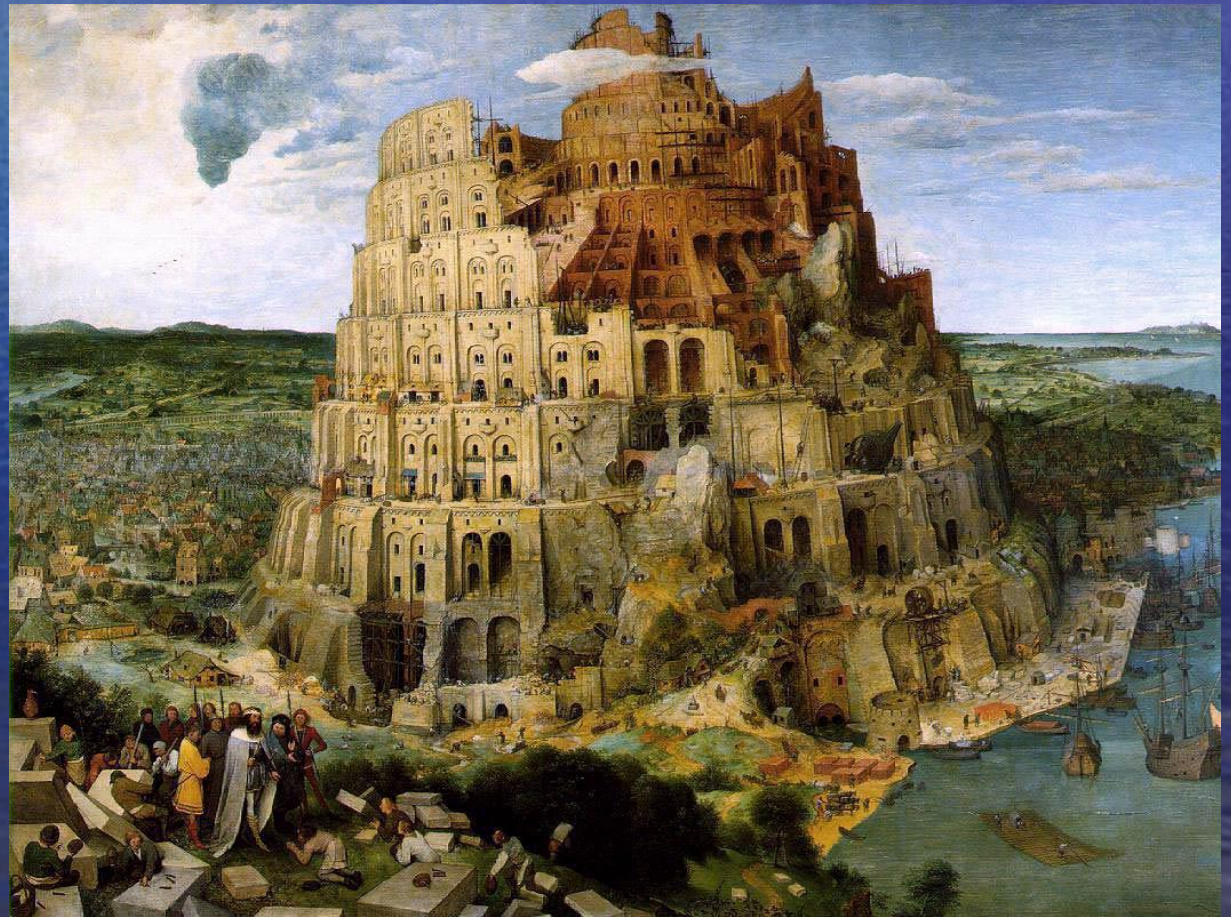


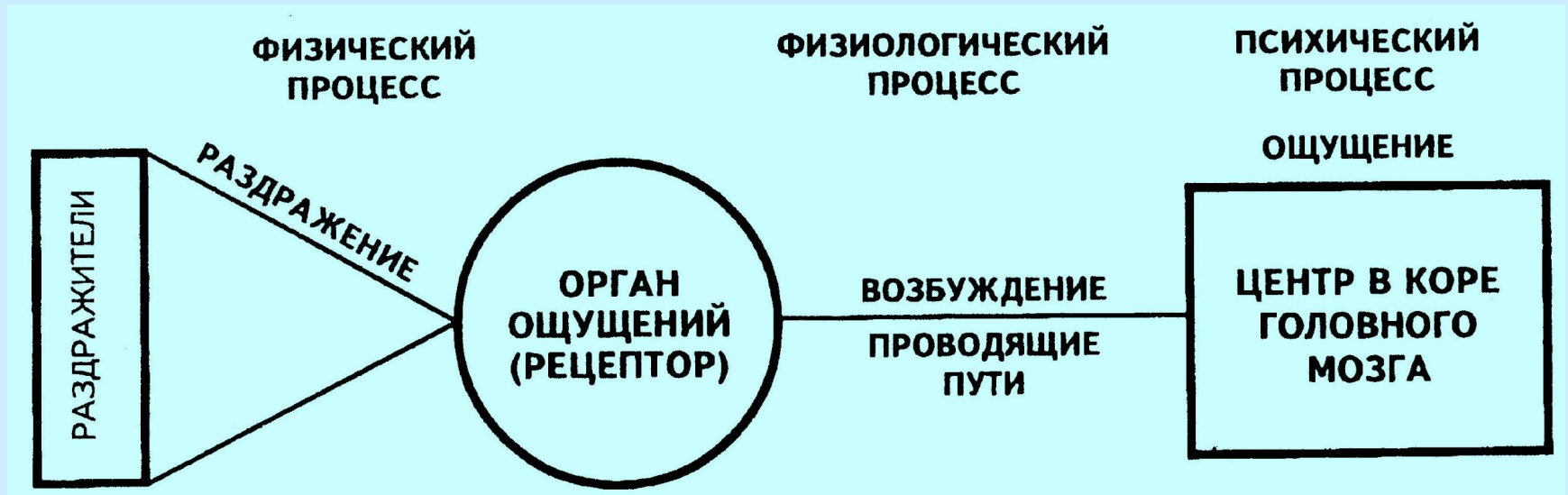
# ПСИХОЛОГИЧЕСКАЯ ПОДСТРУКТУРА ЛИЧНОСТИ



# ОЩУЩЕНИЕ

**Ощущением** называется простейший психический процесс отражения в коре головного мозга отдельных свойств предметов, явлений окружающего мира, а также внутренних состояний человека, которые воздействуют в данный момент на соответствующие органы чувствительности.

# Возникновение ощущений

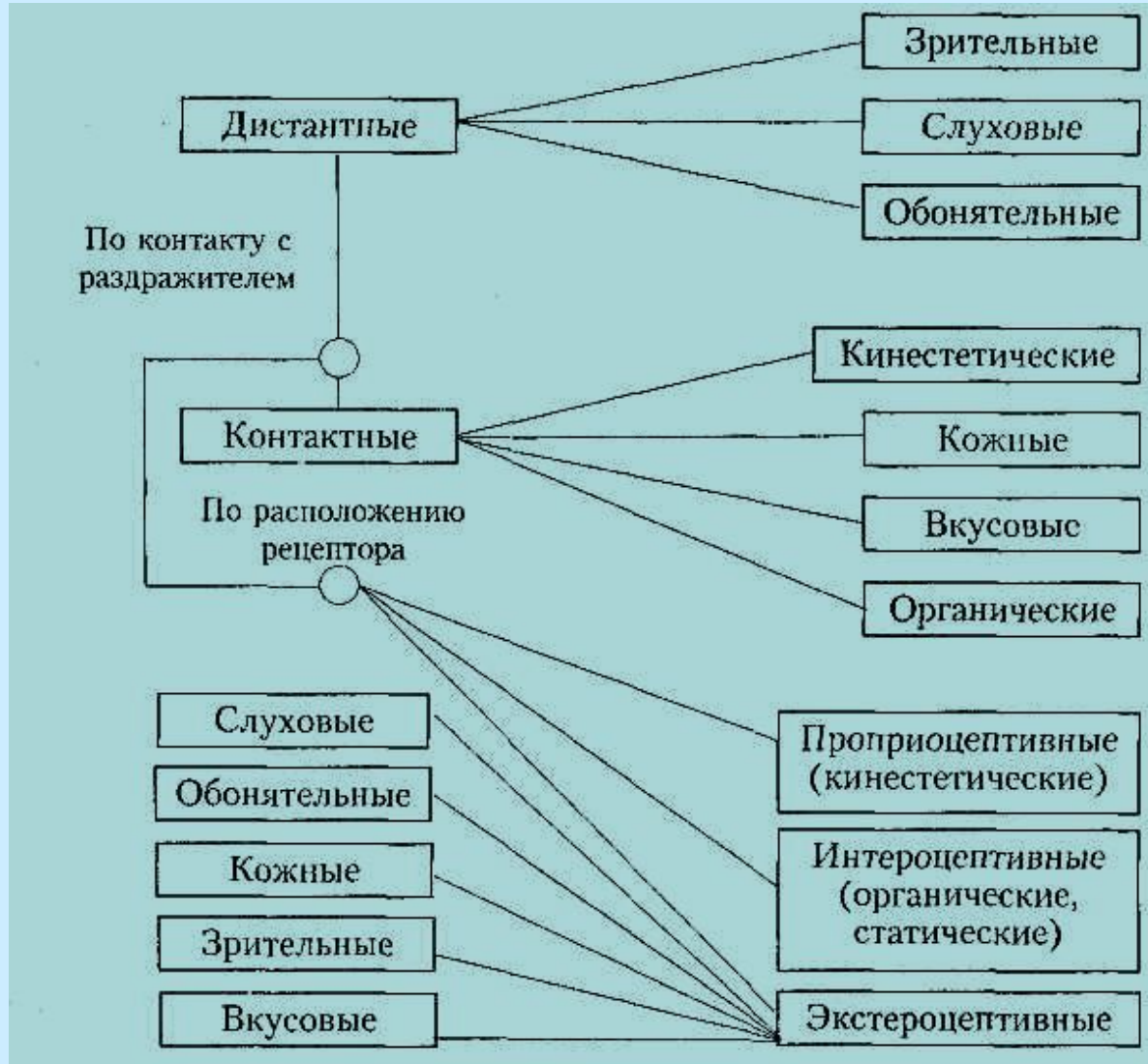


# Строение анализатора

- рецепторы, или органы чувствительности, преобразующие энергию внешнего воздействия в нервные сигналы;
- проводящие нервные пути, по которым эти сигналы передаются в мозг и обратно к рецепторам;
- корковые проекционные зоны головного мозга.



# Виды ощущений



## Общие свойства ощущений

<b>КАЧЕСТВО</b>	Каждый вид ощущений имеет свои специфические особенности, отличающие его от других видов. Например, слуховые ощущения характеризуются высотой, тембром, громкостью, а зрительные – цветовым тоном, насыщенностью, светлотой.
<b>ИНТЕНСИВНОСТЬ</b>	Определяется силой действующего раздражителя и функциональным состоянием рецептора.
<b>ДЛИТЕЛЬНОСТЬ</b>	Определяется функциональным состоянием органов чувствительности, временем действия раздражителя, его интенсивностью.

## Основные закономерности ощущений

**Чувствительность** – способность человека иметь ощущения.

**Временной порог** – минимальная продолжительность воздействия раздражителя, необходимая для возникновения ощущения.

**Латентный период** – время между началом действия раздражителя и появлением ощущения.

**Инерция** – время исчезновения ощущения после окончания воздействия раздражителя.

# Пороги чувствительности

## абсолютный порог

- **нижним абсолютным порогом ощущения** – наименьшая сила раздражителя, при которой возникает едва заметное ощущение;
- **верхний абсолютный порогом ощущения** – наибольшая сила раздражителя, при которой еще возникает ощущение данного вида;
- **диапазон чувствительности** – интервал между нижним и верхним порогом ощущений;

дифференциальный порог – наименьшая величина различий между раздражителями, когда разница между ними еще улавливается.



# Психофизиологические закономерности

**Адаптация** – изменение чувствительности анализатора в результате его приспособления к силе и продолжительности действующего раздражителя.

**Взаимодействие ощущений** – изменение чувствительности анализаторов под влиянием раздражителя других органов чувств:

- **сенсбилизация** (от лат. – чувствительность) – повышение чувствительности нервных центров под влиянием воздействия раздражителя.
- **синестезия** – это возникновение под влиянием раздражения некоторого анализатора ощущения, характерного для другого анализатора.

# ВОСПРИЯТИЕ

**Восприятие** — это целостное отражение предметов и явлений объективного мира при их непосредственном воздействии на наши органы чувствительности.

## Общие закономерности восприятия

**Целостность** — внутренняя органическая взаимосвязь частей и целого в образе. Это свойство проявляется в двух аспектах: а) объединение разных элементов в целом; б) независимость образованного целого от составляющих его элементов.

**Константность** — относительное постоянство восприятия образа.

**Предметность** — восприятие объектов как обособленных в пространстве и времени отдельных физических тел.

**Структурность восприятия** — узнавание различных объектов благодаря устойчивой структуре их признаков.

**Осмысленность восприятия** — понимание связи сущности предметов и явлений через процесс мышления. Осмысленность восприятия проявляется в *узнавании*.

**Категориальность** — обозначение и отнесение объектов, предметов и явлений окружающего мира к определенным категориям (к животным, растениям, предметам мебели, событиям общественной жизни и т. п.).

**Избирательность** — преимущественное выделение одних объектов перед другими в процессе восприятия.

# Виды восприятия

## Критерии классификации восприятия:

- **ведущий анализатор в восприятии** (зрительные, слуховые, осязательные, кинестезические, обонятельные и вкусовые восприятия);
- **цель восприятия** (преднамеренное и непреднамеренное восприятие);
- **степень организации** (организованное и неорганизованное восприятие) ;
- **направленность восприятия** (внешненаправленное – восприятия предметов и явлений внешнего мира и внутренненаправленное – восприятие собственных мыслей и чувств);
- **форма отражения** (восприятие пространства, предметов и явлений окружающего мира; восприятие человека человеком; восприятие времени; восприятие движений).

# ВНИМАНИЕ

**Вниманием** называют направленность и сосредоточенность сознания на определенных объектах или определенной деятельности при отвлечении от всего остального.



# Свойства внимания

- **Сосредоточенность внимания** – это удержание внимания на одном объекте или одних действиях при отвлечении от всего остального.
- **Устойчивость внимания** – это длительность сосредоточения на объекте или явлении или удержание требуемой интенсивности внимания в течение длительного времени.
- **Объем внимания** характеризуется количеством объектов или их элементов, которые могут быть одновременно восприняты с одинаковой степенью ясности и отчетливости в один момент.
- **Распределение внимания** – это возможность одновременного выполнения индивидом двух или более видов деятельности.
- **Переключаемость внимания** – это способность быстро выключаться из одних видов деятельности и включаться в новые виды деятельности, соответствующие изменившимся условиям.

# Виды внимания

В зависимости от активности личности:

**Непроизвольное (непреднамеренное) внимание** возникает без намерения человека увидеть или услышать что-либо, без заранее поставленной цели, без усилий воли.

- Интенсивность раздражителя.
- Новизна, необычность объектов.
- Резкая смена, а также динамичность объектов.

**Произвольное (преднамеренное) внимание** активное, целенаправленное сосредоточение сознания, поддержание уровня которого связано с определенными волевыми усилиями, необходимыми для борьбы с более сильными воздействиями.

- Целенаправленность.
- Организованность.
- Повышенная устойчивость.

**Послепроизвольное внимание** – внимание, наступающее после произвольного через вхождение в деятельность и возникающий в связи с этим интерес, в результате чего сосредоточенность сохраняется в течение длительного времени без напряжения и волевых усилий.

# Виды внимания

По характеру направленности:

***Внешне направленное*** (перцептивное) внимание направлено на окружающие объекты и явления.

***Внутреннее направленное*** – внимание направлено на собственные мысли и переживания.

# Виды внимания

По происхождению:

**Природное внимание** – это врожденная способность человека избирательно реагировать на те или иные внешние или внутренние стимулы, несущие в себе элементы информационной новизны.

**Социально обусловленное внимание** складывается в течение жизни субъекта (прижизненно) в результате обучения и воспитания. Оно связано с избирательным сознательным реагированием на объекты, с волевой регуляцией поведения.

# Виды внимания

По механизму регуляции:

**Непосредственное внимание** не управляется ничем, кроме того объекта, на который оно направлено и который соответствует актуальным интересам и потребностями человека.

**Опосредованное внимание** регулируется с помощью специальных средств, например жестов.



# Виды внимания

По своей направленности на объект:

- **сенсорное** (направлено на восприятие),
- **интеллектуальное** (направлено на мышление, работу памяти),
- **моторное** (направлено на движение).

## Виды внимания

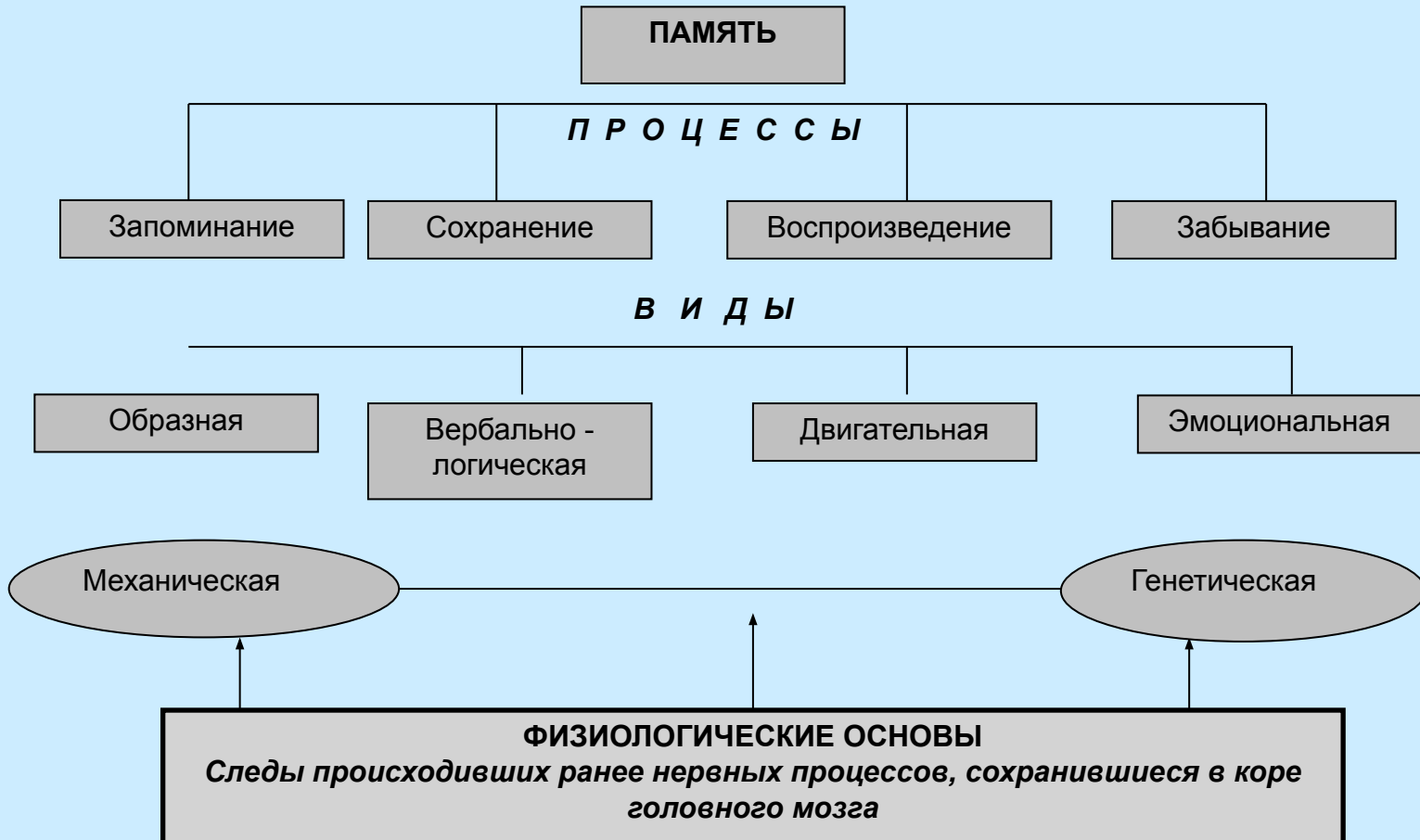
**По динамике интенсивности:**

**Статическим** называется такое внимание, высокая интенсивность которого легко возникает в самом начале работы и сохраняется на протяжении всего времени ее выполнения.

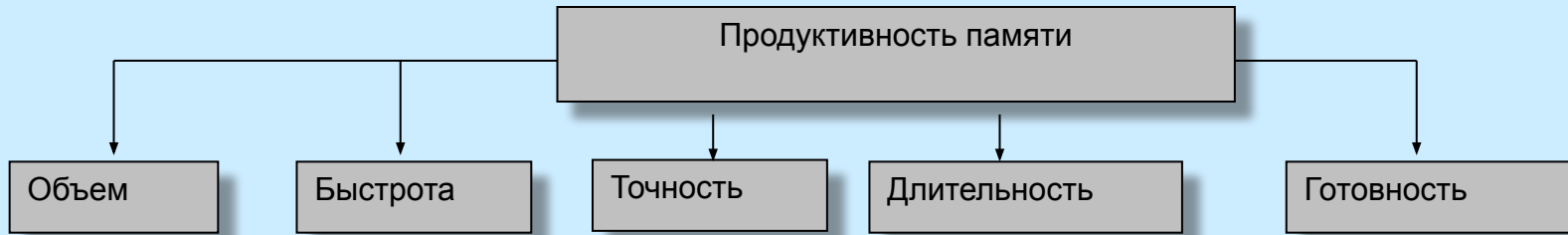
**Динамическое** внимание отличается противоположными качествами; в начале работы оно не интенсивно; человеку требуется известное усилие для того, чтобы заставить себя быть внимательным к данному виду действий; он медленно втягивается в работу; первые минуты проходят у него в постоянных отвлечениях, и лишь постепенно и с трудом он сосредоточивается на работе.

# ПАМЯТЬ

**Память** – это отражение прошлого опыта человека путем его запоминания, сохранения и воспроизведения.



# Свойства памяти



- **Объем** – способность одновременно сохранять определенное количество информации. Средний объем кратковременной памяти –  $7 \pm 2$  различных элементов (единиц) информации.
- **Быстрота запоминания** – отличается у разных людей. Скорость запоминания можно увеличить с помощью специальных тренировок памяти.
- **Точность** – проявляется в адекватном воспроизведении фактов и событий, с которыми сталкивался человек, а также в адекватном воспроизведении содержания информации.
- **Длительность** – определяется временем сохранения информации. Также очень индивидуальное качество: некоторые люди могут вспомнить лица и имена школьных друзей много лет спустя, некоторые забывают их спустя всего несколько месяцев. Длительность памяти имеет избирательный характер.
- **Готовность к воспроизведению** – способность быстро извлекать информацию из памяти. Именно благодаря этой способности мы можем эффективно использовать приобретенный ранее опыт.

# Классификации видов памяти

## По характеру участия воли:

- произвольная память;
- произвольная память.

## По характеру психической активности:

- двигательная память;
- эмоциональная (аффективная) память;
- образная память (зрительная, слуховая осязательная, обонятельная, вкусовая, эйдетическая память);
- вербально-логическая память.

## По продолжительности сохранения информации:

- сенсорная память,
- кратковременная память;
- оперативная память;
- долговременная память.

## По типу запоминаемой информации.

- эпизодическая память;
- семантическая память;
- память на общую информацию.

## По осознаваемости воспроизведения информации.

- эксплицитная память;
- имплицитная память.



# Процессы памяти

**Запоминание** – процесс, направленный на усвоение и сохранение информации, обстоятельств жизни и деятельности, воспринимаемых человеком. Различают произвольное и произвольное запоминание.

**Сохранение** – это сложный динамический процесс разработки, систематизации, обобщения материала, овладения им.

**Воспроизведение** – это один из самых активных и творческих процессов, он заключается в восстановлении информации, извлечении ее из памяти.

**Забывание** – это невозможность вспомнить, воспроизвести, или неправильное воспроизведение какого-либо материала, информации.

# МЫШЛЕНИЕ

**Мышление** – это обобщенное и опосредованное отражение действительности человеком в ее существенных связях и отношениях.

# Мыслительные операции

- **Анализ** – мысленное расчленение, разложение предмета или явления на составные части. Идеальный анализ в отличие от практического позволяет разделить неделимые свойства и явления (сущность от явления, причину от следствия и т. д.), не разрушая и не нарушая эти процессы. Анализ неразрывно связан с синтезом.
- **Синтез** – это мысленное объединение отдельных частей, свойств, признаков в единое целое. Анализ и синтез являются основой для сравнения.
- **Сравнение** – сопоставление предметов и явлений с точки зрения их качественной близости или удаленности. В процессе сравнения выделяются свойства, качества, элементы, которые одинаковы у разных предметов и явлений. Сравнивая различные предметы, явления, устанавливаются сходство, различие, тождество, подобие и т. д., что является основой для классификации.
- **Классификация** – это объединение предметов и явлений в группы на основе какого-то признака или группы признаков. Признак (сходства, различия и т. д.) является основой классификации.
- **Абстрагирование** – мысленное отделение одних свойств и признаков предмета от других их черт и от самих предметов, которым они свойственны. Абстрагируясь, выделяются общие признаки для разных предметов, на основе которых следует обобщение.
- **Обобщение** – это объединение предметов и явлений на основе общих признаков. Одной из форм мысленного обобщения являются *понятия*.
- **Конкретизация** выступает как операция, обратная обобщению. Она проявляется, например, в том, что из общего определения понятия выводятся суждения о принадлежности единичного явления к какому-то их классу.

# Мыслительный процесс

**Понятие** – форма мышления, отражающая существенные свойства, связи и отношения предметов и явлений действительности, признаков, общих для всех предметов, входящих в него. Любое понятие относится к группе сходных предметов. Понятия бывают конкретные и абстрактные, единичные и общие.

**Суждение** – отрицание или утверждение чего-либо о чем-либо. Суждения бывают утвердительные, отрицательные, истинные, ложные, предположительные.

**Умозаключение** – это серия логически связанных высказываний, из которых выводятся новые знания. Умозаключения бывают трех видов:

- индуктивные (предполагают вывод частного суждения из общего),
- дедуктивные (вывод общего суждения из частных),
- по аналогии (основывается на схожести существенных признаков явлений, объектов, и на этом основании делается вывод о возможной схожести и по другим признакам).

# Виды мышления

**Практическое мышление** направлено на подготовку к физическому преобразованию действительности.

- **Наглядно-действенное мышление** характеризуется тем, что решение задачи осуществляется с помощью реального физического преобразования ситуации, т. е. в процессе деятельности.
- **Наглядно-образное мышление** опирается на образы представлений или восприятия и их возможные изменения в результате деятельности и преобразования ситуации.

**Теоретическое мышление** направлено на выявление каких-либо закономерностей, правил, законов и опирается на научные понятия или ситуационные, житейские обобщения.

- **Словесно-логическое мышление.**
- **Абстрактное мышление**, осуществляемое с помощью логических операций с понятиями.

**Творческое мышление** характеризуется высокой новизной продукта, своеобразием процесса его получения,

**Воссоздающее мышление** характеризуется меньшей продуктивностью.

**Логическое мышление.**

**Интуитивное мышление.**



# ПРЕДСТАВЛЕНИЕ

**Представление** – это создание, конструирование конкретных образов предметов и явлений, которые ранее воздействовали на наши органы чувств и которые мы когда-либо воспринимали.

Основными **функциями** представлений являются:

- **сигнальная,**
- **регулирующая,**
- **настроечная.**

# Виды представлений

## По видам анализаторов:

- **зрительные** (образ человека, предмета, пейзаж),
- **слуховые** (представления музыкальной мелодии),
- **обонятельные** (представления запаха цветов, травы, леса),
- **осязательные** (представления предмета, к которому прикасался ранее),
- **двигательные** (например, представления движений своего тела и конечностей при прыжке) и др.

## По степени обобщенности:

- **единичные представления** – основаны на восприятии одного, конкретного предмета (ель, береза),
- **общие** – это представления, обобщенно отражающие множества сходных предметов (дерево, березовая роща и т. д.).

## По степени проявления волевых усилий:

- **Непроизвольные представления** – это представления, возникающие спонтанно, без активизации воли и памяти человека.
- **Произвольные представления** – это представления, возникающие у человека под воздействием воли и памяти человека.

## По продолжительности:

- **Оперативные представления** – представления, извлекаемые человеком из своего сознания для обслуживания оперативных интересов его деятельности.
- **Кратковременные представления** – это представления весьма непродолжительные по времени.
- **Долговременные представления** – представления, которые сохраняются в памяти человека и используются им длительное время и достаточно часто. К ним относятся в основном профессиональные представления.

# ВООБРАЖЕНИЕ

**Воображение** – это психический процесс создания новых образов на основе ранее воспринятых.

# Виды воображения

**Активное воображение** характеризуется тем, что, пользуясь им, человек по собственному желанию усилием воли вызывает у себя соответствующие образы.

- *творческое*
- *воссоздающее.*

**Пассивное воображение** характеризуется созданием образов, которые не воплощаются в жизнь. Образы пассивного воображения возникают спонтанно, помимо воли и желания человека.

- *преднамеренное,*
- *непреднамеренное.*

# Формы проявления воображения

- *мечты,*
- *грезы,*
- *галлюцинации,*
- *сновидения.*

# Приемы и способы процесса воображения

- **Агглютинация** – "склеивание", комбинация, слияние отдельных элементов или частей нескольких предметов в один образ.
- **Акцентирование** или заострение – выделение и подчеркивание какой-либо части, детали в создаваемом образе.
- **Гиперболизация** – увеличение или уменьшение предмета, изменение количества частей предмета или их смещение.
- **Схематизация** – сглаживание различий предметов и выделение черт сходства между ними.
- **Типизация** – выделение существенного, повторяющегося в однородных явлениях, и воплощение его в конкретном образе.

# Функции воображения

1. *Представление действительности в образах и возможность пользоваться ими.*
2. *Регулирование эмоциональных состояний.*
3. *Формирование внутреннего плана действий.*
4. *Планирование и программирование деятельности.*
5. *Управление психофизиологическим состоянием организма.*

# РЕЧЬ

**Речь** – это сложившаяся исторически форма общения человека с другим человеком или с самим собой, опосредованная использованием естественного языка.

**Язык** – это система знаков, способ передачи социального опыта. Язык существует и реализуется через речь.

Обобщенное отражение предметного содержания составляет **значение** слова.



# Функции речи

1. **Семантическая (обозначающая, отражающая) функция** – обозначает возможность использования речи для сознательного общения посредством обозначения своих мыслей и чувств для сообщения их другому.
2. **Коммуникативная функция** – обозначает возможность процесса общения между людьми, где речь выступает в качестве инструмента общения.
3. **Эмоциональная (экспрессивная, выразительная) функция** – способность языка передавать внутренние состояния, желания, эмоции и т. д.
4. **Функция воздействия (регуляторная функция).**

# Виды речи

- **Устная речь** – вербальное общение при помощи языковых средств, воспринимаемых на слух.
- **Письменная речь** – вербальное общение при помощи письменных текстов.
- **Внутренняя речь** – это использование языка вне процесса реальной коммуникации.
- **Внутренняя речь** – использование языка вне процесса реальной коммуникации.
- **Жестовая речь** – это способ межличностного общения людей при помощи системы жестов.