Мышление

ЗАНЯТИЕ 1

Педагог дополнительного обучения

(Педагог-психолог)

Коновалова Н.В.

Содержание:

- 1. Определение «мышление»
- 2. Типы мышления
- 3. Мыслительные операции
- 4. Упражнения на развитие мышления
- 5. Тест

Девиз занятия:

“Никогда не беритесь за последующее, не усвоив предыдущее”.

Мышление – это многогранный процесс, для которого в психологии существует большое количество различных определений (*ниже один из них*)

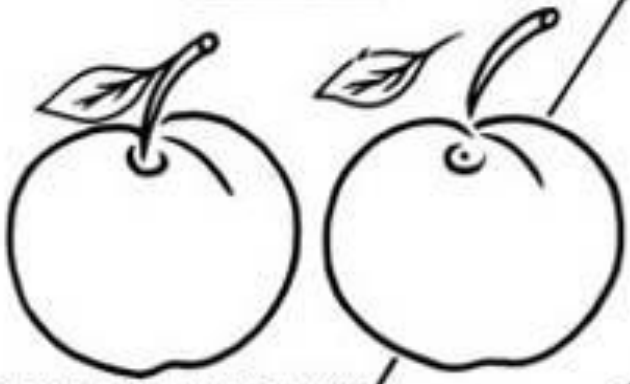
- **Мышление** - процесс мысленной обработки информации на основании имеющихся у человека накопленных знаний и аксиоматических представлений об окружающем мире.

В процессе мыслительной деятельности человек анализирует поступающую информацию, делает выводы, расширяет и дополняет свою картину мира.

Мышление – это то, что делает нас людьми.
Именно способность мыслить, сопоставлять факты и расширять свою картину мира за счет логических умозаключений отличает нас от животных.
Существует несколько типов мышления, которые отличаются тем, как человек анализирует информацию и как делает выводы.

МЫСЛИТЕЛЬНЫЕ ОПЕРАЦИИ

АНАЛИЗ



МЫСЛЕННОЕ РАЗДЕЛЕНИЕ ПРЕДМЕТОВ И ЯВЛЕНИЙ НА ЧАСТИ ИЛИ СВОЙСТВА (ФОРМА, ЦВЕТ, ВКУС...)

СИНТЕЗ

МЫСЛЕННОЕ ОБЪЕДИНЕНИЕ ЧАСТЕЙ ИЛИ СВОЙСТВ В ЕДИНОЕ ЦЕЛОЕ

СРАВНЕНИЕ

СОПОСТАВЛЕНИЕ ПРЕДМЕТОВ И ЯВЛЕНИЙ, НАХОЖДЕНИЕ СХОДСТВА И РАЗЛИЧИЙ МЕЖДУ НИМИ

АБСТРАГИРОВАНИЕ

ВЫДЕЛЕНИЕ ОДНИХ ПРИЗНАКОВ И ОТВЛЕЧЕНИЕ ОТ ДРУГИХ (ОСУЩЕСТВЛЯЕТСЯ НА ОСНОВЕ АНАЛИЗА)

ОБОБЩЕНИЕ

"ЭТО – ФРУКТЫ"

МЫСЛЕННОЕ ОБЪЕДИНЕНИЕ ПРЕДМЕТОВ И ЯВЛЕНИЙ ПО ИХ ОБЩИМ И СУЩЕСТВЕННЫМ ПРИЗНАКАМ

Мышление это ???

Упражнения на развитие мышления

1. Чтение
2. Новые маршруты
3. Тренировка памяти
4. Рисование
5. Общение
6. Игра на музыкальном инструменте
7. Шахматы и шашки

Чтение

психологи советуют больше читать. Причем не важно, художественную или научную литературу, главное – осмысливать прочитанное, записывать свои мысли, выводы, спорить с автором, ловить его на противоречиях.

Чтение даёт новые знания, повышает уровень интеллекта, развивает память и помогает в саморазвитии

•Новые маршруты

Ориентация в пространстве и поиск пути – это очень сложная задача, которая требует от нашего мозга значительных усилий. А там, где есть усилия, есть и развитие. Почаще находите поводы разнообразить свои маршруты.

Помимо маршрутов, разнообразие стоит привнести и в бытовые привычки. Всё, что вы делаете ежедневно, можно делать несколько иначе. Попробуйте чистить зубы и есть другой рукой или собираться в школу в другой последовательности.

Обратите внимание, что перечисленные действия могут вызывать у вас дискомфорт и сильное желание вернуться к прежнему ритму. Но это и есть главный показатель того, что упражнение эффективно и создаёт хорошую нагрузку на мозг.

Тренировка памяти

тренировка памяти – необходимый элемент развития мышления. Попробуйте, например, ежедневно уделять 15 минут заучиванию стихов. Ежедневно у вас должно быть ощущение, что вы узнали что-то новое.

Рисование

Если вы не умеете рисовать, то самое время научиться, получив полезный навык, а попутно повысив уровень своего интеллекта. Рисование – это отличное упражнение для развития творческого мышления, особенно если рисовать не материальные предметы, а абстракции, приходящие на ум.

Общение

Общение и поддержание социальных связей – одна из ключевых функций нашего мышления. И заставляя свой мозг заниматься данной деятельностью, вы заставляете его работать значительно активнее. Поэтому чаще знакомьтесь с новыми людьми.

Игра на музыкальном инструменте

исполнение музыки требует от мозга сложной комплексной работы: следить за ритмом, контролировать точность мелодии, координировать движения обеих рук.

Шахматы и шашки

Отличное упражнение для развития мышления

Читайте слова наоборот

Прогуливаясь по улице или проезжая на транспорте, старайтесь читать вывески задом наперед. Да, поначалу это будет вызывать определенные трудности, но в дальнейшем вы сможете читать таким образом целые фразы и предложения. Это научит ваш мозг видеть альтернативы и даст возможность найти выход из проблемной ситуации.

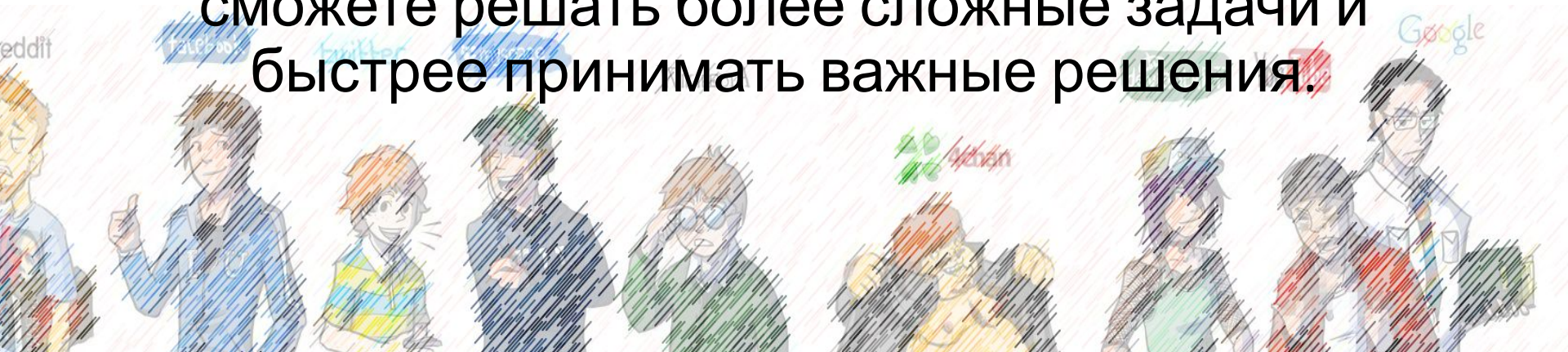
Используйте другую руку

Если вы правша — левую, если наоборот — правую. Это стимулирует работу обоих полушарий, активизируя установление новых нейронных связей в мозгу, а также улучшает концентрацию и логическое мышление.

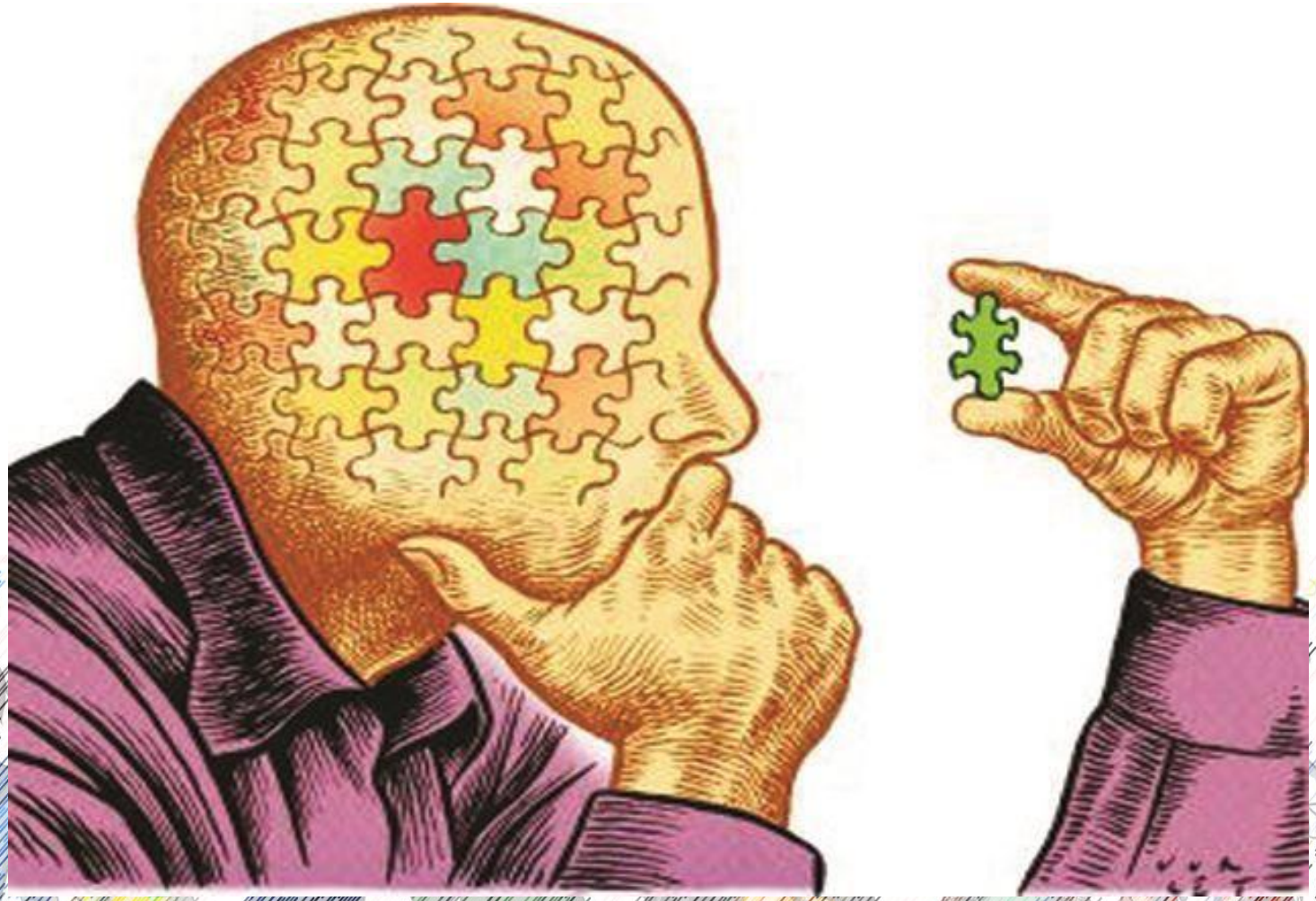
Заключение

Упражнения для развития мышления занимают не так много времени и требуют совсем мало усилий, в то же время результат от них получается весьма существенным.

Не пренебрегайте данной возможностью, и уже через несколько недель почувствуете заметное улучшение своих способностей, сможете решать более сложные задачи и быстрее принимать важные решения.



Попробуйте выполнить это упражнение.
Последовательно представляйте себе следующие образные картины и оценивайте их яркость по 4-балльной шкале
(1 – очень слабый образ, 2 – слабый образ, 3 – яркий образ. 4 – очень яркий образ):

- Автомобиль, стоящий на паркинге супермаркета.
- Тот же автомобиль, двигающийся по горному серпантину.
- Тот же автомобиль, двигающийся с места.
- Тот же автомобиль, но перевернутый вверх колесами.
- Тот же автомобиль, вернувшийся в нормальное положение.
- Тот же автомобиль, обгоняющий другую машину.
- Он же – на берегу моря.
- Этот автомобиль, удаляющийся и постепенно исчезающий из вида.
- Он же, мчащийся на высокой скорости.
- Он, же осторожно едущий в темноте с включенными фарами.
- **Если все образы были яркими, то в сумме у вас должно получиться 40 баллов. Если у вас получилось меньше 20 баллов, то стоит задуматься над тем, как развить образное мышление.**

ЖЕЛАЮ УДАЧИ!