**1. Психология в системе наук. Структура современной психологии**

- **Антропология** (специальная наука о человеке как особом биологическом виде).

3 основных раздела:

- морфология человека (изучение индивидуальной изменчивости физического типа, возрастных стадий — от ранних стадий зародышевого развития до старости включительно, полового диморфизма, изменения физического развития человека под влиянием различных условий жизни и деятельности),

-учение об антропогенезе (изучает происхождении и развитии человека), состоящее из приматоведения, эволюционной анатомии человека и палеоантропологии (изучающей ископаемые формы человека) и расоведение

- **Зоопсихология** (изучая животных стали понятны многие механизмы поведения человека и закономерности его психического развития)

- Научное познание человека берет свое начало в натурфилософии, естествознании и медицине.

- **Анатомия и физиология человека**, биофизика и биохимия, психофизиология (изучает психику человека), нейропсихология (изучает нервную деятельность человека)

- **Медицина**

- **Генетика** (изучает наследственные механизмы психики и поведения, их зависимость от генотипа)

-**Археология**

- **Палеолингвистика,** исследует происхождение языка, его звуковые средства (членораздельная речь является одним из основных отличий человека от животных)

- **Палеосоциология** (общественная наука), изучает становление человеческого общества, и историю первобытной культуры

- **Науки об онтогенезе** (изучение конкретного человека, процессе развития индивидуального организма, изучаются половые, возрастные, конституциональные и нейродинамические особенности человека)

- **Науки о личности и ее жизненном пути**, в рамках которых изучаются мотивы деятельности человека, его мировоззрение и ценностные ориентации, отношения с окружающим миром

- Связь с историей, экономикой, социологий, этнографией

**В структуре современной психологии выделят следующие отрасли психологии:**

- **Психология труда** – изучает психологические особенности трудовой деятельности человека

- **Педагогическая психология** – изучает психологические закономерности обучения и воспитания человека, к ней относятся: психология обучения, воспитания, психология учителя, психология УВР

- **Медицинская психология** – изучает психологические аспекты деятельности врача и поведения больного. Подразделятся на: нейропсихологию, психофармакологию, психотерапию, психогигиену

- **Юридическая психология** – изучает психологические вопросы, связанные с реализацией системы права.

- **Военная психология** – исследует поведение человека в условиях боевых действий, взаимоотношения начальника с подчиненным

- **Психология спорта, торговли, научного и художественного творчества**.

- **Возрастная психология** – изучает онтогенез различных психических процессов и психологических качеств личности.

- **Психология аномального развития**: олигофренопсихология, сурдопсихология, тифлопсихология

- **Сравнительная психология** – исследует филогенитические формы психической жизни.

- **Социальная психология** – исследует формы взаимоотношений коллектива и личности, психологические особенности так называемых «малых групп», взаимоотношения внутри коллективов и групп.

**2. Классификация методов психологического исследования**

**Методы психологии** – совокупность способов и приемов изучения психических явлений.

Методы психологии:

**1. Организационные** (определяют способ организации психологического исследования):

- сравнительный – сопоставление различных групп по возрастам, деятельности и т.п.

- лонгитюдный – многократные обследования одних и тех же лиц на протяжении длительного периода

- комплексный – в исследовании принимают участие представители разных наук

**2. Эмпирические** (методы сбора первичной информации):

- наблюдение (состоящий в систематическом и целенаправленном восприятии и фиксировании психических явлений в определенных условиях (изучает память, внимание, мышление, характер, способности);

-эксперимент (исследователь планомерно манипулирует одной или несколькими факторами и фиксирует сопутствующие изменения в проявлении изучаемого явления. 2 вида: лабораторный (в специально организованных условиях, с применением приборов), естественный (спецусловия, но близкие к естественным, например, на уроке в классе);

-тестирование (специальная задача, позволяющая быстро оценить соответствующее психическое явление и уровень его развития у испытуемого).

Виды тестов:

1. по форме проведения – индивидуальные, групповые

2. по цели – для отбора, для распределения, для классификации

3. по изучаемому признаку – тесты интеллекта; тесты достижений; личностные тесты (опросники, проективные, ситуативные)

- анкетирование (личности ребенка – его склонностей, интересов, характера, познавательных процессов – восприятия, представлений, воображения, мышления; - вопросы должны быть заранее продуманы)

- анализ продуктов деятельности (при изучении главным образом личности ребенка – его склонностей, интересов, характера, познавательных процессов, вопросы должны быть заранее продуманы)

биографический метод

**3. Обработки данных** (позволяют произвести количественную обработку первичной информации):

- количественный – способы статистической обработки информации

- качественный – дифференциация материала по группам, анализ

**4. Интерпретационные** (различные приемы объяснения выявленных в результате статической обработки данных закономерностей и их сопоставление с ранее установленными фактами):

- генетический – анализ материала в плане развития с выделением отдельных фаз, стадий и т.д.

-структурный – установление структурных связей между всеми характеристиками изучаемого явления

**5. Воздействия (коррекции)** – приемы влияния на психические явления с целью их изменения в соответствии с постановленной целью:

- аутотренинг, групповой тренинг, психотерапия, ролевые игры, гипноз, психоанализ.

Вспомогательный прием - самонаблюдение – человек сам наблюдает течение у себя самого тех или иных психических процессов (например, рассказывает как он мысли при решении математической задачи).

**3. Основные этапы развития психологической науки**

**1 этап** – Психология как наука о душе – такое определение психологии было дано более 2 000 лет назад. Наличием души пытались объяснить все непонятные явления в жизни человека.

**2 этап** – Психология как наука о сознании – возникла в 17в в связи с развитием естественных наук. Способность думать, чувствовать, желать называли сознанием. Основным методом изучения считалось наблюдение человека за самим собой и описание фактов.

**3 этап** – Психология как наука о поведении – данный этап наступил в начале 20в. Задачи психологии – наблюдение за поведением, поступками, реакциями человека (что можно непосредственно увидеть). Мотивы поступков не учитывались.

**4 этап** – Психология как наука, изучающая факты, закономерности и механизмы психики – для современного этапа развития психологии характерно многообразие подходов к сущности психики, превращение психологии в многоотраслевую, прикладную область знаний, учитывающей интересы практики.

**4. Психические явления и психологические факты**

**Психические явления это наши:**

- восприятия

-мысли (о чем-то хорошем или плохом),

-чувства (например, любви, обиды),

-стремления (получить образование, выйти замуж)

-намерения (выступить с докладом, решить вопрос)

-желания (иметь что-то, купить красивую вещь),

-переживания (личное для человека, событие его внутренней жизни, по поводу плохой отметки, по поводу болезни),

-размышления, равнодушие (т.е. одно нас интересует, другое нам безразлично),

-удовольствия (от прочитанной книги, хорошего фильма)

-возмущение, негодование (видя недостойное поведение человека, критикуем его)

-радость (от рождения ребенка, приятного подарка)

-настойчивость (добиваемся осуществления намеченных планов)

-запоминание, забывание, внимательность

Психические явления делятся на:

- психические процессы – познавательные (ощущения, восприятия, память, мышление, воображение); эмоциональные (эмоции, чувства); регуляторные (воля, речь)

- психические состояния – бодрствование, настроение, стресс

- психические свойства – направленность личности (интересы, желания, убеждения); темперамент (в чистом виде мало изучен); характер, способности

**5. Предмет и задачи общей психологии**

**Психология** — это наука о психике и психических явлениях.

**Психика** – это свойство высокоорганизованной материи (головного мозга), заключающаяся в активном отражении объективного мира, в построении картины мира и саморегуляции на этой основе своего поведения и деятельности. В качестве объективного критерия психики выступает способность живых организмов реагировать на нейтральные раздражители (в засуху животные передвигаются поближе к водоему, слыша звук машин, они отодвигаются, уходят от шума)

**Предмет общей психологии –** закономерности развития и проявления психических процессов, психических состояний, психических свойств, психических образований.

**Предмет изучения психологии – психика человека:**

- психические процессы – познавательные, эмоциональные, волевые;

- психические состояния – бодрость, усталость, эйфория, стресс, паника и др.;

- психические образования – знания, умения, навыки, привычки;

- психические свойства (свойства личности) – темперамент, характер, способности, потребности, интересы, направленность.

**Основой задачей** психологии является изучение законов психической деятельности человека.

Законы психологии показывают:

- как человек познает окружающий его объективный мир, как он отражается в мозгу человека;

-как развивается психическая деятельность человека;

-как формируются психические свойства личности.

Они необходимы для формирования у людей высоких человеческих качеств. Главный объект исследования – это человек, его психические процессы, состояния и свойства.

**6. Этапы развития психики в филогенезе**

**Филогенез –** историческое формирование группы организмов.

В психологии – процесс возникновения и исторического развития психики и поведения животных, а также процесс возникновения и эволюция форм сознания в ходе истории человечества.

**Безусловный рефлекс** – наследственно закрепленная стереотипная форма реагирования на биологически значимые воздействия внешнего мира или изменения внутренней среды организма.

**Этапы:**

1. Развитие сенсорных процессов – простые безусловные рефлексы (миграция, продолжение вида, стадное (групповое) поведение, оборонительное поведение, гигиеническое поведение)

2. Развитие перцептивных процессов – сложные безусловные рефлексы (инстинкты) – это сложные врожденные действия животных, при помощи которых они удовлетворяют свои потребности.

3. Развитие интеллектуальных действий – навыки животных (такие действия животных, которые они приобретают в индивидуальном опыте благодаря многократному повторению и закреплению – напр.дрессировка животных в цирке).

4. Физиопсихологическое развитие человека в процессе труда – с первобытного времен в процессе труда совершенствовались физические и психические особенности человека, развивались его мозг и органы чувств, психические качества, способности.

5. Развитие сознания человека – высшая ступень развития психики, которая возникала в процессе общественной трудовой деятельности людей при постоянном общении их между собой с помощью языка, открывающая человеку возможность обобщенного и всестороннего знания законов природы и общества, активного преобразования окружающего мира.

6. Развитие самосознания – умения познать себя путем познания других; потребность осознать себя как личность, возникновение интереса к своей внутренней жизни, к качествам собственно личности, потребность в самооценке.

7. Развитие социального поведения – сложные умения интерпретации законов общества

**7. Понятие, структура и содержание сознания**

**Сознание** – функция головного мозга, сущность которой заключается:

1 сущность – в адекватном, обобщенном и осуществляющемся в речевой форме активном отражении действительности (с помощью языка человек передает людям не только сообщения о своих внутренних состояниях, но и о том, что знает, видит, понимает, представляет, т.е. объективную информацию об окружающем мире);

2 сущность – в связывании вновь поступающей информации с прежним опытом (открываю один глаз утром и определяю, где я, то я в сознании)

3 сущность – выделении человеком себя из окружающего мира, противопоставление себя как субъекта, конструктивно-творческой переделке внешнего мира (познающий субъект, способный мысленно представлять существующую и воображаемую действительность, контролирующий собственные психические и поведенческие состояния, управлять ими, способность видеть и воспринимать в форме образов окружающую действительность)

Главным условием возникновения и развития человеческого сознания является совместная продуктивная опосредованная речью орудийная деятельность людей

Сознание человека – это свидетельство и производный компонент его реальной жизни. Характеристики сознания – непрерывность, динамизм, направленность (с чем связан интерес)

**Структура сознания:**

- осознание вещей, а также переживание, то есть определенное отношение к содержанию того, что отражается

- ощущения,

- восприятия,

- представления,

- понятия,

- мышление

- внимание

- волнение,

- боязнь,

- плач,

- восхищение,

-любовь

-ненависть

**Содержание сознания:**

- образы непосредственного окружающего мира (напр.природы),

-образы-воспоминания (напр.из детства, значимой встречи),

-мимолетные ощущения себе, своей силы и благополучия,

-острое отрицательное эмоциональное переживание (думаешь о чем-то хорошем, а затем вспоминаешь, что завтра тебе нужно что-то доделать на работе)

- мысли

- идеи

**8. Состояния сознания. Неосознаваемые процессы**

**Состояния сознания:**

-эмоциональные состояния (больше в литературе при описании состояний героев, их переживаний, эмоций)

- устойчивые состояния (спокойно о чем-то думаем, о каком-то ярком образе)

- изменчивые состояния (переход от одной мысли на другую)

- произвольные (процессы сознания организуются и направляются субъектом)

- непроизвольные (процессы сознания происходят как бы сами собой)

**Неосознаваемые процессы (3 класса):**

**1. неосознаваемые механизмы сознательных действий -** многие из них образуются путем передачи функций сознания на неосознаваемые уровни:

**а)** неосознаваемые автоматизмы (действия или акты, которые совершаются "сами собой", без участия сознания. Иногда говорят о "механической работе", о работе, при которой "голова остается свободной". "Свободная голова" и означает отсутствие сознательного контроля; это врожденные акты, либо те, которые формируются очень рано, часто в течение первого года жизни ребенка - напр. сосательные движения, мигание, схватывание предметов, ходьба);

**б)** явления неосознаваемой установки - готовность организма или субъекта к совершению определенного действия или к реагированию в определенном направлении – напр. ребенок задолго до годовалого возраста, пытаясь взять предмет, подстраивает кисть руки под его форму: если это маленькая крошечка, то он сближает и вытягивает пальцы, если это круглый предмет, он округляет и разводит пальцы и т. д. Подобные преднастройки позы руки иллюстрируют моторную установку, спринтер на старте находится в состоянии готовности к рывку - это тоже моторная установка, когда вам дается какой-нибудь математический пример, выраженный в тригонометрических символах, то у вас создается установка решать его с помощью формул тригонометрии – умственная установка;

**в)** неосознаваемые сопровождения сознательных действий - неосознаваемые процессы, которые просто сопровождают действия – напр. человек, который смотрит на другого, порезавшего, например, палец, строит горестную гримасу, сопереживая ему, и совершенно этого не замечает, нарезая хлеб я двигаю челюстями как бы помогая, но не замечаю этого - непроизвольные движения, тонические напряжения, мимика и пантомимика, а также большой класс вегетативных реакций (слезы, дрожь, расширения зрачка), сопровождающих действия и состояния человека.

**2. неосознаваемые побудители сознательных действий** - они вытеснены из сознания, эмоционально заряжены и время от времени прорываются в сознание в особой символической форме; эта тема тесно связана прежде всего с именем Зигмунда Фрейда - создал свою **теорию бессознательного -** сознание, предсознание (те знания, которыми человек располагает, но которые в данный момент в его сознании не присутствуют –напр. вспомнили имя дедушки по отцу, хотя о нем не думали) и бессознательное – то, что не осознается, находятся вытесненные желания, влечения, переживания, находятся инстинкты – жизни (сексуальные влечения), смерти (если что-то не получается, мы говорим, застрелимся, повесимся – как бы стремимся к смерти), находятся мысли, желания, которые мы считаем непристойными, находятся материалы, которые не совместимы с нашим сознанием;

**3. "надсознательные" действия** - это процессы образования некоего интегрального продукта большой сознательной работы, который затем "вторгается" в сознательную жизнь человека и, как правило, меняет ее течение.

.- напр. заняты решением проблемы, о которой думаем изо дня в день в течение длительного времени. Это жизненно важная проблема, очень затронула, вызвала мучительные размышления, колебания, сомнения. Думая над проблемой, мы перебираем и анализируем различные впечатления и события, высказываем предположения, проверяем их, спорим с собой и с другими. И вот в один прекрасный день все проясняется - как будто пелена падает с глаз. Иногда это случается неожиданно, спонтанно, мы приобретаем абсолютно новый взгляд на решение проблемы, о которой раньше не задумывались, это ведет к новому повороту в нашей жизни. Почему же подобные процессы следует поместить вне сознания? Потому, что они отличаются от сознательных процессов, по крайней мере, в следующих двух важных отношениях.

Во-первых, субъект не знает того конечного итога, к которому приведет "надсознательный" процесс. Сознательные же процессы предполагают цель действия, т. е. ясное осознание результата, к которому субъект стремится. Во-вторых, неизвестен момент, когда "надсознательный" процесс закончится; часто он завершается внезапно, неожиданно для субъекта. Сюда следует отнести процессы творческого мышления, процессы переживания большого горя или больших жизненных событий, кризисы чувств, личностные кризисы.

**9. Понятие самосознания. Структура самосознания**

**Самосознание** – потребность осознать себя как личность, возникновение интереса к своей внутренней жизни, к качествам собственно личности, потребность в самооценке, это процесс развития сознательной личности, это сознание человеком своего тела, своих мыслей и чувств, своих действий, своего места в обществе, осознание себя как особой и единой личности.

Самосознание человека как система его взглядов строго индивидуально. Люди по-разному оценивают происходящие события и свои поступки, по-разному оценивают одни и те же объекты реального мира

Всю информацию об окружающем мире человек оценивает на основе системы представлений о себе и формирует поведение исходя из системы своих ценностей, идеалов и мотивационных установок.

Структура самосознания:

**10. Понятие деятельности. Структура и виды деятельности**

**Деятельность** – форма активного отношения человека к окружающему миру (в процессе деятельности человек познает окружающей мир, его закономерности, воспринимает различные явления, в процессе деятельности создаются продукты и материальные вещи – одежда, пища, жилище, без которых не может существовать человек, происходит создание духовные ценностей – музыки, живописи, поэзии, науки), определяемая осознанной целью (осознает цель и способы ее достижения, планирует, учитывает возможные трудности, предвидит результат) и связанная с преобразованием действительности (своим трудом преобразует окружающий мир – пустыни становятся цветущими садами, реки изменяют русло и направление, в тундре и тайге возникают города).

**Структура (состав) деятельности:**

1. Мотив (побуждение деятельности человека)
2. Цель (то, на что направлена непосредственно деятельность).
3. Задача
4. Планирование работы, выбор наиболее рационального способа действия.
5. Операции – частные акты действия (выполнение, осуществление деятельности).
6. Проверка результатов
7. Исправление ошибок, если они были.
8. Сопоставление полученных результатов с запланированными.
9. Подведение итогов работы.

**Виды деятельности:**

1. Трудовая (дает продукты, удовлетворяющие потребности общества – материальные, духовные – потребность делиться мыслями, чувствами)
2. Учебная (в процессе игры ребенок познает явления жизни, общественные отношения людей) делится на:

- коллективную; спортивную

1. Общественная
2. Индивидуальная

**11. Понятие ощущений. Cвойства и закономерности ощущений**

**Ощущение** – это процесс первичной переработки информации, которая представляет собой непосредственное, чувственное отражение отдельных свойств предметов и явлений окружающего мира. (Напр. мы в походе, рано утром просыпаемся, слышим щебетание птиц, шум леса, всплески воды, видим солнышко, чувствует бодрящую свежесть – это вызывает у нас разные ощущения – зрительные, слуховые, обонятельные, температурные).

**Свойства и закономерности ощущений:**

**1. Адаптация** – приспособление органов чувств к особенностям действующих на них стимулов с целью их наилучшего восприятия и предохранения рецепторов от излишней перегрузки. (напр. зрительная адаптация наблюдается при переходе человека из ярко освещенного помещения в темноту, вначале ничего не видно, а затем он постепенно начинает различать очертания предметов; температурная – при входе в реку в первый момент вода кажется очень холодной, но вскоре мы уже не ощущаем холода).

**2. Контраст** – слабые раздражители увеличивают чувствительность к действующим раздражителями, а сильные уменьшают эту чувствительность. (напр. – после горького вкусового ощущения обычная вода кажется сладковатой; серый квадрат на белом фоне будет казаться темнее).

**3. Пороги ощущений** – характеризует интервал от минимальной величины раздражителя, начинающего вызывать ощущение (нижний порог) до максимальной величины, до которой раздражение еще ощущается (верхний порог). (напр. – мы не ощущаем тиканья ручных часов, находящихся в другом конце комнаты, а начинаем слышать это тиканье при приближении к часам на известное расстояние, когда сила слухового раздражения достигает определенной величины. Момент возникновения первого ощущения – еле заметного тиканья часов – и будет абсолютным порогом слухового ощущения)

**4. Сенсибилизация** – повышение чувствительности анализаторов в связи с повышение возбудимости коры головного мозга под влиянием одновременной деятельности других анализаторов. (напр. – обонятельные ощущения часто определяют вкусовые: ощущение приятного запаха во время еды повышает аппетит, музыка также влияет на вкусовые ощущения).

**5. Последовательные образы** – продолжение ощущения, когда действие раздражителя уже прекратилось.

**12. Классификация ощущений**

По Шеррингтону

**1. Интерорецептивные (органические)** – сигнализируют о состоянии внутренних органов:

- ощущение боли

- ощущение равновесия (находятся во внутреннем ухе и дают сигналы о движении и положении головы)

- ощущения ускорения

- голода

- жажды

- насыщения

- тошноты

**2. Проприоцептивные** - передают сигналы о положении тела в пространстве:

- ощущение равновесия, или статическое ощущение,

- двигательное, или кинестетическое ощущение (играют очень важную роль в координации наших движений)

**3. Экстерорецептивные** – доводят до человека информацию из внешнего мира и являются основной группой ощущений, связывающей человека с внешней средой:

- зрительные (возникают в результате воздействия световых лучей, ощущения цвета)

- обонятельные, вкусовые (сладкое, кислое, горькое, соленое)

- слуховые (ощущения музыкальных звуков – пение, звуки музыкальных инструментов, ощущения шумов – скрипы, шорохи, стуки)

- температурные (холод, тепло)

- тактильные или ощущения прикосновения

- осязательные (осязанию, т. е. сочетанию кожных и двигательных ощущений, мы обязаны способностью оценивать такие свойства предметов, как твердость, мягкость, гладкость, шероховатость)

**13. Понятие восприятия. Свойства и виды восприятия**

**Восприятие** – это процесс непосредственного чувственного отражения предметов и явлений окружающего мира в целом. Восприятие – сложная деятельность, в процессе которой человек глубоко познает окружающей мир, обследует воспринимаемые объекты. Важной составной частью деятельности восприятия являются движения – движения глаза, рассматривающего предмет, движение руки, ощупывающей предмет. В процессе восприятия отражаются предметы и явления внешнего мира во всем многообразии их сторон и свойств.

**Свойства восприятия:**

**1. Избирательность (или активность)** – зависит от интереса, установок и потребностей человека и определяет преимущественное выделении одних предметов по сравнению с другими. (напр. читая книгу мы не замечаем что у нас за спиной, мы углубились в текстовое содержание книги, направили все наши мысли на это).

**2. Предметность** – способность человека воспринимать мир в форме отдельных друг от друга предметов, обладающих свойствами, вызывающими данные ощущения.

**3. Апперцепция** – зависимость восприятия от особенностей личности человека. (напр. художник, ботаник будут совершенно по-разному воспринимать рощу или поле, обращать внимание на различные особенности).

**4. Осмысленность** – свойство, показывающее, что восприятие у человека связано с мышлением, с пониманием сущности предмета.

**5. Константность** – человек воспринимает окружающие предметы как относительно постоянные по форме, цвету, величине и т.д. (напр., движущийся вдали грузовой автомобиль будет нами 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)

**6. Целостность** – восприятие есть всегда отражение в психике целостного образа предмета или явления, в совокупности их качеств и характеристик, даже если отдельные из этих качеств в данный момент не воспринимаются. Он складывается на основе обобщения получаемой в виде различных ощущений информации об отдельных свойствах и качествах предмета. (напр. воспринимаем целостную музыкальную мелодию, а не последовательный набор нот, пауз, звуков).

**Виды восприятия:**

- восприятие пространства (величина, форма, положение предмета в пространстве – напр. летя на самолете все предметы внизу нам кажутся очень маленькими)

- восприятие времени (напр. время чередования сна и отдыха, положительные события вызывают ощущения быстрого течения времени, отрицательные медленного)

- восприятие движения (напр. проезжая по улице предметы кажутся движущимися, на самом деле они не двигаются)

- зрительное восприятие

- слуховое восприятие

- осязательное восприятие

- обонятельное восприятие

- вкусовое восприятие

**14. Понятие памяти. Функции и свойства памяти**

**Память** – психический познавательный процесс, заключающийся в запоминании, сохранении и воспроизведении информации.

**Функции памяти:**

**1. Узнавание -** воспринимаемый в данный момент предмет или явление воспринимались в прошлом

**2. Воспроизведение** – процесс памяти, в результате которого происходит актуализация (оживление) в психике закрепленной ранее информации.

**3. Запоминание** – процесс памяти, направленный на закрепление в психике новой информации путем связывания ее с уже приобретенным ранее знанием.

**4. Сохранение** – процесс памяти, характеризующийся удержанием в памяти полученной информации в течение относительно длительного периода времени.

**Свойства памяти:**

1. Запоминать (новую информацию)

2. Вспоминать (информацию)

3. Припоминать

4. Воспроизводить

5. Узнавать (ранее сохраненную информацию)

6. Сохранять (информацию)

**15. Процессы и виды памяти**

**Процессы памяти:**

**1. Запоминание (произвольное, непроизвольное)** – это процесс запечатления и последующего сохранения воспринятой информации (механическое, осмысленное).

**2. Сохранение (осмысленность, прочность запоминания)** – процесс памяти, характеризующийся удержанием в памяти полученной информации в течение относительно длительного периода времени.

**3. Воспроизведение** – процесс памяти, в результате которого происходит актуализация (оживление) в психике закрепленной ранее информации:

- быстрота воспроизведения, характеризует способность человека использовать в практической деятельности имеющуюся унего информацию

- точность воспроизведения - отражает способность человека точно сохранять, а самое главное, точно воспроизводить запечатленную в памяти информацию

**Виды памяти:**

**1. Двигательная –** это запоминание разных движений, имеет больше знание при запоминании физических упражнений, она лежит в основе выработки различных трудовых навыков.

**2. Эмоциональная** – это память на чувства. (положительные или отрицательные, чувство радости или огорчения, удовлетворения, угрызения совести от плохого поступка)

**3. Образная** – образные приемы запоминания (перевод информации в образы, графики, схемы, картинки. Она может быть зрительной (у нормально развитых людей), слуховой (у нормально развитых людей), осязательной (наиболее развита у дегустаторов, слепых, глухих), обонятельной (тоже), вкусовой (тоже).

**4. Логическая (смысловая)** - вид памяти, основанный на установлении в запоминаемом материале смысловых связей (логический пересказ, который включает: логическое осмысление материала, систематизацию, выделение главных логических компонентов информации, пересказ своими словами)

**5. Мгновенная**

**6. Кратковременная** (обеспечивает запоминание однократно предъявленной информации на короткое время (5—7 мин) затем забывается – напр. машинистка, печатая помнить все точки и запятые, затем забывает, напечатав текст)

**7. Долговременная** (относительная длительность и прочность сохранения воспринятого материала – напр.ученик, получив задание должен помнить полученные указания и инструкции к его выполнению)

**8. Оперативная** (вид памяти, проявляющийся в ходе выполнения определенной деятельности, обслуживающий эту деятельность благодаря сохранению информации, поступающей как из КП, так и из ДП, необходимой для выполнения текущей деятельности)

**9. Промежуточная** — обеспечивает сохранение информации в течение нескольких часов, накапливает информацию в течение дня, а вовремя ночного сна отводится организмом для очищения промежуточной памяти и категоризации информации, накопленной за прошедший день, переводом ее в долговременную память. По окончании сна промежуточная память опять готова к приему новой информации. У человека, который спит менее трех часов в сутки, промежуточная память не успевает очищаться, в результате нарушается выполнение мыслительных, вычислительных операций, снижаются внимание, кратковременная память, появляются ошибки в речи, в действиях.

**10. Генетическая** (напр.ребенок в начале свой жизни усваивает узкий круг простейших движений, затем запоминание и воспроизведение движений прогрессивно расширяется в больший круг сложных движений).

**16. Понятие внимания. Функции, виды и свойства внимания**

**Внимание** – это направленность и сосредоточенность субъекта в данный момент времени на каком-либо реальном или идеальном объекте.

**Функции:**

1. Функция отбора - сущность внимания проявляется прежде всего в отборе значимых, соответствующих потребностям, соответствующих данной деятельности, воздействий и игнорировании (торможении, устранении) других - несущественных, побочных, конкурирующих воздействий.

2. Функция удержания (сохранения) данной деятельности (сохранение в сознании образов определенного предметного содержания) до тех пор, пока не завершится акт поведения, познавательная деятельность, пока не будет достигнута цель.

3. Функция внимания является регуляцией и контролем протекания деятельности.

**Виды:**

**1. Непроизвольное** — это сосредоточение сознания на объекте в силу каких-то его особенностей. (Любой раздражитель, изменяя силу своего действия, привлекает внимание. Новизна раздражителя также вызывает непроизвольное внимание.

Предметы, вызывающие в процессе познания яркий эмоциональный тон (насыщенные цвета, мелодичные звуки, приятные запахи), вызывают непроизвольное сосредоточение внимания. Еще большее значение для возникновения непроизвольного внимания имеют интеллектуальные, эстетические и моральные чувства. Предмет, вызвавший у человека удивление, восхищение, восторг, продолжительное время приковывает его внимание)

**2. Произвольное** - это сознательно регулируемое сосредоточение на объекте. (Человек сосредоточивается не на том, что для него интересно или приятно, но на том, что должен делать. Этот вид внимания тесно связан с волей. Произвольно сосредоточиваясь на объекте, человек прилагает волевое усилие, которое поддерживает внимание в течение всего процесса деятельности. Своим происхождением произвольное внимание обязано труду. Произвольное внимание возникает, когда человек ставит перед собой цель деятельности, выполнение которой требует сосредоточенности. Произвольное внимание требует волевого усилия, которое переживается как напряжение, мобилизация сил на решение поставленной задачи. Волевое усилие необходимо, чтобы сосредоточиться на объекте деятельности, не отвлечься, не ошибиться в действиях. Причиной возникновения произвольного внимания к любому объекту является постановка цели деятельности, сама практическая деятельность, за выполнение которой человек несет ответственность).

**3. Послепроизвольное** – вхождение в деятельность и возникающий в связи с этим интерес. Снижается целенаправленность, снимается напряжение.

**Свойства:**

1. Концентрация – степень сосредоточения внимания на объекте:

- высокая; - низкая

2. Объем – количество объектов, которые могут быть охвачены вниманием одновременно:

3. Переключение – намеренный перенос внимания с одного объекта на другой:

- трудное; - легкое

4. Распределение – способность удерживать в сфере внимания одновременно несколько объектов.

5. Устойчивость – длительность сосредоточения внимания на объекте:

- устойчивое

- неустойчивое

**17. Понятие мышления. Функции и виды мышления**

**Мышление** – процесс познавательной деятельности, характеризующийся обобщенным и опосредствованным отражением действительности.

**Функции:**

1. Понятие – одна из логических форм мышления, отражающая существенные свойства, связи и отношения предметов и явлений, выраженная словом или группой слов.

2. Суждение – одна из логических форм мышления, в которой выражается связь между двумя понятиями.

3. Умозаключение – форма мышления, при которой на основе нескольких суждений делается определенный вывод.

4. Аналогия – умозаключение, в котором вывод делается на основании частичного сходства между явлениями, без достаточного исследования всех условий.

5. Анализ – мыслительная операция, при которой происходит расчленение сложного объекта на составляющие части.

6. Синтез – мыслительная операция, заключающаяся в соединении различных частей, элементов, сторон объекта в единое целое.

7. Обобщение - процесс выделения сходства между предметами, выделения в этих предметах общего. Например, можно найти нечто сходное между самыми разнородными предметами и объединить в один класс общности цвета: вишню, пион, кровь, сырое мясо, вареного рака

**Выделение видов мышления производят по различным основаниям**:

1. По форме и соответственно по содержанию знаний выделяют:

- наглядно-действенное (наиболее элементарная форма, возникающая в практической деятельности и являющаяся основой для формирования более сложных форм мышления);

- наглядно-образное (состоит в том, что мыслительный процесс в нем непосредственно связан с восприятием мыслящим человеком окружающей действительности и без него совершаться не может)

- абстрактно–логическое (мышление с опорой на понятия, которые отражают общее, сущность предметов и выражаются в словах или других знаках).

1. По характеру решаемых задач:

- теоретическое,

- практическое.

1. По степени развернутости и осознанности :

- дискурсивное,

- интуитивное.

1. По степени новизны и оригинальности:

- репродуктивное (воспроизводящее),

- продуктивное (творческое)

**18. Понятие способностей. Способности и задатки**

**Способности** – это индивидуально-психологические особенности личности, обеспечивающие успех в деятельности, в общении и легкость овладения ими.

Развитие способностей происходит поэтапно.

Предпосылкой развития способностей являются **ЗАДАТКИ** – это врожденные анатомо-физиологические особенности строения мозга, органов чувств и движения

**Способности:**

1. Общие (определяют успехи человека в самых различных видах деятельности и общения (умственные способности, развитые память и речь, точность и тонкость движений рук)

2. Специальные (определяю успехи человека в отдельных видах деятельности и общения, где необходимы особого рода задатки и их развитие (способности математические, технические, литературно-лингвистические, художественно-творческие, спортивные)

3. Теоретические (определяют склонность человека к абстрактно-логическому мышлению),

4. Практические (лежат в основе склонности к конкретно-практическим действиям. Сочетание этих способностей свойственно лишь разносторонне одаренным людям);

5. Учебные (они влияют на успешность педагогического воздействия, усвоение человеком знаний, умений, навыков, формирования качеств личности),

6. Творческие (связанны 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 (общении) — талантом;

7. Способности к общению, взаимодействию с людьми

8. Предметно-деятельностные способности, связанные со взаимодействием людей с природой, техникой, знаковой информацией, художественными образами.

**18. Формы и операции мышления. Мышление как процесс решения задач**

**Формы:**

1. Понятие (отражение в сознании человека отличительных особенностей предметов и явлений, их общих и специфических признаков, выраженное словом или группой слов. Понятия бывают конкретные и абстрактные. Конкретные понятия отражают предметы, явления, события окружающего мира, абстрактные отражают отвлеченные идеи. Например, «человек», «осень», «праздник» – конкретные понятия; «истина», «красота», «добро» – понятия абстрактные)

2. Суждение (это установление связей между понятиями о предметах и явлениях или об их свойствах и признаках):

= общие (утверждается что-либо относительно всех объектов некоторой группы, например: «Все реки текут»)

= частные (Частное суждение относится лишь к некоторым из объектов группы: «Некоторые реки являются горными»)

= единичные (единичное суждение касается только одного объекта: «Волга – крупнейшая река в Европе»).

3. Умозаключение (на основе нескольких суждений делается определенный вывод):

= индуктивное (на основе ряда частных суждений можно получить общее суждение (вывод);

= дедуктивное (распространение общего положения на частные случаи)

**Операции:**

1. Анализ – это мысленное разделение предметов и явлений на части.

2. Синтез – мысленное объединение частей или свойств в единое целое.

3. Сравнение – это сопоставление предметов и явлений, нахождение сходства и различия между ними. (для того чтобы осуществить эту операцию, требуется сначала выделить один или несколько характерных признаков сравниваемых объектов. Затем по количественным или качественным характеристикам данных признаков производится сравнение)

4. Обобщение- мысленное объединение предметов и явлений по их общим и существенным признакам.

5. Конкретизация – мыслительная операция, характеризующаяся переходом от общего к конкретному.

6. Абстрагирование – это мысленная операция, основанная на отвлечении от несущественных признаков предметов, явлений и выделении в них основного, главного (благодаря абстракции человек смог оторваться от единичного, конкретного и подняться на самую высокую ступень познания – научного теоретического мышления)

7. Систематизация – это расположение отдельных предметов, явлений, мыслей в определенном порядке по какому-либо одному признаку (например, химические элементы в периодической таблице Д. И. Менделеева).

**Мышление как процесс решения задач:**

Выделяют три типа мыслительных действий, характерных для процесса решения задач:

1. Ориентировочные действия (анализ условий),

2. Исполнительные действия (выбор примеров решения),

3. Нахождение ответа (сверка решения с исходными условиями задачи).

Виды поиска решения задач:

1. поиск по средством систематических проб;

2. случайный;

3. выборочный;

4. избирательный (селективный) поиски.

Процесс формирования умственных действий:

1. Выявление ориентировочной основы действия;

2. Формирование действия в материальном виде;

3. Действие формируется в громкой речи;

4. Этап формирования действия во внешней речи про себя;

5. Формирование речи во внутренней речи.

По целям мыслительной деятельности можно выделить задачи:

- распознавания,

- конструирования,

- объяснения,

**19. Виды и уровни способностей**

**Способности** это индивидуально-психологические особенности личности, обеспечивающие успех в деятельности, в общении и легкость овладения ими.

Развитие способностей происходит поэтапно.

Предпосылкой развития способностей являются **ЗАДАТКИ** – это врожденные анатомо-физиологические особенности строения мозга, органов чувств и движения

**Виды:**

1. Общие (определяют успехи человека в самых различных видах деятельности и общения (умственные способности, развитые память и речь, точность и тонкость движений рук):

- элементарные – ощущать, воспринимать, запоминать, мыслить, речевая способность, переживать

- сложные – способность к игре, к учению, труду, общению

2. Специальные (определяю успехи человека в отдельных видах деятельности и общения, где необходимы особого рода задатки и их развитие (способности математические, технические, литературно-лингвистические, художественно-творческие, спортивные)

- элементарные – музыкальный слух, высокая обонятельная чувствительность

- сложные – педагогические, математические, организаторские

**Уровни:**

1. Одаренность (человек, способный ко многим видам деятельности)

2. Талант (высшая степень способностей личности к определенной деятельности)

3. Гениальность (высшая степень творческих проявлений личности)

**20. Понятие характера. Структура характера**

**Характер** – индивидуальное сочетание устойчивых психических особенностей человека, обусловливающее типичный для данной личности способ поведения в определенных жизненных условиях и обстоятельствах.

Характер — это совокупность устойчивых черт личности, определяющих отношение человека к людям, к выполняемой работе. Характер проявляется в деятельности и общении и включает в себя то, что придает поведению человека специфический, характерный для него оттенок (отсюда название «характер»).

Характер может обнаруживаться в особенностях деятельности, которыми человек предпочитает заниматься. Одни люди предпочитают наиболее сложные и трудные виды деятельности, для них доставляет удовольствие искать и преодолевать препятствия; другие выбирают наиболее простые, беспроблемные пути. Для одних существенно, с какими результатами они выполнили ту или иную работу, удалось ли при этом превзойти других людей. Для остальных это может быть безразличным, и они довольствуются тем, что справились с работой не хуже других, добившись посредственного качества. В общении с людьми характер человека проявляется в манере поведения, в способах реагирования на действия и поступки людей. Манера общения может быть более или менее деликатной, тактичной или бесцеремонной, вежливой или грубой. Характер в отличие от темперамента обусловлен не столько свойствами нервной системы, сколько культурой человека, его воспитанием.

**Структура характера** - отдельные свойства характера зависят друг от друга, связаны друг с другом и образуют целостную организацию:

В структуре характера выделяют две группы черт. Под **чертой характера** понимают те или иные особенности личности человека, которые систематически проявляются в различных видах его деятельности и по которым можно судить о его возможных поступках в определенных условиях.

**К** **первой группе** относят черты, выражающие направленность личности (устойчивые потребности, установки, интересы, склонности, идеалы, цели), систему отношений к окружающей действительности и представляющие собой индивидуально-своеобразные способы осуществления этих отношений.

**Ко второй группе** относят интеллектуальные (характерные свойства человека, обуславливающие способы и динамику решения познавательных задач), волевые (способность человека достигать поставленные цели, преодолевая внутренние и внешние трудности) и эмоциональные (свойства характера человека, показывающие способность человека достигать поставленные цели, преодолевая внутренние и внешние трудности) черты характера.

**21. Типология характера (Э.Фром, К.Юнг)**

**Типы характера по Э.Фрому (врач-психиатр фрейдистской ориентации):**

**1. «Мазохист-садист**». Это тип человека, который склонен видеть причины своих жизненных успехов и неудач, а также причины наблюдаемых социальных событий не в складывающихся обстоятельствах, а в людях. Стремясь устранить эти причины, он направляет свою агрессию на человека, который представляется ему причиной неудачи

Интересно наблюдение Э. Фромма, утверждающего, что в этом типе людей наряду с мазохистскими склонностями почти всегда открываются и садистские тенденции. Они проявляются в стремлении ставить людей в зависимость от себя, приобретать над ними полную и безграничную власть, эксплуатировать их, причинять им боль и страдание, наслаждаться видением того, как они страдают. Такой тип человека называют авторитарной личностью. Э. Фромм показал, что подобные личностные свойства были присущи многим известным в истории деспотам, и включил в их число Гитлера, Сталина, ряд других известных исторических лиц.

**2. «Разрушитель».** Характеризуется выраженной агрессивностью и активным стремлением к устранению, уничтожению объекта, вызвавшего фрустрацию (обман, тщетное ожидание), крушение надежд у данного человека. Э.Фромм показал, что подобные личностные свойства были присущи многим известным в истории деспотам, и включил в их число Гитлера, Сталина, ряд других известных исторических лиц.

**3. «Конформист-автомат».** Такой индивид, столкнувшись с трудноразрешимыми социальными и личными жизненными проблемами, перестает «быть самим собой».

Он беспрекословно подчиняется обстоятельствам, обществу любого типа, требованиям социальной группы, быстро усваивая тот тип мышления и способ поведения, который свойствен большинству людей в данной ситуации. У такого человека почти никогда нет ни собственного мнения, ни выраженной социальной позиции. Он фактически утрачивает собственное «Я». Выведенная Э. Фроммом типология реальна в том смысле слова, что действительно напоминает поведение многих людей во время социальных событий, происходящих в нашей стране сейчас или имевших место в прошлом.

**Типы характеров по К.Юнгу:**

1. Экстравертированный (открытый) - мы имеем дело с общительным человеком, проявляющим всегда и везде особый интерес к тому, что происходит вокруг. Экстраверт внешний мир ставит выше своих внутренних субъективных переживаний. Он живо откликается на соответствующие события и как бы ими живет.

2. Интровертированным (замкнутый).- мы замечаем, что все внимание человека направляется на самого себя и он становится центром собственных интересов

Интровертированная личность ставит себя и индивидуальный внутренний мир выше того, что происходит вокруг. Отличаются отстраненностью от происходящего вокруг, отчужденностью, независимостью.

**22. Степени выраженности характера. Акцентуации**

**Степени выраженности характера в системе отношений:**

1. «Человек – окружающий мир» - убежденный, беспринципный

2. «Человек – деятельность» - деятельный, бездеятельный

3. «Человек – другие люди» - общительный, замкнутый

4. «Человек – Я» - эгоистический, альтруистический

**Акцентуации характера** – чрезмерная выраженность отдельных черт характера и их сочетаний, представляющие крайние варианты нормы, граничащие с психопатиями.

**Типы акцентуации:**

1. Циклоидный – чередование фаз хорошего и плохого настроения с различным периодом.

2. Гипертимный – постоянно приподнятое настроение, повышенная психическая активность

3. Лабильный – резкая смена настроения в зависимости от ситуации

4. Астенический – быстрая утомляемость, раздражительность, склонность к депрессиям

5. Сензитивный – повышенная впечатлительность, обостренное чувство неполноценности

6. Психастенический (тревожный) – высокая тревожность, мнительность, склонность к самоанализу, сомнениям

7. Шизоидный – замкнутость, эмоциональная холодность, трудности в установлении контактов

8. Эпилептоидный – склонность к злобно-тоскливому настроению с агрессией, педантичность

9. Застревающий – повышенная подозрительность, обидчивость, стремление к доминированию

10. Демонстративный – высокая потребность к признанию, вниманию, лживость, ипохондрия.

11. Дистимный – преобладание пониженного настроения, склонность к депрессии

12. Неусточивый – легко поддаются влиянию окружающих, поиск новых приключений, компаний

13. Конформный – чрезмерная подчиненность и зависимость от мнения других, консерватизм.

**23. Понятие воображения. Функции и свойства воображения**

**Воображение** – это психический процесс, который заключается в создании новых образов на основе данных прошлого опыта**.**

Человек может мысленно представить себе то, что в прошлом не воспринимал или не совершал, у него могут возникать образы предметов и явлений, с которыми он раньше не встречался. **Процесс воображения свойствен только человеку и является необходимым условием его трудовой деятельности**. Благодаря воображению человек творит, разумно планирует свою деятельность и управляет ею. Почти вся человеческая материальная и духовная культура является продуктом воображения и творчества людей. 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.

**Функции:**

1. в регулировании эмоциональных состояний. При помощи своего воображения человек способен хотя бы отчасти удовлетворять многие потребности, снимать порождаемую ими напряженность

2. Представлять действительность в образах и иметь возможность пользоваться ими, решая задачи. Эта функция воображения связана с мышлением и органически в него включена.

3. участием в произвольной регуляции познавательных процессов и состояний человека, в частности восприятия, внимания, памяти, речи, эмоций. С помощью искусно вызываемых образов человек может обращать внимание на нужные события. Посредством образов он получает возможность управлять восприятием, воспоминаниями, высказываниями

4. состоит в формировании внутреннего плана действий — способности выполнять их в уме, манипулируя образами.

5. планирование и программирование деятельности, составление таких программ, оценка их правильности, процесса реализации. С помощью воображения мы можем управлять многими психофизиологическими состояниями организма, настраивать его на предстоящую деятельность.

**Свойства:**

1. Творчество – деятельность, результатом которой выступает создание новых материальных и духовных ценностей.

2. Мечта – эмоциональный и конкретный образ желаемого будущего, характеризующийся слабым знанием способов его достижения и страстным стремлением к претворению его в действительность.

3. Агглютинация – создание новых образов на основе «склеивания» частей, имеющихся образов.

4. Акцентирование – создание новых образов путем подчеркивания, выделения тех или иных черт.

5. Галлюцинация – нереальные, фантастические образы, возникающие у человека во время болезней, влияющих на состояние его психики.

**24. Виды воображения. Способы создания образов воображения**

**Виды:**

В зависимости от участия воли:

1. Пассивное (непроизвольное) – создание новых образов без определенных намерений человека, при отсутствии или ослаблении сознательного контроля. (В образах пассивного воображения "удовлетворяются" неудовлетворенные, большей частью неосознанные потребности личности).

2. Активное (произвольное) – создание новых образов в соответствии с сознательно поставленной задачей и с помощью волевых усилий (всегда направлено на решение творческой или личностной задачи. Активное воображение направлено больше вовне, человек занят в основном средой, обществом, деятельностью и меньше внутренними субъективными проблемами).

По характеру создаваемого образа:

3. Репродуктивное – вид воображения, при котором создание образов идет на основе ранее воспринятого.

4. Продуктивное - отличается тем, что в нем действительность сознательно конструируется человеком, а не просто механически копируется или воссоздается.

5. Творческое – создание новых образов в процессе творческой деятельности человека.

**Способы создания образов воображения:**

1. Вычленение образа предмета

2. Изменение величины объектов

3. Соединение частей объектов

4. Конструирование предмета

5. Мысленное усиление образов

6. Мысленное ослабление образов

7. Перенос на другие объекты

8. Создание образов на основе обобщений

**25. Понятие интеллекта**

**Интеллект** – относительно устойчивая структура умственных способностей человека.

Интеллект основывается на памяти, внимании, скорости протекания психических процессов, способности к упражняемости, развитию понимания языка, степени утомляемости при совершении мыслительных операций, способности к логическому мышлению, находчивости.

Он тесно взаимосвязан со всеми познавательными функциями человека, однако для того, чтобы успешнее исследовать процесс решения задач, интеллект рассматривается как отдельная функция. Интеллект основывается на памяти, внимании, скорости протекания психических процессов, способности к упражняемости, развитию понимания языка, степени утомляемости при совершении мыслительных операций, способности к логическому мышлению, находчивости и пр.

**26. Эмоции и чувства. Основные функции и свойства эмоций**

**Эмоции (чувства)**– психические состояния, выражающие отношение человека к окружающей действительности, к другим людям, к самому себе. Человек не только активно познает предметы и явления окружающей мира, но и переживает определенное отношение к ним. Одни события его волнуют, к другим он безразличен, одни вещи ему нравятся, другие оставляют равнодушным, одних людей он любит, других – ненавидит, переживает удовольствие и неудовольствие, радость и горе, отчаяние и воодушевление. У человека главная функция эмоций состоит в том, что благодаря эмоциям мы лучше понимаем друг друга, можем, не пользуясь речью, судить о состояниях друг друга и лучше преднастраиваться на совместную деятельность и общение.

**Функции эмоций:**

* Оценочная – в деятельности человека выполняют функцию оценки ее хода и результатов. Они организуют деятельность, стимулируя и направляя ее;
* Сигнальная – эмоции сигнализируют человеку о состоянии его потребностей о воздействии полезного или вредного на организм;
* Побудительная – эмоции выступают как мощные источники;
* Коммуникативная – мимические и пантомимические движения позволяют человеку передавать свои переживания другим людям.

Чувства – одна из основных форм переживания человеком своего отношения к предметам и явлениям действительности, характеризующаяся устойчивостью и возникающая при удовлетворении или неудовлетворении высших потребностей.

**Свойства эмоций:**

1. универсальность

2. динамичность

3. доминанта (более сильные эмоции способны подавлять)

4. адаптация

5. заразительность (положительные или отрицательные эмоции могут повлиять на окружающих)

6. перенос

7. амбивалентность (одновременное сосуществование 2 разномодальных эмоций)

8. суммация

**27. Речь и язык. Функции и виды речи**

**Речь** – процесс использования человеком языка в целях общения с другими людьми. Речь является средством мышления. Благодаря речи люди обмениваются своими мыслями и знаниями, рассказывают о своих чувствах, переживаниях, намерениях и мечтах.

**Язык** – система словесных знаков, с помощью которой осуществляется общение между людьми (общаясь друг с другом, люди употребляют слова и пользуются грамматическими правилами того или иного языка – русского, немецкого, французского и т.д.). Язык и речь неразрывно связаны, представляют собой единство.

**Функции речи:**

1. Выражения

2. Воздействия

3. Сообщения, общения

4. Обозначения

**Виды речи:**

1. Устная – общение между людьми посредством произнесения слов вслух, с одной стороны, и восприятия их людьми на слух – с другой.

Делится на: а) монологическую – речь одного человека, в течение относительно длительного времени излагающего свои мысли

б) диалогическую – разговор, в котором участвуют не менее двух собеседников

2. Письменная – изображается графически, с помощью письменных знаков (букв), обозначающих звуки устной речи. Особенность – она обращена к отсутствующему читателю, который находится в другом месте, в другой обстановке и прочтет написанное только через некоторое время.

3. Внутренняя – речь про себя. Ею пользуются в процессе мышления. Эта речь позволяет человеку мыслить на основе родного языка даже тогда, когда человек и не говорит громко. Люди обычно думают на том языке, на котором говорят. Перед тем как выразить мысль устно или письменно, человек часто проговаривает ее про себя, т.е. во внутренней речи.

**Свойства речи:**

1. Выразительность

2. Воздейственность: а) поучение

б) наставление

3. Понятность

4. Содержательность

**28. Виды эмоций и чувств**

**Виды чувств:**

1. Интеллектуальные – чувства, связанные с познавательной деятельностью человека (это чувство удивления, чувство сомнения, чувство уверенности, чувство удовлетворения).

2. Нравственные – чувства, в которых выражается отношение человека к требованиям общественной морали (чувство долга, совесть).

3. Эстетические – чувства, возникающие у человека в связи с удовлетворением или неудовлетворением эстетических потребностей (чувство возвышенного, прекрасного и красивого, чувство героического, чувство драматического, источником эстетического чувства является музыка, живопись, скульптура, художественная проза, произведения архитектуры, созерцания природы).

**Виды эмоций:**

1. Стенические (бодрящие) – переживания, повышающие активность деятельности человека, увеличиваю силу и энергию человека

2. Астенические (угнетающие) – переживания, снижающие активность деятельности человека, уменьшают силу и энергию человека.

К.Изард выделил фундаментальные и базовые эмоции

Базовые:

- интерес – положительное эмоц.состояние, способствующее развитию навыков и умений, приобретению знаний

- радость – положительное эмоц.состояние, связанное с возможностью достаточно полно удовлетворить актуальную потребность

- удивление – эмоц.реакция на внезапно возникшие обстоятельства. Тормозит все предыдущие эмоции, направляя внимание на объект, его вызвавший

- страдание – отриц.эмоц.состояние, связанное с полученной достоверной или кажущейся таковой информацией о невозможности удовлетворения важнейших потребностей

- гнев – отриц.эмоц.состояние, как правило, протекающее в форме аффекта и вызываемое внезапным серьезного препятствия при удовлетворении потребности

- отвращение – отриц.эмоц.состояние, вызываемое объектами, взаимодействие с которыми вступает в резкое противоречие с принципами и установками субъекта.

- презрение – отриц.эмоц.состояние. возникающее в межличностных отношениях и порождаемое рассогласованием жизненных позиций, взглядов

- страх - отриц.эмоц.состояние, появляющееся при получении субъектом информации о возможной угрозе его жизненному благополучию, о реальной или мнимой опасности

- стыд – отриц.эмоц.состояние

**29. Эмоциональные состояния: стресс, настроение, аффект, фрустрация**

**1. Стресс** – понимают эмоциональное состояние человека, возникающее в ответ на разнообразные экстремальные состояния.

Стрессовое состояние – состояние нервно-психического напряжения, возникающее в необычной, трудовой ситуации – при наличии опасности, при больших физических и умственных перегрузках, при необходимости принятия быстрых и ответственных решений.

Он представляет собой состояние чрезмерно сильного и длительного психологического напряжения, которое возникает у человека, когда его нервная система получает эмоциональную перегрузку. Стресс дезорганизует деятельность человека, нарушает нормальный ход его поведения. Стрессы, особенно если они часты и длительны, оказывают отрицательное влияние не только на психологическое состояние, но и на физическое здоровье человека.

**2. Настроение** – устойчивое эмоциональное состояние, проявляющее в качестве положительного или отрицательного фона психической жизни индивида (в зависимости от обстоятельств может быть хорошее, плохое, приподнятое)

Выделяют:

1. эйфория – повышенное радостное настроение, состояние благодушия и беспечности, переживание полного удовлетворения своим состоянием

2. дисфория – злобно-тоскливое настроение с переживанием недовольства собой и окружающими, часто сопровождается агрессией

3. тревога – переживание внутреннего беспокойства, ожидание неприятности, беды, катастрофы

**3. Аффект** – кратковременное сильное душевное волнение, связанное с резким изменением важных для субъекта жизненных обстоятельств.

Выделяют:

1. физиологический – гнев или радость

2. астенический - быстро истощающее угнетенное настроение, снижение психической активности и тонуса

3. стенический – повышенное самочувствие, психическая активность, ощущение собственной силы

4. патологический – кратковременное психические расстройство, возникающее в ответ на интенсивную психическую травму и выражающее в концентрации сознания на травмирующих переживаниях

**4. Фрустрация** – эмоциональное состояние, вызываемое объективно или субъективно непреодолимыми трудностями на пути к достижению значимой цели.

Сам термин в переводе с латинского означает – обман, тщетное ожидание. Фрустрация переживается как напряжение, тревога, отчаяние, гнев, которые охватывают человека, **когда на пути к достижению цели он встречается с неожиданными помехами, которые мешают удовлетворению потребности**.

**30. Понятие воли. Структура волевого действия**

**Воля** – психический процесс, характеризующийся способностью субъекта ставить цель, видеть и выбирать способы ее достижения, идти к намеченному, преодолевая внешние или внутренние препятствия.

Воля есть сознательное регулирование человеком своего поведения и деятельности, связанное с преодолением внутренних и внешних препятствий. Воля как характеристика сознания и деятельности появилась вместе с возникновением общества, трудовой деятельности. Воля является важным компонентом психики человека, неразрывно связанной с познавательными мотивами и эмоциональными процессами.

Воля нужна при выборе цели, принятии решения, при осуществлении действия, 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, как решимость совершить тот поступок, который сам человек считает целесообразным и необходимым в конкретной ситуации.

Выполняя различные виды деятельности, преодолевая при этом внешние и внутренние препятствия, человек вырабатывает в себе волевые качества: целеустремленность, решительность, самостоятельность, инициативность, настойчивость, выдержку, дисциплинированность, мужество.

**Структура волевого действия:**

Волевые действия бывают простые и сложные.

**К простым** относятся те, при которых 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 на выполнение действия определенным способом осуществляются без борьбы мотивов.

**В сложном волевом действии** выделяют следующие этапы:

1. **осознание цели и стремление достичь ее (**подготовительный этап, на котором осознается цель, определяются пути и средства достижения цели и принимается решение. **е**сли цель задана извне и ее достижение обязательно для исполнителя, то ее остается только познать, сформировав у себя определенный образ будущего результата действия);
2. **осознание ряда возможностей достижения цели** (это собственно мыслительное действие, являющееся частью волевого действия, результат которого – установление причинно-следственных отношений между способами выполнения волевого действия в имеющихся условиях и возможными результатами);

**3. появление мотивов, утверждающих или отрицающих эти возможности (**каждый из мотивов, прежде чем стать целью, проходит стадию желания (в том случае, когда цель выбирается самостоятельно). **Желание** – это существующие идеально (в голове человека) содержание потребности. Желать чего-либо – это прежде всего знать содержание побудительного стимула).

**4. борьба мотивов и выбор** (может быть одного уровня – одинаково хочется вечером пойти в кино и в театр, одинаково хочется после окончания школы приобрести профессию шофера) и борьба мотивов различного уровня – пойти в кино или сдаться делать уроки. Во втором случае надо сознать уровень мотивов и отдать предпочтение мотиву более высокого уровня. Когда речь идет о том, делать ли то, что надо, или то, что хочется, следует отдавать предпочтение мотиву «надо». На этапе осознания цели и стремления достичь ее борьба мотивов разрешается выбором цели действия, после чего напряжение, вызванное борьбой мотивов на этом этапе, ослабевает);

**5. принятие одной из возможностей в качестве решения** (характеризуется спадом напряжения, поскольку разрешается внутренний конфликт. Здесь уточняются средства, способы, последовательность их использования, т.е. осуществляется уточненное планирование);

**6.** **осуществление принятого решения** (не освобождает человека от необходимости прилагать волевые усилия, и порой не менее значительные, чем при выборе цели действия или способов его выполнения, поскольку практическое осуществление намеченной цели опять же сопряжено с преодолением препятствий).

**31. Волевые качества личности**

**1. Сильная воля** – четкое осознание цели. Интенсивнее стремление к ее достижению, возможности и мотивы достаточные, борьба мотивов и выбор обоснованный и быстрый, обоснованные интенсивное решение, осуществление решения стойкое.

**2. Настойчивость** – способность доводить до конца принятые решения, достигать поставленной цели. Преодолевая всякие препятствия и затруднения на пути к ней.

**3. Целеустремленность** – это умение подчинить свое поведение устойчивой жизненной цели, готовность и решимость отдать все силы и способности для ее достижения, планомерное, неуклонное ее осуществление.

**4. Дисциплинированность** – сознательное подчинение своего поведения общественным правилам. Без принуждения признает для себя обязательным выполнение правил общества.

**5. Упрямство** – объективно не оправданные цель и стремление к ее достижению, возможности и мотивы, борьба мотивов и выбор определяется не объективным учетом всех возможностей, а предвзятым мнение, легко меняющееся решение, стойкое осуществление решения.

**6. Податливость** – легко меняющиеся цель и стремление к ее достижению, возможности и мотивы, борьба мотивов и выбор определяется мнение других лиц, легко меняющееся решение, различное осуществление решения.

**7. Внушаемость** – отсутствуют возможности и мотивы, решение дается извне, под влиянием чужих советов, различное осуществление решения.

**8. Решительность** – способность своевременно принимать обоснованные и устойчивые решения и без излишних задержек переходить к их выполнению.

**9. Нерешительность** - четкое осознание цели. Интенсивное стремление к ее достижению, достаточные, иногда чрезмерно возможности и мотивы, длительные и незавершенные борьба мотивов и выбор, отсутствует или часто меняется решение, отсутствует осуществление решения.

**10. Слабоволие** – слабое стремление к цели и ее достижению, достаточные или малые возможности и мотивы, незавершенная борьба мотивов и выбор, решения без стремления к выполнению, нестойкое осуществление решений.

**32. Понятие темперамента. Компоненты темперамента**

**Темперамент** – это индивидуальные особенности человека, определяющие динамику протекания его психических процессов, силы, уравновешенности и поведения. Под динамикой понимают темп, ритм, продолжительность, интенсивность психических процессов, в частности эмоциональных процессов, а также некоторые внешние особенности поведения человека – подвижность, активность, быстроту или замедленность реакций и т.д.

Наблюдая за поведение детей и взрослых, за тем, как они трудятся, учатся, играют, как реагируют на внешние воздействия, как переживают радости и горести, мы, несомненно, обращает внимание на большие индивидуальные различия людей. Одни быстры, порывисты, шумливы, очень подвижны, склонны к бурным эмоциональным реакциям; в работе, учении и игре нетерпеливы, страстны, энергичны. Другие, наоборот, медлительные, спокойны, невозмутимы, малоподвижны; чувства их протекают слабо и внешне выражены незаметно. Вся эта сторона личности и характеризует понятие «темперамент».

Темпераментное свойство отчетливо проявляется:

- в раннем детстве

- в ситуациях, исключающих возможность обращения к личному опыту

- стрессовая ситуация

- в строго контролируемых экспериментальных ситуациях

- в новых, привлекательных для человека ситуациях

**Компоненты темперамента:**

1. Общая активность психической деятельности и поведения человека выражается в различной степени стремления активно действовать, осваивать и преобразовывать окружающую действительность, проявлять себя в разнообразной деятельности.

2. Двигательная, или моторная активность – показывает состояние активности двигательного и речедвигательного аппарата. Выражается в быстроте, силе, резкости, интенсивности мышечных движений и речи человека, его внешней подвижности (или наоборот, сдержанности), говорливости (или молчаливости).

3. Эмоциональная активность – выражается в эмоциональной впечатлительности (восприимчивость и чуткость к эмоциональным воздействиям), импульсивности, эмоциональной подвижности (быстрота смены эмоциональных состояний, начала и прекращения их).

Темперамент проявляется в деятельности, поведении и поступках человека и имеет внешнее выражение.