

**ФЕДЕРАЛЬНОЕ ГОСУДАРСТВЕННОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ
УЧРЕЖДЕНИЕ ВЫСШЕГО ОБРАЗОВАНИЯ
«ОРЕНБУРГСКИЙ ГОСУДАРСТВЕННЫЙ АГРАРНЫЙ УНИВЕРСИТЕТ»**

**МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ ДЛЯ ОБУЧАЮЩИХСЯ
ПО ОСВОЕНИЮ ДИСЦИПЛИНЫ**

ПСИХОЛОГИЯ

Направление подготовки (специальность): Экономика

Профиль образовательной программы: Экономика предприятий и организаций

Форма обучения: очная

СОДЕРЖАНИЕ

1. Конспект лекций	3
1.1 Лекция № 1 <i>Предмет психологии, ее задачи и методы</i>	3
1.2 Лекция № 2 <i>Развитие психики и сознания</i>.....	4
1.3 Лекция № 3 <i>Генезис психологического знания</i>.....	5
1.4 Лекция № 4 <i>Чувственные формы освоения действительности</i>.....	7
1.5 Лекция № 5 <i>Рациональные формы освоения действительности</i>.....	8
1.6 Лекция № 6 <i>Потребности и мотивы деятельности</i>.....	10
1.7 Лекция № 7 <i>Межличностное общение</i>.....	12
1.8 Лекция № 8 <i>Индивидуально-психологические особенности личности</i>.....	14
1.9 Лекция № 9 <i>Эмоционально-волевая сфера человека</i>.....	16
2. Методические указания по проведению семинарских занятий	19
2.1 Семинарское занятие № С-1 <i>Предмет психологии, ее задачи и методы</i>	19
2.2 Семинарское занятие № С-2 <i>Генезис психологического знания</i>	19
2.3 Семинарское занятие № С-3 <i>Чувственные формы освоения действительности</i>.	20
2.4 Семинарское занятие № С-4 <i>Рациональные формы освоения действительности</i>.....	20
2.5 Семинарское занятие № С-5 <i>Потребности и мотивы деятельности</i>.....	21
2.6 Семинарское занятие № С-6 <i>Межличностное общение</i>.....	21
2.7 Семинарское занятие № С-7 <i>Индивидуально-психологические особенности личности</i>.....	22
2.8 Семинарское занятие № С-8 <i>Эмоционально-волевая сфера человека</i>	22
2.9 Семинарское занятие № С-9 <i>Межличностные конфликты</i>.....	23

1. КОНСПЕКТ ЛЕКЦИЙ

1. 1 Лекция №1 (2 часа).

Тема: «Предмет психологии, ее задачи и методы»

1.1.1 Вопросы лекции:

1. Особенности психологии как науки.
2. Научные и практические задачи психологии.
3. Психология как наука о душе.
4. Психология как наука о сознании.

1.1.2 Краткое содержание вопросов:

1. Особенности психологии как науки

1. Это наука о самом сложном, что пока известно человечеству. Ведь психика человека, его сознание – это самая сложная субстанция известная на земле.
2. В психологии сливаются инструмент и объект познания.
3. Особенность психологии состоит в ее уникальных практических следствиях.

Психологию определяют как **научное исследование** поведения и **внутренних** психических процессов и практическое **применение** получаемых **знаний**.

2. Научные и практические задачи психологии.

1. Она полезна просто человеку, для личных целей, чтобы понимать состояние своей собственной души, а при необходимости сознательно вносить в него изменения (аутотренинг, нейролингвистическое программирование, медитация);
2. Она необходима родителям и педагогам, чтобы знать, что происходит в душах детей, оказывать им первую психологическую помощь, корректировать их психическое развитие;
3. Она просто необходима для делового человека, чтобы принимать ответственные решения с учетом психологического состояния партнеров, умело воздействовать на их симпатии и антипатии, убеждения и вкусы;
4. Без нее также не обойтись инженеру, решающему задачи надежности действий операторов.

3. Психология как наука о душе

Первые представления о психике были связаны с анимизмом (от латинского «анима» — дух, душа) — древнейшими взглядами, согласно которым у всего, что существует на свете, есть душа. Душа понималась как независимая от тела сущность, управляющая всеми живыми и неживыми предметами.

2. Согласно древнегреческому философу-идеалисту Платону (427—347 гг. до н. з.), который был учеником и последователем Сократа, душа — это что-то божественное, отличающееся от тела, и душа у человека существует прежде, чем она вступает в соединение с телом. Она есть образ и истечение мировой души. Душа — это начало незримое, возвышенное, божественное, вечное.

3. Позднее в философских учениях древности затрагивались психологические аспекты, которые решались в плане идеализма либо в плане материализма. Так, материалисты-философы древности Демокрит, Лукреции, Эпикур понимали душу человека как разновидность материи, как телесное образование, состоящее из шаровидных, мелких и наиболее подвижных атомов.

4. Психология как наука о сознании.

С XVII в. начинается новая эпоха в развитии психологического знания. В связи с развитием естественных наук с помощью опытно-экспериментальных методов стали изучать закономерности сознания человека. Способность думать, чувствовать называли сознанием. Психология стала развиваться как наука о сознании.

Р. Декарт (1596—1650) приходит к выводу о различии между душой человека и его телом: «тело по своей природе всегда делимо, тогда как дух неделим». Однако душа способна

производить в теле движения. Это противоречивое дуалистическое учение породило проблему, названную психофизической: как связаны между собой телесные (физиологические) и психические (душевные) процессы в человеке? Декарт создал теорию, объясняющую поведение на основе механистической модели.

1. 2 Лекция №2 (2 часа).

Тема: «Развитие психики и сознания»

1.2.1 Вопросы лекции:

1. Психика как результат эволюции материи.
2. Понятие о сознании, его структура.
3. Понятие о бессознательном.
4. Классификация бессознательных явлений.

1.2.2 Краткое содержание вопросов:

1. Психика как результат эволюции материи.

I Для самого начала филогенетического ряда характерно стереотипное поведение. У простейших животных оно проявляется в примитивных локомоторных движениях, полностью определяемых структурой внешнего раздражителя. Эта форма поведения получила название **кинез**. В частности, у инфузории туфельки такая форма наблюдается при перепаде температур: чем дальше животное находится от места с оптимальной температурой, тем быстрее становятся его движения. Такая форма движения получила название **ортокинез**.

II В отличие от **кинеза таксисы** являются более сложной формой локомоторного поведения, носящей ярко выраженный ориентированный характер, т.е. при воздействии внешнего стимула животное ориентирует либо все тело, либо соответствующие органы в сторону благоприятного стимула или, наоборот, в сторону от неблагоприятного раздражителя. **Кинезы** и таксисы как самостоятельные формы поведения встречаются у простейших и многоклеточных.

III С возрастанием уровня филогенетического развития происходит и усложнение поведения. У червей и моллюсков, хотя и преобладает форма поведения в виде таксисов, появляются **цепочки врожденных таксисов**, представляющие собой зачатки более сложных наследственно обусловленных форм активности, характерных для высокоорганизованных животных. Отражение действительности происходит на уровне ощущений, что дало основание известному отечественному психологу **А.Н. Леонтьеву** назвать этот уровень **элементарной сенсорной психикой**.

VI Преобладающей формой поведения **насекомых** являются **инстинкты** как врожденные, стереотипные целостные акты, присущие представителям всего вида в целом. Однако это не означает, что поведением насекомых руководит только «слепой» инстинкт. В естественных условиях у насекомых обнаруживается способность к научению, которая чаще всего связана с ориентацией в пространстве и **пищедобывательной** активностью.

V Головоногие моллюски, птицы с их более развитой нервной системой и органами чувств обладают и более сложной системой поведенческих актов, основанных на целостном отражении явлений среды — предметным восприятием. Данный уровень развития психики был назван **перцептивной психикой**.

IV У млекопитающих получают полное развитие сложные навыки, обеспечивающие пластичность и изменчивость всего поведения. Они не так зависимы от стимулов и могут решать весьма **сложные** проблемы, демонстрируя даже символические реакции. Указанная способность, прогрессируя в филогенезе, приводит к возникновению новой формы поведения — **интеллектуальной активности**.

2. Понятие о сознании, его структура.

Высший уровень психики, свойственный человеку, образует сознание СОЗНАНИЕ есть высшая интегрирующая форма психики, результат общественно-исторических условий

формирования человека в трудовой деятельности, при постоянном общении (с помощью языка) с другими людьми. (А.В. Петровский). СТРУКТУРА СОЗНАНИЯ (по А.В.Петровскому)

1. Первая характеристика дана уже в самом его наименовании: СО-ЗНАНИЕ, т.е. совокупность знаний об окружающем нас мире. В структуру сознания, таким образом, входят важнейшие познавательные процессы, с помощью которых человек постоянно обогащает свои занятия.
2. Характеристика сознания - закреплённое в нем отчетливое разделение субъекта и объекта, т.е. того, что принадлежит «Я» человеку и его «не-Я». Человек - единственный среди живых существ способен осуществлять сапознание, т.е. обратить психическую деятельность на исследование самого себя: человек производит сознательную самооценку своих поступков и себя самого в целом.
3. Характеристика сознания - обеспечение целеполагающей деятельности человека. Невозможность осуществить целеполагающую деятельность, её координацию и направленность в результате болезни или по каким-то иным причинам рассматриваются как нарушение сознания.
- 4 Характеристика сознания - наличие эмоциональных оценок в межличностных отношениях.

3.Понятие о бессознательном.

3.ФРЕЙД(1856 - 1939), которого американцы называли «самым известным психологом XX века».

- 1 Главенствующая из них «ОНО» - представляет собой резервуар бессознательных, иррациональных (неразумных) реакций, влечений, желаний стремящихся к немедленному удовлетворению. Они, по его мнению, являются движущими силами творческой деятельности личности.
2. Сфера личности - «Я» являет собой разумность и рассудительность, которые контролируют слепые иррациональные импульсы. Эти импульсы приводит в соответствие с требованиями внешней среды «Оно».
3. Сфера личности «сверх - Я», - продукт, результат превращения внешних, культурных требований общества в элементы внутреннего мира. И представлено в сознании в виде вины, совести, страха. Если «Я» примет решение, подчиняясь бессознательному и игнорируя общественные запреты, то под воздействием «сверх - Я», в нём возникнут чувства вины, совести, страха.

БЕССОЗНАТЕЛЬНОЕ в психике человека - это те качества, интересы, потребности, которые человек не осознаёт у себя, но которые ему присущи и проявляются в разнообразных произвольных реакциях.

4.Классификация бессознательных явлений.

- 1 ОШИБОЧНЫЕ ДЕЙСТВИЯ - оговорки, описки, ошибки при написании или произнесении слов. Ф. утверждал, что они неслучайны. В них проявляются скрытые от сознания личности мотивы, мысли, переживания.
- 2 НЕПРОИЗВОЛЬНОЕ ЗАБЫВАНИЕ (ВЫТЕСНЕНИЕ) имён, обещаний, намерений, предметов, событий и др. Оно связано с какими-то неприятными чувствами забывающего по отношению к человеку, который носит забытое имя, или к событиям, ассоциируемым с этим именем.
- 3 Группа бессознательных явлений личностного характера относится к разряду представлений и связана с бессознательным восприятием, памятью, воображением: сновидения, грёзы, галлюцинации. Содержание их, по Фрейду, связано с бессознательными желаниями, чувствами, намерениями человека. Его неудовлетворёнными потребностями.
- 4 НЕВРОТИЧЕСКИЕ СИМПТОМЫ. Это желания, мысли, намерения, потребности, которые под влиянием обстоятельств стали достоянием сознания, но под давлением «цензуры» снова были вытеснены в область бессознательного.
- 5 АВТОМАТИЗИРОВАННЫЕ ДЕЙСТВИЯ ИЛИ НАВЫКИ, КОТОРЫЕ В НАЧАЛЕ СВОЕГО ФОРМИРОВАНИЯ ПРЕДСТАВЛЯЛИ СОБОЙ СОЗНАТЕЛЬНО КОНТРОЛИРУЕМЫЕ ДЕЙСТВИЯ, НО ДОВЕДЁННЫЕ ДО АВТОМАТИЗМА ПЕРЕШЛИ В ОБЛАСТЬ БЕССОЗНАТЕЛЬНОГО

1.3 Лекция №3 (2 часа).

Тема: «Генезис психологического знания»

1.3.1 Вопросы лекции:

1. Понятие о сознании, его структура.
2. Понятие о бессознательном.
3. Теории бессознательного.
4. Классификация бессознательных явлений

1.3.2 Краткое содержание вопросов:

1. Понятие о сознании, его структура

Одной из характеристик сознания является способность индивида к *рефлексии*, т.е. осознанию самого себя, своих чувств, переживаний и действий. Осознают ли животные самих себя в этом смысле? Эксперименты с высшими антропоидами по их реагированию на зеркало, показывают, что шимпанзе и орангутанги могут узнавать себя в зеркале. Молодые шимпанзе, рожденные на воле, пользовались зеркалом, чтобы чистить те части своего тела, которые увидеть другим путем невозможно. Вместе с тем вопрос о способности животных реагировать на части своего тела в зеркале как проявление самосознания остается открытым.

Осознание себя подразумевает установление отличий от других, что осуществляется с помощью человеческой речи. С этой точки зрения, видимо, нельзя говорить о наличии самосознания у животных. Однако некоторые ученые не исключают наличие сознания у животных. Так, Д. Макфарланд отмечает, что хотя «нам трудно представить сознание без языка, однако это не дает нам права считать, что животные, которые не имеют языка или обладают очень примитивным языком, не имеют сознания». Подводя итог, можно отметить, что у животных есть некоторые предпосылки к зарождению сознания, однако только человек способен обобществлять свой опыт, создавать совместные знания, которые закрепляются в речи, образцах материальной и духовной культуры.

2. Понятие о бессознательном.

Дать определение языка как средства сознания. Дать определение бессознательного по З. Фрейду. Выделить три противоборствующие в личности сферы: «ОНО»; «Я»; «сверх - Я». Разобрать структуру бессознательного. Перечислить и охарактеризовать различные классификации бессознательных явлений. Оговорки, описки, ошибки при написании и произнесении слов; ошибочные действия; непроизвольное забывание; невротические симптомы; сновидения, галлюцинации; автоматизированные действия.

3. Теории бессознательного.

Проанализировать причины возникновения классического психоанализа и основных его направлений. Рассмотреть следующие теории бессознательного: концепцию «коллективного бессознательного» Карла Юнга; «индивидуальную психологию» Альфреда Адлера; «неофрейдизм» Эриха Фромма. Усвоить термины: «коллективное бессознательное», «личное бессознательное», «компенсация», «гиперкомпенсация», «комплекс неполноценности», «модус быть», «модус иметь». Основные концепции гуманистических идей в психологии рекомендуется изучить на примере массовых социально-психологических экспериментов, разработанных Гордоном Оллпортом; теории «Я» предложенной Абрахамом Маслоу; «позитивной» психотерапии Карла Роджерса. Дать оценку гуманистической психологии, отметив существующие ограничения. Когнитивные концепции, представляющие людей рациональными, активными, знающими и умелыми предлагается рассмотреть на примере теории конструктора Джорджа Келли, этапов умственного развития по Брунеру, изучения закономерностей развития интеллекта у ребенка Жана Пиаже. Основные положения теорий отечественных физиологов и психологов рекомендуется связать со становлением русской, советской нейрофизиологических школ и таких ее представителей, как Иван Михайлович Сеченов, Иван Петрович Павлов, Алексей Алексеевич Ухтомский, Лев Семенович Выготский

4. Классификация бессознательных явлений

1 Невротические симптомы. Это желания, мысли, намерения, потребности, которые под влиянием обстоятельств стали достоянием сознания, но под давлением «цензуры» снова были вытеснены в область бессознательного.

5 Автоматизированные действия или навыки, которые в начале своего формирования представляли собой сознательно контролируемые действия, но, доведенные до автоматизма, перешли в область бессознательного

1.4 Лекция №4 (2 часа).

Тема: «Чувственные формы освоения действительности»

1.4.1 Вопросы лекции:

1. Ощущения, как элементарная форма отражения реальности.
2. Классификация ощущений.
3. Общие свойства ощущений.
4. Закономерности возникновения и протекания ощущений

1.4.2 Краткое содержание вопросов:

1. Ощущения, как элементарная форма отражения реальности.

Ощущения являются наиболее простой формой психологической деятельности. Они представляют собой продукт переработки центральной нервной системой раздражителей, возникающих во внутренней или внешней среде.

Ощущения возникают у всех живых существ, обладающих нервной системой.

У человека они не существуют отдельно, сами по себе, и всегда пронизаны более сложными психическими процессами, свойствами и состояниями.

Ощущения и возникающие на их основе восприятия составляют чувственную основу познания. В психологии конца XIX — начала XX в. Сложилось представление, согласно которому орган чувств (рецептор) пассивно отвечает на воздействующие раздражители и что этим пассивным ответом и являются соответствующие ощущения. Эта концепция называлась *рецепторной теорией ощущений*, и, согласно ей, ощущение — пассивный процесс.

В настоящее время рецепторная теория ощущений признана несостоятельной. Ощущения рассматриваются как активный процесс. Это представление лежит в основе *рефлекторной теории ощущений*. Многочисленные исследования показали, что в состав каждого ощущения входит Дви-жение — иногда в виде вегетативной

2. Классификация ощущений.

Аккомодация — приспособление глаз к четкому видению различно удаленных предметов, а. у человека происходит за счет изменения кривизны хрусталика.

Бинокулярное зрение — видение одного и того же объекта обоими глазами; обеспечивает восприятие глубины, удаленности и объемности предметов.

Вебера — Фехнера закон — закон психофизики, отражающий характер зависимости силы ощущения от интенсивности воздействия на органы чувств.

Вестибулярный аппарат — анализатор, позволяющий оценивать положение в пространстве и изменения направления движения.

Интероцепторы — рецепторы, расположенные на внутренних органах.

Кинестезические ощущения — ощущения движения органов своего тела как результат раздражения про-приорецепторов.

Модальность — качественная характеристика ощущений и восприятий, указывающая на их принадлежность определенным органам чувств, например: зрительным, слуховым, тактильным и др.

Интероцептивные ощущения — ощущения, сигнализирующие о внутреннем состоянии организма.

Мышечное чувство — инструмент познания пространственно-временных свойств внешней среды (И.М. Сеченов).

Обоняние — способность к ощущению запахов.

Ориентировочная реакция — сложная реакция организма на новизну ситуации. Проявляется в повышении чувствительности анализаторов и мобилизации энергетических ресурсов организма.

Ощущения — простейшая форма психического отражения, свойственная и животному и человеку, обеспечивающая познание отдельных свойств предметов и явлений.

Проприоцептивные ощущения — ощущения, сигнализирующие о положении различных частей тела и их движении.

Экстероцептивные ощущения — сигнализирующие о различных характеристиках внешнего мира.

3. Общие свойства ощущений.

Сенсибилизация — повышение чувствительности анализатора под влиянием внутренних факторов.

Синестезия — взаимодействие ощущений разных модальностей (слух и зрение и др.).

Специфическая энергия органов чувств — закон, согласно которому органы чувств не отражают воздействия внешнего мира, а лишь получают извне толчки, возбуждающие их собственную энергию.

Чувствительность — способность реагировать на сравнительно слабые или незначительно отличающиеся друг от друга воздействия.

4. Закономерности возникновения и протекания ощущений

При непрерывном и длительном воздействии какого-либо раздражителя соответствующие рецепторы приспосабливаются к нему, вследствие чего начинает снижаться интенсивность нервных возбуждений, передаваемых от рецепторов к коре, что и лежит в основе адаптации. Благодаря адаптации ощущения, бывшие резкими и сильными при первоначальном раздражении рецептора, при непрерывном действии того же раздражителя ослабевают и могут даже совсем исчезнуть. В отдельных случаях адаптация выражается, наоборот, в повышении чувствительности. Адаптация особенно проявляется в сфере зрения, слуха, обоняния, осязания и вкуса и свидетельствует о большой пластичности организма, его приспособлении к условиям среды. Хорошо известно, что при переходе от яркого света в темноту мы сначала не видим предметов, но постепенно начинаем различать их очертания (адаптация к темноте). Если измерить чувствительность, то окажется, что она возрастает, причем сначала очень быстро, потом все медленнее и, наконец, устанавливается на определенном уровне.

Производя последовательные замеры чувствительности, можно построить график, отражающий ход изменения чувствительности во времени — так называемую кривую темно-вой адаптации.

1.5 Лекция №5 (2 часа).

Тема: «Рациональные формы освоения действительности»

1.5.1 Вопросы лекции:

1. Понятие о мышлении, его связь с чувственным познанием и речью.
2. Виды мышления
3. Мыслительные операции
4. Мышление и решение задач в сфере экономики и бизнеса.

1.5.2 Краткое содержание вопросов:

1. Понятие о мышлении, его связь с чувственным познанием и речью.

Проблема **мышления** долгое время не была предметом изучения психологии, а изучалась философией и логикой. В изучении мышления особенно отчетливо проявилась борьба между материализмом и идеализмом.

Существуют разные психологические теории мышления.

Согласно *ассоцианизму* само мышление не является особым процессом и сводится к простому сочетанию образов памяти (ассоциациям по смежности, сходству, контрасту).

Представители *вюрцбургской школы* считали мышление особым видом психических процессов и отделяли его от чувственной основы и речи.

Согласно гештальт-психологии мышление совершается в замкнутой сфере сознания. В итоге мышление сводилось к движению мыслей в замкнутых структурах сознания.

Мышление как высшая форма познавательной деятельности человека позволяет отражать окружающую действительность:

обобщенно, опосредованно и устанавливать связи и отношения между предметами и явлениями.

Обобщенности способствует то, что мышление носит знаковый характер, выражается словом. Слово делает человеческое мышление опосредованным.

2. Виды мышления

Конкретно-действенное мышление — вид мышления, опирающийся на непосредственное восприятие предметов в процессе действий с ними.

Мышление — наиболее обобщенная и опосредованная форма психического отражения, устанавливающая связи и отношения между познаваемыми объектами.

Наглядно-образное мышление — РИД мышления, характеризующийся опорой на представления и образы.

Опосредствование — познание с использованием вспомогательных средств.

Понятие — форма мышления, отражающая существенные свойства, связи и отношения предметов и явлений, выраженная словом или группой слов.

Словесно-логическое мышление — вид мышления, осуществляемый при помощи логических операций с понятиями.

Суждение — форма мышления, отражающая связи между предметами и явлениями; утверждение или отрицание чего-либо.

Умозаключение — форма мышления, при которой на основе нескольких суждений делается определенный вывод. Различают *у. индуктивное, дедуктивное, по аналогии*.

Эвристика — наука, изучающая продуктивное творческое мышление.

Благодаря опосредованности оказывается возможным познать то, что непосредственно в восприятии не дано.

3. Мыслительные операции

Гипотеза — предположение, проект решения задачи.

Дедукция — логический вывод в процессе мышления от общего к частному.

Задача — цель, заданная в определенных условиях.

Интеллект — общая познавательная способность, определяющая готовность человека к усвоению и использованию знаний и опыта, а также к разумному поведению в проблемных ситуациях.

Индукция — логический вывод в процессе мышления от частного к общему.

Инсайт — мгновенное осознание решения некоторой проблемы.

Обобщение — мысленное объединение предметов и явлений по их общим и существенным признакам.

Синтез — мыслительная операция, позволяющая в едином аналитико-синтетическом процессе мышления переходить от частей к целому.

Сравнение — мыслительная операция, основанная на установлении сходства и различия между объектами.

4. Мышление и решение задач в сфере экономики и бизнеса.

Мышление также дает возможность установить связи и отношения между предметами, в то время как ощущения и восприятия отражают преимущественно отдельные стороны явлений.

Процесс познания является чрезвычайно сложным. Прежде всего, для него необходимо получать непосредственные впечатления от предметов внешнего мира. Эти впечатления добываются с помощью различных органов чувств. Такая форма отражения чрезвычайно важна, существенна, но недостаточна для регуляции поведения. Для того чтобы осуществить в окружающей среде

разумную деятельность, необходимо отражать отношения предметов между собой, что и осуществляется в процессе мышления.

Человеческое мышление качественно отличается от мышления животных. Важнейшим отличительным моментом оказывается речь и другие используемые при этом системы знаков. Материальной основой мышления является речь. Мысль опирается на свернутую внутреннюю речь. Начальным моментом мышления является проблемная ситуация, которая вовлекает личность в активный мыслительный процесс. Проблемная ситуация — это конфликт между тем, что дано субъекту, и тем, чего он должен достигнуть. Под проблемой обычно понимают особый вид интеллектуальных задач, имеющих следующие характеристики:

цель (ориентировочную основу для решения задач);

условия, в которых задается данная цель;

потребность в достижении цели; недостаточность стандартных средств решения, вытекающих непосредственно из условий.

1.6 Лекция №6 (2 часа).

Тема: «Потребности и мотивы деятельности»

1.6.1 Вопросы лекции:

1. Потребности как основа деятельности.
2. Классификация потребностей.
3. Мотивы, их функции и виды.
4. Мотивационный конфликт и его преодоление.
5. Структура деятельности.

1.6.2 Краткое содержание вопросов:

1. Потребности как основа деятельности

Нуждаясь в определённых условиях, человек стремится к устранению возникшего дефицита. Для того, чтобы человек чувствовал себя комфортно, необходимо соблюдение следующих условий: а) условия, необходимые для жизни и развития человека как естественного организма (отсюда естественные или органические потребности); б) условия, необходимые для жизни и развития человека, как индивидуума, как представителя человеческого рода (условия для общения, познания и **труда** в условия, необходимые для жизни и развития данного человека, как личности, для удовлетворения широкой системы его индивидуализированных потребностей. Потребность - необходимость выравнивания отклонений от параметров жизнедеятельности, оптимальных для человека как биологического существа, индивида и личности.

2. Классификация потребностей.

Виды потребностей. Потребности подразделяются на естественные и культурные. В свою очередь культурные делятся на: материальные, материально духовные и духовные. Потребности человека иерархизированы т.е. организованы в определённой соподчинённой схеме. Иерархия индивидуальных потребностей составляет основную отличительную особенность личности - её направленность. Но, несмотря на значительное разнообразие индивидуальных потребностей личности, можно выделить основную схему личностных потребностей. Это уже пытался показать Маслоу в своей иерархической теории потребностей. Иерархическая пирамида потребностей.

3. Мотивы, их функции и виды.

МОТИВ - это опредмеченная потребность, это потребность именно в данном предмете, которая побуждает человека к активной деятельности. Одна и та же деятельность может побуждаться набором разных мотивов. Установки, интересы, желания, стремления, влечения.

1. установка-это стереотипная готовность действовать в соответствующей ситуации определённым образом. Различают следующие виды установок: 1. Ситуативно-двигательная(моторная) (например, готовность кисти руки к оперированию большими или

малыми предметами). 2. Сенсорно-перцептивная установка (ожидание звонка, выделение значимого сигнала из общего шумового фона). 3. Социально-перцептивная установка - стереотипы восприятия социально-значимых объектов (например, наличие татуировок интерпретируется как признак криминализованной личности). 4. Когнитивная - познавательная установка (предупреждение следователя в отношении виновности допрашиваемого ведет к доминированию в его сознании обвинительных доказательств, оправдательные же доказательства отступают на второй план). 5. мнемическая установка - установка на запоминание значимого материала

2. Интерес (от лат. - имеет значение) - избирательное отношение к предметам и явлениям в результате понимания их значения и эмоционального переживания значимых ситуаций. В соответствии с потребностями интересы подразделяются по: 1. содержанию (материальные и духовные), 2. широте (ограниченные и разносторонние); устойчивости (кратковременные и устойчивые); 4. непосредственные и косвенные. 5. положительные и отрицательные. 3. Желание - мотивационное состояние, при котором потребности соотнесены с конкретным предметом их удовлетворения. 4. Если потребность не может быть удовлетворена в данной ситуации, но эта ситуация может быть создана, то направленность сознания на создание такой желаемой ситуации называется стремлением. 5. Преобладающие стремления человека к определенным видам деятельности являются его склонностями, а) потребность; б) действие; в) мотив; г) операция.

4. Мотивационный конфликт и его преодоление.

Мотивационный конфликт. Это конфликты между бессознательными стремлениями, между стремлениями к обладанию и безопасности, между двумя положительными тенденциями. Например, человек хочет одновременно и здоровье сохранить и большие деньги быстро заработать; и спокойно заниматься любимым делом и много зарабатывать при этом; и хорошие отметки получать и при этом особенно себя не утруждать; и здоровый образ жизни вести и быть своим в дружеской, но "грешной" компании; и в передовики производства (учёбы) выйти и сохранить хорошие отношения с коллективом, где не любят напрягаться, не любят "выскачок" и т.д. и т.п. Когда невозможно реализовать противоречащие друг другу желания, выходом может явиться использование такого механизма психологической защиты как девальвация одной из альтернатив плюс рационализация.

Девальвация - умаление ценности альтернативы, обесценивание.

Рационализация - псевдоразумное, псевдологичное, но правдоподобное объяснение человеком своих желаний, поступков, мотивов, мыслей, чувств с целью маскировки, сокрытия от своего сознания истинных детерминант собственного поведения; самооправдание.

5. Структура деятельности

Данную структуру предложил величайший Советский учёный - Алексей Николаевич Леонтьев (1803-1979)

1. Уровень особых видов деятельности. Это ведущий вид деятельности на разных возрастных этапах: игра, ученье, труд.

Действие - это процесс, направленный на реализацию цели. Связка цель - действие неразрывна и взаимообразующа. Цель задаёт действие, действие обеспечивает реализацию цели. Действие - относительно законченная часть деятельности решающая промежуточную задачу.

3. Операцией называется способ выполнения действия. От чего зависит характер используемых человеком операций? – от условий в которых совершается действие. Если действие отвечает собственно цели, то операция отвечает условиям, в которых эта цель дана.

4. Перейдём к последнему, самому низкому уровню в структуре деятельности – Психофизиологическим функциям. Можно сказать, что психофизиологические функции составляют органический фундамент процессов деятельности. Под деятельностью понимаются физиологические обеспечения психических процессов.

Внешняя деятельность по включению человека в систему социальных связей, формирует социально-адаптированное поведение. Следовательно - поведением называется социально

значимая система действий человека **ДЕЯТЕЛЬНОСТЬ** - целенаправленное взаимодействие человека с окружающей средой, осуществляемое на основе её познания и направленное на её преобразование для удовлетворения потребностей человека

1.7 Лекция №7 (2 часа).

Тема: «Межличностное общение»

1.7.1 Вопросы лекции:

1. Общение – основа межличностных отношений.
2. Функции и средства общения.
3. Структура общения.
4. Социальные стереотипы и общение в группе.

1.7.2 Краткое содержание вопросов:

1. Общение – основа межличностных отношений.

Никакая человеческая общность не может осуществлять полноценную совместную деятельность, если не будет установлен контакт между людьми, в нее включенными, и не будет достигнуто между ними должное взаимопонимание. Так, например, для того, что бы преподаватель мог обучить чему-либо студентов, он должен вступить с ними в общение.

Общение – это форма активности, осуществляемая между людьми как равными партнерами и приводящая к возникновению психического контакта. Психический контакт обеспечивает в общении взаимный обмен эмоциями. (Е.В. Руденский)

Важно подчеркнуть, что для общения социальных субъектов с позиции диалогической методологии характерны следующие особенности:

- 1) равенство психологических позиций социальных субъектов независимо от социального статуса;
- 2) равное признание активной коммуникативной роли друг друга;
- 3) психологическая поддержка друг друга.

Называя эти три основные особенности, подчеркнем еще раз:

субъект-личность, вступая в общение как систему социального взаимодействия, сохраняет при этом свою автономию и обеспечивает саморегуляцию своих коммуникативных действий.

Функции общения выделяются в соответствии с содержанием общения. Различают семь основных функций общения (сочетаясь, они придают процессам общения конкретную специфику):

1. инструментальную (общение в свете этой функции выступает как социальный механизм управления и передачи информации, необходимый для совершения определенного действия);
2. синдикативную (общение оказывается средством объединения людей);
3. самовыражения (общение выступает как форма взаимопонимания, психологического контекста);
4. трансляционную (передача конкретных способов деятельности, оценок и т. п.).
5. экспрессивная (взаимопонимание переживаний и эмоциональных состояний)
6. социального контроля (регламентации поведения и деятельности);
7. социализации (формирование навыков взаимодействия в обществе в соответствии с принятыми нормами и правилами) и др.

2. Функции и средства общения

1. Манера общения определяется: —

тоном общения (спокойным, властным, вкрадчивым, взволнованным и т. д.);

— поведением в общении (сдержанностью, беспокойством, неуверенностью, скованностью и т. д.);

— дистанцией в общении (интимной, личной, социальной, публичной и т. д.). Дистанция в общении определяет характер отношений партнеров.

Интимная и личная дистанции свидетельствуют о том, что общающиеся являются близкими людьми или друзьями. Социальная дистанция указывает на официальный, а публичная — на интеллектуально - демонстрационный характер общения.

Манер общения много. Общение может быть уважительным или пренебрежительным, протекать в шутливой или серьезной, озлобленной или доброжелательной манере.

2. Стиль общения — это индивидуально-типологические особенности взаимодействия между людьми. В стиле общения находят выражение: особенности коммуникативных возможностей человека; сложившийся характер отношений с конкретными людьми или коллективами; психологическая или социальная индивидуальность человека; особенности партнера по общению. Фундамент стиля общения личности составляет ее нравственно-этические установки и оценки социально-этических установок общества.

Наиболее распространены следующие стили общения:

творчески-продуктивный, дружеский, дистанционный, подавляющий, популистский, заигрывающий, требовательный, деловой, позиционный.

Стиль общения непосредственно влияет на эмоциональную атмосферу взаимодействия и выбор его средств.

Средства общения делятся на пять основных групп:

а) лингвистические (речевые);

б) оптико-кинетические (жесты, мимика, **пантомимика**);

в) **паралингвистические** (качество голоса, его диапазон, тональность);

г) экстралингвистические (паузы, смех, плач, темп речи);

д) пространственно-временные (дистанция, время, место, ситуация общения),

Своеобразие разговорного стиля словесного действия создается рядом психотехнических приемов:

а) вопросно-ответным ходом (субъект общения сам задает себе вопрос и сам на него дает ответ);

б) риторическим вопросом (который, как известно, содержит утверждение или отрицание, возбуждает мысли, эмоции партнеров по общению);

в) эмоциональными восклицаниями (что позволяет усилить внимание к теме общения, стимулирует разговорность общения);

г) инверсией (т. е. преднамеренным нарушением порядка слов).

3. Структура общения.

Стороны общения. Коммуникативной стороной общения наз. обмен информацией с помощью языка, речи. Коммуникативная сторона общения предполагает рассмотрение информационной составляющей. В процессе коммуникации люди не просто обмениваются значениями, они стремятся выработать общий смысл, а это возможно в том случае, если информация не только принята, но и осмыслена. Таким образом, смысл коммуникации не сводится к простому процессу передачи информации, так как в условиях человеческого общения информация не только передается, но и формируется, уточняется, развивается.

4. Социальные стереотипы и общение в группе.

Интерактивная сторона общения- это взаимодействие общающихся, т.е. обмен в процессе речи действиями, поступками.

1. В психологии под **ролью** понимается *нормативно одобряемый образец поведения.* Ожидаемый окружающими от каждого, кто занимает данную социальную позицию (по должности, возрастным или половым характеристикам, положению в семье и т. д.) Один и тот же человек, выполняет различные роли. Множество ролевых позиций нередко порождает столкновение – **ролевой конфликт**.

Каждый человек, вступая в общение, в большей или меньшей степени точно приписывает обращающимся с ним людям определенные ожидания в отношении его поведения, слов, поступков. 2. *Способность и умение человека безошибочно точно приписывать другим ожидания того, что они готовы от него услышать или в нем увидеть называется **тактом**.*

Из этого, разумеется, не следует, что тактичный человек всегда и во всех случаях должен следовать этим ожиданиям. Если возникнет ситуация, в которой принципы и убеждения субъекта

вступают в резкое противоречие с тем, что от него, как он понимает, ожидают окружающие, он, проявляя принципиальность, может и не заботиться о том, насколько тактично его поведение. Поэтому *ошибочное приписывание ожиданий или их игнорирование является бестактностью.*

Перцептивный аспект общения — это восприятие, понимание и оценка человека человеком. Перцепция — это прежде всего: *Мимика* — это динамическое выражение лица в конкретный момент общения. *Пантомимика* — это динамическое состояние позы в конкретный момент общения.

Слияние словесного и оптико-кинетического действий образует процесс воздействия одного субъекта общения на другой и наоборот. Но это воздействие эффективно только в том случае, если в его ткань включаются механизмы взаимопонимания.

Механизмы взаимопонимания в общении обычно таковы:

1) **идентификация** — это способ понимания другого человека через осознанное или бессознательное уподобление его самому себе;

2) **рефлексия** — это осмысление субъектом того, какими средствами, почему он произвел то или иное впечатление на партнера по общению;

3) **стереотипизация** — это классификация форм поведения и интерпретация их причин путем отнесения к уже известным или кажущимся известными явлениям, социальным стереотипам;

Вместе с тем стереотипное восприятие людей по эталонам связано с целым рядом специфических ошибок:

1. **эффектом проекции** - когда приятному для нас собеседнику мы склонны приписывать свои собственные достоинства, а неприятному - свои недостатки, то есть наиболее четко выявлять у других те черты, которые ярко представлены у нас самих;

2. **эффектом средней ошибки** - тенденцией смягчать оценки наиболее ярких особенностей другого человека в сторону среднего

3. **эффектом порядка** - когда при противоречивой информации больший вес придается данным, полученным первыми, а при общении со старыми знакомыми, наоборот, доверять больше последним сведениям

4. **эффектом ореола** - когда человека начинают считать выдающимся во всех отношениях после первой удачной или, наоборот, считать ущербным после неудачи. Складывается определенное отношение по его какому-либо поступку, ореол.

1.8 Лекция №8 (2 часа).

Тема: «Индивидуально-психологические особенности личности»

1.8.1 Вопросы лекции:

1. Понятие о личности в психологии.
2. Социальная среда и личность.
3. Психологическая структура личности.
4. Уровни развития личности.

1.8.2 Краткое содержание вопросов:

1. Понятие о личности в психологии.

Для обыденного сознания личность — это конкретный человек со всеми его индивидуальными особенностями, все то, что, по выражению Ал. Ник. Леонтьева, «заключено под его кожей».

Человек рождается *индивидом*. Он имеет обусловленные природой особенности-генотип. Как индивиды, люди отличаются друг от друга не только физиологическими особенностями: рост, телесная конституция, цвет глаз, но и психологическими свойствами — способностями, темпераментом, эмоциональностью. Об индивиде говорят, когда рассматривают человека как представителя вида *homo sapiens*. В понятии «индивид» отражаются два признака:

1) единство биологических особенностей; 2) наличие у него особых (индивидуальных) свойств, которые отличают его от других представителей того же вида.

В понятии «индивид» воплощена родовая принадлежность человека. «Индивидом можно считать и новорожденного, и взрослого, и мыслителя и идиота, и представителя племени, находящегося на стадии дикости и высокообразованного жителя цивилизованной страны». А.В.Петровский. Таким образом сказать о конкретном человеке, что он является индивидом, значит сказать очень немного. По существу этим сказано, что он лишь потенциально человек.

В структуре проявлений человека выделяют также понятие «персона». Можно сказать, что «персона»- системное качество, которое приобретает индивид, во взаимодействии с социальным окружением. Ключевыми признаками персоны выступают: 1)Эмоциональность- возникновение, протекание и прекращение эмоциональных состояний; 2)активность- интенсивность, продолжительность, частота выполняемых действий; 3)саморегуляция- намеренная регуляция личностью параметров своего функционирования (состояния, поведения, деятельности, взаимодействия с окружением).

Каждый человек наделен только ему присущим сочетанием черт и особенностей, составляющих его «индивидуальность». «Индивидуальность» - это сочетание психологических особенностей человека, составляющих его своеобразие, его отличие от других людей. (Способность быстро складывать в уме, ловкость и решительность, задумчивость, привычка грызть ногти, смешливость и др. особенности человека выступают как черты его индивидуальности, но они не входят в собственно личностные. Как собственно личностные выступают только те индивидуальные качества, которые в наибольшей степени «втянуты» в ведущую для данной социальной общности деятельность.

Личность- это система генетически обусловленных и социально значимых качеств индивида, мера овладения им социальными ценностями и его способность к реализации этих ценностей.

2.Социальная среда и личность.

Обратимся к более подробному процессу формирования личности.

Первое рождение личности относится к дошкольному возрасту (3-4 г.), ребенка можно считать личностью, если в его мотивах существует иерархия, т.е. если он способен преодолевать собственные непосредственные побуждения ради чего-то большего. В таких случаях говорят, что субъект способен к опосредованному поведению. «эффект горькой конфеты»(Гиппенрейтер 296)

Второе рождение личности начинается в подростковом возрасте и выражается в появлении стремления к *сознательному* руководству собственным поведением. От первого критерия второй отличается тем, что предполагает именно сознательное соподчинение мотивов. Просто опосредованное поведение может иметь в своей основе и стихийно сложившуюся иерархию мотивов. Сознательное опосредование предполагает наличие *самосознания* как особой инстанции личности. Между прочим, ее обязательность зафиксирована в такой юридической категории, как уголовная ответственность за совершаемые действия.

3.Психологическая структура личности.

В качестве относительно *самостоятельных компонентов структуры личности* (ее подструктур) можно выделить: 1) темперамент – динамика психических процессов личности. 2) способности – психические возможности личности в отдельных видах деятельности. 3) направленность - характерные для личности потребности, мотивы, чувства, интересы, симпатии и антипатии, идеалы и мировоззрение. 4) характер – соответствующие данной личности обобщенные способы поведения.

Личность – это единое целостное образование, отдельные элементы которого находятся в закономерных взаимосвязях. Так, природные особенности индивида – тип его высшей нервной деятельности – закономерно определяют его темперамент. Тип ВНД и темперамент человека обуславливают в известной мере его способности. Способности человека обуславливают возможность его включения в определенные виды деятельности, поэтому они влияют на формирование направленности личности. Направленность, способность и темперамент человека преломляются в чертах его характера. Совокупность психических свойств образует психический склад личности.

4.Уровни развития личности.

Уровни развития личности определяются характерными для нее отношениями.

Низкие уровни развития личности характеризуются тем, что её отношения обусловлены в основном утилитарными, меркантильными интересами.

Высокие уровни развития личности характеризуются преобладанием общественно-значимых отношений. Различаются личности

1. социализированные – адаптированные к условиям своего социального бытия

2. развитая личность обладает личностной автономией – утверждением своей индивидуальности. Такая личность в критической ситуации остаётся приверженной своим позициям и ценностным ориентирам (целостность личности). Она находится в состоянии своего непрерывного развития, самоусовершенствования и самореализации, постоянно открывает для себя новые горизонты, изыскивает возможности актуализации своих способностей.

3. реальный уровень притязаний. В построении своих жизненных планов личность исходит из реальных возможностей, избегает завышенных претензий. Источником своих удач и неудач она считает себя, а не внешние обстоятельства. В сложных условиях способна взять ответственность на себя и пойти на оправданный риск. Обладая развитым чувством самоуважения, она способна посмотреть на себя со стороны, не лишена чувства юмора и философского скепсиса. Сознание своей обособленности позволяет индивиду быть свободным от произвольных социальных условий, диктата власти, не терять самообладания в условиях социальной дестабилизации и тоталитарных репрессий.

4. Ядро личности связано с её высшим психическим качеством – духовностью – это её сверхсознание, потребность отвержения всего низменного даже тогда, когда человек находится наедине с самим собой.

Психически аномальные личности – (психопаты, невротики, лица с задержками психического развития и с личностными акцентуациями – «слабыми местами» в психической саморегуляции).

1.9 Лекция №9 (2 часа).

Тема: «Эмоционально-волевая сфера человека»

1.9.1 Вопросы лекции:

1. Эмоциональная основа межличностных отношений.
2. Эмоции и информация.
3. Эмоции и потребности.
4. Формы переживания эмоций.

1.9.2 Краткое содержание вопросов:

1. Эмоциональная основа межличностных отношений.

Эмоции – особый класс субъективных психологических состояний, отражающих в форме непосредственных переживаний приятного или неприятного отношения человека к миру, процесс и результат его практической деятельности.

Любые проявления активности человека сопровождаются эмоциональными переживаниями. Эмоция —это общая, генерализованная реакция организма на жизненно значимые воздействия (от лат. «emoveo» — волную).

Описывая эмоции, можно расположить их по определенным координатным осям в соответствии с их свойствами. Например, в зависимости от их положительной или отрицательной окраски эмоции можно группировать попарно: любовь и ненависть, симпатия и отвращение, чувство безопасности и страх, подъем и безнадежность и т.д. Первые, как отмечает желанны для субъекта, он к ним стремится, в то время как вторых он старается избегать. Однако и те, и другие одинаково важны для человека.

Но все это только слова, а слова слишком бедны, чтобы выразить то, что реально испытывает субъект. Разве можно утверждать, что человек, говорящий «я люблю яблоки», «я люблю маму», «я люблю этого человека» или «я люблю этот город» выражает одинаковые чувства?

Интенсивность наших эмоций зависит от уровня бодрствования. Нам гораздо труднее рассердиться, только что проснувшись, чем в конце рабочего дня.

Эмоции всегда сопровождаются рядом вегетативных явлений: изменениями частоты сокращения сердца, дыхания, тонуса мышц, просвета сосудов (отсюда побледнение или покраснение кожи). Сильные эмоции вызывают прекращение слюноотделения (сухость во рту), угнетение работы внутренних органов, изменение кровяного давления, мышечной активности. В состоянии эмоционального возбуждения человек способен на многократное увеличение физических усилий, иногда физически слабый человек преодолевает препятствия, доступные лишь тренированным спортсменам.

Кроме того, эмоциональная реакция зависит от уровня умственного развития. Чем выше этот уровень, тем легче индивидуум может понять причину несоответствия между тем, с чем столкнулся, и тем, чего ожидал, и благодаря этому уменьшить свою эмоциональную реакцию. Однако этот контроль, зависящий от умственного развития и позволяющий влиять на проявление собственных эмоций, не всегда бывает постоянным. Лишь немногие способны при любых обстоятельствах сохранять невозмутимое спокойствие. Чаще всего их поведение связано с социальным контекстом, в котором возникает данная ситуация. Человек может вести себя чрезвычайно деликатно в одной обстановке и, напротив, постоянно «срываться» в другой.

2. Эмоции и информация.

Эмоции тесно связаны с информацией, которую мы получаем из окружающего мира. Обычно эмоция возникает из-за неожиданности события, к которому мы не успели подготовиться - не могли собрать всю информацию, необходимую для адекватной реакции.

Итак, эмоция не возникает, или бывает слабой, если мы встречаем данную ситуацию с достаточным запасом нужных сведений.

Зависимость возникновения или невозникновения эмоции от количества информации, которой располагает субъект, можно выразить следующим образом:

Эмоция = Необходимая информация — Имеющаяся информация

Эта формула позволяет так же понять, что отрицательные эмоции возникают, когда субъект располагает недостаточным количеством информации, а положительные - когда информация оказывается в избытке.

Это становится особенно очевидным в случае эмоций, связанных с удовлетворением какой-либо потребности. Если голод толкает человека к буфету, где он может найти кусок пирога, который сам туда положил, то понятно, что от этой «находки», не возникает никаких эмоций. Все будет совсем иначе, если вдруг, вопреки ожиданию, окажется, что пирог исчез, или же, напротив, в буфете обнаружится целый пирог, кем-то туда положенный вместо одного кусочка. Точно так же можно объяснить отвращение к какому-то блюду, вкус которого оказался хуже, чем ожидалось.

Иногда получаемая информация сама несет эмоциональный заряд.

Итак, отрицательные эмоции возникают чаще всего из-за неприятной информации и особенно при недостаточной информации; что касается положительных эмоций, то они возникают при получении достаточной информации, особенно тогда, когда она оказалась лучше ожидаемой.

Кроме того, необходимо отметить, что положительная эмоция чаще возникает от уверенности в том, что потребность может быть удовлетворена, чем от самого ее удовлетворения. Действительно, стоит только удовлетворить потребность, как эмоция быстро забывается.

3. Эмоции и потребности.

Эмоции субъективно (для человека) выступают показателем того, как происходит процесс удовлетворения его потребностей. Возникшие в процессе общения и деятельности положительные эмоциональные состояния (восторга, удовольствия и т.п.) свидетельствуют о благоприятном протекании процесса удовлетворения потребностей. Неудовлетворенные потребности сопровождаются отрицательными эмоциями (стыда, раскаяния, тоски и т.п.).

Положительные эмоции, постоянно сочетаясь с удовлетворением потребностей, сами становятся настоящей потребностью. Человек стремится к положительным эмоциям. Лишение эмоциональных воздействий дезорганизует психику человека, а длительное лишение положительных эмоциональных воздействий в детстве может привести к отрицательным деформациям личности.

4. Формы переживания эмоций.

Удовлетворение или неудовлетворение потребностей порождает у человека специфические переживания, приобретающие различные формы.

1.Настроение представляет собой общее эмоциональное состояние, не глубоко окрашивающее в течение значительного времени все поведение человека в целом. Настроение бывает радостное или печальное, бодрое или вялое, возбужденное или подавленное, серьезное или легкомысленное, раздражительное или добродушное и т.д. Обычно настроения характеризуются безотчетностью и слабой выраженностью. Человек может не замечать его.

2.Стрессы – эмоциональная форма поведения, возникающая при опасности, при различных физических и умственных перегрузках, при необходимости принимать быстрые и ответственные решения.

3.Аффектами называются эмоциональные процессы, быстро овладевающие человеком и бурно протекающие. Характеризуются значительными изменениями сознания, нарушением контроля за действиями, утратой самообладания, а также изменением всей жизнедеятельности организма. Аффекты кратковременны, так как сразу вызывают громадную затрату сил: они похожи на вспышку чувства, взрыв, налетевший шквал. Если настроение - это душевное волнение, то аффект – буря.

Разновидности аффекта:

а)Страх — безусловно-рефлекторная пассивно оборонительная эмоциональная реакция на опасность, исходящую от более сильного лица или события, проявляющаяся в резком изменении жизнедеятельности организма.

Страх преодолевается волевым усилием, мыслительной деятельностью.

б)Гнев - безусловно-рефлекторная активно оборонительная эмоциональная, наступательная реакция на опасность, исходящую от более слабого лица или события.

В состоянии гнева человек предрасположен к мгновенному, часто импульсивному действию. Чрезмерно повышенное мышечное возбуждение при недостаточном самообладании легко переходит в очень сильное действие.

4.Фрустрация (от лат. «frustratio» - крушение планов) стойкое и глубокое отрицательное эмоциональное состояние, вызванное крушением близ-кодостижимой и значимой цели, срыв стратегических планов личности, сопровождающееся, как правило, агрессивными проявлениями в отношении фрустратора.

5.Чувства — психический механизм непосредственно эмоциональной оценки социально значимых явлений.

Чувства — это психическая форма отражения социальных потребностей

а)Практические чувства — чувства, возникающие в практической деятельности. Еще Аристотель говорил, что видов чувств столько, сколько видов деятельности.

б)Моральные чувства — эмоциональное состояние, связанное с оценкой поведения в зависимости от его соответствия или несоответствия социальным нормам.(совесть, справедливость, несправедливость, долг и т.д.)

в)Эстетические чувства — эмоциональное состояние, связанное с отношением к прекрасному в окружающей социальной и природной среде.

г)Интеллектуальные чувства — эмоциональные состояния, связанные с реализацией познавательной потребности.(любопытство, любознательность, недоумение, удивление, изумление и т. д.)

2. МЕТОДИЧЕСКИЕ УКАЗАНИЯ ПО ПРОВЕДЕНИЮ СЕМИНАРСКИХ ЗАНЯТИЙ

2.1 Семинарское занятие №1 (2 часа).

Тема: «Предмет психологии, ее задачи и методы»

2.1.1 Вопросы к занятию:

- 1.1. Особенности психологических методов исследования.
- 1.2. Метод наблюдения, его виды.
- 1.3. Психологический эксперимент, его особенности.
- 1.4. Метод тестов и другие методы.

2.1.2 Краткое описание проводимого занятия:

Необходимо дать научное определение метода вообще и психологического метода, в частности. Доказать необходимость для развития науки применения совершенных и точных методов исследования. Рассмотреть специфику и особенности психологических методов исследования. Охарактеризовать такой принцип психологических методов, как объективность, проиллюстрировать его на возможных примерах. Раскрыть понятия «надежность» и «валидность» в психологии. Охарактеризовать этические принципы при проведении психологических исследований. Рассмотреть «наблюдение», как основной метод психологического исследования, его разновидности, достоинства и возможные недостатки. Охарактеризовать экспериментальный метод в психологии, его виды и другие характеристики. Проанализировать метод тестов, и другие методы. Дать определения опроса, психологической беседы «анализа продуктов творческой деятельности» человека и их классификации.

2.2 Семинарское занятие №2 (2 часа).

Тема: «Генезис психологического знания»

2.2.1 Вопросы к занятию:

1. Гештальтпсихология, ее основные представители.
2. Гуманистическая психология.
3. Психология – наука о поведении.
4. Отечественная психология.

2.2.2 Краткое описание проводимого занятия:

Необходимо рассказать об истории возникновения «Гештальтпсихологии». Изучить основной вклад в данное направление и в мировую психологическую науку основателя школы Макса Вертгеймера. Рассказать об опытах Вертгеймера, с помощью которых, было установлено, что в составе сознания существуют целостные образования (гештальты), не разлагаемые на сенсорные первоэлементы. Рассмотреть научные опыты и теоретические разработки таких представителей данной школы, как Вольфганг Келер и Курт Коффка. Подробно изложить основные направления научного поиска и открытий Курта Левина. Важно запомнить значение следующих терминов: «гештальт», «инсайт», «теория поля» др. законы восприятия. Проанализировать причины возникновения классического психоанализа и основных его направлений. Рассмотреть следующие теории бессознательного: концепцию «коллективного бессознательного» Карла Юнга; «индивидуальную психологию» Альфреда Адлера; «неофрейдизм» Эриха Фромма. Усвоить термины: «коллективное бессознательное», «личное бессознательное», «компенсация», «гиперкомпенсация», «комплекс неполноценности», «модус быть», «модус иметь». Основные концепции гуманистических идей в психологии рекомендуется

изучить на примере массовых социально-психологических экспериментов, разработанных Гордоном Оллпортом; теории «Я» предложенной Абрахамом Маслоу; «позитивной» психотерапии Карла Роджерса. Дать оценку гуманистической психологии, отметив существующие ограничения. Когнитивные концепции, представляющие людей рациональными, активными, знающими и умелыми предлагается рассмотреть на примере теории конструктора Джорджа Келли, этапов умственного развития по Брунеру, изучения закономерностей развития интеллекта у ребенка Жана Пиаже. Основные положения теорий отечественных физиологов и психологов рекомендуется связать со становлением русской, советской нейрофизиологических школ и таких ее представителей, как Иван Михайлович Сеченов, Иван Петрович Павлов, Алексей Алексеевич Ухтомский, Лев Семенович Выготский.

2.3 Семинарское занятие №3 (2 часа).

Тема: «Чувственные формы освоения действительности»

2.3.1 Вопросы к занятию:

1. Восприятие и его свойства.
2. Виды восприятия.
3. Внимание и его основные свойства.
4. Виды внимания как уровни его развития.

2.3.2 Краткое описание проводимого занятия:

Рассмотреть основные понятия об ощущениях, их физиологическую основу. Охарактеризовать общие закономерности ощущений. Познакомиться с терминами: «интероцептивные», «экстероцептивные», «проприоцептивные» ощущения, «адаптация», «сенсibilизация», «синестезия», «компенсация», «контраст» ощущений, «абсолютный верхний порог», «абсолютный нижний порог», «порог различия». Дать характеристику восприятия, его видам и свойствам. Рассмотреть такие термины как «апперцепция», «константность», «осмысленность», «направленность», «целостность» восприятия. Охарактеризовать отличие и взаимосвязь ощущений и восприятия. Отметить значение и место чувственного познания в структуре познавательной сферы человека. Освоить определение, виды внимания, его физиологические основы. Изучить такие свойства внимания как, устойчивость, объем, переключение, концентрация, распределение. Рассказать о формах непатологической дезорганизованности сознания: рассеянности, переутомлении, апатии, их причинах и формах устранения.

2.4 Семинарское занятие №4 (2 часа).

Тема: «Рациональные формы освоения действительности»

2.4.1 Вопросы к занятию:

1. Память в человеческой психике.
2. Основные мнемические процессы.
3. Виды памяти.
4. Понятие о воображении, его виды.
5. Основные процессы воображения.

2.4.2 Краткое описание проводимого занятия:

Дать определение памяти. Рассмотреть и охарактеризовать ее основные процессы, их виды и этапы. Назвать виды памяти по характеру психической активности, по времени хранения информации, по целеполаганию. Составить общую характеристику мышления,

установить его связь с чувственным познанием и речью. Изучить виды мышления. Рассмотреть свойства «ума» или индивидуальные особенности мышления по К.Юнгу. Изучить мыслительные операции. Важно запомнить определение воображения. Виды и процессы воображения, усвоить следующие термины: «агглютинация», «гиперболизация», «схематизация», «типизация», «акцентирование», «пассивное воображение», «активное воображение», «продуктивное воображение», «репродуктивное воображение».

2.5 Семинарское занятие №5 (2 часа).

Тема: «Потребности и мотивы деятельности»

2.5.1 Вопросы к занятию:

1. Психология малых групп.
2. Виды и структура малой группы.
3. Психологические качества лидера в группе.
4. Психология межгрупповых конфликтов.

2.5.2 Краткое описание проводимого занятия:

Необходимо выявление закономерностей функционирования малых групп, которое способствует лучшему пониманию процессов, гораздо менее доступных непосредственному эмпирическому изучению. Социальные группы — как микросистемы и микросхемы больших обществ. Исследовать проблемы малой группы с помощью объяснения причин: невозможно адекватно изучать личность, объяснять своеобразие сложных ее жизненных проявлений вне социального и психологического окружения; выявление закономерностей функционирования малых групп. Изучение малых групп как механизмы социальной регуляции поведения человека. Различные определения малой группы в отечественной и зарубежной психологии. Классификация Бюлера по типичным особенностям группы: взаимоотношениям, взаимовлияниям ее членов; определенность ролей; обособление лидеров, влияющих на остальных; общность целей, деятельности и организации; сплоченность. Дать определение малой группы. Классифицировать группы по различным основаниям: официальные и неофициальные; естественные и искусственные; формальные и неформальные; малые социально-экономические группы людей; малые социально-политические группы людей; любительские (самодетельные) малые группы; малые возрастные группы; группы, основанные на принадлежности к определенному полу; территориально-бытовые группы людей, объединенных по месту жительства и совместному использованию окружающей их материально-технической среды; первичные и вторичные группы, в соответствии с критерием "отношения личности к групповым нормам" - референтные, или эталонные, группы.

2.6 Семинарское занятие №6 (2 часа).

Тема: «Межличностное общение»

2.6.1 Вопросы к занятию:

1. Типология межличностного взаимодействия.
2. Взаимозависимость в системе межличностных отношений.
3. Интимные межличностные отношения.
4. Понятие и методы исследования кооперативного и конкурентного взаимодействия.

2.6.2 Краткое описание проводимого занятия:

Определить связь между межличностным общением и межличностным взаимодействием. Дать определение межличностного общения и межличностного взаимодействия. Раскрыть сущность и содержание взаимозависимости в системе межличностных отношений. Изучить механизмы, влияющие на межличностные отношения. В чем заключаются и из чего складываются интимные межличностные отношения.

Дать понятие кооперативного и конкурентного взаимодействия. Раскрыть сущность и содержание методов исследования кооперативного и конкурентного взаимодействия. Другие виды взаимодействия.

2.7 Семинарское занятие №7 (2 часа).

Тема: «Индивидуально-психологические особенности личности»

2.7.1 Вопросы к занятию:

1. Понятие о темпераменте. Физиологическая основа темперамента.
2. Типы ВНД и темперамент.
3. Общее представление о характере.
4. Акцентуация характера.

2.7.2 Краткое описание проводимого занятия:

Охарактеризовать типы высшей нервной деятельности по И.П. Павлову и темперамент по Гиппократу. Освятить историю вопроса и истоки возникновения учения о темпераментах. Рассмотреть поведенческие особенности каждого типа ВНД. Проанализировать связь между типом темперамента и успешностью овладения различными видами деятельности. Рассказать, в чем заключается индивидуальный стиль или подход к деятельности личности. Дать определение характера, проанализировать его связь с темпераментом и отличие от него. Назвать индивидуальные и типические черты характера. Определить понятие «акцентуация», рассмотреть основные причины ее проявления и пути исправления. Назвать типы акцентуаций и описать характерологические особенности каждого из этих типов.

2.8 Семинарское занятие №8 (2 часа).

Тема: «Эмоционально-волевая сфера человека»

2.8.1 Вопросы к занятию:

1. Понятие о способностях, классификация способностей.
2. Задатки и способности.
3. Понятие о воле. Структура волевого акта.
4. Волевые качества личности как элемент достижения успеха.

2.8.2 Краткое описание проводимого занятия:

Проследить связь между задатками, способностями, талантом. Дать определение задатков, таланта, видов способностей. Дать определение воли. Проанализировать связь между эмоциями и волей. Охарактеризовать волевые функции и их регуляцию, направление волевых усилий. Рассмотреть основные теории воли – «реактивную» и «активную», физиологические, интеллектуальные и моральные основы волевых усилий. Изучить структуру простого и сложного волевого акта. Дать психологическую характеристику принятию решения. Назвать и охарактеризовать волевые качества личности. Рассмотреть этапы и условия их формирования и самовоспитания воли. Важно запомнить следующие термины: «побудительная функция», «тормозная функция»,

«влечение», «желание», «борьба мотивов», «намерение», «принятие решения», «исполнение».

2.9 Семинарское занятие №9 (2 часа).

Тема: «Межличностные конфликты»

2.9.1 Вопросы к занятию:

1. Понятие конфликта и его классификации
2. Конфликт и его диагностика.
3. Стратегия сотрудничества в конфликте.
4. Посредничество в конфликте.

2.9.2 Краткое описание проводимого занятия:

При подготовке к семинару следует рассмотреть природу и виды конфликтных ситуаций в профессиональной деятельности. Перечислить противоречия и факторы, которые лежат в основе конфликтов. Необходимо разобрать структуру конфликтной ситуации. Назвать и охарактеризовать функции конфликта. Исходя из функционального анализа, классификацию конфликтов построить по принципу целесообразности — нецелесообразности. Рассмотреть этапы (процесс) разрешения конфликта. Назвать основные стратегии разрешения конфликта. Например: разрешение, урегулирование, затухание, устранение, перерастание в другой конфликт. Рассмотреть технологии позитивного выхода из конфликта. Снижение интенсивности негативных эмоций, переживаемых по отношению к оппоненту. Одновременно целесообразно перестать видеть в оппоненте врага, противника. Уменьшить негативные эмоции противоположной стороны. Провести объективное обсуждение проблемы, выяснение сути конфликта, умение сторон видеть главное, все это способствуют успешному поиску решения противоречия.