Федеральное агентство по образованию

Государственное образовательное учреждение

Высшего профессионального образования

Новгородский Государственный Университет имени Ярослава Мудрого

Институт непрерывного педагогического образования

Кафедра профессионального педагогического

Образования и социального управления

Контрольная работа по дисциплине «Общая психология»

Специальность 050703-Дошкольная педагогика и психология

Руководитель:

Кандидат психологических наук

Н.В.Александровна

Студент группы 7661зу

Г.Я.Викторович

Оглавление

I. Определение психологии как науки

II. Возникновение и развитие психики у животных и человека

III. Сознание и бессознательное

IV. Деятельность

V. Ощущение

VI. Восприятие

VII. Внимание

IIX. Память

IX. Мышление

X. Речь

XI. Воображение

XII. Мотивация

XIII. Эмоции и чувства

XIV. Воля

XV. Личность

XVI. Темперамент

XVII. Характер

XIIX. Способности

XIX. Я – концепция

Задачи по курсу

Список используемой литературы

I. Определение психологии как науки

Любая наука имеет в своей основе некоторый житейский, эмпирический опыт людей, но иначе обстоит дело с психологией. У каждого из нас есть запас житейских психологических знаний. Есть выдающиеся житейские психологи, но и обычный человек имеет определенные психологические знания. Поэтому выделяют пять отличий житейских и научных знаний.

1) Житейские психологические знания, конкретны, они приурочены к конкретным ситуациям, людям, задачам. Они характеризуются конкретностью, ограниченностью задач, ситуаций и лиц, на которые они распространяются.

Следует отметить одну особенность научных психологических знаний: они часто совпадают с житейскими по своей внешней форме, т. е. выражаются теми же словами. Однако внутреннее содержание, значения этих слов, как правило, различны. Житейские термины обычно более расплывчаты и многозначны.

2)Житейские психологические знания носят интуитивный характер.

Это связано с особым способом их получения - они приобретаются путем практического опыты.

3)Способы передачи знаний и сама возможность их передачи. В сфере практической психологии такая возможность весьма ограничена. Это непосредственно связано с особенность житейского психологического опыта - его конкретного и интуитивного характера.

4)Методы получения знаний житейской и научной психологии. В житейской психологии мы вынуждены ограничиваться наблюдениями и размышлениями. В научной психологии к этим методам добавляется эксперимент.

5) Отличие, и вместе с тем преимущество, научной психологии состоит в том, что она располагает обширным, разнообразным и подчас уникальным фактическим материалом, недоступным во всем своем объеме ни одному носителю житейской психологии. Этот материал накапливается и анализируется, в том числе в специальных отраслях психологической науки, таких, как возрастная психология, педагогическая психология, пато- и нейропсихология, психология труда и инженерная психология, социальная психология, зоопсихология и др.

Таким образом, научная психология, во-первых, опирается на житейский психологический опыт, во-вторых, извлекает из него свои задачи, наконец, в-третьих, на последнем этапе им проверяется.

Длительным и противоречивым было становление психологии как науки о процессах, функциях и механизмах психики. Наиболее ранняя естественнонаучная модель психики принадлежит И.М. Сеченову (1829-1905). Он выделил три звена:

1) Начальное звено - внешнее раздражение и его преобразование органами чувств в процесс нервного возбуждения передаваемого в мозг.

2)Среднее звено - процессы возбуждения и торможения в мозгу и возникновение на их основе ощущений.

3) Конечное звено - внешние движения.

Таким образом, по Сеченову действия и поступки обусловлены внешними воздействиями: «Первоначальная причина всякого поступка лежит всегда во внешнем чувственном возбуждении, потому что без него никакая мысль невозможна».

Психика сложна и многообразна по своим проявлениям. Обычно выделяют три группы психических явлений:

1) психические процессы.

2)психические состояния.

3)психические свойства.

Психический процесс – течение психического явления, имеющего начало, развитие и конец, проявляющиеся в виде реакции. Окончание одного психического процесса тесно связано с началом нового процесса. Отсюда - непрерывность психической деятельности.

Психическое состояние - определившийся в данное время относительно устойчивый уровень психической деятельности, который проявляется в повышенной или пониженной активности личности.

Психические свойства - высшие и устойчивые регуляторы психической деятельности личности.

Следует остановиться на рассмотрении взаимосвязи психологии и философии, потому что вопросы психологии длительное время изучались в рамках философии, и лишь в середине XIX в. психология стала самостоятельной наукой, отделившись от философии. Кроме того, в самой психологии есть вопросы, которые невозможно решить экспериментальным путем. При столкновении с подобного рода проблемами психологи вынуждены обращаться к философии и тем самым пользоваться умозаключениями, которые им предлагают представители смежной науки - философии: проблемы сущности и происхождения человеческого сознания, природы высших форм человеческого мышления, влияния общества на личность и личности на общество, методологические проблемы психологии. Таким образом, современная психология и философия до сих пор развиваются вместе, взаимодополняя друг друга. Наблюдается интеграция и взаимопроникновение знаний этих наук на теоретико-методологическом уровне.

Другой наукой, которая находит очень много общих с психологией интересов в разработке проблем, связанных с обществом и личностью, является социология. Здесь тоже наблюдается взаимоподдержка, но уже на уровне методологии исследования. Так, например, социология заимствует из социальной психологии методы изучения личности и человеческих отношений. В то же время психология широко использует в своих экспериментальных исследованиях приемы сбора научной информации, которые являются традиционно социологическими. К таким методам относятся в первую очередь опрос и анкетирование. Есть также немало проблем, которые пытаются совместно решить психологии и социологи. К таким проблемам относятся: взаимоотношения между людьми, национальная психология, психология экономики и политики государства. Сюда же следует отнести проблемы социализации и социальных установок, их формирования и преобразования.

Так же, тесно связанной с психологией, является педагогика. На первый взгляд эти науки неразделимы между собой, поскольку воспитание и обучение детей не может не учитывать психологические особенности личности. Следуя такой логике, нельзя усомниться в истинности этого суждения. Однако на практике дело обстоит несколько иначе. Если психология развивалась в рамках философии, то педагогика изначально формировалась как самостоятельная наука. В результате психология и педагогика оформились как самостоятельные науки и существуют раздельно. К сожалению, на практике до сих пор нет тесного взаимопонимания между психологами и педагогами.

Другим, не менее известным примером взаимосвязи истории и психологии является использование в психологии исторического метода. Суть этого метода состоит в том, что для понимания природы какого-либо психического явления необходимо проследить его фило - и онтогенетическое развитие от элементарных, к более сложным формам. Для того чтобы осознать, что представляют собой высшие формы психики человека, необходимо проследить их развитие у детей.

Не менее тесно связана психология с медицинскими и биологическими науками. Связь психологии с этими науками обусловлена двойственной природой человека как социального и одновременно биологического существа. Большинство психических явлений, и, прежде всего психических процессов, имеет физиологическую обусловленность, поэтому знания, полученные физиологами и биологами, используются в психологии для того, чтобы лучше понять те или иные психические явления.

Так же следует отметить, что главной особенностью психологии является то, что она связана не только с общественными науками, но и с техническими и биологическими. Человек является участником всех технологических и производственных процессов. Практически невозможно организовать производственный процесс без участия человека. Человек был и остается основным участником этого процесса. Поэтому не случайно психологическая наука рассматривает человека как неотъемлемую часть технического прогресса.

Таким образом, современная психология тесно связана с различными областями науки и практики. Можно утверждать, что везде, где задействован человек, есть место психологической науке. Поэтому не случайно психология с каждым годом приобретает все большую популярность и распространение. Развитие психологии, ее внедрение во все сферы практической и научной деятельности привело к возникновению разнообразных отраслей психологии.

Современная психология представляет собой широко развернутую область знаний, включающую ряд отдельных дисциплин и научных направлений:

1)Социальная психология - изучает социально-психологические проявления личности человека, его взаимоотношения с людьми, с группой, психологическую совместимость людей, социально-психологические проявления в больших группах (действие радио, прессы, моды, слухов на различные общности людей).

2)Педагогическая психология - изучает закономерности развития личности в процессе обучения, воспитания.

3)Возрастная психология - изучает закономерности развития нормального здорового человека, психологические особенности и закономерности, присущие каждому возрастному периоду: от младенчества до старости, и в связи с этим делится на детскую психологию, психологию юности и зрелого возраста, геронтопсихологию (психология старости).

4)Детская психология - изучает развитие сознания, психических процессов, деятельности, всей личности растущего человека, условия ускорения развития.

5)Психология труда - рассматривает психологические особенности трудовой деятельности человека, закономерности развития трудовых навыков.

6)Инженерная психология - изучает закономерности процессов взаимодействия человека и современной техники с целью использования их в практике проектирования, создания и эксплуатации автоматизированных систем управления, новых видов техники.

7)Авиационная, космическая психология - специфичные области инженерной психологии анализируют психологические особенности деятельности летчика, космонавта.

8)Медицинская психология - изучает психологические особенности деятельности врача и поведения больного, разрабатывает психологические методы лечения и психотерапии. В клинической психологии, изучающей проявления и причины разнообразных нарушений в психике и поведении человека, а также происходящие во время различных болезней психические изменения, входит патопсихология, которая изучает отклонения в развитии психики, распад психики при различных формах мозговой патологии. Психофизиология изучает физиологические основы психической деятельности, а дифференциальная психология - индивидуальные различия в психике людей.

9)Юридическая психология - изучает психологические особенности поведения участников уголовного процесса (психология свидетельских показаний, психологические требования к допросу и т. п.), психологические проблемы поведения и формирования личности преступника.

10)Военная психология - изучает поведение человека в условиях боевых действий.

11)Психология рекламы - занимается оценкой нужд или ожиданий потребителей, разработкой психологических средств воздействия на людей с целью создания спроса на подлежащий сбыту продукт. 12)Психология религии - пытается понять и объяснить поведение верующих в целом или представителей различных сект.

13)Экологическая психология - занимается изучением наиболее эффективных способов улучшения условий в населенных пунктах, где протекает деятельность человека. Особое внимание она уделяет проблемам шума, загрязнения среды токсичными веществами и отбросами и их влияния на психику человека, проблемам взаимовлияния природы и человека. 14)Дискуссионной областью является парапсихология, которая изучает проявления и механизмы возникновения необычных, «паранормальных» способностей человека.

Таким образом, для современной психологии характерен процесс дифференциации, разветвляющий психологию на отдельные отрасли, которые нередко расходятся и существенно отличаются друг от друга, хотя и сохраняют общий предмет исследования - факты, закономерности, механизмы психики.

Основными методами получения фактов в психологии являются:

Наблюдение - древнейший метод познания. Его формой - житейскими наблюдениями - пользуется каждый человек в своей повседневной практике. Различают виды наблюдения: срез (кратковременное наблюдение), лонгитюдинальное (длинное, иногда в течение ряда лет), выборочное, сплошное и особый вид - включенное наблюдение (когда наблюдатель становится членом исследуемой группы).

Наблюдение складывается из процессов:

1)Определение задачи и цели (для чего, с какой целью?).

2)Выбор объекта, предмета и ситуации (что наблюдать?).

3)Выбор способа наблюдения, наименее влияющего на исследуемый объект и наиболее обеспечивающего сбор необходимой информации (как наблюдать?).

4)Выбор способов регистрации наблюдаемого (как вести записи?).

5)Обработка и анализ полученной информации (каков результат?).

Наблюдение является составной частью и в двух других методов - беседа и эксперимент.

Беседа как психологический метод предусматривает прямое или косвенное, устное или письменное получение от изучаемого сведений о его деятельности, в которых объективируются свойственные ему психологические явления.

Естественный эксперимент проводят в естественных условиях жизни, учебы, труда людей, причем люди не подозревают, что над ними проводится эксперимент (но его результаты должны быть зафиксированы, например, скрытой фотокамерой). Естественные эксперименты позволяют выявлять более достоверную информацию, но не могут проводиться многократно, поскольку теряют свою естественность и скрытность от испытуемых.

Метод тестов - метод испытаний, установления определенных психических качеств человека. Тест - кратковременное, одинаковое для всех испытуемых задание, по результатам которого определяется наличие и уровень развития определенных психических качеств человека. Они могут быть прогностические и диагностирующие, должны быть научно обоснованны, надежны, валидны и выявлять устойчивые психологические характеристики.

II. Возникновение и развитие психики у животных и человека

Психика - свойство высокоорганизованной живой материи, заключающееся в активном отражении субъектом объективною мира, в построении субъектом неотчуждаемой от него картины этого мира и регуляции на этой основе поведения и деятельности.

Психика имеет ряд специфических свойств:

1) Психика - свойство только живой материи. И главное не только живой материи, а высокоорганизованной живой матери.

2) Особенность психики заключается в способности отражать объективный мир. Т.е. высокоорганизованная живая материя, обладающая психикой, способна получать информации об окружающем ее мире. В то же время получение информации связано с созданием определенного образа, который является копией материальных объектов реального мира.

3) Информация об окружающем мире служит основой для регуляции внутренней среды живого организма и формировании его поведения, что определяет возможность длительного существования организма в постоянно изменяющихся условиях среды обитания. Живая материя, обладающая психикой, способна реагировать на изменение внешней среды или на воздействия объектов окружающей среды.

Способность избирательно реагировать на воздействие внешней среды наблюдаемая уже у простейших форм живой материи называется раздражимость. Развитие раздражимости у живых существ связано с усложнением условий жизни более развитых организмов, которые вынуждены реагировать на более сложный комплекс факторов внешней среды. Сочетание внутренних и внешних условий привело к возникновению у живых организмов более сложных форм реагирования, получивших название чувствительность. С возникновением чувствительности живые организмы получают возможность реагировать не только на биологически значимые факторы среды, но и на биологически нейтральные. Так, наличие чувствительности позволяет животному реагировать на имеющий для него смысл объект до непосредственного контакта с ним. Например, животное данного уровня развития психики может реагировать на цвет объекта, его запах или форму и т. д.

Появление у определенного класса животных чувствительности или способности к ощущениям, может рассматриваться не только как зарождение психики, но и как появление принципиально нового типа приспособления к внешней среде. Основное отличие данного тина приспособления заключается в появлении особых процессов, связывающих животное со средой, - процессов поведения*.* Поведение - сложный комплекс реакций живого организма на воздействия внешней среды.При этом, чем выше уровень развития живого существа, тем более сложное у него поведение.

Самое сложное поведение наблюдается у человека, который в отличие от животных обладает не только способностью реагировать на внезапные изменения условий внешней среды, но и способностью формировать мотивированное (осознанное) и целенаправленное поведение. Столь сложное поведение возможно только при наличии сознания. Сознание - высший уровень психического отражения и регуляции, присущий только человеку как общественно-историческому существу. Можно предположить, что похожая психическая деятельность по формированию психических образов происходит и у наиболее развитых животных, таких как собаки, лошади, дельфины. Поэтому человека отличает от животных не сама деятельность, а механизмы ее протекания, которые зародились в процессе социального развития человека. Данные механизмы и особенности оперирования ими обеспечивают человека таким феноменом, как сознание.

В результате человек выделяет себя из окружающей среды и осознает свою индивидуальность, формирует свою Я-концепцию, заключающуюся в совокупности представлений человека о самом себе, об окружающей действительности и своем месте в обществе. Благодаря сознанию человек обладает способностью самостоятельно, т. е. без воздействия раздражителей среды, регулировать свое поведение. Я-концепция является ядром его системы саморегуляции. Всю воспринимаемую информацию об окружающем мире человек воспринемает через свою систему представлений о себе и формирует свое поведение исходя из системы своих ценностей, идеалов и мотивационных установок.

Таким образом, мы можем выделить четыре основных уровня развития психики живых организмов: раздражимость, чувствительность (ощущения), поведение высших животных (внешне обусловленное поведение), сознание человека (самодетерминированное поведение). Высшим уровнем развития психики обладает только человек. Следует отметить, что столь сложные психические механизмы, наблюдаемые у человека, стали возможны благодаря длительной эволюции живых организмов, исторического развития человечества и индивидуального развития конкретного индивида. Человек не рождается с развитым сознанием. Формирование и эволюция сознания происходят в процессе физиологического и социального развития конкретного индивида (онтогенеза). Поэтому процесс формирования сознания строго индивидуален, обусловлен как особенностями социального развития, так и генетической предрасположенностью.

III. Сознание и бессознательное

В психике человека существуют три области: сознание, предсознание и бессознательное.

Сознание - высший уровень психического отражения объективной реальности, а также высший уровень саморегуляции, существующий только человеку. Сознание всегда активно и интенционально. Активность сознания проявляется в том, что психическое отражение объективного мира носит не пассивный характер, в результате которого все отражаемые психикой предметы имеют одинаковую значимость, а дифференцируется по значимости для субъекта психических образов. Поэтому сознание человека всегда направлено на какой-то объект, предмет или образ, т. е. оно обладает свойством интенции (направленности).

Главным условием возникновения и развития человеческого сознания является совместная продуктивная «опосредованная речью» орудийная деятельность людей. Важное значение для развития человеческого сознания имеет продуктивный, творческий характер человеческой деятельности. Сознание предполагает осознание человеком не только внешнего мира, но и самого себя, своих ощущений, образов, представлений и чувств.

 В начале своего развития сознание человека является направленным на внешний мир. Человек осознает, что находится вне его, благодаря тому, что с помощью данных ему от природы органов чувств видит, воспринимает этот мир как отделенный от него и существующий независимо от него. Позднее появляется рефлексивная способность, т.е. осознание того, что сам человек для себя может и должен стать объектом познания. Основным направлением развития человеческого сознания становится расширение сферы осознаваемого человеком в себе и окружающем мире. Это, в свою очередь, связано с совершенствованием средств материального и духовного производства, с начавшейся в мире социально-экономической революцией.

Кроме сознания, у человека есть и бессознательное. Это явления, процессы, свойства и состояния, которые по своему действию похожи на осознаваемые психические, но человеком не рефлексируемые, т.е. не осознаваемые процессы. Бессознательное начало присутствует практически во всех психических процессах, свойствах и состояниях человека. Есть бессознательные ощущения, к которым относятся ощущения равновесия и проприоцептивные (мышечные) ощущения.

Бессознательное обладает памятью. Это та память, которая связана с долговременной и генетической памятью. Есть и бессознательная мотивация, влияющая на направленность и характер поступков, многое другое, не осознаваемое человеком в психических процессах, свойствах и состояниях.

Содержания этой области не осознаются не потому, что они слабы, как в случае с латентными знаниями, они сильны, и сила их оказывает влияние на наши действия и состояния. Таким образом, первое отличительное свойство бессознательных представлений это их действенность. Второе их свойство состоит в том, что они с трудом переходят в сознание. Выделяются три основные формы проявления бессознательного:

1)Сновидения.

2)Ошибочные действия (забывание вещей, намерений, имен, описки, оговорки и т. п.)

3)Невротические симптомы.

Главный интерес для психологии представляют так называемые личностные проявления бессознательного. Например, ошибочные действия: оговорки, описки, ошибки при написании или слушании слов. Так, например, представления связанные с восприятием, памятью и воображением: сновидения, грезы, мечты, желания, мысли, намерения, потребности, вытесненные из сферы человеческого сознания под влиянием цензуры.

Так же следует отметить так называемые надсознательные процессы. Если охарактеризовать их кратко, то можно сказать, что это процессы образования некоего интегрального продукта большой сознательной работы, который затем вторгается в сознательную жизнь человека и, как правило, меняет ее течение.

IV. Деятельность

Одной из самых главных особенностей человека является то, что он способен трудиться, а любой вид труда является деятельностью, т.к. деятельность - система взаимодействия субъекта с миром.

Любой простейший акт деятельности является формой проявления активности субъекта, таким образом, что любая деятельность имеет побудительные причины и направлена на достижение определенных результатов. Побудительными причинами деятельности человека являются мотивы - совокупность внешних и внутренних условий, вызывающих активность субъекта и определяющих направленность деятельности. Мотив, побуждая к деятельности, определяет ее направление, т. е. определяет ее цели и задачи. Цель - осознанный образ предвосхищенного результата, на достижение которого направлено действие человека. Задача - заданная в определенных условиях цель деятельности, которая должна быть достигнута путем преобразования этих условий согласно определенной процедуре. Любая задача всегда включает в себя: требования или цель, которой надо достичь; условия, т. е. известный компонент постановки задачи; искомое - неизвестное, которое надо найти, чтобы достигнуть цели. Задачей может быть конкретная цель, которой надо достичь. Однако в сложных видах деятельности чаще всего задачи выступают как частные цели, без достижения которых нельзя достичь главной цели.

Так же следует отметитить, что мотивы тесно связаны с потребностями - состояние объективной нужды организма в чем-то, что лежит вне его и составляет необходимое условие его нормального функционирования. Потребности человека делятся на биологические, органические и социальные. Как правило, человек совершает много отдельных действий. И эта совокупность действий, вызванных одним мотивом, и называется деятельностью, а конкретнее - особенной деятельностью, или особенным видом деятельности.

Кроме практической деятельности, т. е. видимой для сторонних наблюдателей, есть и внутренняя деятельность. Внутренняя деятельность характеризуется двумя основными чертами. Во-первых, внутренняя деятельность имеет то же строение, что и внешняя деятельность, и отличается от нее только формой протекания. Это означает, что внутренняя деятельность, как и внешняя, побуждается мотивами, сопровождается эмоциональными переживаниями, имеет свой операционально-технический состав. Отличие внутренней деятельности от внешней, заключается в том, что действия производятся не с реальными предметами, а с их образами, а вместо реального продукта получается мысленный результат. Во-вторых, внутренняя деятельность произошла из внешней (практической) - путем интериоризации, т. е. путем переноса соответствующих действий во внутренний план. Для успешного мысленного воспроизведения какого-то действия необходимо его сначала освоить на практике и получить реальный результат. Так, например человек современного общества занимается разнообразными видами деятельности. Проработав их на практике, человек может воспроизводить их в уме. Стоит отметить, что классифицировать все виды деятельности вряд ли возможно, однако можно обобщить и выделить свойственные всем людям основные виды деятельности: игра, учение и труд.

Игра - особый вид деятельности, результатом которого становится не производство какого-либо материального или идеального продукта. Ее цель-получение отдыха. Индивидуальные игры представляют собой род деятельности, когда игрой занят один человек. Групповые - включают в себя несколько индивидов. Предметные игры связаны с включением в игровую деятельность человека каких-либо предметов. Сюжетные игры разворачиваются по определенному сценарию, воспроизводя его в основных деталях. Ролевые игры допускают поведение человека, ограниченное определенной ролью, которую в игре он берет на себя. Игры с правилами регулируются определенной системой правил поведения их участников. Бывают и смешанные типы игр: предметно-ролевые, сюжетно-ролевые, сюжетные игры с правилами и т. п. Для детей игры имеют по преимуществу развивающее значение. У взрослых игра не является ведущим видом деятельности, а служит средством общения и разрядки.

Учение - выступает как вид деятельности, целью которого является приобретение человеком знаний, умений и навыков. Учение может быть организованным и осуществляться в специальных образовательных учреждениях или не организованным и происходить попутно, в других видах деятельности как их побочный, дополнительный результат.

Особое место в системе человеческой деятельности занимает труд. Благодаря труду человек стал тем, кто он есть. С трудом, прежде всего, связано создание и совершенствование орудий труда. Они, в свою очередь, явились фактором повышения производительности труда, развития науки, промышленного производства, технического и художественного творчества.

Таким образом, можно сделать несколько выводов. Во-первых, психика и деятельность человека неразрывно связаны между собой, поэтому изучение психики и исследование закономерностей ее развития целесообразно строить на принципах деятельностного подхода. Во-вторых, деятельность, которой занимается человек, в значительной степени определяет развитие его мотивов и жизненных ценностей, определяющих общую направленность субъекта. Следовательно, особенные виды деятельности влияют на закономерности психического развития человека.

V. Ощущение

Процесс ощущения возникает вследствие воздействия на органы чувств различных материальных факторов, которые называются раздражителями, а сам процесс этого воздействия - раздражением. Раздражение вызывает еще один процесс-возбуждение. Таким образом, ощущение является чувственным отображением объективной реальности.

Физиологической основой ощущений является деятельность сложных комплексов анатомических структур, названных И. П. Павловым анализаторами. Каждый анализатор состоит из трех частей:

1)Периферического отдела, называемого рецептором (рецептор - воспринимающая часть анализатора, его основная функция - трансформация внешней энергии в нервный процесс).

2)Проводящих нервных путей.

3)Корковых отделов анализатора (также называется центральными отделами анализаторов), в которых происходит переработка нервных импульсов, приходящих из периферических отделов. Корковая часть каждого анализатора включает в себя область, представляющую собой проекцию периферии (т. е. проекцию органа чувств) в коре головного мозга, так как определенным рецепторам соответствуют определенные участки коры. Для возникновения ощущения необходимо задействовать все составные части анализатора. Если разрушить одну из частей анализатора, возникновение соответствующих ощущений становится невозможным. Так, зрительные ощущения прекращаются и при повреждении глаз, и при нарушении целостности зрительных нервов и при разрушении затылочных долей обоих полушарий.

Анализатор - активный орган, рефлекторно перестраивающийся под воздействием раздражителей, поэтому ощущение не является пассивным процессом, оно всегда включает в себя двигательные компоненты. Так, американский психолог Д. Нефф, наблюдая с помощью микроскопа за участком кожи, убедился, что при раздражении ее иглой, момент возникновения ощущения сопровождается рефлекторными двигательными реакциями этого участка кожи. В дальнейшем многочисленными исследованиями было установлено, что ощущение тесно связано с движением, которое иногда проявляется в виде вегетативной реакции (сужение сосудов, кожно-гальванический рефлекс), иногда - в виде мышечных реакций (поворот глаз, напряжение мышц шеи, двигательные реакции руки и т. д.). Таким образом, ощущения не являются пассивными процессами - они носят активный, или рефлекторный, характер.

Следует отметить, что ощущения являются не только источником наших знаний о мире, но и наших чувств и эмоций. Простейшая форма эмоционального переживания - так называемый чувственный, или эмоциональный, тон ощущения, т. е. чувство, непосредственно связанное с ощущением. Например, некоторые цвета, звуки, запахи могут сами по себе, независимо от их значения, от воспоминаний и мыслей, связанных с ними, вызвать у нас приятное или неприятное чувство. Звук красивого голоса, вкус апельсина, запах розы - приятны, имеют положительный эмоциональный тон. Скрип ножа по стеклу, запах сероводорода, вкус хины - неприятны, имеют отрицательный эмоциональный тон. Такого рода простейшие эмоциональные переживания играют сравнительно незначительную роль в жизни взрослого человека, но с точки зрения происхождения и развития эмоций значение их очень велико.

Существуют различные подходы к классификации ощущений. Принято различать пять (по количеству органов чувств) основных видов ощущений: обоняние, вкус, осязание, зрение и слух.

Следует отметить, что английский физиолог Ч. Шеррингтон рассматривая наиболее крупные и существенные группы ощущений, разделил их на три основных типа:

1) Интероцептивные ощущения - сигнализируют о состоянии внутренних процессов организма, возникают благодаря рецепторам, находящимся на стенках желудка и кишечника, сердца и кровеносной системы и других внутренних органов. Это наиболее древняя и наиболее элементарная группа ощущений. Рецепторы, воспринимающие информацию о состоянии внутренних органов, мышц и т. д., называются внутренними рецепторами. Интероцептивные ощущения относятся к числу наименее осознаваемых и наиболее диффузных форм ощущений и всегда сохраняют свою близость к эмоциональным состояниям. Следует отметить, что интероцептивные ощущения весьма часто называют органическими.

2)Проприоцептивпые ощущения - передают сигналы о положении тела в пространстве и составляют афферентную основу движений человека, играя решающую роль в их регуляции. Эта группа ощущений включает в себя ощущение равновесия, статическое, двигательное, кинестетическое ощущение. Периферические рецепторы проприоцептивной чувствительности находятся в мышцах и суставах (сухожилиях, связках) и называются тельцами Паччини. В современной физиологии и психофизиологии роль проприоцепции как афферентной основы движений у животных была подробно изучена А. А. Орбели, П. К. Анохиным, а у человека - Н. А. Бернштейном. Периферические рецепторы ощущения равновесия расположены в полукружных каналах внутреннего уха.

3) Экстероцептивные ощущения - доводят до человека информацию из внешнего мира и являются основной группой ощущений, связывающей человека с внешней средой. Всю группу экстероцептивных ощущений принято условно разделять на две подгруппы: Контактные и дискантные ощущения. Контактные ощущения вызываются непосредственным воздействием объекта на органы чувств. Примерами контактного ощущения являются вкус и осязание. Дискантные ощущения отражают качества объектов, находящихся на некотором расстоянии от органов чувств. К таким ощущениям относятся слух и зрение.

Следует отметить, что существуют и другие подходы к классификации ощущений. Например, генетический подход, предложенный английским неврологом X. Хэдом, позволяет выделить два вида чувствительности:

1)Протопатическую (более примитивную, аффективную, менее дифференцированную и локализованную), к которой относятся органические чувства (голод, жажда и др.)

2)Эпикритическую (более тонко дифференцирующую, объективированную и рациональную), к которой относят основные виды ощущений человека. Эпикритическая чувствительность, более молодая в генетическом плане, осуществляет контроль за протопатической чувствительностью.

Все ощущения могут быть охарактеризованы с точки зрения их свойств. Свойства могут быть не только специфическими, но и общими для всех видов ощущений. К основным свойствам ощущений относят: качество, интенсивность, продолжительность и пространственная локализация, абсолютный и относительный пороги ощущений.

Качество- свойство, характеризующие основную информацию,

отображаемую данным ощущением, отличающую его от других видов ощущений и варьирующуюся в пределах данного вида ощущений. Например, вкусовые ощущения предоставляют информацию о некоторых химических характеристиках предмета: сладкий или кислый, горький или соленый. Обоняние тоже предоставляет информацию о химических характеристиках объекта, но другого рода: цветочный запах, запах миндаля, запах сероводорода и др.

Следует отметить что, говоря о качестве ощущений, имеется в виду модальность ощущений, поскольку именно модальность отражает основное качество соответствующего ощущения.

Интенсивность ощущения является количественной характеристикой и зависит от силы действующего раздражителя и функционального состояния рецептора, определяющего степень готовности рецептора выполнять свои функции. Например, если насморк, то интенсивность воспринимаемых запахов может быть искажена.

Длительность ощущения - временная характеристика возникшего ощущения. Она также определяется функциональным состоянием органа чувств, но главным образом - временем действия раздражителя и его интенсивностью. Следует отметить, что у ощущений существует так называемый патентный (скрытый) период. При воздействии раздражителя на орган чувств ощущение возникает не сразу, а спустя некоторое время. Латентный период различных видов ощущений неодинаков. Например, для тактильных ощущений он составляет 130 мс, для болевых-370 мс, а для вкусовых - всего 50 мс.

Ощущение не возникает одновременно с началом действия раздражителя и не исчезает одновременно с прекращением его действия. Эта инерция ощущений проявляется в так называемом последействии. Зрительное ощущение, например, обладает некоторой инерцией и исчезает не сразу после прекращения действия вызвавшего его раздражителя. След от раздражителя остается в виде последовательного образа. Различают положительные и отрицательные последовательные образы:

Положительный последовательный образ соответствует первоначальному раздражению, состоит в сохранении следа раздражения того же качества, что и действующий раздражитель.

Отрицательный последовательный образ заключается в возникновении качества ощущения, противоположного качеству воздействовавшего раздражителя. Например, свет-темнота, тяжесть-легкость, тепло-холод и др. Возникновение отрицательных последовательных образов объясняется уменьшением чувствительности данного рецептора к определенному воздействию.

Для ощущений характерна пространственная локализация раздражителя. Анализ, осуществляемый рецепторами, дает нам сведения о локализации раздражителя в пространстве, т. е. мы можем сказать, откуда падает свет, идет тепло или на какой участок тела воздействует раздражитель.

Все свойства в той или иной степени отражают качественные характеристики ощущений. Однако не менее важное значение имеют количественные параметры основных характеристик ощущений, т.е. чувствительности. Человеческие органы чувств - тонко работающие аппараты. Так, академик С. И. Вавилов экспериментально установил, что человеческий глаз может различать световой сигнал в 0,001 свечи на расстоянии километра. Энергия этого раздражителя настолько мала, что потребовалось бы 60 000 лет, чтобы с его помощью нагреть 1 см3 воды на 1°. Пожалуй, ни один физический прибор не обладает такой чувствительностью.

VI. Восприятие

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

Понятия «ощущение» и «восприятие» взаимосвязаны между собой, однако между ними существуют и коренные различия. Ощущения не выходят за пределы элементарных форм отражения, а заключается в отражении лишь отдельных свойств объектов и явлений окружающего нас мира. Однако реальные процессы отражения внешнего мира выходят далеко за пределы элементарных форм. Человек живет в мире вещей, предметов и форм, в мире сложных ситуаций. Все, что бы человек не воспринимал, предстает перед ним в виде целостных образов. Отражение этих образов выходит за пределы изолированных ощущений. Опираясь на совместную работу органов чувств, происходит синтез отдельных ощущений в сложные комплексные системы. Этот синтез может протекать как в пределах одной модальности (например, когда мы смотрим кинокартину, происходит объединение отдельных зрительных ощущений в целые образы), так и в пределах нескольких модальностей (воспринимая апельсин, мы фактически объединяем зрительные, осязательные, вкусовые ощущения, присоединяя к ним и наши знания о нем). Лишь в результате такого объединения изолированные ощущения превращаются в целостное восприятие, переходят от отражения отдельных признаков к отражению целых предметов или ситуаций. Поэтому основным отличием восприятия от ощущения является предметность осознания всего, что воздействует на нас, т. е. отображение объекта реального мира в совокупности всех его свойств или, иными словами, целостное отображение предмета.

Физиологической основой восприятия являются процессы, проходящие в органах чувств, нервных волокнах и центральной нервной системе. Так, под действием раздражителей в окончаниях нервов, имеющихся в органах чувств, возникает нервное возбуждение, которое по проводящим путям передается в нервные центры и, в конечном итоге, в кору головного мозга. Здесь оно поступает в проекционные (сенсорные) зоны коры, которые представляют собой как бы центральную проекцию нервных окончаний, имеющихся в органах чувств. В зависимости от того, с каким органом связана проекционная зона, формируется определенная сенсорная информация. Собственные физиологические механизмы восприятия включаются в процессе формирования целостного образа при последующих этапах, когда возбуждение от проекционных зон передается в интегративные зоны коры головного мозга, где и происходит завершение формирования образов явлений реального мира. Поэтому интегративные зоны коры головного мозга, завершающие процесс восприятия, часто называют персептивными зонами. Их функция существенно отличается от функций проекционных зон.

Физиологическая основа восприятия еще более усложняется тем, что она тесно связана с двигательной деятельностью, с эмоциональными переживаниями, разнообразными мыслительными процессами. Поэтому, начавшись в органах чувств, нервные возбуждения, вызванные внешними раздражителями, переходят в нервные центры, где охватывают собой различные зоны коры, вступают во взаимодействия с другими нервными возбуждениями. Вся эта сеть возбуждений, взаимодействующих между собой и широко охватывающих разные зоны коры, и составляет физиологическую основу восприятия.

Восприятия имеют определенные свойства:

Предметность восприятия - способность отражать объекты и явления

реального мира не в виде набора не связанных друг с другом ощущений, а в форме отдельных предметов. Следует отметить, что предметность не является врожденным свойством восприятия. Возникновение и совершенствование этого свойства происходит в процессе онтогенеза, начиная с первого года жизни ребенка.

Целостность восприятия - складывается на основе обобщения получаемой в виде различных ощущений информации об отдельных свойствах и качествах предмета. Компоненты ощущения настолько прочно связаны между собой, что единый сложный образ предмета возникает даже тогда, когда на человека непосредственно действуют только отдельные свойства или отдельные части объекта. Этот образ возникает условно-рефлекторно, вследствие связи между различными ощущениями, т.е. целостность восприятия выражается в том, что даже при неполном отражении отдельных свойств воспринимаемого объекта происходит мысленное достраивание полученной информации до целостного образа конкретного предмета.

Структурность восприятия - восприятие в большинстве случаев не является проекцией наших мгновенных ощущений и не является простой их суммой. Мы воспринимаем абстрагированную от этих ощущений обобщенную структуру, которая формируется в течение некоторого времени. Например, если человек слушает какую-нибудь мелодию, то услышанные ранее ноты еще продолжают звучать у него в сознании, когда поступает информация о звучании новой ноты. Таким образом, восприятие доводит до нашего сознания структуру предмета или явления, с которым мы столкнулись в реальном мире. Константность восприятия - относительное постоянство некоторых свойств предметов при изменении условий их восприятия. Например, движущийся вдали грузовой автомобиль будет по-прежнему восприниматься как большой объект, несмотря на то, что его изображение на сетчатке глаза будет значительно меньше, чем его изображение, когда мы стоим возле него. Осмысленность восприятия - возникает при непосредственном действии раздражителя на органы чувств, персептивные образы всегда имеют определенное смысловое значение. Связь мышления и восприятия, прежде всего, выражается в том, что сознательно воспринимать предмет - значит мысленно назвать его, т. е. отнести к определенной группе, классу, связать его с определенным словом. Даже при виде незнакомого предмета мы пытаемся установить в нем сходство с другими предметами. Следовательно, восприятие не определяется просто набором раздражителей воздействующих на органы чувств, а представляет собой постоянный поиск наилучшего толкования имеющихся данных.

Активность восприятия - любой момент времени мы воспринимаем только один предмет или конкретную группу предметов, в то время как остальные объекты реального мира являются фоном нашего восприятия, т. е. не отражаются в нашем сознании.

VII. Внимание

Внимание представляет собой психологический феномен, в отношении которого до настоящего времени среди психологов нет единого мнения. С одной стороны, в психологической литературе рассматривается вопрос о существовании внимания как самостоятельного психического явления, с другой стороны, существуют разногласия в том, к какому классу психических явлений следует отнести внимание. Одни считают, что внимание это познавательный психический процесс, другие связывают внимание с волей и деятельностью человека, основываясь на том, что любая деятельность, в том числе и познавательная, невозможна без внимания, а само внимание требует проявления определенных волевых усилий. Однако есть единое мнение, что внимание это направленность и сосредоточенность психической деятельности на что-либо.

Направленность психической деятельности - выделение из окружения значимых для субъекта конкретных предметов, явлений или выбор определенного рода психической деятельности. В понятие направленности включается также и сохранение деятельности на определенный промежуток времени.

Под сосредоточенностью, прежде всего, подразумевается большая или меньшая углубленность в деятельность. Очевидно, что чем сложнее задача, тем большей должна быть интенсивность и напряженность внимания, т. е. требуется большая углубленность. С другой стороны, сосредоточенность связана с отвлечением от всего постороннего. Когда не удается отвлечься от постороннего, решение задачи осложняется.

Направленность и сосредоточенность тесно связаны между собой. Одно не может существовать друг без друга. Направляя на что-либо свое внимание, мы одновременно с этим сосредоточиваемся на этом. И наоборот, когда мы сосредоточиваетесь на чем-либо, то направляем на это свою психическую деятельность. Однако, несмотря на тесную связь между ними, эти понятия не являются тождественными. Направленность связана с переходом от одного занятия к другому, а сосредоточение - с углубленностью в занятие.

Внимание, как и любой психический процесс, связано с определенными физиологическими явлениями. В целом физиологическую основу выделения отдельных раздражителей и течения процессов в определенном направлении составляет возбуждение одних нервных центров и торможение других. Воздействующий на человека раздражитель вызывает активизацию мозга. Активизация мозга осуществляется, прежде всего, ретикулярной формацией. Раздражение восходящей части ретикулярной формации вызывает появление быстрых электрических колебаний в коре головного мозга, повышает подвижность нервных процессов, снижает пороги чувствительности. Кроме этого в активизации мозга задействована диффузная таламическая система, гипоталамические структуры и др. Среди «пусковых» механизмов ретикулярной формации следует отметить ориентировочный рефлекс. Он представляет собой врожденную реакцию организма на всякое изменение окружающей среды у людей и животных.

К периферическим механизмам можно отнести настройку органов чувств. Прислушиваясь к слабому звуку, человек поворачивает голову в сторону звука, и одновременно соответствующая мышца натягивает барабанную перепонку, повышая ее чувствительность. При очень сильном звуке натяжение барабанной перепонки ослабевает, что ухудшает передачу колебаний во внутреннее ухо. Остановка или задержка дыхания в моменты наивысшего внимания также способствуют обострению слуха.

В современной психологической науке принято выделять несколько основных видов внимания. Направленность, и сосредоточенность психической деятельности могут носить непроизвольный или произвольный характер.

Непроизвольное внимание является наиболее простым видом внимания. Его часто называют пассивным, или вынужденным, так как оно возникает и поддерживается независимо от сознания человека. Деятельность захватывает человека сама по себе, в силу своей увлекательности, занимательности или неожиданности. В этот комплекс входят различные физические, психофизиологические и психические причины. Они взаимосвязаны друг с другом, но условно их можно разделить на четыре категории:

1) Внешний раздражитель- силу или интенсивность, контраст, длительность раздражителя и его величина и форма. К этой же группе причин следует отнести и такое качество раздражителя, как его новизна, необычность.

2) Непроизвольное внимание - связано с соответствием внешних раздражителей внутреннему состоянию человека, и, прежде всего имеющимся у него потребностям.

3) Направленность внимания - нас интересует больше всего то, что составляет сферу наших интересов, в том числе и профессиональных, как правило, обращает на себя внимание, даже если мы столкнулись с этим случайно.

4) Чувства вызванные воздействием раздражителя - такое внимание, может быть названо эмоциональным. В отличие от непроизвольного внимания главной особенностью произвольного внимания является то, что оно управляется сознательной целью. Этот вид внимания тесно связан с волей человека и был выработан в результате трудовых усилий, поэтому его называют еще волевым, активным, преднамеренным.

Внимание обладает рядом свойств, которые характеризуют его как самостоятельный психический процесс:

1) Устойчивость - заключается в способности определенное время сосредоточиваться на одном и том же объекте. Это свойство внимания может определяться периферическими и центральными факторами.

2) Концентрация внимания - степень или интенсивность сосредоточенности внимания. Концентрация внимания связана с особенностями функционирования доминантного очага возбуждения в коре. Она является следствием возбуждения в доминантном очаге при одновременном торможении остальных зон коры головного мозга.

3) Распределение внимания - способность человека выполнять несколько видов деятельности одновременно.

4) Объём внимания - количество объектов, которые можно охватить с достаточной ясностью одновременно. Известно, что человек не может одновременно думать о разных вещах и выполнять разнообразные работы. Это ограничение вынуждает дробить поступающую извне информацию на части, не превышающие возможности обрабатывающей системы.

Большое значение для изучения характеристик внимания имеет вопрос о рассеянности. Рассеянностью обычно называют два разных явления. Во-первых, часто рассеянностью называют результат чрезмерного углубления в работу, когда человек ничего не замечает вокруг себя - ни окружающих людей и предметов, ни разнообразных явлений и событий. Этот вид рассеянности принято называть мнимой рассеянностью, поскольку это явление возникает в результате большой сосредоточенности на какой-либо деятельности. Физиологической основой рассеянности является мощный очаг возбуждения в коре головного мозга, вызывающий торможение в окружающих его участках коры по закону отрицательной индукции. Совсем другой вид рассеянности наблюдается в тех случаях, когда человек не в состоянии ни на чем долго сосредоточиться, когда он постоянно переходит от одного объекта или явления к другому, ни на чем не задерживаясь. Этот вид рассеянности называется подлинной рассеянностью. Произвольное внимание человека, страдающего подлинной рассеянностью, отличается крайней неустойчивостью и отвлекаемостью. Физиологически подлинная рассеянность объясняется недостаточной силой внутреннего торможения. Возбуждение, возникающее под действием внешних сигналов, легко распространяется, но с трудом концентрируется. В результате в коре мозга рассеянного человека создаются неустойчивые очаги возбуждения.

IIX. Память

Память-форма психического отражения, заключающаяся в закреплении, сохранении и последующем воспроизведении прошлого опыта, делающая возможным его повторное использование в деятельности или возвращение в сферу сознания.

Память связывает прошлое субъекта с его настоящим и будущим и является важнейшей познавательной функцией, лежащей в основе развития и обучения. В основе памяти лежат ассоциации, или связи. Предметы или явления, связанные в действительности, связываются и в памяти человека. Различают два рода ассоциаций:

1) Ассоциация по смежности - объединяет два явления, связанные во времени или в пространстве.

2) Ассоциация по сходству - связывает два явления, имеющие сходные черты: при упоминании одного из них вспоминается другое.

3) Ассоциация по контрасту - связывает два противоположных явления.

4) Ассоциация по смыслу - связывает два явления, которые и в действительности постоянно связаны: часть и целое, род и вид, причина и следствие.

Основными процессами памяти являются:

1) Запоминание - процесс, направленный на сохранение в памяти полученных впечатлений, предпосылка сохранения. Выделяют два вида:

а) Непреднамеренное запоминание - запоминание без заранее поставленной цели, без использования каких-либо приемов и проявления волевых усилий.

б) Произвольное (или преднамеренное) - запоминание характеризуется тем, что человек ставит перед собой определенную цель - запомнить некую информацию - и использует специальные приемы запоминания.

2) Сохранение - процесс активной переработки, систематизации, обобщения материала, овладения им.

3) Воспроизведение и узнавание - процессы восстановления прежде воспринятого. Различие между ними заключается в том, что узнавание имеет место при повторной встрече с объектом, при повторном его восприятии. Воспроизведение же происходит в отсутствие объекта.

Выделяют четыре вида памяти:

1) Двигательная память - способность запоминать и воспроизводить систему двигательных операций (печатать на машинке, завязывать галстук, пользоваться инструментами, водить машину и т. п.).

2) Образная память- возможность сохранять и в дальнейшем использовать данные нашего восприятия.

3) Эмоциональная память - представляет собой запечатление пережитых нами чувств, собственных эмоциональных состояний и аффектов.

4) Вербальная память (иногда называемая словесно-логической или семантической)- образуется информационная база человеческого интеллекта, осуществляется большинство мыслительных действий (чтение, счет и т. п.). Семантическая память как продукт культуры включает в себя формы мышления, способы познания и анализа, основные грамматические правила родного языка.

Существует и такое деление памяти на виды, которое прямо связано с особенностями самой выполняемой деятельности:

1) Непроизвольная память (информация запоминается сама собой без специального заучивания, а в ходе выполнения деятельности, в ходе работы над информацией). Сильно развита в детстве, у взрослых ослабевает.

2) Произвольная память (информация запоминается целенаправленно с помощью специальных приемов). Эффективность произвольной памяти зависит:

1.От целей запоминания (насколько прочно, долго человек хочет запомнить). Если цель - выучить, чтобы сдать экзамен, то вскоре после экзамена многое забудется, если цель - выучить надолго, для будущей профессиональной деятельности, то информация мало забывается.

2.От приемов заучивания. Приемы заучивания бывают:

а) Механическое - дословное многократное повторение - работает механическая память, тратится много сил, времени, а результаты низкие. Механическая память - память, основанная на повторении материала без его осмысливания;

б) Логический пересказ, который включает логическое осмысление материала, систематизацию, выделение главных логических компонентов информации, пересказ своими словами - работает логическая память (смысловая) - вид памяти, основанный на установлении в запоминаемом материале смысловых связей. Эффективность логической памяти в 20 раз выше, лучше, чем механической памяти;

в) Образные приемы запоминания (перевод информации в образы, графики, схемы, картинки) - работает образная память. Образная память бывает разных типов: зрительная, слуховая, моторно-двигательная, вкусовая, осязательная, обонятельная, эмоциональная.

г) Мнемотехнические приемы запоминания (специальные приемы для облегчения запоминания).

Способность постоянно накапливать информацию, являющуюся важнейшей особенностью психики, носит универсальный характер, охватывает все сферы и периоды психической деятельности и во многих случаях реализуется автоматически, почти бессознательно.

Существует также деление памяти на кратковременную и долговременную. Кратковременная память - вид памяти, характеризующийся очень кратким сохранением воспринимаемой информации. Она имеет огромное значение для организации мышления, и в этом она очень похожа на оперативную память. Оперативная память обозначают анемические процессы, обслуживающие непосредственно осуществляемые человеком актуальные действия, операции. Долговременная память позволяет сохранять информацию на очень длительное время, при этом ее объем значительно больше, по сравнению с кратковременной.

Память, как и любой другой познавательный психический процесс, обладает определенными характеристиками. Основными характеристиками памяти являются:

1) Объем памяти - важнейшая интегральная характеристика памяти, которая характеризует возможности запоминания и сохранения информации.

2) Быстрота воспроизведения - способность человека использовать в практической деятельности имеющуюся у него информацию.

3)Точность воспроизведения - способность человека точно сохранять, а самое главное, точно воспроизводить запечатленную в памяти информацию.

4)Длительность- способность человека удерживать определенное время необходимую информацию.

Для максимального пользования памяти выделяют несколько методов запоминания:

1)Важнейшим является метод повторения - важнейшее условие овладения знаниями, умениями, навыками. Следует отметить, что повторения нужны не только тогда, когда мы учим материал, но и тогда, когда надо закрепить в памяти то, что мы уже выучили. При повторении заученного материала его прочность и длительность сохранения возрастают многократно.

2)Воспроизведения во время заучивания - его суть состоит в попытках воспроизвести материал, который еще полностью не выучен. Например, выучить материал можно двумя способами:

а)Ограничиться только чтением и читать до тех нор, пока не возникнет уверенность, что он выучен

б)Прочитать материал один - два раза, затем попытаться его воспроизвести, после чего снова прочитать его несколько раз и вновь попытаться.

Так же выделяют три способа заучивания большого по объему материала: целостный, частичный и комбинированный. Первый способ состоит в том, что материал читается от начала до конца несколько раз, до полного усвоения. При втором способе материал делится на части и каждая часть заучивается отдельно. Сначала несколько раз прочитывается одна часть, потом вторая, затем третья и т. Д. Комбинированный способ представляет собой сочетание целостного и частичного. Материал сначала прочитывается целиком один или несколько раз, в зависимости от его объема и характера, затем трудные места выделяются и заучиваются отдельно, после чего снова весь текст читается целиком.

Следует отметить, что успех запоминания во многом зависит от уровня самоконтроля. Проявлением самоконтроля являются попытки воспроизвести материал при его заучивании. Такие попытки помогают установить, что мы запомнили, какие ошибки допустили при воспроизведении и па что следует обратить внимание в последующем чтении. Процессы памяти у разных людей протекают неодинаково. В настоящее время принято выделять две основные группы индивидуальных различий в памяти: в первую группу входят различия в продуктивности заучивания, во вторую - различия так называемых типов памяти.

Различия в продуктивности заучивания выражаются в скорости, прочности и точности запоминания, а также в готовности к воспроизведению материала. Другая группа индивидуальных различий касается типов памяти. Тип памяти определяет то, как человек запоминает материал - зрительно, на слух или пользуясь движением. Некоторые люди, для того чтобы запомнить, нуждаются в зрительном восприятии того, что они запоминают. Это люди так называемого зрительного типа памяти. Другим для запоминания нужны слуховые образы. Данная категория людей обладает слуховым типом памяти. Кроме того, существуют люди, которые, для того чтобы запомнить, нуждаются в движениях и, особенно в речевых движениях. Это люди, обладающие двигательным типом памяти (в частности, рече-двигательным). Однако чистые типы памяти встречаются не так часто. Как правило, большинство людей обладает смешанными типами. Так, чаще всего встречаются смешанные типы памяти – слухо-моторный, зрительно-двигательный, зрительно-слуховой. Смешанный тип памяти повышает вероятность быстрого и долговременного заучивания. Кроме того, участие в процессах памяти нескольких анализаторов ведет к большей подвижности в использовании образованных систем нервных связей: например, человек не вспомнил что-то на слух - вспомнит зрительно. Поэтому целесообразно, чтобы человек запоминал информацию разными способами. Необходимо обратить внимание на то, что типы памяти следует отличать от видов памяти. Виды памяти определяются тем, что мы запоминаем, а тип памяти характеризует то, как мы запоминаем.

IX. Мышление

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

Все навыки и способы мышления развиваются у человека в онтогенезе, под воздействием среды человеческого общества, и потому делятся на три вида: наглядно-действенное, наглядно-образное и словесно-логическое мышление - последовательные ступени интеллектуального развития. Генетически, наиболее ранняя форма мышления - наглядно-действенное мышление. Наглядно-действенное мышление - вид мышления, опирающиеся на непосредственное восприятие предметов, реальное преобразование в процессе действий с предметами. Наглядно-образное мышление - вид мышления, характеризующийся опорой на представления и образы. Функции образного мышления связаны с представлением ситуаций и изменений в них, которые человек хочет получить в результате своей деятельности, преобразующей ситуацию. Словесно-логическое мышление - вид мышления, осуществляемый при помощи логических операций с понятиями.

Так же различают теоретическое и практическое, интуитивное и аналитическое, реалистическое и артистическое, продуктивное и репродуктивное мышление.

Теоретическое и практическое мышление различают по типу решаемых задач и вытекающих отсюда структурных и динамических особенностей. Теоретическое мышление - познание законов, правил.

Основная задача практического мышления - подготовка физического преобразования действительности: постановка цели, создание плана, проекта, схемы. В практическом мышлении очень ограниченные возможности для проверки гипотез, что делает практическое мышление более сложным, чем теоретическое.

Проводится также различие между интуитивным и аналитическим (логическим) мышлением. Обычно используются три признака: временной, структурный и уровень протекания. Аналитическое мышление развернуто во времени, имеет четко выраженные этапы, в значительной степени представлено в сознании самого мыслящего человека. Интуитивное мышление характеризуется быстротой протекания, отсутствием четко выраженных этапов, является минимально осознанным.

Реалистическое мышление направлено в основном на внешний мир, регулируется логическими законами, а аутистическое - связано с реализацией желаний.

Любое мышление включает в себя такие операции как:

Сравнение - мышление сопоставляет вещи, явления и их свойства, выявляя сходства и различия, что приводит к классификации.

Анализ - мысленное расчленение предмета, явления или ситуации для выделения составляющих элементов. Таким образом, мы отделяем несущественные связи, которые даны в восприятии.

Синтез - обратный анализу процесс, который восстанавливает целое, находя существенные связи и отношения.

Абстракция - выделение одной какой-либо стороны, свойства и отвлечение от остальных. Так, рассматривая предмет, можно выделить его цвет, не замечая формы, либо наоборот, выделить только форму.

Обобщение - отбрасывание единичных признаков, при сохранении общих, с раскрытием существенных связей. Обобщение может совершиться путем сравнения, при котором выделяются общие качества.

Понятие - форма мышления, отражающая существенные свойства, связи и отношения предметов и явлений, выраженная словом или группой слов. Понятия могут быть общими и единичными, конкретными и абстрактными.

Суждение - форма мышления, отражающая связи между предметами или явлениями, утверждение или отрицание чего-либо (является основной формой результата мыслительного процесса).

Умозаключение - форма мышления, при которой на основе нескольких суждений делается определенный вывод. Различают умозаключения индуктивные, дедуктивные, по аналогии.

Но, несмотря на идентичные операции в мыслительной деятельности людей проявляются индивидуальные различия. Они зависят от таких показателей как:

Широта мышления - способность охватить весь вопрос целиком, не упуская в то же время и необходимых для дела частностей.

Глубина мышления - выражается в умении проникать в сущность сложных вопросов.

Самостоятельность мышления - умение человека выдвигать новые задачи и находить пути их решения, не прибегая к помощи других людей.

Гибкость мысли - выражается в свободе от сковывающего влияния закрепленных в прошлом приемов и способов решения задач, в умении быстро менять действия при изменении обстановки.

Быстрота ума - способность человека быстро разобраться в новой ситуации, обдумать и принять правильное решение.

Торопливость ума - человек, не продумав всесторонне вопроса, выхватывает какую-то одну сторону, спешит дать решение, высказывает недостаточно продуманные ответы и суждения.

Критичность ума - умение человека объективно оценивать свои и чужие мысли, тщательно и всесторонне проверять все выдвигаемые положения и выводы.

Синтетический стиль мышления - способность создавать что-то новое, оригинальное, комбинировать несходные, часто противоположные идеи, взгляды, осуществлять мысленные эксперименты.

Также у каждого человека свой стиль мышления: идеалистический стиль мышления проявляется в склонности к интуитивным, глобальным оценкам без осуществления детального анализа проблем.

Прагматический стиль мышления опирается на непосредственный личный опыт, на использование тех материалов и информации, которые легко доступны, стремясь как можно быстрее получить конкретный результат (пусть и ограниченный), практический выигрыш.

Аналитический стиль мышления ориентирован на систематическое и всесторонне рассмотрение вопроса или проблемы в тех аспектах, которые задаются объективными критериями, склонен к логической, методичной, тщательной (с акцентом на детали) манере решения проблем.

Реалистический стиль мышления - ориентирован только на признание фактов, и «реальным» является только то, что можно непосредственно почувствовать, лично увидеть или услышать, прикоснуться и т. п.

X. Речь

Важнейшим достижением человека, позволившим ему использовать общечеловеческий опыт, как прошлый, так и настоящий, является речевое общение, которое развивалось на основе трудовой деятельности. Речь - процесс общения людей посредством языка. Для того чтобы уметь говорить и понимать чужую речь, необходимо знать язык и уметь им пользоваться. В психологии принято разделять понятия «язык» и «речь». Язык - система условных символов, с помощью которых передаются сочетания звуков, имеющих для людей определенное значение и смысл.

Язык вырабатывается обществом и представляет собой форму отражения, в общественном сознании людей их общественного бытия. Язык, формируясь в процессе общения людей, является продуктом общественно-исторического развития. Главным свойством языка является то, что каждый человек застает уже готовый язык, на котором говорят окружающие, и в процессе своего развития его усваивает. Основное значение языка заключается в том, что, являясь системой знаков, он обеспечивает закрепление за каждым словом определенного значения. В отличие от языка речью принято называть сам процесс словесного общения, который может осуществляться в форме сообщения, указания, вопроса, приказания.

Речь имеет три функции:

Сигнификативная функция - отличает речь человека от коммуникации животных. У человека со словом связано представление о предмете или явлении. Взаимопонимание в процессе общения, основано на единстве обозначения предметов и явлений как воспринимающим, так и говорящим.

Функция обобщения связана с тем, что слово обозначает не только отдельный, данный предмет, но и целую группу сходных предметов и всегда является носителем их существенных признаков.

Функция коммуникации, т. е. передачи информации. Если первые две функции речи могут быть рассмотрены как внутренняя психическая деятельность, то коммуникативная функция выступает как внешнее речевое поведение, направленное на контакты с другими людьми.

В коммуникативной функции речи выделяют три функции:

Информационная функция проявляется в передаче знаний и тесно связана с функциями обозначения и обобщения.

Выразительная функция помогает передать чувства и отношения говорящего к предмету сообщения.

Волеизъявительная функция направлена на то, чтобы подчинить слушателя замыслу говорящего.

В психологии различают два основных вида речи - внешнюю и внутреннюю. Внешняя речь включает устную (диалогическую и монологическую) и письменную.

Внутренняя речь - особый вид речевой деятельности. Она выступает как фаза планирования в практической и теоретической деятельности. Поэтому для внутренней речи, с одной стороны, характерна фрагментарность, отрывочность, с другой стороны, исключаются недоразумения при восприятии ситуации. Поэтому внутренняя речь чрезвычайно ситуативная, в этом она близка к диалогической. Внутренняя речь формируется на основе внешней.

Перевод внешней речи во внутреннюю (интериоризация), сопровождается редуцированием (сокращением) структуры внешней речи, а переход от внутренней речи к внешней (экстериоризация) требует развертывания структуры внутренней речи, построения ее в соответствии не только с логическими, но и грамматическими правилами.

Так же речь имеет и свойства:

Информативность речи - прежде всего, зависит от ценности сообщаемых в ней фактов и от способности ее автора к сообщению.

Понятность речи - во-первых, зависит от ее смыслового содержания, во-вторых, от ее языковых особенностей, в-третьих, от соотношения между ее сложностью, уровнем развития, кругом знаний и интересов слушателей.

Выразительность речи - учет обстановки выступления, ясность и отчетливость произношения, правильную интонацию, умение пользоваться словами и выражениями переносного и образного значения.

Следует отметить, что существует еще один вид речи - кинетическая речь. Данный вид речи сохранился у человека с давних времен. Первоначально это был основной и, вероятно, единственный вид речи, он выполнял все речевые функции: обозначения, выражения и др. Со временем этот вид речи утратил свои функции и в настоящее время используется в основном в качестве эмоционально - выразительных элементов речи - жестов. Тем не менее, существуют довольно большие группы людей, для которых кинетическая речь по-прежнему остается основной формой речи. Имеются в виду люди глухонемые от рождения или потерявшие возможность слышать или говорить в результате несчастного случая или заболевания. Однако и в данном случае кинетическая речь существенно отличается от кинетической речи древнего человека. Она более развита и обладает целой системой знаковых сигналов.

XI. Воображение

Воображение - психический процесс создания нового, в форме образа, представления или идеи. В процессе отражения окружающего мира человек с восприятием того, что действует на него в данный момент, или зрительным представлением того, что воздействовало на него раньше, создает новые образы. Человек может мысленно представить себе то, чего в прошлом не воспринимал или не совершал, у него могут возникать образы предметов и явлений, с которыми он раньше не встречался. Воображение тесным образом, связанно с мышлением и характеризуются большей неопределенностью проблемной ситуации.

Воображение всегда направлено на практическую деятельность человека. Человек, прежде чем что-либо сделать, представляет, что надо делать и как он будет это делать. Таким образом, он уже заранее создает образ материальной вещи, которая будет изготовляться в последующей практической деятельности человека. Эта способность человека заранее представлять конечный итог своего труда, а также процесс создания материальной вещи, резко отличает человеческую деятельность от деятельности животных, иногда очень искусной. Воображение всегда имеет определенный отход от действительности. Но в любом случае источник воображения - объективная реальность.

Воображение - образное конструирование понятия о предмете еще до того, как сложится само понятие. Для воображения характерно то, что знание еще не оформилось в логическую категорию, тогда как своеобразное соотнесение всеобщего и единичного на чувственном уровне уже произведено. Благодаря этому в самом акте созерцания отдельный факт открывается в своем универсальном ракурсе, обнаруживая свой целостно-образующий по отношению к определенной ситуации смысл. Поэтому воображение строит целостный образ ситуации раньше расчлененной и детализированной картины созерцаемого.

Можно выделить несколько видов воображения, среди которых основные - пассивное и активное. Пассивное - делится на произвольное (мечтательность, грезы) и непроизвольное (гипнотическое состояние, сновидовая фантазия).

Активное воображение включает в себя артистическое, творческое, критическое, воссоздающее и антиципирующее. Близко к этим видам воображения находится эмиатия - способность понимать другого человека, проникаться его мыслями и чувствами, сострадать, порадоваться, сопереживать.

Активное воображение всегда направлено на решение творческой или личностной задачи. Человек оперирует фрагментами, единицами конкретной информации в определенной области, их перемещением в различных комбинациях относительно друг друга. Стимуляция этого процесса создает объективные возможности для возникновения новых оригинальных связей между зафиксированными в памяти человека и общества условиями.

Воссоздающее воображение - один из видов активного воображения, при котором происходит конструирование новых образов, представлений у людей в соответствии с воспринятой извне стимуляцией в виде словесных сообщений, схем, условных изображений, знаков и т. д. Антищгатирующее воображение лежит в основе очень важной и необходимой способности человека предвидеть будущие события, результаты своих действий и т. д. Таким образом, благодаря этой способности, человек может «мысленным взором» увидеть, что произойдет с ним, с другими людьми или окружающими явлениями в будущем.

Творческое воображение - вид воображения, в ходе которого человек самостоятельно создает новые образы и идеи, представляющие ценность для других людей или общества в целом и которые воплощаются в конкретные оригинальные продукты деятельности. Творческое воображение является необходимым компонентом и основой всех видов творческой деятельности человека.

Пассивное воображение подчинено внутренним, субъективным факторам, оно тенденциозно. Пассивное воображение подчинено желаниям, которые мыслятся в процессе фантазирования осуществленными. В образах пассивного воображения, «удовлетворяются» неудовлетворенные, большей частью неосознанные потребности личности. Образы и представления пассивного воображения направлены на усиление и сохранение положительно окрашенных эмоций и на вытеснение отрицательных эмоций и аффектов. Материалами пассивного воображения, так же как и активного, являются образы, представления, элементы понятий и другая информация, почерпнутая с помощью опыта. Синтез, реализуемый в процессах воображения, осуществляется в различных формах:

1)Агглютинация - «склеивание» различных в повседневной жизни несоединимых качеств, частей.

2)Гиперболизация - преувеличение или преуменьшение предмета, а также изменение отдельных частей.

3)Схематизация - отдельные представления сливаются, различия сглаживаются, а черты сходства выступают четко.

4)Типизация - выделение существенного, повторяющегося в однородных образах.

5)Заострение - подчеркивание каких-либо отдельных признаков.

Одной из наиболее очевидных форм деятельности воображения является мысленный эксперимент. Мысленный эксперимент не сводим к оперированию понятиями, он представляет собой познавательное образование, возникающее на основе воображения в процессе рационального познания.

Мысленный эксперимент - вид познавательной деятельности, строящийся по типу реального эксперимента и принимающий его структуру, развивающийся целиком в идеальном плане. Именно в этом принципиальном пункте проявляется деятельность воображения, что и дает основание называть данную процедуру воображаемым экспериментом. Поскольку мысленный эксперимент протекает в идеальном плане, особую роль в обеспечении реальной значимости его результатов играет корректность форм мысленной деятельности. При этом очевидно, что мысленное экспериментирование подчиняется логическим законам. Нарушение логики в оперировании образами в мысленном эксперименте ведет к его разрушению.

Образы, воссоздаваемые в процессе воображения, не могут возникать из ничего. Они формируются на основе нашего предшествующего опыта, на основе представлений о предметах и явлениях объективной реальности. Создание образов воображения проходит в два основных этапа:

1) Своеобразное расчленение впечатлений, или имеющихся представлений, на составные части. Первый этап формирования образов воображения характеризуется анализом полученных от реальности впечатлений или сформированных в результате предшествующего опыта представлений. В ходе такого анализа происходит абстрагирование объекта, т. е. он представляется нам изолированным от других объектов, при этом также происходит абстрагирование частей объекта.

2) Преобразования бывают двух основных типов:

а) Образы могут быть поставлены в новые сочетания и связи.

б) Образам может быть придан совершенно новый смысл. В любом случае с абстрагированными образами производятся операции, которые могут быть охарактеризованы как синтез.

Воображение у людей развито по-разному, и оно по-разному проявляется в их деятельности и общественной жизни. Индивидуальные особенности воображения выражаются в том, что люди различаются по степени развития воображения и по типу образов, которыми они оперируют чаще всего.

Уровень развития воображения характеризуется яркостью образов и глубиной, с какой перерабатываются данные прошлого опыта, а также новизной и осмысленностью результатов этой переработки. Слабое развитие воображения выражается в низком уровне переработки представлений. Слабое воображение влечет за собой затруднения в решении мыслительных задач, которые требуют умения наглядно представить себе конкретную ситуацию. При недостаточном уровне развития воображения невозможна богатая и разносторонняя в эмоциональном плане жизнь.

XII. Мотивация

Мотив - побуждение к совершению поведенческого акта, порожденное системой потребностей человека и с разной степенью осознаваемое либо неосознаваемое им вообще.

Термином мотивация в современной психологии обозначаются два психических явления: 1) Совокупность побуждений, вызывающих активность индивида и определяющую ее активность, т. е. система факторов, детерминирующих поведение. 2) Процесс образования, формирования мотивов, характеристика процесса, который стимулирует и поддерживает поведенческую активность на определенном уровне.

Все мотивации исходят из потребностей. Потребность - осознаваемое и переживаемое человеком состояние нужды в чем-либо. Под потребностями подразумевают стремление к тем условиям, без которых невозможно поддерживать свое нормальное физическое и психическое состояние.

Выделяют классификацию потребностей:

1) Первичные, витальные (врожденные, биологические) потребности: в пище, воде, сне, отдыхе, потребность в самозащите, родительские. Эти естественные потребности имеют общественно-личный характер. Их основная особенность заключается в том, что даже для удовлетворения узколичных потребностей (в пище) используются результаты общественного труда и применяются исторически сложившиеся в данной общественной среде способы и приемы, т. е. все потребности социальны по способу удовлетворения.

2) Культурные, приобретенные потребности имеют общественный характер. По природе своего происхождения, они формируются под влиянием воспитания в обществе. Среди культурных потребностей выделяют материальные и духовные потребности. К духовным относят потребность в общении, потребность в эмоциональном тепле, уважении, познавательные потребности, потребность в деятельности, эстетические потребности, потребность осознать смысл своей жизни.

Мотив имеет сложную внутреннюю структуру.

1) Мотив возникает из потребности, нужды в чем-то, сопровождается эмоциональным беспокойствием, неудовольствием.

2) Осознание мотива ступенчато: вначале осознается, в чем причина эмоционального неудовольствия, что необходимо человеку для существования в данный момент, затем осознается объект, который отвечает данной потребности и может ее удовлетворить (формируется желание), позже осознается, каким образом, с помощью каких действий, можно достичь желаемого.

3) Реализуется энергетический компонент мотива в реальных поступках. Мотив

может быть неосознанным, если осознание потребности не вполне соответствует подлинной нужде, вызывающей неудовлетворение, т. е. человек не знает подлинной причины своего поведения. К неосознанным мотивам относят: влечение, гипнотические внушения, установки, фруетрационные состояния. Влечение - недостаточно отчетливо осознанная потребность, когда человеку не ясно, что влечет его, каковы его цели, что он хочет. Гипнотические внушения могут оставаться неосознанными длительное время, но они носят искусственный характер, сформированы «извне». К осознанным мотивам относят интересы, желания, убеждения, их побудительная сила велика, особенно у убеждений - они способны управлять поведением и всей жизнью человека, даже превышать инстинкт самосохранения, (с убеждениями люди идут даже на смерть). Установки как неосознанная готовность воспринимать окружающее под определенным углом зрения и реагировать определенным, заранее сформировавшимся образом, без полного объективного анализа конкретной ситуации, формируются как на основе личного прошлого опыта человека, так и под влиянием других людей. К тому возрасту, когда мы начинаем себя осознавать, мы находим у себя в психике массу закрепившихся чувств, мнений, взглядов, установок, которые оказывают влияние и на усвоение новой информации, и на отношение к окружающему. Эти часто неосознаваемые установки действуют на человека с огромной силой, заставляя воспринимать и реагировать на мир в духе установок, усвоенных с детства.

XIII. Эмоции и чувства

Ощущая, мы испытываем удовольствие или неудовольствие, иногда отчетливо выраженные, иногда едва заметные. Эта своеобразная окраска ощущений, характеризующая наше отношение к отдельным качествам предмета, называется чувственным тоном ощущений.

Более сложные отношения, такие как радость, горе, симпатия, пренебрежение, гнев, гордость, стыд, страх, представляют собой чувства или эмоции.

Эмоции характеризуют потребности человека и предметы, на которые они направлены. Они являются одним из основных механизмов регуляции функционального состояния организма и деятельности человека.

Однако следует обратить внимание на то, что мы используем два понятия-чувства и эмоции. Эмоции - более широкое понятие, чувства же представляют собой одно из проявлений эмоциональных переживаний. В практической жизни под эмоциями мы обычно понимаем самые разнообразные реакции человека - от бурных взрывов страсти до тонких оттенков настроений. В психологии под эмоциями понимают психические процессы, протекающие в форме переживаний и отражающие личную значимость и оценку внешних и внутренних ситуаций для жизнедеятельности человека. Отличительной чертой эмоций является их содействие в реализации потребностей и достижении определенных целей. Поскольку любая эмоция положительна или отрицательна, человек может судить о достижении поставленной цели. Так, положительная эмоция всегда связана с получением желаемого результата, а отрицательная, наоборот, с неудачей при достижении цели. Большинство эмоциональных состояний отражается на особенностях поведения человека, и поэтому они могут быть изучены с использованием не только субъективных, но и объективных методов. Эмоции - очень сложные психические явления. К наиболее значимым эмоциям принято относить следующие типы:

1) Аффект - наиболее мощный вид эмоциональной реакции. Аффектами называют интенсивные, бурно протекающие и кратковременные эмоциональные вспышки. Одна из главных особенностей аффекта состоит в том, что данная эмоциональная реакция неодолимо навязывает человеку необходимость выполнить какое-либо действие, но при этом у человека теряется чувство реальности, он перестает себя контролировать и даже может не осознавать того, что делает.

2) Эмоции отличаются от аффектов длительностью. Если аффекты в основном носят кратковременный характер, то эмоции - более длительные состояния. Отличительной чертой эмоций является то, что они представляют собой реакцию не только на текущие события, но и на вероятные или вспоминаемые.

3) Возбуждение - обычно носит активный характер, связано с деятельностью или с подготовкой к ней. Делятся на стенические и астенические. Стенические эмоции стимулируют деятельность, увеличивают энергию и напряжение сил человека, побуждают его к поступкам, высказываниям. Астенические эмоции ведут к скованности, пассивности.

Следует отметить, что неоднократно предпринимались попытки выделить основные, «фундаментальные» эмоции. В частности, принято выделять следующие эмоции:

1)Радость - положительное эмоциональное состояние, связанное с возможностью достаточно полно удовлетворить актуальную потребность.

2)Удивление - не имеющая четко выраженного положительного или отрицательного знака эмоциональная реакция на внезапно возникшие обстоятельства.

3)Страдание - отрицательное эмоциональное состояние, связанное с полученной достоверной или кажущейся таковой информацией о невозможности удовлетворения важнейших жизненных потребностей.

4)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.

5)Отвращение - отрицательное эмоциональное состояние, вызываемое объектами, соприкосновение с которыми, вступает в резкое противоречие с идеологическими, нравственными или эстетическими принципами и установками субъекта.

6)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.

7)Страх - отрицательное эмоциональное состояние, появляющееся при получении субъектом информации о реальной или воображаемой опасности.

8)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 - еще более длительны, чем эмоции, имеют четко выраженный предметный характер. Они отражают устойчивое отношение к каким-либо конкретным объектам. Следует отметить, что чувства всегда индивидуальны, то, что нравится одному, может вызывать негативные чувства у другого.

В зависимости от предметной сферы чувства подразделяются на:

1) Нравственные, или моральные чувства, переживаемые людьми при восприятии явлений действительности и сравнении этих явлений с нормами, выработанными обществом.

2) Интеллектуальные - переживания, возникающие в процессе познавательной деятельности человека. Интеллектуальные чувства не только сопровождают познавательную деятельность человека, но и стимулируют, усиливают ее, влияя на скорость и продуктивность мышления, на содержательность и точность полученных знаний.

3) Эстетические чувства - эмоциональное отношение человека к прекрасному в природе, в жизни людей и в искусстве.

4) Страсть-вид сложных, качественно своеобразных и встречающихся только у людей эмоциональных состояний. Страсть представляет собой сплав эмоций, мотивов, чувств, сконцентрированных вокруг определенного вида деятельности или предмета.

5) Настроение - самое длительное эмоциональное состояние, окрашивающее все поведение. Настроение отличается от эмоций меньшей интенсивностью и меньшей предметностью. Оно отражает бессознательную, обобщенную оценку того, как на данный момент складываются обстоятельства.

Кроме того, что эмоции и чувства выполняют функцию регуляции состояние организма, они также задействованы и в регуляции поведения человека в целом. Это стало возможным потому, что человеческие чувства и эмоции имеют длительную историю филогенетического развития, в ходе которого они стали выполнять целый ряд специфических функций, свойственных только им. Прежде всего, к таким функциям следует отнести отражательную функцию чувств, которая выражается в обобщенной оценке событий. Прединформационная или сигнальная функция. Возникающие переживания сигнализируют человеку, как идет у него процесс удовлетворение потребностей, какие препятствия встречает он на своем пути, на что надо обратить внимание в первую очередь и т. д. Оценочная или отражательная, функция эмоций и чувств непосредственно связана с побудительной или стимулирующей, функцией. Переключательная функция эмоций особенно ярко обнаруживается при конкуренции мотивов, в результате которой определяется доминирующая потребность. Приспособительная - средство, при помощи которого устанавливается значимость тех или иных условий для удовлетворения актуальных для них потребностей.

Следует отметить, что существующие различия в проявлении эмоций и чувств, в значительной степени обусловливают неповторимость конкретного человека, т. е. определяют его индивидуальность.

XIV. Воля

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

Воля нужна при выборе цели, принятии решения, при осуществлении действия, при преодолении препятствий. Преодоление препятствий требует волевого усилия - особого состояния нервно-психического напряжения, мобилизующего физические, интеллектуальные и моральные силы человека. Воля проявляется как уверенность человека в своих силах, решимость совершить тот поступок, который сам человек считает целесообразным и необходимым в конкретной ситуации. Свобода воли означает способность принимать решения со знанием дела.

В зависимости от трудностей внешнего мира и сложности внутреннего мира человека, возможно, выделить 4 варианта проявления воли:

1)В легком мире, где любое желание выполнимо, воля практически не требуется.

2)В трудном мире, где существуют разнообразные препятствия, требуются волевые усилия по преодолению препятствий реальной действительности, нужно терпение, но сам человек внутренне спокоен, уверен в своей правоте в силу однозначности своих желаний и целей.3)В легком внешнем мире и при сложном внутреннем мире человека требуются волевые усилия по преодолению внутренних противоречий, сомнений, человек внутренне сложен, идет борьба мотивов и целей, человек мучается при принятии решения.

4)В трудном внешнем мире и при сложном внутреннем мире человека требуются интенсивные волевые усилия для преодоления внутренних сомнений для выбора решения и осуществления действий в условиях объективных помех и трудностей. Волевое действие здесь выступает как принятое к осуществлению по собственному решению осознанное, намеренное, целенаправленное действие на основе внешней и внутренней необходимости.

Волевая деятельность всегда состоит из определенных волевых действий, в которых содержатся все признаки и качества воли. Волевые действия бывают простыми и сложными.

Простые - человек без колебаний идет к намеченной цели, ему ясно, чего и каким путем он будет добиваться. Для простого волевого действия характерно то, что выбор цели, принятие решения о выполнении действия определенным способом осуществляется без борьбы мотивов.

В сложном волевом действии выделяют этапы:

1)Осознание цели и стремление достичь ее.

2)Осознание ряда возможностей достижения цели.

3)Появление мотивов, утверждающих или отрицающих эти возможности.

4) Борьба мотивов и выбор.

5) Принятие одной из возможностей в качестве решения.

6) Осуществление принятого решения.

7) Преодоление внешних препятствий при осуществлении принятого решения и достижении поставленной цели.

Следует отметить, что у человека в любой момент имеются различные значимые желания, одновременное удовлетворение которых объективно исключено, т.к. происходит столкновение противостоящих, несовпадающих побуждений, между которыми предстоит сделать выбор. Эту ситуацию и называют борьбой мотивов. Этап борьбы мотивов и выбора оказывается центральным в сложном волевом действии. Здесь, как и на этапе выбора цели, возможна конфликтная ситуация, связанная с тем, что человек понимает возможность легкого пути достижения цели, но в то же время в силу своих моральных качеств или принципов не может его принять. Результатом разрешения этой ситуации является принятие одной из возможностей в качестве решения. Он характеризуется спадом напряжения, поскольку разрешается внутренний конфликт. Здесь уточняются средства, способы, последовательность их использования, т. е. осуществляется уточненное планирование. После этого начинается реализация намеченного на этапе осуществления принятого решения.

Результатом любого волевого действия имеют для человека два следствия: первое-достижение конкретной цели; второе-человек оценивает свои действия и извлекает соответствующие уроки на будущее относительно способов достижения цели, затраченных усилий.

XV. Личность

Личность - 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.

Под определением личности подразумевается несколько понятий. Так, например, каждый человек как представитель биологического вида имеет определенные врожденные особенности, т. е. строение его тела обусловливает возможность прямохождения, структура мозга обеспечивает развитие интеллекта, строение руки предполагает возможность использования орудий труда и т. д. Таким образом, понятие «индивид» характеризует человека как носителя определенных биологических свойств. Появляясь на свет, как индивид, человек включается в систему общественных взаимоотношений и процессов, в результате чего приобретает особое социальное качество - он становится личностью*.* Это происходит потому, что человек, включаясь в систему общественных связей, выступает в качестве субъекта - носителя сознания, которое формируется и развивается в процессе деятельности. Далее, особенности развития этих трех уровней характеризуют неповторимость и своеобразие конкретного человека, определяя его индивидуальность*.*

При рассмотрении структуры личности в нее обычно включают:

Способности - индивидуально-устойчивые свойства человека, определяющие его успехи в различных видах деятельности.

Темперамент - динамическая характеристика психических процессов человека. Характер - содержит качества, определяющие отношение человека к другим людям.

Мотивация *-* совокупность побуждений к деятельности.

Социальныеустановки - убеждения людей.

В отечественной психологии принято считать, что развитие личности происходит в процессе ее социализации и воспитания. Первый опыт социального общения человек приобретает в своей семьи еще до того, как начинает говорить. В последующем, являясь частью социума, человек постоянно приобретает определенный опыт, который становится неотъемлемой частью его личности. Этот процесс, а также последующее активное воспроизводство индивидом социального опыта называется социализацией.

Таким образом, человек не рождается личностью, а становится ее.

Следует отметить, что американский психолог Э. Эриксон выделил и описал восемь жизненных психологических кризисов неизбежно наступающих у каждого человека:

1)Кризис доверия - недоверия (в течение первого года жизни).

2)Автономия в противовес сомнениям и стыду (в возрасте около двух-трех лет).

3)Появление инициативности в противовес чувству вины (примерно от трех до шести лет).

4)Трудолюбие в противовес комплексу неполноценности (возраст от семи до 12 лет).

5)Личностное самоопределение в противовес индивидуальной серости и конформизму (от 12 до 18 лет).

6)Интимность и общительность в противовес личностной психологической изолированности (около 20 лет).

7)Забота о воспитании нового поколенияв противоположность «погружениюв себя» (между 30 и 60 годами).

8)Удовлетворенность прожитой жизнью в противоположность отчаянию (старше 60 лет).

XVI .Темперамент

Несмотря на то, что предпринимались неоднократные и постоянные попытки исследовать проблему темперамента, до сих пор эта проблема относится к разряду спорных и до конца не решенных проблем современной психологической науки. Сегодня существует много подходов к исследованию темперамента. Однако при всем существующем разнообразии подходов большинство исследователей признает, что темперамент - биологический фундамент, на котором формируется личность как социальное существо, а свойства личности, обусловленные темпераментом, являются наиболее устойчивыми и долговременными.

Б. М. Теплов: «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» Таким образом, темперамент имеет два компонента-активность и эмоциональность. Активность поведения характеризуется степенью энергичности, стремительности, быстроты или, наоборот, медлительности и инертности. В свою очередь, эмоциональность характеризуется протеканием эмоциональных процессов, определяя знак и модальность.

Типы темперамента с точки зрения бытовой психологии можно охарактеризовать следующим образом:

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.

Однако не всех людей можно распределить по четырем основным темпераментам. Лишь немногие являются чистыми представителями этих типов, у большинства наблюдаются сочетания отдельных черт одного темперамента с некоторыми чертами другого. Один и тот же человек в различных ситуациях и по отношению к разным сферам жизни и деятельности может обнаруживать черты разных темпераментов.

Создателем учения о темпераменте считается древнегреческий врач Гиппократ (460-377 гг. до н. э.). Он утверждал, что люди различаются соотношением четырех основных «соков организма» - крови, флегмы, желтой желчи и черной желчи. Соотношение этих «соков организма» по-гречески обозначалось словом «красис», которое позже заменили латинским словом temperamentum-«соразмерность», «правильная мера». Опираясь на учение Гиппократа, другой знаменитый врач античности Клавдий Гален (ок. 130-ок. 200 гг.) разработал типологию темпераментов, которую он изложил в известном трактате «De temperamentum». Согласно его учению, тип темперамента зависит от преобладания в организме одного из соков. Им были выделены 13 типов темперамента, но затем они были сведены до четырех.

В последующие века исследователи, наблюдая значительное разнообразие поведения, совпадающее с различиями в телосложении и физиологических функциях, пытались упорядочить и каким-то образом сгруппировать эти различия. В результате возникли многочисленные концепции и типологии темпераментов. В ряде концепций свойства темперамента понимались как наследственные или врожденные и связывались с индивидуальными различиями в особенностях телосложения. Такие типологии получили название конституционных типологий. Среди них наибольшее распространение получила типология, предложенная Э. Кречмером, который в 1921 г. Главная его идея заключается в том, что люди с определенным типом телосложения имеют определенные психические особенности. Э. Кречмер провел множество измерений частей тела людей, что позволило ему выделить четыре конституциональных типа:

Лептосоматик - характеризуется хрупким телосложением, высоким ростом, плоской грудной клеткой, узкими плечами, длинными и худыми нижними конечностями.

Пикник-человек с выраженной жировой тканью, чрезмерно тучный, характеризуется малым или средним ростом, расплывшимся туловищем с большим животом и круглой головой на короткой шее.

Атлетик-человек с развитой мускулатурой, крепким телосложением, характерны высокий или средний рост, широкие плечи, узкие бедра.

Диспластик - человек с бесформенным, неправильным строением. Индивиды этого типа характеризуются различными деформациями телосложения. С названными типами строения тела Кречмер соотносит три выделенных им типа темперамента, которые он называет:

Шизотимик - имеет астеническое телосложение, он замкнут, подвержен колебаниям настроения, упрям, не склонен к изменению установок и взглядов, с трудом приспосабливается к окружению.

Иксотимик - обладает атлетическим телосложением. Это спокойный, невпечатлительный человек со сдержанными жестами и мимикой, с невысокой гибкостью мышления, часто мелочный.

Пикническое телосложение имеет циклотимик, его эмоции колеблются между радостью и печалью, он легко контактирует с людьми и реалистичен во взглядах.

Известный психофизиолог В. М. Русалов, на основе концепции свойств нервной системы, предложил в конце 1980-х гг. свою трактовку свойств темперамента. Эта концепция заслуживает внимания, поскольку в ней учитывались достижения современной физиологии. В соответствии с этим традиционная психофизиологическая оценка темперамента изменилась и вместо двух параметров - активности и чувствительности-были выделены уже четыре компонента: энергичность, пластичность, скорость и эмоциональность. Все эти компоненты темперамента, по мнению Русалова, биологически и генетически обусловлены. Так, темперамент зависит от свойств нервной системы, а они, в свою очередь, должны пониматься как основные характеристики функциональных систем, обеспечивающих интегративную, аналитическую и синтетическую деятельность мозга, всей нервной системы в целом.

В настоящее время в науке накоплено множество фактов о свойствах нервной системы, и по мере их накопления исследователи придают все меньшее значение типам нервной системы. Каждый человек имеет вполне определенный тип нервной системы, проявления которого, т. е. особенности темперамента, составляют важную сторону индивидуальных психологических различий, проявляющихся в деятельности. В современной психологической науке сложилось твердое убеждение в том, что тип темперамента у человека является врожденным и в целом характеризует особенности динамики нервных процессов. Но от каких именно свойств его врожденной организации он зависит в настоящее время еще не известно. Следует отметить, что нет хороших или плохих типов темперамента, бессмысленно стремиться к тому, чтобы изменить темперамент. Более целесообразным представляется учет свойств темперамента конкретной личности при организации деятельности.

XVII. Характер

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

Главная особенность характера заключается в том, что характер всегда проявляется в деятельности, в отношении человека к окружающей его действительности и людям. Формирование характера связано с мыслями, чувствами и побуждениями человека. Поэтому, по мере того как формируется определенный уклад жизни человека, формируется и его характер. Следовательно, образ жизни, общественные условия и конкретные жизненные обстоятельства играют важную роль в формировании характера и черт характеров. Под чертами характера понимают психические свойства человека, определяющие его поведение в типичных обстоятельствах.

Существует достаточно много классификаций черт характера. В отечественной психологической литературе чаще всего встречаются два подхода.

1)Черты характера связывают с психическими процессами и поэтому выделяют волевые, эмоциональные и интеллектуальные черты. Волевые - решительность, настойчивость, самообладание, самостоятельность, активность, организованность и др. Эмоциональные - порывистость, впечатлительность, горячность, инертность, безразличие, отзывчивость и др. Интеллектуальные - глубокомыслие, сообразительность, находчивость, любознательность и др. Черты характера рассматриваются в соответствии с направленностью личности. Причем содержание направленности личности проявляется в отношении к людям, деятельности, окружающему миру и себе. Эта категория черт характеризует жизненную направленность личности, т. е. ее материальные и духовные потребности, интересы, убеждения, идеалы и т. д. Направленность личности определяет цели, жизненные планы человека, степень его жизненной активности.

2) Черты характера, характеризующие отношение человека к деятельности. При этом имеется в виду не только отношение человека к конкретному виду выполняемой работы, но и деятельности вообще. Главное условие образования характера - наличие жизненных целей. Бесхарактерному человеку свойственно отсутствие или разбросанность целей. Черты характера, связанные с отношением к деятельности, находят свое выражение и в устойчивых интересах человека. Причем поверхностность и неустойчивость интересов нередко сопряжены с большой подражательностью, с недостатком самостоятельности и цельности личности человека. И наоборот, глубина и содержательность интересов свидетельствуют о целенаправленности, настойчивости личности.

Все черты личности человека можно условно разделить на мотивационные и инструментальные.

1)Мотивационные - побуждают и направляют деятельность.

2)Инструментальные - придают определенный стиль.

Характер может проявляться в выборе цели действия, т. е. как мотивационная черта личности. А когда цель определена, характер выступает больше в своей инструментальной роли, т. е. определяет средства достижения поставленной цели.

Типология характеров, как правило, строится на существовании определенных типических черт. Типическими называются черты и проявления характера, которые являются общими и показательными для некоторой группы людей. Следует отметить, что все типологии человеческих характеров, как правило, исходят из ряда общих идей.

1)Характер человека формируется в онтогенезе относительно рано и на протяжении остальной жизни проявляет себя как более или менее устойчивое личностное образование.

2)Сочетания личностных черт, которые входят в характер человека, не являются случайными.

3)Большая часть людей в соответствии со своими основными чертами характера может быть разделена на типовые группы.

Физиогномика же считает, что по внешним признакам могут быть установлены психологические характеристики человека, принадлежащего к тому или иному типу.

Следует отметить, что в процессе построения разнообразных психологических концепций характер нередко связывают с темпераментом, а в некоторых случаях и смешивают эти понятия. В современной науке среди господствующих взглядов на взаимоотношения характера и темперамента можно выделить четыре основных подхода:

1)Отождествление характера и темперамента. Примером тому может служить концепция Э. Кречмера, который связал тип телосложения с темпераментом и с особенностями поведения.

2)В некоторых психологических концепциях можно обнаружить противопоставление характера и темперамента. Причем чаще всего в данных концепциях подчеркивается антагонизм характера и темперамента.

3)Можно встретиться с мнениями различных исследователей о том, что темперамент является элементом характера, его ядром, неизменной частью. 4)Некоторые авторы рассматривают темперамент в качестве природной основы характера.

Существование данных подходов обусловлено биосоциальной природой человека. С одной стороны, бесспорным является то, что характер формируется после рождения человека, в процессе его взаимодействия с социальной средой. Однако, с другой стороны, никто не будет отрицать того, что физиологические особенности организма все же накладывают отпечаток на личность. В отечественной психологии сложилось мнение о том, что темперамент и характер очень близки, поскольку особенности темперамента в той или иной форме отражаются на характере человека. Это связано с тем, что основные свойства темперамента складываются значительно раньше, чем завершается формирование характера. Поэтому большинство известных исследователей придерживается мнения, что характер развивается на основе темперамента.

Так же следует отметить, что все существующие типологии характера обладают существенным недостатком - каждый человек индивидуален и не всегда может быть отнесен к определенному типу. Поэтому возникает вопрос, на который до сих пор нет удовлетворительного ответа: что делать с теми людьми, которые не вписываются в классификацию и не могут быть отнесены однозначно ни к одному из предложенных типов? И что делать с тем фактом, что характер не является застывшим образованием, а формируется и трансформируется на протяжении всего жизненного пути человека?

XIIX. Способности

Способности - индивидуально-психологические особенности личности,

обеспечивающие успех в деятельности, в общении и легкость овладения ими.

Способности не могут быть сведены к знаниям, умениям и навыкам, имеющимся у человека, они обеспечивают их быстрое приобретение, фиксацию и эффективное практическое применение.

Способности можно классифицировать на:

1)Природные способности - в основе своей биологически обусловленные, связанные с врожденными задатками, формирующиеся на их базе при наличии элементарного жизненного опыта через механизмы наущения типа условно-рефлекторных связей, являются общими для человека и животных, особенно высших. Например, такими элементарными способностями являются восприятие, память, способность к элементарной коммуникации.

2)Специфические человеческие способности имеют общественно-историческое происхождение и обеспечивают жизнь и развитие в социальной среде. Они подразделяются на:

а)Общие - определяют успехи человека в самых различных видах деятельности и общения и специальные, определяющие успехи человека в отдельных видах деятельности и общения, где необходимы особого рода задатки и их развитие.

б)Теоретические - определяют склонность человека к абстрактно-логическому мышлению, и практические, лежащие в основе склонности к конкретно-практическим действиям. Сочетание этих способностей свойственно лишь разносторонне одаренным людям.

в)Практические - определяют склонность человека к конкретным практическим действиям.

г)Учебные - влияют на успешность педагогического воздействия, усвоение человеком знаний, умений, навыков, формирования качеств личности, и творческие, связанные с успешностью в создании произведений материальной и духовной культуры, новых идей, открытий, изобретений. Высшая степень творческих проявлений личности называется гениальностью, а высшая степень способностей личности в определенной деятельности - талантом.

д)Способности к общению, взаимодействию с людьми и предметно-деятельностные способности, связанные с взаимодействием людей с природой, техникой, знаковой информацией, художественными образами и т. д.

е)Творческие - определяют возможность открытий и изобретений, создания новых предметов материальной и духовной культуры и др.

Выделяют уровни способностей: репродуктивный - обеспечивает высокое умение усваивать готовое знание, овладевать сложившимися образцами деятельности и общения, и творческий - обеспечивающий создание нового, оригинального. Следует учитывать, что репродуктивный уровень включает элементы творческого, и наоборот. Также следует отметить что способности - прижизненные образования, их развитие идет в процессе жизни, зависят от среды, а воспитание активно формируют их.

Способности могут развиваться в четырех направлениях: способность, одаренность, талант и гениальность.

1)Способности. Учитывая, что способности являются прижизненными, их можно и утерять. И зависит это от того, являются ли они потенциальными или актуальными. Потенциальные - те, которые не реализуются в конкретном виде деятельности, а способны актуализироваться при изменении соответствующих социальных условий. Актуальные - те, которые необходимы именно в данный момент и реализуются в конкретном виде деятельности.

2)Одаренностью называется своеобразное сочетание способностей, которое обеспечивает человеку возможность успешного выполнения какой-либо деятельности. Одаренность определяет возможность достижения успеха в той или иной деятельности, а реализация этой возможности определяется тем, в какой мере будут развиты соответствующие способности и какие будут приобретены знания и навыки.

3)Талантом - высокий уровень развития специальных способностей. Так же как и способности, талант проявляется и развивается в деятельности. Деятельность талантливого человека отличается принципиальной новизной и оригинальностью подхода. Следует отметить, что талант - определенное сочетание способностей, их совокупность.

4) Гениальность - высший уровень развития способностей. Гениальных людей очень мало. Высокий уровень одаренности, который характеризует гения, неизбежно связан с незаурядностью в различных областях деятельности. Гениальность, как правило, имеет свой «профиль», какая-то сторона в ней доминирует, какие-то способности проявляются ярче.

Таким образом, способности - индивидуально психологические особенности человека, проявляющиеся в деятельности и являющиеся условием успешности ее выполнения. От способностей зависит скорость, глубина, легкость и прочность процесса овладения знаниями, умениями и навыками, но сами способности не сводятся к знаниям и умениям.

XIX. Я – концепция

Я-концепция - одно из базовых понятий гуманистической психологии, устойчивая совокупность представлений индивида о себе, интегральная характеристика, на базе которой индивидом строится отношение к себе и взаимодействие с другими людьми.

Я-концепция, как научное понятие, вошла в обиход специальной литературы сравнительно недавно, может быть потому в литературе, как отечественной, так и зарубежной, нет единой его трактовки, ближе всего по смыслу к нему находится самосознание.Я-концепция - понятие менее нейтральное, включающее в себя оценочный аспект самосознания. Это система представлений человека о самом себе, в которую входит как осознание своих физических, интеллектуальных и других качеств, так и самооценка, а также субъективное восприятие влияющих на данную личность внешних факторов. Представления индивида о самом себе, как правило, кажутся ему убедительными независимо от того, основываются ли они на объективном знании или субъективном мнении, являются ли они истинными или ложными.

Р.Бернс, один из ведущих английских ученых в области психологии, серьезно занимавшийся вопросами самосознания, так определяет это понятие:

“Я-концепция - совокупность всех представлений человека о самом себе, сопряженная с их оценкой. Предметом самовосприятия и самооценки индивида могут стать его тело, способности, социальные отношения и множество других личностных проявлений. Описательную составляющую Я-концепции часто называют образом Я или картиной Я. Составляющую, связанную с отношением к себе или к отдельным своим качествам, называют самооценкой или принятием себя. Я - концепция, в сущности, определяет не просто то, что собой представляет индивид, но и то, что он о себе думает, как смотрит на свое деятельное начало и возможности развития в будущем”.

Я-концепция возникает у человека в процессе социального взаимодействия как уникальный результат психического развития, относительно устойчивое и в то же время подверженное внутренним изменениям и колебаниям психическое приобретение. Оно накладывает отпечаток на все жизненные проявления человека - с самого детства до глубокой старости. Первоначальная зависимость Я-концепции от внешних влияний бесспорна, но в дальнейшем она играет самостоятельную роль в жизни каждого человека. С момента своего зарождения Я-концепция становится активным началом, выступающим в трех функционально-ролевых аспектах:

1) Я-концепция как средство обеспечения внутренней согласованности. Ряд исследований по теории личности основывается на концепции, согласно которой человек всегда идет по пути достижения максимальной внутренней согласованности. Представления, чувства или идеи, вступающие в противоречие с другими представлениями, чувствами или идеями человека, приводят к дегармонизации личности, к ситуации психологического дискомфорта. Испытывая потребность в достижении внутренней гармонии, человек готов предпринимать различные действия, которые способствовали бы восстановлению утраченного равновесия. Существенным фактором восстановления внутренней согласованности является то, что человек думает о самом себе.

2)Я-концепция как интерпретация опыта.Функция Я-концепции в поведении заключается в том, что она определяет характер индивидуальной интерпретации опыта, т.к. у человека существует устойчивая тенденция строить на основе собственных представлений о себе не только свое поведение, но и интерпретацию своего опыта.

3)Я-концепция как совокупность ожиданий. Я-концепция определяет ожидания человека, то есть его представления о том, что должно произойти. Каждому человеку свойственны какие-то ожидания, во многом определяющие характер его действий. Люди, уверенные в собственной значимости, ожидают, что и другие будут относиться к ним таким же образом; считающие же, что они никому не нужны, не могут нравиться, либо ведут себя исходя из той предпосылки, либо интерпретируют соответствующим образом поведение окружающих. Многие исследователи считают эту функцию центральной, рассматривая, Я-концепцию как совокупность ожиданий, а также оценок, относящихся к различным областям поведения.

Из многочисленных источников формирования Я-концепции человека, no-видимому, наиболее важными являются следующие, хотя их значимость, как показывают исследования, меняется в различные периоды жизни человека:

1) Представление о своем теле (телесное Я).

2) Язык как способность выражать словами и формировать представления о себе и других людях.

3) Субъективная интерпретация обратной связи от значимых других о себе.

4) Идентификация с приемлемой моделью половой роли и усвоение связанных с этой ролью стереотипов (мужчина - женщина).

5) Практика воспитания детей в семье.

Во многих психологических теориях Я-концепция является одним из центральных понятий. Но, несмотря на это, до сих пор не существует единого определения, в терминологии. Термины, которые одни авторы употребляют для обозначения Я-концепции в целом, другие используют для обозначения ее отдельных элементов. Здесь следует выделить Р.Бернса. С одной стороны он наиболее полно отражает структуру Я - концепции, а с другой - упорядочивает терминологию, встречающуюся на страницах психологической литературы.

Р.Бернс представляет Я-концепцию в виде иерархической структуры. На ее вершине располагается глобальная Я-концепция, включающая все грани индивидуального самосознания. Человек, с одной стороны, обладает сознанием, а с другой - осознает себя как один из элементов действительности. У.Джеймс, первый из психологов начал разрабатывать проблему Я – концепции. Глобальное, личностное Я, он рассматривал как двойственное образование, в котором соединяются Я-сознающее и Я-как - объект.

Р.Бернс в Я-концепции выделяет описательную и оценочную составляющие, что позволяет рассматривать Я-концепцию как совокупность установок, направленных на себя. В большинстве определений установки исходят из трех главных элементов:

1) Убеждение, которое может быть как обоснованным, так и необоснованным (когнитивная составляющая установки).

2) Эмоциональное отношение к убеждению (эмоционально-оценочная составляющая).

3)Соответствующая реакция, которая может выражаться в поведении (поведенческая составляющая).

Так же можно применить к Я-концепции три элемента установки конкретизируются следующим образом:

1) Образ Я**-**представления индивида о самом себе.

2) Самооценка- аффективная оценка этого представления, которая может обладать различной интенсивностью, поскольку конкретные черты образа Я могут вызывать более или менее сильные эмоции, связанные с их принятием или осуждением.

3) Потенциальная поведенческая реакция, то есть те конкретные действия, которые могут быть вызваны образом Я и самооценкой.

Все теории развития Я-концепции сосредоточены на особенностях, свойственных тому или иному возрастному периоду, однако две темы, проходят через весь процесс развития Я - концепции независимо от возраста. Это - роль семейных отношений и роль значимых других.

Под термином «значимые другие» понимаются люди, которые важны или значимы для личности вследствие того, что он чувствует их способность оказывать непосредственное влияние на его жизнь.

Значимые другие - те, кто играет в жизни личности большую роль. Они влиятельны, и их мнение имеет большой вес. Уровень воздействия значимых других на индивида зависит от степени их участия в его жизни, близости отношений, социальной поддержки, которую они оказывают, а также от власти и авторитета, которыми они пользуются у окружающих.

Задачи по курсу

Введение в психологию:

1)Предметом психологии является психика человека. И до сих пор остается спорным вопрос – что же является психикой человека?

6)Душа, как и психика, отражает человеческое «Я», и каждый человек стремится «скрыть» себя. Поэтому заглянуть в чужую душу невозможно.

13)Каждый человек имеет возможности, но не каждый их использует. Поэтому тот, кто хочет, получает больше и стремится получить даже те возможности, которых не имеет.

Познавательные психические процессы:

1)Роза пахнет, вне зависимости от того, нюхает ее кто-либо, или нет. Люди с особо сильным обонянием ощущают ее запах на расстоянии, не нюхая розу, хотят они этого или нет.

3)Человек находится под влиянием стереотипов, и вместе с выводами, основанными лишь на зрительном восприятии, нередко видим то, во что верим.

4)Вниманию, как познавательному процессу, необходим предмет, на котором мы его сконцентрируем. Без предмета внимание рассеивается.

Психология регулятивных процессов:

1)Общество как конкретно-историческая система навязывает свои устоявшиеся принципы, стереотипы, правила поведения и т.д. Личность, развиваясь в обществе, не может не воспринимать окружающую его действительность и как следствие не подстраиваться под нее.

6)Плакать можно не только от горя, но и от радости. Встречая близкого человека эмоции нескорых людей настолько сильны, что им необходим дополнительный или иной выход. Это и проявляется в слезах.

9)Свобода воли - есть возможность принимать решения исходя из своих желаний и потребностей.

Психология личности:

1)Все рождаются одинаковыми. Личностью же человек становятся в процессе развития.

2)На основе внешности, личность формирует свою Я-концепцию. Поэтому поведение напрямую зависит от внешности. По поведению человека можно достаточно много сказать о нем как о личности.

7)Гениев единицы. Как правило, это врожденная способность и чтобы стать гением, нужно очень попотеть.

Список используемой литературы:

1) Маклаков А.Г. - Общая психология.

2) Столяренко Л.Д. - Основы психологии.

3) Немов Р.С – Психология. Учебник для студентов высших педагогических учебных заведений. (ч.1)

4) Гиппенрейтер Ю.Б. введение в общую психологию. Курс лекций. - М.: Изд - во Моск ун - та, 1988.

5) Общая психология под редакцией Карпова А.В, М., Гардарики, 2002.