

- Лекция 4.
- Познавательные процессы и их роль в медицине.

- *Познание* - общественно-исторический процесс творческой деятельности людей, формирующий их знание, на основе, которых возникают цели и мотивы человеческих действий. Познание рассматривает практическую деятельность как основание познания и как критерий истинности знания.

- ***Уровни познания.***

- Существуют два уровня познания:
- а) *чувственное познание*: с помощью органов чувств, иначе его называют непосредственное познание;
- б) *рациональное познание*: с использованием психологических средств, в обобщенной форме.
- Сознание и познанию – явления не тождественные. Сознание – условие познания. Познание окружающего мира осуществляется с помощью познавательных процессов. Познавательные психические процессы: ощущение, восприятие, мышление; память, воображение, представления, внимания.

- ***Функции познавательных процессов:***

- а) изучение окружающего мира;
- б) создание субъективного образа объективного мира;
- в) разработка стратегии собственного поведения;
- г) формирование целей и мотивов человеческих действий.

- *Ощущение* – простейшая форма психического отражения, свойственная и животному, и человеку, обеспечивающая познание отдельных свойств предметов и явлений. (Гамезо М.И., Домашенко И. А., 1986). *Ощущение* – процесс, переходный от физиологического к психологическому.

- **Основные функции ощущений**

- *1. Трансформирующая:* превращение энергии внешнего воздействия в акт сознания.
- *2. Структурная:* ощущение есть основа более сложных познавательных процессов.
- *3. Содержательная:* представление сенсорного материала для построения чувственных образов
- Для врача важно знать, что свойства сенсорных процессов зависят от особенностей строения функционирования рецептора; состояния НС и ее сохранности; особенностей раздражителя. У каждого индивида эти составляющие различны, что определяет индивидуально-типологические особенности чувствительности.

- *Классификация ощущений*

- Ощущения классифицируются по принципу модальности, взаимодействию рецепторов с раздражителями, месту расположения рецепторов.

- *I. По ведущему анализатору (по модальности)*

- - зрительные, - обонятельные, - слуховые, - вкусовые, - осязательные, - мышечно-суставные,
    - - температурные, - болевые, - органические, - статико-кинетиические.

- *II. По расположению рецепторов:*

- - экстерорецептивные, расположенные в местах контакта с внешней средой;
      - - проприоцептивные, расположенные мышках, суставах;
      - - интрорецептивные, расположенные во внутренних органах.

- *III. По взаимодействию рецепторов с раздражителями*

- - дистантные, воспринимающие сигналы от источников, находящихся на расстоянии от самого рецептора;
      - - контактные, отражающие сигналы от раздражителей при их непосредственном контакте с анализатором.

- ***Индивидуально-типологические особенности чувствительности (виды чувствительности)***

- 1. Сензитивность – природно-обусловленная чувствительность отдельных анализаторов.
- 2. Сенсibiliзирoваннoсть - пoвышeнная чувствительность под влиянием опыта, профессиональной деятельности.
- Сенсорная организация - комплекс врожденных и приобретенных особенностей индивида, проявляющихся в доминировании ведущего анализатора, в скорости развития НС (первых процессов) и длительности их действия, в силе сенсорной реакции, в интенсивности эмоционального тока.

- *Восприятие* - форма целостного психического отражения предметов и явлений при их непосредственном воздействии на органы чувств. Восприятие считается полноценным психологическим процессом, так как в акте восприятия выражаются и особенности строения и функционирования ЦНС, прошлый опыт человека, особенности его личности.

- ***Основными свойствами восприятия можно считать:***
  - 1. Осмысленность и обобщенность /Воспринимая предметы и явления, человек осознает, понимает, то, что воспринимается.
  - 2. Предметность восприятия./Психические образы осознаются человеком как реальные объекты, обладающие объективными свойствами.
  - 3. Целостность./Восприятие есть всегда целостный образ, где свойства предметов находятся в постоянной устойчивой зависимости. В восприятии отражаются устойчивые связи между компонентами предмета или явления.

- ***Основными свойствами восприятия можно считать:***
- 4. Структурность./Восприятие непростая сумма ощущений. Мы воспринимаем абстрагированную из этих ощущений обобщенную структуру: отражаются устойчивые связи между компонентами предмета или явления.
- 5. Избирательность/Проявляется в преимущественном выделении одних субъектов по сравнению с другими, и из бесчисленных окружающих человека предметов и явлений он выделяет в данный момент лишь некоторые из них, что зависят от потребностей, интересов, деятельности субъекта.
- 6. Константность/Мы воспринимаем окружающие предметы как относительно постоянные по цвету, форме, фактуре, величине в разных условиях: при различной освещенности, разного расстояния, разных точек зрения. Объективные качества предметов воспринимаются в неизменном виде.

- ***Основные функции восприятия***

- 1. *Ориентационная* функция. Создавая образы предметов и явлений, непосредственно действующих на органы чувств, восприятия в окружающей его среде.
- 2. *Регулирующая* функция: обработанная восприятием информация позволяет управлять деятельностью.
- 3. *Структурно-содержательная*: восприятие является основной для ряда психологических процессов (мышление, представление, воображение).
- 4. *Экономическая* функция: восприятие обеспечивает “пристрастное” видение окружающего мира, являющееся в зависимости от поставленной цели, что позволяет эффективно осуществлять деятельность и сберегать психологические ресурсы.
- 5. *Участие в обеспечении целостности личности*: образы восприятия связаны с прошлым опытом и отражают не явления, которые существуют в настоящем, выделяя в них аспекты значимые для будущего.

- *Виды восприятия различают по следующим основаниям*
  - I. По ведущему анализатору:
  - II. По форме существования материи:
  - -III. По форме психической активности:
  - IV. По структуре:
    -

- *Мышление* - наиболее обобщенная форма психического отражения, устанавливающая связи и отношения между познаваемыми объектами.

- Мыслительная деятельность проходит ряд этапов, или стадий:
  - а. стадию предварительной ориентировки в условиях задачи;
- b. стадию формирования программы и выбора средств решения задачи (стадию выбора общей стратегии решения);
- c. стадию непосредственного осуществления различных операций, направленных на решение задачи;
- d. стадию контроля за промежуточным и конечным результатами;
- e. стадию сличения конечного результата с условиями задачи и ожидаемым результатом.

- а) Обобщенность.
- Обобщенности способствует то, что мышление носит знаковый характер, выражается словом
- б) Опосредованность.
- Благодаря опосредованности оказывается возможным познать то, что непосредственно в восприятии не дано
- в) Связь с чувственным познанием, т.е. ощущениями и восприятием

- **Основные функции мышления:**

- 1. *Интегрирующая*: мышление играет роль объединяющего начала и регулятора всей психической деятельности в целом.
- 2. *Упорядочивания*: с помощью мышления устанавливаются общие взаимосвязи.
- 3. *Сущностная*: данная функция выражается в понимании сущности конкретных явлений как разновидности определенного класса явлений.
- 4. *Обобщающая*: благодаря этой функции происходит обобщение свойств однородной группы либо обнаружение единых свойств нескольких групп.
- 5. *Регулирующая*: регулирует поведение и деятельность человека, направляет её на решение поставленных задач.
- Мышление имеет различные виды и формы.

- ***Классификация мышления.***

- *1. Виды мышления по форме / генетическая характеристика:*

- а) наглядно- действительное.
- б) наглядно – образное,
- в) абстрактно – логическое.

- *2. Виды мышления по степени новизны и оригинальности:*

- а) репродуктивное (воспроизводящее),
- б) продуктивное (творческое).

- *Классификация мышления.*

- *3. Виды мышления по характеру решаемых задач:*

- а) теоретическое, с его помощью решаются теоретические задачи.
- б) практическое/ эмпирическое, позволяющее решать практически.

- *4. Виды по степени развернутости:*

- а) дискурсивное (развернутое, структурированное, осознанное)
- б) интуитивное (малоосознаваемое, отсутствует четкая структуризация, протекает быстро).

- *5. По вкладу каждого полушария в мыслительную деятельность:*

- а) правополушарное мышление,
- б) левополушарное мышление.

- Формы мышления:
- Понятие
- Суждение
- Умозаключение

- *Воображение* - это
- а) психический процесс создания образа предмета или ситуации путем перестройки имеющихся представлений;
- б) форма психологического отражения, состоящего в создании образов на основе ранее сформированных представлений.
- *Воображение выражается*
- в создании программ деятельности, когда проблемная ситуация неопределенна;
- в построении образа конечного результата предметной деятельности; в создании образа, соответствующего описанию объекта.

- Процессы воображения имеют аналитико-синтетический характер, как и процессы памяти, мышления, восприятия. Основная тенденция воображения – преобразование представлений памяти, обеспечивающие, в конечном счете, создание заведомо новой, ранее не возникшей ситуации.
- *Сущность воображения*, если говорить о его механизмах, - преобразование представлений, создание новых образов на основе имеющихся.
- Воображение есть отражение реальной действительности в новых, непривычных, неожиданных сочетаниях и связях

- ***Функции воображения.***
- Будучи психологическим явлением, воображение выполняет определенные психические функции. К *основным функциям воображения* можно отнести:
- Планирование и программирование деятельности.
- Формирование внутреннего плана человеческой деятельности.
- Произвольная реализация познавательных процессов и состояний человека.
- Регулирование эмоций человека.
- Представление действительности в образах и составлении возможности пользоваться ими, решая задачи.

- ***Механизмы синтеза представлений в процессах воображения:***
- а) агглютинация – соединение несоединимых в реальности качеств, свойств, частей предметов;
- б) гиперболизация (акцентирование) – увеличение или уменьшение предмета и его частей;
- в) заострение - подчеркивание каких-либо признаков;
- г) схематизация – сглаживания различий предметов и выявление черт сходства между ними;
- д) типизация – выявление существенного, повторяющегося в однородных явлениях и воплощении их в конкретном образе.
- .

- Внимание
- ***Качества внимания.***
- Внимание обладает рядом свойств, или качеств, характеризуют его. К таким свойствам относят:
- *Активность, связь с волевой регуляцией*, в соответствии с этим качеством различают
  - а) произвольное (зависит от воли) внимание;
  - б) произвольное (независимое от воли) внимание.
- *Направленность*, определяющая на какой мир внешний или внутренний преимущественно направлено внимание.
  - а) внешнее внимание адресовано раздражителям внешнего мира;
  - б) внутреннее направлено в явлениям, не связанным с наличными раздражителями.
- *Широта*. Эта характеристика является не только количественной, но и качественной. Она включает показатели
  - а) объема, т.е. количество объектов, которые могли быть охвачены вниманием одновременно и
  - б) распределение (возможность удерживать в сфере внимания несколько объектов).

- *Переключаемость* есть намеренный перенос внимания с одного объекта на другой. Различают две разновидности переключаемости
- а) легкая переключаемость, когда сознание без особых усилий переводится с объекта на объект, что позволяет быстро и качественно осуществлять деятельность;
- б) трудная переключаемость, при которой отмечаются застревания сознания на объектах, способах деятельности, отдельных образах или частях объекта.
- *Интенсивность, или концентрация.*
- Концентрация – степень сосредоточения внимания на объекте. Концентрация на объекте может быть
- а) высокой, т. е. человек сосредоточил все свое внимание на одном явлении или событии и практически не замечает окружающего;
- б) низкой, при которой степень сосредоточения на явлении незначительна.
- *Устойчивость.* Устойчивостью называют длительность сосредоточения внимания на объекте. В соответствии с данной характеристикой внимание может быть охарактеризовано как
- а) устойчивое, длительное сосредоточение на явлении, предмете, образе;        б) неустойчивое, где время рассмотрения психического явления непродолжительно, и внимание переходит от одного объекта к другому помимо воли самого человека.

- ***Классификация видов внимания.***
- Основаниями для объединения в группы видов внимания может быть:
- *Предмет, материал деятельности.* Согласно данному основанию выделяют виды внимания
  - а) сенсорно – рецептивное внимание;
  - б) интеллектуальное внимание;
  - в) двигательное внимание;
  - г) эмоциональное внимание.
- *Направленность активности.* Согласно данному основанию выделяют виды внимания
  - а) внешненаправленное внимание;
  - б) внутренненаправленное внимание.
- *Характер отраженных связей и отношений.* Согласно данному основанию выделяют виды внимания
  - а) эмпирическое;
  - б) теоретическое.
- *Ведущий анализатор,* принимающий участие в апперцептивной деятельности. Согласно данному основанию выделяют виды внимания
  - - зрительное;                      - моторное;
  - - слуховое;                              - тактильное;
  - - обонятельное;                      - вкусовое.
- Степень участия волевой регуляции. Согласно данному основанию выделяют виды внимания- произвольное, непроизвольное, постпроизвольное

- ***Основные функции внимания***
- Активация нужных и торможение ненужных в данный момент психологических и физиологических процессов.
- Обеспечение избирательной и длительной сосредоточенности психической активности на одном и том же объекте или виде деятельности.
- Способствование организованному и целенаправленному отбору поступающей в организм информации в соответствии с его актуальными потребностями.

- Факторы, определяющие внимание
- Факторы, характеризующие структуру внешних раздражителей (структуру внешнего поля)
- Факторы, относящиеся к деятельности самого субъекта (структура внутреннего поля)

- **Память.**
- *Память и её роль в отражении объективного мира.*
- *Память – форма психического отражения, заключающаяся в закреплении, сохранении и последующем воспроизведении прошлого опыта.*
- *Памятью называется сохранение информации о раздражителе после того, как его действие уже прекратилось. Это общее определение памяти подходит к самым различным ее проявлениям. В настоящее время различают память как биологическую функцию и память как функцию психологическую.*

- *Основными характеристиками памяти как биологической и психической функции являются*
  - длительность формирования следов,
  - их прочность и продолжительность удержания,
  - объем запечатлеваемого материала,
  - точность его считывания,
- особенности воспроизведения

- *Функции памяти:*
- Расширение познавательных возможностей человека.
- Обеспечение целостности и развития личности.
- Планирование и предвосхищение будущего, т.к. память создает установку на будущее.

- ***Классификация видов памяти.***
- Виды памяти подразделяются в зависимости от ведущего анализатора; от предмета, материала деятельности протекания процесса; от формы психической активности.
- *Виды памяти по ведущему анализатору*
- зрительная,
- обонятельная,
- вкусовая,
- слуховая,
- тактильная.
- *Виды памяти, различающиеся по предмету, материалу деятельности:*
- двигательная,
- эмоциональная,
- образная,
- вербальная.
-

- *Классификация видов памяти.*
- Виды памяти подразделяются в зависимости от ведущего анализатора; от предмета, материала *Виды памяти по продолжительности удержания информации:*
- мгновенная, длящаяся несколько секунд;
- кратковременная, длящаяся несколько минут;
- долговременная, длительное хранение информации, иногда в течение многих лет.
- *Виды памяти по характеру целей запоминания / волевым усилиям*
- произвольная, при которой ставится сознательная цель запомнить что-либо;
- непроизвольная, когда запоминание происходит само без значительных волевых усилий, отсутствует мнемическая задача, запоминание сопровождает другую деятельность.
- Непроизвольная память является генетически первичной. Исследование П.И. Зинченко показали, что непроизвольное запоминание может быть более эффективным, чем произвольное, в тех случаях, когда оно осуществляется в процессе интенсивной мыслительной деятельности.
- *Виды памяти по степени использования средств запоминания:*
- непосредственная, без использования особых средств и приёмов запоминания;
- опосредованная, с применением средств (узелков, меток, рисунков) и приёмов (повторение, составление плана, схематизация и др.) с целью лучшего сохранения.
-

- 6. *Виды памяти по семантической организации*
  - неосмысленная (механическая);
  - семантически-организованная, где применяются специальные приёмы для создания организации смысловых блоков и тем.
- 7. *Виды памяти по характеру самого материала запоминания:*
  - эпизодическая память получает и хранит информацию об эпизодах либо целостных событиях жизни. Здесь сохраняются целостные образы и ощущения как «автобиографические вехи». Информация эпизодической памяти теряется по мере поступления новой информации.
  - семантическая память, или память на слова, понятия, правила абстрактные идеи. Семантическая память организует знания человека о вербальных символах и понятиях. Она более устойчива, чем семантическая память.
- Итак, мы видим, что память человека разнообразна и неоднородна. В каждом из видов памяти имеет место специфическое протекание операций и место этих операций в реализации вида памяти.

- *Операции памяти.*
- Рассматривая память как мнестическую деятельность следует в ней выделить конкретные операции. К ним относятся операции
  - запоминание (запечатление),
  - сохранение,
  - воспроизведение,
  - забывание,
  - восстановление.

- *Механизмы памяти.*
- Вопрос о механизмах памяти сложен и является предметом ряда наук – физиологии, биохимии, психологии:
- физиологическое объяснение – образование нервных связей (ассоциаций);
- биохимическое объяснение – память связана с изменением состава РНК и других биохимических структур;
- психологическая трактовка – память зависит от характера деятельности и направленности личности.

- *Составляющие продуктивности памяти*
- объем;
- ТОЧНОСТЬ;
- быстрота;
- длительность сохранения;
- ГОТОВНОСТЬ материала к актуализации

• СПАСИБО ЗА ВНИМАНИЕ!

- Лекция 5.
- Эмоционально-волевая сфера человека.

- *Эмоциональные явления* – особый класс психологических процессов и состояний, связанных с инстинктами, мотивами, потребностями, отражающий в форме непосредственных переживаний (удовлетворения, радости, страха и т. д.) значимость действующих на индивида явлений, ситуаций для осуществления его жизнедеятельности. Эмоции служат одним из механизмов внутренней регуляции психической деятельности и поведения, направленных на удовлетворения актуальных потребностей.

- *Современные представления об эмоциях.*
- В современной общей психологии эмоции рассматриваются как сложные многоаспектные психологические образования, выполняющие отражательные и регуляторные функции. Одной из основных особенностей эмоций можно считать их непосредственную представленность субъекту отношений между потребностью и возможностью её удовлетворения.

- Сами эмоции не могут отождествляться с познавательными процессами, но они имеют важнейшее значение для реализации познавательных процессов.
- эмоции направляют внимание на те или иные явления;
- позволяют закрепить, оценить адекватность выполняемых действий;
- организуют или дезорганизуют протекание познавательных процессов;
- предвосхищают познавательный результат, способствуют направленному течению мысли.
- Осознание эмоций связано с возможностью их произвольной регуляции.

- каждая эмоция состоит из трёх компонентов:
- 1) внутренних переживаний (переживание субъективной неповторимости),
- 2) поведенческих реакций (дрожь, усиление тонуса, поза, мимика, крик),
- 3) физиологических процессов (повышение АД, потоотделение, спазм сосудов, напряжение мускулатуры, сердцебиение).

- ***Функции эмоций***
- *(по В. К. Виллюпану и В. В. Петухову)*
- Как психические явления эмоции играют важнейшую роль в психическом отражении. Их роль и значимость в психическом отражении связана с теми функциями, которые они реализуют. К функциям эмоций относятся следующие:
- Оценочная.
- Разрешения ситуаций.
- Коммуникативная.
- Экспрессивная.
- Активирующая.
- Закрепление следообразования.
- Предвосхищающая.
- Мобилизующая (побуждающая).
- Организующая.
- Структурирующая.
- Эвристическая.
- Сигнальная.

- ***Факторы, определяющие эмоции.***
- Возникновение, протекание особенности проявления эмоции зависят от ряда причин, или факторов, её определяющих:
  - а) характер получаемой из вне информации;
  - б) степень новизны информации;
  - в) степень достоверности информации;
  - г) вероятность удовлетворения актуализированной потребности;
  - д) уровень активации организма (если он слишком высок, то остаток активации переносится на последующую эмоцию, которая усиливается);
  - е) особенности восприятия ситуации в целом (определяет направленность эмоции);
  - ж) уровень умственного развития;
  - з) предшествующий акт.

- ***Классификация эмоций***

- Эмоциональные состояния и процессы имеют свои особенности. Среди них можно назвать:
  - эмоциональная устойчивость;
  - эмоциональная возбудимость;
  - эмоциональный тонус;
  - эмоция реакций (сила, темп, ритм).
- В соответствии с выделенными особенностями эмоций их можно классифицировать.
- Эмоции как сложные системные образования характеризуются несколькими параметрами:
  - а) модальностью, связью с базальной потребностью;
  - б) знаком;
  - в) интенсивностью;
  - г) длительностью;
  - д) реактивностью, т.е. быстротой возникновения или изменения эмоции;
  - е) степенью осознанности;
  - ё) степенью произвольного контроля.

- . *Эмоциональные явления, с выраженным биологическим компонентом:*
  - аффекты;
  - настроения;
  - стрессы;
  - страсти;
  - фрустрация.
- *II. Эмоциональные явления, имеющие социальную обусловленность:*
  - - собственно эмоции;
  - - чувства.

- *Аффект* – особый вид эмоций отличающихся большой силой, способностью подавлять другие эмоции и навязывать определенный закрепившийся способ «аварийного» разрешения ситуации. Аффекты – сильные и относительно кратковременные эмоциональные переживания, сопровождаемые резко выраженными двигательными и висцеральными изменениями.
- Аффекты развиваются в критических условиях при неспособности субъекта найти адекватный выход из возникающих ситуаций. Обладая свойствами доминанты, аффект тормозит не связанные с ним психические процессы и «навязывает» тот или иной стереотипный способ «аварийного» разрешения ситуаций, сложившийся в биологической эволюции и оправдавший себя лишь в типичных биологических условиях.
- Таким образом, *особенности аффектов*:
  - кратковременность,
  - плохая структурированность,
  - слабая осознаваемость ,
  - интенсивность, выраженность

- *Настроение* – более или менее устойчивое, продолжительное, общее, без определенной интенции эмоциональное состояние, окрашивающее в течение некоторого времени все поведение и все переживания человека. Настроение характеризуется безотчетностью, слабой выраженностью, способностью приобретать значительную интенсивность. Настроение сопровождается эмоциональным тоном положительным или отрицательным.
- Настроение в различной степени влияет на все психические процессы, протекающие в данный отрезок времени. Настроение, будучи вызванным определенной причиной, проявляется в особенностях эмоционального отклика на воздействия любого характера.
- *Особенности настроения:*
  - длительность;
  - безотчетность, неясность, т. е. невысокая осознанность;
  - слабая интенсивность;
  - влияние на мысли и действия.

- *Стресс* - неспецифическая реакция организма на любое требование из вне. Стресс можно рассматривать как систему напряжений, функциональное значение которых в мобилизующем влиянии на деятельность.
- *Этапы стресса:*
- *Стадия тревоги.* Активизируется симпатическая НС, характерны физиологические изменения, подготавливающие организм.
- *Стадия сопротивления.* Организм расходует имеющиеся у него резервы.
- *Стадия истощения.* Резервы организма значительно уменьшаются.

- *Страсть* – форма эмоциональных состояний человека, сильное стойкое всеохватывающее чувство, доминирующее над другими побуждениями человека, и приводящее к сосредоточению на предмете всех устремлений и сил. Страсть выражается в порыве, увлеченности, сосредоточенности, собранности помыслов и сил, направленных на цель.
- Причины возникновения страстей разнообразны: они могут определяться идейными убеждениями, исходить из телесных влечений, иметь патологическое происхождение. Страсть может быть принята личностью, а может осуждаться ею, восприниматься как что-то нежелательное.
- *Особенности страстей:*
  - продолжительность;
  - осознанность;
  - яркая выраженность проявления;
  - нечеткая структурированность.
- Единство нравственного, разумного начала и страсти нередко выступают движущей силой открытий и по

- *Фрустрация* – психическое состояние, вызванное неуспехом в удовлетворении потребности, желания.
- Состояние фрустрации сопровождается отрицательными переживаниями: разочарованием, тревогой, отчаянием. Фрустрация возникает в ситуации конфликта, когда удовлетворение потребности наталкивается на непреодолимые или труднопреодолимые преграды. Фрустрацию можно рассматривать как одну из форм психологического стресса

- *Собственно эмоции* – это эмоциональные реакции на вспоминаемые, свершившиеся и на вероятные, ожидаемые события.
- В силу адекватного характера они способны предвосхитить ситуацию и события, которые реально ещё не наступили или произошли в прошлом, причём не обязательно с самим субъектом. Собственно эмоции могут смещаются к началу действия и предвосхищать результат, носить опережающий характер, отражая в форме обобщенной субъективной оценки личностью определенной ситуации, связанной с удовлетворением потребностей человека.
- Собственно эмоции имеют ряд характерных особенностей, отличающих их от эмоциональных явлений с преобладающими биологическими составляющими.
- *Особенности собственно эмоций:*
- а) может слабо проявляться внешне;
- б) имеют идеаторный характер, т. е. способны предвосхищать ситуации и события;
- в) могут обобщаться и передаваться;
- г) имеют ситуативный характер, т. е. выражают оценочное отношение субъекта к складывающимся или возможным ситуациям; к своей деятельности, к своим проявлениям в этих ситуациях;
- д) выражаются в зависимости от социальной культуры, опыта индивида;
- е) воспринимаются как состояния моего «я» (осознаваемы);
- ж) хорошо структурированы.

- *Чувства* – устойчивые эмоциональные отношения человека к явлениям действительности, отражающие значение этих явлений в потребностях, мотивах. Это внешний продукт эмоциональных процессов. Эмоциональные состояния, такие как чувства, имеют выраженный предметный характер. Они устойчивы, социальны по происхождению. Порождаются миром объективных явлений, т.е. имеют строго причинно-обусловленную природу

- ***Основные фундаментальные эмоции человека.***
- ***Радость*** – положительное эмоциональное состояние. Возникает при возможности полного удовлетворения потребности, вероятность чего до этого момента была невелика или непреодолима.
- ***Удивление*** – эмоция возникает при внезапности, тормозит все предыдущие эмоции, направляет внимание на объект, может перейти в интерес. Подготавливает к эффективному взаимодействию с **НОВЫМ**.
- ***Гнев*** – отрицательная эмоция. Протекает чаще в виде аффекта, вызываемыми внезапными серьезными препятствиями на пути для субъекта потребности.
- ***Отвращение*** – отрицательное эмоциональное состояния, вызываемое объектами, соприкосновение с которыми вступает в противоречие с идеологическими нравственными и эстетическими принципами и установками человека.

- *Основные фундаментальные эмоции человека.*
- .
- *Стыд* – отрицательное состояние, выражающееся в осознании несоответствия собственных помыслов, поступков не только ожиданиям окружающих, но и собственным представлениям о подобающем поведении и внешнем облике.
- *Интерес* – позитивная познавательная эмоция, обеспечивает работоспособность, необходима для творчества. Интерес поддерживает эволюционные устремления, стабилизирует отношения, способствует развитию интеллекта.

- ***Основные фундаментальные эмоции человека.***
- *Печаль* – возникает в результате разочарования чего-либо, утраты. Замедляет общий темп жизни человека, дает ему возможность «оглянуться назад», вызывает потребность восстановить утраченные функции, формирует эмпатию.
- *Презрение* – враждебная эмоция, это больше чем безразличие или равнодушие, оно сопровождается чувством ценности и значимости собственного «я» по сравнению «я» другого человека. Презрение не позволяет воспринимать жизнь во всей полноте.
- *Тревога* – комбинация эмоциональных паттернов (по К. Э. Царду), эмоциональное состояние возникающее в ситуациях неопределенной опасности. Проявляется в ожидании неблагоприятного развития событий. Тревога – генерализованный, беспричинный страх.

- *Основные фундаментальные эмоции человека.*
- .
- *Смушение* – переживание беззащитности в ситуации социального взаимодействия. Смушение предохраняет от излишне легкого вступления в контакт, позволяет удерживаться на безопасном расстоянии.
- *Любовь* – чувство, включающее чувствительный и когнитивный компоненты; высокая степень положительного отношения, выделяющая объект среди других и помещающих его в центр жизненных потребностей и интересов субъекта. Чувство любви имеет глубоко интимный характер и сопровождается ситуативно возникающими и изменяющимися эмоциями нежности, восторга, ревности и другими, переживаемыми в зависимости от индивидуально-психологических особенностей личности.
- *Страх* – отрицательная эмоция при выраженном прогнозе неблагоприятия. Может быть стенической и астенической, протекает в форме стрессовых состояний, аффектов, настроения.
- *Горе-потеря*

- *Уровни эмоционально-личностной сферы.*
- 1. Первый уровень составляет базальная реактивность, характеризующая в основном базальные эмоции. Эмоциональная реактивность – это кратковременный ответ на то или иное воздействие, имеющий преимущественно ситуационный характер.
- 2. Второй уровень связан с эмоциональными состояниями: настроением, эмоциональным фоном. Эмоциональные состояния отражают общее отношение человека к ситуации, к самому себе и связаны с личностными характеристиками.
- 3. Третий уровень составляют личностные качества человека, отражающие его эмоциональные особенности: оптимизм, смелость, леность, трудолюбие, агрессивность и прочее. Личностные качества человека связаны с особенностями его базальных эмоций

- *Влияние эмоций на здоровье человека*
- Одна из составляющих проявления эмоций - это изменение физиологических процессов. Поэтому эмоциональные явления оказывают важнейшее значение и на психическое и на соматическое здоровье человека.
- Мы остановимся на психосоматических расстройствах, явлениях тесно связанных с эмоциями.
- *Психосоматические расстройства* – нарушение функций внутренних органов и систем, возникновение и развитие которых в наибольшей степени связано с нервно-психическими факторами: переживанием острой или хронической психологической травмы, специфическими особенностями реагирования личности. Представление в тесной взаимосвязи самочувствия с его психическим, прежде всего, эмоциональным состоянием является одним из важнейших в современной медицине и медицинской психологии.

- *Феноменология алекситимии:*
- 1. Нарушения когнитивной сферы: привязанность мыслей к тривиальным деталям ежедневной жизни; недостаточная способность к творчеству, ограниченное использование символов; отсутствие мыслей, относящихся к внутренним установкам, желаниям и побуждениям.
- 2. Особенности самоотношения алекситимиков: нечувствительность к своему внутреннему физическому и психологическому благополучию.
- 3. Особенности эмоционально-волевой сферы: ограниченная способность к регуляции своих внутренних состояний; незначительное число способов самоуспокоения, большая часть которых направлена на физические средства совладания с трудностями; холодность по отношению к другим людям и объектам.

- **Воля.**

- *Воля* – способность человека действовать в направлении сознательно поставленной цели, преодолевая при этом внутренние препятствия (свои непосредственные желания и стремления). Воля – один из способов регуляции своего поведения, тесно связанный с выражением эмоциональных состояний.
- Волю использовали как способ объяснения поведения человека. Воля рассматривалась и в качестве признака здорового человека.

- *Воля имеет определенные характерные признаки:*

- 1. Разумность.
- 2. Сознательность.
- 3. Целенаправленность.
- 4. Связь с когнитивными процессами: мышлением, воображением, памятью.
- 5. Моральное удовлетворение.

- *Характеристики волевого действия:*
- Волевое действие является сознательным, целенаправленным, намеренным, принятым к осуществлению по собственному сознательному решению.
- Волевое действие есть действие, необходимое по внешним социальным или личным причинам, т.е. всегда существуют основания, по которым действие принимается к исполнению.
- Волевое действие имеет исходный или проявляющийся при его осуществлении дефицит проявления побуждения или торможения.
- Волевое действие в итоге обеспечивается дополнительным побуждением/торможением за счет функционирования определенных механизмов и заканчивается достижением намеченных целей.
- Волевое действие характеризуется отсутствием непосредственного удовольствия, получаемого в результате выполнения действия.

- *Структура волевого акта* представляется следующим образом:
- Осознание цели и стремление её достичь.
- Осознание ряда возможностей достижения цели.
- Появление мотивов утверждающих или отрицающих эти возможности.
- Борьба мотивов.
- Выбор одного из мотивов.
- Осуществление принятия решения.
- преодоление внешних препятствий при осуществлении принятого решения и достижения поставленной цели.

- *Функции воли:*
- Выбор мотивов и целей деятельности.
- Регуляция побуждения к действию при недостаточной или избыточной мотивации.
- Организация психических процессов в адекватную систему действий, выполняемых человеком.
- Мобилизация физических и психических возможностей при преодолении препятствий в достижении поставленной цели.

- *Направления волевой регуляции:*
  - преобразование непроизвольных психических процессов в произвольные;
  - приобретение человеком волевого контроля над своим поведением;
  - овладение волевой регуляцией собственных психических процессов и состояний;
  - выработка человеком волевых качеств и черт личности.

- **Нарушения волевого контроля**
- Волевая регуляция личности может быть нарушена, вследствие чего возникает нежелание совершения какой-либо деятельности, либо, наоборот, неумение справиться с неконтролируемой импульсивной активностью.

Наблюдаются следующие виды нарушения волевой регуляции деятельности:

**Апатия** (от греч. *apatheia* - бесстрастие) - отсутствие чувств, а нередко желаний и интересов; при апатии не наблюдается нарушения ориентировки в ситуации, но отсутствует эмоциональная оценка событий. Безразличие вызывают и радостные, и опасные жизненные эпизоды. Апатия, возникшая вследствие отсутствия побудительного импульса, может приводить к абулии.

**Абулия** (от греч. *abulia* - нерешительность) - психопатологический синдром, характеризующийся вялостью, отсутствием инициативы и побуждений к деятельности, ослаблением воли. В зависимости от вызывающих ее причин, абулия может быть кратковременным, ситуативным или периодически возвращающимся, длительно переживаемым состоянием. Тяжелая абулия - симптом, часто сопровождающий кататоническую форму шизофрении. Нередко абулия возникает при поражениях лобного отдела мозга, ответственного за регуляцию поведения.

***Могущество воли*** (по К. Ясперсу) обнаруживается в ощущении собственной силы, способности управлять событиями и собой. Как защитный механизм могущество воли может проявляться в виде всемогущего контроля, т.е. ощущения, что другие люди, силы природы, неодушевленные предметы - все подчинено власти человека и находится под его контролем. Например, осадки, политические события, достижения конкретного человека оцениваются как результат собственной деятельности и личного вклада, при этом часто наблюдается обратное, т.е. безволие и бездействие.

***Расстройство контроля над импульсами*** обнаруживается в неспособности сопротивляться импульсам, побуждениям, искушениям. Подобный вид расстройства может проявляться в различных патологически привычных, ставших побудительными действиями. Примерами таких нарушений являются kleптомания, пиромания, трихотилломания.

• СПАСИБО ЗА ВНИМАНИЕ!