

Цели и задачи курса

Познакомить с основными теоретическими положениями психологии и педагогики.

Познакомить с основными положениями ряда отраслей психологии (общая, возрастная, личности, социальная, медицинская).

Изучит основные этапы развития психологии и педагогики.

Показать взаимовлияние психологии, педагогики и медицины.

Научиться понимать сущность психологических явлений и их закономерности.

Дать теоретические знания и базовые практические навыки, необходимые для медицинских работников.

Предмет и методы психологии

Предмет психологии - психика и психические явления.

Психические явления делятся на три основных класса: психические процессы, психические состояния и психические свойства личности.

1. Психические процессы – это основной способ существования психического. Они обеспечивают первичное отражение и осознание человеком окружающей действительности, являются динамичными, имеют начало, определенное течение и конец.

Психические процессы подразделяются на три группы: познавательные, эмоциональные и волевые.

2. Психические состояния – это целостная характеристика психической активности людей в определенных условиях, при выполнении ими конкретных задач. Каждый компонент психики по-разному представлен в том или ином состоянии. По уровню динамичности они занимают промежуточную позицию между процессами и свойствами.

3. Психические свойства – это наиболее устойчивые и постоянно проявляющиеся особенности личности, обеспечивающие определенный уровень поведения и деятельности, типичный для данного человека.

Предмет и методы психологии

Методы исследования в психологии делятся на 3 группы:

- 1) методы сбора информации;
- 2) методы обработки информации (мат. статистика);
- 3) методы воздействия (психотерапевтические методы, активные формы принятия решений и т.п.).

Основные методы сбора информации:

- 1) Эксперимент
- 2) Наблюдение

Другие методы:

- 3) Опросные методы.
- 4) Тестирование.

Предмет и методы психологии

- 1) Эксперимент - организованное исследование взаимодействия между испытуемым и экспериментальной ситуацией, с целью установления закономерностей этого взаимодействия. Виды: лабораторный (контролируемая ситуация) и естественный (полевой). Зависимая и независимая переменная.
 - 2) Наблюдение - метод целенаправленного фиксирования явлений или феноменов, с целью последующего их анализа.
 - 3) Опрос – метод сбора первичной информации, основанный на непосредственном (беседа, интервью) или опосредованном взаимодействии исследователя и испытуемого. Виды опросов: групповой и индивидуальный, очной и заочный, устный и письменный.
- 3 вида опросных методов:
- беседа – метод получения информации на основе вербальной коммуникации – относительно свободный диалог.
 - интервью - от беседы отличается: жестко заданной направленностью (темой), порядком и характером вопросов.
 - анкетирование – письменный опрос, с использованием набора структурно организованных вопросов.

Предмет и методы психологии

4) Тестирование. Тест – краткое задание, обычно ограниченное по времени.

Тесты являются специализированными методами психодиагностического обследования, применяя которые можно получить точную количественную или качественную характеристику изучаемого явления. От других методов исследования тесты отличаются тем, что предполагают четкую процедуру сбора и обработки данных и их интерпретацию.

Виды тестов – тесты-опросники и проективные методики.

Место психологии в системе наук

Психология и философия

В отличие от философии, психология стремится описать, объяснить человека не с общих позиций широкого взгляда, подхода, как философия, а с помощью конкретных методов, акцентируя внимание на конкретных аспектах внутреннего мира и поведения человека.

Психология и педагогика

Психология изучает внутренний мир и поведение человека, педагогика - закономерности взаимодействия обучающего и обучаемого.

Психология обеспечивает педагогике понимание того, как происходит процесс психологического становления человека, как формируется его поведение, отношения с другими людьми и т.д.

Психология и физиология

Физиология - наука о закономерностях жизнедеятельности организма. Исторически психология развивалась основе анатомии и физиологии человека. Физиология предоставляет психологии материал о физиологических процессах, влияющих на функционирование психики.

Место психологии в системе наук

Психология и медицина

Медицина направлена на здоровье людей, предупреждение и лечение болезней тела, психология – на изучение и врачевание души.

Медицинские исследования повлияли на психологию в части представлений о формировании образа тела, восприятия здоровья, переживания болезни. Психологические исследования повлияли на медицину в части представлений о причинах и телесных заболеваний, включению в них психологических причин и факторов. Психология также помогает медицине устанавливать взаимодействие с пациентом.

Медицинская психология - исследует, как психологические факторы влияют на течение и проявление соматических заболеваний, психосоматических и психогенных:

- психогенные заболевания - расстройства психической деятельности, включающие психозы, неврозы, психосоматические нарушения, психогенное развитие личности в психотравмирующей ситуации.
- психосоматические заболевания - результат взаимодействия психических и физиологических факторов – это психические расстройства на физиологическом уровне и физиологические расстройства на психическом уровне.

Этика психологического исследования

Этический кодекс психолога РФ (РПО, 2012):

1. Принцип уважения - уважение личного достоинства, прав и свобод человека.
2. Принцип компетентности - обеспечивать и поддерживать высокий уровень компетентности в своей работе.
3. Принцип ответственности (помнить о своих профессиональных и научных обязательствах перед своими клиентами, профессиональным сообществом и обществом в целом; избегать причинения вреда).
4. Принцип честности - быть честным, справедливым и уважающим своих коллег.

Общие сведения и психических познавательных процессах

Познавательные психические процессы связаны с восприятием и переработкой информации. Благодаря им человек получает сведения об окружающем мире, о себе.

Психические познавательные процессы взаимосвязаны: не будь памяти, не было бы и представления и воображения. Тесно связаны между собой мышление и речь.

Основные из них: ощущение, восприятие, память, внимание, воображение, мышление, речь.

Ощущение	Восприятие	Память	Воображение	Мышление
Отражение отдельных свойств предметов, непосредственно воздействующих на органы чувств	Целостное отражение предметов, непосредственно воздействующих на органы чувств в совокупности свойств	Отражение прошлого опыта, запечатление, сохранение и воспроизведение чего-либо	Отражение возможного будущего, создание нового образа	Понимание сущности предметов и явлений, их взаимосвязи, закономерностей развития

Общие сведения и психических познавательных процессах

Ощущение - простейший познавательный психический процесс, в ходе которого происходит отражение отдельных свойств, качеств, сторон действительности, ее предметов и явлений, связей между ними, а также внутренних состояний организма, непосредственно воздействующих на органы чувств человека. Ощущение является источником знаний о мире и самих себе. Способность к ощущениям имеется у всех живых организмов, обладающих нервной системой. Все ощущения возникают в результате воздействия стимулов-раздражителей на соответствующие органы чувств.

Восприятие - психический процесс отражения предметов и явлений действительности в совокупности их различных свойств и частей при непосредственном воздействии их на органы чувств. Способность к восприятию мира в виде образов есть и у животных.

В отличие от ощущений, отражающих отдельные качества реальности, с помощью восприятия создается обобщенная интегральная картина действительности. Восприятие - это совокупность ощущений, а также их субъективная оценка, предшествующий опыт индивида и память. Образ восприятия всегда субъективен, порожден внутренним миром человека.

Общие сведения и психических познавательных процессах

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

Процессы памяти:

- 1) запоминание – процесс, в результате которого происходит закрепление нового путем связывания его с приобретенным ранее; запоминание всегда избирательно – в памяти сохраняется не все, что воздействует на наши органы чувств, а только то, что имеет значение для человека или вызвало его интерес и наибольшие эмоции;
- 2) сохранение – процесс переработки и удержания информации;
- 3) воспроизведение – процесс извлечения из памяти сохраненного материала;
- 4) забывание – процесс избавления от давно полученной, редко используемой информации.

Внимание.

Направленность и сосредоточенность психической деятельности на чем-либо определенном.

Общие сведения и психических познавательных процессах

Мышление - наиболее обобщенная и опосредованная форма психического отражения, устанавливающая связи и отношения между познаваемыми объектами.

Мышление позволяет получить знание об объектах, свойствах и отношениях окружающего мира, которые не могут быть непосредственно восприняты органами чувств. Отдельные виды мышления есть и у животных.

Задача мышления - раскрытие отношений между предметами, выявление связей и отделение их от случайных совпадений.

Результатом мышления выступают мысль, идея, понятие.

Основные свойства мышления:

- отвлеченность - выделение признаков, наиболее важных для решения проблемы;
- обобщенность - выделение важных, существенных признаков.

Отличия мышления от других психических процессов:

- оно порождает результат, которого до этого не существовало;
- оно почти всегда связано с наличием проблемной ситуации;
- оно выходит за пределы чувственного познания;
- оно выявляет связи между предметами и явлениями, которые не даны человеку непосредственно.

Общие сведения и психических познавательных процессах

Воображение - психический процесс создания нового в форме образа, представления или идеи.

Воображение характеризуется большей, чем при мышлении, неопределенностью проблемной ситуации. Воображение проявляется в виде продуцированием фантазий, грез и мечтаний, воссозданием мысленных образов предметов и явлений по их описанию, созданием новых сложных образов.

Считается, что воображение есть только у человека (хотя м.б. и у высших млекопитающих).

Общие сведения и психических познавательных процессах

Речь - процесс общения людей посредством языка.

Язык - система знаков, включающая слова с их значениями и синтаксис - набор правил, по которым строятся предложения.

Два основных вида речи: устная или письменная.

Язык есть у животных, речь – считается только у человека.

Основные функции языка и речи:

- 1) существование, передача и усвоение общественно-исторического опыта;
- 2) средство общения (коммуникации);
- 3) орудие интеллектуальной деятельности – сознательное планирование своих действий.

Способы совершенствования психических познавательных процессов

Способы улучшения памяти и приемы запоминания

- тренировка воспроизведения материала при его заучивании;
- укрупнение единиц запоминания, группировка;
- ассоциировать с чем-то;
- метод мест;
- логический пересказ;
- образные приемы запоминания;
- повторение информации;
- создать яркие образы, картинки, которые соединяют с информацией, которую надо запомнить – в виде сказки, сюжета и т.п.;
- при запоминании цифр, чисел выявить арифметическую зависимость;
- привязка к хорошо знакомой информации, находящейся в памяти;
- образование смысловых фраз из начальных букв запоминаемой информации;
- ритмизация - перевод информации в стихи, строки с ритмом или рифмой;
- запоминание длинных терминов с помощью созвучных (ключевых) слов;
- эффект Зейгарник.

Способы совершенствования психических познавательных процессов

Способы улучшения внимания

1. «Игры индейцев».
2. «Печатная машинка».
3. «Кто быстрее?».
4. «Наблюдательность».
5. «Корректурa».

Место познавательных процессов в деятельности врача

Когнитивные нарушения - это снижение памяти, умственной работоспособности и других когнитивных функций по сравнению с исходным уровнем (индивидуальной нормой).

Когнитивные нарушения являются полиэтиологическими состояниями: причинами их могут быть большое количество различных по этиологии и патогенезу заболеваний (неврологических, психических расстройств).

Страдают:

- внимание - человек больше не может выделять важную информацию из общего потока, не в состоянии сконцентрироваться;
- восприятие - нарушение ориентации в незнакомом месте;
- память - нарушается способность к сохранению и воспроизведению полученной информации;
- психомоторные функции - теряется способность к выполнению каких-либо двигательных навыков (рисование, письмо, вождение автомобиля);
- мышление – новая информация не воспринимается, сложно делать выводы;
- речь – разнообразные нарушения устной и письменной речи.

Место познавательных процессов в деятельности врача

Причины появления когнитивных нарушений: функциональные и органические. Функциональные - отсутствует прямое поражение головного мозга. К этому могут приводить переутомления, негативные эмоции, стрессовые состояния. Такой вид расстройств может встречаться у людей всех возрастов.

Органические - связаны с повреждением головного мозга.

Самые распространенные причины когнитивных расстройств:

- сосудистые заболевания головного мозга;
- травмы;
- сахарный диабет;
- алкоголизм, наркомания;
- печеночная и почечная недостаточность;
- злоупотребление лекарственными средствами;
- болезни Паркинсона и Альцгеймера;
- опухоли головного мозга;
- отравления;
- рассеянный склероз.

Психология личности. Индивид, личность, индивидуальность

Понятие «человек» включает в себя совокупность всех человеческих качеств, свойственных людям, независимо от того, присутствуют или отсутствуют они у данного конкретного человека.

Понятие «индивид» характеризует именно данного человека как единичную особь *Homo sapiens*, характеризует как носителя определенных биологических свойств. Индивид - конкретный человек, со всеми присущими ему особенностями.

Личность – человек как субъект социальных отношений. Это индивид, занимающий определенное положение в обществе и выполняющий определенную общественную роль.

Индивидуальность - совокупность черт, отличающих одного человека от другого, т.е. особенность, это личность в ее своеобразии.

Определения личности

В энциклопедиях и словарях понятие «личность» определяется как:

- 1) человек как субъект отношений и сознательной деятельности;
- 2) устойчивая система социально значимых черт, характеризующих индивида как члена того или иного общества или общности.

Понятие «личность» трактовалось в теоретических построениях разных научных школ и направлений принципиально по-разному.

- личность по Фрейду (Ид, Эго, Супер-эго).
- в бихевиоризме (Уотсон) – личности нет.
- в необихевиоризме: Б. Скиннер: личность - это результат взаимодействия индивида и окружающей среды.
- личность по Олпорту - динамическая организация психофизических систем, которые определяют характерные для индивида поведение и мышление.

Определения личности

В отечественной психологии:

Личность - совокупность общественных отношений, реализующихся в многообразных деятельности (А.Н. Леонтьев).

Личность - субъект жизни: активный, ответственный, обладающий способностью к временной регуляции жизни и разрешению жизненных противоречий (К.А. Абульханова).

Личность - субъект общественного поведения и коммуникации (Б.Г. Ананьев).

Личность - человек как общественный индивидуум, субъект познания и объективного преобразования мира, разумное существо, обладающее речью и способное к трудовой деятельности (А.В. Петровский).

Теории личности

Классификация теорий по Лукацому (модели – группы теорий):

1. Модель конфликта. Личность постоянно испытывает сильные противоположные влияния и вынужден находить компромисса между противоположными воздействиями (теории Фрейда, Ранка и др. психоаналитические).
2. Модель самореализации. Непрерывное движение и развитие человека (теории Роджерса, Маслоу о самоактуализации).
3. Модель согласованности. Личность связана с внешним миром. Согласование –рассогласование ожиданий человека с реакциями извне (теории Олпорта, Келли).

Теории личности

Другой подход – по способу объяснения поведения - теории личности делятся на психодинамические, социодинамические и интеракционистские:

- психодинамические – описывают личность и объясняющие поведение человека исходя из его внутренних психологических характеристик (например психоаналитическитеории);
- социодинамические – развитие личности и ее поведение зависят от внешних ситуаций (например, бихевиоризм);
- интеракционистские - взаимодействие внутренних и внешних факторов.

Теории личности. Психология черт

Чертами называют качества, устойчиво присущие данному человеку и проявляющиеся в различных ситуациях.

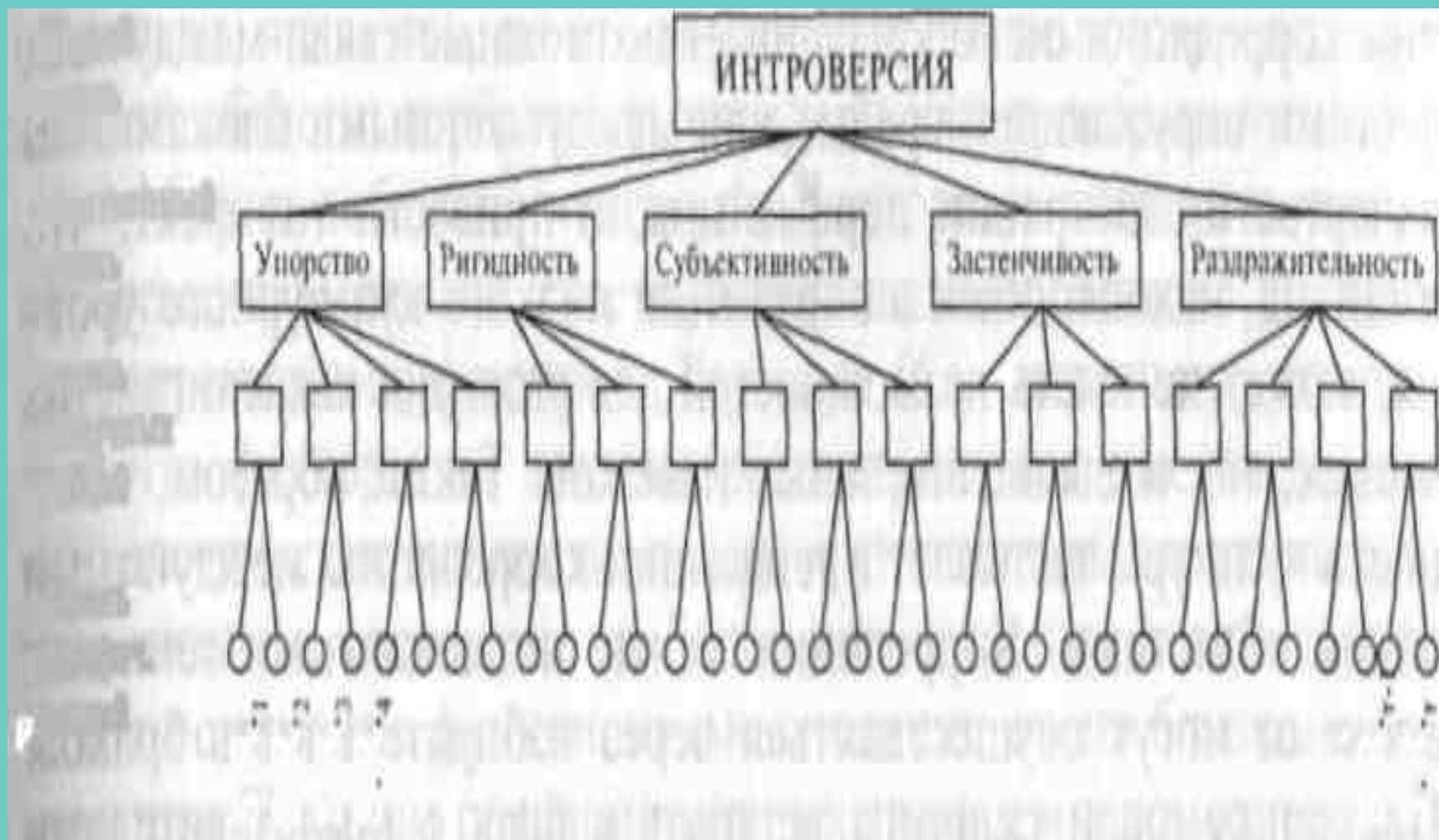
Гордон Олпорт - насчитал 50 определений личности. Его определение: «Личность – динамическая организация тех психофизических систем в индивидууме, которые детерминируют его уникальное приспособление к среде».

Черта личности – это предрасположенность вести себя сходным образом в широком диапазоне ситуаций.

2 вида черт: основные (врожденные, стимулируют поведение) и инструментальные (формируются при жизни, оформляют поведение).

Черта – как нейропсихологическая структура, проявляется в поведении.

Теории личности. Теория Айзенка



Теории личности. Теория Айзенка

Айзенк пытался определить их нейрофизиологические основы (т.е. генетическая обусловленность):

Экстраверсия - связана с уровнем корковой активации. Интроверты, будучи высоко возбудимыми, избегают сильной стимуляции, а экстраверты, напротив, стремятся к ситуациям, способным дополнительную стимуляцию породить.

Невротизм - отражает силу реакции автономной нервной системы на стимулы.

Психотизм - связан с системой, продуцирующей андрогены.

Теории личности. Теория Айзенка



Теории личности. Теория Айзенка



Теории личности. Теория Кеттелла

Теория Р. Кеттелла.

1. Сначала – работы Олпорта, который на базе словаря из 18.000 слов выделили 4.500 слов, обозначающих черты личности и особенности поведения.
2. Далее Р. Кеттелл разбил их на синонимичные группы и отобрал в каждой из групп по одному слову, выражающему основное смысловое содержание этой группы. Это позволило сократить список личностных черт до 171.
3. Далее экспертная оценка этих характеристик с целью выбора наиболее значимых.
4. Далее взаимная корреляция экспертных оценок - выделение 36 корреляционных плеяд, из них был получен набор из 36 биполярных названий (веселый-печальный), который затем был расширен до 46 за счет включения специальных терминов, найденных в работах других исследователей. Для всех биполярных пар были составлены рабочие определения.

В результате факторного анализа из этого списка были получены 15 факторов первого порядка, к которым был добавлен 16-й – фактор интеллекта.

Теории личности. Теория Кеттелла

5. Из 16 факторов первого порядка в результате их дальнейшей факторизации были выделены 8 факторов второго порядка:

- экстраверсия – интроверсия;
- тревожность – приспособленность;
- динамическая стабильность (живость коры головного мозга);
- независимость – покорность;
- собранность – естественность;
- субъективизм – реализм;
- уровень интеллекта;
- высокое – низкое Супер-Эго;

6. Дальнейший факторный анализ факторов второго порядка – 5 факторов 3 порядка:

- сила нервной системы по возбуждению;
- самокритичность;
- ответственность (уровень ответственности);
- забота о себе;
- социализация (социальная адаптация).

Теории личности. «Большая пятерка»

Модель «Большой пятерки» (факторная, 80-е гг.)

Первым предложил модель В. Норман, позднее Р. Мак-Крэй и П. Коста.

5 факторов (дихотомических):

- 1) экстраверсия - общительность, напористость или спокойствие, пассивность;
- 2) дружелюбие, доброжелательность - доброта, доверчивость, теплота или враждебность, эгоизм, недоверчивость;
- 3) добросовестность - организованность, основательность, надежность или беззаботность, небрежность, ненадежность;
- 4) эмоциональная стабильность, расслабленность, уравновешенность, устойчивость или невротизм - нервозность, удрученность, раздражительность;
- 5) культурность, открытость к опыту - спонтанность, креативность или ограниченность, заурядность, узость интересов.

Предмет, задачи, структура возрастной психологии и психол. развития
Возрастная психология – изучает факты и закономерности психического развития нормального человека.

Психология развития - изучает закономерности формирования психики, исследуя механизмы и движущие силы этого процесса, т.е. психические изменения по мере развития человека.

Теоретические задачи:

- изучение движущих сил, источников и механизмов психического развития на всем протяжении жизненного пути человека;
- периодизация психического развития в онтогенезе;
- изучение возрастных особенностей и закономерностей протекания псих процессов;
- установление возрастных возможностей, особенностей, закономерностей осуществления различных видов деятельности;
- исследование возрастного развития личности.

Практические задачи:

- определение возрастных норм психических функций, выявление ресурсов человека;
- контроль за ходом психического развития, психического здоровья детей;
- возрастная и клиническая диагностика;
- психологическое сопровождение, помощь в кризисные периоды жизни человека.

Предмет, задачи, структура возрастной психологии и психол. развития

Структура

Возрастная психология делится на:

- детскую психологию, изучающую закономерности психического развития ребенка от рождения до поступления в школу;
- психологию младшего школьника;
- психологию подростка;
- психологию юности;
- психологию взрослого человека (акмеологию);
- геронтопсихологию.

Стадии развития

Традиционно принято разделять жизненный цикл на периоды (по Столяренко):

- 1) пренатальный (внутриутробный);
- 2) детство;
- 3) отрочество;
- 4) зрелость (взрослое состояние);
- 5) преклонный возраст, старость.

Каждый из периодов состоит из нескольких стадий, имеющих ряд характерных особенностей.

Стадии развития

Период детства включает стадии:

- 1) стадия новорожденности и младенчество (от рождения до 1 года);
- 2) стадия раннего детства (с 1 года до 3 лет) - период развития функциональной независимости и речи;
- 3) стадия дошкольного детства (от 3 до 6 лет) характеризуется развитием личности ребенка и когнитивных процессов;
- 4) стадия младшего школьного детства (с 6 до 11-12 лет) соответствует включению ребенка в социальную группу и развитию интеллектуальных умений и знаний.

Отрочество подразделяется на два периода:

- 1) подростковый (или пубертатный) период соответствует половому созреванию и продолжается с 11-12 лет до 14-15 лет.
- 2) юношеский (ювенильный) период с 16 до 20-23 лет представляет переход к зрелости, с биологической точки зрения уже взрослый, но социальной зрелости еще не достиг.

Стадии развития

Зрелость (взрослость) разделяют на ряд стадий:

- 1) стадия ранней зрелости, или молодость (с 20-23 лет до 30-33 лет).
- 2) стадия средней зрелости (35-55 лет)

Ю.Б. Бромлей:

- ранняя зрелость (21-25 лет),
- средняя взрослость (25-40 лет),
- поздняя взрослость (40-45 лет).

Э. Эриксон:

- ранняя взрослость (20-40-45 лет),
- средняя взрослость (40-45-60 лет)
- поздняя взрослость (свыше 60 лет).

Старость (поздняя взрослость).

Три фазы: пожилой возраст (для мужчин = 60–74 года, для женщин = 55–74 года); старческий возраст = 75–90 лет; долгожители = 90 лет и старше.

Условия и движущие силы психического развития

Условия психического развития разделяют на внешние и внутренние.

1. Внешние - факторы природной и социальной среды, действующие на психическое развитие ребенка.

Природная среда – комплекс климатических и географических условий существования. Социальная среда объединяет различные формы влияния общества. Она оказывает непосредственное воздействие на психическое развитие ребенка. В социальной среде выделяют макроуровень (макросреду) и микроуровень (микросреду).

2. Внутренние - психические особенности ребенка (развитие сознания, опыт, образование, мотивация).

Условия и движущие силы психического развития

Движущими силами развития ребенка являются противоречия между новым и старым, которые возникают и преодолеваются в процессе обучения, воспитания и деятельности.

К таким противоречиям относятся противоречия между:

- потребностями и внешними обстоятельствами;
- возросшими физическими и духовными потребностями и старыми сложившимися формами взаимоотношений и видами деятельности;
- требованиями со стороны общества, взрослых и текущим уровнем психического развития.

Возрастные кризисы

Возрастные кризисы – это особые, относительно непродолжительные по времени возрастные периоды, характеризующиеся резкими психическими изменениями.

Суть возрастных кризисов заключается в изменении системы связей человека с окружающей действительностью и его отношения к ней, в смене ведущей деятельности.

В отечественной психологии существуют две позиции в понимании критических возрастов:

1. Признание критических возрастов необходимыми моментами развития, в которых происходит: возникновение новообразования и возникновение новой ситуации развития (Л.С. Выготский, Д. Б. Эльконин).
2. Признание необходимости качественных преобразований - смена ведущей деятельности и переход в новую систему отношений. При этом акцент делается на внешних социальных условиях, а не на психологических механизмах развития (А.Н. Леонтьев, Л.И. Божович).

В зарубежной психологии многие авторы исходят из представления о нормативности, необходимости кризисов.

Возрастные кризисы

Выделяют у детей

- малые кризисы (кризис 1 года, кризис 7 лет, кризис 17-18 лет);
- большие кризисы (кризис новорожденности, кризис 3-х лет, подростковый кризис 12-14 лет).

При больших кризисах серьезно меняются отношения ребенка и общества. Малые кризисы проходят внешне спокойнее, связаны с нарастанием умений и самостоятельности человека. В период критической фазы дети трудновоспитуемы, проявляют упрямство, негативизм, строптивость, непослушание.

В зрелые годы выделяются свои кризисные периоды:

- 1) кризис 33-35 лет.
- 2) кризис 45-55 лет.

Возрастные кризисы

Л.С. Выготский выделил в развитии стабильные и критические возрасты (периоды). В стабильных периодах происходит медленное и неуклонное накопление мельчайших количественных изменений развития, а в критические периоды эти изменения обнаруживаются в виде скачкообразно возникших необратимых новообразований:

- кризис новорожденности;
- стабильный период младенчества;
- кризис первого года жизни;
- стабильное раннее детство;
- кризис трех лет;
- стабильный дошкольный возраст;
- кризис семи лет;
- стабильный младший школьный период;
- пубертатный кризис;
- стабильный подростковый возраст;
- кризис 17 лет, и т.д.

Возрастные кризисы

Кризисы по Д.Б. Эльконину:

- кризис одного года жизни;
- кризис 3-х лет;
- кризис 6-7 лет;
- кризис 11-12 лет - подростковый;
- кризис 15 лет - ранней юности.

Кризисы по Л.И. Божович:

- кризис 1 года – самостоятельность ребенка, первые требования взрослых;
- кризис 3 лет – появление внутренней позиции;
- кризис 7 лет – появление социального «Я», усиление требований взрослых;
- подростковые кризисы:
 - 1) (12-14 лет) - эмансипация от взрослых;
 - 2) (15-17 лет) - определение места в жизни.

Возрастные кризисы Эпигенетическая теория Э. Эриксона

№	Наименование стадии	Возраст	Психосоциальный кризис
1	Орально-сенсорная	0-1 год	Базисное доверие – базисное недоверие
2	Мышечно-анальная	1-3 года	Автономия, самостоятельность – стыд, сомнение
3	Локомоторно-генитальная	3-6 лет	Инициативность – чувство вины
4	Латентная	6-12 лет	Трудолюбие - неполноценность
5	Подростковая	12-19 лет	Идентичность – путаница ролей
6	Ранняя зрелость	20-25 лет	Близость - изоляция
7	Средняя зрелость	26-60 лет	Генеративность - стагнация
8	Поздняя зрелость	с 60 лет	Цельность - отчаяние

Социальная психология в деятельности врача

Предмет и методы СП

Андреева: СП изучает закономерности поведения и деятельности людей, обусловленные их включением в социальные группы, а также психологические характеристики самих групп.

Методы СП. Методы сбора информации:

- эксперимент;
- наблюдение;
- опросные методы;
- социометрия;
- контент – анализ;
- тесты.

Метод социометрии

Социометрия (микросоциология) - один из основных методов социальной психологии (автор теории и методики - Д.Морено).

Социометрия - совокупность методов и приемов, направленных на анализ данных о межличностных отношениях людей, структуре и функционировании малой группы.

Цели социометрии:

- измерение степени сплоченности-разобщенности группы;
- выявление социометрических позиций, относительного авторитета членов группы по признакам симпатии-антипатии;
- выявление внутригрупповых подсистем (подгрупп);
- выявление внутригрупповых лидеров.

Метод социометрии

Этапы процедуры

1. Составление списка группы (в Приложение 1).
2. Выбор критериев (3 критерия: работа, досуг, референтность).
3. Составление вопросов по критериям (1+ и 1- на каждый критерий).
4. Определение формы процедуры (пара – непараметрическая, лимит выборов).
5. Составление социометрической карточки (в Приложение 2).
6. Решение организационных моментов, выбор формы опроса (индивидуальный, групповой).
7. Проведение опроса (испытуемым – список группы и карточку с инструкцией).
8. Обработка данных. По каждому критерию составляются социоматрица и социограмма.
9. Подсчет социометрических индексов: 2 ПСИ (социометрического статуса и эмоциональной экспансивности) и 2 ГСИ (эмоциональной экспансивности и психологической взаимности). По каждому критерию отдельно.
10. Выводы по каждому критерию (типы людей по статусу: «звезды», «принятые», «отверженные», «изолированные»).
11. Общие выводы (анализ ГСИ и ПСИ по критериям).
12. Практические рекомендации.

Социометрическая карточка

Инструкция:

Дорогие ребята... Ответьте на вопросы в карточке... В столбце «Выборы» укажите номер... Анонимность гарантируем... Спасибо за участие...

СОЦИОМЕТРИЧЕСКАЯ КАРТОЧКА						
№	Тип	Критерии	Выборы			
1	Работа	Кого бы вы хотели выбрать своим бригадиром?				
2		Кого бы вы не хотели выбрать своим бригадиром?				
3	Досуг	Кого бы вы хотели пригласить на встречу Нового года?				
4		Кого бы вы не хотели пригласить на встречу Нового года?				

Социоматрица по критерию

№	Кто выбирает: (фамилия испытуемого)	Кого выбирают (№)								Сделанные выборы		Всего	
		1	2	3	4	5	6			(+)	(-)		
1	Иванов		+	+	-	-					2	2	4
2	Петров	+		+	-	-					2	2	4
3	Сидоров	+	+								2	0	2
4	Пономарев	+			+	-					2	1	3
5	Соков	+	-	-	+						2	2	4
6	Ибрагимов	+		-	-						1	2	3
...	...												
N													
	Полученные выборы												
	$\Sigma(+)$	5	2	2	2	0	0			11			
	$\Sigma(-)$	0	1	2	3	3	0				9		
	Всего	5	3	4	5	3	0						20

Социограмма

Условные обозначения



(A выбирает B)



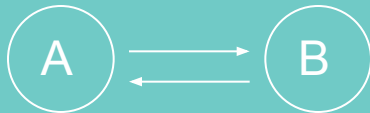
(A отвергает B)



(взаимный выбор)



(взаимный отрицательный выбор)



(A выбирает B, но B не выбирает A)

Социометрические индексы

ПСИ
Социометрического статуса

$$C_i = \frac{\sum_{i=1}^N (R_i^+ + R_i^-)}{N-1} \quad (1)$$

ПСИ
Эмоциональной экспансивности

$$E_j = \frac{\sum_{j=1}^N (R_j^+ + R_j^-)}{N-1} \quad (2)$$

ГСИ
Эмоциональной
экспансивности группы

$$A_g = \frac{\sum_{j=1}^N \left(\sum_{j=1}^N R_j^{(+,-)} \right)}{N} \quad (3)$$

ГСИ
Психологической взаимности
группы

$$G_g = \frac{\sum_{ij=1}^N \left(\sum_{ij=1}^N A_{ij}^+ \right)}{\frac{1}{2} \cdot N \cdot (N-1)} \quad (4)$$

Контент-анализ

Метод систематизированной фиксации и квантификации единиц содержания в исследуемом материале.

Применяется начиная с 20-х г. для обработки материалов СМИ (Х. Лассуэлл).

Позволяет выявить скрытую тенденцию в ответах и иной информации.

Применяется для:

- 1) анализа результатов проективных методик;
- 2) изучения речевой и письменной продукции;
- 3) анализа содержания открытых вопросов при анкетировании.

Источники информации: речь, материалы и документы.

Процедура:

- 1) определение категории анализа;
- 2) выбор объекта, определение объема материала;
- 2) определение единиц анализа (слова, суждения, темы, интонации и др.);
- 3) выделение единиц квантификации (конкретные слова, то что считается);
- 4) подсчет частот единиц квантификации (частота появления анализируемых единиц в определенном объеме информации);
- 5) обработка, анализ, интерпретация.

Социальная психология в деятельности врача

Проблемное поле современной психологии

Социальное мышление - мышление, ориентированное на познание социальной действительности, то есть людей и социальных ситуаций.

Определяется следующими факторами:

- в своём социальном мышлении люди чаще всего руководствуются стремлением иметь позитивную самооценку, нежели потребностью быть объективными;
- люди обычно реагируют на социальную ситуацию, как таковую, а на то, как они себе её представляют;
- социальное влияние на мысли, чувство и действия является обычно более значимым, чем индивидуальные детерминанты мышления и поведения;
- восприятие и интерпретация социальной информации реализуется автоматически. то, что первым приходит в голову индивиду, кажется ему наиболее правильным и значимым;
- люди стараются не думать о том, что им неприятно.

Социальная психология в деятельности врача

Проблемное поле современной психологии

Социальное влияние - отношения между людьми, когда один человек получает возможность применять действие относительно другой.

Виды:

- принуждение (средство давления - возможное наказание за отказ подчиниться);
- награждение (средство давления - вознаграждение за согласие подчиниться);
- легитимное (обусловленное законом);
- информационное и экспертное (обусловленное убеждением в компетенции источника влияния).

Социальные отношения - система нормированных взаимодействий между партнерами по поводу чего-то. В отличие от социального взаимодействия, социальные отношения - это устойчивая система, ограниченная определенными нормами.

Социальная психология в деятельности врача

Психологические особенности взаимоотношений врача и пациента

Общие принципы деонтологии - профессиональной этики медицинских работников.

Клятва Гиппократа содержала несколько основных требований к врачу:

- сохранение врачебной тайны;
- запрещение действий, способных причинить моральный или физический ущерб больному или его родственникам;
- преданность профессии.

В России - «Клятвы врача России», которую врачи читают в торжественной обстановке при получении диплома. Текст клятвы врача установлен статьей 71 ФЗ «Об основах охраны здоровья граждан в Российской Федерации»:

Социальная психология в деятельности врача

«Получая высокое звание врача и приступая к профессиональной деятельности, я торжественно клянусь:

- честно исполнять свой врачебный долг, посвятить свои знания и умения предупреждению и лечению заболеваний, сохранению и укреплению здоровья человека;
- быть всегда готовым оказать медицинскую помощь, хранить врачебную тайну, внимательно и заботливо относиться к пациенту, действовать исключительно в его интересах независимо от пола, расы, национальности, языка, происхождения, имущественного и должностного положения, места жительства, отношения к религии, убеждений, принадлежности к общественным объединениям, а также других обстоятельств;
- проявлять высочайшее уважение к жизни человека, никогда не прибегать к осуществлению эвтаназии;
- хранить благодарность и уважение к своим учителям, быть требовательным и справедливым к своим ученикам, способствовать их профессиональному росту;
- доброжелательно относиться к коллегам, обращаться к ним за помощью и советом, если этого требуют интересы пациента, и самому никогда не отказывать коллегам в помощи и совете;
- постоянно совершенствовать свое профессиональное мастерство, беречь и развивать благородные традиции медицины».

Социальная психология в деятельности врача

Общие рекомендации по эффективности общения врача с пациентом:

- попытайтесь узнать причины подсознательной тревоги пациента, помогите разобраться в них, переводя проблему на уровень сознания;
- попробуйте дать пациенту конкретные инструкции о том, что делать, к чему стремиться, как себя вести;
- беседуя с пожилыми людьми, не напоминайте им о возрасте; разговор должен быть неспешным, вопросы следует задавать конкретные, требующие однозначного ответа;
- постарайтесь избегать одних лишь устных советов, запишите рекомендации по режиму, диете, медикаментозной терапии на листе бумаги;
- попробуйте разъяснить необходимость ограничения, по возможности, контакта с разрушающими факторами (избыточная информационная нагрузка, стрессы и т.д.);
- постарайтесь убедить пациента, что для сохранения и улучшения здоровья необходим комплексный подход, в том числе немедикаментозные меры.

Психология общения

Понятие об общении. Три стороны общения

Общение – сложный многоплановый процесс установления и развития контактов между людьми (межличностное общение) и группами (межгрупповое общение), порождаемый потребностями совместной деятельности.

Структура общения (3 стороны):

- коммуникативная – прием и передача сообщений, обратная связь;
- перцептивная (когнитивная) – процесс восприятия и понимания людьми друг друга;
- интерактивная – взаимодействие, поведение.

В общении выделяются: содержание, цель и средства.

1. Содержание - это информация, которая передается от человека к другому.
2. Цель общения - то, ради чего возникает данная активность.
3. Средства общения - способы кодирования, передачи, переработки и расшифровки информации, передаваемой в процессе общения.

Психология общения

Виды общения

1. По содержанию:

- материальное (обмен предметами и продуктами деятельности),
- когнитивное (обмен знаниями),
- кондиционное (обмен психическими или физиологическими состояниями),
- мотивационное (обмен побуждениями, целями, интересами, мотивами, потребностями),
- деятельностное (обмен действиями, операциями, умениями, навыками).

2. По средствам:

- непосредственное (прямое) - живьем (телом, руками, голосом);
- опосредствованное - использование специальных средств и орудий (знаковые системы, символы, печать, телевидение, Интернет и т.п.);
- прямое - личный контакт и непосредственное восприятие друг другом;
- косвенное - через посредников (переговоры через кого-то третьего).

Психология общения

Виды общения

3. По целям:

- деловое - как часть внешней совместной деятельности, с целью улучшения этой деятельности;
- личностное – направлено на психологические проблемы внутреннего характера, личные интересы и потребности.


4. По количеству участников:

- внутриличностное (сам с собою);
- межличностное (2 или несколько человек между собой);
- межгрупповое (между группами).

Психология общения

Обратная связь - приемы получения информации о партнере по общению, используемые собеседниками для коррекции собственного поведения в процессе общения.

Обратная связь включает наблюдение за партнером и оценку его реакций, последующее изменение в соответствии с этим собственного поведения. Обратная связь предполагает умение видеть себя со стороны и правильно судить о том, как партнер воспринимает себя в общении.



Психология общения
Социальные эффекты

1. Иллюзия контроля.
2. Возврат к среднему.
3. Бихевиоральное подтверждение.
4. Феномен «нога в дверях».
5. Эффект сверхоправдания.
6. Эффект синергии.

Психология общения

Активные формы общения

1. Брейнштурминг.

Групповое решение творческой проблемы, метод активизации творческой мысли, применяются средства, снижающие критичность и самокритичность человека, повышающие его уверенность в себе и творчество.

Инструкция – быть свободным, творческим, оригинальным, не бояться оценки окружающих. Специальная атмосфера. Состав (6-10 чел., равный социальный статус, карточки с именами + наблюдатели/ секретари), размещение (круговое, кресла).

Фазы:

- 1) вступительная (15 мин.) – метод и правила игры, изложение вопроса, требующего решения.
- 2) узловая (около 1 часа)
- 3) заключительная – благодарность, если будут еще идеи – сообщить в течение суток.

Психология общения

Активные формы общения

2. Деловые игры

Активность, эмоциональность участников, сокращение времени накопления опыта.

Разработка сценария, определение ролей (2-20 чел) или групп.

Инструктаж, описание характера деятельности, функций участников, их полномочия.

Принятие решений за определенный период времени.

Возможна работа с документацией.

Психология общения

Активные формы общения

3. Групповая дискуссия

Фазы дискуссии:

- определение целей и темы;
- сбор информации по обсуждаемой проблеме;
- упорядочивание, обоснование и совместная оценка полученной в ходе обсуждения информации – выбор решения;
- подведение итогов, сопоставление целей с результатами.

Рекомендации участникам:

- избегать защищать свои суждения только потому, что они свои, попробовать понять логику оппонентов;
- избегать менять свое мнение только ради достижения согласия, не стараться уклоняться от конфликта;
- избегать таких методов разрешения конфликта, как голосование, компромиссные решения;
- рассматривать различные мнения как помощь, а не как помеху при принятии решений.

Психология общения

Активные формы общения

4. Социально-психологический тренинг (СПТ)

Основная цель СПТ – повышение компетентности в общении.

Принципы:

- активности (апробирование и тренировка приемов, способов поведения);
- исследовательской творческой позиции (осознание, открытие идей, творческое отношение к жизни, к себе);
- объективности (обратная связь, осознание поведения);
- партнерского общения (учет интересов других)

Стадии развития группы:

- адаптация,
- разрешение внутригрупповых конфликтов,
- сплоченность и эффективность

Психология общения

Конфликты

Конфликт – отношения между людьми, которое характеризуется противоборством на основе противоположно направленных мотивов (потребностей, ценностей, интересов, целей, идеалов) или суждений (мнений, взглядов, оценок).

Структура конфликта:

1. Инцидент (информационный) – событие, которое помогло осознать хотя бы одному из взаимодействующих субъектов отличие его интересов и ценностей от интересов и ценностей других участников взаимодействия.

Инцидент (поведенческий) - активизация деятельности одной из сторон.

2. Конфликтная ситуация – противоречивые позиции сторон по какому-то поводу, стремление к противоположным целям и т.п.
3. Субъекты конфликта – участники конфликтного взаимодействия, которые могут быть представлены индивидами, группой индивидов, социальной организацией.
4. Предмет (у ряда авторов - объект) конфликта – конкретные интересы и ценностные ориентации, по поводу различия которых происходит конфликтное взаимодействие (то, из-за чего возник конфликт).

Психология общения

Конфликты

Стадии (фазы) конфликтной ситуации:

- 1) начало конфликта;
- 2) развитие конфликта;
- 3) пик конфликта;
- 4) затухание конфликта;
- 5) прекращение конфликта;
- 6) урегулирование конфликта.

Психология общения

Конфликты

Виды конфликтов (по основаниям)

- по сферам проявления: производственно-экономические, идеологические, социально-психологические, семейно-бытовые;
- по масштабам, длительности и протяженности: общие и локальные; кратковременные и длительные; слабовыраженные и быстротекущие;
- по субъектам взаимодействия: внутриличностные, межличностные (двое), групповые (чел. с группой), межгрупповые (группа с группой);
- по предмету конфликта: реальные (предметные) и нереальные (беспредметные);
- по источникам: объективные и субъективные;
- по причинам: организационные, эмоциональные, деловые и личностные;
- по социальным последствиям: позитивные и негативные;
- по формам и степени столкновения: открытыми, скрытыми; стихийными и инициативными (спланированными);
- по способам и масштабам урегулирования: антагонистические (непримиримые) и компромиссные.

Психология общения

Конфликты

Последствия конфликтов в группе:

- 1) образование подгрупп,
- 2) удаление членов группы,
- 3) выбор “козла отпущения”,
- 4) организационные изменения в группе (изменение целей, действий, средств, реформа структуры группы),
- 5) появление или смена руководства,
- 6) распад группы.

Психология общения

Конфликты

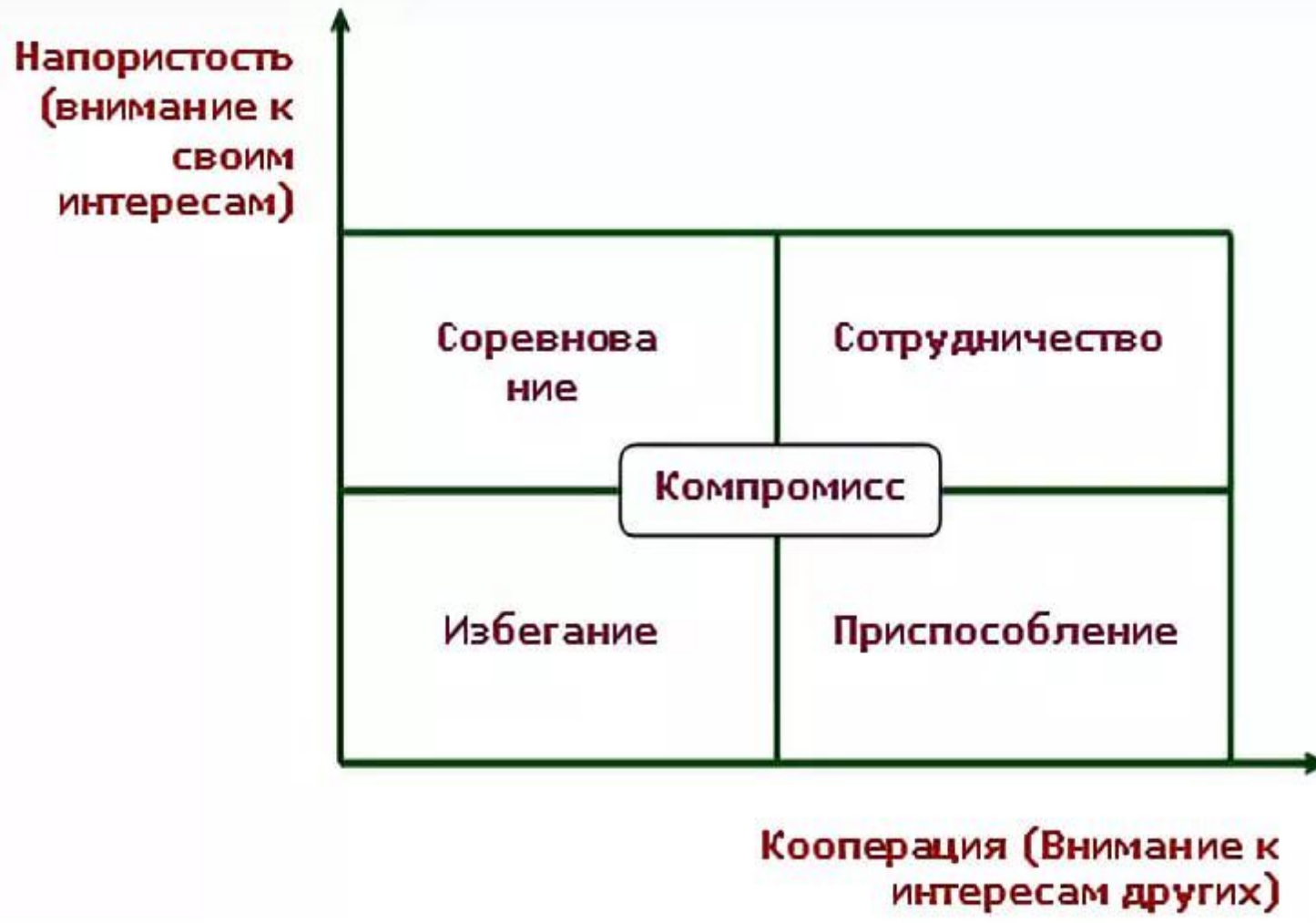
Теории поведения в конфликте

3 основные модели поведения личности в конфликте:

1. Конструктивная. Стремится уладить конфликт; нацелена на поиск приемлемого решения; отличается выдержкой и самообладанием, доброжелательным отношением к сопернику; открыта и искренна, в общении лаконична и немногословна.
2. Деструктивная. Постоянно стремится к расширению и обострению конфликта; постоянно принижает партнера, негативно оценивает его личность; проявляет подозрительность и недоверие к сопернику, нарушает этику общения.
3. Конформистская. Пассивна, склонна к уступкам; непоследовательна в суждениях, поведении; легко соглашается с точкой зрения соперника; уходит от острых вопросов.

Психология общения

Конфликты. Теория Томаса



Психология здоровья

Определение: ПЗ - междисциплинарная область психологических знаний о причинах заболевания, факторах, благоприятных или не- для здоровья.

Цель ПЗ: психологическое обеспечение здоровья отдельного человека и общества в целом.

Задачи ПЗ: сохранение, укрепление и целостное развитие духовной, психической, социальной и соматической составляющих здоровья.

Объект ПЗ: относительно здоровая личность.

Направления исследований профессионального здоровья в ПЗ:

- изучение роли субъективных психологических факторов в сохранении, укреплении, развитии профессионального здоровья;
- исследование влияния условий и особенностей труда на здоровье профессионала;
- разработка методов психологического воздействия и коррекции состояния здоровья работающих;
- создание и внедрение профилактических программ на предприятиях.

Психология здоровья

Согласно материалам ВОЗ, здоровье – это состояние полного физического, душевного и социального благополучия, а не только отсутствие болезней или физических дефектов.

Обычно выделяют три вида здоровья: физическое, психическое и духовное.

4 модели определения здоровья:

- 1) медицинская, подчеркивающая отсутствие болезни, нормальное функционирование организма;
- 2) биомедицинская, где главным является взаимодействие со средой, способность приспосабливаться к меняющимся условиям, субъективное ощущение здоровья;
- 3) биосоциальная, делающая упор на работоспособность, слаженность профессиональной деятельности; социальным признакам придается приоритетное значение;
- 4) ценностно-социальная модель, подчеркивающая моменты общения и взаимодействия людей, когда здоровье – ценность для человека, необходимая предпосылка для его полноценной жизни.

Психология здоровья

Самосознание и образ тела

Самосознание – это совокупность психических процессов, посредством которых индивид осознает себя в качестве субъекта деятельности. Представления индивида о самом себе складываются в мысленный «образ Я».

Образ тела рассматривается в качестве одного из важнейших компонентов самосознания

2 типа отношения к своему образу телесного «Я»:

- 1) образ телесного «Я» по отношению к другим в сопоставлении с нормами и требованиями социального окружения;
- 2) образ телесного «Я» по отношению к своему восприятию и пониманию смысла своего существования независимо от выносимых оценок и суждений других

Синдром дисморфофобии - усиленное внимание к своему телу, к анализу своего физического образа.

Психология здоровья

Стресс

Г. Селье – стресс - совокупность стереотипных, филогенетически запрограммированных неспецифических реакций организма, первично подготавливающих к физической активности.

Функции стресса:

- сохранение и поддержание постоянства внутренней среды организма в постоянно меняющейся окружающей среде;
- мобилизация ресурсов организма для выживания в трудной обстановке;
- адаптация к непривычным условиям жизни.

3 фазы стресса:

1. Первая фаза - реакция тревоги.
2. Стадия резистентности (сопротивления).
3. Стадия истощения.

Психология здоровья

Стресс

Эустресс - благоприятный стресс, в результате которого повышается функциональный резерв организма, происходит его адаптация к стрессовому фактору, мобилизует его, улучшает внимание, реакции, психическую деятельность, повышает адаптационные возможности организма.

Дистресс возникает вследствие воздействия на организм критического перенапряжения. Происходит мобилизация и расходование и «поверхностных», и «глубоких» адаптационных резервов. Истощаются защитные силы организма, что приводит к срыву механизмов адаптации и развитию различных заболеваний, вплоть до смертельного исхода.

Психология здоровья

Стресс

4 вида стресса:

1. Эмоциональный стресс – аффективные переживания, сопровождающие стресс и ведущие к неблагоприятным изменениям в организме человека.
2. Социальный стресс – различные виды социального напряжения, давления, нагрузок, требующих многообразных приспособительных реакций, сложного уравнивания в системе социального поведения, взаимодействия.
3. Информационный стресс – состояние информационной перегрузки, когда индивид не справляется с поставленной задачей, не успевает принимать правильные решения в требуемом темпе, будучи ответственным за последствия принятых решений.
4. Профессиональный стресс – это состояние эмоционального напряжения, возникающее в результате действия неблагоприятных факторов, ведущее к снижению эффективности трудовой деятельности и к деформации личностных и характерологических качеств.

6.1. Психология здоровья

Причины стресса

Шкала социальной адаптации Томаса Холмса и Ричарда Рейха

№	Жизненные события	Баллы
1	Смерть супруга (супруги)	100
2	Развод	73
3	Разъезд супругов, разрыв с партнером	65
4	Тюремное заключение	63
5	Смерть близкого члена <u>семьи</u>	63
6	Травма или болезнь	53
7	Женитьба, свадьба	50
8	Увольнение с работы	47
9	Примирение супругов	45
10	Уход на пенсию	45
11	Изменение в состоянии здоровья членов семьи	44
12	Беременность (партнерши)	40
13	Сексуальные проблемы	39
14	Появление нового члена семьи, рождение ребенка	39

Психология здоровья

Способы защиты от стресса:

1. Рационализации предстоящего события - многократное осмысление его с максимальной детализацией.
2. Имитационные игры - практическое проигрывание своих ролей в будущих событиях.
3. Анализ своего личного опыта удачно закончившихся сложных жизненных ситуаций.
4. Динамичность установок. Человек с большим набором гибких установок и достаточно большим числом разных целей, обладающий способностью их заменять в случае неудачи, защищен лучше от стресса.
5. Умение переоценивать то, чего не смог достичь.
6. Юмор.

Р.М. Грановская делит все стратегии выхода из напряженной ситуации на 3 группы: а) изменить или ликвидировать проблему; б) уменьшить ее интенсивность за счет смещения своей точки зрения на нее; в) облегчить ее воздействие с помощью ряда способов (АТ, физическая нагрузка, релаксаций музыкой, дыханием и т.п.).