**Тема: Общее понятие о психологии как науке. Основные сведения о психических процессах.**

**1.1. Развитие психологии как науки. Основные отрасли психологии.**

Каждый человек отличается чем-то от других: один особенно интересуется музыкой, другой — спортом; один прояв­ляет способности в области математики» а другой в области литературного творчества; один горяч, вспыльчив, несдержан, другой спокоен и невозмутим; один трудолюбив и скромен, другой ленив и высокомерен. Все это — восприятие, память, мышление, воображение, чувства и воля, проявления темперамента и характера — явления человеческой психики. А наука, изучающая психические явления, называется психологией. Название это произошло из слияния двух греческих слов - «псюхе» (душа) и «логос» (учение, слово) и означает «наука о душе».

Под «душой» изначально понималось (да и теперь еще понимается идеалистами, религиозными людьми) некое бессмертное и бесплотное существо, которое живет в теле человека и в момент смерти покидает его. Считалось, что описанные выше психические явления и есть свойства, проявления этой «души». Старое название науки сохранилось до сих пор, слово «душа» также сохранилось в нашем языке, но совсем в ином смысле: под «душевными явлениями» понимаются психические явления, а слово «душа» означает психику человека как продукт деятельности его мозга.

Психология — наука и очень старая, и очень молодая. С одной стороны, возраст ее около 2400 лет. Первое систематическое изложение психологических явлений было предпринято древне греческим ученым Аристотелем в его трактате «О душе». Аристотеля и считают основателем психологии. С другой стороны, собственно научное экспериментальное исследование психических явлений и их закономерностей началось по сути дела с середины XIX в., а подлинно, научная психология начала складываться и того позже — на рубеже XIX и XX вв.

В научном употреблении термин «психология» появился впервые в XVI вв. Первоначально он относился к особой науке, которая занималась изучением так называемых душевных, или психических, явлений, т. е. таких, которые каждый человек легко обнаруживает в собственном сознании в результате самонаблюдения. Позднее, в XVII—XIX вв.,сфера исследований психологов значительно расширилась, включив в себя неосознаваемые психические процессы (бессознательное) и деятельность человека.

Таким образом, 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.

История психологии как экспериментальной науки начинается в 1879 году в основанной немецким психологом Вильгельмом Вундтом в Лейпциге первой в мире экспериментальной психологической лаборатории. Вскоре, в 1885 году В.М.Бехтерев организовал подобную лабораторию в России.

Современная психология представляет собой широко развернутую область знаний, включающую ряд отдельных дисциплин и научных направлений.

Различные авторы насчитывают до ста отраслей психологии. Эти научные дисциплины находятся на разных стадиях развития, связаны с различными сферами человеческой практики.

Ядром современной психологии является [общая психология](https://infourok.ru/go.html?href=http%3A%2F%2Fwww.hr-portal.ru%2Ftaxonomy%2Fterm%2F5460), которая изучает наиболее общие законы, закономерности и механизмы психики.

Многочисленные отрасли психологии выделяются по различным основаниям.

**1.2. Сущность психики, ее функции и формы проявления.**

Психика – это свойство мозга. Отражать объективную действительность и на основе создаваемых при этом образов, взаимодействовать с окружающим миром и самим собой.

Если мозг работает нормально, то все хорошо, если есть травма, то наблюдаются сбои в психике. Но бывают и исключения.

Психика – это то, что позволяет увидеть многообразие мира, познать его сущность.

Это особое свойство организма, которое позволяет человеку и животному приспособиться к тяжелым условиям жизни, выжить и испытать радость ,хорошее самочувствие и наслаждение жизнью. Он может преобразовать мир, благодаря психике.

Психика – душа (с греч. Псюша).Человек способен изменить самого себя, а не только окружающий мир. (Демосфен не мог правильно говорить и потому набирал камни в рот, в итоге этих занятий он стал великим оратором)

Психику нельзя свести просто к нервной системе. Психические свойства являются результатом нейрофизиологической деятельности мозга, однако содержат в себе характеристики внешних объектов, а не внутренних физиологических процессов, при помощи которых психическое возникает. Преобразования сигналов, совершающиеся в мозгу, воспринимаются человеком как события, разыгрывающиеся вне его, во внешнем пространстве и мире. Мозг выделяет психику, мысль подобно тому, как печень выделяет желчь. Недостаток этой теории в том, что отождествляют психику с нервными процессами, не видят качественных отличий между ними.

Психические явления соотносятся не с отдельным нейрофизиологическим процессом, а с организованными совокупностями таких процессов, т.е. психика – это системное качество мозга, реализуемое через многоуровневые функциональные системы мозга, которые формируются у человека в процессе жизни и овладения им исторически сложившимися формами деятельности и опыта человечества через собственную активную деятельность.

Психика человека проявляется, формируется и развивается в его деятельности. Судить о психических процессах и о психических свойствах человека можно, только наблюдая и изучая его деятельность. В этом смысле следует говорить о единстве психики и деятельности человека. Поэтому психология изучает также различные виды деятельности человека (игровую, учебную, трудовую, творческую), различные стороны деятельности (навыки, внимание как необходимое условие любой деятельности и т. д.).

Наличие психики связано с высшими формами органической жизни, проявления психики свойственны только животным и человеку. Психика животных гораздо проще и более элементарна, чем психика человека. Психика человека качественно отлична от психики животных. Только человеку присуща высшая форма психической жизни — сознание. Сознание выражается в целенаправленной трудовой деятельности, преобразующей окружающую Среду и связанной с возможностью предварительно обдумывать свои действия, планировать путь и средства достижения постав ленных целей, отчетливо представлять себе конечный результат.

Функции психики – это то свойство, которое обеспечивает успех задач.

К функциям психики относят: Отражательная; Регулятивная;

Отражательная функция – это формирование образа мира во внутреннем плане человека.

Психика формирует образ мира. Отражательная функция помогает познать окружающий мир.

**Познавательные психические процессы**

Познавательные психические процессы являются каналами нашего общения с миром. Поступающая информация о конкретных явлениях и предметах претерпевает изменения и превращается в образ. Все знания человека об окружающем мире являются результатом интеграции отдельных знаний, получаемых с помощью познавательных психических процессов. Каждый из этих процессов имеет собственные характеристики и собственную организацию. Но вместе с тем, протекая одновременно и слаженно, эти процессы незаметно для человека взаимодействуют друг с другом и в результате создают для него единую, целостную, непрерывную картину объективного мира.

***1. 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.

***2. 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.

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.

***3. 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.

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.

***4. Воображение***– это познавательный психический процесс, заключающийся в создании человеком новых образов на основе имеющихся у него представлений. Воображение тесно связано с эмоциональными переживаниями человека. От восприятия воображение отличается тем, что его образы не всегда соответствуют реальности, в них могут присутствовать в большей или меньшей степени элементы фантазии, вымысла. Воображение является основой наглядно-образного мышления, позволяющего человеку ориентироваться в ситуации и решать задачи без непосредственного практического вмешательства. Особенно оно помогает в тех случаях, когда практические действия или невозможны, или затруднены, или нецелесообразны.

При классификации видов воображения исходят из основных характеристик – *степени волевых усилий*и *степени активности.*

*Воссоздающее воображение*проявляется тогда, когда человеку необходимо воссоздать представление объекта по его описанию (например, при чтении описания географических мест или исторических событий, а также при знакомстве с литературными героями).

*Мечта*– это воображение, направленное на желаемое будущее. В мечте человек всегда создает образ желаемого, тогда как в творческих образах не всегда воплощается желание их создателя. Мечта – это процесс воображения, не включенный в творческую деятельность, т. е. не приводящий к немедленному и непосредственному получению объективного продукта в виде художественного произведения, изобретения, изделия и пр.

Воображение тесно связано с творчеством. *Творческое воображение*характеризуется тем, что человек преобразует имеющиеся у него представления и создает самостоятельно новый образ – не по знакомому образу, а совершенно отличный от него. В практической деятельности с феноменом воображения, прежде всего, связан процесс художественного творчества в тех случаях, когда воссоздание действительности реалистическими методами автора уже не устраивает. Обращение к необычным, причудливым, нереалистичным образам позволяет усилить интеллектуальное и эмоционально-нравственное воздействие искусства на человека.

*Творчество*– это деятельность, которая порождает новые материальные и духовные ценности. Творчество раскрывает потребность личности в самовыражении, самоактуализации и реализации своих созидательных возможностей. В [психологии](https://bookap.info/#psihologiya) выделяют следующие *критерии творческой деятельности:*

***5. Мышление***– это высший познавательный процесс, порождение нового знания, обобщенное и опосредованное отражение человеком действительности в ее существенных связях и отношениях. Суть данного познавательного психического процесса заключается в порождении нового знания на основе преобразования человеком действительности. Это наиболее сложный познавательный процесс, высшая форма отражения действительности.

*Предметно-действенное*мышление осуществляется во время действий с предметами при непосредственном восприятии предмета в реальности.

*Наглядно-образное*мышление происходит при представлении предметных образов.

*Абстрактно-логическое*мышление является результатом логических операций с понятиями. Мышление носит *мотивированный*и *целенаправленный характер,*все операции мыслительного процесса вызваны потребностями, мотивами, интересами личности, ее целями и задачами.

К основным *мыслительным операциям*относятся:

*анализ*– мысленное разделение целостной структуры объекта отражения на составляющие элементы;

*синтез*– воссоединение отдельных элементов в целостную структуру;

*сравнение*– установление отношений сходства и различия;

*обобщение*– выделение общих признаков на основе объединения сущностных свойств или сходства;

*абстрагирование*– выделение какой-либо стороны явления, которая в действительности как самостоятельная не существует;

*конкретизация*– отвлечение от общих признаков и выделение, подчеркивание частного, единичного;

*систематизация*(или *классификация)*– мысленное распределение предметов или явлений по определенным группам, подгруппам.

Кроме перечисленных выше видов и операций существуют *процессы мышления:*

*суждение*– высказывание, содержащее конкретную мысль;

*умозаключение*– ряд логически связанных высказываний, приводящих к новому знанию;

*определение понятий*– система суждений о некотором классе предметов или явлений, выделяющая их наиболее общие признаки;

*индукция[29]* – вывод частного суждения из общего;

*дедукция[30]* – вывод общего суждения из частных.

Основные качественные *характеристики мышления*таковы: самостоятельность, инициативность, глубина, ширина, быстрота, оригинальность, критичность и др.

***6. Мнемические процессы.***В настоящее время в [психологии](https://bookap.info/#psihologiya) не существует единой, законченной теории памяти, а изучение феномена памяти остается одной из центральных задач. *Мнемические[32]* процессы, или процессы памяти, изучаются разными науками, которые рассматривают физиологические, биохимические и психологические механизмы процессов памяти.

**Память**– это форма психического отражения, заключающаяся в закреплении, сохранении и последующем воспроизведении прошлого опыта, делающая возможным его повторное использование в деятельности или возвращение в сферу сознания.

Среди первых психологов, начавших экспериментальные исследования мнемических процессов, был немецкий ученый Г. Эббингауз, который, исследуя процесс запоминания разных словосочетаний, вывел целый ряд законов запоминания.

Память связывает прошлое субъекта с его настоящим и будущим – это основа психической деятельности.

К **процессам памяти**относятся следующие:

1) *запоминание*– такой процесс памяти, в результате которого происходит закрепление нового путем связывания его с приобретенным ранее; запоминание всегда избирательно – в памяти сохраняется не все, что воздействует на наши органы чувств, а только то, что имеет значение для человека или вызвало его интерес и наибольшие эмоции;

2) *сохранение*– процесс переработки и удержания информации;

3) *воспроизведение*– процесс извлечения из памяти сохраненного материала;

4) *забывание*– процесс избавления от давно полученной, редко используемой информации.

***7. Внимание***– это произвольная или непроизвольная направленность и сосредоточенность психической деятельности на каком-либо объекте восприятия. Природа и сущность внимания вызывают разногласия в [психологической](https://bookap.info/#psihologiya) науке, среди психологов в отношении его сущности нет единого мнения. Сложности объяснения феномена внимания вызваны тем, что оно не обнаруживается в «чистом» виде, оно всегда «внимание к чему-либо». Одни ученые считают, что внимание не является независимым процессом, а является лишь частью любого другого психологического процесса. Другие полагают, что это самостоятельный процесс, имеющий свои особенности. Действительно, с одной стороны, внимание включено во все психологические процессы, с другой стороны, у внимания есть наблюдаемые и измеримые характеристики (объем, концентрация, переключаемость и др.), которые непосредственно к остальным познавательным процессам не относятся.

Внимание является необходимым условием овладения любыми видами деятельности. Оно зависит от индивидуально-типологических, возрастных и других характеристик человека. В зависимости от активности личности выделяют три вида внимания (рис. 14).

*Непроизвольное внимание*– наиболее простой вид внимания. Его часто называют *пассивным,*или *вынужденным,*так как оно возникает и поддерживается независимо от сознания человека.

*Произвольное внимание*управляется сознательной целью, связано с волей человека. Его еще называют *волевым, активным*или *преднамеренным.*

*Послепроизвольное внимание*также носит целенаправленный характер и первоначально требует волевых усилий, но затем сама деятельность становится настолько интересной, что практически не требует от человека волевых усилий для поддержания внимания.

Внимание обладает определенными параметрами и особенностями, которые во многом являются характеристикой человеческих способностей и возможностей. К **основным свойствам внимания**обычно относят следующие:

*концентрированность*– это показатель степени сосредоточенности сознания на определенном объекте, интенсивности связи с ним; концентрированность внимания предполагает образование временного центра (фокуса) всей психологической активности человека;

*интенсивность*– характеризует эффективность восприятия, мышления и памяти в целом;

*устойчивость*– способность длительное время поддерживать высокие уровни концентрированности и интенсивности внимания; определяется типом нервной системы, темпераментом, мотивацией (новизна, значимость потребности, личные интересы), а также внешними условиями деятельности человека;

*объем*– количественный показатель объектов, находящихся в фокусе внимания (у взрослого человека – от 4 до 6, у ребенка – не более 1–3); объем внимания зависит не только от генетических факторов и от возможностей кратковременной памяти индивида, имеют также значение характеристики воспринимаемых объектов и профессиональные навыки самого субъекта;

*распределение*– способность сосредоточивать внимание на нескольких объектах одновременно; при этом формируется несколько фокусов (центров) внимания, что дает возможность совершать несколько действий или следить за несколькими процессами одновременно, не теряя ни одного из них из поля внимания;

*переключение –*способность к более или менее легкому и достаточно быстрому переходу от одного вида деятельности к другому и сосредоточению на последнем.

**Задание:**

**Письменно в тетради ответить на вопросы:**

1. Что такое психология?
2. Что изучает психология?
3. Основные задачи психологии.
4. Перечислите этапы развития психологии.
5. Назовите отрасли психологии.
6. Что называется психикой?
7. Назовите основные функции психики.
8. Что относится к психическим процессам?