


Психические процессы, свойства, состояния



ОЩУЩЕНИЕ

- **Ощущение** – процесс отражения отдельных свойств предметов и явлений окружающего мира, внутренних состояний организма при непосредственном воздействии материальных раздражителей на органы чувств.



Виды ощущений по модальности (Б. Г. Ананьев):

- 1 – зрительные
- 2 – слуховые
- 3 – обонятельные
- 4 – вкусовые
- 5 – температурные
- 6 – тактильные
- 7 – мышечно-суставные (движения)
- 8 - болевые
- 9 – вестибулярные
- 10 – статико-динамические (равновесие и ускорение)
- 11 –органические

Классификация ощущений Ч. Шеррингтона (1906)

- 1) Экстероцептивные ощущения
- 2) Проприоцептивные ощущения
- 3) Интероцептивные (органические)

Экстероцептивные ощущения

Возникают при воздействии внешних раздражителей на рецепторы, которые расположены на поверхности тела).

контактные (вкусовые и осязательные ощущения)

дистантные (зрительные, слуховые, обонятельные).

Проприоцептивные ощущения

отражают движение и относительное положение частей тела благодаря работе рецепторов, расположенных в мышцах, сухожилиях и суставных сумках

Интероцептивные (органические) ощущения

сигнализируют с помощью специальных рецепторов о протекании обменных процессов во внутренней среде организма, о состоянии внутренних процессов организма

Физиологические основы ощущений

Анализаторы – сложные нервные приборы, которые состоят из:

- 1) наружного воспринимаемого аппарата – рецептора;
- 2) проводящих центrostремительных путей, по которым нервное возбуждение передается от рецептора в соответствующий участок коры больших полушарий ГМ;
- 3) коркового отдела анализаторов.

Физиологические основы ощущений.



Измерение ощущений.

7. Пороги чувствительности

Нижний порог
абсолютной чув-
ствительности **1**

Минимальная величина интенсивности воздействия, необходимая для возникновения ощущений

Верхний порог
абсолютной чув-
ствительности **2**

Максимальная величина доболевой интенсивности воздействия

Разностный
порог **3**

Минимальное различие в интенсивности двух однотипных воздействий, необходимое для его ощущения

Две формы изменения чувствительности:

- Адаптация — приспособление чувствительности к постоянно действующему раздражителю, проявляющееся в повышении или понижении порогов.
- Сенсibiliзация — повышение чувствительности в результате взаимодействия анализаторов и упражнения.

Восприятие

- Восприятие – отражение предметов и явлений окружающего мира в целом при непосредственном воздействии материальных раздражителей на органы чувств.

Свойства восприятия

- Предметность.
- Целостность.
- Обобщенность (категориальность).
- Константность.

Предметность

- Предметность - способность человека воспринимать мир не в виде набора не связанных друг с другом ощущений, а в форме отделенных друг от друга предметов, обладающих свойствами, вызывающими данные ощущения.

Целостность

- Целостность восприятия выражается в том, что образ воспринимаемых предметов не дан в полностью готовом виде со всеми необходимыми элементами, а как бы мысленно достраивается до некоторой целостной формы на основе небольшого набора элементов. Это происходит в том случае, если некоторые детали предмета человеком непосредственно в данный момент не воспринимаются.

Обобщенность

- Обобщенность (иногда это свойство называют категориальность) восприятия проявляется в том, что оно носит обобщенный характер, и каждый воспринимаемый предмет мы обозначаем словом-понятием, относим к определенному классу. В соответствии с этим классом нами в воспринимаемом предмете ищутся и видятся признаки, свойственные всем предметам данного класса и выраженные в объеме и содержании этого понятия.

Константность

- Константность определяется как способность воспринимать предметы относительно постоянными по форме, цвету и величине и другим параметрам независимо от меняющихся условий восприятия.

ПАМЯТЬ

Память – процесс получения, запоминания, сохранения, последующего воспроизведения и забывания индивидом его опыта.

Память не добывает нового знания о вещах, а лишь организует и реконструирует уже добытое.

Виды памяти по критерию психической активности (П.П. Блонский):

1. **двигательная** (память на движения, лежит в основе формирования навыков);
2. **эмоциональная** (память на эмоции и чувства);
3. **образная память** (память на представления): зрительная, слуховая, осязательная, обонятельная, вкусовая;
4. **словесно-логическая** (высокий уровень произвольности, адекватности содержания, смысла, но не формы, в памяти остается смысл, а не слова).

Виды памяти по временным характеристикам:

1. ***мгновенная*** (0,1 - 0,5 сек.);
2. ***кратковременная*** (до 20 сек.);
3. ***промежуточная*** (до нескольких дней);
4. ***долговременная*** (не ограничен объем и время сохранения информации).

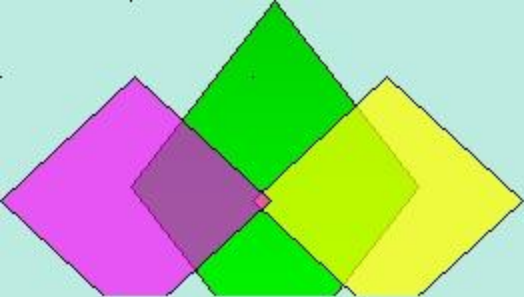
Эффекты и законы памяти.

Эффект Зейгарник

Эффект реминисценции (улучшение со временем воспроизведения заученного материала без дополнительных его повторений).

Закон мотивированного забывания

(человек имеет склонность к забыванию психологически неприятного).



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.
- в основе представлений лежит прошлый перцептивный опыт.

Отличие представлений от восприятия и ощущений

- Представления *менее ясны и отчетливы* в своих формах, красках, размерах и т.д., чем восприятия.
- *Представления подвижны*. Нельзя представить себе предмет со всей ясностью сразу, человек представляет его себе путем последовательного «обзора» в сознании по частям: сперва в сознании может всплыть , довольно смутный образ березы, который сменится затем отчетливым образом ее ствола, потом в представлении могут ясно выступить особенности ветвей и т.д.
- *Представления изменчивы*. В представлениях можно легко менять цвет, форму, размеры предметов.

ВНИМАНИЕ

Внимание – это направленность и сосредоточенность психической деятельности на определенном объекте.

Виды внимания:

- 1) Непроизвольное
- 2) Произвольное
- 3) Послепроизвольное

Свойства внимания

- Концентрация внимания
- Объем внимания
- Распределение внимания
- Переключаемость внимания
- Устойчивость внимания
- Избирательность внимания

Концентрация внимания

- Концентрация (сосредоточенность) внимания –сосредоточенность субъекта на объекте, сила поглощенности его этим объектом.

Устойчивость внимания

- Устойчивость внимания определяется длительностью, в течение которой сохраняется концентрация внимания.

Объем внимания

- Объем внимания – количество однородных предметов (как правило, не более 7-9), которое охватывает внимание одновременно.

Распределение внимания

- Распределение внимания – это возможность одновременного выполнения нескольких видов действий; способность контролировать несколько независимых процессов, не теряя ни одного из них из поля своего внимания.

Переключаемость внимания

- Переключаемость внимания заключается в способности намеренного переноса внимания с одного объекта на другой.

Избирательность внимания

- Избирательность внимания проявляется в возможности успешной настройки при наличии помех на восприятие той информации, которая относится к сознательно поставленной цели.

МЫШЛЕНИЕ

Мышление - процесс познавательной деятельности, который характеризуется опосредованным и обобщенным отражением действительности.

Мышление - это высший познавательный процесс. Его итогом является не образ, а некоторая мысль, идея.

Виды мышления

- *Наглядно-действенное мышление*
- *Наглядно-образное мышление*
- *Словесно-логическое мышление*

Наглядно-действенное мышление

- *Наглядно-действенное мышление* - процесс мышления представляет собой практическую преобразовательную деятельность, осуществляемую человеком с реальными предметами. Основным условием решения задачи в данном случае являются правильные действия с соответствующими предметами.

Наглядно-образное мышление

- *Наглядно-образное мышление* — мыслительный процесс в нем непосредственно связан с восприятием мыслящим человеком окружающей действительности и без него совершаться не может. Данная форма мышления наиболее полно и развернуто представлена у детей дошкольного и младшего школьного возраста, а у взрослых — среди людей, занятых практической работой.

Словесно-логическое мышление

- *Словесно-логическое мышление* осуществляется с помощью логических операций с понятиями. В процессе решения задачи обращается к понятиям, выполняет действия в уме, непосредственно не имея дела с опытом, получаемым при помощи органов чувств.

Речь

Речь – исторически сложившаяся форма общения людей посредством языка.

Функции речи:

- *коммуникативная* (осуществление процессов общения между людьми);
- *мыслительная* (речь выступает как средство выражения мыслей, их образования и развития).

ВООБРАЖЕНИЕ

- **Воображение** – способность представлять отсутствующий или реально не существующий объект, удерживать его в сознании и мысленно манипулировать им.

Виды воображения:

- Активное воображение
- Пассивное воображение.
- Продуктивное воображение
- Репродуктивное воображение
- Воссоздающее воображение

Активное и пассивное воображение

- Активное воображение характеризуется тем, что, пользуясь им, человек по собственному желанию, усилием воли вызывает у себя соответствующие образы.
- Пассивное воображение. Его образы возникают спонтанно, помимо воли и желания человека (например, сновидения)

Продуктивное и репродуктивное воображение

- Продуктивное воображение (действительность сознательно конструируется человеком, а не просто механически копируется или воссоздается).
- В репродуктивном воображении ставится задача воспроизвести реальность в том виде, какова она есть, и хотя здесь также присутствует элемент фантазии.

Воссоздающее воображение

- Воссоздающее воображение имеет место в тех случаях, когда человек по одному описанию может представить себе предмет, который раньше не воспринимал. Например, спортсмен еще никогда не видел какой-то комбинации упражнений, но по одному словесному описанию может представить себе данное упражнение достаточно точно.

Эмоции и чувства

- Эмоции - субъективное отношение к объективной реальности.
- Базовая функция эмоций – мобилизация организма (выработка алгоритма), обеспечение энергетического потенциала.

Классификация эмоций (К. Изард):

- *Радость; страх;*
- *гнев; удивление;*
- *интерес; стыд;*
- *вина; отвращение;*
- *горе; презрение.*

Чувства

- *Чувство* - форма переживания человеком отношения к предметам и явлениям, отличающаяся относительной устойчивостью.

Классификация чувств по сферам деятельности, в которых они проявляются:

- Интеллектуальные (удивление, любопытство, чувство радости по поводу сделанного открытия)
- Моральные (нравственные) (любовь, дружба, патриотизм, чувство долга, гуманность)
- Эстетические (презрение, отвращение, восторг, радость)
- Практические (удовольствие от сделанной работы, желание добиться успеха)