

A photograph of green leaves and branches, with bright sunlight filtering through the foliage, creating a soft, glowing effect. The background is a blurred green bokeh.

# **ОСНОВЫ ПСИХОЛОГИИ**

***Тема: Понятие психики и  
сознания***



# План:

- 1. Понятие психики, функции и структура психики, психическое отражение. Взаимосвязь психики, нервной системы и мозга.*
- 2. Основные отличия психики и поведения человека и животных.*
- 3. Природа человеческого сознания, его характеристики.*
- 4. Самосознание личности: понятие и основные компоненты.*

# Понятие психики

- **Психика** – это свойство высокоорганизованной живой материи, заключающееся в способности отражать объективный мир в его связях и отношениях.
- **Психика человека** – это качественно более высокий уровень, чем психика животных; это системное качество головного мозга, реализуемое через многоуровневые функциональные системы головного мозга, которое формируется у человека в процессе жизни и овладения им исторически сложившимися формами деятельности и опыта человека через собственную активную деятельность.



**Человеческая психика не дана в готовом виде человеку с момента рождения и не развивается сама по себе, не появляется сама по себе человеческая душа, если ребенок изолирован от людей.**

Только в процессе общения и взаимодействия ребенка с другими людьми у него формируется человеческая психика, в противном случае, при отсутствии общения с людьми, у ребенка ничего человеческого ни в поведении, ни в



**Специфически человеческие качества** (сознание, речь, труд и пр.), человеческая психика формируется у человека только прижизненно в процессе усвоения им культуры, созданной предшествующими поколениями.

*Таким образом, психика человека включает в себя по меньшей мере 3 составляющих: внешний мир, природа, ее отражение – полноценная деятельность мозга – взаимодействие с людьми, активная передача новым поколениям человеческой культуры, человеческих*

# Подходы к наличию психики у живых существ:

- 1. Антропсихизм (Декарт) – психика присуща только человеку.
- 2. Панпсихизм (французские материалисты) – всеобщая одухотворенность.
- 3. Биопсихизм психика – свойство  живой материи и растений тоже.
- 4. Нейропсихизм (Ч. Дарвин) – психика свойственна живым организмам, которые имеют нервную систему.
- 5. Мозгопсихизм (К. Платонов) – психика есть только у существ с трубчатой нервной системой, имеющих головной мозг, а не с узелковой.
- 6. Сенсоропсихизм – чувствительность - критерий для появления зачатков психики (А.Н. Леонтьев) – способность реагировать на биологически не значимые раздражители.

# Функции психики

Основными функциями психики являются *отражение* и *регулирование*. Эти функции взаимосвязаны и взаимообусловлены: отражение регулируется, а регулирование основано на информации, полученной в процессе

Отражение

Регуляция поведения и деятельности

Функции психики:

отражение окружающего мира и регуляция поведения и деятельности живого существа в целях обеспечения его выживания.



**Психическое отражение** – это активное отражение мира в связи с какой-то необходимостью, с потребностями, это субъективное избирательное отражение объективного мира, т. к. принадлежит всегда субъекту, вне субъекта не существует, зависит от субъективных особенностей.

**Психическое отражение** – не зеркальное, фотографическое, но субъективное и преобразующее.

**Объективный мир (отражаемое) – Отражающая система (психика) = Отраженное (реальное и созидательное) – результат отражения**

*Психику нельзя свести просто к нервной системе. При нарушении деятельности нервной системы страдает, нарушается психика человека.*

*Психические явления соотносятся не с отдельным нейрофизиологическим процессом, не с отдельными участками мозга, а с организованными*



## Психическое отражение характеризуется рядом особенностей:

- ✓ оно дает возможность правильно отражать окружающую действительность, причем правильность отражения подтверждается практикой;
- ✓ сам психический образ формируется в процессе активной деятельности человека; в психическое отражение углубляется и совершенствуется;
- ✓ обеспечивает целесообразность поведения и деятельности;
- ✓ преломляется через индивидуальность человека;
- ✓ носит опережающий характер.



# Соотношение субъективной и объективной реальности.

- *Объективная реальность существует независимо от человека и может быть отражена посредством психики в субъективную психическую реальность.*
- *Субъективное психическое отражение, субъективная реальность может отличаться частично или значительно от*



Внешний мир можно воспринимать

двойко:

*Репродуктивно*, воспринимая реальность почти так же, как пленка воспроизводит сфотографированные вещи

*Созидательно*, сознательно, постигая реальность, оживляя ее и воссоздавая этот новый материал посредством спонтанной активности своих мыслительных и эмоциональных процессов.



Иногда один из видов восприятия  
атрофируется.

*Относительная атрофия созидательной способности проявляется в том, что человек – совершенный «реалист» видит все, что видимо на поверхности, но неспособен проникнуть вглубь, в сущность.*

*Человек, утративший способность репродуктивного восприятия действительности **«психотик»** – безумен. Для **«психотика»** актуальная реальность стерлась, и ее место заняла внутренняя субъективная реальность.*

*Оба **«реалист»** и **«психотик»** – неадекватно, искаженно воспринимают*

*мир*



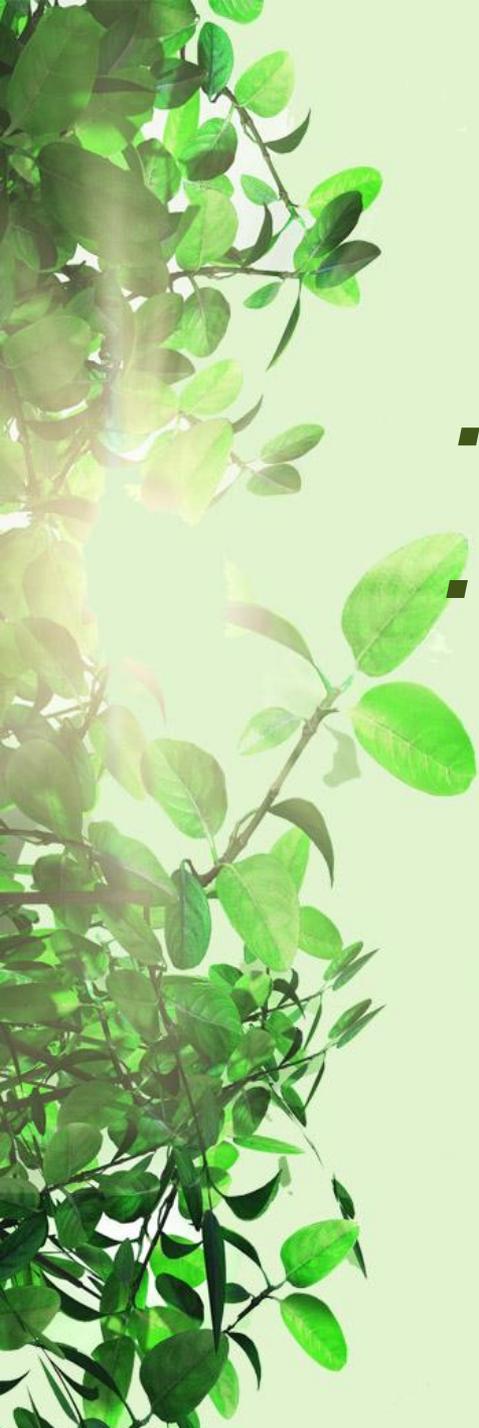
**Нормальный человек  
обладает репродуктивной  
и созидательной  
способностью**

*При таком плодотворном  
мышлении человек не  
безразличен к предмету, к  
внешнему объекту, а глубоко  
заинтересован в своем  
предмете и  
взаимодействует с ним.*

# Психическая деятельность

## СОСТОИТ:

- сенсорные зоны (принимают и обрабатывают информацию от органов чувств и рецепторов);
- гностические зоны (ответственны за процесс восприятия);
- моторные зоны (управляют скелетной мускулатурой тела и движениями, действиями человека);
- праксические зоны (обеспечивают тонкую моторику и автоматические движения);
- ассоциативные зоны (служат для переработки информации, связаны с мыслительной деятельностью, речью, памятью и осознанием положения тела в пространстве)





# Межполушарная асимметрия

*Примерно у 90% людей доминирует левое полушарие мозга, в котором расположены центры речи.*

*Современные исследования подтвердили, что правое и левое полушария имеют специфические функции и преобладание активности того или иного полушария оказывает существенное влияние на индивидуальные особенности личности человека.*

# Функции полушарий:



## Правого

- Текущее время;
- Конкретное пространство;
- Запоминание образов, конкретных событий, узнавание лиц людей;
  - Восприятие эмоционального состояния;
  - Видение мира мрачным;
- Целостное, образное восприятие.



## Левого

- Хронологический порядок;
- Чтение карт, схем;
- Запоминание имен, слов, символов;
- Речевая активность, чувствительность к смыслу;
- Видение мира веселым, легким;
  - Детальное восприятие.



Человек *не рождается* с функциональной асимметрией полушарий.

*Функциональная специфика* полушарий изменяется под влиянием как генетических, так и социальных факторов.

*Асимметрия полушарий мозга* — это динамическое образование, в процессе онтогенеза происходит постепенное нарастание асимметрии мозга (наибольшая выраженность асимметрии полушарий наблюдается в среднем возрасте, а к старости постепенно нивелируется), в случае поражения одного полушария возможна частичная взаимозаменяемость функций и компенсация работы одного полушария

# Структура психики:

1) психические процессы – динамическое отражение действительности в различных формах психических явлений, имеющие начало, развитие и конец, проявляющиеся в виде реакции. Подразделяются на:

- познавательные: ощущения и восприятия, представления и память, мышление и воображение,
- эмоциональные: активные и пассивные переживания,
- волевые: решение, исполнение, волевое усиление и т. д.

2) психические состояния – определившийся в данное время относительно устойчивый уровень психической деятельности, который проявляется в повышенной или пониженной активности личности.

3) психические свойства человека – устойчивые образования, обеспечивающий определенный качественно-количественный уровень деятельности и поведения, типичный для данного человека

4) психические образования – это лабильные (подвижные, изменчивые) психические явления, формирующиеся в процессе приобретения человеком жизненного опыта и определяющие качество профессиональной и всякой другой деятельности

# Историческое развитие ПСИХИКИ И СОЗНАНИЯ:

- Развитие сенсорных процессов (простые безусловные рефлексы)
  - Развитие перцептивных процессов (сложные безусловные рефлексы - инстинкты)
  - Развитие интеллектуальных действий (навыки животных)
- Физиопсихологическое развитие человека в процессе труда (законченно-оформленная нейропсихологическая структура)
  - Развитие сознание человека (высшая ступень развития психики)
- Развитие самосознания (умение познать себя путем познания других)
- Развитие социального поведения (сложные умения интерпретации законов общественного развития)



# Сознание человека

Сознание – высший уровень психического отражения и саморегуляции, присущих только человеку как общественно-историческому существу.

Сознание характеризуется:

*активностью, интенциональностью (направленность на предмет), направленность к рефлексии, самонаблюдению (осознание самого сознания), мотивационно-ценностным характером; различной степенью*



# Основные характеристики сознания:

- *Сознание есть совокупность знаний об окружающем мире*
  - *Закрепление в сознании различий субъекта и объекта*
- *Обеспечение целеполагающей деятельности человека*
  - *Включение в его состав определенного отношения*



Обязательным условием формирования и проявления всех указанных качеств сознания является **ЯЗЫК**.

Язык – это особая объективная система, в которой запечатлен общественно-исторический опыт или общественное сознание.

Низший уровень психики образует бессознательное. Бессознательное - это совокупность психических процессов, актов и состояний, обусловленных воздействиями, во влиянии которых человек не дает себе отчета. В бессознательном, в отличие от сознания, невозможен целенаправленный контроль человеком тех действий, которые он совершает, невозможна и оценка их результата. К бессознательным явлениям относятся и некоторые патологические явления, возникающие в психике больного человека: бред, галлюцинации



Бессознательное - это столь же специфически человеческое психическое проявление, как и сознание, оно детерминировано общественными условиями существования человека, выступая как частичное, недостаточно адекватное отражение мира в мозгу человека.

Сознание – наивысшая, свойственная только человеку функция головного мозга, выражающаяся в целенаправленном отражении мира, предварительном построении действий, предвидении их результатов, регулировании взаимоотношений человека со средой и познании мира.

Таким образом, психика – высшая форма взаимосвязи живых существ с предметным миром, выраженная в их способности реализовывать свои побуждения и действовать на основе информации о нем.



Главное отличие психики человека от психики животных это наличие сознания, особенно самосознания.

**Сознание** – это высший уровень психического отражения действительности человеком.

**Сознание** это высшая, свойственная только человеку - и связанная с речью, функция мозга, которая заключается в обобщенном и оценочном отражении действительности, а также ее творческом преобразовании, и предварительном мысленном построении действий и предвидении результатов, в разумном регулировании поведения.

# Характеристики сознания человека:

- *Совокупность знаний об окружающем нас мире;*
- *Закрепление в нем отчетливого различения субъекта и объекта;*
- *Обеспечение целеполагающей деятельности человека;*
- *Наличие эмоциональных оценок в межличностных отношениях.*

Формы сознания: *индивидуальное, групповое и общественное.*





**Бессознательное** - это совокупность психических процессов, актов и состояний, обусловленных воздействиями, во влиянии которых человек не дает себе отчета.

Неосознаваемые механизмы сознательных действий включают:

- *неосознаваемые автоматизмы* – это акты, которые совершаются без участия или с минимальным участием сознания (первичные и автоматизированные действия);
- *явление неосознаваемой установки* – это готовность организма к совершению определенных действий или к реагированию определенным образом;
  - *неосознаваемое сопровождение сознательных действий* – это открывание рта при кормлении, расширение зрачка при восприятии привлекательного объекта

# Самосознание

Самосознание (*Я-концепция личности*) - неотъемлемый признак сознания, система установок человека относительно самого себя, обобщенное представление о самом себе.

*Я-концепция* формируется, развивается, изменяется в процессе социализации личности, в процессе самопознания.

Способы самопознания, ведущие к формированию Я-концепции, разнообразны: самовосприятие и самоанализ, сравнение себя с другими (идентификация), восприятие и интерпретация реакций на себя других (рефлексия) и т. д.



# Традиционно психологи выделяют три модальности Я-концепции:

- Я-реальное – это установки (представления), связанные с тем, как индивид воспринимает себя: внешность, конституцию, возможности, способности, социальные роли, статус и т. д. То есть его представления о том, каков он есть на самом деле;
- Я-идеальное – установки, связанные с представлениями о том, каким он хотел бы быть. Я-идеальное отражает цели, которые индивид связывает со своим будущим;
- Я-зеркальное – установки, связанные с представлениями индивида о том, каким



Я-концепция, как система установок относительно своей личности, имеет сложную структуру, в которой выделяют три компонента: *когнитивный, эмоционально-оценочный и поведенческий.*

Когнитивный компонент – это основные характеристики самовосприятия и самоописания личности, составляющие представления человека о себе. Этот компонент часто называют «Образом Я». Составляющими «Образа Я» являются: Я-физическое, Я-психическое, Я-социальное.



- **Я-физическое** включает представления о своем поле, росте, строении организма, о своей внешности в целом («очкарик», «толстяк», «тощий» и т. д.). Причем, важнейшим источником формирования физического образа Я наряду с половым отождествлением служат размеры тела и его форма.

- **Я-психическое** – это представление человека о своих особенностях познавательной деятельности (памяти, мышления, воображения, внимания и т. д.), о своих психических свойствах (темпераменте, характере, способностях) и т. д.

- **Я-социальное** – представление о своих социальных ролях (дочь, сестра, подруга, ученица, спортсменка и т. д.), социальном статусе (лидер, исполнитель, отверженная и



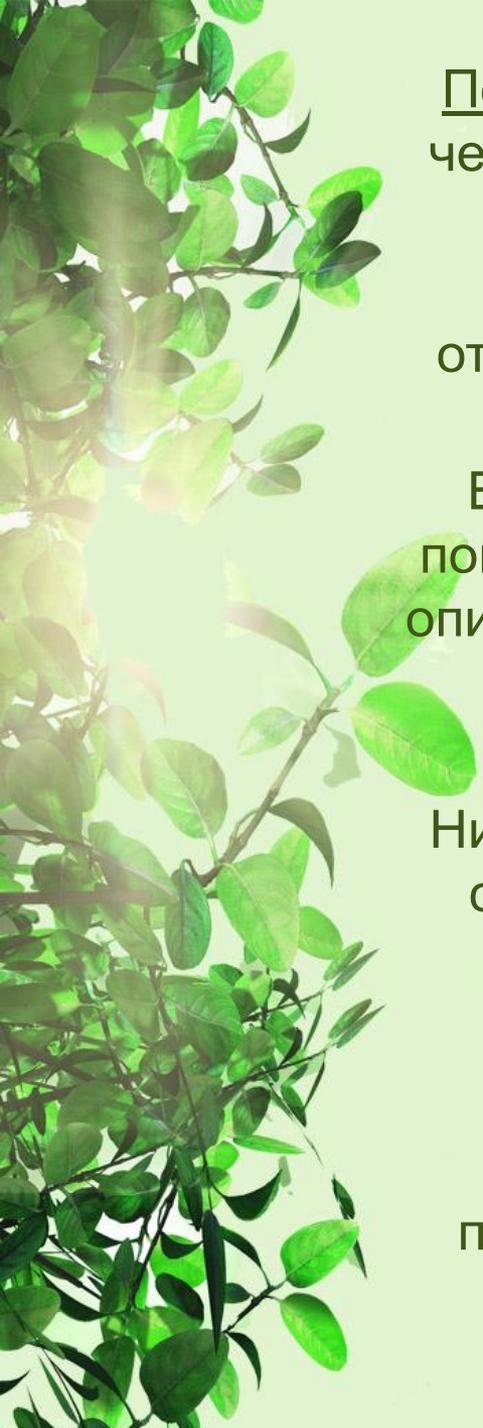
Эмоционально-оценочный компонент – это самооценка образа Я, которая может обладать различной интенсивностью, поскольку отдельные черты, особенности, свойства личности могут вызывать различные эмоции, связанные с удовлетворенностью или неудовлетворенностью ими.

В классической концепции У. Джеймса самооценка определяется как математическое отношение реальных достижений личности к уровню притязаний.

Самооценка = успех/уровень притязаний.

Самооценка может быть *заниженной* или *завышенной*, *низкой* или *высокой*, *адекватной* и *неадекватной*.

Низкая самооценка предполагает неприятие себя, самоотрицание, негативное отношение к себе как к личности. Высокая самооценка говорит об уверенности человека в себе, своих возможностях, силах.



Поведенческий компонент Я-концепции – это поведение человека (или потенциальное поведение), которое может быть вызвано образом Я и самооценкой личности.

Как отмечает К. Роджерс, Я-концепция, обладая относительной стабильностью, обуславливает довольно устойчивые схемы поведения человека.

Влияние Я-концепции на отношения к другим людям и поведение человека великолепно демонстрирует Э. Берн, описывая жизненные позиции людей с различным уровнем самооценки.

Низкая самооценка, блокируя реализацию потребности в самоуважении и уважении, ведет к внутриличностным конфликтам, дискомфорту.

Способы компенсации пониженного самоуважения, негативного отношения к себе могут быть различны. Однако часто люди стремятся уйти от своих проблем, применяя различные формы психологической защиты.