1 Психология как наука

Психологию определяют как научное исследование поведения и внутренних психических процессов и практическое применение получаемых знаний.Психология изучает мир субъективных (душевных) явлений, процессов и состояний, осознаваемых или неосознаваемых самим человеком.Она полезна просто человеку, так сказать, для личных целей, чтобы понимать состояние своей собственной души, а при необходимости сознательно вносить в него изменения (аутотренинг, нейролингвистическое программирование, медитация); она необходима родителям и педагогам, чтобы знать, что происходит в душах детей, оказывать им первую психологическую помощь, корректировать их психическое развитие; она просто необходима для делового человека, чтобы принимать ответственные решения с учетом психологического состояния партнеров, умело воздействовать на их симпатии и антипатии, убеждения и вкусы; без нее также не обойтись инженеру, решающему задачи надежности действий операторов.

2. Понятие о психики человека

Традиционно дают определение понятию психики — как свойства живой высокоорганизованной материи, заключающееся в способности отражать своими состояниями окружающий объективный мир в его связях и отношениях. Этимологически слово «психика» (по-гречески «душа») имеет двойственное значение. Одно значение несет смысловую нагрузку сущности какой-либо вещи. Психика — это сущность, где внеположность и многообразие природы собирается к своему единству, это

Отражаемое (весь мир) Отражающая система Отраженное (психическоеявление)

3 Понятие о личности в психологии

Понятие «личность» многопланово, личность является объектом изучения многих наук: философии, социологии, психологии, этики, эстетики, педагогики и т. д. Каждая из этих наук изучает личность в своем специфическом аспекте.

Для социально-психологического анализа личности следует четко разграничить понятия «личность», «индивид», «индивидуальность», «человек».Наиболее общим является понятие «человек» — биосоциальное существо, обладающее членораздельной речью, сознанием, высшими психическими функциями (абстрактно-логическое мышление, логическая память и т. д.), способное создавать орудия, пользоваться ими в процессе общественного труда. Эти специфические человеческие способности и свойства (речь, сознание, трудовая деятельность и пр.) не передаются людям в порядке биологической наследственности, а формируются у них прижизненно, в процессе усвоения ими культуры, созданной предшествующими поколениями. Существуют достоверные факты, которые свидетельствуют о том, что если дети с самого раннего возраста развиваются вне общества, то они остаются на уровне развития животных, у них не формируются речь, сознание, мышление, нет вертикальной походки. Никакой личный опыт человека не может привести к тому, что у него самостоятельно сформируется логическое мышление, самостоятельно сложатся системы понятий. Для этого потребовалась бы не одна, а тысяча жизней. Люди каждого последующего поколения начинают свою жизнь в мире

4 . Восприятие

Если в результате ощущения человек получает знани об отдельных свойствах, качествах предметов (что-то горячее обожгло, что-то яркое блеснуло впереди и т. д.), то восприятие дает целостный образ предмета или явления. Оно предполагает наличие разнообразных ощущений и протекает вместе с ощущениями, но не может быть сведено к их сумме. Восприятие зависит от определенных отношений между ощущениями, взаимосвязь которых, в свою очередь, зависит от связей и отношений между качествами и свойствами, различными частями, входящими в состав предмета или явления.

Восприятием называют психический процесс отражения предметов и явлений действительности в совокупности их различных свойств и частей при непосредствен Основы психологии шчном воздействии их на органы чувств. Восприятие — это отражение комплексного раздражителя.Выделяются четыре операции или четыре уровня перцептивного действия: обнаружение, различение, инденти-фикация и опознание. Первые два относятся к перцептивным, последние — к опознавательным действиям. Обнаружение — исходная фаза развития любого сенсорного процесса. На этой стадии субъект может ответить лишь на простой вопрос, есть ли стимул. Следующая операция восприятия — различение, или собственно восприятие. Конечный результат ее — формирование перцептивного образа эталона. При этом развитие перцептивного действия идет по линии выделения специфического сенсорного содержания в соответствии с особенностями предъявляемого материала и стоящей перед субъектом задачи.Когда перцептивный образ сформирован, возможно осуществление познавательного действия. Для опознания обязательны сличение и идентификация.Идентификация есть отождествление непосредственно воспринимаемого объекта с образом, хранящимся в памяти, или отождествление двух одновременно воспринимаемых объектов. Опознание включает также категоризацию (отнесение объекта к определенному классу объектов, воспринимавшихся ранее) и извлечение соответствующего эталона из памяти.Таким образом, восприятие представляет собой систему перцептивных действий, овладение ими требует специального обучения и практики.

5 Отличие житейских психологических знаний от научных

Житейские психологические знания конкретны; они приурочены к конкретным ситуациям, конкретным людям, конкретным задачам. Научная же психология, как и всякая наука, стремится к ***обобщениям***. Для этого она использует ***научные понятия***. Отработка понятий - одна из важнейших функций науки. В научных понятиях отражаются наиболее существенные свойства предметов и явлений, общие связи и соотношения. Научные понятия четко определяются, соотносятся друг с другом, связываются в законы. Житейские психологические знания носят интуитивный характер. Это связано с особым способом их получения: они приобретаются путем практических проб и прилаживанийВ отличие от этого научные психологические знания рациональны, вполне *осознанны*. Обычный путь состоит в выдвижении словесно формулируемых гипотез и проверке логически вытекающих из них следствий. **Отличие 4.** Состоит в методах получения знаний в сферах житейской и научной психологии. В житейской психологии мы вынуждены ограничиваться наблюдениями и размышлениями. В научной психологии к этим методам добавляется ***эксперимент***. **Отличие 5.** Наконец, пятое отличие, и вместе с тем преимущество, научной психологии состоит в том, что она располагает обширным, разнообразным и подчас уникальным фактическим материалом, недоступным во всем своем объеме ни одному носителю житейской психологии. Материал этот накапливается и осмысливается

6 Понятие о темпераменте

Темперамент — это те врожденные особенности человека, которые обусловливают динамические ха-

рактеристики интенсивности и скорости реагирования, степени эмоциональной возбудимости и уравновешенности, особенности приспособления к окружающей среде.

нет лучших или худших темпераментов — каждый из них имеет свои положительные стороны, поэтому главные усилия должны быть направлены не на переделку темперамента (что невозможно вследствие врожденности темперамента), а на разумное использование его достоинств и нивелирование его отрицательных граней.

Человечество издавна пыталось выделить типичные особенности психического склада различных людей, свести их к малому числу обобщенных портретов — типов темперамента. Такого рода типологии были практически полезными, так как с их помощью можно было предсказать поведение людей с определенным темпераментом в конкретных жизненных ситуациях.

Темперамент в переводе с латинского — смесь, соразмерность. Древнейшее описание темпераментов принадлежит «отцу» медицины Гиппократу. Он считал, что темперамент человека определяется тем, какая из четырех жидкостей организма преобладает; если преобладает кровь («сангвис» по-латыни), то темперамент будет сангвинический, т. е. энергичный, быстрый, жизнерадостный, общительный, легко переносит жизненные трудности и неудачи. Если преобладает желчь («холе»), то человек будет холериком — желчный, раздражительный, возбудимый, несдержанный, очень подвижный человек, с быстрой сменой настроения. Если преобладает слизь («флегма»), то темперамент флегматичный — спокойный, медлительный, уравновешенный человек, медленно, с трудом переключающийся с одного вида деятельности на другой, плохо приспосабливающийся к новым условиям. Если преобладает черная желчь («мелана-холе»), то получается меланхолик — несколько болезненно застенчивый и впечатлительный человек, склонный к грусти, робости, замкнутости, он быстро утомляется, чрезмерно чувствителен к невзгодам.

7 Психические свойства

психические свойства - это индивидуальные особенности психической деятельности конкретного человека, особенности его психического состояния, его межличностных и личностно-социальных отношений, которые позволяют описывать и прогнозировать его поведение, направление и динамику психического развития. Психические свойства - наиболее общее родовое понятие для всех более частных психодиагностических К числу наиболее общих видов (классов) П.С. относятся: а) психические черты (иногда их называют "личностные черты", но корректнее говорить про "индивидуальные черты"): это свойства темперамента и характера, а такжемотивационные черты; б) способности, среди которых различают общие, частные (модальные) и специальные (умения); в) психические состояния, среди которых обычно различают эмоциональные и функциональные состояния; г) свойства сознания и самосознания; д) социальные установки и межличностные отношения - группа так называемых социально-психологических качеств личности.

8 История развития психологии

Психология прошла длинный путь развития, происходило изменение понимания объекта, предмета и целей психологии. Отметим основные этапы ее развития.

I этап — психология как наука о душе. Такое определение психологии было дано более двух тысяч лет назад. Наличием души пытались объяснить все непонятные явления в жизни человека.

II этап — психология как наука о сознании. Возникает в XVII веке в связи с развитием естественных наук. Способность думать, чувствовать, желать назвали сознанием. Основным методом изучения считалось наблюдение человека за самим собой и описание фактов.

III этап — психология как наука о поведении. Возникает в XX веке. Задача психологии — ставить эксперименты и наблюдать за тем, что можно непосредственно увидеть, а именно: поведение, поступки, реакции человека (мотивы, вызывающие поступки, не учитывались).

IV этап — психология как наука, изучающая объективные закономерности, проявления и механизмы психики.

9 Понятие о характере

В буквальном переводе с греческого характер означает чеканка, отпечаток. В психологии под характером понимают совокупность индивидуально-своеобразных психических свойств, которые проявляются у личности в типичных условиях и выражаются в присущих ей способах деятельности в подобных условиях. Характер - это индивидуальное сочетание существенных свойств личности, выражающих отношение человека к действительности и проявляющихся в его поведении, в его поступках. Характер взаимосвязан с другими сторонами личности, в частности с темпераментом и способностями. Темперамент на форму проявления характера, своеобразно окрашивая те или иные его черты. Так, настойчивость у холерика выражается кипучей деятельности, у флегматика - в сосредоточенном обдумывании. Холерик трудится энергично, страстно, флегматик - методично, не спеша. С другой стороны, и сам темперамент перестраивается под влиянием характера: человек с сильным характером может подавить некоторые отрицательные стороны своего темперамента, контролировать его проявления. С характером неразрывно связаны и способности. Высокий уровень способностей связан с такими чертами характера, как коллективизм - чувство неразрывной связи с коллективом, желание работать для его блага, вера в свои силы и возможности, соединенная с постоянной неудовлетворенностью своими достижениями, высокой требовательностью к себе, умением критически относиться к своему делу. Расцвет способностей связан с умением настойчиво преодолевать трудности, не падать духом под влиянием неудач, работать организованно, проявлять инициативу. Связь характера и способностей выражается и в том, что формирование таких черт характера, как трудолюбие, инициативность, решительность, организованность, настойчивость, происходит в той же деятельности ребенка, в которой формируются и его способности. Например, в процессе труда как одного из основных видов деятельности развивается, с одной стороны, способность к труду, а с другой - трудолюбие как черта характера.

10 Основные отрасли в психологии

Традиционно в качестве отраслей психологии выделяют социальную, педагогическую, возрастную, инженерную психологию, психологию труда, клиническую психологию и психофизиологию, дифференциальную психологию.

Социальная психология изучает социально-психологические проявления личности человека, его взаимоотношения с людьми, с группой, психологическую совместимость людей, социально-психологические проявления в больших группах (действие радио, прессы, моды, слухов на различные общности людей). Педагогическая психология изучает закономерности развития личности в процессе обучения, воспитания. Возрастная психология изучает закономерности развития нормального здорового человека, психологические особенности и закономерности, присущие каждому возрастному периоду: от младенчества до старости, и в связи с этим делится на детскую психологию, психологию юности и зрелого возраста, геронтопсихологию (психология старости). Детская психология изучает развитие сознания, психических процессов, деятельности, всей личности растущего человека, условия ускорения развития. Инженерная психология изучает закономерности процессов взаимодействия человека и современной техники с целью использования их в практике проектирования, создания и эксплуатации автоматизированных систем управления, новых видов техники. Авиационная, космическая психология как специфичные области инженерной психологии анализируют психологические особенности деятельности летчика, космонавта. Медицинская психология изучает психологические особенности деятельности врача и поведения больного, разрабатывает психологические методы лечения и психотерапии.

11 Понятие о способностях и задатках

Способности — это индивидуально-психологические особенности личности, обеспечивающие успех в деятельности, в общении и легкость овладения ими. Способности не могут быть сведены к знаниям, умениям и навыкам, имеющимся у человека, но способности обеспечивают их быстрое приобретение, фиксацию и эффективное практическое применение.

Способности можно классифицировать на:

1) природные (или естественные) способности, в основе своей биологически обусловленные, связанные с врожденными задатками, формирующиеся на их базе при наличии элементарного жизненного опыта через механизмы научения типа условно-рефлекторных связей;

2) специфические человеческие способности, имеющие общественно-историческое происхождение и обеспечивающие жизнь и развитие в социальной среде.

Специфические человеческие способности в свою очередь подразделяются на:

а) общие, которыми определяются успехи человека в самых различных видах деятельности и общения (умственные способности, развитые память и речь, точность и тонкость движений рук и т. д.), и специальные, определяющие успехи человека в отдельных видах деятельности и общения, где необходимы особого рода задатки и их развитие (способности математические, технические, литературно-лингвистические, художественно-творческие, спортивные и т. д.);

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

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

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

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

Задатки — это некоторые генетические детерминированные (врожденные) анатомо-физиологические особенности нервной системы, составляющие индивидуально-природную основу (предпосылку) формирования и развития способностей.

Задатки весьма многозначны, они — лишь предпосылки развития способностей. Способности, развивающиеся на их основе, обусловливаются, но не предопределяются ими. Характерным для задатков является то, что они сами посебе еще ни на что не направлены. Задатки влияют, но не решающим образом, на процесс формирования и развития способностей, которые формируются прижизненно в процессе деятельности и воспитания. Задатки обусловливают разные пути формирования способностей, влияют на уровень достижения, быстроту развития.

12 эмоционально-волевые процессы

Эмоция как процесс есть деятельность оценивания поступающей в мозг информации о внешнем и внутреннем мире. Эмоция оценивает действительность и доводит свою оценку до сведения организма на языке переживаний. Эмоции плохо поддаются волевой регулировке, их трудно вызвать по своему желанию. Эмоциональный процесс включает три основных компонента.

Первый - это эмоциональное возбуждение, определяющее мобилизационные сдвиги в организме. Во всех случаях, когда происходит событие, имеющее значение для индивида, и такое событие констатируется в форме эмоционального процесса, происходит нарастание возбудимости, скорости и интенсивности протекания психических, моторных и вегетативных процессов. В отдельных случаях под влиянием таких событий возбудимость может, напротив, уменьшаться. Второй компонент-знак эмоции: положительная эмоция возникает тогда, когда событие оценивается как позитивное, отрицательная - когда оно оценивается как негативное. Положительная эмоция побуждает действия поддержки позитивного события, отрицательная - побуждает действия, направленные на устранение контакта с негативным событием. Третий компонент - степень контроля эмоции. Следует различать два состояния сильного эмоционального возбуждения: аффекты (страх, гнев, радость), при которых еще сохраняется ориентация и контроль, и крайние возбуждения (паника, ужас, бешенство, экстаз, полное отчаяние), когда ориентация и контроль практически невозможны. Эмоциональное возбуждение может принять также форму эмоционального напряжения, которое возникает во всех случаях, когда наблюдается сильная тенденция к определенным действиям, но эта тенденция блокируется (например, в ситуациях, которые вызывают страх, но исключают бегство, вызывают гнев, но делают невозможным его выражение, возбуждают желания, но препятствуют их осуществлению, вызывают радость, но требуют сохранения серьезности и т. п.). Отрицательная эмоция дезорганизует ту деятельность, которая приводит к ее возникновению, но зато организует действия, направленные на уменьшение или устранение вредных воздействии. Воля выражается в способности человека к сознательному регулированию и активизации своего поведения. Любое действие всегда в той или иной степени сопряжено с психическим регулированием, т. е. волевым процессом.

В качестве источников волевого процесса выступают потребности и интересы, выражающиеся в стремлениях. В зависимости от степени осознанности стремления разделяются на влечения, желания, хотения. Стремления в свою очередь выражаются в постановке целей.Влечение-это стремление, в котором осознается лишь недовольство каким-то состоянием, но не осознаются цель его изменения, пути и средства ее достижения. Когда возникает осознанная связь между влечением, неосознанно выражающим потребность, и предметом, который способен эту потребность удовлетворить, влечение переходит в желание, оно как бы <опредмечивается>, приобретает свой мотив. Подобное опредмечивание уже является предпосылкой возникновения собственно волевого процесса, здесь появляются возможности для организации действия. По мере усиления желание переходит в хотение. Хотение означает не только знание цели, но и стремление к ее реализации, уверенность в ее достижимости, направленность на овладение предметом желания и соответствующими средствами, убежденность в необходимости этого. Осознание цели и ее выбор - различные звенья в волевом процессе. Между ними возможен период колебаний. Принятие решения есть выбор определенной цели, побуждаемой мотивом.

13 Методы психологии

Основными методами получения фактов в психологии являются наблюдение, беседа и эксперимент. Каждый из этих общих методов имеет ряд модификаций, которые уточняют, но не изменяют их сущность.Наблюдение — древнейший метод познания. Его примитивной формой — житейскими наблюдениями — пользуется каждый человек в своей повседневной практике.Различают следующие виды наблюдения: срез (кратковременное наблюдение), лонгитюдинальное (длинное, иногда в течение ряда лет), выборочное, сплошное и особый вид — включенное наблюдение (когда наблюдатель становится членом исследуемой группы).Общая процедура наблюдения складывается из следующих процессов:1) определение задачи и цели (для чего, с какой целью?);2) выбор объекта, предмета и ситуации (что наблюдать?);3) выбор способа наблюдения, наименее влияющего на исследуемый объект и наиболее обеспечивающего сбор необходиой информации (как наблюдать?);

4) выбор способов регистрации наблюдаемого (как вести записи?);5) обработка и интерпретация полученной информации (каков результат?).Наблюдение входит составной частью и в два других метода — беседу и эксперимент.Беседа как психологический метод предусматривает прямое или косвенное, устное или письменное получение от изучаемого сведений о его деятельности, в которых объективируются свойственные ему психологические явления. Виды бесед: непринужденная беседа, интервью, вопросники и психологические анкеты. Интервью — вид беседы, при которой ставится задача получить ответы опрашиваемого на определенные (обычно заранее приготовленные) вопросы. В этом случае, когда вопросы и ответы представляются в письменной форме, имеет место анкетирование.

14 Память

Память — форма психического отражения, заключающаяся в закреплении, сохранении и последующем воспроизведении прошлого опыта, делающая возможным его повторное использование в деятельности или возвращение в сферу сознания.Память связывает прошлое субъекта с его настоящим и будущим и является важнейшей познавательной функцией, лежащей в основе развития и обучения.Память — основа психической деятельности. Без нее невозможно понять основы формирования поведения, мышления, сознания, подсознания. Образы предметов или процессов реальной действительности, которые мы воспринимали ранее, а сейчас мысленно воспроизводим, называются представлениями.

Представления памяти являются воспроизведением, более или менее точным, предметов или явлений, когда-то действовавших на наши органы чувств. Представления воображения — это представление о предметах, которые в таких сочетаниях или в таком виде никогда нами не воспринимались. Представления воображения также основываются на прошлых восприятиях, но эти последние служат лишь материалом, из которого мы создаем с помощью воображения новые представления.В основе памяти лежат ассоциации, или связи. Предметы или явления, связанные в действительности, связываются и в памяти человека. Мы можем, встретившись с одним из этих предметов, по ассоциации вспомнить другой, связанный с ним; запомнить что-то — значит связать то, что требуется запомнить, с чем-то уже известным, образовать ассоциацию.Основными процессами памяти являются запоминание, сохранение, узнавание и воспроизведение.Запоминание — процесс, направленный на сохранение в памяти полученных впечатлений, предпосылка сохранения.Сохранение — процесс активной переработки, систематизации, обобщения материала, овладения им.Воспроизведение и узнавание — процессы восстановления прежде воспринятого. Различие между ними заключается в том, что узнавание имеет место при повторной встрече с объектом, при повторном его восприятии. Воспроизведение же происходит в отсутствие объекта.Виды памяти:1.Непроизвольная память (информация запоминается сама собой без специального заучивания, а в ходе выполнения деятельности, в ходе работы над информацией). Сильно развита в детстве, у взрослых ослабевает.2. Произвольная память (информация запоминается целенаправленно с помощью специальных приемов). Эффективность произвольной памяти зависит: От целей запоминания (насколько прочно, долго человек хочет запомнить). Если цель — выучить, чтобы сдать экзамен, то вскоре после экзамена многое забудется, если цель — выучить надолго, для будущей профессиональной деятельности, то информация мало забывается.

15 Мышление

Наше познание окружающей действительности начинается с ощущений и восприятия и переходит к мышлению. Функция мышления — расширение границ познания путем выхода за пределы чувственного восприятия. Мышление позволяет с помощью умозаключения раскрыть то, что не дано непосредственно в восприятии.Задача мышления — раскрытие отношений между предметами, выявление связей и отделение их от случайных совпадений. Мышление оперирует понятиями и принимает на себя функции обобщения и планирования.Мышление — наиболее обобщенная и опосредованная форма психического отражения, устанавливающая связи и отношения между познаваемыми объектами. Виды мышления:

Наглядно-действенное мышление — вид мышления, опирающийся на непосредственное восприятие предметов, реальное преобразование в процессе действий с предметами.Наглядно-образное мышление — вид мышления, характеризующийся опорой на представления и образы; функции образного мышления связаны с представлением ситуаций и изменений в них, которые человек хочет получить в результате своей деятельности, преобразующей ситуацию. Очень важная особенность образного мышления — становление непривычных, невероятных сочетаний предметов и их свойств. В отличие от наглядно-действенного мышления при наглядно-образном мышлении ситуация преобразуется лишь в плане образа.Словесно-логическое мышление — вид мышления, осуществляемый при помощи логических операций с понятиями.Различают теоретическое и практическое, интуитивное и аналитическое, реалистическое и аутистическое, продуктивное и репродуктивное мышление.

16 Внимание

Важнейшей особенностью протекания психических процессов является их избирательный, направленный характер. Этот избирательный, направленный характер психической деятельности связывают с таким свойством нашей психики, как внимание.В отличие от познавательных процессов (восприятие, память, мышление и т. п.) внимание своего особого содержания не имеет; оно проявляется как бы внутри этих процессов и неотделимо от них. Внимание характеризует динамику протекания психических процессов.Внимание — это направленность психики (сознания) на определенные объекты, имеющие для личности устойчивую или ситуативную значимость, сосредоточение психики (сознания), предполагающее повышенный уровень сенсорной, интеллектуальной или двигательной активности.Характеризуя внимание как сложное психическое явление, выделяют ряд функций внимания. Сущность внимания проявляется прежде всего в отборе значимых, релевантных, т. е. соответствующих потребностям, соответствующих данной деятельности, воздействий и игнорировании (торможении, устранении) других — несущественных, побочных, конкурирующих воздействий. Наряду с функцией отбора выделяется 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. Одной из важнейших функций внимания является регуляция и контроль протекания деятельности.

Свойства внимания — объем, сосредоточенность (концентрация), распределяемость, устойчивость, колебание, пе-реключаемость.Концентрация внимания есть степень сосредоточения сознания на объекте (объектах). Распределение внимания выражается в умении одновременно выполнять несколько действий или вести наблюдение за несколькими процессами, объектами. Устойчивость внимания не означает сосредоточенности сознания в течение всего времени на конкретном предмете или его отдельной части, стороне Различают три вида внимания: непроизвольное, произвольное и пос-лепроизвольное.Непроизвольное внимание — непроизвольно, само собой возникающее внимание, вызванное действием сильного, контрастного или нового, неожиданного раздражителя или значимого и вызывающего эмоциональный отклик раздражителя.

17 Ощущуния

Ощущения есть отражение конкретных, отдельных свойств, качеств, сторон предметов и явлений материальной действительности, воздействующих на органы чувств в данный момент.Для возникновения ощущений необходимо прежде всего наличие воздействующих на органы чувств предметов и явлений реального мира, которые называются в этом случае раздражителями. Воздействие раздражителей на органы чувств называется раздражением. В нервной ткани процесс раздражения вызывает возбуждение. Возбуждение систем нервных клеток, наиболее совершенных по своей организации, при обязательном участии клеток коры головного мозга и дает ощущение.Ощущения — это отражение отдельных свойств предметов, воздействующих на органы чувств.Ощущения — объективны, так как в них всегда отражен внешний раздражитель, а с другой стороны, субъективны, поскольку зависят от состояния нервной системы и индивидуальных особенностей.По модальности раздражителя ощущения делят на зрительные, слуховые, обонятельные, вкусовые, тактильные, статические и кинестезические, температурные, болевые, жажды, голода Зрительные ощущениявозникают в результате воздействия световых лучей (электромагнитных волн) на чувствительную часть нашего глаза.Слуховые ощущения также относятся к дистантным ощущениям и также имеют большое значение в жизни человека. Благодаря им человек слышит речь, имеет возможность общаться с другими людьми. Вибрационные ощущения. К слуховым ощущениям примыкает вибрационная чувствительность. У них общая природа отражаемых физических явлений. Вибрационные ощущения отражают колебания упругой среды. Обонятельные ощущения относятся к дистантным ощущениям, которые отражают запахи окружающих нас предметовВкусовые ощущения. Вызываются действием на вкусовые рецепторы веществ, растворенных в слюне или воде Кожные ощущения. В кожных покровах имеется несколько анализаторных систем: тактильная (ощущения прикосновения), температурная (ощущения холода и тепла), болевая. Система тактильной чувствительности (ощущения давления, прикосновения, фактурности и вибрации) охватывает все человеческое тело.

18 Основные методологические принципы психологии

19 Черты характера и их классификация

Лазурский выделял три психологических уровня в зависимости от степени приспособления человека к среде, в зависимости от того, насколько среда «давит» на человека. Низший уровень — это недостаточно приспособленные люди, среда накладывает на них сверхсильный отпечаток, насильственно приспосабливая их к своим запросам и почти не считаясь с врожденными особенностями каждого отдельного человека. Средний уровень — люди смогли найти свое место в окружающей среде и использовать ее в своих целях. Высший уровень — это уровень творчества, когда человек стремится среду переделать.На основе учета этих трех уровней приспособления и преобладания мыслительных, либо эмоциональных, либо волевых функций Лазурский предлагает следующую классификацию характеров:

НИЗКИЙ УРОВЕНЬ:1.Рассудочный тип — слабая одаренность, но развита рассудочность, склонность анализировать мотивы и последствия действий, склонен копировать чужие действия («всё как у людей»), направлен на удовлетворение непосредственных материальных запросов, консервативен, самоуверен, самодоволен. 2. Аффективные: • подвижные — живые (близки к сангвинистическому темпераменту;• чувственные, с преобладанием органических чувственных влечений• мечтатели, интересы которых сосредоточены на внутреннем мире; 3. Активные:• импульсивно знергичные с беспорядочностью в своихдействиях, без обдумывания последствий, склонны к риску, азартным играм («море по колено»), самоуверенны, склонны к дракам, к любовным приключениям, не способны к серьезному систематическому труду;• покорно-деятельные — выполняют внушения и директивы, получаемые извне;• упрямые, добивающиеся исполнения своих решений;СРЕДНИЙ УРОВЕНЬ1. Непрактичные теоретики-идеалисты:о ученые — последовательное мышление, научные интересы;• художники — развитое воображение, занятие каким-либо искусством;• религиозные созерцатели — развитое воображение;2. Практики -р еалисты:• альтруисты (человеколюбцы) — развита способность сочувствия, симпатии);• общественники — общительны и предприимчивы в общественных делах;• властные — имеют твердую волю, способны влиять наокружающих; хозяйственные — расчетливы, направленны на практические цели, на осуществление дел материального характера. ВЫСШИЙ УРОВЕНЬ Этим людям присущи сознательность, координирован-ность душевных переживаний, высшие человеческие идеалы. Типы-идеалы по своему содержанию делятся: 1) альтруизм; 2) знание: индуктивное, дедуктивное;3) красота; 4) религия; 5) общество, государство; 6) внешняя деятельность, инициатива; 7) система, организация; 8) власть, борьба.

20 Развитие психики человека

Развитие психики Существуют разные подходы к по-в филогенезе ниманию того, кому присуща психика:

1) антропсихизм (Декарт) — психика присуща только человеку; 2) панпсихизм (французские материалисты) — всеобщая одухотворенность природы, всей природе, всему миру присуща психика (и камню в том числе); 3) биопсихизм —психика — это свойство живой природы (присуще и растениям); 4) нейропсихизм (Ч. Дарвин) — психика свойственна только организмам, которые имеют нервную систему; 5) мозгопсихизм (К. К. Платонов) — психика только у организмов с трубчатой нервной системой, имеющих головной мозг (при таком подходе, у насекомых психики нет, т. к. у них узелковая нервная система, без выраженного головного мозга); 6) критерием появления зачатков психики у живых организмов является наличие чувствительности (А. Н. Леонтьев) — способность реагировать на жизненно незначимые раздражители среды (звук, запах и т. п.), которые являются сигналами для жизненно важных раздражителей (пища, опасность) благодаря их объективно устойчивой связи. Эволюционная теория утверждает, что наиболее приспособленные к данной среде особи оставят больше потомства, чем менее приспособленные, потомки которых постепенно будут уменьшаться и исчезать. Психика возникает и развивается у животных именно потому, что иначе они не могли бы ориентироваться в среде и существовать. Психика человека — качественно более высокий уровень, чем психика животных (Homo sapiens — человек разумный). Сознание, разум человека развивались в процессе трудовой деятельности, которая возникает в силу необходимости осуществления совместных действий для добывания пищи при резком изменении условий жизни первобытного человека. И хотя видовые биологически морфологические особенности человека устойчивы уже в течение тысячелетий, развитие психики человека происходило в процессе трудовой деятельности. Трудовая деятельность имеет продуктивный характер; труд, осуществляя процесс производства, запечатлевается в своем продукте, т. е. происходит процесс воплощения, опредмечивания в продуктах деятельности людей их духовных сил и способностей. Таким образом, материальная, духовная культура человечества — это объективная форма воплощения достижений психического развития человечества.

21 Сознание человека

Сознание — высшая, свойственная человеку форма обобщенного отражения объективных устойчивых свойств и закономерностей окружающего мира, формирования у человека внутренней модели внешнего мира, в результате чего достигается познание и преобразование окружающей действительности.Функция сознания заключается в формировании целей деятельности, в предварительном мысленном построении действий и предвидении их результатов, что обеспечивает разумное регулирование поведения и деятельности человека. В сознание человека включено определенное отношение к окружающей среде, к другим людям: «Мое отношение к моей среде есть мое сознание» (Маркс).Выделяют следующие свойства сознания: построение отношений, познание и переживание. Отсюда непосредственно следует включение мышления и эмоций в процессы сознания. Действительно, основной функцией мышления является выявление объективных отношений между явлениями внешнего мира, а основной функцией эмоции — формирование субъективного отношения человека к предметам, явлениям, людям. В структурах сознания синтезируются эти формы и виды отношений, и они определяют как организацию поведения, так и глубинные процессы самооценки и самосознания. Реально существуя в едином потоке сознания, образ и мысль могут, окрашиваясь эмоциями, становиться переживанием. «Осознание переживания — это всегда установление его объективной отнесенности к причинам, его вызывающим, к объектам, на которые оно направлено, к действиям, которыми оно может быть реализовано» (С. Л. Рубинштейн). Сознание развивается у человека только в социальных контактах. В филогенезе сознание человека развивалось, и становится возможным лишь в условиях активного воздействия на природу, в условиях трудовой деятельности. Сознание возможно лишь в условиях существования языка, речи, возникающей одновременно с сознанием в процессе труда.

22 Потребности

Термином <потребность> обычно обозначают следующие три феномена: 1. Объективные нужды людей в определенных условиях, обеспечивающих их жизнь и развитие. 2. Свойства личности, определяющие ее отношение к действительности и собственным обязанностям, в конечном итоге - определяющие образ ее жизни и деятельности. 3. Определенные состояния психики человека, отражающие его нужду в веществах, энергии и других факторах, необходимых для его функционирования как живого организма и личности. Можно было бы эти три явления обозначить тремя терминами: нужда - потребность - потребностное состояние, но обычно этого не делают. Потребности-свойства вызывают активность человека и направляют ее на овладение определенными ценностями, выступая тем самым как программы жизнедеятельности. При этом в таких программах <потребности в потреблении> всегда являются лишь обратной стороной <потребностей созидания>. Так, например, потребность в пище есть лишь следствие потребности в созидании собственного тела. Закрепившиеся, устойчивые программы жизнедеятельности человека постоянно дополняются экстренно образуемыми временными программами (<квази-потребностями>), учитывающими специфику тех ситуаций, в которых приходится реализовывать основные программы. Толчок для развертывания цепи познавательных, эмоциональных и волевых процессов, необходимых для формирования дополнительных программ жизнедеятельности, дают потребностные состояния. Формируемые в ответ на потребностные состояния дополнительные программы поведения ведут себя в общем так же, как и основные, и в свою очередь могут потребностно переживаться и дополняться вторичными программами. Однако в отличие от основных программ временные программы живут недолго и <стираются> мозгом тотчас после их реализации. Потребности - исходные побуждения к деятельности - означают испытываемую человеком нужду в чем-то вне его находящемся. Они выражают его зависимость от мира и направленность на него. Состояние потребности - это пассивно-активное состояние. Его пассивный аспект выражается в положительном или отрицательном - в- зависимости от состояния удовлетворения потребности-эмоциональном состоянии; его активный аспект- в стремлении, влечении, желании, в которых элементы аффективной и волевой сторон психики представлены в неразрывном единстве. Нужно с самого начала различать потребность как внутреннее условие, как одну из обязательных предпосылок деятельности и потребность как то, что направляет и регулирует конкретную деятельность субъекта в предметной среде. В первом случае потребность выступает лишь как состояние нужды организма, которое само по себе не способно вызвать никакой определенной направленной деятельности; ее функция ограничивается активизацией соответствующих биологических отправлений и общим возбуждением двигательной сферы, проявляющимся в направленных поисковых движениях. Лишь в результате ее <встречи> с отвечающим ей предметом она впервые становится способной направлять и регулировать деятельность. Встреча потребности с предметом есть акт опредмечивания потребности -<наполнения> ее содержанием, которое черпается из окружающего мира.

23 Обучение как процесс развития

Обучение и развитие не совпадают непосредственно, а представляют собой два процесса, находящиеся в сложном взаимоотношении. Обучение только тогда эффективно, когда оно идет впереди развития. Тогда оно пробуждает и вызывает к жизни целый ряд функций, находящихся в стадии созревания, лежащих в зоне ближайшего развития. В этом и заключается главнейшая роль обучения в развитии. Обучение оказывается наиболее плодотворным только тогда, когда оно совершается в пределах периода, определяемого зоной ближайшего развития. Когда мы наблюдаем за ходом развития ребенка в школьном возрасте и за ходом его обучения, мы действительно видим, что всякий предмет обучения требует от ребенка больше, чем он может дать на сегодняшний день, т. е. ребенок в школе осуществляет деятельность, которая заставляет его подыматься выше самого себя. Это, конечно, относится к здоровому школьному обучению. Правильное решение вопроса о соотношении развития и обучения имеет центральное значение не только для психологии, но н для педагогики. Каждая концепция обучения, которой руководствуется педагог, включает в себя (сознает он это или нет) определенную концепцию развития. Точно так же каждая концепция психического развития, которой придерживается психолог (сознает он это или нет), заключает в себе и определенную теорию обучения. Ребенок развивается, воспитываясь и обучаясь. Это значит: воспитание и обучение включается в самый процесс развития ребенка, а не надстраиваются над ним.

24 Речь

Важнейшим достижением человека, позволившим ему использовать общечеловеческий опыт, как прошлый, так и настоящий, явилось речевое общение, которое развивалось на основе трудовой деятельности. Речь — это язык в действии. Язык — система знаков, включающая слова с их значениями и синтаксис — набор правил, по которым строятся предложения. Слово является разновидностью знака, поскольку последние присутствуют в различного рода формализованных языках.Объективным свойством словесного знака, обусловливающим нашу теоретическую деятельность, является значение слова, которое представляет собой отношение знака (слова в данном случае) к обозначаемому в реальной действительности объекту независимо от того, как он представлен в индивидуальном сознании. В отличие от значения слова, личностный смысл — это отражение в индивидуальном сознании того места, которое занимает данный предмет (явление) в системе деятельности человека. Если значение объединяет социально значимые признаки слова, то личностный смысл — это субъективное переживание его содержания. функции языка: 1) средство существования, передачи и усвоения общественно-исторического опыта; 2) средство общения (коммуникации); 3) орудие интеллектуальной деятельности (восприятия, памяти, мышления, воображения). Выполняя первую функцию, язык служит средством кодирования информации об изученных свойствах предметов и явлейий. Посредством языка информация об окружающем мире и самом человеке, полученная предшествующими поколениями, становится достоянием последующих поколений. Выполняя функцию средства общения, язык позволяет оказывать воздействие на собеседника — прямое (если мы прямо указываем на то, что надо сделать) или косвенное (если мы сообщаем ему сведения, важные для его деятельности, на которые он будет ориентироваться немедленно и в другое время в соответствующей ситуации). Функция языка в качестве орудия интеллектуальной деятельности связана прежде всего с тем, что человек, выполняя любую деятельность, сознательно планирует свои действия. Язык является основным орудием планирования интеллектуальной деятельности, да и вообще решения мыслительных задач.

25 Мотивация

Мотив — это побуждение к совершению поведенческого акта, порожденное системой потребностей человека и с разной степенью осознаваемое либо неосознаваемое им вообще. В процессе совершения поведенческих актов мотивы, будучи динамическими образованиями, могут трансформироваться (изменяться), что возможно на всех фазах совершения поступка, и поведенческий акт нередко завершается не по первоначальной, а по преобразованной мотивации. Термином «мотивация» в современной психологии обозначаются как минимум два психических явления: 1) совокупность побуждений, вызывающих активность индивида и определяющую ее активность, т. е. система факторов, детерминирующих поведение; 2) процесс образования, формирования мотивов, характеристика процесса, который стимулирует и поддерживает поведенческую активность на определенном уровне. За любым поступком человека всегда кроются определенные цели, желания, а за конфликтом — столкновение несовместимых желаний партнеров по общению, когда удовлетворение стремлений одной стороны грозит ущемлением интересов другой. Выделяют классификацию потребностей: 1) первичные, витальные (врожденные, биологические) потребности: в пище, воде, сне-отдыхе, потребность в самозащите, родительские, сексуальные потребности. Эти естественные потребности имеют общественно-личный характер, что находит свое выражение в том, что даже для удовлетворения узколичных потребностей (в пище) используются результаты общественного труда и применяются исторически сложившиеся в данной общественной среде способы и приемы, т. е. все потребности социальны по способу удовлетворения; 2) культурные, приобретенные потребности имеют общественный характер ho природе своего происхождения, они формируются под влиянием воспитания в обществе. Среди культурных потребностей выделяют материальные и духовные потребности. К духовным относят потребность в общении, потребность в эмоциональном тепле, уважении, познавательные потребности, потребность в деятельности, эстетические потребности, потребность осознать смысл своей жизни. Даже не найдя ответа на этот вопрос, мы своей деятельностью доказываем, что имеем определенные цели, которым отдаем свою энергию, знание, здоровье. А цели бывают очень разные: открытие научной истины, служение искусству, воспитание детей. Но иногда это лишь стремление сделать карьеру, заполучить дачу, машину и т. п. Тот, кто не знает, ради чего и кого он живет, не удовлетворен судьбой.

27 Воображение

Воображение — это психический процесс создания нового в ферме образа, представления или идеи. Человек может мысленно представить себе то, чего в прошлом не воспринимал или не совершал, у него могут возникать образы предметов и явлений, с которыми он раньше не встречался. Будучи теснейшим образом связанным с мышлением, воображение характеризуется большей, чем при мышлении, неопределенностью проблемной ситуации. Процесс воображения свойствен только человеку и является необходимым условием его трудовой деятельности. Воображение всегда направлено на практическую деятельность человека. Человек, прежде чем что-либо сделать, представляет, что надо делать и как он будет 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. Можно выделить несколько видов воображения, среди которых основные — пассивное и активное. Пассивное в свою очередь делится на произвольное (мечтательность, грезы) и непроизвольное (гипнотическое состояние, снови-довая фантазия). Активное воображение включает в себя артистическое, творческое, критическое, воссоздающее и антиципирующее. Близко к этим видам воображения находится эмиатия — способность понимать другого человека, проникаться его мыслями и чувствами, сострадать, сорадоваться, сопереживать.

28 Виды общения

1. «Контакт масок» — формальное общение, когда отсутствует стремление понять и учитывать особенности личности собеседника, используются привычные маски (вежливости, строгости, безразличия, скромности, участливости и т. п.) — набор выражений лица, жестов, стандартных фраз, позволяющих скрыть истинные эмоции, отношение к собеседнику. В городе контакт масок даже необходим в некоторых ситуациях, чтобы люди «не задевали» друг друга без надобности, чтобы «отгородиться» от собеседника. 2. Примитивное общение, когда оценивают другого человека как нужный или мешающий объект: если нужен — то активно вступают в контакт, если мешает — оттолкнут ли последуют агрессивные грубые реплики. Если получили от собеседника желаемое, то теряют интерес к нему и не скрывают этого.•i Формально-ролевое общение, когда регламентированы и содержание и средства общения и вместо знания личности собеседника обходятся знанием его социальной роли. 4. Деловое общение, когда учитывают особенности личности, характера, возраста, настроения собеседника, но интересы дела более значимы, чем возможные личностные расхождения. 5. Духовное. Межличностное общение друзей, когда можно затронуть любую тему и не обязательно прибегать к помощи слов — друг поймет вас и по выражению лица, движениям, интонации. Такое общение возможно тогда, когда каждый участник имеет образ собеседника, знает его личность, интересы, убеждения, отношение, может предвидеть его реакции.6. Манипулятивное общение направлено на извлечение выгоды от собеседника с использованием разных приемов (лесть, запугивание, «пускание пыли в глаза», обман, демонстрация доброты) в зависимости от особенностей личности собеседника.7. Светское общение. Суть светского общения в его беспредметности, т. е. люди говорят не то, что думают, а то, что положено говорить в подобных случаях; это общение закрытое, потому что точки зрения людей по тому или иному вопросу не имеют никакого значения и не определяют характера коммуникаций.

29 Интеллект

В настоящее время существует, как минимум, три трактовки понятия интеллекта: 1. Биологическая трактовка: «способность сознательно приспосабливаться к новой ситуации». 2. Педагогическая трактовка: «способность к обучению, обучаемость».

3. Структурный подход, сформулированный А. Бине: интеллект как «способность адаптации средств к цели». С точки зрения структурного подхода, интеллект — это совокупность тех или иных способностей. Совокупность познавательных процессов человека определяет его интеллект. «Интеллект — это глобальная способность действовать разумно, рационально мыслить и хорошо справляться с жизненными обстоятельствами» (Векслер) Интеллект рассматривается как способность человека адаптироваться к окружающей среде. Большинство исследователей приходили к выводу, что уровень общей интеллектуальной активности константен для индивида. «Ум сохраняет свою мощность неизменной» 1. Низший уровень. Индивид неприспособлен, среда подавляет слабую психику малоодаренного человека. 2. Средний уровень. Человек хорошо приспосабливается к среде и находит место, соответствующее внутреннему психологическому складу (эндопсихике).

3. Высший уровень. Характеризуется стремлением переделать окружающую среду. Спирмен показал, что успех любой интеллектуальной деятельности зависит от некоего общего фактора, общей способности, таким образом, он выделил генеральный фактор интеллекта (фактор G) и фактор S, служащий показателем специфических способностей. С точки зрения Спирмена, каждый человек характеризуется определенным уровнем общего интеллекта, от которого зависит, как этот человек адаптируется к окружающей среде. Кроме того, у всех людей имеются в различной степени развитые специфические способности, проявляющиеся в решении конкретных задач 1) счетную способность, т. е. способность оперировать числами и выполнять арифметические действия; 2) вербальную (словесную) гибкость, т. е. легкость, с которой человек может объясняться, используя наиболее подходящие слова; 3) вербальное восприятие, т. е. способность понимать устную и письменную речь; 4) пространственную ориентацию, или способность представлять себе различные предметы и формы в пространстве; 5) память; 6) способность к рассуждению; 7) быстроту восприятия сходств или различий между предметами и изображениями.

30 Стороны общения

Общение — специфическая форма взаимодействия человека с другими людьми как членами общества; в общении реализуются социальные отношения людей. В общении выделяют три взаимосвязанных стороны: коммуникативная сторона общения состоит в обмене информацией между людьми; интерактивная сторона заключается в организации взаимодействия между людьми, например, нужно согласовать действия, распределить функции или повлиять на настроение, поведение, убеждения собеседника; перцептивная сторона общения включает процесс восприятия друг друга партнерами по общению и установление на этой основе взаимопонимания. К средствам общения относятся: 1. Язык — система слов, выражений и правил их соединения в осмысленные высказывания, используемые для общения. Слова и правила их употребление едины для всех говорящих на данном языке. Это и делает возможным общение при помощи языка: если я говорю «стол», я уверен, что любой мой собеседник соединяет с этим словом те же понятия, что и я, — это объективное социальное значение слова можно назвать знаком языка. Но объективное значение слова преломляется для человека через призму его собственной деятельности и образует уже свой личностный, «субъективный» смысл — поэтому не всегда мы правильно понимаем друг друга. 2. Интонация, эмоциональная выразительность, которая способна придавать разный смысл одной и той же фразе.

3. Мимика, поза, взгляд собеседника могут усиливать, дополнять или опровергать смысл фразы. 4. Жесты как средства общения могут быть как общепринятыми, т. е. иметь закрепленные за ними значения, или экспрессивными, т. е. служить для большей выразительности речи. 5. Расстояние, на котором общаются собеседники, зависит от культурных, национальных традиций, от степени доверия к собеседнику. В процедуре общения выделяют следующие этапы: 1. Потребность в общении (необходимо сообщить или узнать информацию, повлиять на собеседника и т. п.) — побуждает человека вступить в контакт с другими людьми. 2. Ориентировка в целях общения, в ситуации общения. 3. Ориентировка в личности собеседника.

4. Планирование содержания своего сообщения — человек представляет себе (обычно бессознательно), что именно скажет.

5. Бессознательно (иногда сознательно) человек выбирает конкретные средства, фразы, которыми будет пользоваться, решает как говорить, как себя вести. 6. Восприятие и оценка ответной реакции собеседника, контроль эффективности общения на основе установления обратной связи.

31 Акцентуация характера

Акцентуация характера — преувеличенное развитие отдельных свойств характера в ущерб другим, в результате чего ухудшается взаимодействие с окружающими людьми. Выраженность акцентуации может быть различной — от легкой, заметной лишь ближайшему окружению, до крайних вариантов, когда приходится задумываться, нет ли болезни — психопатии. Приведем краткую характеристику особенностей поведения в зависимости от типов акцентуации: 1) гипертимичес-кий (гиперактивный) — чрезмерно приподнятое настроение, всегда весел, разговорчив, очень энергичен, самостоятелен, стремится к лидерству, риску, авантюрам, не реагирует на замечания, игнорирует наказания, теряет грань недозволенного, отсутствует самокритичность; 2) дистимичный — постоянно пониженное настроение, грусть, замкнутость, немногословность, пессимичность, тяготится шумным обществом, с сослуживцами близко не сходится, в конфликты вступает редко, чаще является в них пассивной стороной; 3) циклоидный — общительность циклически меняется (высокая в период повышенного настроения и низкая в период подавленности); 4) эмотивный (эмоциональный) — чрезмерная чувствительность, ранимость, глубоко переживает малейшие неприятности, излишне чувствителен к замечаниям, неудачам, поэтому у него чаще печальное настроение; 5) демонстративный — выражено стремление быть в центре внимания и добиваться своих целей любой ценой (слезы, обмороки, скандалы, болезни, хвастовство, наряды, необычные увлечения, ложь). Легко забывает о своих неблаговидных поступках; 6) возбудимый — повышенная раздражительность, несдержанность, агрессивность, угрюмость, «занудливость», но возможны льстивость, услужливость (как маскировка). Склонность к хамству и нецензурной брани или молчаливости, замедленности в беседе. Активно и часто конфликтует; 7) застревающий — «застревает» на своих чувствах, мыслях, не может забыть обид, «сводит счеты», служебная и бытовая несговорчивость, склонность к затяжным склокам, в конфликтах чаще бывает активной стороной; 8) педантичный — выраженная занудливость в виде «переживания» подробностей, на службе способен замучить посетителей формальными требованиями, изнуряет домашних чрезмерной аккуратностью; 9) тревожный (психастенический) — пониженный фон настроения, опасения за себя, близких, робость, неуверенность в себе, крайняя нерешительность, долго переживает неудачу, сомневается в своих действиях; 10) экзальтированный (лабильный) — очень изменчивое настроение, эмоции ярко выражены, повышенная отвлекаемость на внешние события, словоохотливость, влюбчивость; 11) интровертированный (шизоидный, аутистический) — малая общительность, замкнут, в стороне от всех, общение по необходимости, погружен в себя, о себе ничего не рассказывает, свои переживания не раскрывает, хотя свойственна повышенная ранимость. Сдер-

жанно, холодно относится к другим людям, даже к близким; 12) экстравертированный (конформный) — высокая общительность, словоохотливость до болтливости, своего мнения не имеет, очень несамостоятелен, стремится быть как все, неорганизован, предпочитает подчиняться.

32 Эмоции

Регуляция действий может происходить в двух принципиально различных формах: в форме непосредственной реакции и в форме целенаправленной активности. Более элементарные формы поведения человека - реактивные - являются эмоциональными процессами, более сложные - целенаправленные - осуществляются благодаря мотивации. Следовательно, мотивационный процесс можно рассматривать как особую форму эмоционального. Таким образом, мотивация - это эмоция плюс направленность действия. Эмоциональное поведение является экспрессивным, а не ориентированным на цель, и поэтому его направление меняется вместе с изменением ситуации. Между этими двумя формами поведения располагаются действия, целью которых является разрядка эмоций.

Поведение человека в большинстве случаев содержит как эмоциональные, так и мотивационные компоненты, поэтому на практике их не легко отделить друг от друга.Свойства человека, характеризующие содержание, качество и динамику его эмоций и чувств. Содержательные аспекты эмоциональности отражают явления и ситуации, имеющие особую значимость для субъекта. Они неразрывно связаны со стержневыми особенностями личности, ее нравственным потенциалом: направленностью мотивационной сферы, мировоззрением, ценностными ориентациями и пр.

33 Чувства

Если посредством эмоций осуществляется быстрая и непосредственная оценка конкретной ситуации (интересна,-опасна, нейтральна и т. д.), то чувства-это эмоциональные процессы более высокого уровня, они выражают целостное отношение человека к миру, к тому, что он испытывает и делает в нем, в форме непосредственного переживания. **Чувствительность**. Способность живого организма активно реагировать на раздражения. Выделяют абсолютную и дифференциальную чувствительность.Чувство бесчувствия Патопсихологическое нарушение, состоящее в субъективном впечатлении о собственной внутренней пустоте, отсутствии чувств.Чувство комического Чувство комического возникает в результате внезапно обнаруживающегося несоответствия между кажущейся значительностью действующего лица и ничтожностью, неуклюжестью, вообще несуразностью его поведения, между поведением, рассчитанным на более или менее значительную ситуацию, и пустяковым характером ситуации, в которой оно совершается. Комическим, смешным кажется то, что выступает сначала с видимостью превосходства и затем обнаруживает свою несостоятельность. Несоответствие или несуразность, обычно заключенные в комическом, сами по себе еще не создают этого впечатления. Для возникновения чувства комизма необходимо совершающееся на глазах у человека разоблачение неосновательной претензии.Чувство одиночества Чувство, обусловленное субъективной реакцией на несоответствие желаемого и достигнутого уровня социальных контактов.Чувство трагического Когда зло начинает восприниматься как существенная сторона действительности, как заключающееся в самой основе и закономерном ходе ее, юмористическое чувство неизбежно переходит в чувство трагическое. При этом трагическое чувство, констатируя фактическую взаимосвязь добра и зла, остро переживает их принципиальную несовместимость. Трагическое чувство тоже, хотя и совсем по-иному, чем ирония, связано с чувством возвышенного. Если в иронии возвышенное внешне противостоит злу, низменной действительности, то для трагического чувства возвышенное вступает в схватку, в борьбу со злом, с тем, что есть в действительности низменного.

Из трагического чувства рождается особое восприятие героического-чувство трагического героя, который, остро чувствуя роковую силу зла, борется за благо и, борясь за правое дело, чувствует себя вынужденным неумолимой логикой событий иногда идти к добру через зло.

34 Уровни и виды способностей

Индивидуально-психологические особенности, определяющие успешность выполнения деятельности или ряда деятельностей, несводимые к знаниям, умениям и навыкам, но обуславливающие легкость и быстроту обучения новым способам и приемам деятельности Способности можно классифицировать на: 1) природные (или естественные) способности, в основе своей биологически обусловленные, связанные с врожденными задатками, формирующиеся на их базе при наличии элементарного жизненного опыта через механизмы научения типа условно-рефлекторных связей; 2) специфические человеческие способности, имеющие общественно-историческое происхождение и обеспечивающие жизнь и развитие в социальной среде. Специфические человеческие способности в свою очередь подразделяются на: а) общие, которыми определяются успехи человека в самых различных видах деятельности и общения (умственные способности, развитые память и речь, точность и тонкость движений рук и т. д.), и специальные, определяющие успехи человека в отдельных видах деятельности и общения, где необходимы особого рода задатки и их развитие (способности математические, технические, литературно-лингвистические, художественно-творческие, спортивные и т. д.);

б) теоретические, определяющие склонность человека к абстрактно-логическому мышлению, и практические, лежащие в основе склонности к конкретно-практическим действиям. Сочетание этих способностей свойственно лишь разносторонне одаренным людям; в) учебные, которые влияют на успешность педагогического воздействия, усвоение человеком знаний, умений, навыков, формирования качеств личности, и творческие, связанные с успешностью в создании произведений материальной и духовной культуры, новых идей, открытий, изобретений. Высшая степень творческих проявлений личности называется гениальностью, а высшая степень способностей личности в определенной деятельности (общении) — талантом;

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

35 Воля

Свобода личности, или свобода воли определяется возможностью человека осуществлять выбор того или иного варианта поведения, порой вопреки социальным обстоятельствам или собственным влечениям. Человек — это единственное существо, которое может в любой момент сказать «нет» своим витальным биологическим влечениям (М. Ше-лер). «Человек не свободен от социальных влияний, но от него зависит, сдастся ли он или сможет противодействовать социальным обстоятельствам. В этом плане свобода — это когда человек сам должен решать, выбрать ли ему добро, уступить ли ему злу» (Ф. М. Достоевский). Свобода личности может перейти в произвол, если она не переживается с точки зрения ответственности (В. Франк л). Некоторые люди склонны «списывать» свои неблаговидные поступки, подлость, предательство на «объективные условия»: несовершенство общества, плохих воспитателей, неблагополучность семей, в которых они выросли, и т. д., уклоняясь от персональной ответственности за свои поступки и жизнь. Свобода личности проявляется в осознании необходимости и целесообразности именно выбранного варианта поведения с полным признанием своей ответственности за сделанный выбор и будущие последствия своих действий.

36 Психологические особенности и виды делового общения

Общение — специфическая форма взаимодействия человека с другими людьми как членами общества; в общении реализуются социальные отношения людей.В общении выделяют три взаимосвязанных стороны: коммуникативная сторона общения состоит в обмене информацией между людьми; интерактивная сторона заключается в организации взаимодействия между людьми, например, нужно согласовать действия, распределить функции или повлиять на настроение, поведение, убеждения собеседника; перцептивная сторона общения включает процесс восприятия друг друга партнерами по общению и установление на этой основе взаимопонимания. К средствам общения относятся: 1. Язык — система слов, выражений и правил их соединения в осмысленные высказывания, используемые для общения 2. Интонация, эмоциональная выразительность, которая способна придавать разный смысл одной и той же фразе. 3. Мимика, поза, взгляд собеседника могут усиливать, дополнять или опровергать смысл фразы. 4. Жесты как средства общения могут быть как общепринятыми, т. е. иметь закрепленные за ними значения, или экспрессивными, т. е. служить для большей выразительности речи. 5. Расстояние, на котором общаются собеседники, зависит от культурных, национальных традиций, от степени доверия к собеседнику. В процедуре общения выделяют следующие этапы: 1. Потребность в общении (необходимо сообщить или узнать информацию, повлиять на собеседника и т. п.) — побуждает человека вступить в контакт с другими людьми.

2. Ориентировка в целях общения, в ситуации общения. 3. Ориентировка в личности собеседника. 4. Планирование содержания своего сообщения — человек представляет себе (обычно бессознательно), что именно скажет.5. Бессознательно (иногда сознательно) человек выбирает конкретные средства, фразы, которыми будет пользоваться, решает как говорить, как себя вести. 6. Восприятие и оценка ответной реакции собеседника, контроль эффективности общения на основе становления обратной связи. 7. Корректировка направления, стиля, методов общения. Деловое общение, когда учитывают особенности личности, характера, возраста, настроения собеседника, но интересы дела более значимы, чем возможные личностные расхождения.

37 Кризисы личности

Традиционно принято разделять жизненный цикл на следующие периоды: 1) пренатальный (внутриутробный); 2) детство; 3) отрочество; 4) зрелость (взрослое состояние); 5) преклонный возраст, старость. В свою очередь каждый из периодов состоит из нескольких стадий, имеющих ряд характерных особенностей.

При переходе от одной возрастной стадии развития к другой выделяют критические периоды, или кризисы, когда происходит разрушение прежней формы отношений человека с окружающим миром и формирование новой системы взаимоотношений с миром и людьми, что сопровождается значительными психологическими трудностями для самого человека и его социального окружения. Выделяют малые кризисы (кризис 1 года, кризис 7 лет, кризис 17—18 лет) и большие кризисы (кризис новорожденности, кризис 3-х лет, подростковый кризис 13—14 лет). При больших кризисах перестраиваются отношения ребенка и общества. А малые кризисы проходят внешне спокойнее, связаны с нарастанием умений и самостоятельности человека. В период критической фазы дети трудновоспитуемы, проявляют упрямство, негативизм, строптивость, непослушание.

38 Механизмы развития и тренировки памяти

Для уменьшения забывания необходимо: 1) понимание, осмысление информации (механически выученная, но непонятая до конца информация забывается быстро и почти полностью — кривая 1 на графике); 2) повторение информации (первое повторение нужно через 40 минут после заучивания, т. к. через час в памяти остается только 50% механически заученной информации). Необходимо чаще повторять в первые дни после заучивания, т. к. в эти дни максимальны потери от забывания. Лучше так: в первый день — 2—3 повторения, во второй день — 1—2 повторения, в третий-седьмой день — по одному повторению, затем одно повторение с интервалом в 7—10 дней. Помните, что 30 повторений в течение месяца эффективнее, чем 100 повторений за день. Поэтому систематическая, без перегрузки учеба, заучивание маленькими порциями в течение семестра с периодическими повторениями через 10 дней намного эффективнее, чем концентрированное заучивание большого объема информации в сжатые сроки сессии, вызывающее умственную и психическую перегрузку и почти полное забывание информации через неделю после сессии.

39 Виды конфликта

Исходя из указанных взаимосвязей, которые в норме должны иметь согласованный характер, выделены следующие основные типы конфликтов, нарушающих успешное осуществление соответствующей связи: **1)** конфликты, представляющие собой реакцию на препятствия достижению основных целей трудовой деятельности (например, трудности выполнения данного делового задания, неправильное решение какой-либо производственной проблемы и т.д.) ; **2)** конфликты, возникающие как реакция на препятствия достижению личных целей работников в рамках их совместной трудовой деятельности (например, конфликт из-за распределения деловых заданий, считающихся "выгодными" или "невыгодны- ми"4 недовольство предложенным графиком отпусков и т.д.) ;**3)** конфликты, вытекающие из восприятия поведения членов коллектива как несоответствующего принятым социальным нормам совместной трудовой деятельности (например, конфликт вследствие нарушения трудовой дисциплины кем-либо из членов передовой бригады с общим высоким уровнем отношения к труду) ; **4)** сугубо личные конфликты между работникам, обусловленные несовместимостью индивидуальных психологических характеристик - резкими различиями потребностей, интересов, ценностных ориентаций, уровня культуры в целом.

40 Малая группа

Выделяют несколько разновидностей групп: 1) условные и реальные; 2) постоянные и временные; 3) большие и малые. Условные группы людей объединяются по определенному признаку (пол, возраст, профессия и т. п.). Реальные личности, включенные в такую группу, не имеют прямых межличностных отношений, могут не знать ничего друг о друге, даже никогда не встречаться друг с другом. Малая группа — немногочисленная группа людей (от 3 до 15 человек), которые объединены общей социальной деятельностью, находятся в непосредственном общении, способствуют возникновению эмоциональных отношений, выработке групповых норм и развитию групповых процессов. При большем количестве людей группа, как правило, разбивается на подгруппы. Отличительные признаки малой группы: пространственное и временное соприсутствие людей. Это соприсутствие людей дает возможность контактов, которые включают интерактивные, информационные, перцептивные аспекты общения и взаимодействия. Перцептивные аспекты позволяют человеку воспринимать индивидуальность всех других людей в группе; и только в этом случае можно говорить о малой группе.

I — Взаимодействие — активность каждого (4), это одновременно стимул и реакция на всех остальных. II — Наличие постоянной цели совместной деятельности (5). Реализация общей цели как некоего предвосхищаемого результата какой-либо деятельности способствует в некотором смысле реализации потребностей каждого и в то же время соответствует общим потребностям. Цель как прообраз результата и начальный момент совместной деятельности определяет динамику функционирования малой группы. Можно выделить три рода целей: 1) ближние перспективы, цели, которые быстро во времени реализуются и выражают потребности этой группы; 2) вторичные цели — более длительны во времени и выводят группу на интересы вторичного коллектива (интересы предприятия или школы в целом); 3) дальние перспективы объединяют первичную группу с проблемами функционирования социального целого. Общественно ценное содержание совместной деятельности должно стать личностно значимым для каждого члена группы. Важна не столько объективная цель группы, сколько ее образ, т. е. то, как она воспринимается членами группы. Цели, характеристики совместной деятельности цементируют группу в одно целое, определяют внешнюю формально-целевую структуру группы.

41 Структура и функции психики

• обеспечивает целесообразность поведения и деятельности; • преломляется через индивидуальность человека; • носит опережающий характер. Функции психики: отражение окружающего мира и регуляция поведения и деятельности живого существа в целях обеспечения его выживания. Соотношение Объективная реальность субъективной и существует независимо от человека и может быть отражена посредством психики в субъективную психическую реальность. Это психическое отражение, принадлежа конкретному субъекту, зависит от его интересов, эмоций, особенностей органов чувств и уровня мышления, (одну и ту же объективную информацию из объективной реальности разные люди могут воспринимать по-своему, совершенно в различном ракурсе, причем каждый из них обычно думает, что именно его восприятие самое верное), таким образом субъективное психическое отражение, субъективная реальность может отличаться частично или значимо от объективной реальности.Внешний мир можно воспринимать двояко: репродук-тивно, воспринимая реальность почти так же, как пленка воспроизводит сфотографированные вещи (хотя даже простое репродуктивное восприятие требует активного участия ума), и созидательно, сознательно, постигая реальность, оживляя ее и воссоздавая этот новый материал посредством спонтанной активности своих мыслительных и эмоциональных процессов. Хотя до известной степени каждый человек реагирует и репродуктивно и созидательно, удельный вес каждого вида восприятия далеко не одинаков. Иногда один из видов восприятия атрофируется.

42 Лидерство и руководство

Лидерство — способность оказывать влияние как на отдельную личность, так и на группу, направляя усилия всех на достижение целей организации. Лидерство — естественный социально-психологический процесс в группе, построенный на влиянии личного авторитета человека на поведение членов группы.Под влиянием понимают такое поведение человека, которое вносит изменение в поведение, отношения, чувства другого человека. Влияние можно оказывать через идеи, устное и письменное слово, через внушение, убеждение, эмоциональное заражение, принуждение, личный авторитет и пример.

Лидера можно определить как личность, способную объединять людей ради достижения какой-либо цели. С точки зрения масштабности решаемых задач выделяют: 1) бытовой тип лидерства (в школьных, студенческих группах, досуговых объединениях, в семье); 2) социальный тип лидерства (на производстве, в профсоюзном движении, в различных обществах: спортивных, творческих и т. д.); 3) политический тип лидерства (государственные, общественные деятели).

Личностные качества лидера: • интеллигентность в вербальном и символическом плане; • инициативность, т. е. способность направлять активность, желания в новом направлении; • уверенность в себе — благоприятная самооценка; • привязанность к сотрудникам; • решительность, мужественность (у мужчин) и женственность (у женщин); • зрелость;

• мотивационные способности, т. е. умение мотивировать, вызывать потребности у людей за счет гарантии работы, финансового вознаграждения, власти над другими, самореализации, достижения успехов в работе.

43 познавательные процессы

Ощущения есть отражение качеств вещей, опосредованное деятельностью органов чувств; отражение отдельного чувственного качества или недифференцированные и неопредмеченные впечатления от окружающего. Работа органов чувств и соответствующие ей субъективные образы - ощущения - составляют основу восприятия. Восприятие возникает в результате синтеза ощущений с помощью представлений и имеющегося опыта, т. е. это есть синтез объективного с помощью субъективного. Процесс и результат изменения индивидом поведения другого человека, его установок, намерений, представлений, оценок и т.п. в ходе взаимодействия с ним - влияние. Память- Это психический процесс запечатления, сохранения и воспроизведения прошлого опыта. Мышление - Является высшим познавательным процессом. Оно представляет собой форму творческого отражения человеком действительности, порождающую такой результат, которого в самой действительности или субъекта на данный момент времени не существует. Мышление человека (в своих низших формах оно имеется у животных) также можно понимать как творческое преобразование имеющихся в памяти представлений и образов. Воображение это способ овладения человеком сферой возможного будущего, придающий его деятельности целеполагающий и проектный характер, благодаря чему он выделился из "царства" животных. Будучи психологической основой творчества, В. обеспечивает как историческое создание форм культуры, так и освоение их в онтогенезе. Интеллект - (понимание, познание) - 1) общая способность к познанию и решению проблем, определяющая успешность любой деятельности и лежащая в основе других способностей; 2) система всех познавательных способностей индивида: ощущения, восприятия, памяти, представления, мышления, воображения; 3) способность к решению проблем без проб и ошибок "в уме". Понятие И. как общей умственной способности применяется в качестве обобщения поведенческих характеристик, связанных с успешной адаптацией к новым жизненным задачам. Речь Исторически сложившаяся форма общения людей посредством языка. Речевое общение осуществляется по правилам данного языка, который представляет собой систему фонетических, лексических, грамматических и стилистических средств и правил общения. Р. и язык составляют сложное диалектическое единство. Р. осуществляется по правилам языка, и вместе с тем под действием ряда факторов (требований общественной практики, развития науки, взаимных влияний языков и др.) она изменяет и совершенствует язык.

44 Подсознательное и бессознательное

Выделяют: 1) подсознательное — те представления, желания, действия, устремления, которые ушли сейчас из сознания, но могут потом прийти в сознание; 2) собственно бессознательное — такое психическое, которое ни при каких обстоятельствах не становится сознательным. Фрейд считал, что бессознательное — это не столько те процессы, на которые не направляется внимание, сколько переживания, подавляемые сознанием, такие, против которых сознание воздвигает мощные барьеры.

Человек может прийти в конфликт с многочисленными социальными запретами, в случае конфликта у него нарастает внутренняя напряженность и в коре мозга возникают изолированные очаги возбуждения. Для того чтобы снять возбуждение, нужно прежде всего осознать сам конфликт и его причины, но осознавание невозможно без тяжелых переживаний, и человек препятствует осознанию, эти тяжелые переживания вытесняются из области сознания. Однако это не означает, что очаги возбуждения разрушаются. Длительное время они могут сохраняться в заторможенном состоянии, такой ущемленный очаг может быть очень глубоко запрятан, но при неблагоприятных условиях он может выявиться и оказывать травмирующее влияние на состояние человека, вплоть до развития психического заболевания.Для исключения такого болезнетворного влияния необходимо осознать травмирующий фактор и переоценить его, ввести его в структуру других факторов и оценок внутреннего мира и тем самым разрядить очаг возбуждения и нормализовать психическое состояние человека.