МУНИЦИПАЛЬНОЕ БЮДЖЕТНОЕ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНОЕ УЧРЕЖДЕНИЕ ОСНОВНАЯ ОБЩЕОБРАЗОВАТЕЛЬНАЯ ШКОЛА № 21 х. ПЕРВОМАЙСКОГО

Подготовила педагог-психолог Шрамко Е.Н.

2015 г

**Психология- удивительная наука!**

Вашему вниманию предлагается краткое описание науки - психология, с целью ознакомления с ней

Психоло́гия (от др.-греч. ψυχή — «душа»; λόγος — «учение») — наука, изучающая закономерности возникновения, развития и функционирования психики и психической деятельности человека и групп людей. Объединяет в себе гуманитарный и естественнонаучный подходы.

Включает в себя фундамента́льную психологию, выявляющую факты, механизмы и законы психической деятельности, прикладну́ю психологию, изучающую, с опорой на данные фундаментальной психологии, психические явления в естественных условиях, и практи́ческую психологию, занимающуюся применением психологических знаний на практике.

Говоря простым языком, психология - наука о душе.

Границы психологии необъятны, а возможности колоссальные.

Психология работает везде и всегда: дома, на работе, на отдыхе, на учебе. Везде где есть человек, есть психология. Зная её, вы сможете лучше понимать себя и окружающих вас людей.

Психология-это набор всех наших качеств: Память, Мышление, Воля, Чувства, Ощущения, Воображения.

Психология - это Диалог, Жесты, Мимика. Психология-это Семья, Друзья и Знакомые.

Изучая психику человека и его личность, психологи пришли к общему мнению, что понятие о личности можно облегчить путем определения её какой - либо классификацией.

Зная тип темперамента, мы можем иметь примерное представление о личности человека.

Темперамент (от лат. temperamentum надлежащее соотношение частей) - характеристика индивида со стороны динамических особенностей его психической деятельности (темпа, ритма, интенсивности психических процессов и состояний). Основные компоненты: общая активность индивида, его моторика (двигательные проявления) и эмоциональность. Состоит из четырех основных типов:

Холерик — быстрый, порывистый, однако совершенно неуравновешенный, с резко меняющимся настроением с эмоциональными вспышками, быстро истощаемый. У него нет равновесия нервных процессов, это его резко отличает от сангвиника. Холерик обладает огромной работоспособностью, однако, увлекаясь, безалаберно растрачивает свои силы и быстро истощается.

Флегматик — неспешен, невозмутим, имеет устойчивые стремления и настроение, внешне скуп на проявление эмоций и чувств. Он проявляет упорство и настойчивость в работе, оставаясь спокойным и уравновешенным. В работе он производителен, компенсируя свою неспешность прилежанием.

Меланхолик — склонный к постоянному переживанию различных событий, он остро реагирует на внешние факторы. Свои астенические переживания он зачастую не может сдерживать усилием воли, он повышенно впечатлителен, эмоционально раним.

Сангвиник — живой, горячий, подвижный человек, с частой сменой впечатлений, с быстрой реакцией на все события, происходящие вокруг него, довольно легко примиряющийся со своими неудачами и неприятностями. Обычно сангвиник обладает выразительной мимикой. Он очень продуктивен в работе, когда ему интересно. Если работа неинтересна, он относится к ней безразлично, ему становится скучно.

От темперамента человека зависят:

 скорость возникновения психических процессов (например, скорость восприятия, быстрота мышления, длительность сосредоточения внимания и т. п.);

 пластичность и устойчивость психических явлений, лёгкость их смены и переключения;

 темп и ритм деятельности;

 интенсивность психических процессов (например, сила эмоций, активность воли);

 направленность психической деятельности на определённые объекты (экстраверсия или интроверсия).

Воображение — психический процесс, заключающийся в создании новых образов (представлений) путем переработки материала восприятий и представлений, полученных в предшествующем опыте.

Воображение является основой наглядно-образного мышления, позволяющего человеку ориентироваться в ситуации и решать задачи без непосредственного вмешательства практических действий. Оно во многом помогает ему в тех случаях жизни, когда практические действия или невозможны, или затруднены, или просто нецелесообразны.

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. Память связывает прошлое субъекта с его настоящим и будущим и является важнейшей познавательной функцией, лежащей в основе развития и обучения.

Воля - это способность человека действовать в направлении сознательно поставленной цели, преодолевая внутренние препятствия (т.е. свои непосредственные желания и стремления).

В самом общем смысле воля рассматривается в психологии как способность человека к сознательной саморегуляции. Воля необходима как для совершения действия, так или для отказа от него. Основной элемент воли — это акт осознанного принятия решения. Воля близка к понятию свободы в экзистенциальной психологии в том плане, что человек, который принимает такое осознанное решение должен оторваться от сиюминутной ситуации и либо обратиться к своему отношению к себе, своим ценностям, либо обратиться к воображению, логике и смоделировать последствия предполагаемого действия.

Ощущение — психический познавательный процесс, отражение отдельных признаков и свойств предметов, явлений, непосредственно воздействующих на органы чувств. Ощущение — предпосылка для создания образов, их познания.

Первым, кто попытался классифицировать ощущения, был Аристотель. Он выделил 5 чувств: зрение, слух, осязание, обоняние и вкус. В 19 веке увеличение количества видов ощущений поставило за­дачу их классификации.

Классификация Вундта

В. Вундт предлагал группировать ощущения в зависимости от свойств вызывающих их раздражителей, среди которых он выделял механические, физические и химические свойства (например, зрительные и слуховые ощущения относятся к разряду «физических», поскольку вызываются физическими явлениями — электромагнитными колебаниями и звуковыми волнами; обоняние и вкус — «химические» ощущения и т. д.). Этот вариант классификации не получил широкого распространения.

Классификация Шеррингтона

Ч. Шеррингтон выделил три основных класса ощущений, основываясь на локализации (по месту расположения) рецепторов:

 **Экстероцептивные ощущения**, источником которых являются рецепторы, расположенные на поверхности тела. Они дают образы внешнего мира.

 **Интероцептивные ощущения**. Рецепторы на­ходятся во внутренних органах. Они сигнализируют о состоянии внутренних процессов организма (ощущения голода, жажды, боли и т. п.).

 **Проприоцептивные ощущения**. Рецепторы расположены в мышцах, связках и сухожилиях. Проприоцептивные ощущения играют важнейшую роль в регуляции движений, а также дают информацию о положении в пространстве тела и его частей.

Шеррингтон разделил экстероцептивные ощущения на контактные и дистантные. Первые вызываются приложением воздействия непосредственно к поверхности тела, а вторые возникают, когда раздражитель действует с некоторой дистанции (обоняние, слух, зрение).

Чувство —эмоциональный процесс человека, отражающий субъективное оценочное отношение к материальным или абстрактным объектам.