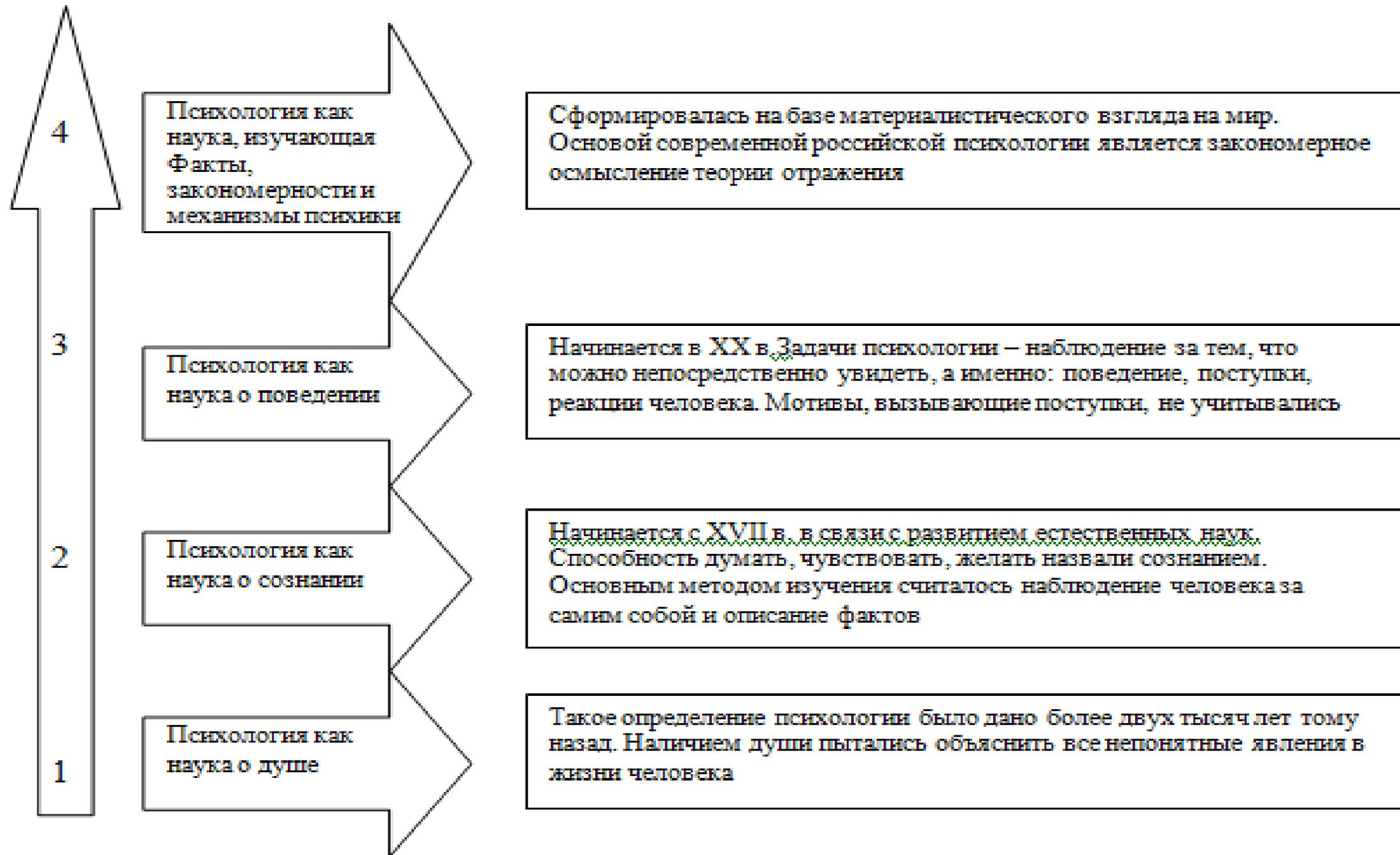


ПРЕДМЕТ, ОБЪЕКТ ПСИХОЛОГИИ

- Психология в переводе с греческого — учение, знание о душе («психе» — душа, «логос» — учение, знание). Это наука о закономерностях психической жизни и деятельности человека и различных форм общностей людей. Психология как наука изучает факты, закономерности и механизмы психики (А.В. Петровский).



Основные этапы развития психологии



НАПРАВЛЕНИЕ ПСИХОЛОГИИ: ПРЕДМЕТ ИССЛЕДОВАНИЯ, ПАРАДИГМА, МЕТОД, ПРАКТИКА

Направление психологии	Предмет исследования	Научная парадигма	Метод	Практика
Психология сознания	Сознание	Естественно-научная	Интрорспекция	-
Бихевиоризм	Поведение	Естественно-научная	Наблюдение, эксперимент	Тренинг умений
Фрейдизм	Бессознательное	Естественно-научная	Психоанализ	Психоанализ
Гештальт-психология	Целостные структуры психики	Естественно-научная	Феноменальный эксперимент	Гештальт-терапия
Гуманистическая психология	Личность, индивидуальность	Гуманитария	Методы практической психологии	Клиентцентрированная терапия
Когнитивная психология	Познавательные структуры	Естественно-научная	Эксперимент	Рациональная терапия



ВСЕ МНОГООБРАЗИЕ ФОРМ СУЩЕСТВОВАНИЯ ПСИХИЧЕСКОГО ОБЫЧНО ОБЪЕДИНЯЮТ В СЛЕДУЮЩИЕ ГРУППЫ

1 . Психические процессы человека:

а) познавательные (внимание, ощущение, восприятие, воображение, память, мышление, речь);

б) эмоциональные (чувства);

в) волевые.

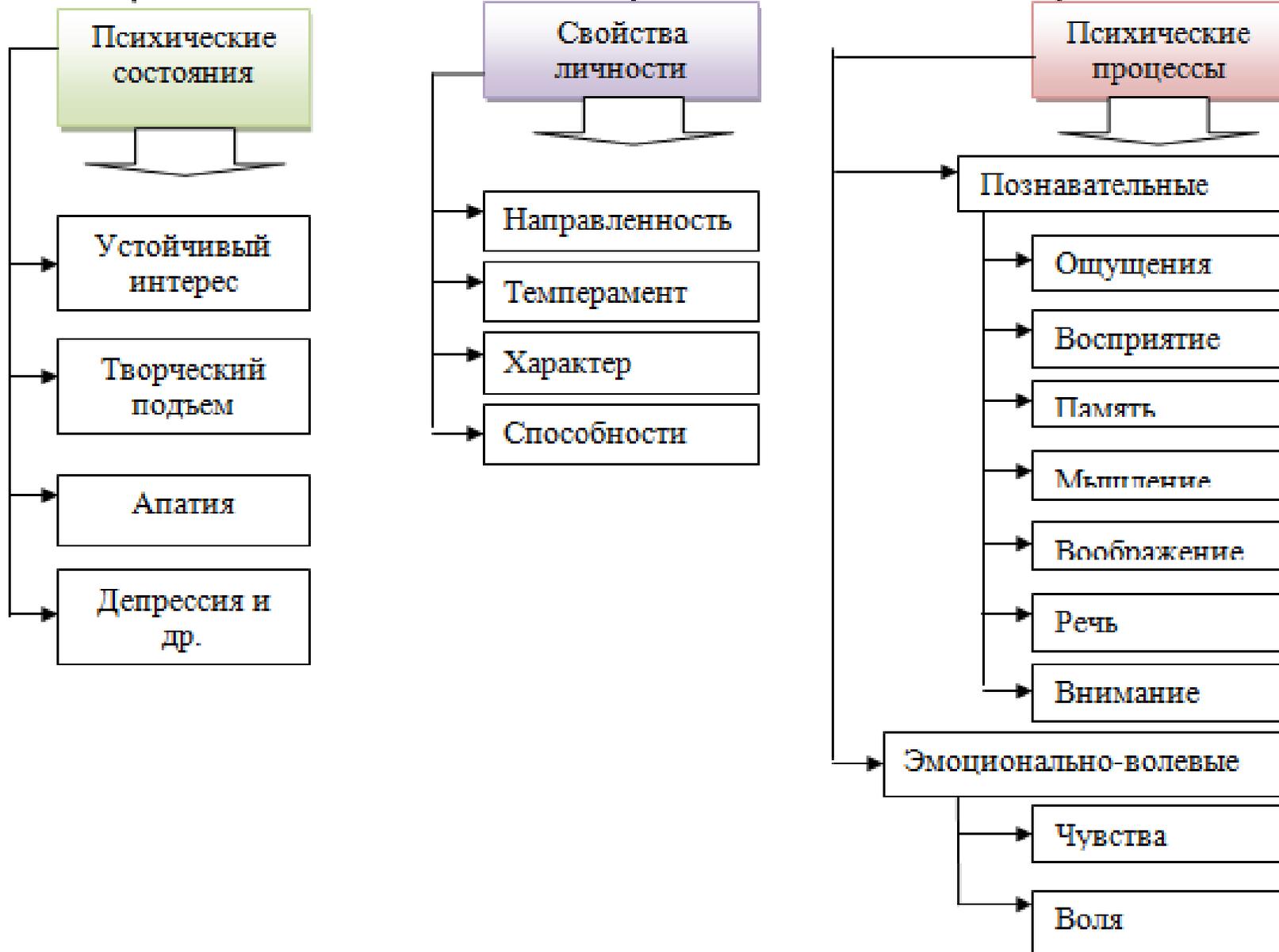
2. Психические состояния: функциональные (интеллектуально-познавательные, эмоциональные и волевые) и общие (мобилизационные, релаксационные)

3. Психические свойства личности (направленность, характер, темперамент, способности личности).

- Психические образования человека или направленность (знания, умения, навыки, привычки, установки, взгляды, убеждения и др.).**



Формы проявления психики человека



Основные формы проявления психики человека и их взаимосвязь



ФУНКЦИИ ПСИХИКИ:

- отражение воздействий окружающего мира;
- осознание человеком своего места в окружающем мире;
- регуляция поведения и деятельности.

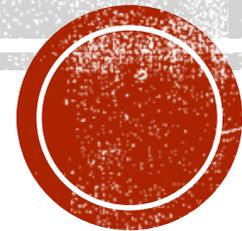
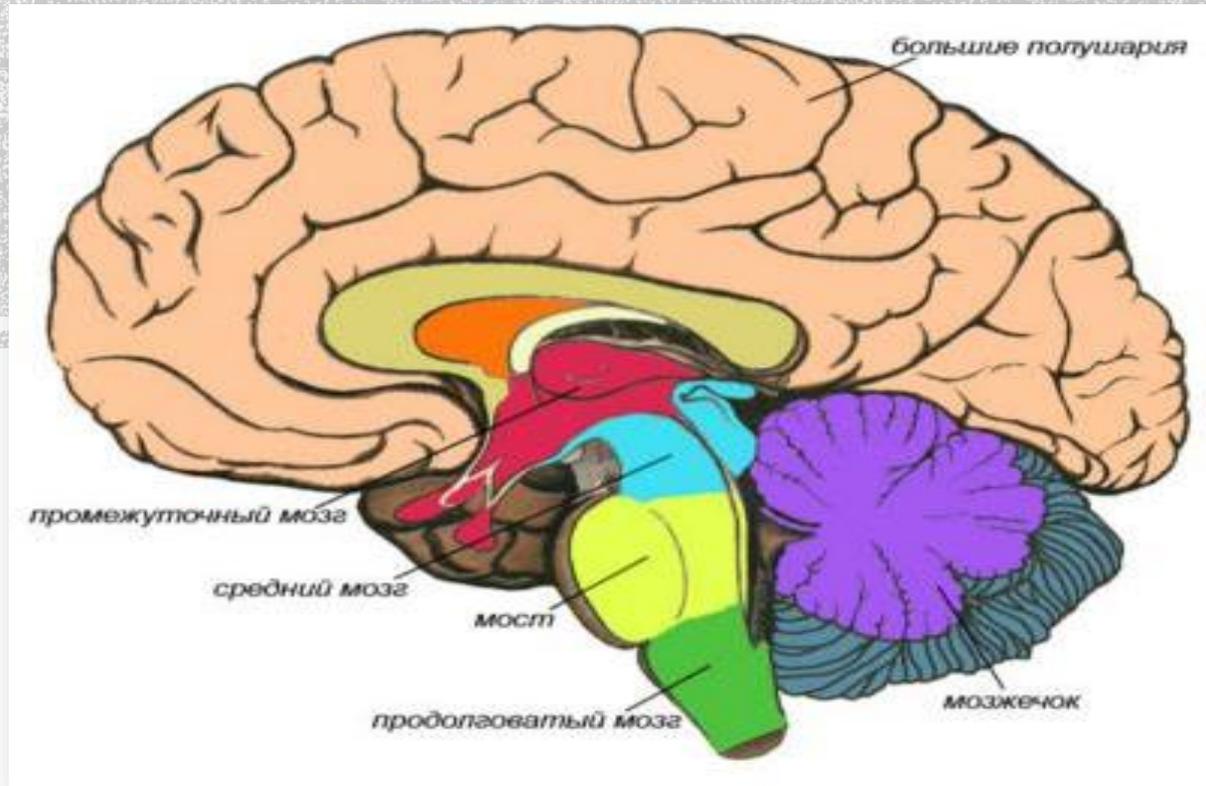


ОСНОВОПОЛАГАЮЩИЕ СУЖДЕНИЯ О ПРИРОДЕ И МЕХАНИЗМАХ ПРОЯВЛЕНИЯ ПСИХИКИ.

- психика это свойство только живой материи, только высоко организованной живой материи (специфическими органами, обуславливающими возможность существования психики);
- психика имеет возможность отражать объективный мир (получение информации об окружающем ее мире);
- получаемая живым существом информация об окружающем мире служит основой для регуляции внутренней среды живого организма и формирования его поведения, что в целом определяет возможность относительно длительного существования этого организма в условиях среды обитания.



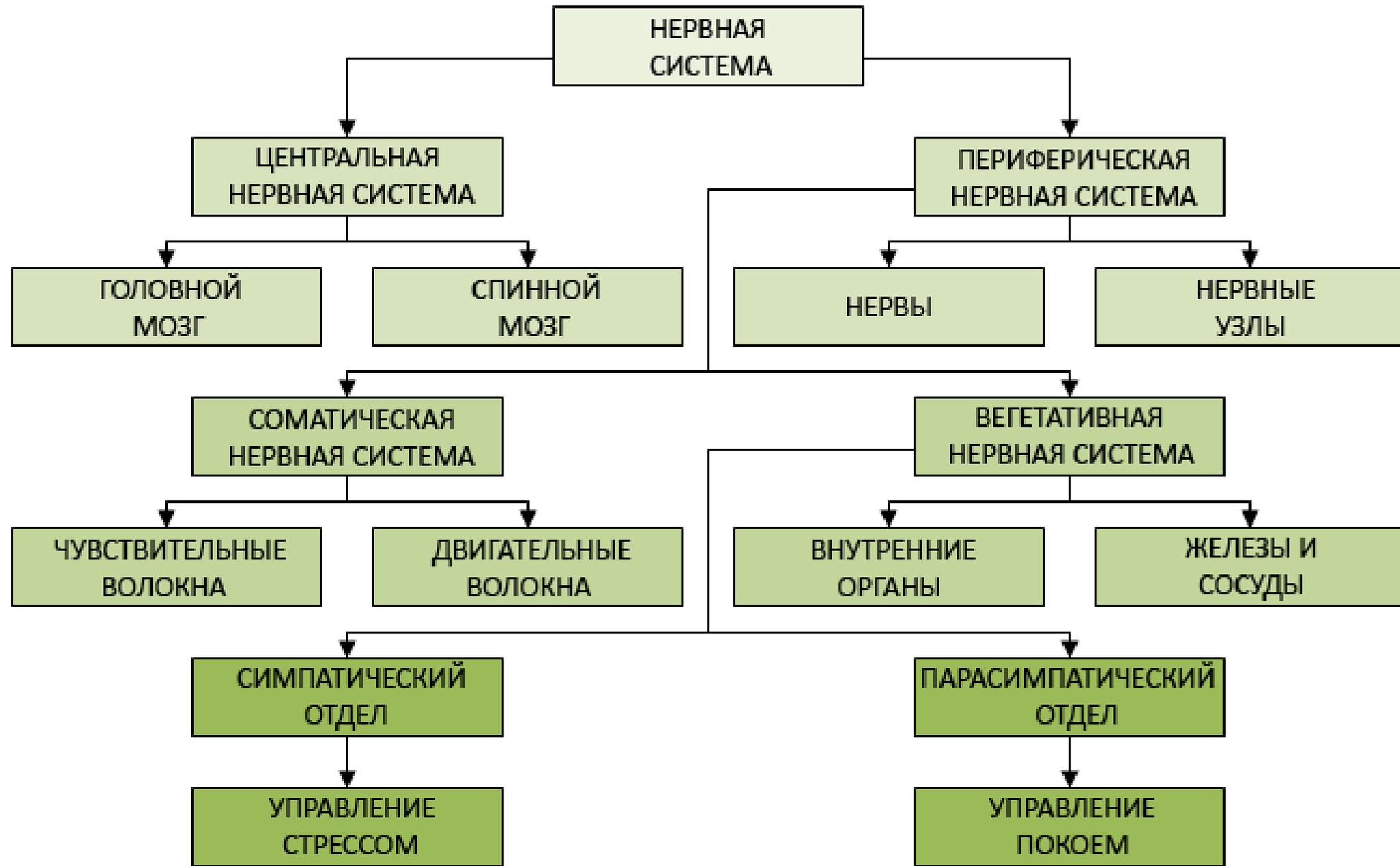
НЕРВНАЯ СИСТЕМА ЧЕЛОВЕКА И КОРА БОЛЬШИХ ПОЛУШАРИЙ ГОЛОВНОГО МОЗГА



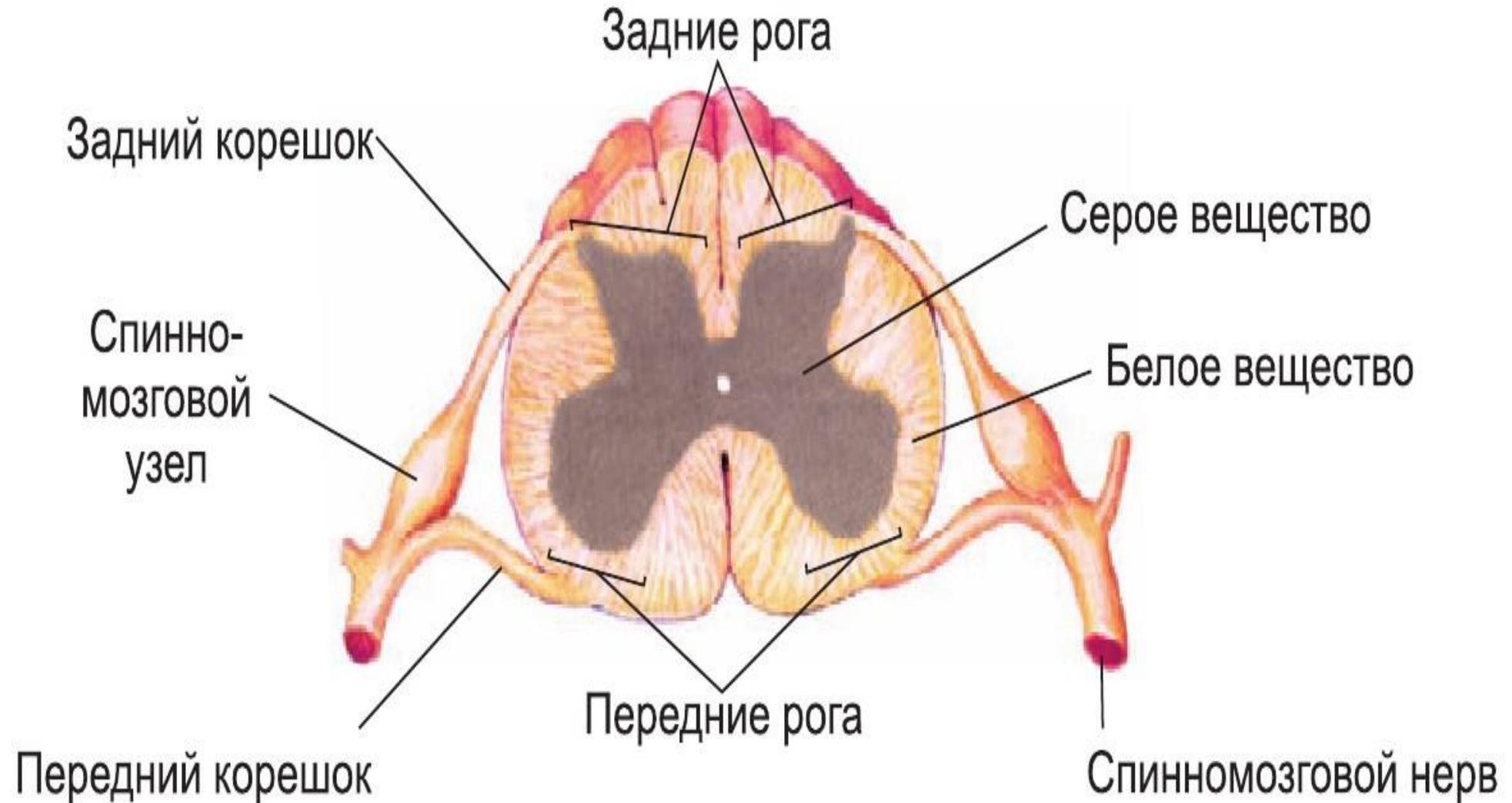
МОЗГ И ПСИХИКА

- Психика – это свойство высокоорганизованной живой материи, заключающееся в активном отражении субъектом объективного мира, в построении субъектом неотчуждаемой картины этого мира и регуляции на этой основе поведения и деятельности.

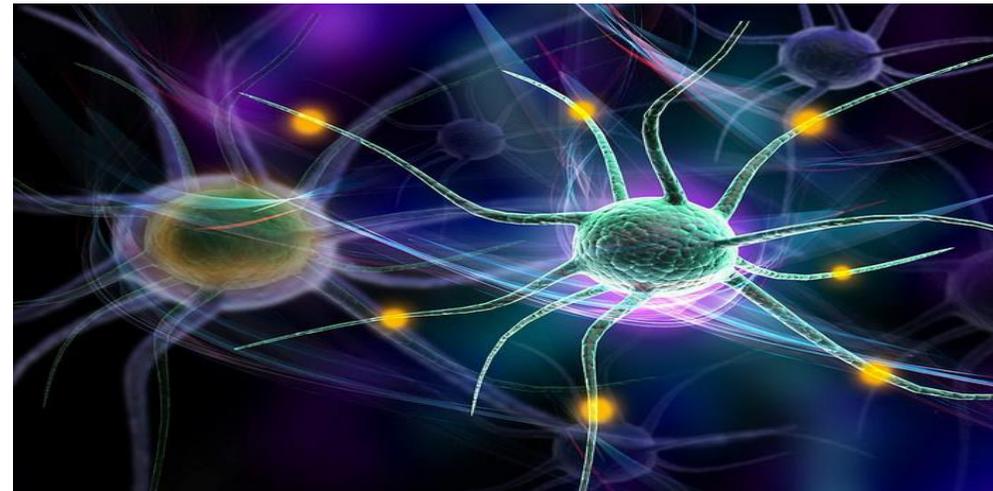
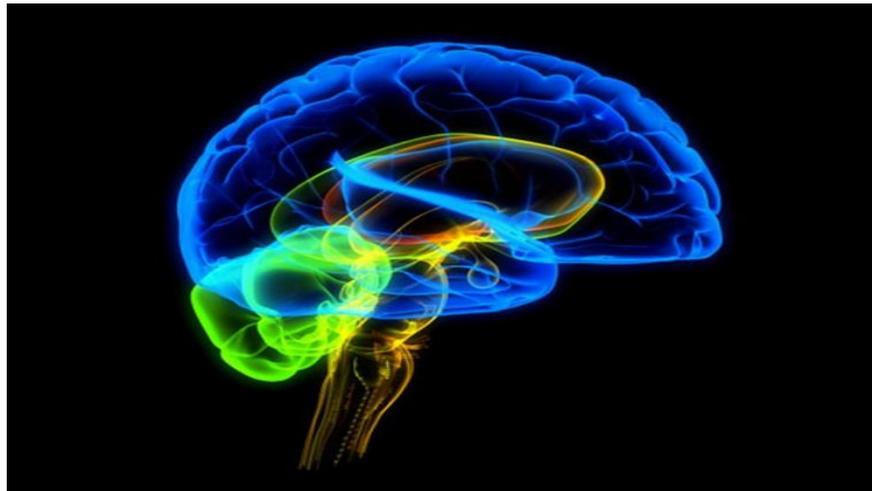


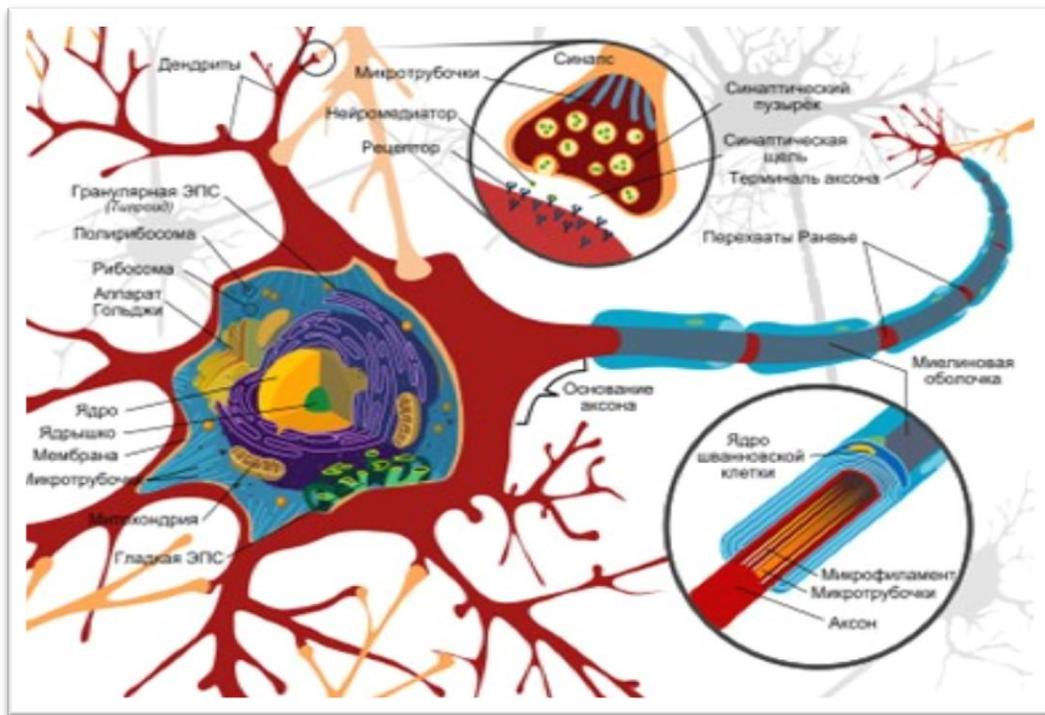


СТРОЕНИЕ СПИННОГО МОЗГА



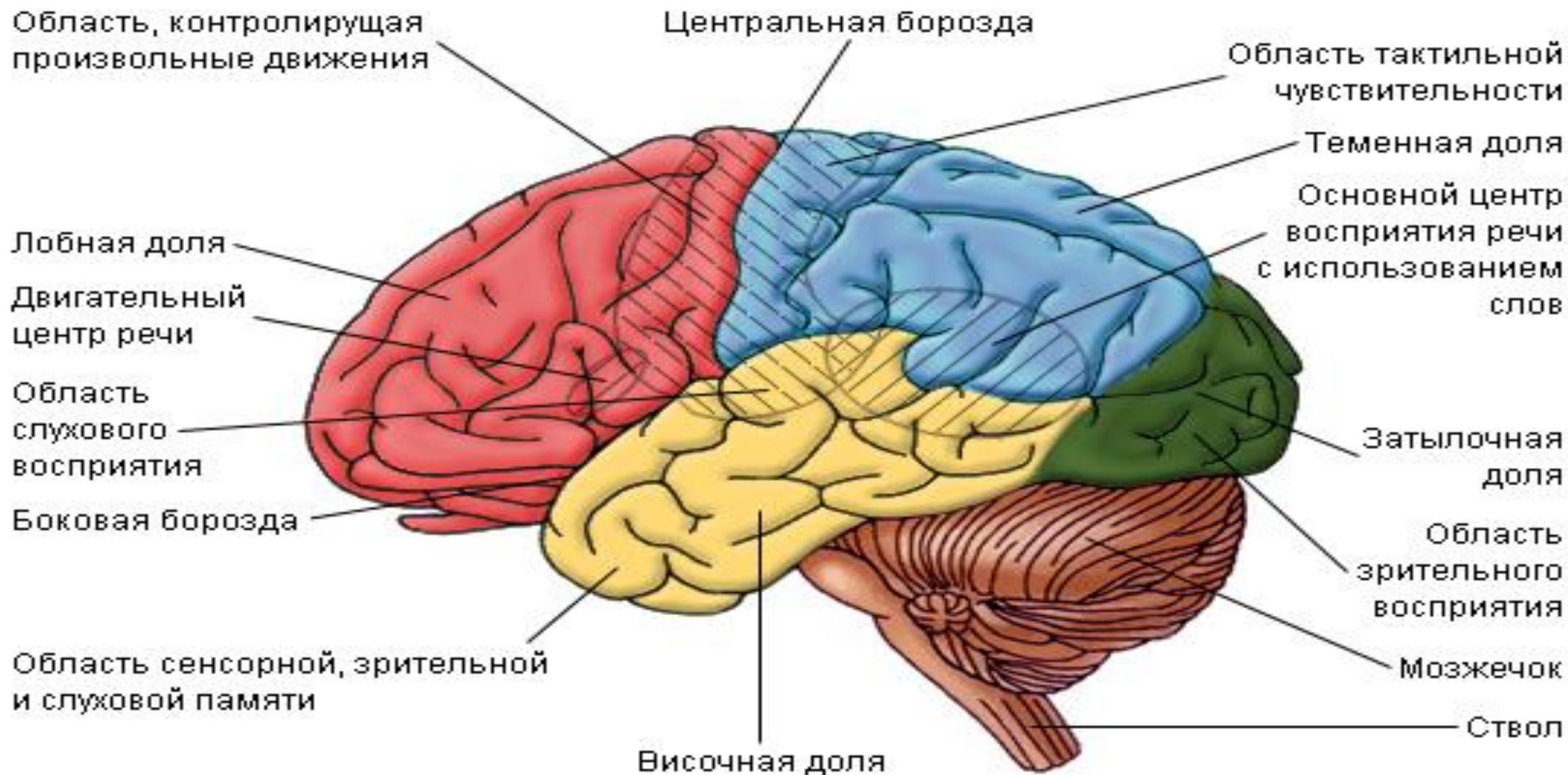
Кора больших полушарий головного мозга или **кора головного мозга** — структура головного мозга, слой серого вещества толщиной 1,3—4,5 мм, расположенный по периферии полушарий большого мозга, и покрывающий их. В состав коры входит 10 000 - 100 000 млн нейронов и еще большее число глиальных клеток.





Нейрон — структурная и функциональная единица нервной системы, приспособленная для осуществления приема, обработки, хранения, передачи и интеграции информации.





Функции долей коры больших полушарий

Лобная доля содержит в себе: зоны регуляции движений, центр письма, речедвигательный центр, ассоциативную зону (принятие решений), обонятельный анализатор.

Теменная доля содержит в себе рецепторные анализаторы, регулирует способности осуществления сложнокоординированных действий, отвечает за понимание текста.

Височная доля содержит в себе: корковый слой звукового анализатора, слуховой центр Вернике (понимание речи), центры вестибулярного аппарата (равновесие тела).

Затылочная доля отвечает за такие зрительные функции, как: зрительная память, бинокулярное зрение, распознавание образов.



Функции коры больших полушарий.

Сенсорная

Отвечает за восприятие сигналов из окружающей и внутренней среды, их обработку.

Условно-рефлекторная

Отвечает за осуществление условных рефлексов.

Психическая

Отвечает за возникновение ощущений, восприятий, за способность к мыслительной деятельности, за психические свойства личности.



Функциональные зоны коры

афферентные
(чувственные)



- Зрительная
- Слуховая
- Кожно-мышечная
- Вкусовая и обонятельная

эфферентные
(двигательные
или моторные)



- Двигательная зона
- Двигательные центры речи
- Центр письма

ассоциативные
(соединяют предыдущие
зоны и обуславливают
сложную работу мозга)

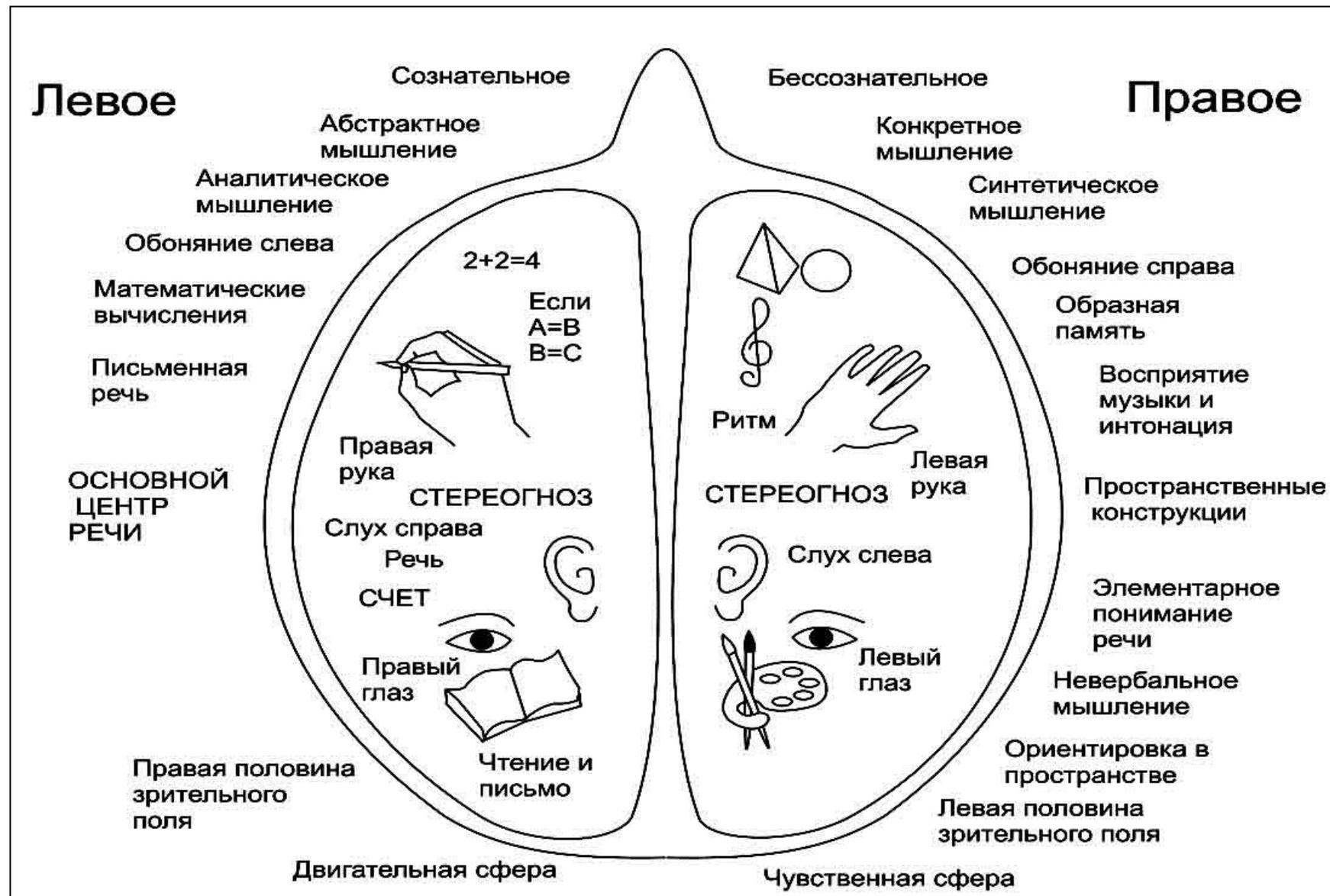


- Центр чтения
- Центр письма
- Центр речи
- Центр действия



Асимметрия больших полушарий

Правое и левое полушарие не являются симметричными. Они «ведуют» противоположными половинами тела.



СОЗНАНИЕ

- Элементы сознания – это ощущения, представления, чувствования.

Сознание - это результат творческого синтеза основных процессов психики:

- процесс непосредственного отражения объективной действительности органами чувств (перцепции);
- активного процесса, с помощью которого сознание реализует свой потенциал к самоорганизации на качественно ином, чем простая сумма его элементов, уровне и приводит к образованию осмысленных и упорядоченных совокупностей психических элементов (апперцепции).





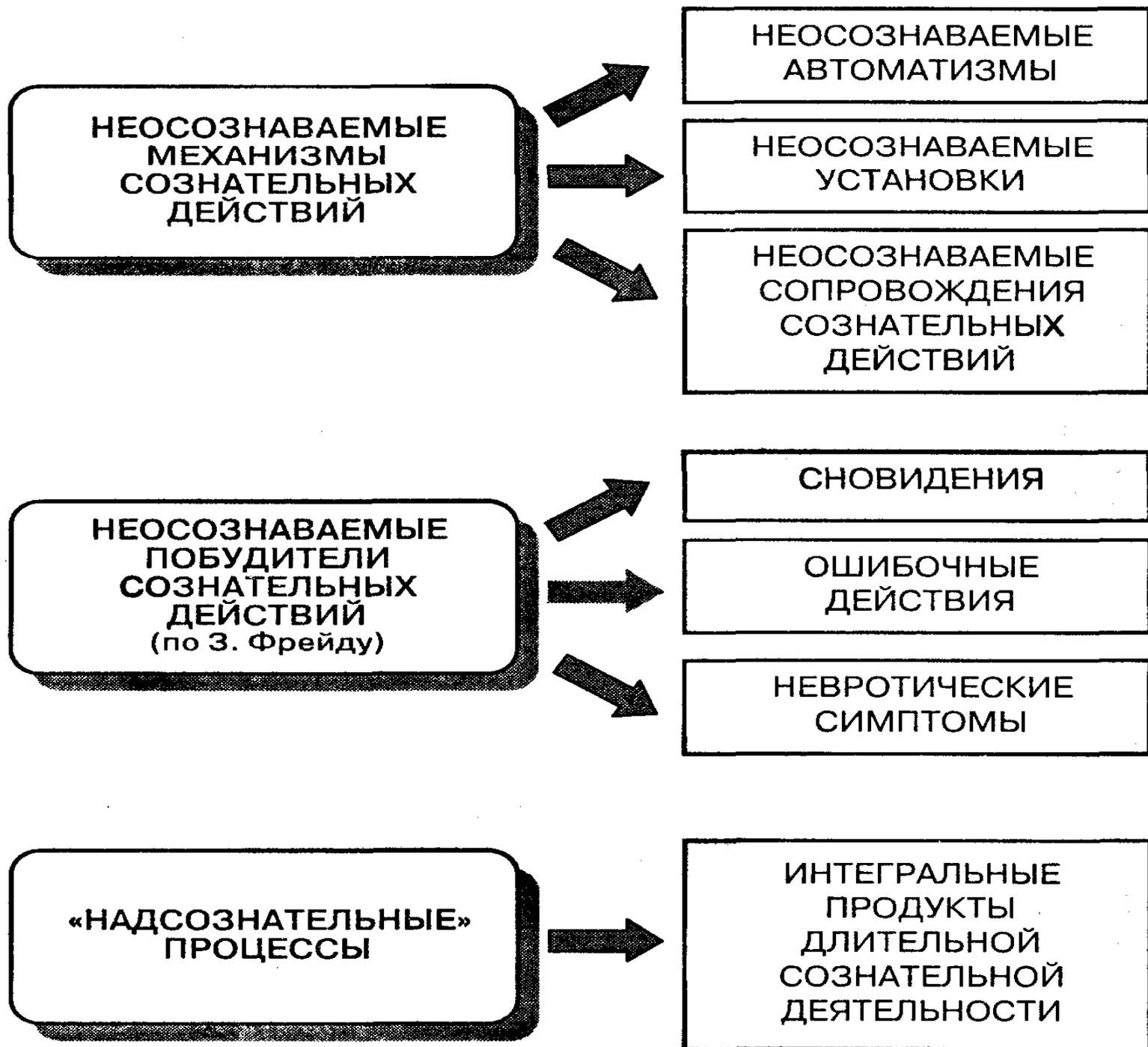
ФУНКЦИИ СОЗНАНИЯ



- ❑ **Познавательная функция** сознания отвечает за познание всего вокруг, формируя представление о действительности и приобретая фактический материал, при помощи ощущения, мышления и памяти.
- ❑ **Накопительная функция** порождается познавательной особенностью. Ее смысл заключается в том, чтобы в человеческом сознании и памяти «собиралось» множество знаний, чувств, впечатлений, переживаний, эмоций не только от собственного опыта, но и действий других современников и предшественников.
- ❑ **Оценочная функция** сознания или отражательная, с ее помощью человек сравнивает собственные потребности и интересы с данными о внешнем мире, познает себя и свои знания, различает «Я» и «не Я», что способствует развитию самопознания, самосознания и самооценки.
- ❑ **Функция целенаправленности**, т.е. в результате анализа полученного опыта, человек, которого не удовлетворяет окружающий мир, пытается изменить его в лучшую сторону, формируя для себя определенные цели и пути их достижения.
- ❑ **Креативная (творческая) функция** сознания, отвечает за формирование новых, ранее неизведанных образов и понятий при помощи мышления, воображения и интуиции.
- ❑ **Коммуникативная функция** осуществляется при помощи языка. Люди работают вместе, общаются и наслаждаются этим, сохраняя в своей памяти полученную информацию.







Бессознательное — это совокупность психических процессов и состояний, в осуществлении которых человек не отдает себе полного отчета.



Структура бессознательного

Бессознательное



МЕТОДЫ ПСИХОЛОГИИ:

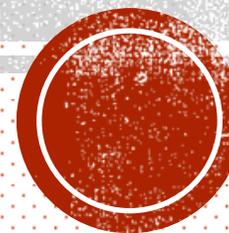
- наблюдение — целенаправленное восприятие какого-либо педагогического явления, в процессе которого исследователь получает конкретный фактический материал. Различают наблюдение включенное, когда исследователь становится членом той группы, в которой ведется наблюдение, и невключенное — «со стороны»; открытое и скрытое (инкогнито); сплошное и выборочное;
- методы опроса — беседа, интервью, анкетирование. Беседа — самостоятельный или дополнительный метод исследования, применяемый с целью получения необходимой информации или разъяснения того, что не было достаточно ясным при наблюдении. анкетирование — метод массовой сбора материала с помощью анкеты;
- эксперимент — специально организованная проверка того или иного метода, приема работы для выявления его педагогической эффективности. Различают эксперимент естественный (в условиях обычного образовательного процесса) и лабораторный — создание искусственных условий для проверки.



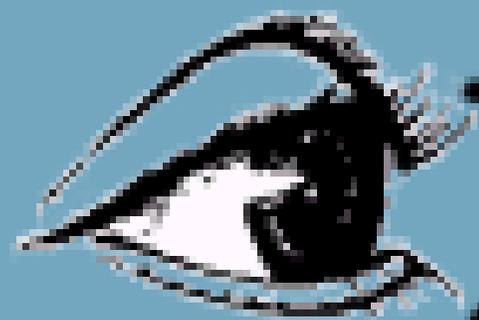
Методы исследования психологии (по Б.Г.Ананьеву, 1977 г.)



ОЩУЩЕНИЯ

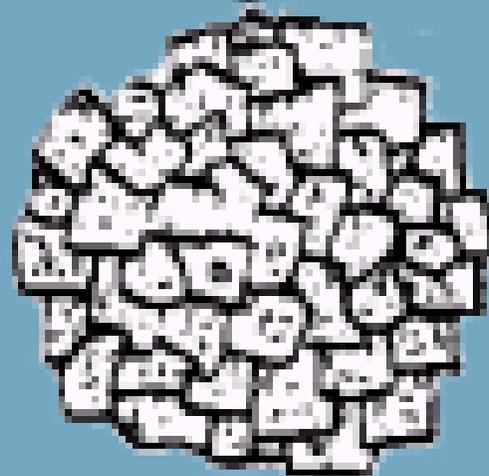


Анализатор



Аффертные нервы

Эффертные нервы



Рецептор

Мозговой
конец
анализатора



КЛАССИФИКАЦИЯ ОЩУЩЕНИЙ ПО Ч.ШЕРРИНГТОНУ



- **Ощущение** - элементарный психический, процесс представляющий собой субъективное отражение живым существом в виде психических явлений простейших свойств окружающего мира. (По Маклакову)

Все виды ощущений имеют **общие свойства**:

- качество - это специфические особенности отличающие один вид ощущений от других (слуховые отличаются от других видов ощущений по высоте, тембру; зрительные по насыщенности и т.д.)
- интенсивность определяется силой действующего раздражителя и функциональным состоянием рецептора;
- длительность (продолжительность) определяется временем действия раздражителя;
- пространственная локализация - ощущение возникает спустя некоторое время, латентный период для разных видов не одинаков. Это сведения о расположении раздражителя в пространстве, которые дают нам дистантные рецепторы (слуховые, зрительные).



ОСНОВАНИЯ ПО КОТОРЫМ ВЫДЕЛЯЮТСЯ ВИДЫ ОЩУЩЕНИЙ:

- в связи с органами чувств выделяют зрительные, слуховые, осязательные, обонятельные, вкусовые;
- по расположению рецепторов выделяют:
 - интероцептивные ощущения - сигнализирующие о состоянии внутренних процессов организма /органические ощущения и ощущения боли. Они относятся к числу наименее осознаваемых и всегда сохраняют свою близость к эмоциональным состояниям.
 - экстероцептивные ощущения - рецепторы расположены на поверхности тела, дают информацию о свойствах внешней среды.
 - проприоцептивные ощущения - рецепторы расположены в мышцах, связках. Они дают информацию о движении и положении нашего тела /ощущении равновесия, движения.



- по контакту с раздражителем выделяют:
 - дистантные ощущения - слуховые, зрительные и т.д. Дают информацию о свойствах стимула без непосредственного контакта рецептора с самим предметом.
 - контактные ощущения - кожные, вкусовые, органические. Возникают при непосредственном воздействии рецептора с объектом.
- по основанию генетической классификации выделяют:
 - протопатические ощущения - описаны английским неврологом Хэдом в 1918г. Под ними принято понимать более примитивные, аффективные, менее дифференцированные и локализованные, к которым относятся органические чувства голода, жажды и т.д.
 - эпикритические ощущения - наиболее высокий вид ощущений, которые не носят субъективный характер, отделены от эмоциональных состояний, отражают объективные предметы внешнего мира и стоят значительно ближе к сложным индивидуальным процессам.
- выделяется особая группа неспецифических ощущений - у человека имеются рецепторы вибрации, которые особо развиты у слепых).



- Чувствительность — способность организма запоминать и реагировать на воздействия среды, не имеющие непосредственного биологического значения, но вызывающие психологическую реакцию в форме ощущений. (Краткий словарь психологических терминов)
- **Виды чувствительности:**
- Соответственно различаются чувствительность **абсолютная и дифференциальная** (разностная). Под абсолютной чувствительностью подразумевают способность ощущать слабые раздражители, а под чувствительностью к различию — способность ощущать слабые различия между раздражителями. Однако не всякое раздражение вызывает ощущение. Мы не слышим тиканья часов, находящихся в другой комнате. Мы не видим звезд шестой величины. Для того чтобы ощущение возникло, сила раздражения должна иметь определенную величину.



Пороги ощущений:

- Абсолютный порог ощущения - это те минимальные физические характеристики раздражителя, начиная с которых возникает ощущение. Раздражители, сила действия которых лежит ниже абсолютного порога ощущения, не дают ощущений. Кстати, это совсем не значит, что они не оказывают никакого воздействия на организм.
- **нижний абсолютный порог** - это минимальная величина раздражителя впервые начинающего вызывать ощущения.
- **верхний абсолютный порог** - это величина раздражителя, при которой ощущение либо исчезает, либо качественно меняется (превращается в болевое ощущение);
- **разностный порог** – это минимальный прирост величины раздражителя, сопровождаемый едва заметным изменением ощущения.



Адаптация – это изменение чувствительности анализаторов под влиянием их приспособления к действующим раздражителям.

- Выделяют 3 разновидности адаптации:
- адаптация как полное исчезновение ощущения в процессе продолжительного действия раздражителя
- адаптация выражается в притуплении ощущения под влиянием действия сильного раздражителя (при погружении руки в холодную воду интенсивность ощущения снижается);
- повышение чувствительности под влиянием действия слабого раздражителя (переход из светлой комнаты в тёмную).

Взаимодействие ощущений – это изменение чувствительности одной анализаторной системы под влиянием длительности другой анализаторной системы (громкий шум авиамотора влияет на резкое ухудшение зрения).

- **Контрасты ощущений** – это изменение интенсивности или качества ощущений под влиянием предшествующего или сопутствующего раздражителя (одна и та же фигура на чёрном фоне кажется светлее, а на белом темнее).
- **Синестезия** - возникновение под влиянием одного анализатора ощущений, характерных для другого анализатора (под воздействием звуков возникают зрительные образы).
- **Сенсибилизация** - повышенная чувствительность в результате взаимодействия анализаторов и упражнений (развитие высокого слуха у детей занимающихся музыкой).



ВОСПРИЯТИЕ



ВОСПРИЯТИЕ. ВИДЫ И СВОЙСТВА ВОСПРИЯТИЯ

Восприятие – целостное отражение предметов в сознании человека при их непосредственном воздействии в данный момент на органы чувств. В акте восприятия присутствует определенное обобщение.

Ведущие свойства человеческого восприятия

Целостность – образы восприятия представляют собой целостные, законченные, предметно оформленные структуры.

Предметность – воспринимается не только комплекс свойств, а оценивается этот комплекс как определенный предмет: «стол», «дом» и т. д.



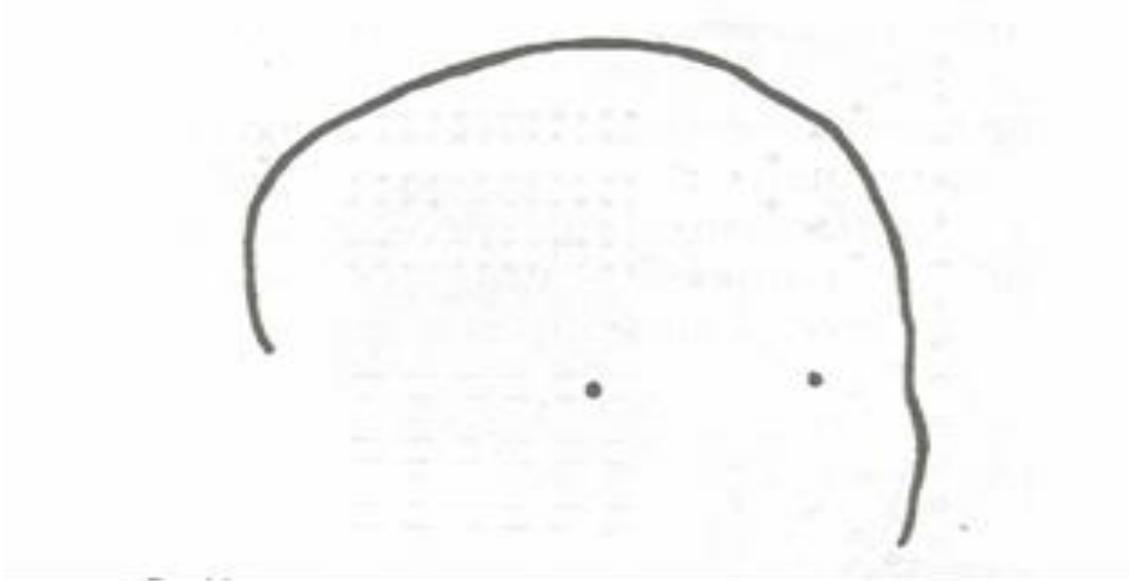
Осмысленность – понимание вещи одновременно с ее восприятием, восприятие происходит в контексте смысла. Здесь отражается связь восприятия с мышлением.

Константность – относительное постоянство формы, величины и цвета предмета, независимо от изменений условий восприятия.

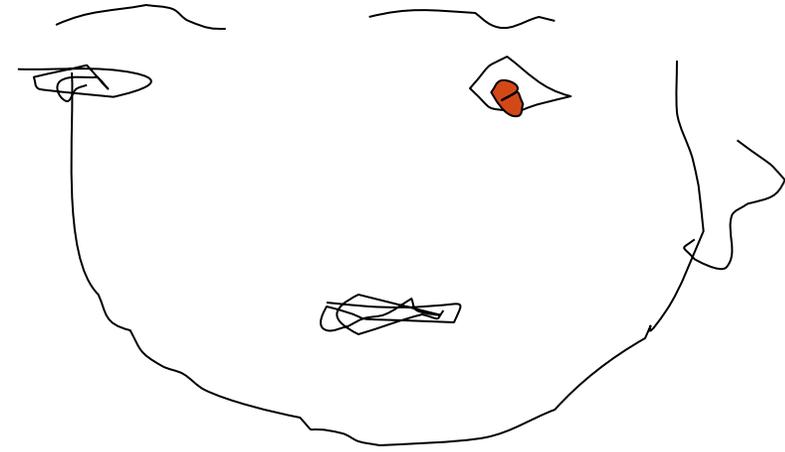
Избирательность – преимущественное вычленение одних объектов по сравнению с другими, обусловленное особенностями субъекта восприятия (опытом, интересами, потребностями).

Структурность – свойство, позволяющее воспринимать предметы в совокупности их устойчивых связей и отношений.





Целостное восприятие лица
вопреки выпадению ряда
элементов его контура

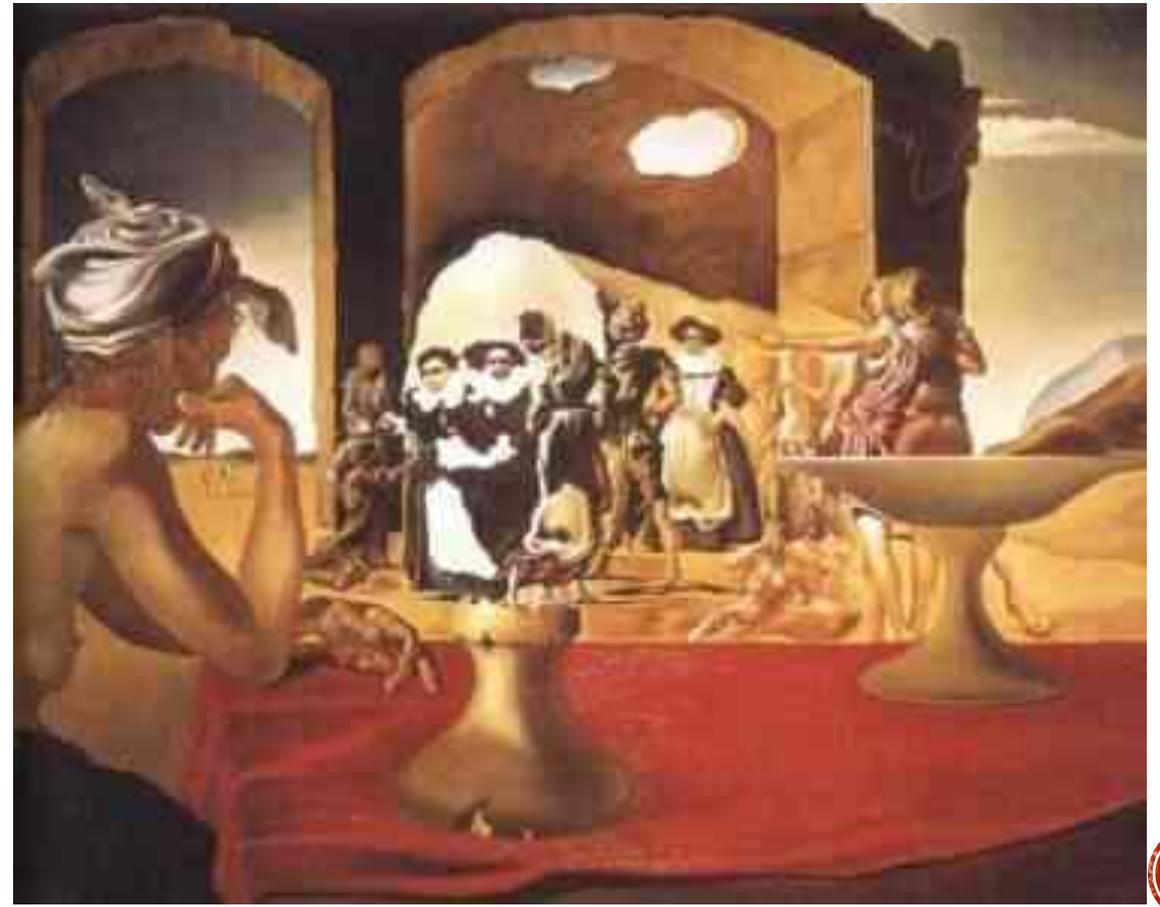


Несформированная
целостность. Таким может
быть рисунок ребенка.











ПАМЯТЬ





КЛАССИФИКАЦИЯ ОСНОВНЫХ ВИДОВ ПАМЯТИ

По характеру
психической
активности

ДВИГАТЕЛЬНАЯ,
ЭМОЦИОНАЛЬНАЯ,
ОБРАЗНАЯ,
СЛОВЕСНО-ЛОГИЧЕСКАЯ

По
характеру целей
деятельности

ПРОИЗВОЛЬНАЯ,
НЕПРОИЗВОЛЬНАЯ

По
продолжительности
сохранения
материала

ДОЛГОВРЕМЕННАЯ,
КРАТКОВРЕМЕННАЯ,
ОПЕРАТИВНАЯ

ОСНОВНЫЕ ПОНЯТИЯ

- *Память* – форма психического отражения действительности, заключающаяся в закреплении, сохранении и последующем воспроизведении человеком своего опыта.

Запоминание – ввод информации.

Импринтинг – мгновенное запечатление (высокое эмоциональное напряжение)

Произвольное – намерение сохранить материал в памяти

Заучивание – организованное повторение материала с целью его запоминания

- по механизму: логическое и механическое
- по результату: буквальное и смысловое



- *Проактивное торможение* – затруднение в запоминании материала под влиянием предшествующей деятельности.
- *Сохранение* – удержание информации.
- Факторы: установки личности, условия и организация заучивания, влияние последующей информации, мыслительная переработка информации, переход от сохранения в сознании к вытеснению в бессознательное.
- *Воспроизведение* – актуализация по прошлому опыту какой либо информации (произвольное, произвольное).
- *Узнавание* – нет опоры на образ, но материал воспроизводится без особых усилий; *припоминание* – процесс воспроизведения, требующий усилий для того, чтобы воссоздать нужное;
- *Реминесценция* – отсроченное воспроизведение того, что первоначально было временно забыто.
- *Ретроактивное торможение* – отрицательное влияние последующей деятельности следовавшей за заучиванием, на последующее воспроизведение заученного материала. Р.Т. тем сильнее, чем больше сходства между деятельностью заучивания и последующей деятельностью.
- *Забывание* – утрата четности и уменьшение объема закрепленного в памяти материала, невозможность воспроизвести и даже узнать то, что было известно из прошлого опыта.



- *Инерференция* – подавление предшествующей информации последующей.
- *Следовая теория* – ослабление ассоциаций с течением времени
- *Психоаналитическая теория* – защитные механизмы вытесняют из сознания и в дальнейшем не пускают психотравмирующую информацию.
- *Виды памяти:* по длительности сохранения информации (кратковременная, оперативная, долговременная); по материалу сохранения информации (когнитивная – сохранение знаний; эмоциональная – сохранение переживаний чувств; личностная – сохранение информации и о событиях жизни человека от раннего детства до старости); по модальности сохраняемых образов: (словесно – логическая; образная). Образная подразделяется на: зрительную, эйдетическую, слуховую, двигательную.
- *Успешность процессов памяти зависит:* От степени завершенности действий запоминания; от интересов и склонностей личности; от отношения личности к той или иной деятельности; от эмоционального настроения; от волевого усилия.
- ***Индивидуальные различия:* В различной скорости запоминания; в прочности сохранения; в легкости воспроизведения**



МЪШЛЕНИЕ



ОСНОВНЫЕ ПОНЯТИЯ

Познавая мир, человек обобщает результаты чувственного опыта, отражает общие свойства вещей. Мышление дает ответ на такие вопросы, которые нельзя разрешить путем непосредственного отражения.

Деятельность человека разумна благодаря знанию законов, взаимосвязей объективной действительности.

Мышление – опосредованное и обобщенное отражение существенных, закономерных взаимосвязей действительности.

Механизмом мышления человека является скрытая, беззвучная, внутренняя речь. Орудием мышления является значение слова.

- *Мыслительная деятельность* – система мыслительных действий, направленном на решение какой-либо проблемы.
- По содержанию мыслительная деятельность подразделяется на: 1) практическую; 2) художественную; 3) научную.
- В историческом развитии мышления и в развитии мышления ребенка различают три стадии: наглядно-действенное (сенсомоторное); наглядно-образное; абстрактно-теоретическое.





Виды мышления:

- **наглядно-действенное**
(познание с помощью манипулирования предметами (игрушками));
- **наглядно-образное**
(познание с помощью представлений предметов, явлений);
- **словесно-логическое**
(познание с помощью понятий, слов, рассуждений).



ЗАКОНОМЕРНОСТИ МЫШЛЕНИЯ

- *Проблемность* - мышление всегда возникает в связи с решением какой-либо проблемы, а сама проблема возникает из проблемной ситуации;
- ***Анализ-синтез.*** *Анализ* – выделение тех сторон объекта, которые существенны для решения данной задачи. Анализ дает ответ на вопрос: какая часть целого обладает определенными признаками; *Синтез* – объединение элементов, частей, сторон на основе установления существенных в определенном отношении связей между ними.
- Основным механизмом мышления, его общей закономерностью является анализ через синтез: выделение новых свойств объекта (анализ) осуществляется через соотнесение его (синтез) с другими объектами.
- ***Обобщенность.*** *Мышление осуществляется с целью познания тех или иных существ, свойств объекта, с целью получения знания к решению отдельной конкретной задачи мы применяем обобщенные знания, общие правила. В процессе мышления отдельно всегда рассматривается как конкретное выражение общего.*



МЫСЛИТЕЛЬНЫЕ ОПЕРАЦИИ

- *Сравнение* – установление сходства и различия между предметами. Для сравнения необходимо менять определенную исходную позицию и цель, которые определяют весь ход сравнения.
- *Обобщение* – основная мыслительная операция, которая раскрывает сущность явлений. Правильное обобщение приводит к пониманию явлений.
- *Абстракция* – расчленение объектов и выделение в нем отдельных существенных в каком-либо отношении сторон; это операция перехода от чувственного отражения к выделению отдельных связей и отношений.
- *Конкретизация* – познание целостного объекта во всех существенных его взаимосвязях.
- *Классификация* – объединение предметов и явлений в группы на основе их общих признаков (виды, роды, классы) классификация основана на сравнении и обобщении.



ФОРМЫ МЫШЛЕНИЯ

- *Понятие* – форма мышления, в которой отражаются существенные свойства одной группы предметов или явлений. Применяя понятие, мы отвечаем на вопрос: что это такое? Наши знания – это система понятий. Каждый мыслительный акт основан на знаниях, понятиях и приводит к новым знаниям
- *Суждение* – форма мышления, в которой отражаются связи предметов и их признаков или отношения между предметами. В суждении выражается результат движения мышления от частного к общему, от явления к сущности.
- *Умозаключение* – вывод нового суждения из других суждений; это получение нового знания из имеющихся знаний. Умозаключение подразделяют на: *индуктивное* – от частных суждений к общему; *дедуктивное* – от общего к частному; *по аналогии* – от одних частных случаев к другим частным случаям.



ВООБРАЖЕНИЕ



Воображение – психический процесс создания образа предмета, ситуации путем перестройки имеющихся представлений.

Образы воображения не всегда соответствуют реальности; в них есть элементы фантазии, вымысла.



Если воображение рисует сознанию картины, которым ничего или мало что соответствует в действительности, то оно носит название **фантазии**. Если воображение обращено в будущее, его именуют **мечтой**. Процесс воображения всегда протекает в неразрывной связи с двумя другими психическими процессами – памятью и мышлением.





- **Активное воображение** – пользуясь им, человек усилием воли, по собственному желанию вызывает у себя соответствующие образы.
- **Пассивное воображение** – его образы возникают спонтанно, помимо воли и желания человека.
- **Продуктивное воображение** – в нем действительность сознательно конструируется человеком, а не просто механически копируется или воссоздается. Но при этом в образе она все же творчески преобразуется
- **Репродуктивное воображение** – ставится задача воспроизвести реальность в том виде, какова она есть, и хотя здесь также присутствует элемент фантазии, такое воображение больше напоминает восприятие или память, чем творчество.



Функции воображения

1. Образное представление действительности;
2. Регулирование эмоциональных состояний;
3. Произвольная регуляция познавательных процессов и состояний человека;
4. Формирование внутреннего плана действий.



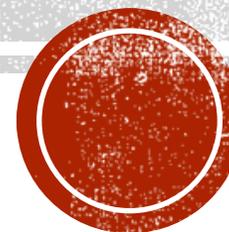
Среди различных видов и форм произвольного воображения можно выделить воссоздающее воображение, творческое воображение и мечту.



Если произвольное, или активное, воображение преднамеренно, т.е. связано с волевыми проявлениями человека, то пассивное воображение может быть преднамеренным и непреднамеренным.



ВОЛЯ



ОСНОВНЫЕ ПОНЯТИЯ

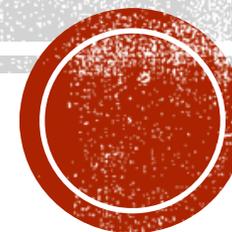
- *Воля* – произвольное управление, самоуправление.
- *Воля* – потребность преодоления препятствий (П.В. Симонов)
- *Воля* – отношение человека к субъективным трудностям
- *Воля* – цель, усилие, самоконтроль
- *Воля* – реализация самоприказа по преодолению трудностей, устранению личностных недостатков
- *Воля* – сознательное регулирование человеком своего поведения и деятельности, выраженное в способности и умении преодолевать внутренние и внешние трудности при совершении целенаправленных действий и поступков. (В.Н. Селиванов).



- *Волевая регуляция* – вид произвольного управления, связанный с преодолением трудностей.
- *Волевые действия* – это разновидность произвольных действий, спецификой которых является использование при достижении цели волевого усилия.
- *Волевое усилие* – это сознательное и преднамеренное напряжение физических и психических сил человеком, направленное на преодоление возникших трудностей (внешних и внутренних, объективных и субъективных).
- *Волевое усилие* – дополнительное побуждение на преодоление трудностей.
- *Волевое качество* – длительно существующая, стабильная характеристика, способствующая волевой регуляции, последовательно проявляющуюся в различных ситуациях и имеющую широкий диапазон выражения у различных субъектов.



ЭМОЦИИ И ЧУВСТВА



ОСНОВНЫЕ ПОНЯТИЯ

- *Эмоции* – это субъективные психологические состояния, отражающие в форме непосредственных переживаний отношения человека к предметам и явлениям действительности.
- Эмоции и чувства носят личностный характер: в них отражается значимость предметов и явлений для данного человека в конкретной ситуации. Эмоции тесно связаны с потребностями личности. Эмоции – это непосредственное отражение, переживание сложившихся отношений. Чувства же носят предметный характер. Они – продукт культурно-исторического развития человека. Эмоции в узком значении слова – непосредственное временное переживание какого – либо чувства. Индивидуальные особенности эмоциональной сферы складываются в течение всей жизни и неразрывно связаны с развитием личности в целом.



ФУНКЦИИ ЭМОЦИЙ

- *Отражательная* – выражается в обобщенной оценке событий.
- *Побудительная* – проявляется в определении направления поиска, способного удовлетворить решение задачи.
- *Подкрепляющая* – проявляется в том, что события вызывающие эмоциональную реакцию, быстрее и надолго запоминаются.
- *Переключательная* – обнаруживается при конкуренции мотивов, в результате которой определяется доминирующая потребность.
- *Приспособительная* – связана с возможностью организма эффективно приспособиться к окружающим условиям.
- *Коммуникативная* – проявляется в передаче своих переживаний другим людям, информировании их о своем отношении.



ВИДЫ ЭМОЦИЙ

В связи с удовлетворением или неудовлетворением потребности выделяют:

- положительные,
- отрицательные,
- амбивалентные (двойственные)
- нейтральные эмоции.

В связи с влиянием на деятельность человека выделяют:

- стенические (стимулирует деятельность)
- астенические (связаны с пассивностью, скованностью).



ФОРМЫ ПРОТЕКАНИЯ ЭМОЦИОНАЛЬНЫХ СОСТОЯНИЙ

- *Чувственный тон* – эмоциональная окраска, своеобразный оттенок психического процесса, побуждающие субъекта к их сохранению или устранению.
- *Настроение* – общее эмоциональное состояние, окрашивающее в течение длительного времени все поведение человека.
- *Аффект* – сильное кратковременное эмоциональное состояние, связанное с резким изменением важных для субъекта жизненных обстоятельств, сопровождается ослаблением сознательного контроля.
- *Стресс* – эмоциональное состояние напряжения в ответ на разнообразные экстремальные воздействия.
- *Фрустрация* – состояние, вызываемое объективно непреодолимыми (или субъективно так воспринимаемыми) трудностями, возникающими на пути к достижению цели. В этом состоянии человек может проявлять подавленность, агрессию.
- *Страсть* – сильное стойкое чувство, определяющее направление мыслей и поступков человека. Страсть избирательна и всегда предметна.

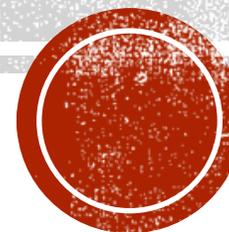


ВИДЫ ВЫСШИХ ЧУВСТВ

- *Нравственные* – чувства, переживаемые людьми при восприятии явлений действительности и сравнении этих явлений с нормами, выработанными обществом.
- *Интеллектуальные* – переживания, возникающие в процессе познавательной деятельности человека.
- *Эстетические* – эмоциональное отношение человека к прекрасному в природе, жизни людей, искусстве.



СПОСОБНОСТИ И ЗАДАТКИ



- *Способности* — это индивидуально-психологические свойства человека, которые определяют успешность выполнения определенных видов деятельности и пригодность (готовность) человека к тому или иному виду деятельности. Способности являются функциональной интеграцией таких свойств личности, которые более всего необходимы для овладения определенным видом деятельности и для успешного его выполнения.
- *Способности* — это мера соответствия свойств личности требованиям конкретной деятельности. Способности обнаруживаются в процессе овладения деятельностью, в том, насколько быстро и основательно, легко и прочно человек усваивает способы ее организации и осуществления.



- Способности определяют возможности человека к обучению, овладению знаниями, умениями, навыками. Однако способности нельзя сводить к знаниям, умениям, навыкам. Способности проявляются в динамике их приобретения.
- Показателями способностей можно считать:
 - а) темп продвижения в овладении деятельностью;
 - б) широта переноса формирующихся психических качеств;
 - в) соотношение нервно-психических затрат и конечного результата деятельности.
- Предпосылкой способностей, облегчающей их развитие, являются задатки.



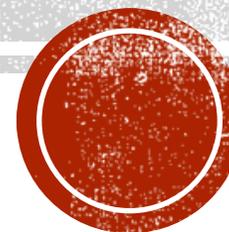
- *Задатки* – врожденные возможности развития морфологических, анатомо-физиологических и психологических свойств индивида.
- К задаткам относят:
- Типологические свойства НС;
- Уровень развития и соотношения сигнальных систем;
- Природные свойства анализаторов;
- Варианты строения коры головного мозга.



- Способности делят на *общие*, необходимые для любых видов деятельности, и *специальные*, обеспечивающие успешность выполнения определенных видов деятельности.
- *Структуру* способности составляет совокупность психических качеств, которые необходимы для успешного выполнения деятельности. Способности разных людей к одной и той же деятельности могут иметь различную структуру благодаря индивидуальному своеобразию психических качеств и их сочетаний.
- *Компенсация способностей возможна* за счет:
 - а) приобретения необходимых для данной деятельности знаний, умений, навыков;
 - б) формирования типического стиля данной деятельности;
 - в) развития других качеств.



МОТИВАЦИЯ



ОСНОВНЫЕ ПОНЯТИЯ

- Термином «*мотивация*» в современной психологии обозначаются как минимум два психических явления:
- совокупность побуждений, вызывающих активность индивида и определяющих ее активность, т.е. система факторов детерминирующая поведение;
- процесс образования, формирования мотивов, характеристика процесса, который стимулирует и поддерживает поведенческую активность на определенном уровне.
- Мотивация как движущая сила человеческого поведения, занимает ведущее место в структуре личности, пронизывая ее основные структурные образования: направленность личности, характер, эмоции, способности, деятельность и психические процессы.



- Понятие мотивации у человека включает в себя все виды побуждений:
- мотивы,
- потребности,
- интересы,
- стремления,
- цели,
- влечения,
- мотивационные установки,
- идеалы и т.д.
- *Потребность* – осознаваемое и переживаемое человеком состояние нужды в чем-либо.
- Осознанные потребности это желания. Их человек может сформулировать, для реализации их он намечает план действий.



КЛАССИФИКАЦИЯ ПОТРЕБНОСТЕЙ:

- 1) *первичные*, витальные (врожденные, биологические) потребности: в пище, еде, воде, сне-отдыхе, потребность в самозащите;
- 2) *культурные*, приобретенные потребности имеют общественный характер по природе своего происхождения, они формируются под влиянием воспитания в обществе.
- Среди культурных потребностей выделяют материальные и духовные потребности.
- К духовным относят потребность в общении, потребность в эмоциональном тепле, уважении, познавательные потребности, потребность в деятельности, эстетические потребности, потребность осознать смысл своей жизни.
- *Мотив* – это побуждение к совершению поведенческого акта, порожденное системой потребностей человека и с разной степенью осознаваемое либо неосознаваемое им вообще.



- с возникновением потребности, нужды в чем-то, сопровождаемой эмоциональным беспокойством, неудовольствием начинается мотив;
- осознание мотива ступенчато: вначале осознается, в чем причина эмоционального неудовольствия, что необходимо человеку для существования в данный момент, затем осознается объект, который отвечает данной потребности, и можете удовлетворить (формируется желание), позже осознается каким образом, с помощью каких действий, возможно, достичь желаемого;
- реализуется энергетический компонент мотива в реальных поступках.
- Мотивы могут быть неосознаваемыми или осознаваемыми.
- К *неосознаваемым* мотивам относят: влечение, гипнотические внушения, установки, фрустрационные состояния.
- К *осознаваемым* мотивам относят интересы, желания, убеждения.



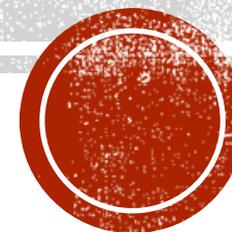
- Мотивы поведения человека и цели поведения могут не совпадать: одну и ту же цель можно ставить перед собой, руководствуясь разными мотивами. Цель показывает к чему стремиться человек, а мотив – почему он к этому стремиться.
- Мотивы, с точки зрения А.Н. Леонтьева, выполняют двойную функцию. Первая состоит в том, что они побуждают и направляют деятельность, вторая – в том, что они придают деятельности субъективный, личностный смысл.
- *Мотивы деятельности* имеют определяющее значение в развитии растущего человека как личности, в них выражается характер его отношение к себе, другим людям, уровень самосознания и социальной ответственности.
- В современной психологической литературе существует несколько концепций взаимосвязи мотивации деятельности (общения, поведения). Одна из них – теория каузальной атрибуции.
- *Каузальная атрибуция* – истолкование субъектом межличностного восприятия причин и мотивов поведения других людей и развитие на этой основе способности предсказывать их будущее поведение. Экспериментальные исследования каузальной атрибуции показали следующее:
 - а) человек объясняет свое поведение не так, как он объясняет поведение других людей;
 - б) процессы каузальной атрибуции не подчиняются логическим нормам;
 - в) человек склонен объяснять неудачные результаты своей деятельности внешними, а удачные – внутренними факторами.



- Качество работы является наилучшим при среднем уровне мотивации и, как правило, ухудшается при слишком низком или слишком высоком. Мотивационные явления, неоднократно повторяясь, со временем становятся чертами личности человека. К таким чертам прежде всего можно отнести мотив достижения успеха и мотив избегания неудачи.
- *Мотив достижения успеха* – стремление человека добиваться успехов в различных видах деятельности и общения.
- *Мотив избегания неудачи* – относительно устойчивое стремление человека избегать неудач в жизненных ситуациях, связанных с оценкой другими людьми результатов его деятельности и общения.



ТЕМПЕРАМЕНТ



- *Темперамент* в переводе с латинского **temperamentum** означает надлежащее соотношение частей, их соразмерность.
- *Под темпераментом* понимаются индивидуальные и устойчивы свойства индивидуальности, которые определяют формально-динамическую сторону протекания психической деятельности и поведения человека выражающихся в силе, интенсивности, темпе, ритме, скорости психических и поведенческих реакций.
- *Физической основой темперамента* являются свойства и типы нервной системы человека. К числу основных свойств нервной системы относятся сила-слабость, подвижность-инертность, уравновешенность-неуравновешенность.
- *Сила нервной системы* – это способность нервных клеток выдерживать длительные или концентрированные воздействия из внешней среды, не приходя при этом в запредельное охранительное торможение.
- Сильная нервная система отсюда характеризуется такими особенностями как высокая биологическая надежность, большая работоспособность, низкая утомляемость, низкая сензитивность.



- *Слабость нервной системы* характеризуется такими полярными качествами как неспособность нервных клеток выдерживать длительные или концентрированные воздействия из внешней среды и как следствие высокая предрасположенность к запредельному охранительному торможению. Отсюда слабая нервная система характеризуется такими особенностями как низкая биологическая надежность, малая работоспособность, большая утомляемость, высокая сензитивность.
- *Подвижность нервной системы* – это способность нервных клеток легко и произвольно переходить от одного физиологического процесса (возбуждение или торможение) к другому и наоборот.
- *Инертность нервной системы* – это неспособность или затрудненность нервных клеток легко и произвольно переходить от одного физиологического процесса (состояния) к другому и наоборот.
- *Уравновешенность нервной системы* – это баланс равновесия между двумя основными физиологическими процессами (состояниями) возбуждением и торможением.



Комбинации указанных свойств нервной системы по И.П. Павлову представляли разные типы нервной системы человека.

- Сильный, подвижный уравновешенный тип – сангвистический тип темперамента.
- Сильный, подвижный, неуравновешенный – холерический тип темперамента.
- Сильный, инертный – флегматический тип темперамента.
- Слабый тип – меланхолический тип темперамента.



СВОЙСТВА ТЕМПЕРАМЕНТА

- *Экстрверсия* – направленность психической деятельности человека во внешний мир, это жажда внешних впечатлений, коммуникабельность, стремление доминировать в общении, быть в центре внимания людей, желание действовать, а не размышлять.
- *Интроверсия* – направленность психической деятельности во внутренний субъективный мир человека, стремление к автономии обособленности в поведении, склонность к самоанализу, самооценка своего поведения, высокая сензитивность, романтичность, сентиментальность. Явное предпочтение мира книг, миру людей.
- *Пластичность* – легкость, произвольность адаптации человека к меняющейся внешней предметной и социальной среде. Быстрота привыкания, легкость вхождения в новые ситуации, социумы.
- *Ригидность* – негибкость, окостенелость, стереотипность поведения, сложность, затрудненность адаптации к меняющимся условиям природной и социальной среды.



- *Эмоциональность* – непроизвольность и легкость эмоционального отклика в ответ на эмоционально значимые раздражения для данного субъекта, скорость возникновения и смены мимики и пантомимики.
- *Общительность* – это потребность, легкость, инициатива и выразительность в общении.
- *Тревожность* – степень беспокойства и страха в ответ на реальный или воображаемый раздражитель, угрожающий здоровью или жизни человека.
- *Активность* – мера воздействия личности на окружающий мир с целью его познания и преобразования.
- *Реактивность* (импульсивность) – непроизвольность и непредсказуемость поведения человека в ответ на внешний раздражитель, когда эмоциональная, чувственная сфера доминирует над рациональной, логической.
- *Сензитивность* (чувствительность) тонкость и глубина (в деталях, нюансах) восприятия окружающего мира.
- *Темп реакций* - скорость психомоторных действий по их темпоритмике.



ТИПЫ ТЕМПЕРАМЕНТА

- *Сангвинический темперамент* – высокая активность, экстравертированность, пластичность, быстрый темп реакций, нетревожность, общительность, эмоциональная стабильность, низкая сензитивность.
- *Холерический тип темперамента* – экстравертированность, ригидность, эмоциональная возбудимость, реактивность, импульсивность, нетревожность, общительность, быстрый темп реакции, низкая сензитивность.
- *Флегматический тип темперамента* – интровертированность, ригидность, сензитивность, реактивность, тревожность, пассивность, замедленный темп реакций, малая общительность, эмоциональная возбудимость.
- *Индивидуальный стиль деятельности* – это типологически обусловленная динамическая система ориентировочных, исполнительных, корректирующих действий, способствующих более активному освоению деятельности человеком.



СВОЙСТВА ТЕМПЕРАМЕНТА И ХАРАКТЕРА

- а) *Свойства темперамента* – это индивидуальные особенности человека определяющие формально-динамическую сторону поведения и деятельности; его темпоритмические характеристики психомоторики.
- *Свойства характера* – это индивидуальные особенности человека, определяющие социально-содержательную сторону поведения и деятельности человека, его систему отношений.
- б) *Свойства темперамента* являются природными, генетически обусловленными свойствами человека.
- *Свойства характера* являются приобретаемыми, формируемыми в процессах социальной жизнедеятельности человека.
- в) *Свойства темперамента* являются консервативными, неизменными на протяжении жизни человека.
- *Свойства характера* постоянно развиваются на протяжении всей жизни человека.
- г) *Физиологической основой темперамента* являются свойства и типы нервной системы человека.
- *Физиологической основой характера* являются свойства и типы нервной системы, но их влияние на темперамент является опосредованным, через свойства и типы темперамента.



- д) *Психологической структурой темперамента* является инварианта, относительно постоянная величина при меняющихся ее составляющих свойствах.
- Психологической структурой характера является симптомокомплекс – определенное и закономерно связанное между собой соотношение свойств характера.
- е) *Свойства темперамента* в своем проявлении не зависят от других психодинамических особенностей, таких, например как отношения, мотивы.
- Свойства характера прямо и непосредственно связаны с такими психодинамическими особенностями личности как мотивация, отношения, мировоззрения и т. п.

