительно, - существо биопсихосоциальное. И это не просто слова. Это можно увидеть на примере каждого из нас. Общество, природа и душа человека связаны, по моему мнению, по замкнутому кругу.

Я бы хотела провести анализ разных песен, чтобы понять, как связаны три природы человека. У группы «Танцы минус» есть песня «Бессердечность». Ее характеризовал психиатр. Он говорил о том, что на самом деле бессердечные люди дольше живут.

Распад СССР было крупным событием, повлиявшим на всех людей, и с этим связаны многие песни. Так у группы «Агата Кристи» есть песня «Два корабля». Вот несколько строчек из нее:

*Умирает капитан и уходит в океан,*

*Оставляя за собой розовую нить.*

*Он раздавлен и распят, а корабли в порту стоят*

*И движения руки хватит чтобы им поплыть.*

*Но забыли капитана два военных корабля,*

*Позабыли свой фарватер, и не помнят, где их цель*

*И осталась в их мозгах только сила и тоска*

*Непонятная свобода обручем сдавила грудь,*

*И не ясно, что им делать: или плыть, или тонуть,*

*Корабли без капитанов, капитан без корабля,-*

*Надо заново придумать некий смысл бытия.*

Я думаю, что этими завуалированными строчками «Агата Кристи» пели ораспаде СССР, ведь действительно люди привыкли к жесткому режиму тоталитаризма, и когда им дали свободу, они ее не поняли. Что с этой свободой делать? Большинство молодых людей стали пить, курить и употреблять наркотики, а также беспорядочно заниматься сексом. Это и привело к массовому заболеванию СПИДом. Это иллюстрирует строчка: «И не ясно, что им делать: или плыть, или тонуть». А в строчке: «Надо заново придумать некий смысл бытия» имеется ввиду общественное бытие. Именно как правильно использовать свободу народу, а политикам необходимо было правильно преподнести эту свободу.

А в песне Светланы Сургановой «Путник милый» поется о драконе, который ее мучает: «И висит на стенке плеть, чтобы песен мне не петь». Конечно, в этой песне не говорится конкретно о советской системе, но тоже завуалировано, однако можно понять, что тут имеется ввиду.

Все та же песня «Два корабля» была написана в 1996г., после распада СССР немного времени прошло, а песня той же группы «Агата Кристи» «В интересах революции» – в 2004г. про сексуальную революцию. Т.е. на примере одной и той же группы можно проследить, как сильно она изменилась за 8 лет. Общество изменилось, изменилось сознание людей, и песни изменились. И опять подтверждаются слова К.Маркса о том, что «не сознание людей определяет их бытие, а, напротив, их общественное бытие определяет их сознание». В этом связь психологической и социальной природы человека.

В разные времена менялась политика, менялось общество, и менялись взгляды на жизнь, и это также отражалась на искусстве. Вот пример из мрачного Средневековья: Гендель Георг Фридрих (1685-1759) – великий немецкий композитор и органист – писал свои произведения в стиле барокко и рококо. Одно из самых ярких его произведений – Пассакалья - инструментальная музыкальная пьеса, основана на бассо остинато; обычно величественная, иногда скорбного, трагического характера. Бассо остинато - (итал. basso ostinato, букв. — упорный бас) - форма вариационного развития в музыке, основанная на многократном повторении в басу неизменной темы при меняющихся верхних голосах. Эта пьеса Генделя была о том, что жизнь и смерть рука об руку. Такой философский, трагический смысл вкладывался в эти звуки. Так на композиторе отражалась жизнь средневекового общества. И опять мы видим связь психологической и социальной природы человека. Социальная жизнь современного общества отражается на многих песнях, но общая их идея заключается в том, что в нашем обществе, несмотря на технический прогресс, происходит, к сожаленью, духовное обнищание. В качестве примера можно привести ту же песню «Tractor bowling» «Черта» - во втором куплете как нельзя лучше описывается наше общество:

*Мы не знали тогда, что везде и всегда,*

*Все на свете имело цену,*

*Знали – души бесценны во все времена,*

*Но пришел новый век на смену.*

*Пущен ток, выжат сок,*

*И за деньги любовь нам себя продает.*

*И уже, забыв о душе, на небесах кто-то ставит штрихкод.*

Общество и окружающая природа влияют на душу человека. Например, психолог Зигмунд Фрейд говорил об аффектах (от лат. affeсtus — душевное волнение, страсть), бурная кратковременная эмоция (гнев, ужас), возникающая, как правило, в ответ на сильный раздражитель. Мальчика придавила бетонная плита, ее не могли поднять 10 строителей. Мать этого мальчика подняла плиту и спасла ребенка в состоянии аффекта. Я бы хотела объяснить этот процесс. Женщина испытала бурную эмоцию, а именно – страх потерять своего сына. В крови начал выделяться адреналин, повышает потребление кислорода и артериальное давление, содержание сахара в крови, стимулирует обмен веществ, синтез глицерина. Адреналин является стартовым ферментом для синтеза глицерина, который и придал силу этой женщине. Из всего этого можно сделать вывод о том, что душевное состояние влияет на биологическое состояние человека. Еще одним примером этого может послужить то ,что почти у каждого человека из-за каких-либо сильных переживаний может болеть голова, повышаться давление, болеть сердце. В нашем поселке ЛПК случилась трагедия: автомобильная авария, погибло 2 девочки, 1 серьезно пострадала. 1 из погибших девочек была моей одноклассницей. Она вылетела с заднего сидения через лобовое стекло, ей отрезало кисть руки, и она получила черепно-мозговую травму. Милиция, прибывшая на место преступления, вызвала ее мать. Мать, даже не догадываясь о случившемся, приехала туда и увидела раненую дочь. Она обняла ее, и Роза умерла на руках у матери. Мать долго в это не могла поверить, и не отходила от дочери, звала ее домой. И потом 2 раза у нее почти останавливалось сердце, ей сразу же делали укол, чтобы восстановить сердцебиение. Девочка, которая получила серьезные травмы, но не умерла, была старшей сестрой Розы, и мать чуть не потеряла обеих дочерей. Хорошо, что хоть одну смогли спасти. Она закончила наш факультет – «Экология и природопользование», и многие преподаватели сдавали для нее кровь. Также около половины ЛПК сдавали кровь. И ее смогли спасти. Второй погибшей девочке было 21 год. Ей железка проткнула правое легкое. Она промучилась 4 часа и умерла на операционном столе. Ее мать на похоронах постоянно теряла сознание, ее приводили в порядок нашатырем. Эта трагедия сильно отразилась на душевном состоянии многих людей (не только матерей). А то, как себя чувствовали матери, показывает нам, насколько сильно связана психологическая и биологическая структуры человека.

Заключение.

В своем реферате я попыталась показать всю сложность и многогранность природы человека. Личность человека формируется под влиянием природы и общества. Так, система мыслей, взглядов на жизнь, чувств и т.д. формирует понятие о душе человека. Душа в свою очередь может влиять и на природу, и на общество. Человек не рождается умеющим говорить, ходить, думать, работать. Речь, интеллект, сознание, мировоззрение, потребности, способности, характер и др. – все эти качества души, отличающие нас от остального мира живой природы, формируются в процессе воспитания.

Социальные и биологические качества переплетаются в человеке, образуя единство.

И не только семья влияет на становление личности. Друзья, компания, школьный класс, рабочий коллектив – все это будет оказывать влияние на человека на протяжении всей его жизни.

Таким образом, человек имеет три структуры: биологическую, психологическую и социальную. Все они переплетаются в нем и взаимодействуют. Поэтому человека называют биопсихосоциальным существом. Но сколько неопознанного таится в этом необыкновенном существе.

Список литературы.

1. Е.Н.Хрисанфова, И.В.Перевозчиков. Антропология. М.: Высшая школа, 2002.
2. И.Т.Фролов и др. Введение в философию. М.: Республика, 2002.
3. Философия, основные проблемы философии, ч.2, под ред. В.И.Кириллова. М.:Юристъ, 2005.
4. И.В.Равич-Щербо, Т.Ю.Марютина, Е.Л.Григоренко. Психогенетика. М.Аспект пресс, 2003.
5. Курс лекций по социологии под ред. А.В.Миронова. М.: Ин-фолио-1, 2001.
6. Большая энциклопедия Кирилла и Мефодия, 2004.
7. Дейл Карнеги. М.: Лениздат, 1992.