

Актуальные проблемы психологии



ЛЕКЦИЯ 1

Психология как наука



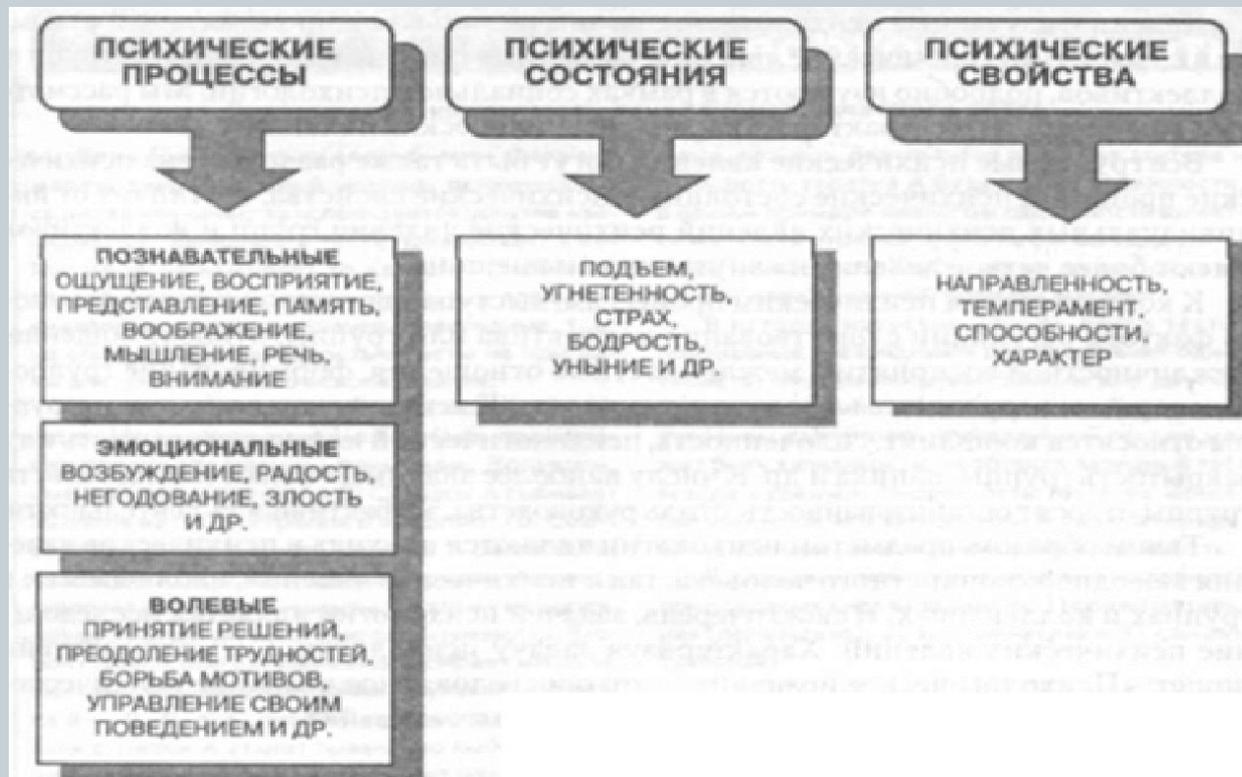
- Психология
 - Научный смысл гуманитарная наука
 - Знание общие, рациональны, передаваемы
 - Житейский смысл
 - Знания конкретны, интуитивны, трудно передаются

Психология как наука



Психология — это наука о психике и психических явлениях

Что изучает:



Методы психологических исследований



- **методы**
 - **субъективные**
 - Наблюдение
 - Опрос
 - Тест (опросник, задание)
 - **объективные**
 - Тесты (объективные, проективные)
 - Эксперимент (естественный, лабораторный)

Методы психологических исследований



Этапы развития психологии



Понятие о психике



Психика — это свойство высокоорганизованной живой материи, заключающееся в активном отражении субъектом объективного мира, в построении субъектом неотчуждаемой от него картины этого мира и регуляции на этой основе поведения и деятельности:

Уровни:

1. раздражимость (тропизм);
2. Чувствительность (способность к ощущениям). Реакция на биологически значимые и биологические нейтральные факторы среды.
3. Поведение — это сложный комплекс реакций живого организма на воздействия внешней среды
3. Сознание — высший уровень психического отражения и регуляции, присущий только человеку как общественно-историческому существу

Функции психики

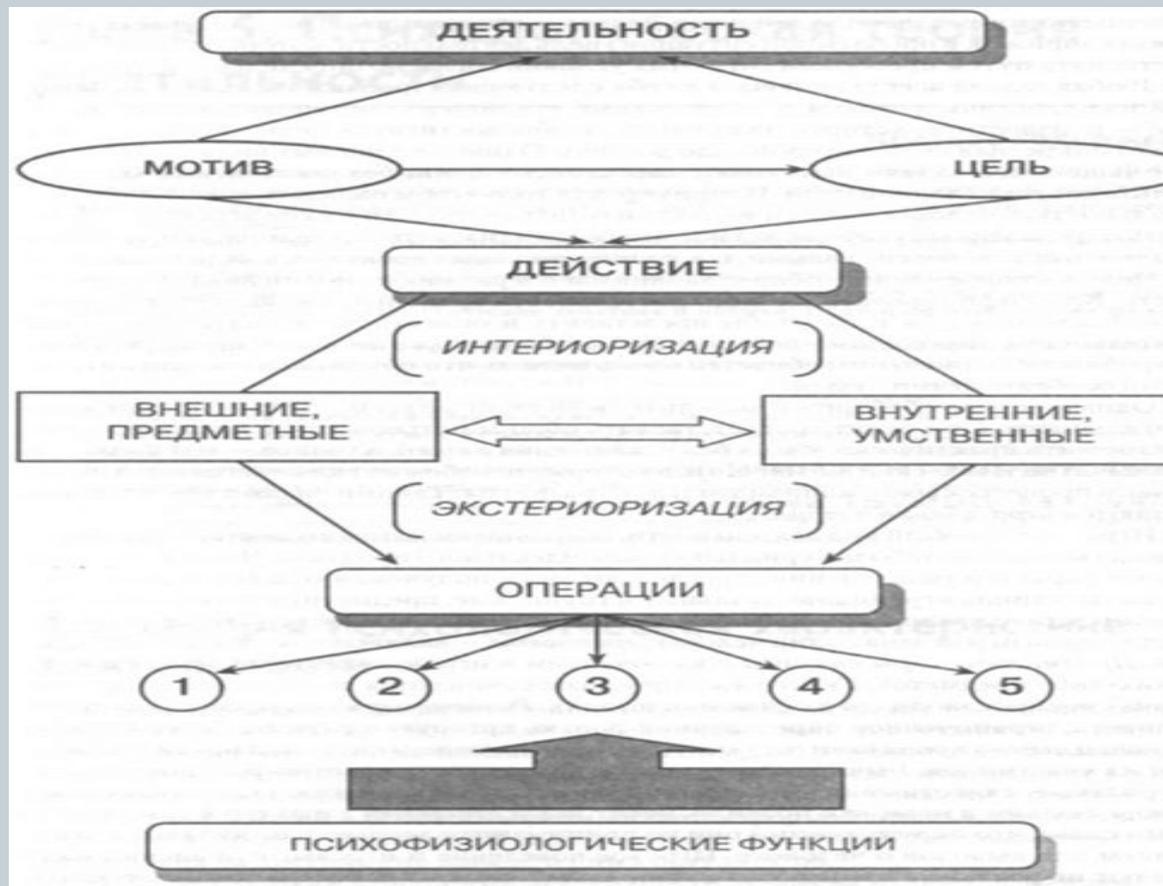


Общая психологическая характеристика деятельности



- Деятельность — это динамическая система взаимодействия субъекта с миром.
- В процессе этого взаимодействия происходит возникновение психического образа и его воплощение в объекте, а также реализация субъектом своих отношений с окружающей реальностью.
- Любой простейший акт деятельности является формой проявления активности субъекта, а это означает, что любая деятельность имеет побудительные причины и направлена на достижение определенных результатов.

Схема деятельности



Основополагающие принципы психологической теории деятельности



- Сознание не может рассматриваться как замкнутое в самом себе: оно должно проявляться в деятельности (принцип «размывания» круга сознания).
- Поведение нельзя рассматривать в отрыве от сознания человека (принцип единства сознания и поведения).
- Деятельность — это активный, целенаправленный процесс (принцип активности).
- Действия человека предметны; их цели носят социальный характер (принцип предметной человеческой деятельности и принцип ее социальной обусловленности).

Потребности и мотивы

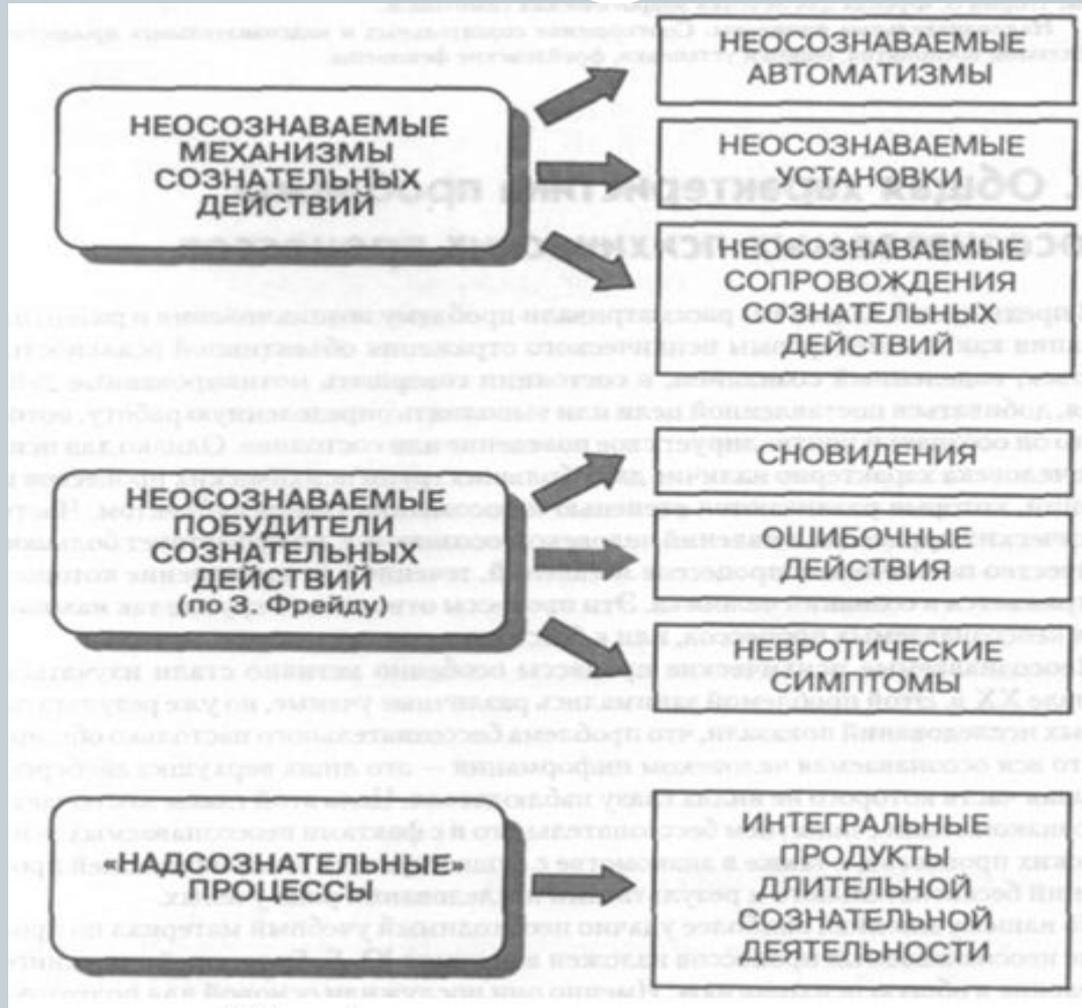


Потребность:

- исходная форма активности живых организмов;
- периодически возникающее состояние напряжения в организме живых существ;
- у человека – биологические и социальные (контакты, познание)

Мотив – опредмеченная потребность

Несознаваемые психические процессы



Психические процессы



- Ощущения
- Восприятие
- Представление
- Память
- Воображение
- Мышление
- Речь
- Внимание
- Воля
- Эмоции

Ощущения



- Воздействие на органы чувств раздражителя
- Возбуждение коры головного мозга
- Ощущение – отражение отдельных свойств предметов

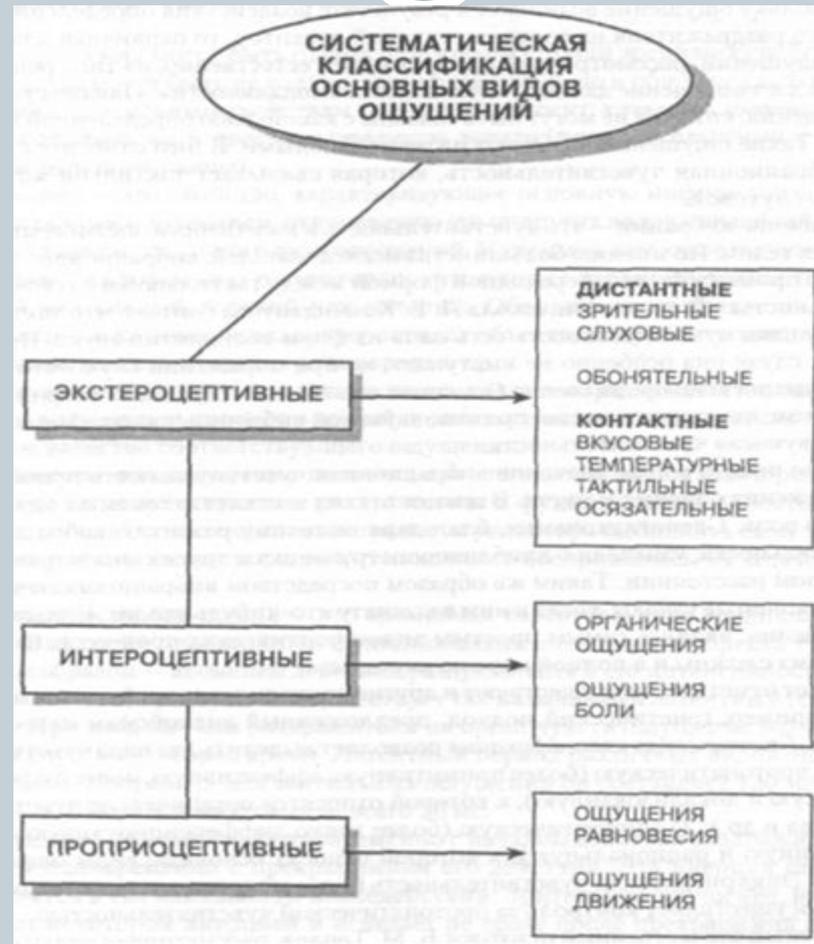
Ощущение



Виды:

- обоняние
- вкус
- Осязание
- зрение
- слух

Классификация ощущений



Свойства ощущений



- Качество — это свойство, характеризующее основную информацию, отображаемую данным ощущением.
- Интенсивность ощущения является его количественной характеристикой
- Длительность ощущения — это временная характеристика возникшего ощущения (латентный период, тактильные -130 мс)
- Пространственная локализация
- Абсолютный и относительный пороги ощущений

Константа Вебера



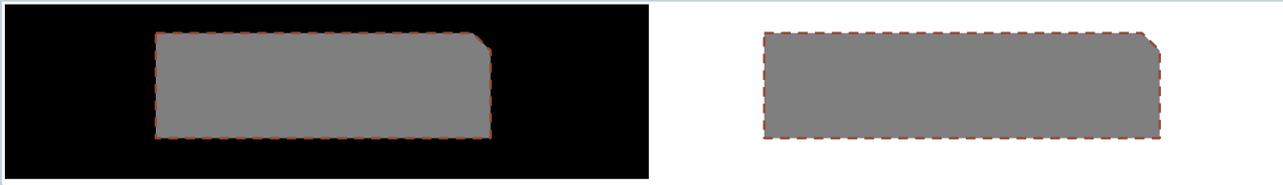
| Ощущения | Значение константы |
|---|--------------------|
| Ощущение изменения яркости света | 0,017 |
| Ощущение изменения веса предметов | 0,020 |
| Ощущение изменения давления на поверхность кожи | 0,140 |

$$\frac{\Delta I}{I} = \text{const.}$$

Взаимосвязь ощущений



1) взаимодействие между ощущениями одного вида: (цвет)



2) взаимодействие между ощущениями различных видов (звук и свет, свет и запах)

Синестезия — возникновении под влиянием раздражения одного анализатора ощущения, характерного для других анализаторов

Восприятие



Восприятие — это целостное отражение предметов, ситуаций, явлений, возникающих при непосредственном воздействии физических раздражителей на рецепторные поверхности органов чувств.

Основное отличие от ощущения - **целостность**

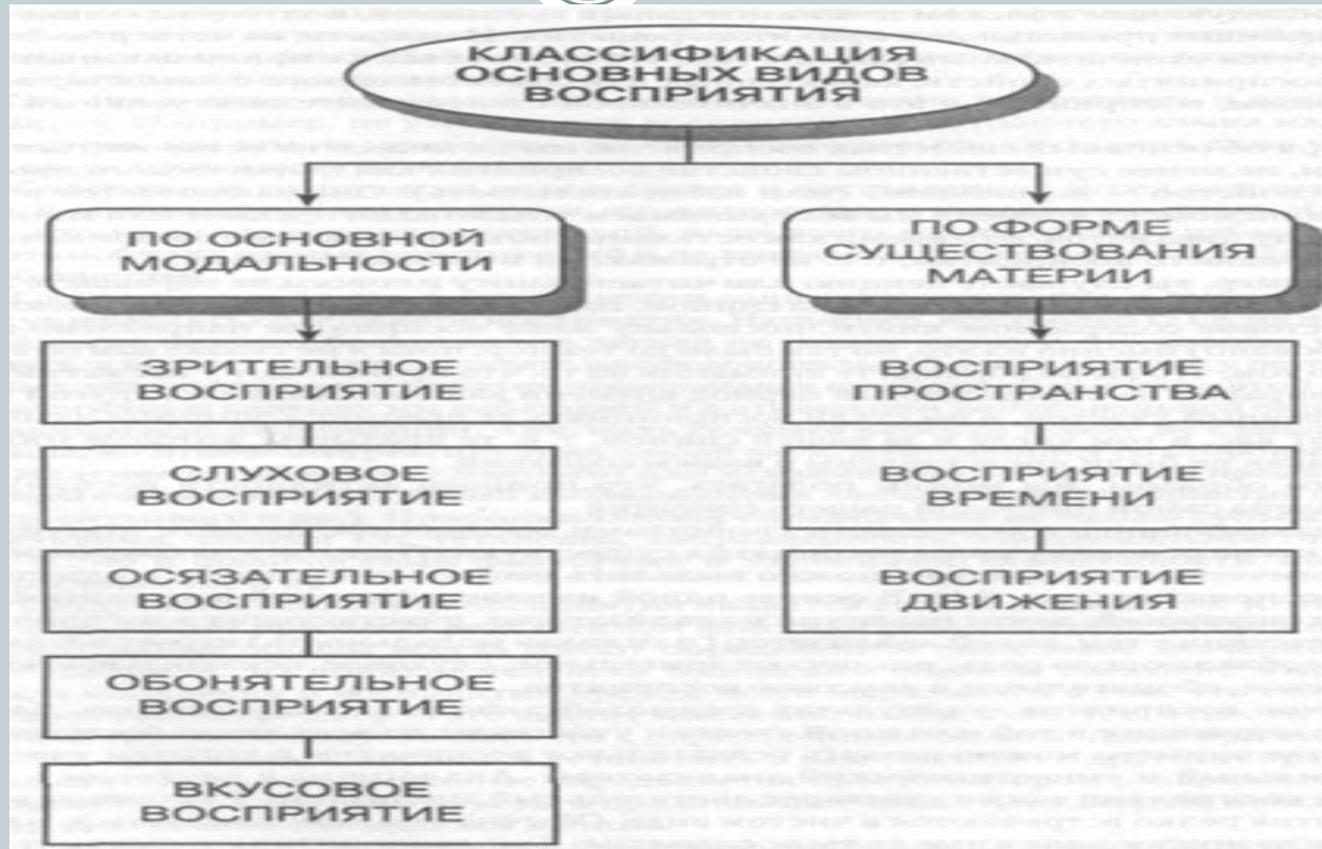
Восприятие = перцептивная (воспринимающая) система человека.

Свойства восприятия



- Предметность восприятия — это способность отражать объекты и явления реального мира не в виде набора не связанных друг с другом ощущений, а в форме отдельных предметов.
- Целостность.
- Структурность. Мы воспринимаем фактически абстрагированную от этих ощущений обобщенную структуру, которая формируется в течение некоторого времени.
- Константность - относительное постоянство некоторых свойств предметов при изменении условий их восприятия.
- Апперцепция - зависимость восприятия от общего содержания нашей психической жизни называется. (Ложное восприятие – иллюзия).
- Осмысленность.
- Активность или избирательность.

Классификация восприятия



Типы восприятия



**ИНДИВИДУАЛЬНЫЕ
РАЗЛИЧИЯ
ВОСПРИЯТИЯ**

ТИПЫ ВОСПРИЯТИЯ

СИНТЕТИЧЕСКИЙ



АНАЛИТИЧЕСКИЙ

ОБЪЯСНИТЕЛЬНЫЙ



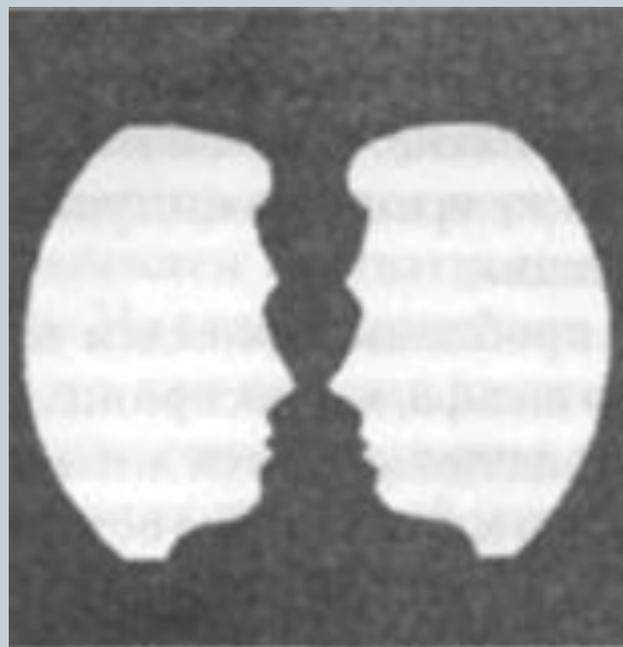
ОПИСАТЕЛЬНЫЙ

ОБЪЕКТИВНЫЙ



СУБЪЕКТИВНЫЙ

Предмет и фон восприятия



Представление



Представление — это психический процесс отражения предметов или явлений, которые в данный момент не воспринимаются, но воссоздаются на основе нашего предыдущего опыта.

Различают представления: памяти и воображения

Характеристики представления:

- Наглядность
- Фрагментарность
- Неустойчивость (непостоянство)
- Обобщённые образы

Представление - переход от сенсорных и перцептивных образов к понятиям

Функции представления



- Функции
 - Сигнальная
 - Информация
 - Регулирующая
 - Отбор нужной информации
 - Настраиваемая
 - Ориентация деятельности

Классификация представлений



Память



Память - запечатление, сохранение, последующее узнавание и воспроизведение следов прошлого опыта.



Характеристики памяти



- Объем памяти
- Точность воспроизведения
- Длительность
- Готовность воспроизвести запечатленную в памяти информацию

Процессы памяти. Запоминание



- Запоминание
 - Непреднамеренное (произвольное)
 - Преднамеренное
 - (непроизвольное)
 - Заучивание

Процессы памяти. Запоминание



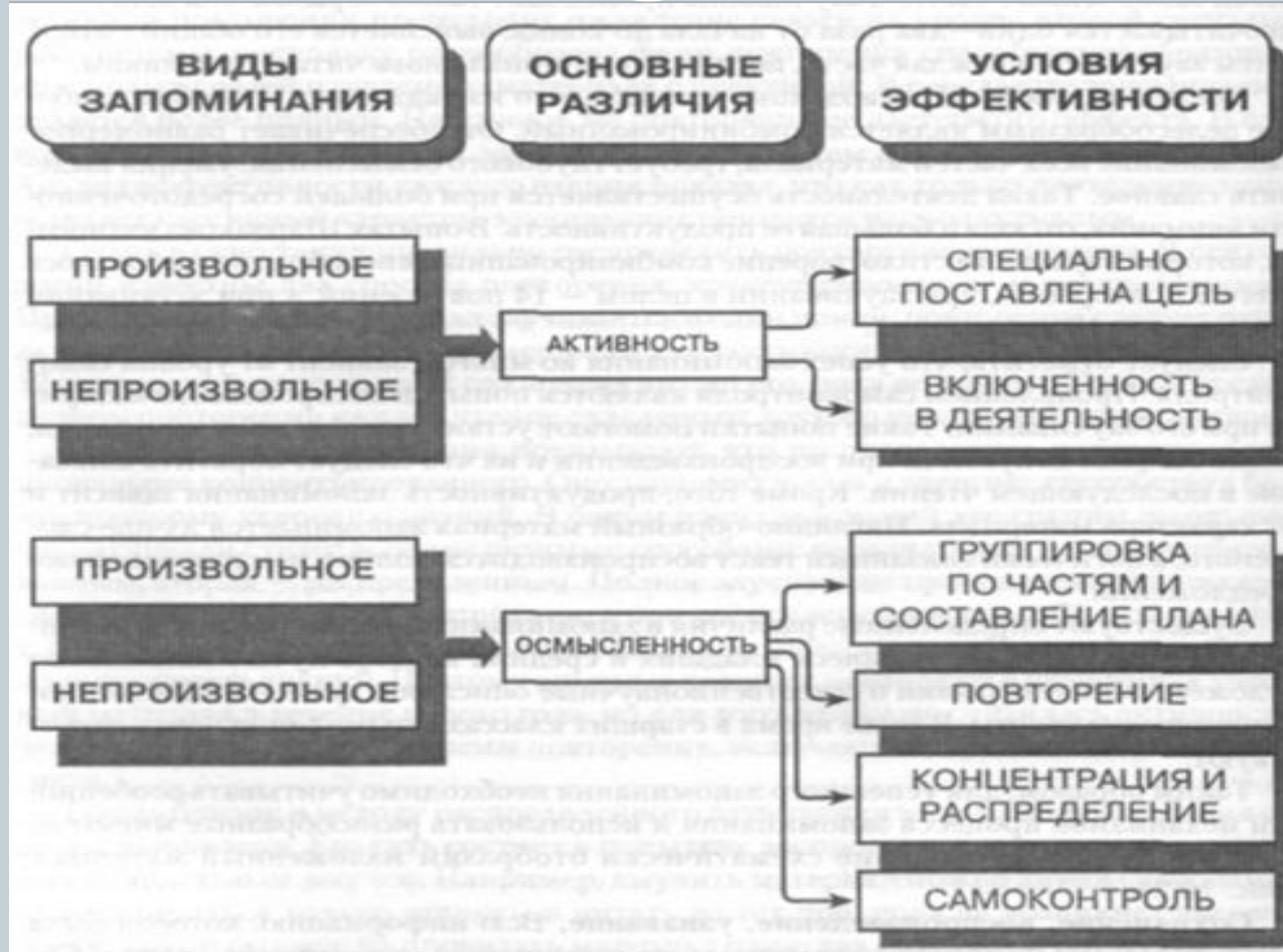
- Запоминание
 - Механическое
 - (ассоциации по смежности)
- Осмысленное
 - Заучивание

Требования к повторению как методу осмысленного запоминания



- Повторение должно быть активным и разнообразным
- Использование
- Воспроизведение во время заучивания

Запоминание



Типы памяти



- Типы памяти
 - Зрительный
 - Слуховой
 - Моторный (двигательный)
 - Смешанный

Воображение



Воображение — это процесс преобразования представлений, отражающих реальную действительность, и создание на этой основе новых представлений.

Воображение связано и с реализацией наших волевых действий.

Воображение



Механизмы переработки представлений в воображаемые образы

- Анализ и синтез
- Абстрагирование
- Агглютинация (кентавр)

«Если ты хочешь заставить казаться естественным вымышленное животное, — пусть это будет, скажем, змея, — то возьми для ее головы голову овчарки или легавой собаки, присоединив к ней кошачьи глаза, уши филина, нос борзой, брови льва, виски старого петуха и шею водяной черепахи» (Леонардо да Винчи)

- Схематизация
- Акцентировка

Воображение и творчество



Возможность творчества в значительной степени обеспечивается имеющимися у человека знаниями, которые подкреплены соответствующими способностями, и стимулируется целеустремленностью человека.

Г. Уоллес: стадии творчества

1. Подготовка (зарождение идеи).
2. Созревание (концентрация, «стягивание» знаний, прямо и косвенно относящихся к данной проблеме, добывание недостающих сведений).
3. Озарение (интуитивное схватывание искомого результата).
4. Проверка.

Мышление



Виды мышления



Основные виды умственных операций



- Сравнение. Операция установления сходства и различия между предметами и явлениями реального мира.
- Анализ — это мысленное расчленение чего-либо на части или мысленное выделение отдельных свойств предмета.
- Синтез — это мысленное соединение частей предметов или явлений в одно целое, а также мысленное сочетание отдельных их свойств.
- Абстракция — это мысленное отвлечение от каких-либо частей или свойств предмета для выделения его существенных признаков.
- Конкретизация — это представление чего-либо единичного, что соответствует тому или иному понятию или общему положению.
- Индукция — это переход от частных случаев к общему положению, которое охватывает собой частные случаи.
- Дедукция — это умозаключение, сделанное в отношении частного случая на основе общего положения

Творческое мышление



- Оригинальность идей
- Семантическая гибкость, т. е. способность видеть объект под новым углом зрения, способность обнаружить возможность нового использования объекта.
- Образная адаптивная гибкость, т. е. способность изменить восприятие объекта таким образом, чтобы видеть его новые, скрытые стороны.
- Способностью продуцировать разнообразные идеи в неопределенной ситуации

Мешает:
Склонность к конформизму
Боязнь показаться глупым или смешным

Речь



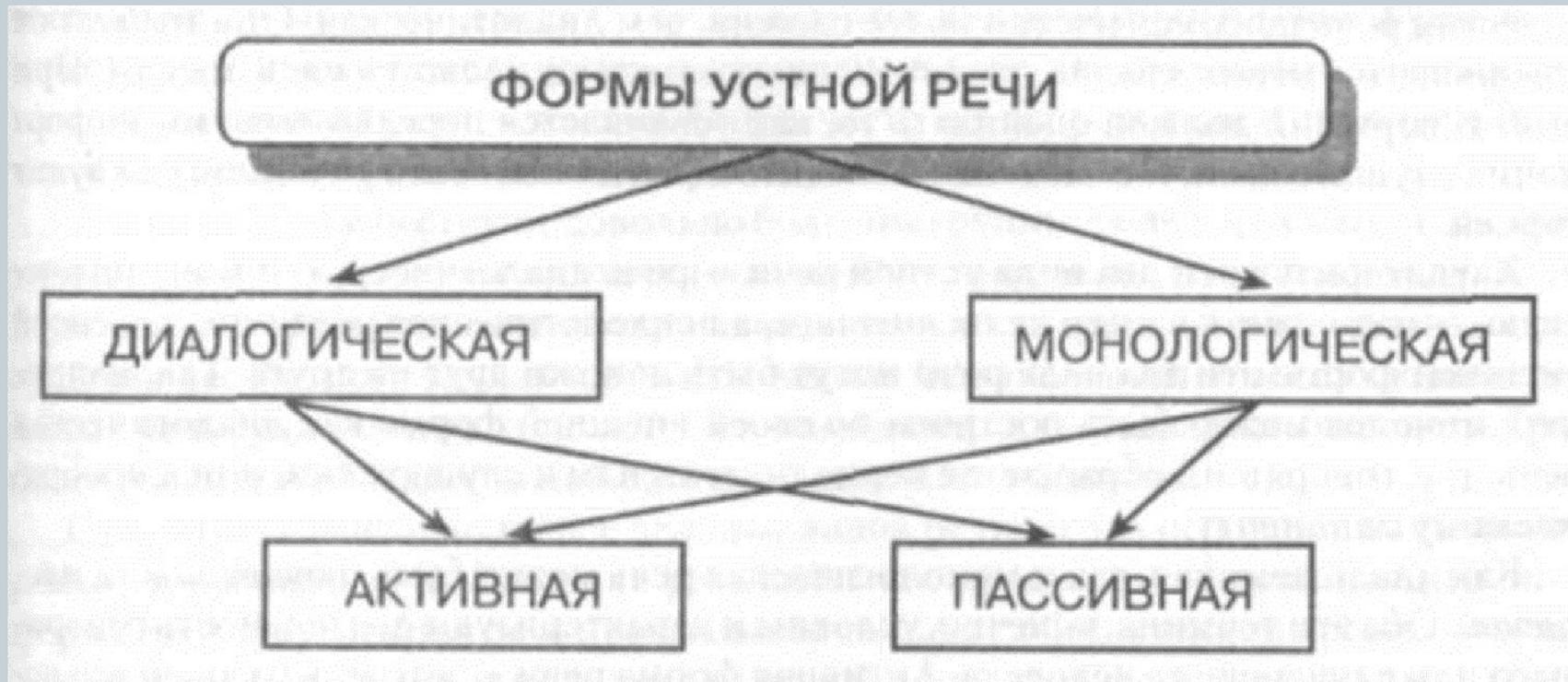
Речь — это процесс общения людей посредством языка

Язык — это система условных символов, с помощью которых передаются сочетания звуков, имеющих для людей определенное значение и смысл

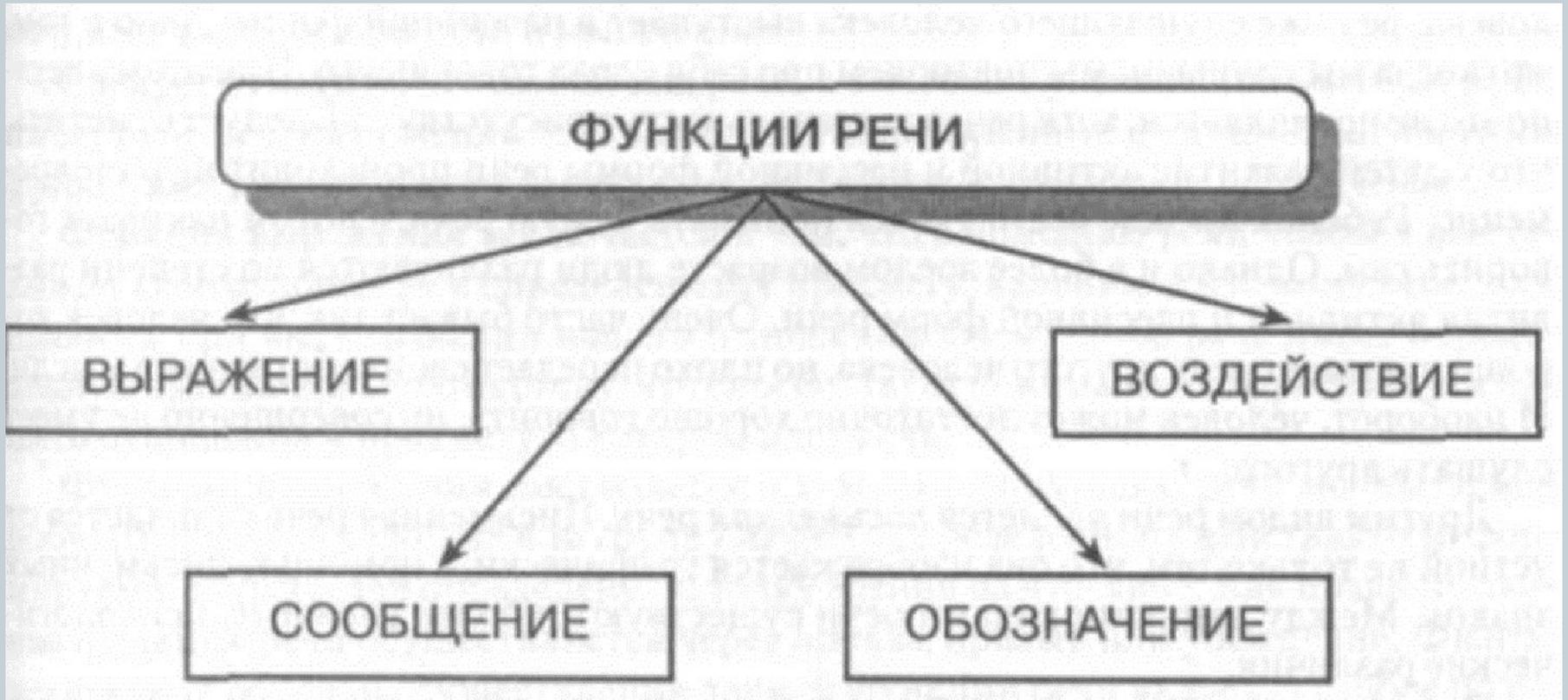
Виды речи



Формы устной речи



Функции речи



Внимание



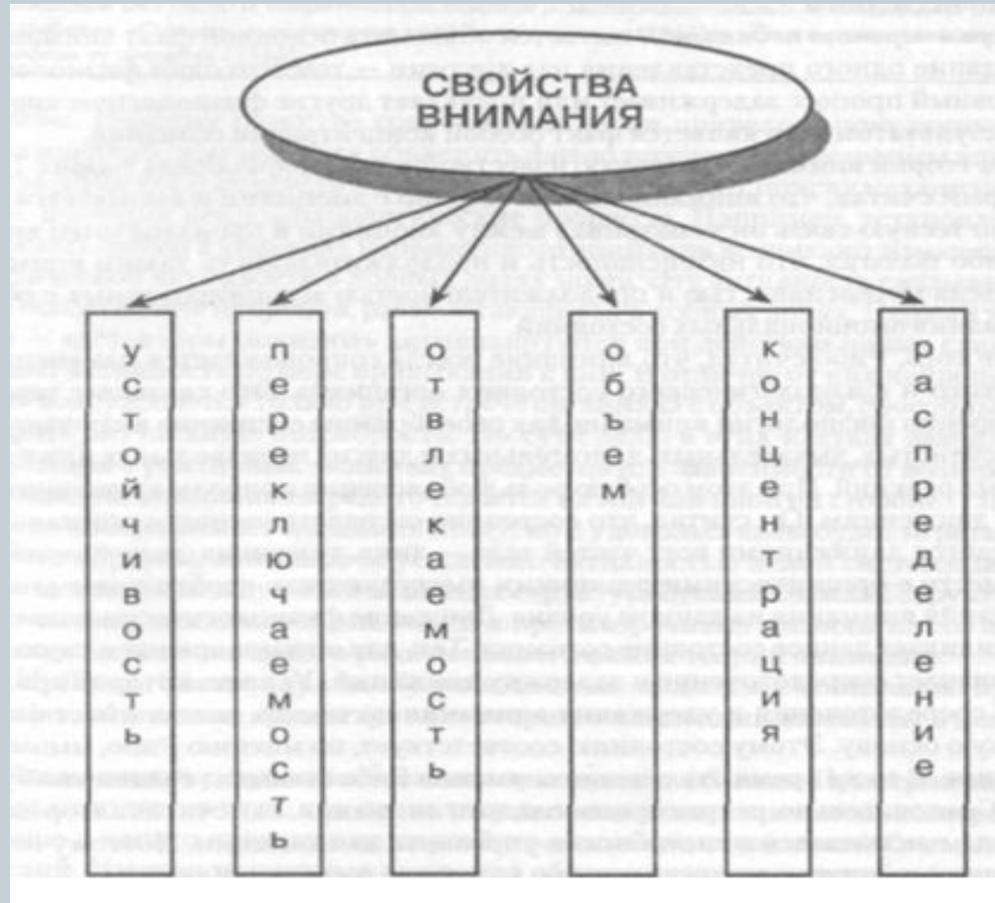
Внимание - направленность и сосредоточенность психической деятельности на чем-либо определенном



Виды внимания



Свойства внимания

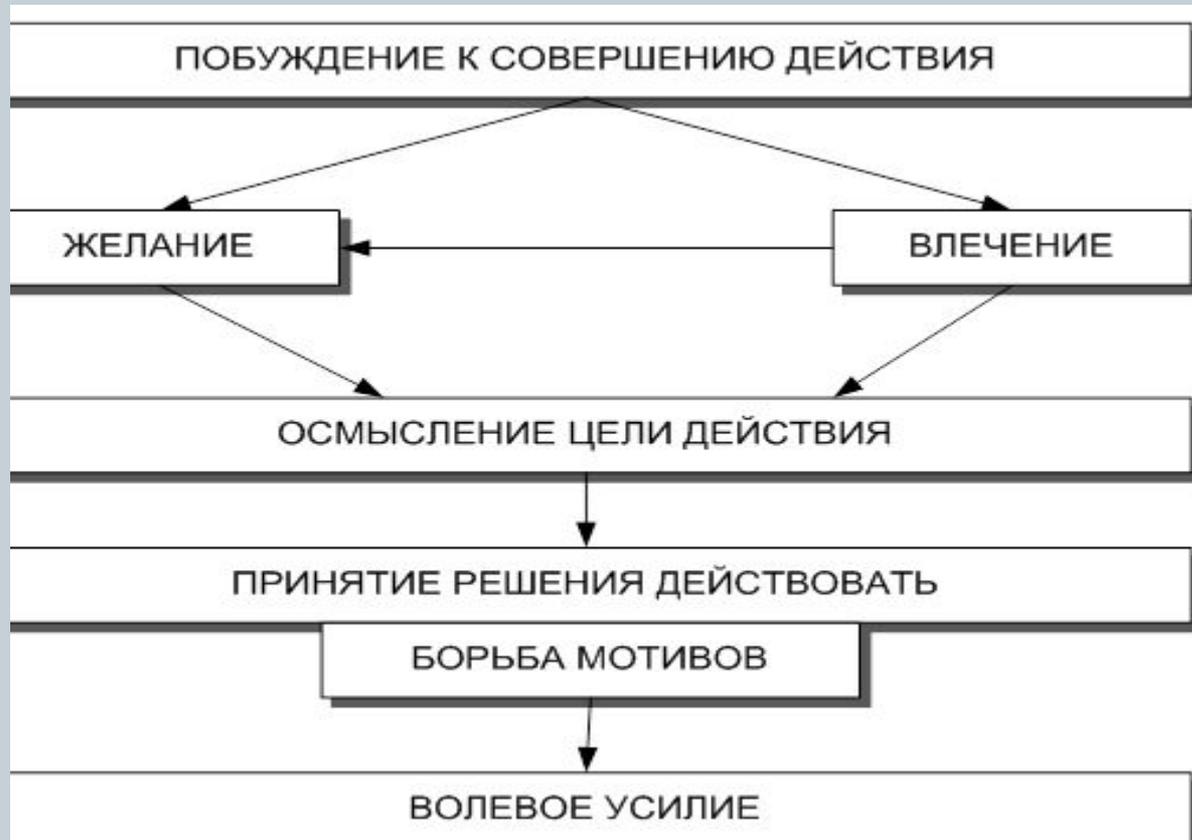


Воля

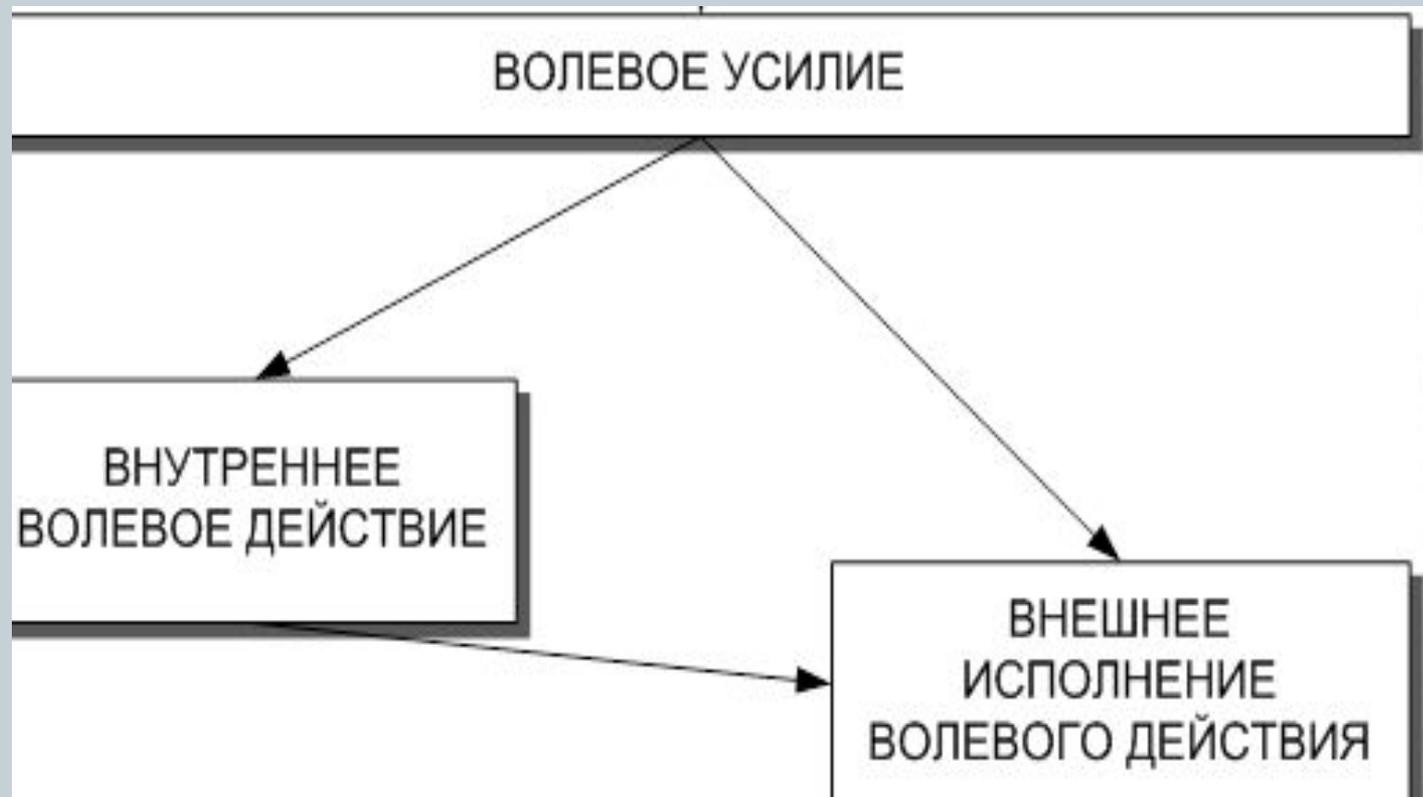


Воля — это сознательное регулирование человеком своего поведения и деятельности, выраженное в умении преодолевать внутренние и внешние трудности при совершении целенаправленных действий и поступков.

Воля



Воля



Эмоции



Чувственные переживания (радость, горе, симпатия, пренебрежение, гнев, гордость, стыд, страх) - эмоции

Эмоции - психические процессы, протекающие в форме переживаний и отражающие личную значимость и оценку внешних и внутренних ситуаций для жизнедеятельности человека.

Эмоции - субъективны

Типы эмоциональных переживаний



- аффекты
- собственно эмоции
- чувства
- настроения
- эмоциональный
- стресс

Аффект



Аффект — наиболее мощный вид эмоциональной реакции. Аффектами называют интенсивные, бурно протекающие и кратковременные эмоциональные вспышки. Примерами аффекта могут служить сильный гнев, ярость, ужас, бурная радость, глубокое горе, отчаяние.

ЭМОЦИИ



Эмоции — длительные состояния. Представляют собой реакцию не только на текущие события, но и на вероятные или вспоминаемые.

- **Радость** — положительное эмоциональное состояние, связанное с возможностью достаточно полно удовлетворить актуальную потребность.
- **Удивление** — не имеющая четко выраженного положительного или отрицательного знака эмоциональная реакция на внезапно возникшие обстоятельства.
- **Страдание** — отрицательное эмоциональное состояние, связанное с полученной достоверной или кажущейся таковой информацией о невозможности удовлетворения важнейших жизненных потребностей.
- **Гнев** — эмоциональное состояние, отрицательное по знаку, как правило, протекающее в форме аффекта и вызываемое внезапным возникновением серьезного препятствия на пути удовлетворения исключительно важной для субъекта потребности.
- **Отвращение** — отрицательное эмоциональное состояние, вызываемое объектами (предметами, людьми, обстоятельствами и т. д.), соприкосновение с которыми вступает в резкое противоречие с идеологическими, нравственными или эстетическими принципами и установками субъекта.

Эмоции



- **Презрение** — отрицательное эмоциональное состояние, возникающее в межличностных взаимоотношениях и порождаемое рассогласованием жизненных позиций, взглядов и поведения субъекта с жизненными позициями, взглядами и поведением объекта чувства.
- **Страх** — отрицательное эмоциональное состояние, появляющееся при получении субъектом информации о реальной или воображаемой опасности.
- **Стыд** — отрицательное состояние, выражающееся в осознании несоответствия собственных помыслов, поступков и внешности не только ожиданиям окружающих, но и собственным представлениям о подобающем поведении и внешнем облике.

Чувства



Чувства в большинстве случаев предметны и конкретны. Связаны с социальной сферой. Это еще более длительные, чем эмоции, психические состояния, имеющие четко выраженный предметный характер. Они отражают устойчивое отношение к каким-либо конкретным объектам (реальным или воображаемым).

Виды чувств:

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

Настроение



Настроение — самое длительное, или «хроническое», эмоциональное состояние, окрашивающее все поведение.

Настроение тесно связано с соотношением между самооценкой человека и уровнем его притязаний.

Имеет значение для эффективной деятельности

Функции эмоций и чувств



- Регуляторная
- Отражательная
- Предынформационная или сигнальная
- Побудительная или стимулирующая
- Подкрепляющая
- Переключательная
- Приспособительная
- Коммуникативная

Психические свойства личности



Личность — это конкретный человек, взятый в системе его устойчивых социально обусловленных психологических характеристик, которые проявляются в общественных связях и отношениях, определяют его нравственные поступки и имеют существенное значение для него самого и окружающих.

Структура личности:

Способности

- темперамент
- характер
- мотивацию
- социальные установки

Потребности личности



Темперамент



Темпераментом называется характерная для данного человека совокупность психических особенностей, связанных с эмоциональной возбудимостью, т. е. быстротой возникновения чувств, с одной стороны, и силой их — с другой.

Компоненты темперамента - активность и эмоциональность

Типы темперамента



- **Холерик** — человек быстрый, иногда даже порывистый, с сильными, быстро загорающимися чувствами, ярко выражающимися в речи, мимике, жестах; нередко — вспыльчивый, склонный к бурным эмоциональным реакциям.
- **Сангвиник** — человек быстрый, подвижный, дающий эмоциональный отклик на все впечатления; чувства его непосредственно выражаются во внешнем поведении, но они не сильные и легко сменяют одно другое.
- **Меланхолик** — человек, отличающийся сравнительно малым разнообразием эмоциональных переживаний, но большой силой и длительностью их. Он откликается далеко не на все, но когда откликается, то переживает сильно, хотя мало выражает свои чувства.
- **Флегматик** — человек медлительный, уравновешенный и спокойный, которого нелегко эмоционально задеть и невозможно вывести из себя. Чувства его внешне почти никак не проявляются.

Типы темперамента



Важно!

Людей можно распределить по четырем основным темпераментам.

Лишь немногие являются чистыми представителями этих типов

У большинства же мы наблюдаем сочетание отдельных черт одного темперамента с некоторыми чертами другого

Характер



«Характер» - совокупность индивидуальных психических свойств, складывающихся в деятельности и проявляющихся в типичных для данного человека способах деятельности и формах поведения.

Всегда проявляется в деятельности, в отношении человека к окружающей его действительности и людям

Характер является прижизненным образованием и может трансформироваться в течение всей жизни. Формирование характера самым тесным образом связано с мыслями, чувствами и побуждениями человека