

Психические процессы личности



Структура психики:

Психические процессы:

- познавательные: ощущения, восприятия, память, представления, мышление, внимание, речь, воображение;
- эмоциональные: эмоции, чувства;
- волевые: механизмы волевых действий, волевые качества

Психические состояния:

активность, пассивность, бодрость, усталость, апатия, эйфория и т.д.



ПСИХИКА

Психические образования:

знания, начальные умения, простые навыки, сложные навыки, сложные умения

Психические свойства:

направленность потребности, мотивы, цели, темперамент, характер, способности

II сигнальные системы

- I – образы, чувственные образы



- II – слова, вербально – символическая реальность



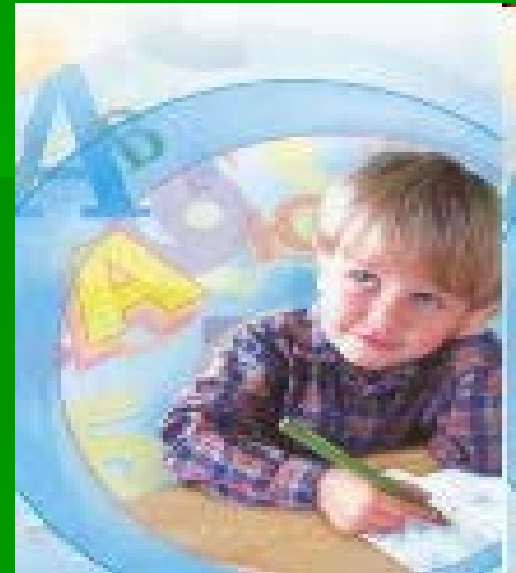
1. Познавательные психические процессы

- Ощущение;
- Восприятие;
- Представление;

Мышление;
Воображение;
Речь

Память;

- Внимание.



Ощущение - это

**отражение конкретных —
отдельных свойств, качеств,
сторон предметов и явлений
материальной
действительности,
воздействующих на органы
чувств в данный момент.
Анализатор – материальная основа
ощущений.**

«Сенсорные образы»



Классификация ощущений:



- 1) по наличию или отсутствию непосредственного контакта с раздражителем, вызывающим ощущение - дистантные и контактные;
- 2) по месту расположения рецепторов:
- проприоцептивные (дают информацию о мышечной системе);
- интероцептивные (дают информацию о состоянии внутренних органов);
- специфические виды ощущений, несущих информацию о времени, ускорении, вибрации и т.д.

Виды ощущений:

- 3) Виды ощущений многообразны: осязательные, зрительные, вибрационные, обонятельные и т.д. Качественная особенность тех или иных ощущений называется их ***модальностью***



Пороги ощущений – качественные показатели чувствительности анализатора



- Наряду с этим все виды ощущений подчинены общим психофизиологическим закономерностям.
 - Пороги ощущений — качественные показатели чувствительности анализатора
- Нужна известная минимальная интенсивность раздражителя для того, чтобы вызвать ощущение - . <нижним абсолютным порогом>.
- Верхний абсолютный порог>,
 - т. е. максимальная интенсивность, возможная для ощущения данного качества.

Восприятие - это

- сложный процесс приема и преобразования информации, обеспечивающий отражение объективной реальности и ориентировку в окружающем мире.



Свойства восприятия:

- **ОСМЫСЛЕННОСТЬ** - человек осознаёт, понимает то, что воспринимается.
- **ПРЕДМЕТНОСТЬ** - психические образы человек осознаёт не как образы, а как реальные предметы, вынося образы вовне, объективизируя их.
- **ЦЕЛОСТНОСТЬ** - в предметах и явлениях действительности отдельные их признаки и свойства находятся в постоянной устойчивой зависимости.
- **СТРУКТУРНОСТЬ** - человек узнаёт различные объекты благодаря устойчивой структуре их признаков.
- **ИЗБИРАТЕЛЬНОСТЬ** - из бесчисленного количества окружающих человека предметов и явлений, он выделяет в данный момент лишь некоторые из них.
- **КОНСТАНТНОСТЬ** - одни и те же предметы воспринимаются человеком в изменяющихся условиях: при различной освещённости, с разных точек зрения, с разного расстояния и т.п.



Представление - это

**психический процесс
отражения предметов или
явлений, которые в данный
момент не воспринимаются,
но воссоздаются на основе
нашего предыдущего опыта.**

Мышление —

это наиболее обобщённая и опосредованная форма психического отражения, устанавливающая связи и отношения между познаваемыми объектами.

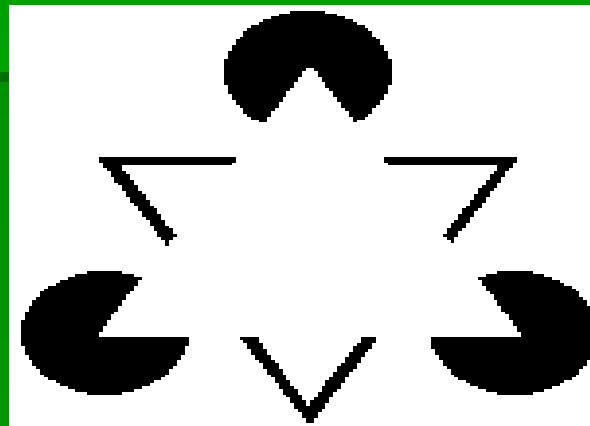
Важно отметить еще две особенности мышления:

1. Связь с действием.
2. Связь с речью. Человеческое мышление — это речевое мышление.

Функция мышления -

расширение границ познания путём выхода за пределы чувственного восприятия.

Задача мышления — раскрытие отношений между предметами, выявление связей и отделение их от случайных совпадений.



Виды мышления

- Наглядно-действенное мышление:

оперирование
«действиями»



Наглядно-образное мышление

оперирование
образами

Словесно-логическое
(абстрактное) мышление

Оперирование
символами -

К основным мыслительным операциям относятся:

Сравнение —

мышление сопоставляет вещи, явления и их свойства, выявляя сходства и различия, что приводит к классификации;

Анализ —

мысленное расчленение предмета, явления или ситуации для выделения составляющих элементов.

Синтез —

обратный анализу процесс, который восстанавливает целое, находя существенные связи и отношения.

Абстракция —

выделение одной какой-либо стороны. свойства и отвлечение от остальных. Так, рассматривая предмет можно выделить его цвет, не замечая формы, либо наоборот, выделить только форму.

Обобщение (или генерализация) — отбрасывание единичных признаков при сохранении общих, с раскрытием существенных связей. Обобщение может совершиться путем сравнения, при котором выделяются общие качества.

Воображение:

— это психический процесс создания нового в форме образа, представления или идеи.

Процесс воображения свойственен только человеку и является необходимым условием его трудовой деятельности.

Непроизвольные формы
воображения:
галлюцинации



Ben Goosens и его фото-галлюцинации

Произвольные
формы воображения:
мечта,
репродуктивное (воссоздающее)
и продуктивное (творческое).



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.

- Запоминание
- Сохранение
- Воспроизведение
- и узнавание
- Забывание
- Амнезия

Основные процессы памяти:

Виды памяти:

```
graph TD; A[Виды памяти:] --> B[Краткосрочная (оперативная)]; A --> C[Долгосрочная]; A --> D[Произвольная (специально заучивается)]; A --> E[Непроизвольная: информация заучивается сама собой];
```

**Краткосрочная
(оперативная)**

Долгосрочная

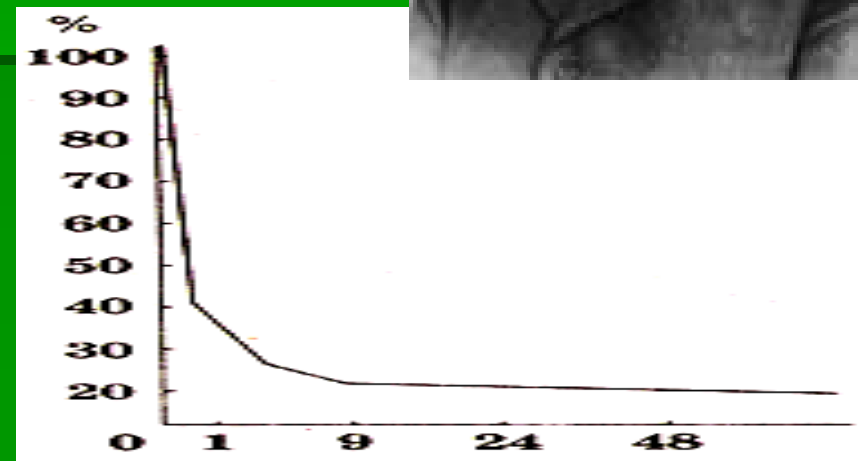
**Произвольная
(специально заучивается)**

**Непроизвольная:
информация
заучивается
сама собой**

Экспериментальная кривая забывания, полученная немецким психологом Германом Эббингаузом (1850-1909).

Основное «забывание»
происходит в
период, следующий
непосредственно за
заучиванием –

- в этот период
теряется
наибольший объем
материала.



ОСОБЕННОСТИ МНЕМОТЕХНИКИ (ЗАПОМИНАНИЯ):

- **«Эффект края»** — явление, которое состояло в том, что элементы, находившиеся в начале и конце стимульного ряда, запоминались быстрее, чем элементы, находившиеся в середине;
- **Заучивание в целом эффективнее заучивания по частям;**
- **Если испытуемый знает, что выученный материал пригодится, запоминается лучше.**
- **Трудность заучивания пропорциональна объему или длине стимульного ряда (например, ряду слогов);**
С увеличением повторений скорость заучивания уменьшается.
- **Осмысленный материал запоминается в 9 раз быстрее.**



Внимание - это состояние направленности и сосредоточенности сознания на каких-либо объектах с одновременным отвлечением от всего остального.

■ Под направленностью понимается селективный, избирательный характер протекания познавательной деятельности.

■ Под сосредоточенностью подразумевается удержание внимания на одном объекте, игнорирование остальных объектов.

Виды внимания:
непроизвольное, произвольное и послепроизвольное.

НЕПРОИЗВОЛЬНОЕ ВНИМАНИЕ -

непреднамеренное, пассивное, эмоциональное.

Существует связь между объектом внимания

и эмоциями,

интересами, потребностями человека.

ПРОИЗВОЛЬНОЕ ВНИМАНИЕ зависит

не от особенностей объекта,

а от поставленной личностью цели, задачи.

ПОСЛЕПРОИЗВОЛЬНОЕ ВНИМАНИЕ – это внимание,

возникающее на основе произвольного,

после него, когда для его поддержания

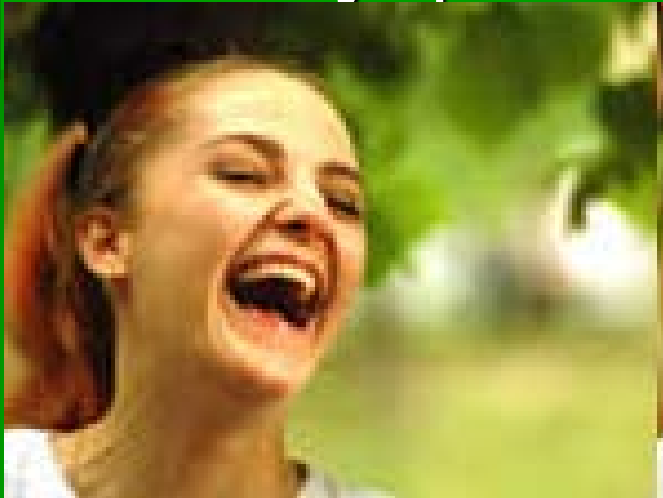
уже не требуется волевых усилий.

Общие характеристики познавательной сферы человека:

- Познавательные процессы – ощущение, восприятие, мышление, воображение, память – формируют информационную базу, ориентировочную основу психики.
- С помощью познавательных процессов человек получает и осмысливает информацию, отображает объективный мир, преобразуя его в субъективный образ.
- Таким образом, познавательные процессы – это различные по сложности и адекватности уровни отражения реальности, которые образуют систему, индивидуальную для каждого человека.

2. Эмоциональные и волевые процессы

Эмоции (от лат. *emovere* - возбуждать, волновать) - особый класс психических процессов и состояний, отражающих в форме непосредственного переживания значимости действующих на индивида явлений и ситуаций.



Воля — это сознательное регулирование человеком своего поведения и деятельности, выраженное в умении преодолевать внутренние и внешние трудности при совершении целенаправленных действий и поступков.



Функции эмоций:

- Отражательно-оценочная
- Сигнальная
- Предвосхищающая
- Активизирующая или тормозящая
- Ориентирующая и интегрирующая
- Подкрепляющая
- Координирующая
- Системо-образующая
- Функции ценности



Главная функция воли

- заключается в сознательной регуляции активности в затруднённых условиях жизнедеятельности.
- В основе этой регуляции лежит взаимодействие процессов возбуждения и торможения нервной системы

3 уровня воли:

- 1. Неявное знание о себе.
- 2. Рефлексия (осознание).
- 3. Регуляция.

Два механизма волевого регулирования:

- Волевое усилие.
- - Установки



В сложном волевом действии выделяют следующие этапы:

- 1) осознание цели и стремление достичь ее;
- 2) осознание ряда возможностей достижения цели;
- 3) появление мотивов, утверждающих или отрицающих эти возможности;
- 4) борьба мотивов и выбор;
- 5) принятие одной из возможностей в качестве решения;
- 6) осуществление принятого решения.

Эмоциональные и волевые свойства личности:

- К эмоциональным свойствам относятся:
эмоциональная
возбудимость,

- глубина переживания эмоций,
- эмоциональная лабильность — ригидность, эмоциональная отзывчивость, эмоциональная устойчивость и экспрессия.
- оптимизм и пессимизм.

- В психологии выделяют следующие волевые свойства личности:

- Целеустремленность;
- Решительность;
- Смелость;
- Настойчивость;
- Выдержка;
- Инициативность;
- Самостоятельность;
- Дисциплинированность

Т.О., психические процессы личности -

- — это течение психического явления, имеющего начало, развитие и конец, проявляющиеся в виде реакции.
- Все психические процессы подразделяются на познавательные (ощущения, восприятия, представления, память, мышление, воображение), эмоциональные (чувства, эмоции и переживания) и волевые.
- Психические процессы обеспечивают формирование знаний и первичную регуляцию поведения и деятельности человека.

