**Разбираем вопросы общей психологии.**

1. **Сделать конспект лекции. 1**

**Лекция 1.Введение в психологи.**

1 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.

2 этап

Психология, как наука о сознании

Начинается в 17 веке в связи с развитием естественных наук. Способность чувствовать, думать, желать назвали сознанием. Основным методом изучения считалось наблюдение человека за самим собой и описание фактов.

3 этап

Психология, как наука о поведении

Начинается в 20 веке. Задача психологии – наблюдение за тем, что можно непосредственно увидеть, а именно: поведение, поступки, реакции человека. Мотивы, вызывающие поступки, не учитывались.

4 этап

Психология, как наука, изучающая факты, закономерности и механизмы психики

Сформировалась на базе материалистического взгляда на мир. Основой современной российской психологии является закономерное осмысление теории отражения.

Психология становится самостоятельной наукой

Это связано с созданием в Германии в 1879–1880 гг.
В. Вундтом (1832–1920 гг.) *первой психологической лаборатории* в Лейпцигском университете.

***Предметом***изучения психологии является изучение психики*.* Как наука, психология изучает отдельные факты психической жизни человека, выявляет закономерности их развития, раскрывает механизмы, лежащие в их основе.

***Объектом*** психологии выступает человек и его психика, а также различные социальные группы и другие общности людей.

***Основной задачей*** психологии как науки является изучение объективных закономерностей функционирования психических явлений и процессов как отражения объективной действительности.

Психика имеет сложное строение, в ней можно выделить ***познавательные психические процессы*,** позволяющие человеку познать окружающее. Это ощущение, восприятие, память, мышление, воображение.

***Психические состояни****я*, включающие мотивацию, эмоциональные проблемы и волю.

***Психические свойства*** – индивидуальные особенности человека, управляющие действиями и поступками. К ним относятся – темперамент, характер, способности.

**2. Методы общей психологии**

У психологии, как и всякой науки, существует своя *методология*, на основе которой и подбираются *методы исследований* в каждом конкретном случае.

Методология – система знаний, касающихся описания и обоснования методов научного исследования, с точки зрения допустимости их использования и возможности получения точных и достоверных знаний.

Методы исследований в психологии можно разделить на следующие группы:

***Методы наблюдения*** основаны на получении знаний о психологии человека путем наблюдения непосредственно за самими психическими явлениями в том их виде, в котором они представлены в сознании человека, или за теми внешними признаками, в которых проявляется психология человека (высказывания, действия, поступки и т.п.). Наблюдение может осуществляться самим человеком (*самонаблюдение – интроспекция*), *со стороны*(психологом), *включенным* (психолог сам осуществляет совместную деятельность с наблюдаемым (и), *свободным*(с четкой целью, но без определенного плана) и*стандартизированным* (по четкому плану действий);

***Методы опроса*** дают информацию для выводов о психологии человека путем получения ответов на вопросы. Опросы бывают *устные*и*письменные, закрытые*и *открытые.*Опросы могут быть проведены как по заранее заготовленным вопросам письменно – это *анкеты*(*опросники)*и устно –*интервью*или в ходе*беседы*;

***Тесты***(от англ. test – испытание, проба) – стандартизированные методы психологического исследования, позволяющие получать точные количественные и качественные данные. Выделяют *тесты достижений*(определяют степень наличия у исследуемого человека измеряемой характеристики), *тесты интеллекта*(определяют уровень умственного потенциала индивида), *тесты креативности*(определение творческих способностей),*тесты личностные*(измерение различных личностных характеристик человека), *тесты проективные*(совокупность методик для целостного изучения личности.

***Экспериментальные методы*** – способы исследования, которые предполагают создание или использование необычной, экспериментальной ситуации для изучения того или иного психологического свойства человека. Эксперименты бывают *лабораторными*(проводится в специальном помещении, научной лаборатории), *полевыми*(проводится в условиях реальной жизни), *естественными*(происходит в жизненных условиях без вмешательства экспериментатора);

*организационные методы* характеризуют исследование по способу его организации. Выделяют *сравнительные методы*(метод «поперечного среза» – заключается в сопоставлении различных групп людей по возрасту, образованию, деятельности и общению), *лонгитюдные методы* (метод «продольного среза» - одни и те же люди обследуются на протяжении длительного периода);

***Социометрия***– метод психологического исследования межличностных отношений в группе с целью определения структуры взаимоотношений и психологической совместимости;

Самыми распространенными методами на сегодняшний день являются ***тесты, наблюдение и эксперимент.***Выбор метода исследования определяется на основе *методологии*.

При выборе методов психологического исследования очень важно определить *валидность* и*надежность* метода.

***Валидность*** – соответствие полученной оценки тому, что измерялось этим методом.

***Надежность*** – мера независимости результатов от того, кто и когда пользовался данным методом; повторяемость полученных результатов в аналогичных условиях при многократном использовании.

**3. Сознание и психика человека.**

**Сознани**е — высший уровень психического отражения и регуляции, присущий только человеку.

Структура психики человека:

Психика сложна и многообразна по своим проявлениям. Обычно выделяют три крупные группы психических явлений, а именно:

***психические процессы***

***психические состояния***

***психические свойства***

**Психические процессы** – динамическое отражение действительности в различных формах психических явлений:

***Познавательные***(ощущения, восприятия, внимание, память, мышление и воображение)

***Эмоционально – волевые***(воля, эмоции и чувства)

**Психическое состояние** – это относительно устойчивый уровень психической деятельности, который проявляется в повышенной или пониженной активности человека. К ним относят: активность, устойчивый интерес, сомнения, пассивность, уверенность, творческий подъём)

**Психические свойства**– это устойчивые образования, обеспечивающие определенный качественно-количественный уровень деятельности и поведения, типичный для данного человека. К ним относят: темперамент, способности, характер, жизненную позицию личности.

**Лекция 2.**

**План ответа**

***Ощущение***  – простейший познавательный психический процесс, в ходе которого происходит отражение отдельных свойств, качеств, сторон действительности, ее предметов и явлений, связей между ними, а также внутренних состояний организма, непосредственно воздействующих на органы чувств человека. Ощущение является источником наших знаний о мире и самих себе. Способность к ощущениям имеется у всех живых организмов, обладающих нервной системой. Осознаваемые ощущения характерны только для живых существ, имеющих головной мозг. Главная роль ощущений заключается в том, чтобы быстро довести до центральной нервной системы сведения о состоянии как внешней, так и внутренней среды организма. Все ощущения возникают в результате воздействия стимулов-раздражителей на соответствующие органы чувств. Для того чтобы ощущение возникло, необходимо, чтобы вызывающий его стимул достиг определенного значения, называемого *абсолютным нижним порогом ощущения.*  Для каждого вида ощущений существуют свои пороги.

Но органы чувств обладают свойством адаптации к изменяющимся условиям, поэтому пороги ощущений не являются постоянными и способны изменяться при переходе от одних условий внешней среды к другим. Эту способность называют *адаптацией ощущений.*  Например, при переходе от света к темноте чувствительность глаза к различным раздражителям меняется в десятки раз. Скорость и полнота адаптации различных сенсорных систем неодинакова: в тактильных ощущениях, при обонянии отмечается высокая степень адаптации, а наименьшая степень – при болевых ощущениях, так как боль является сигналом об опасном нарушении в работе организма, и быстрая адаптация болевых ощущений может грозить ему гибелью.

**Английским физиологом Ч. Шеррингтоном была предложена классификация ощущений, представленная на рис. 8.**

*Экстероцептивные ощущения*  – это ощущения, возникающие при воздействии внешних раздражителей на анализаторы человека, расположенные на поверхности тела.

*Проприоцептивные ощущения*  – это ощущения, отражающие движение и положение частей тела человека.

*Интероцептивные ощущения*  – это ощущения, отражающие состояние внутренней среды организма человека.

По времени возникновения ощущения бывают *актуальными*  и *неактуальными.*

Например, кислый вкус во рту от лимона, ощущение так называемой «фактомной» боли в ампутированной конечности.



**Рис. 8**. **Классификация ощущений (по Ч. Шеррингтону)**

Все ощущения обладают следующими **характеристиками:**

*♦ качество*  – сущностная особенность ощущений, позволяющая отличать одни их виды от других (например, слуховые от зрительных);

*♦ интенсивность*  – количественная характеристика ощущений, которая определяется силой действующего раздражителя;

*♦ продолжительность*  – временная характеристика ощущений, определяющаяся временем воздействия раздражителя.

**План ответа**

 ***Восприятие***  – это целостное отражение предметов и явлений объективного мира при их непосредственном воздействии в данный момент на органы чувств. Способность к восприятию мира в виде образов есть только у человека и у некоторых высших представителей животного мира. Вместе с процессами ощущения восприятие обеспечивает непосредственную ориентировку в окружающем мире. Оно предполагает выделение из комплекса зафиксированных признаков основных и наиболее существенных с одновременным отвлечением от несущественных (рис. 9). В отличие от ощущений, отражающих отдельные качества реальности, с помощью восприятия создается интегральная картина действительности. Восприятие всегда субъективно, так как одну и ту же информацию люди воспринимают по-разному в зависимости от способностей, интересов, жизненного опыта и т. д.



Классификация видов восприятия

Рассмотрим восприятие как интеллектуальный процесс последовательных, взаимосвязанных актов поиска признаков, необходимых и достаточных для формирования образа:

• первичное выделение ряда признаков из всего потока информации и принятие решения о том, что они относятся к одному определенному объекту;

• поиск в памяти близкого по ощущениям комплекса признаков;

• отнесение воспринятого объекта к определенной категории;

• поиск дополнительных признаков, подтверждающих или опровергающих правильность принятого решения;

• окончательный вывод о том, какой объект воспринят.

К основным **свойствам восприятия**  относятся: *целостность*  – внутренняя органическая взаимосвязь частей и целого в образе;

*предметность*  – объект воспринимается человеком как обособленное в пространстве и времени отдельное физическое тело;

*обобщенность*  – отнесение каждого образа к некоторому классу объектов;

*константность*  – относительное постоянство восприятия образа, сохранение за объектом его параметров независимо от условий его восприятия (расстояния, освещения и т. д.);

*осмысленность*  – понимание сущности воспринимаемого объекта в процессе восприятия;

*избирательность*  – преимущественное выделение одних объектов перед другими в процессе восприятия.

Восприятие бывает *внешненаправленным*  (восприятие предметов и явлений внешнего мира) и *внутренненаправенным*  (восприятие собственных состояний, мыслей, чувств и т. д.).

По времени возникновения восприятие бывает *актуальным*  и *неактуальным.*

Восприятие может быть *ошибочным*  (или *иллюзорным)* , например зрительные или слуховые иллюзии.

Развитие восприятия имеет очень большое значение для учебной деятельности. Развитое восприятие помогает быстрее усваивать больший объем информации с меньшей степенью энергетических затрат.

***Представление***  – это психический процесс отражения предметов и явлений, которые в данный момент не воспринимаются, но воссоздаются на основе предыдущего опыта. Представления возникают не сами по себе, а в результате практической деятельности.

Так как в основе представлений лежит прошлый перцептивный опыт, то основная классификация представлений строится на базе классификаций видов ощущений и восприятий (рис. 10).



**Рис. 10.**  Классификация видов представлений

Основные **свойства представлений:**

*фрагментарность*  – в представляемом образе часто отсутствуют какие-либо его

черты, стороны, части;

*неустойчивость*  (или *непостоянство)* – представление любого образа рано или поздно исчезает из поля сознания человека;

*изменчивость*  – при обогащении человека новым опытом и знаниями происходит изменение представлений об объектах окружающего мира.

 **Тест по теме «Ощущения»**

|  |  |
| --- | --- |
| 1 вариант | 2 вариант |

1. Какие экстерорецепторы называют

|  |  |
| --- | --- |
| контактными | дистантными |
| а) обонятельные, б) вкусовые,в) зрительные, г) слуховые, д) осязательные. |

1. Какая особенность ощущения проявляется в описанной ситуации

|  |  |
| --- | --- |
| температура помещений окрашенных в холодные тона воспринимается на 3-5 С ниже, чем на самом деле | При обтирании лица холодной водой острота зрения лётчика-наблюдателя повысилась |
| а) адаптация, б) сенсибилизация,в) взаимодействие ощущений, г) синестезия,д) специфическая сенсорная организация. |

1. Что такое

|  |  |
| --- | --- |
| инерция ощущения | латентный период ощущения |
| а) количественная характеристика ощущения,б) время пока раздражение идёт по нервным путям,в) ощущения не исчезают сразу после исчезновения раздражителя,г) особенность данного ощущения, отличающая его от других ощущений того же типа.. |

1. Какая закономерность ощущения проявляется

|  |  |
| --- | --- |
| бабушка ищет очки, не замечая, что они у неё на лбу | Скрябин и Римский Корсаков обладали цветным слухом, т.е. слышали звуки окрашенные в разные цвета |
| а) адаптация, б) сенсибилизация,в) взаимодействие ощущений, г) синестезия,д) специфическая сенсорная организация |

1. Определите ведущие свойства

|  |  |
| --- | --- |
| при усилении освещённости в зале звуки несущиеся со сцены стали казаться зрителям громче | Входя в тёмную комнату ребёнок произносит слово «темно» более низким голосом, название маленьких предметов более высоким голосом, чем крупных |
| а) адаптация, б) сенсибилизация,в) взаимодействие ощущений,г) синестезия, д) специфическая сенсорная организация |

**Тест по теме «Ощущения»**

|  |  |
| --- | --- |
| 1 вариант | 2 вариант |

1. Какие экстерорецепторы называют

|  |  |
| --- | --- |
| контактными | дистантными |
| а) обонятельные, б) вкусовые,в) зрительные, г) слуховые, д) осязательные. |

1. Какая особенность ощущения проявляется в описанной ситуации

|  |  |
| --- | --- |
| температура помещений окрашенных в холодные тона воспринимается на 3-5 С ниже, чем на самом деле | При обтирании лица холодной водой острота зрения лётчика-наблюдателя повысилась |
| а) адаптация, б) сенсибилизация,в) взаимодействие ощущений, г) синестезия,д) специфическая сенсорная организация. |

1. Что такое

|  |  |
| --- | --- |
| инерция ощущения | латентный период ощущения |
| а) количественная характеристика ощущения,б) время пока раздражение идёт по нервным путям,в) ощущения не исчезают сразу после исчезновения раздражителя,г) особенность данного ощущения, отличающая его от других ощущений того же типа.. |

1. Какая закономерность ощущения проявляется

|  |  |
| --- | --- |
| бабушка ищет очки, не замечая, что они у неё на лбу | Скрябин и Римский Корсаков обладали цветным слухом, т.е. слышали звуки окрашенные в разные цвета |
| а) адаптация, б) сенсибилизация,в) взаимодействие ощущений, г) синестезия,д) специфическая сенсорная организация |

1. Определите ведущие свойства

|  |  |
| --- | --- |
| при усилении освещённости в зале звуки несущиеся со сцены стали казаться зрителям громче | Входя в тёмную комнату ребёнок произносит слово «темно» более низким голосом, название маленьких предметов более высоким голосом, чем крупных |
| а) адаптация, б) сенсибилизация,в) взаимодействие ощущений,г) синестезия, д) специфическая сенсорная организация |

***Практические задания***

 1. Определи вид и закономерности ощущений в следующих ситуациях.

А. Повар без труда определил разницу в приготовленных соусах.

Б. После купания в горячей ванной отдыхающему показалось, что в коридорах санатория стало гораздо холоднее.

В. Почему человек не ощущает пылинок, попадающих на его лицо?

 2. Какие виды профессиональной деятельности предъявляют повышенные требования к зрительным, слуховым, осязательным, обонятельным, вкусовым и двигательным ощущениям?

«**Д**» 3. Попытайтесь прокомментировать на языке современной психологии следующее:

А. На вкус и цвет товарищей нет, один другому не указчик: один любит арбуз, другой – свиной хрящик.

Б. Пахнет ли роза, если её никто не нюхает?

 4. Какие виды и свойства восприятия проявляются в следующих ситуациях.

 А. Известный врач – эндокринолог во время посещения Лувра заметил, на одной из картин изображена женщина, больная зобом.

Б. Слушая музыку, мы воспринимаем не отдельные звуки, а мелодию. Она остаётся той же самой, если исполняется симфоническим, струнным или на одном рояле, хотя отдельные звуковые ощущения в данных случаях различны.

«**Д**» 5. Ответь на «шуточные» вопросы психологии восприятия.

А. Почему русские петухи кричат «кукареку», а английские – «кок’э ’дудл’ ду»?

Б. Мог ли Тарзан научиться читать, рассматривая книги в хижине родителей?