**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.**

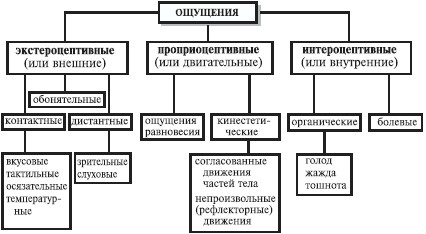
*Экстероцептивные ощущения*  – это ощущения, возникающие при воздействии внешних раздражителей на анализаторы человека, расположенные на поверхности тела.

*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:**

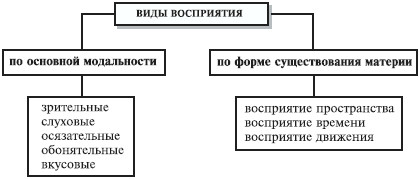
*♦ качество*  – сущностная особенность ощущений, позволяющая отличать одни их виды от других (например, слуховые от зрительных);

*♦ 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?