

**ТЕМА: «ТРЕНИНГ  
РАЗВИТИЯ  
ПРОФЕССИОНАЛЬНО  
ВАЖНЫХ КАЧЕСТВ »»**

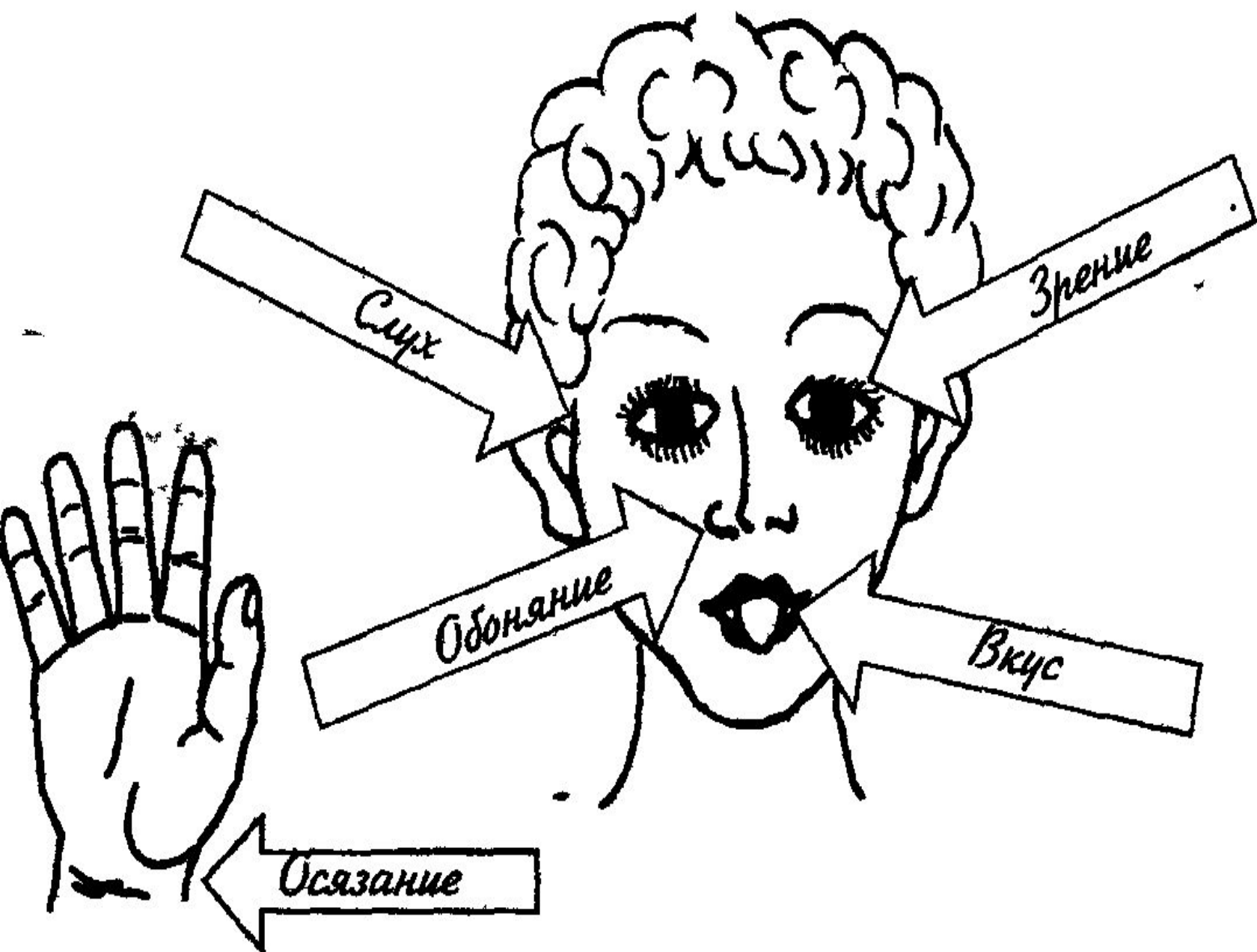
# ВОПРОСЫ

1. Процессы познавательной деятельности
2. Ощущение
3. Восприятие
4. Внимание
5. Память
6. Мышление

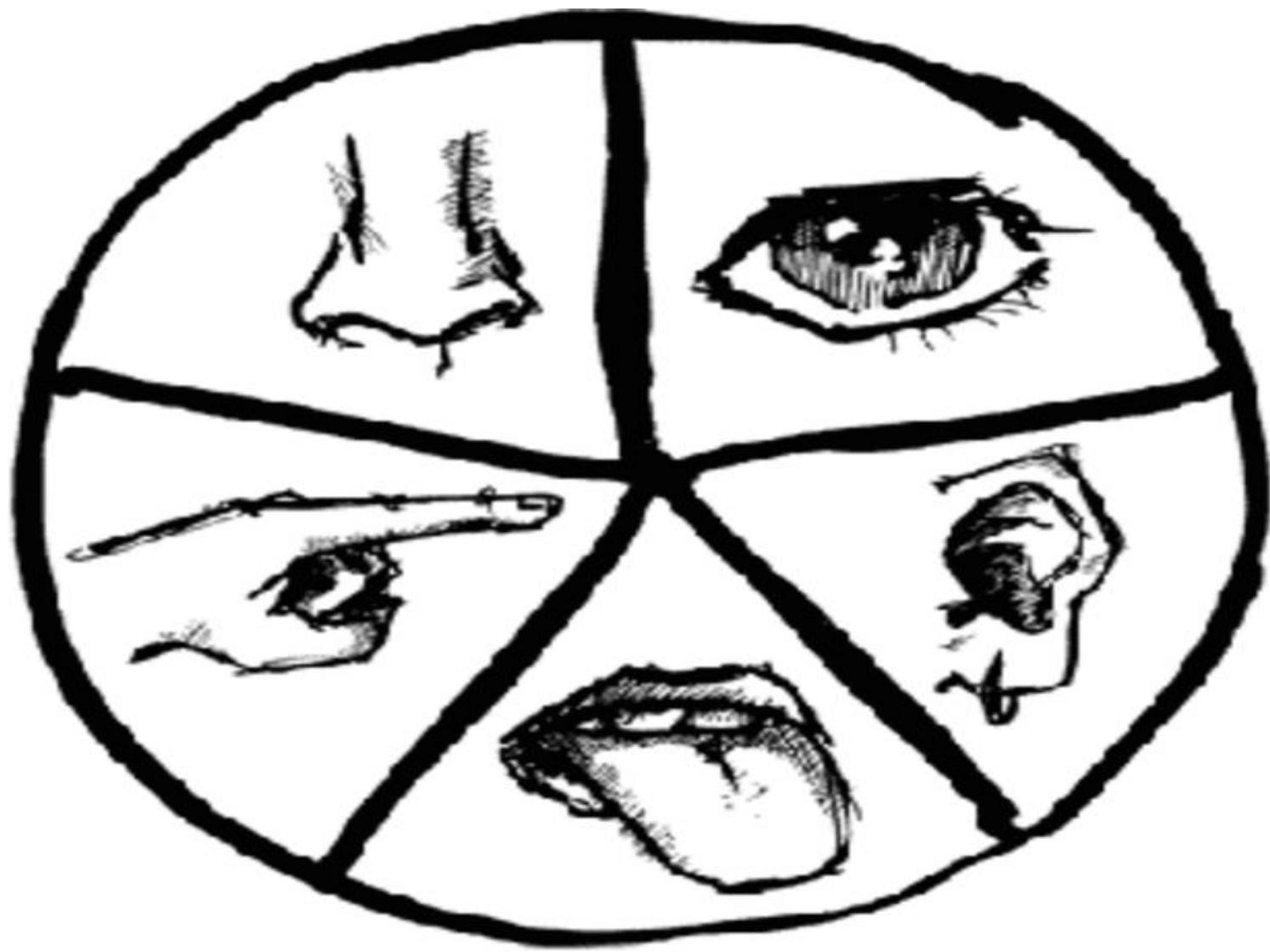
- Познавательные психические процессы поставляют и составляют материал внутреннего мира человека. К познавательным психическим процессам относятся; ощущение, восприятие, мышление, память.

# ОЩУЩЕНИЕ

- это простейшая форма психического отражения, свойственная и животному и человеку обеспечивая познания отдельных свойств, предметов и явлений, непосредственно воздействующих на наши органы чувств. Ощущения являются источником наших знаний об окружающем мире.



# АНАЛИЗАТОРЫ ЧЕЛОВЕКА



# КЛАССИФИКАЦИЯ ОЩУЩЕНИЙ

- ⊙ Экстерорецептивные ощущения
- ⊙ Интерорецептивные ощущения
- ⊙ Проприоцептивные ощущения  
(мышечно-двигательные )

# 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.

# ВОСПРИЯТИЕ ИНФОРМАЦИИ



Человек воспринимает информацию из внешнего мира с помощью всех своих органов чувств, которые являются информационными каналами, связывающими человека с внешним миром.

## **ЗРЕНИЕ**

зрительные образы

## **ОБОНЯНИЕ**

запахи

## **ВКУС**

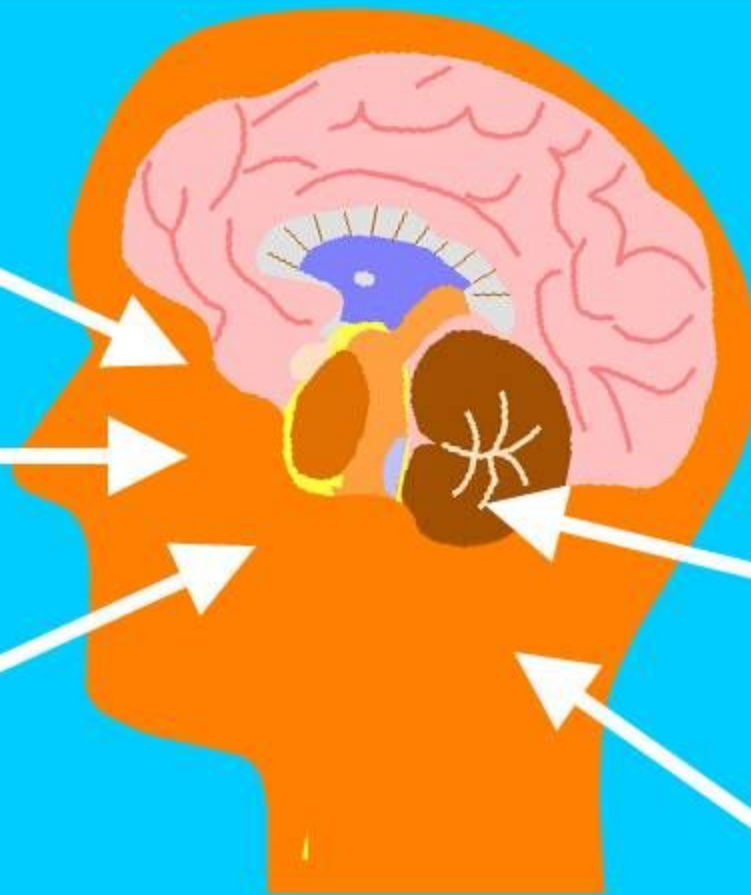
вкусовые ощущения

## **СЛУХ**

звуковые образы

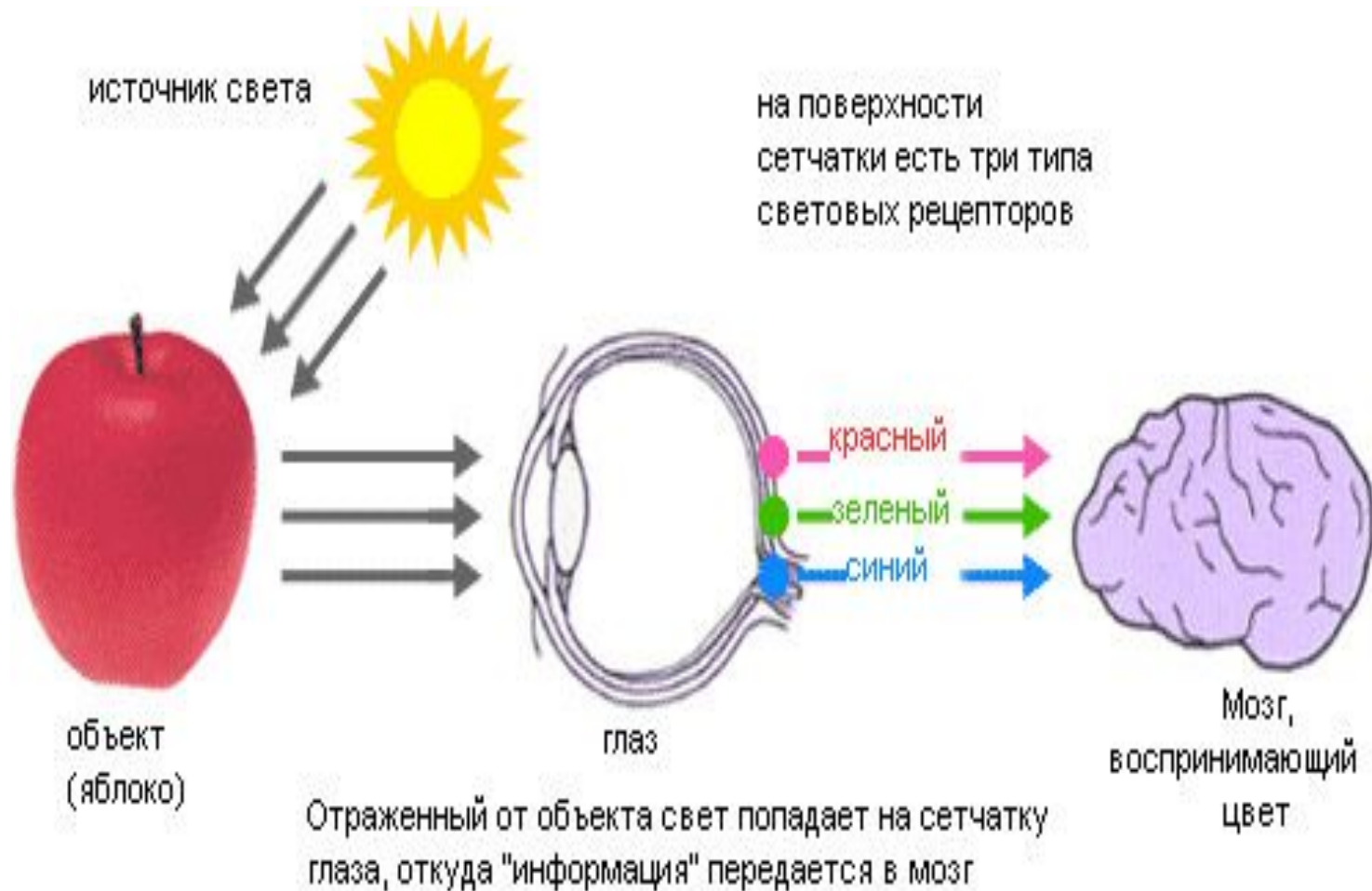
## **ОСЯЗАНИЕ**

тактильные ощущения



# СУЩЕСТВУЕТ ФОРМУЛА

восприятие = ощущение + действие.





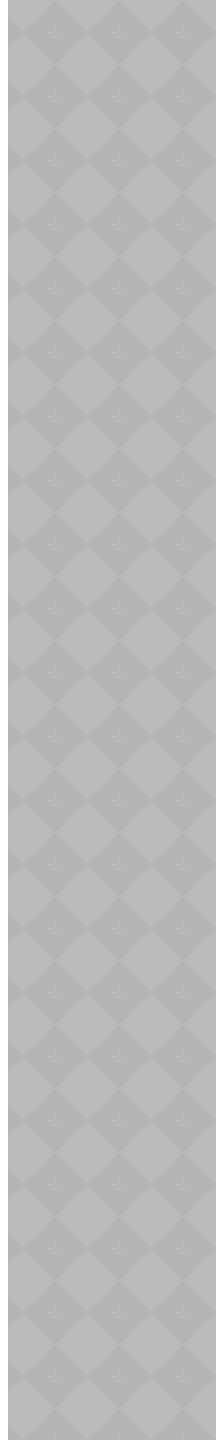
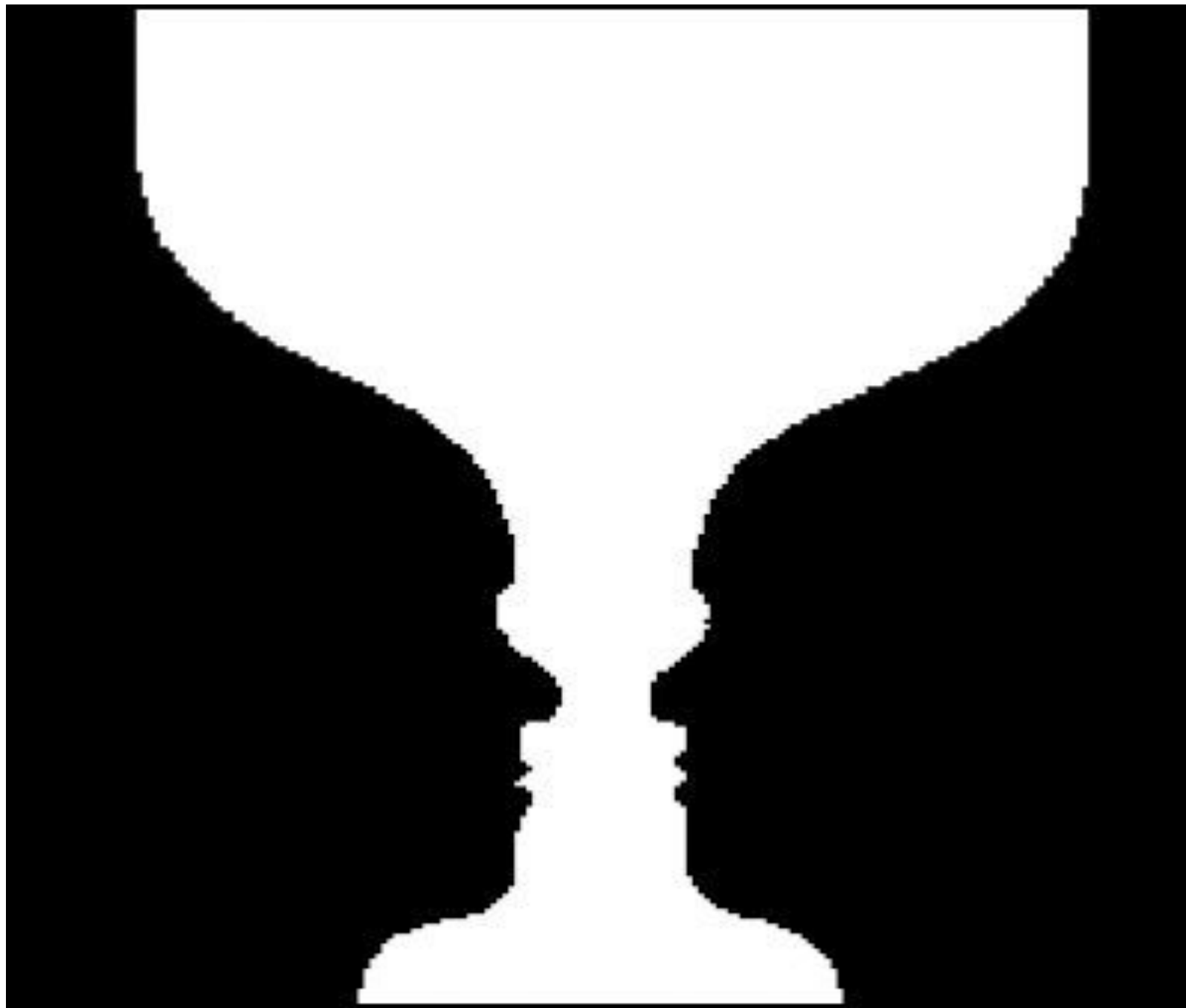
# ОШИБКИ ВОСПРИЯТИЯ

- Иллюзия - закономерно неправильное восприятие предмета, который в данный момент действует на наши органы чувств.



Рисунок  
Э. Боринга.

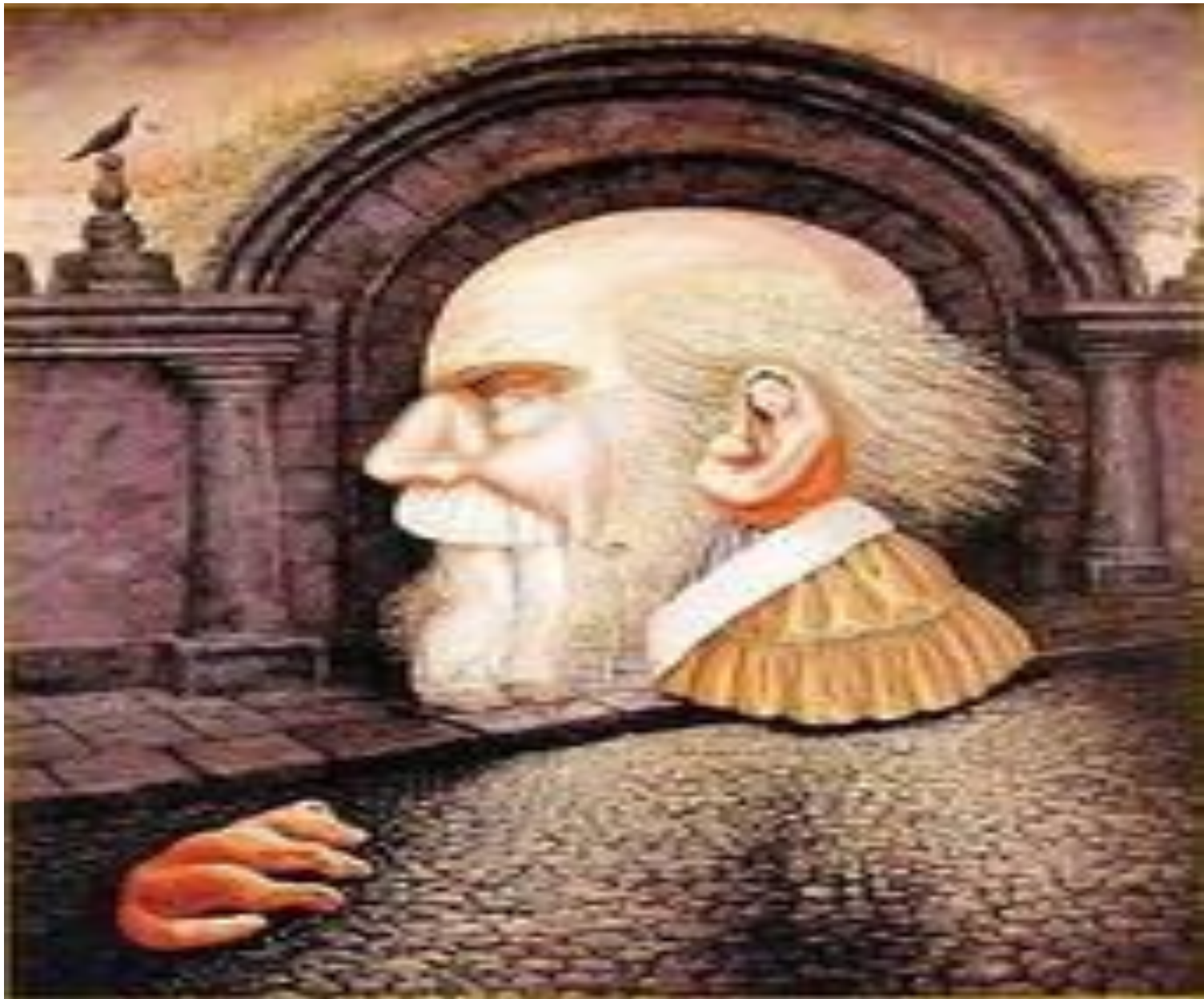
Один и тот же элемент,  
включенный в разные  
целостные структуры,  
воспринимается по-разному.





Что ты видишь музыканта или лицо?





# ВНИМАНИЕ

**Внимание** - это избирательная направленность сознания на определенные предметы и явления. Внимательность качество личности, важнейшая предпосылка, ключ к успеху в деятельности. Это процесс, при котором люди сознательно концентрируются на том, что происходит внутри и вокруг них.

# НЕПРОИЗВОЛЬНОЕ ВНИМАНИЕ

возникает  
непреднамеренно  
под влиянием  
внешних  
раздражителей и  
не требует  
волевых усилий,  
длится до тех  
пор, пока  
действует  
раздражитель



# ПРОИЗВОЛЬНОЕ ВНИМАНИЕ



преднамеренное внимание возникает и развивается в результате волевого усилия и напряжения человека, отличается целенаправленностью, организованностью, повышенной устойчивостью

# ПОСЛЕПРОИЗВОЛЬНОЕ ВНИМАНИЕ



усилием воли  
сосредоточиться  
на чем-то, а затем  
уже внимание  
концентрируется  
на предмете  
деятельности  
само собой.

# КАЧЕСТВА ВНИМАНИЯ

**Объем внимания** - число поступающих сигналов или протекающих ассоциаций, которые могут сохраниться в центре ясного сознания, приобретая доминирующий характер. Объем внимания равен 7-9 единицам.

**Устойчивость** - длительность, с которой выделенные элементы могут сохранять свой доминантный характер

**Концентрация внимания** -  
сосредоточенность субъекта на объекте,  
сила поглощения субъекта его этим  
объектом.

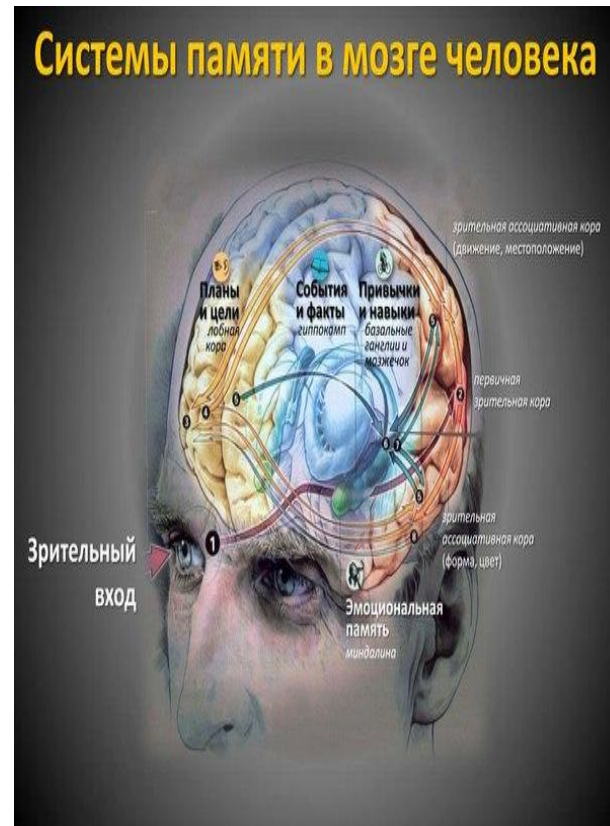
**Распределение внимание** -  
возможность одновременного  
выполнения нескольких видов действия.

**Переключаемость** - способность  
намеренно переносить внимание с  
одного объекта на другой



# ПАМЯТЬ

**- это психическое отражение результатов взаимодействия человека с действительностью и использованием их в последующей деятельности.**







Человек начинает запоминать уже в  
утробе матери.

По мнению ученых, память у  
человеческого плода начинает работать  
через 20 недель после зачатия.

# Классификация основных видов памяти

По характеру  
психической  
активности

Двигательная,  
эмоциональная,  
образная,  
словесно-  
логическая

По характеру  
целей  
деятельности

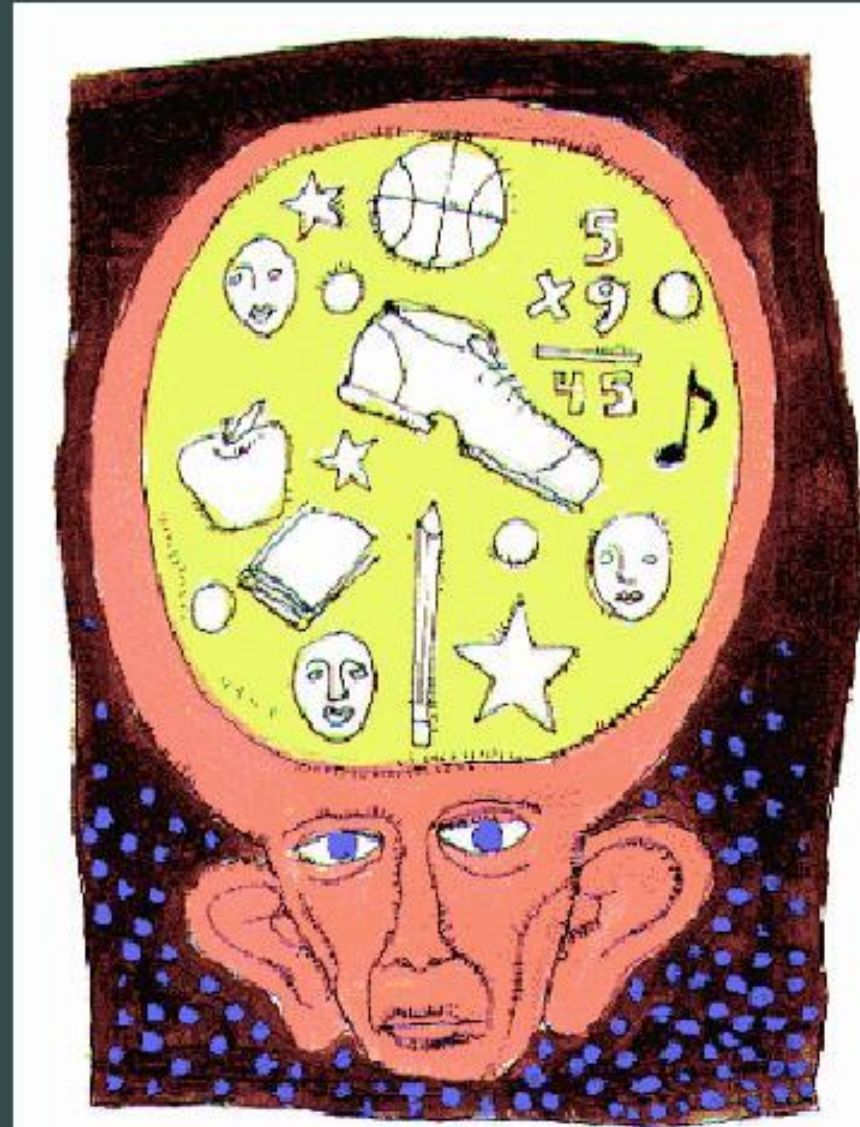
Произвольная,  
непроизвольн.

По  
продолжитель  
ности  
сохранения

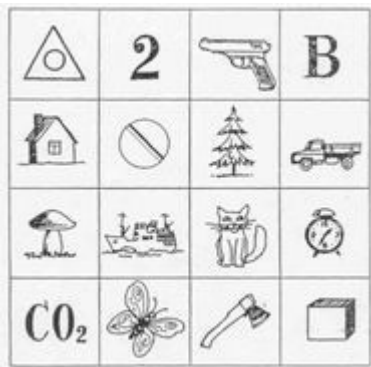
Долговрем-ая  
кратковрем-ая,  
оперативная

# Процессы памяти

- Запоминание — это процесс памяти, посредством которого происходит запечатление следов, ввод новых элементов ощущений, восприятие, мышления или переживания в систему ассоциативных связей.
- Хранение — процесс накопления материала в структуре памяти, включающий его переработку и усвоение.
- Воспроизведение и узнавание — процесс актуализации элементов прошлого опыта (образов, мыслей, чувств, движений).
- Забывание — потеря возможности воспроизведения, а иногда даже узнавания ранее запомненного.



# СЛОВЕСНО ЛОГИЧЕСКАЯ ПАМЯТЬ



- Выражается в запоминании и воспроизведении мыслей. Это база человеческого интеллекта. Осуществляется большинство мыслительных действий

# НАГЛЯДНО-ОБРАЗНАЯ ПАМЯТЬ



- Проявляется в запоминании сохранении и воспроизведении зрительных слуховых вкусовых образов



# ДВИГАТЕЛЬНАЯ ПАМЯТЬ

- Память о том как совершить определенные физические действия, способность запоминать и воспроизводить систему двигательных операций.



# ЭМОЦИОНАЛЬНАЯ ПАМЯТЬ



- Запечатление пережитых нами чувств эмоциональных состояний аффектов память страха стыда ярости

# КРАТКОВРЕМЕННАЯ ПАМЯТЬ



- кратковременная память - это фиксация объектов, попавших в поле восприятия (5-7 сек.).



# ОПЕРАТИВНАЯ ПАМЯТЬ

- избирательное сохранение информации на короткий срок (несколько дней).



# ДОЛГОВРЕМЕННАЯ ПАМЯТЬ

- Четвертичная служит для запоминания надолго, нередко на всю жизнь. Постоянный и практически неограниченный запас фактов и событий аккумулирующийся в течении жизни. Память об отдельных фактах общих понятиях языке и жизненном опыте

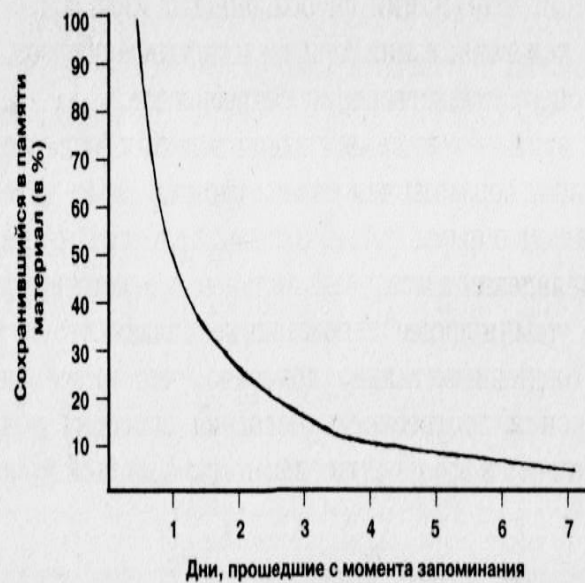


## ЛУЧШЕ ВСЕГО УДЕРЖИВАЕТСЯ В ПАМЯТИ НЕЗАВИСИМО ОТ ВОЛИ:

- Сильные физические раздражители (громкий звук, яркий свет).
- Незавершенность действия
- Профессионально значимые предметы
- Эмоционально окрашенные события.

# ЭФФЕКТ КРАЯ

Кривая забывания (закон забывания) бессмысленного материала по Г. Эббингаузу



## Закономерности работы памяти, обнаруженные Г. Эббингаузом

При запоминании материала лучше всего воспроизводится его начало и конец — «эффект края».

Запоминание идет лучше, если дважды повторить материал: сначала через несколько часов, а второй раз — через несколько дней.

Установка на использование материала в дальнейшем ведет к его лучшему запоминанию.

Чем проще событие и чем больше эмоций оно вызвало, тем более сильный след оно оставит в памяти. Сложная информация, а также события, не вызвавшие эмоций у человека, плохо запоминаются и быстро забываются.

Редкие, странные и необычные события запоминаются лучше, чем привычные и часто встречающиеся.

Память о тех или иных событиях постепенно меняется, так как эта информация вступает в связь с новой поступающей информацией и подвергается изменениям.

Потеря и восстановление памяти происходят по одному принципу: при потере памяти сначала теряются более сложные и недавние события, а при восстановлении памяти, наоборот, сначала восстанавливаются более простые и старые воспоминания, и только потом — более сложные и недавние.



# МЫШЛЕНИЕ

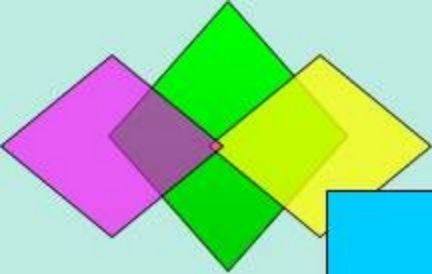




# Мышление, виды мышления. Развитие мышления

**Мышление** – опосредствованное и обобщенное отражение действительности в ее существенных связях и отношениях.









# Основные мыслительные процессы и действия

**Анализ** – мыслительный процесс расчленения сложного объекта на составляющие его части или характеристики.

**Синтез** – мыслительная операция, позволяющая соединять части в целое.

**Сравнение** – установление сходства и различия между объектами.

**Классификация** – распределение предметов (понятий) на классы согласно наиболее существенным признакам, присущим одним предметам (понятиям) и отличающим их от других предметов (понятий).