# Введение в психологию

Слово «психология» (греч.) образовано из двух слов «psyche» – душа и «logos» – учение; имеет два значения: психология как наука и психология как совокупность психических особенностей отдельных лиц или группы людей. В научном употреблении термин «психология» появился в XVI веке. Первоначально как особая наука она изучала душевные или психические явления человеческого самосознания. В XVII–XIX вв. изучаемая ею область расширилась и включила в себя не только осознаваемые, но и не осознаваемые явления. В настоящее время психология определяется как наука о сущности и объективных закономерностях развития психики и психических явлений.

**Основоположником** научной психологии принято считать немецкого исследователя **В.Вундта**. В **1879** году он открыл первую экспериментальную психологическую лабораторию. Этот год официально считается годом становления психологии как самостоятельной науки.

В 1885 году **В.М.Бехтерев** открыл подобную лабораторию в России.

Основоположником отечественной психологии в России считается **И.М.Сеченов**.

**Основные этапы развития психологии.**

**I этап** — психология как **наука о душе**. Такое определение психологии было дано более двух тысяч лет назад. Наличием души пытались объяснить все непонятные явления в жизни человека. Этот длительный этап, называемый в литературе донаучным, определяется от V — IV вв. до н.э. до начала XVIII в.

**II этап** — психология как **наука о сознании**. Возникает в XVII веке в связи с развитием естественных наук. Способность думать, чувствовать, желать назвали сознанием. Основным методом изучения считалось наблюдение человека за самим собой и описание фактов. Согласно новому подходу, человек всегда что-то видит, слышит, осязает, ощущает, вспоминает. Именно такие феномены следует изучать психологии, так как в отличие от души их можно экспериментально исследовать, измерять, научно обобщать, устанавливать в них причинно-следственные связи и отношения.

**III этап** — психология как **наука о поведении**. Бихевиоризм оформился в конце XIX — начале XX в. в США. “Behaviour” по-английски — “поведение”. Задача психологии — ставить эксперименты и наблюдать за тем, что можно непосредственно увидеть, а именно поведение, поступки, реакции человека (мотивы, вызывающие поступки, не учитывались).

Вместе с тем многие “традиционные” психологи высказывали серьезные возражения относительно некоторых исходных компонентов бихевиористского подхода. Поведение и психика — это хотя и связанные, но отнюдь не идентичные реальности. Так, при воздействии одного и того же стимула возможно наличие не одной реакции, а некоторого их набора и, наоборот, одинаковый ответ иногда получают при наличии различных стимулов. В психологии признается, например, что человек нередко смотрит на одно, а видит другое, думает об одном, переживает другое, говорит третье, делает четвертое.

**IV этап**- психология как наука, изучающая объективные закономерности, проявления и **механизмы психики**.

## 

## Понятие о психике

*Психика – это свойство высокоорганизованной живой материи, заключающееся в активном отражении субъектом объективного мира, в построении картины этого мира и регуляции на этой основе поведения и деятельности.*

Психическое отражение не является зеркальным пассивным копированием мира. Оно сопряжено с поиском, выбором, а также со специфической обработкой поступающей информации, то есть психическое отражение связано с определенной необходимостью, с потребностями. Это субъективное избирательное отражение объективного мира, так как принадлежит всегда субъекту, вне него не существует, зависит от субъективных особенностей. Из этого определения следует ряд важнейших положений:

1. *Психикой* наделены только *высокоорганизованные* живые существа (человек, животные), обладающие важнейшим органом – мозгом, обусловливающим возможность ее существования. Следовательно, она относится не ко всякой живой материи.
2. Главная особенность *психики* заключается в способности *отражать* объективный мир, то есть в способности *получать информацию* об окружающем мире. В то же время, получение информации связано с созданием этой высокоорганизованной материей определенного *психического образа*, *субъективного* по своей природе.
3. Получаемая живым существом информация об окружающем мире служит основой для *регуляции его поведения и деятельности*. Это определяет адаптацию, длительность существования и реакцию высокоорганизованной материи на изменение внешней среды, на воздействие окружающих объектов.

Поэтому *психику* можно определить как *способность мозга получать информацию об окружающей действительности, создавать субъективный[[1]](#endnote-2)\* образ объективного[[2]](#endnote-3)\* мира и регулировать на этой основе собственное поведение и деятельность.*

\* Объект – это фрагмент реальности, на которую направлена активность взаимосвязанного с ним субъекта.

Субъект – конкретный носитель предметно-практической деятельности и познания, активный творец своей жизни.

## 

## Основные формы проявления психики человека

Психика сложна и многообразна по своим проявлениям. Выделяются три крупные группы психических явлений: психические процессы, психические состояния и психические свойства личности (рис. 3).

*Психические процессы* – динамическое отражение действительности в различных формах. Они выступают в качестве первичных регуляторов поведения человека и проявляются в виде определенной реакции; делятся на три группы: познавательные, эмоциональные, волевые.

* + *Познавательные психические процессы* (отражают восприятие и переработку информации): ощущения, восприятие, память, воображение, мышление, внимание, речь.
  + *Эмоциональные психические процессы* (характеризуют переживание отношения к явлениям, событиям): эмоции, чувства, активные и пассивные переживания.
  + *Волевые психические процессы* (обеспечивают сознательную регуляцию деятельности, поведения): решение, исполнение, волевое усилие.

Психическая деятельность человека может быть сведена к совокупности познавательных, эмоциональных и волевых процессов, которые тесно взаимосвязаны между собой и выступают в качестве факторов формирования психического состояния человека.

*Психические состояния* – это определенный временный уровень психической деятельности, влияющий на течение психических процессов и результат деятельности. Они имеют свою динамику, которая характеризуется длительностью, направленностью, устойчивостью и интенсивностью. К ним относятся такие явления, как подъем, угнетенность, страх, бодрость, уныние, интерес, апатия. Следует отметить, что психические состояния отражают воздействие на человека определенных жизненных событий, однако не всегда имеет место осознание их причин.

*Психические свойства личности* – наиболее существенные и устойчивые особенности личности, обеспечивающие определенный количественный и качественный уровень деятельности и поведения человека. Это высшие регуляторы психической деятельности. К ним относятся направленность, способности, темперамент, характер.



**Рис. 3. Формы проявления психики человека**

Психические процессы, свойства и состояния тесно связаны и в сочетании с деятельностью и общением составляют единое целое, называемое жизнедеятельностью человека.

Психика человека существенно отличается даже от психики высокоорганизованных животных. Только человеку присуще **сознание**, как **высшая форма отражения действительности**. *Сознание* – это, прежде всего знание о чем-либо, знание, которое можно проверить на практике. Значительная часть психических явлений человеком осознается. Т.е. человек знает и отдает себе отчет в том, каковы последствия его поступков и действий, что с ним происходит в тот или иной момент времени. Кроме того, осознать, значит получить возможность научить, передать свое знание другому человеку.

Какие функции выполняет сознание?

* Формирование целей деятельности.
* Предварительное мысленное построение действий.
* Предвидение их результатов.
* Разумное регулирование поведения и деятельности.
* Осознание своего «Я», рефлексия.

Психологическая характеристика сознания и его функций включает представление человеком самого себя как познающего субъекта, способного воспринимать существующую и воображаемую действительность, познавать психические явления и самого себя, контролировать собственные состояния, управлять ими и своей деятельностью

Однако имеется и много таких явлений, которые образуют бессознательный слой психики. **Бессознательное** – это такая форма отражения действительности, при которой не отдается отчет в совершаемых действиях, утрачивается ориентировка во времени и месте действия. Это сновидения, автоматизированные действия, механизмы творчества, формирование догадок, гипотез, интуиция и многое другое.

***Самосознание***– высшее выражение сознания человека, проявляющееся в осознании и переживании системы его представлений о самом себе, присущих ему социальных отношений, потребностях, мотивах деятельности, поведении, которое активно развивается в рамках «Я-концепции». Самосознание – осознание собственного «Я», является венцом развития сознания.

**Задачи психологии.**

Основная задача психологии — это изучение законов психической деятельности в ее развитии. Другие задачи:

* научиться понимать сущность психических явлений и их закономерности;
* научиться управлять ими;
* использовать полученные знания с целью повышения эффективности тех отраслей практики, на пересечении с которыми лежат уже оформившиеся науки и отрасли;
* быть теоретической основой практики психологической службы.

1. **Структура психологии. Связь психологии с педагогической наукой и практикой**

Отрасли психологии:

Общая психология – изучает общие законы и механизмы функционирования психики.

Дифференциальная психология – раздел научной психологии, изучающий психологические различия между индивидами и группами, а также психологические принципы и следствия этих различий.

Возрастная психология – изучает возрастные закономерности и механизмы психического развития, психологические особенности каждого возрастного этапа.

Педагогическая психология – изучает психологические закономерности обучения и воспитания человека.

Социальная психология – раздел психологической науки, изучающий психологические закономерности и особенности поведения, взаимодействия и общения людей, обусловленные их включенностью в различные социальные группы.

Психология личности – изучает психические особенности человека как носителя сознания и самосознания, субъекта деятельности и межличностных отношений, а также как индивидуальности, стремящейся к самореализации и саморазвитию. И т.д. Всего насчитывается несколько десятков различных отраслей психологии.

**Психология органично связана с педагогикой, между ними существует несколько "узлов" связи**

Главный узел связи - предмет этих наук. Психология изучает законы развития психики человека. Педагогика разрабатывает законы управления развитием личности. Воспитание, образование детей и взрослых есть не что иное, как целенаправленное изменение этой психики (например, мышления, деятельности). Следовательно, они не могут осуществляться специалистами, не владеющими психологическими знаниями.

Второй узел связи двух наук - показатели и критерии обученности и воспитанности личности. Степень продвинутости знаний школьников регистрируется по изменениям памяти, запасов знаний, способностям использовать знания в практических целях и т.п. Воспитанность же фиксируется в мотивированных поступках, системе сознательного и импульсивного поведения, стереотипах, навыках деятельности и суждений. Иначе говоря, результаты педагогической деятельности диагностируются по изменениям психологических характеристик воспитуемых.

Третий узел связи - это методы исследования. Межнаучные коммуникации двух отраслей знания имеют место и в методах исследований педагогики и психологии. Многие инструменты психологического научного поиска с успехом служат решению педагогических исследовательских задач (например, психометрия, парное сравнение, рейтинг, психологические тесты и др.).

1. **Методы психологии.**

Как и любая другая наука, психология имеет свои методы.

Методы – это приемы и средства, с помощью которых получают необходимые сведения для построения научных теорий и вынесения практических рекомендаций.

В психологии традиционно выделяют основные методы – наблюдение и эксперимент, и вспомогательные – беседа, анкетирование, тесты, анализ продуктов деятельности, биографический метод, метод социометрии.

*Наблюдение* – самый древний метод познания.

Наблюдение – это научный метод исследования, научно объясняющий причины того или иного психологического явления. Необходимое условие наблюдения – четкий план, фиксация результатов, обработка и интерпретация полученных результатов.

Виды наблюдения:

1. Прямое наблюдение – непосредственное наблюдение за поведением человека.

2. Опосредованное наблюдение – предполагает использование вспомогательных средств, таких как; вопросы, беседа, анкеты, изучение продуктов деятельности – рисунков, сочинений и т.д.

3. Самонаблюдение – предполагает наблюдение за собственными психологическими явлениями.

4. Включенное наблюдение – наблюдатель становится членом исследуемой группы.

5. Стороннее наблюдение – не предполагает личного участия наблюдателя.

6. Естественное наблюдение – наблюдение проводится в обычных для человека условиях.

7. Лабораторное наблюдение – специально организованная наблюдателем среда, в которой действует человек.

8. Однократное наблюдение – проводится по мере необходимости.

9. Периодическое наблюдение - проводится через определенные промежутки времени.

*Эксперимент* – выявление психологических фактов при активном вмешательстве исследователя в действия испытуемого.

*Беседа* как психологический метод предусматривает получение от исследуемого сведений о его деятельности.

Виды беседы: непринужденная беседа, интервью вопросники, психологические анкеты.

*Анкетирование* – средство для получения первичной социально – психологической информации на основе вербальной коммуникации. Анкета представляет собой набор вопросов и различные варианты ответов.

*Тесты* представляют собой систему специальных заданий позволяющих измерить уровень развития, состояние определенного психологического качества, свойства отдельного индивида.

Различаются тесты по:

1. Предмету тестирования; тесты интеллекта, тесты личностные, тесты межличностные.

2. Особенностям используемых задач; тесты практические, тесты образные, тесты словесные.

3. Характеру материала для тестируемых; тесты бланковые и тесты аппаратурные.

4. Объекту оценивания; тесты процессуальные, тесты достижений, тесты состояний и свойств.

5. Форме проведения; индивидуальные и групповые тесты.

*Анализ продуктов деятельности* позволяет опосредованно изучать личность, её психологические особенности по практическим результатам. Исследователь анализирует архивные материалы, дневниковые записи, производственные документы, т.е. продукты трудовой или учебной деятельности. При этом не учитывается актуальное поведение и состояние испытуемого.

Биографический метод основан на анализе автобиографии, дневников, воспоминаний.

Социометрия – экспериментальный метод, социально – психологический тест обеспечивающий изучение отношений между людьми, применяется для оценки межличностных эмоциональных связей в группе.

1. \* Объект – это фрагмент реальности, на которую направлена активность взаимосвязанного с ним субъекта.

   Субъект – конкретный носитель предметно-практической деятельности и познания, активный творец своей жизни. [↑](#endnote-ref-2)
2. [↑](#endnote-ref-3)