**Содержание**

1. Понятие психики. Психические явления
2. Активность. Поведение. Деятельность
3. Единство сознания и деятельности
4. Основные компоненты деятельности
5. Психологическая характеристика деятельности
6. Индивидуальный стиль деятельности

Литература

**1. Понятие психики. Психические явления**

**Психика** - способность мозга получать информацию об окружающей действительности, создавать образ объективного мира и регулировать на этой основе собственное поведение и деятельность. Работа психики осуществляется только в процессе *активной деятельности* человека, животного. Активная деятельность - важнейшее условие развития психики, т.е. ее совершенствования, усложнения, Углубления.

Активное отражение действительности - важнейшее свойство дифференцированного, обладающего многоуровневыми связями между различными отделами - высокоорганизованного мозга. Оно присуще и животным, и человеку. Чем сложнее, чем сформированней мозг, тем большими способностями обладает психика, тем более она развита. Наиболее высокого, полного уровня развития психика достигает у человека.

**Психика человека** включает все, что он ощущает, воспринимает, думает, помнит, чувствует, все его привычки, его индивидуальность, то, **как,** с помощью каких средств, каких, по выражению психологов, механизмов он это делает.

Психика дает возможность не только достаточно точно отражать особенности окружающего мира, она позволяет предвидеть, предугадывать то, что будет в дальнейшем. Такая *опережающая* функция психической деятельности, конечно, в наибольшей степени характерна для человека. Благодаря этому мы можем представить то, что случится через некоторое время, можем строить планы, ставить цели, мечтать. Она позволяет нам, например, заранее подготовиться к какому-либо сложному событию. Например, если вам не хочется делать уроки или готовиться к экзамену, очень полезно представить себе свое будущее эмоциональное состояние. Что вы будете чувствовать, когда вас вызовут, а вы не сможете сказать ни слова. Что будете испытывать, когда вас будут спрашивать о результатах экзамена. Такое «эмоциональное предвосхищение», как правило, позволяет преодолеть лень и начать заниматься.

Психика имеет *индивидуальный* характер. Психические особенности образуют индивидуальность, и все воздействия преломляются через индивидуальные особенности.

Психология изучает **психические явления:** психические процессы, психические состояния и психические свойства.

**Психические процессы** описывают три основные стороны душевной жизни человека: познание, чувство и волю. Соответственно в психических процессах выделяются познавательные процессы, чувства и воля. К *познавательным процессам* относятся ощущение, восприятие, память, мышление, воображение, с помощью которых мы узнаем, постигаем мир и самого себя. Особое место среди познавательных процессов занимает внимание, которое присутствует во всех процессах и позволяет сконцентрироваться, сосредоточиться на чем-либо.

*Чувства, эмоции* отражают переживание человеком своего отношения к явлениям окружающего мира, событиям своей внутренней жизни, определяют то, насколько они важны именно для него, для его жизни, т.е. устанавливают личностную значимость того или иного события.

*Воля, произвольность* обеспечивает сознательную регуляцию поведения, возможность действовать по сознательно поставленной цели, принятому намерению.

В понятии «психические процессы» подчеркиваются прежде всего динамичность, пластичность, изменчивость, непрерывность психической деятельности.

**Психические состояния** - относительно устойчивые психические явления. К психическим состояниям относятся *бодрость, утомление, скука, радость, тревога, апатия* и др. Хотя психические состояния, как и другие явления психики, отражают воздействие на человека определенных событий внешней и внутренней жизни, он, как правило, осознает лишь само это состояние, а то, что его вызвало, либо вообще не представляет, либо представляет неотчетливо.

**Психические свойства** - наиболее устойчивые и существенные особенности, отличающие человека или группу людей от других. К психическим свойствам относятся *особенности личности* человека, его *направленность, качества личности, черты характера, темперамент, способности.*

Психические процессы, психические состояния и психические свойства не существуют отдельно друг от друга, они взаимодействуют и могут переходить друг в друга. Например, любопытство как выражение познавательного процесса, может переходить в состояние интереса и закрепляться в таком качестве личности, как любознательность.

**2. Активность. Поведение. Деятельность**

Единство всех сторон психической жизни человека служит основанием для его активности. **Активность** - общее свойство живых организмов, основное условие их существования. Жить - значит быть активным, действовать. Именно активность позволяет живому существу поддерживать жизненно важные для него связи со средой, она служит основой развития и саморазвития. Активность обеспечивает **поведение** человека - его взаимодействие с окружающей средой, обусловливаемое внешними (среда) и внутренними (потребности, мотивы) условиями. Поведение может быть в разной степени осознано человеком, определяться сознательно поставленными целями или осуществляться по непосредственному желанию, чувству, т.е. быть импульсивным.

Важнейшей формой человеческой активности является деятельность. **Деятельность** - сознательно регулируемая активность, направленная на познание и преобразование внешнего мира и самого человека. Основные виды деятельности человека - игра, учение, труд, творчество. Именно в деятельности формируются основные свойства личности, развиваются ее способности. Изучая психику человека, психология уделяет особое внимание различным видам человеческой деятельности, тому, как в ней проявляется, формируется и развивается человек.

Основная роль современной **психологии личности** - объяснить с позиций науки, почему люди ведут себя так, а не иначе.

**Социальная психология** занимается психологическими особенностями, поведением и деятельностью людей, которые связаны с их принадлежностью к определенным *социальным группам* (дружеской, учебной, профессиональной, национальной, расовой и др.).

Одним из важнейших направлений психологии личности явилась разработанная **А.Н. Леонтьевым** (1903-1979) теория деятельности. Деятельность рассматривалась А.Н. Леонтьевым как активное взаимодействие с окружающей действительностью, выражающее отношение человека к миру и способствующее удовлетворению его потребностей. Психическое развитие человека во многом составляет процесс развития его деятельности.

А.Н. Леонтьевым разработана теория ведущей деятельности как такой, которая становится центральной, основной на различных этапах развития и оказывает наибольшее влияние на формирование сознания, личности.

**Характер –** совокупность устойчивых индивидуальных особенностей личности, складывающаяся и проявляющаяся в деятельности и общении, обусловливая типичные для нее способы поведения.

Понятие ***характера*** весьма различается в различных теоретических построениях. В современной зарубежной характерологии можно выделить три направления:

***конституционно-биологическое*** (связано с именем Э. Кречмера. Характер, по существу сводится к сумме конституции и темперамента);

***психоаналитическое*** (З. Фрейд, К. Г. Юнг, А. Адлер и т.д. Характер объясняется, исходя из бессознательных влечений человека);

***идеологическое*** (психоэтическая теория Робека: Характер заключается в торможении инстинктов, которое определяет этико-логическими санкциями. То, какие инстинкты и какими санкциями тормозятся, зависит от внутренних имманентных свойств личности. Бауд: характер определяется социальным положением человека и т.д.).

В отечественной психологии исследование характера связано с именами Н. О. Лосского, П. Ф. Лесгафта, А. Ф. Лазурского, А. П. Нечаева, В. И. Страхова, Б. Г. Ананьева, Н. Д. Левитова и т.д.). Здесь также можно выделить различные направления: идеалистические, биологизаторские, материалистические. Опираясь на различные подходы к этой теме, можно отметить социально-оценочный оттенок при определении характера; значительную устойчивость психологических характеристик.

**3. Единство сознания и деятельности**

Как уже неоднократно отмечалось, одним из важнейших вопросов, которые волновали психологию с самого ее основания, был вопрос о недоступности явлений сознания объективному исследованию. Отечественный философ и психолог С.Л. Рубинштейн (1899-1960) подошел к решению этого вопроса сформулировал в качестве основного объяснительного принципа психолога принцип единства сознания и деятельности. Деятельность для С.Л. Рубинштейна - это прежде всего труд по преобразованию окружающего мира. В труде человек создает всю «очеловеченную» среду, культуру, свою собственную психику, изменяет и окружающий мир, и самого себя. Тем самым для изучения сознания необходимо не описывать те или иные его стороны, доступные лишь самосозерцанию, а анализировать, как в процессе конкретной деятельности происходят изменения в объектах. Этот метод психологического исследования С.Л. Рубинштейн назвал методом единства воздействия и изучения.

С.Л. Рубинштейн дал свой ответ и на вопрос о том, что определяет психические явления - влияние среды или внутренние факторы. Он возражал против абсолютизации роли среды, которая была в то время едва ли не господствующей идеологической установкой, охватывавшей не только психологию, но и все естественные науки. В противовес этому он выдвинул принцип, согласно которому внешние причины воздействуют на объект, в том числе и человеческую психику, через внутренние условия.

**4. Основные компоненты деятельности**

Деятельность человека - сложное явление. Различные стороны ее изучаются разными науками. Психология изучает психическую сторону деятельности.

Находясь в бодрствующем состоянии, человек всегда чем-то занят, что-то делает: читает, играет, трудится, размышляет и т.д. Жить - это значит действовать. Каким бы трудом ни занимался человек, он является деятелем, созидателем, творцом. В деятельности раскрываются глубина ума человека, сила его переживаний, воображение, способности, черты характера. О человеке судят по его делам и поступкам.

Под **деятельностью** понимается активность человека, направленная на достижение сознательно поставленной цели. Всякая деятельность человека определяется целями, задачами, которые он перед собой ставит. Если нет цели, нет и деятельности, нет полноценной жизни. Герой романа И. Гончарова Обломов с горечью говорит о себе: «Когда не знаешь, для чего живешь, так живешь как-нибудь, день за днем; радуешься, что день прошел, что ночь пришла, и во сне погрузишь скучный вопрос о том, зачем жил этот день, зачем будешь жить завтра».

Человек не действует случайным образом (как иногда может казаться), его деятельность всегда обусловлена теми или иными потребностями.

**Потребности** - источник активности личности, они заставляют человека активно действовать. Что такое потребность? Это осознание человеком нужды в чем-либо, что ему необходимо для поддержания организма и развития его личности. Переживаемая человеком нужда (потребность) побуждает его к поиску предмета ее удовлетворения, к совершению деятельности. Сама деятельность состоит в изыскании способов и средств, которые могли бы удовлетворить потребность, а также в самих действиях, при которых эта потребность удовлетворяется.

Потребности оказывают влияние на чувства, мышление и волю человека. Удовлетворение потребностей вызывает приятное чувство, неудовлетворенная потребность вызывает неприятное чувство. Для удовлетворения потребностей человек ищет определенные пути и средства - это активизирует его мышление. Усилием воли человек в состоянии преодолевать трудности на пути достижения цели, удовлетворения своих потребностей.

Таким образом, потребность, или переживаемая человеком нужда в чем-либо побуждает человека к деятельности, к поиску предмета ее удовлетворения. Этот предмет потребности есть действительный мотив деятельности человека.

Под психофизиологическими функциями в теории деятельности понимаются физиологические обеспечения психических процессов. Они составляют одновременно и необходимые предпосылки, и средства деятельности.

Движение и действие

Любой вид деятельности связан с движениями. Это и мускульно-мышечные движения руки при письме, а также при выполнении любой трудовой операции, и движения речевого аппарата при произнесении слов.

**Движение** - это моторная функция живого организма, самая простая составная часть деятельности; оно свойственно человеку уже в самой ранней стадии развития - зародышевой. Различают движения непроизвольные и произвольные, врожденные и приобретенные. Непроизвольные движения - моргание, сосание, крик - врожденные. Большинство движений являются приобретенными, они приобретаются человеком в жизненном опыте.

**Действия** - более сложная часть деятельности.

Действия представляют собой совокупность движений, которые имеют цель и направлены на определенный объект (предмет). Действия всегда социальны. Любые действия человека состоят из движений и выполняются, как правило, сознательно, осознанно. Например, учение как деятельность состоит из многих действий: слушания преподавателя, мысленного поиска ответа на поставленный вопрос, решения задачи, конспектирования, записывания лекции, выполнения упражнений, устного ответа по подготовленному материалу и т.д. Таким образом, в учении широко представлены не только предметные действия, но и сложные интеллектуальные: восприятие, запоминание, мышление, речь. Выделяют действия предметные (едим ложкой, пишем ручкой или карандашом, гвоздь забиваем молотком), умственные, волевые; действия, направленные на других людей, - поступок (или проступок).

Отдельные движения и даже действия еще не составляют целостной деятельности.

Деятельность - это совокупность действий, объединенных единой целью. Сущность деятельности как раз и состоит в тех целях и задачах, которые реализуются в ней, а также в тех мотивах, во имя которых она совершается. Например, студент читает книгу. Если книга представляет для него личный интерес, мы можем говорить, что в данном случае его деятельность - чтение. Если студент читает книгу, потому что это необходимо для сдачи экзамена, то деятельностью его является не чтение, а подготовка к экзамену, а чтение в этом случае - действие, которое включено в деятельность.

Следует отметить, что цели бывают близкие и дальние. Для становления личности большое значение имеют дальние цели, которые дают определенное направление деятельности, показывают перспективу ее развития.

Знания, умения, навыки

Какими бы прекрасными целями ни руководствовались мы в своей деятельности, ее осуществление и успешность находятся в зависимости от тех знаний, умений, навыков, которыми мы обладаем.

**Знания** о той области действительности, в которой она осуществляется или будет осуществляться, необходимы человеку. Но знания не существуют ради знания. Они теснейшим образом связаны с нашими действиями. Когда мы сталкиваемся с незнакомым предметом, то прежде всего стремимся получить знание о том, как с ним действовать. На основе полученных знаний можно уметь что-то делать, но еще не владеть навыками выполнения этого дела. Так, к концу первого класса ученики уже знают, как писать, умеют писать, но еще не овладевают навыком письма. Умения и навыки связаны между собой. Для формирования умения важно понимать, что требуется, и знать способ действия.

В одних случаях умения могут предшествовать формированию навыков, в других - являются результатом дальнейшего развития деятельности. Например, нередко ученик, имеющий навык чтения, не умеет еще выразительно читать. Умение выразительно читать вырабатывается на основе приобретенного навыка чтения. Причем умение может появиться и без большого числа повторений. Умения основаны на знаниях и навыках.

**Умение** - это успешный способ выполнения деятельности в новых условиях, сознательное применение имеющихся знаний и навыков для выполнения более сложных действий в различных условиях.

Умение образуется только в деятельности. Для того чтобы приобрести умение плавать, нужно идти в воду, тренироваться плавать. Рабочие умения образуются только в соответствующей работе.

**Навыки** - это частично автоматизированные действия, которые образуются в результате упражнений. Навыки необходимы в любой работе и деятельности человека. Каждая профессия предполагает определенные навыки, которые дают возможность действовать быстро и уверенно и достигать лучших результатов с минимальными затратами энергии.

Автоматизированными называются такие действия, которые в результате многих повторений перестают нами осознаваться. Мы пишем, не думая, как писать ту или иную букву. Но было время, когда каждый из нас учился писать, старательно выводил каждый элемент буквы.

Навык - это способ выполнения действий. Автоматизированный характер навыков означает, что не все внимание человека принимает участие в выполнении деятельности, часть его освобождается для другой деятельности, для улучшения качества деятельности. Так, опытный специалист лучше работает и меньше устает, чем начинающий работник.

**5. Психологическая характеристика деятельности**

Человек в деятельности выступает как личность, движимая определенными мотивами и преследующая какие-то цели. С.Л. Рубинштейн подчеркивал, что существенно важным для воспитания является то, какие именно мотивы станут для человека ведущими. Именно они определяют направленность личности человека. Формирование потребностей и мотивов происходит под влиянием условий жизни в процессе воспитания.

В формировании отношения человека к деятельности, в развитии его мотивационной сферы большое значение имеет успех или неуспех в деятельности, уровень притязаний личности иуровень достижений.

**Успех или неуспех в деятельности**

Понятие «успех» имеет двойное толкование: 1) удача в достижении поставленной цели, в выполнении деятельности или создании ее продукта, 2) общественное признание достигнутой удачи. Когда же человек испытывает ощущение успеха? Когда он не только сам понимает, что добился удачи, но когда видит (понимает), что окружающие значимые для него люди оценивают его деяния как удачу. С.Л. Рубинштейн отмечал, что «с общественной природой мотивации человеческой деятельности связано влияние, которое оказывает на нее оценка - обусловленная общественными нормами самооценка и оценка со стороны окружающих, особенно тех, мнением которых человек дорожит».

Ощущение успеха или неуспеха в деятельности всегда изменяют психологические условия ее протекания.

**Виды деятельности**

Основным, исторически первым видом деятельности человека является труд. В процессе онтогенеза возникают игровая и учебная деятельности, связанные с трудом и производные от него. Каждый из этих видов деятельности имеет свою структуру, свои психологические особенности, свое целеназначение и реализуется в конкретных видах человеческой деятельности: художественной, производительной, спортивной, инженерной, педагогической, научной, практической, в сфере нравственности, религии и пр.

Все основные виды деятельности - игра, учение, труд присутствуют в жизни каждого человека, в недрах этих деятельностей происходит развитие психики и личности. Все эти основные виды деятельности не изолированы друг от друга, они взаимодействуют, обогащают друг друга, создавая тем самым новые перспективы развития личности, их осуществляющей. Но на каждом возрастном этапе требуется особое соотношение этих деятельностей как в плане их представленности, так и в плане их содержания.

**6. Индивидуальный стиль деятельности**

**Индивидуальный стиль деятельности** - система приемов и способов осуществления деятельности, которую субъект постепенно вырабатывает с учетом своих стойких личных качеств. А именно, он максимально использует те свои стойкие особенности, которые содействуют успеху в достижении целей деятельности и, наоборот, преодолевает или компенсирует (возмещает) качества, недостающие или противодействующие успеху.

Индивидуально своеобразны не только внешние исполнительские действия, но и внутренние - ориентировочно-интеллектуальные действия. Действия человека ориентируются и контролируются ценностными эталонами, схемами, поведенческими образцами. В поведении человека закрепляется его операционально-стереотипизированный поведенческий механизм, формируются его целевые и операциональные установки. Все это дает возможность идентифицировать личность по комплексу (синдрому) его поведенческих особенностей. (Преступник может и не оставить следов рук и ног на месте преступления, но он обязательно оставит там свой неповторимый поведенческий "отпечаток".)

**Деятельность индивида - устойчивая система его взаимосвязей с миром, основанная на концептуальном образе мира и стереотипизированном поведенческом фонде.** Этот фонд способов поведения реализуется в виде простых и сложных волевых действий.

**Литература**

1. Еникеев М.И. Общая и социальная психология. М. НОРМА, 2002. 624 с.
2. Гиппенрейтер Ю.Б. Введение в общую психологию. М. Юрайт, ЧеРо. 2002. 336 с.
3. Дубровина И.В., Данилова Е.Е. и др. Психология. Учебник для студ. сред. пед. учеб. заведений. М., ИЦ Академия. 2004. 464 с.
4. Леонтьев А.Н. Деятельность. Сознание. Личность. М., Академия, 2004. 352 с.
5. Климов Е.А. Общая психология. Общеобразовательный курс - М. ЮНИТИ-ДАНА, 2001.- 511с.