

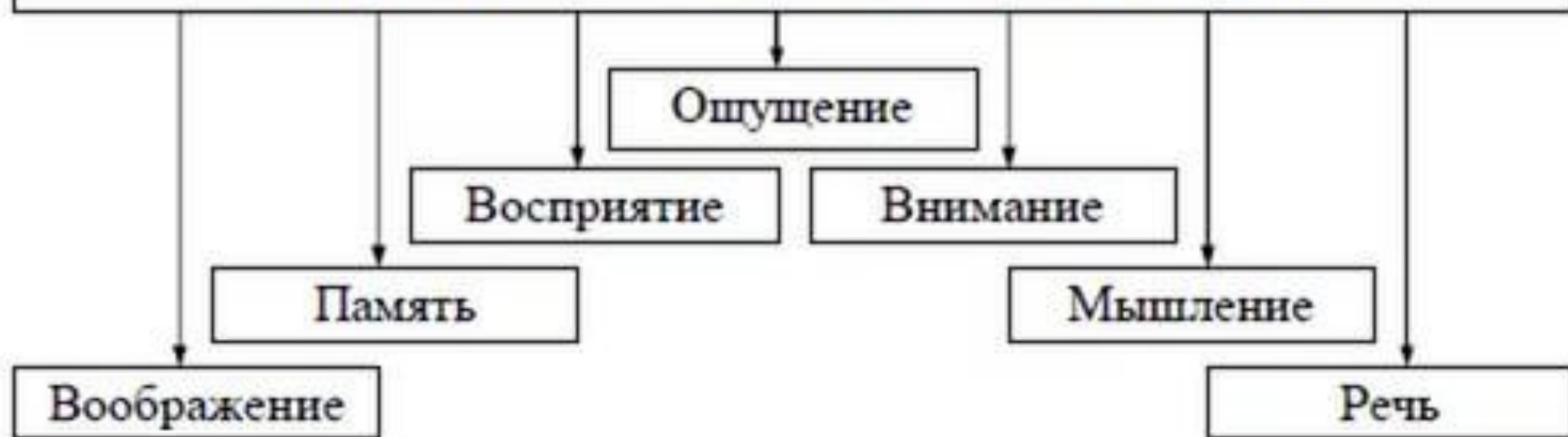
Познавательные **процессы**

- Если хочешь, чтобы у тебя было мало времени, ничего не делай.

(Антон Павлович Чехов)

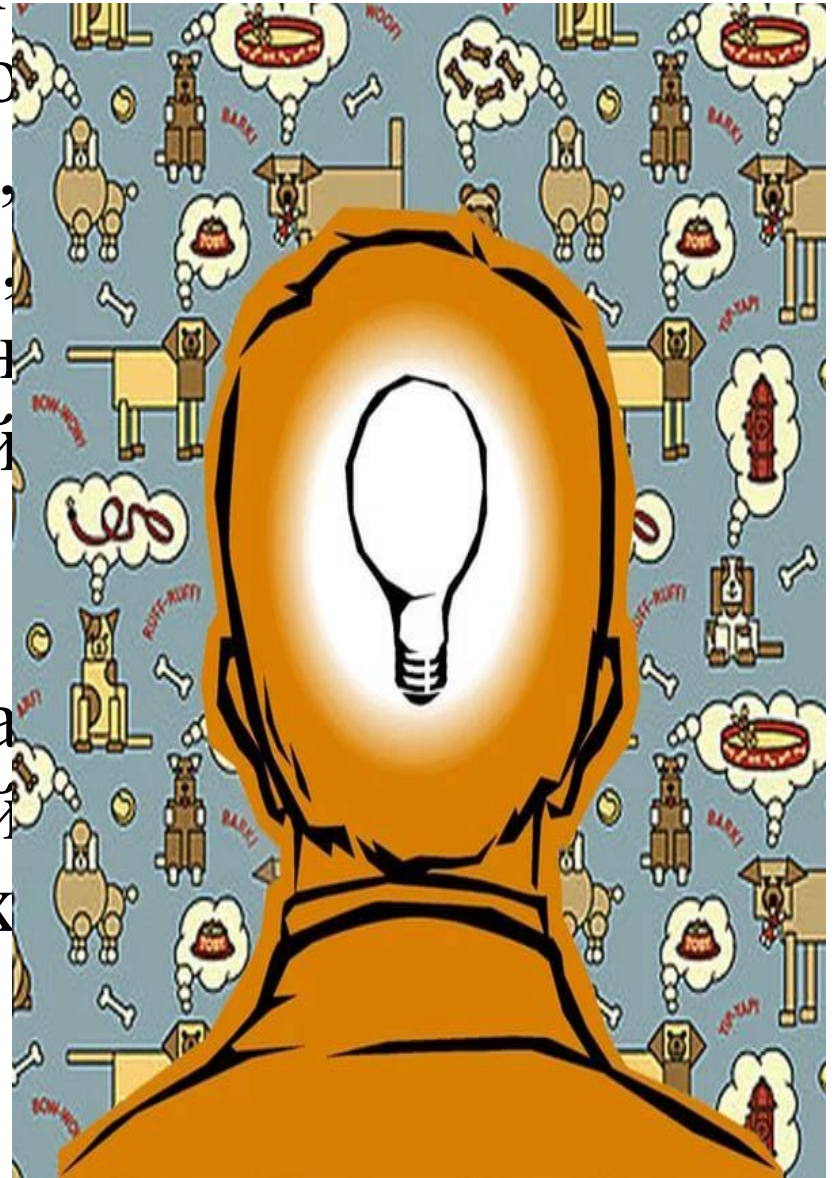


ПОЗНАВАТЕЛЬНЫЕ ПСИХИЧЕСКИЕ ПРОЦЕССЫ



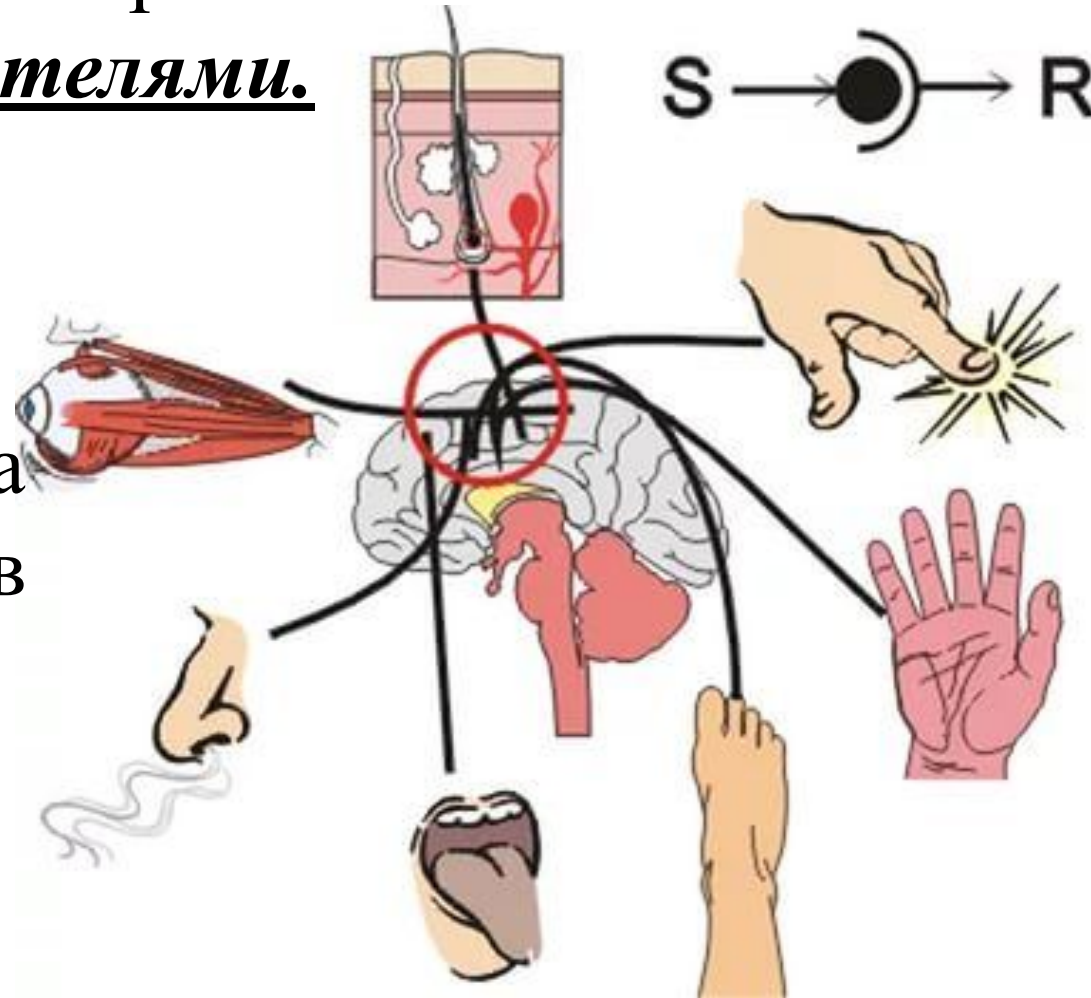
Ощущения

- Ощущением называется процесс психического отражения конкретных, отдельных свойств, качеств, сторон предметов и явлений материальной действительности, воздействующих на органы чувств в данный момент, в форме особых субъективных образований.

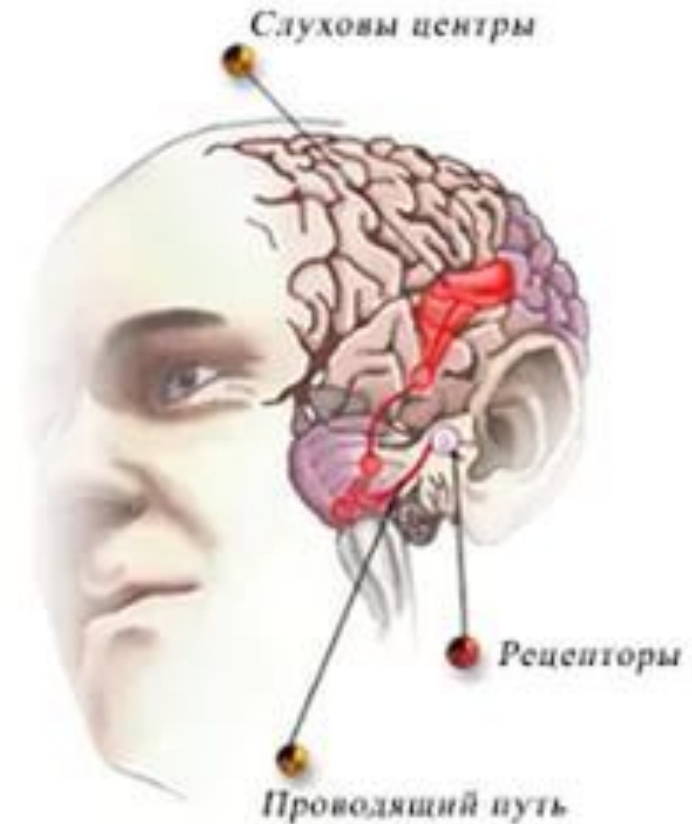


- Для возникновения ощущений необходимо прежде всего наличие воздействующих на органы чувств предметов и явлений реального мира, которые называются в этом случае раздражителями.

Воздействие
раздражителей на
органы чувств
называется
раздражением.

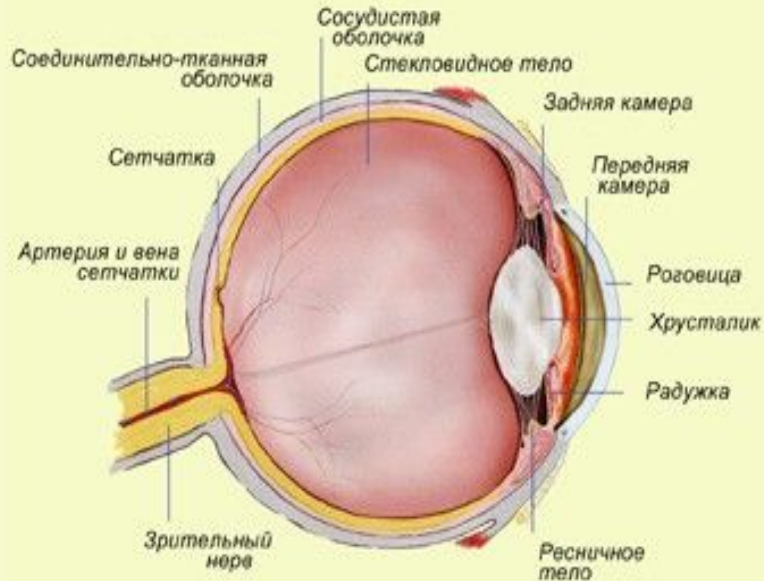


- **Орган чувств (анализатор)** – анатомо-физиологический аппарат, расположенный на периферии тела или во внутренних органах; специализирован для приема воздействия на определенных раздражителей из внешн

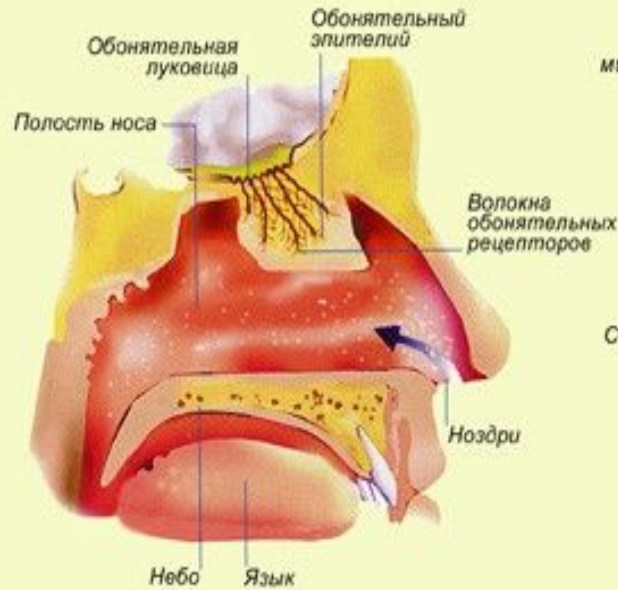


ОРГАНЫ ЧУВСТВ

ОРГАН ЗРЕНИЯ



ОРГАН ОБОНЯНИЯ



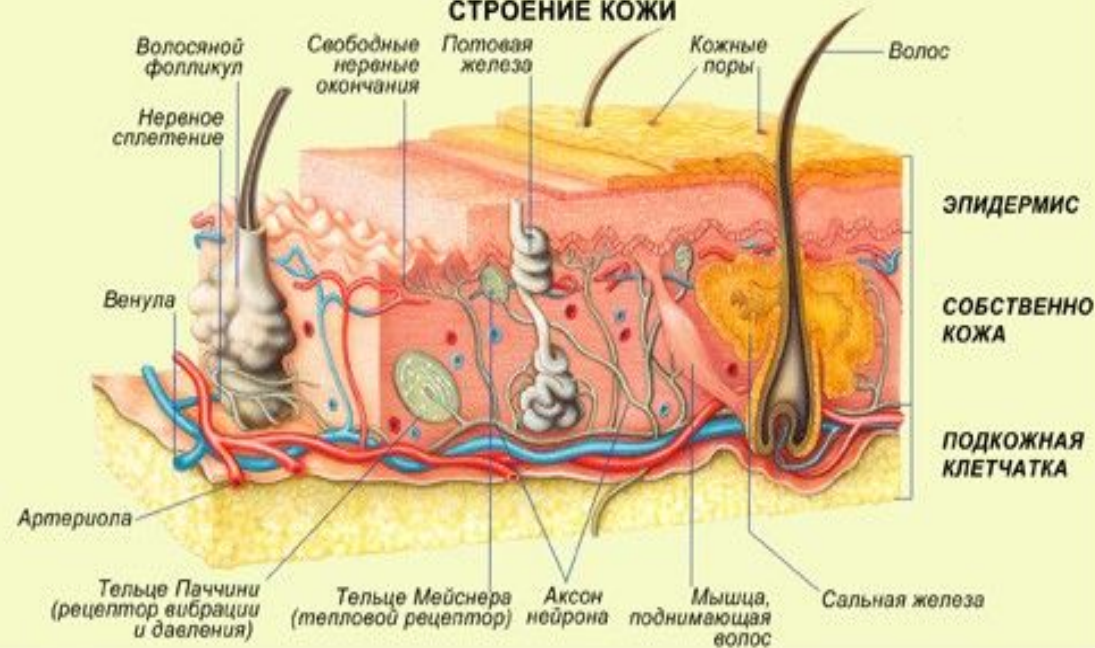
ОРГАН ВКУСА



ОРГАН СЛУХА И РАВНОВЕСИЯ



СТРОЕНИЕ КОЖИ



- Анализатор характеризуется наличием трех специфических отделов: **периферического** (рецепторного), **передающего** (проводникового) **центрального** (мозгового).
- **рецептор** (принимающий) — орган чувств, который воспринимает действующий на него раздражитель.
- **проводниковая часть и нервные центры коры головного мозга** — переработка нервных импульсов.

• Чарльз Шеренгтон

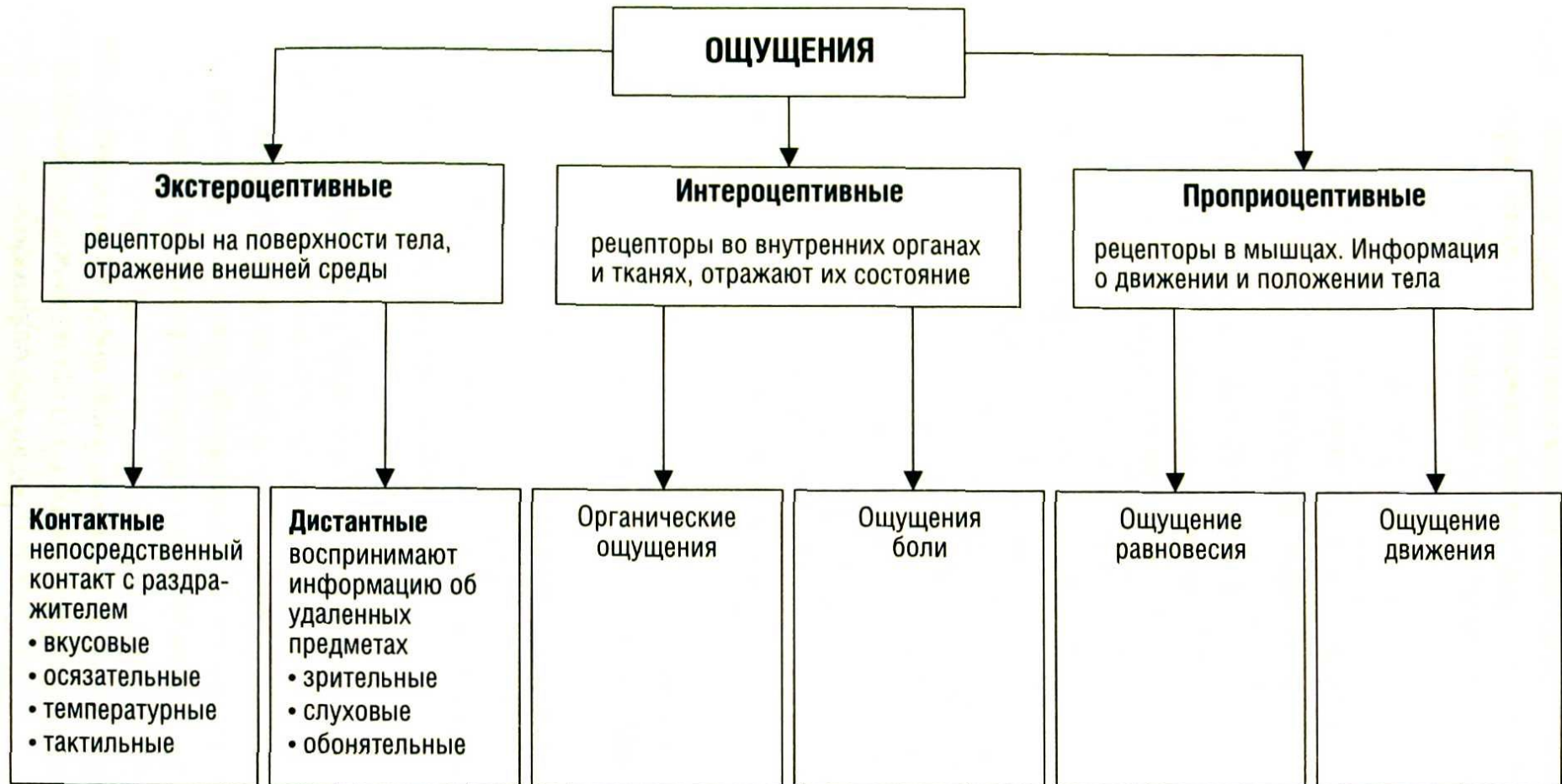
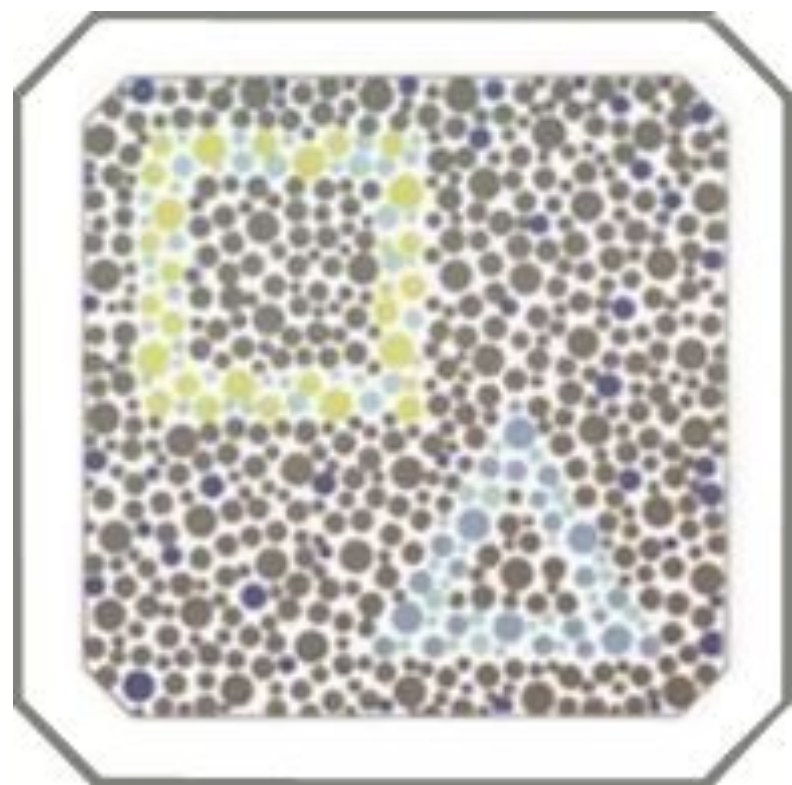
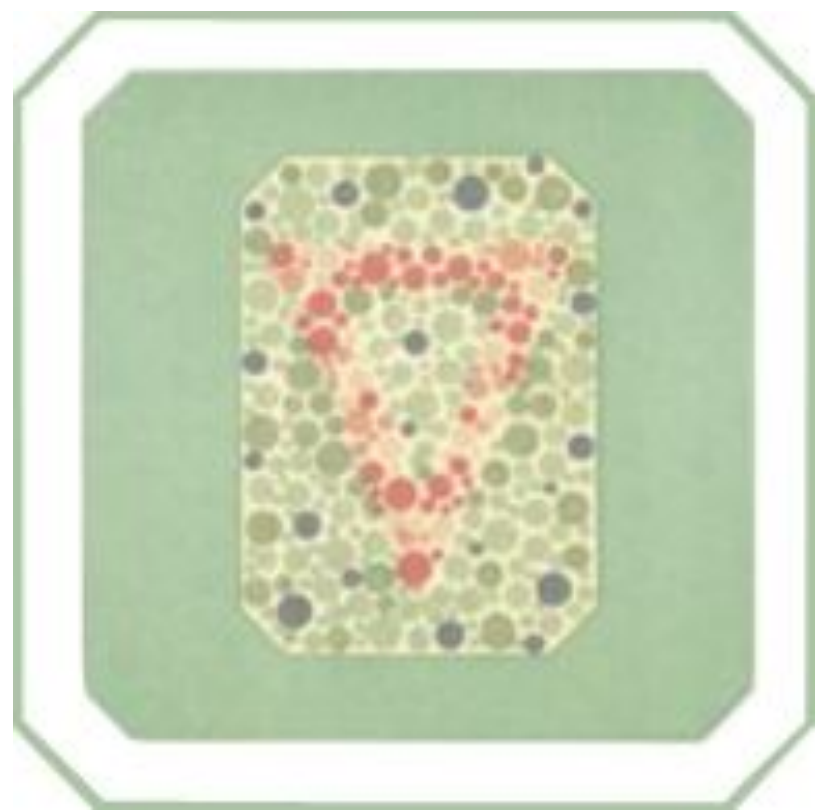
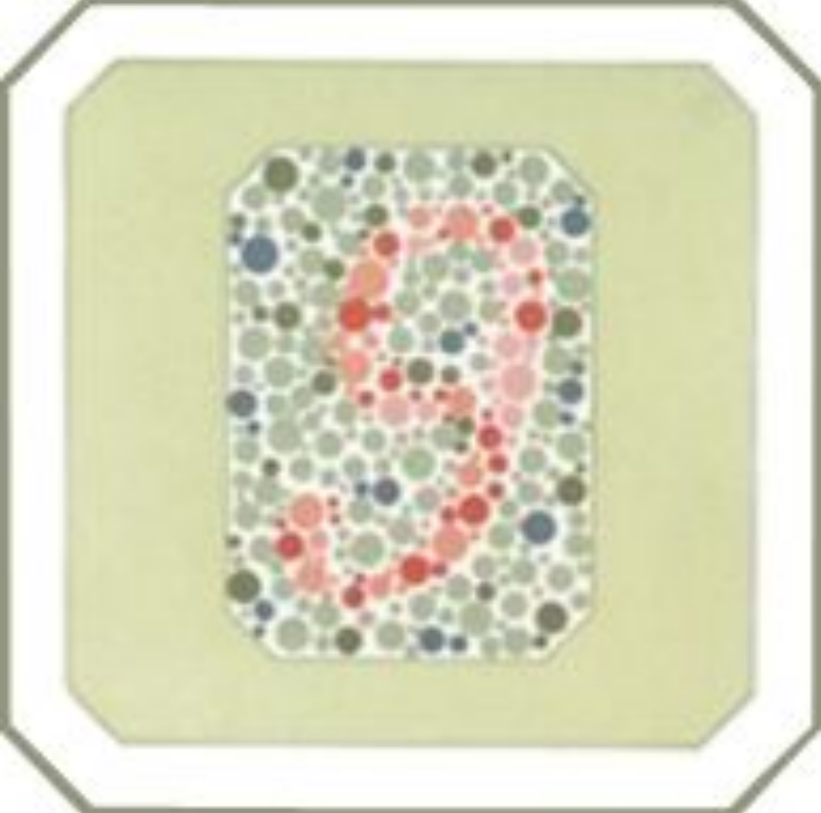


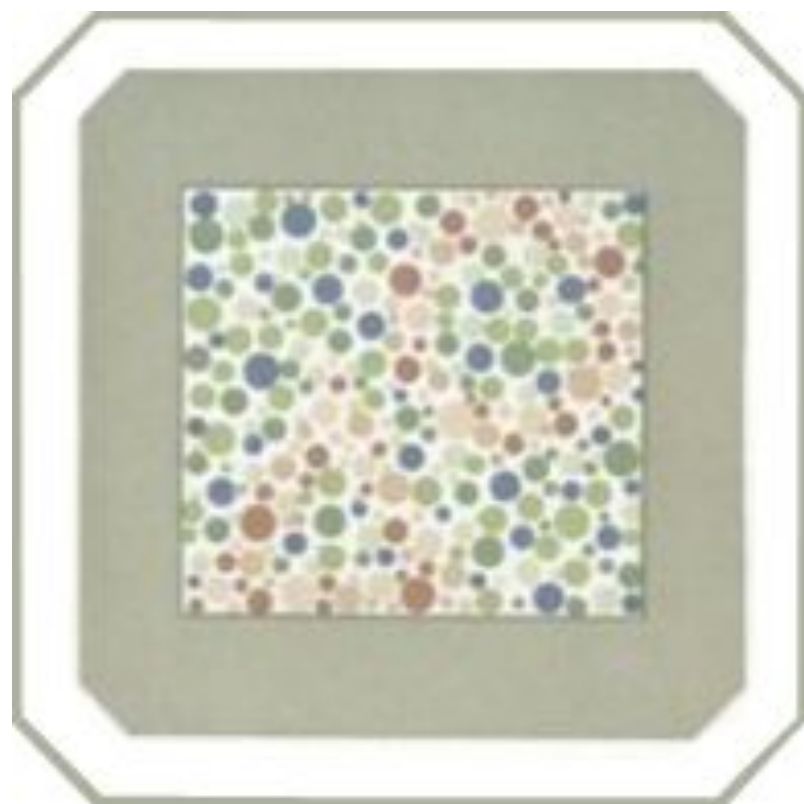
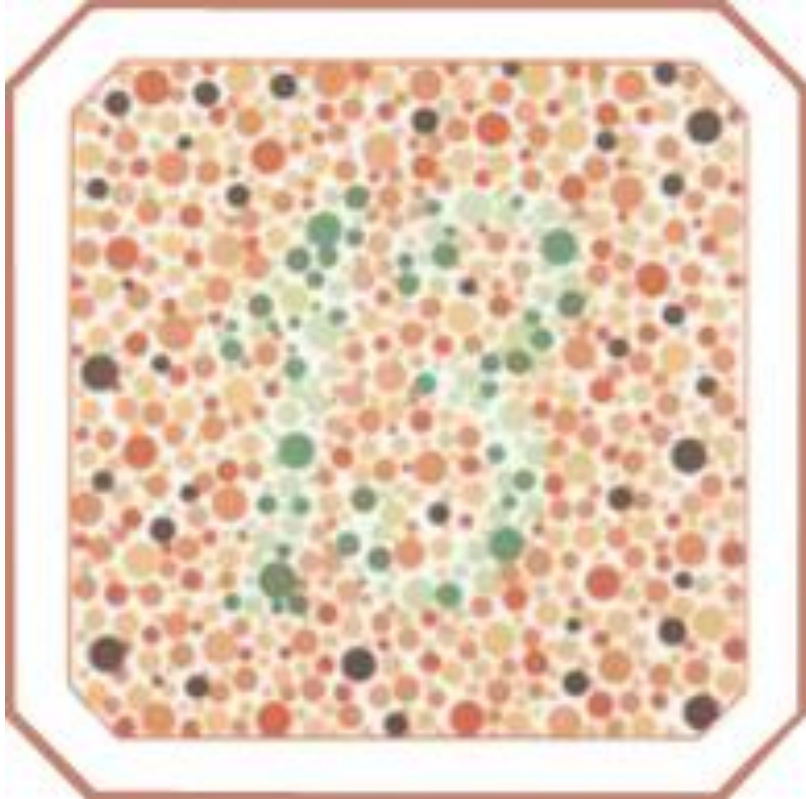
Рис.14. Виды ощущений

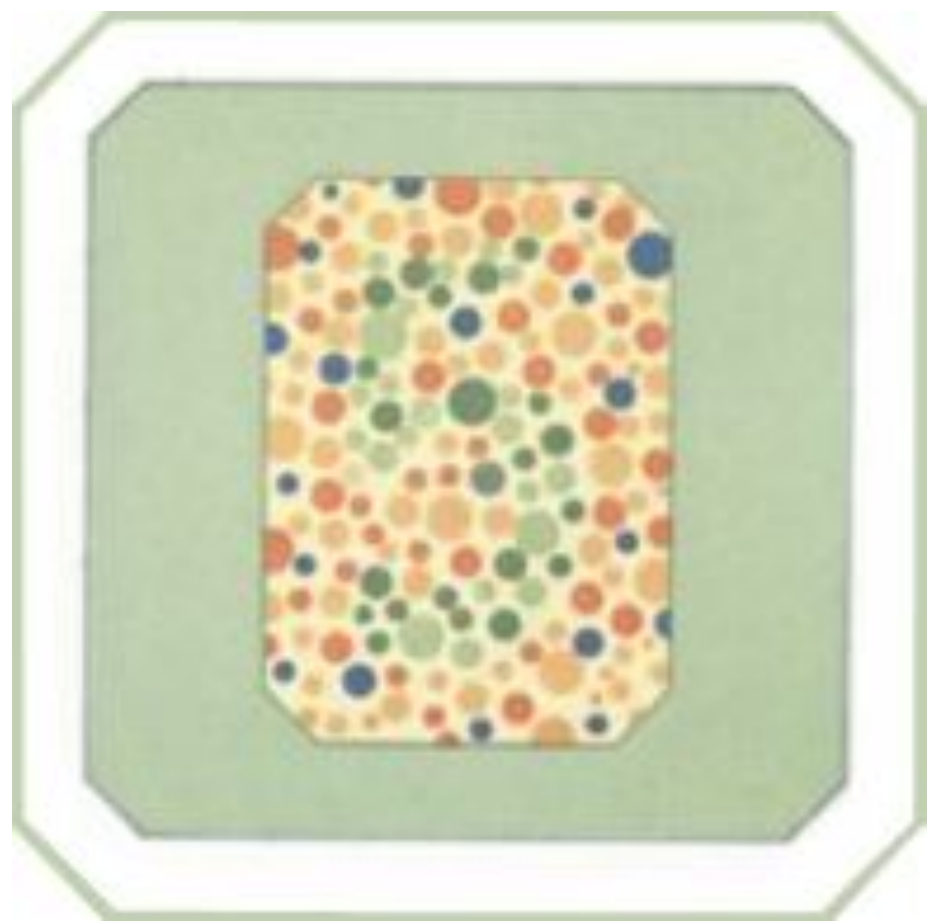
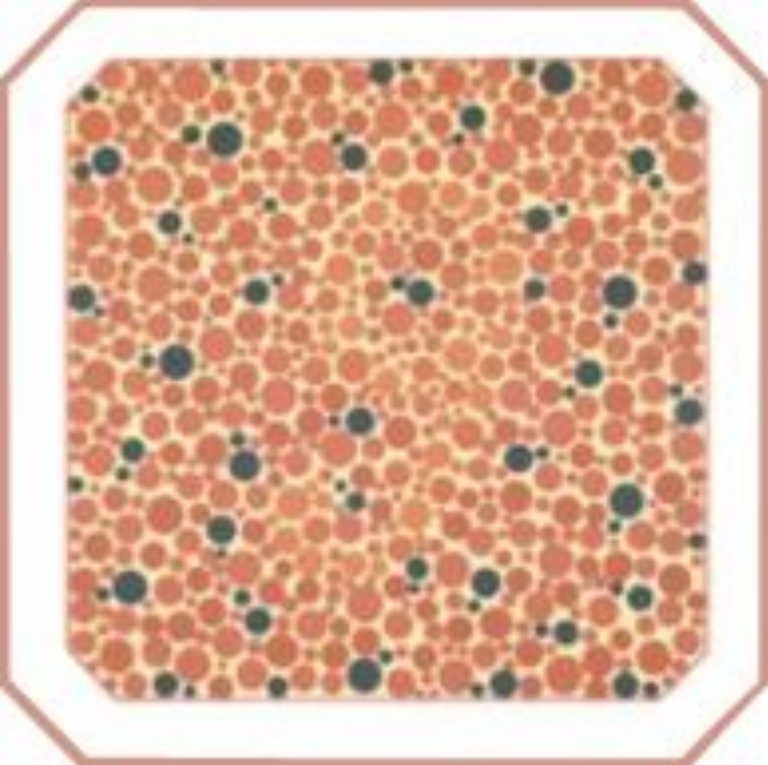
Виды ощущений:

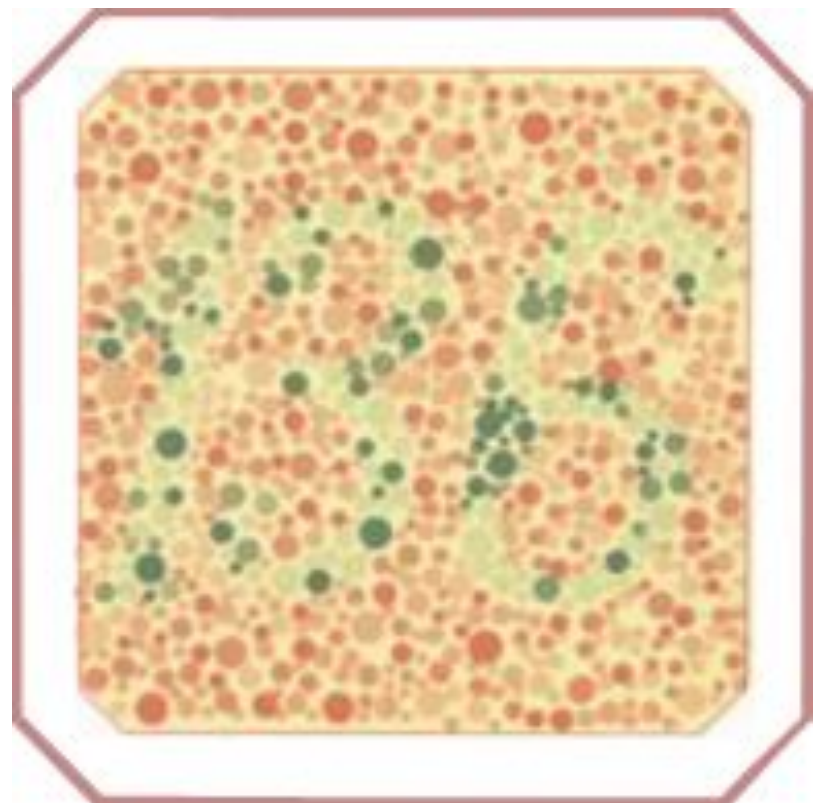
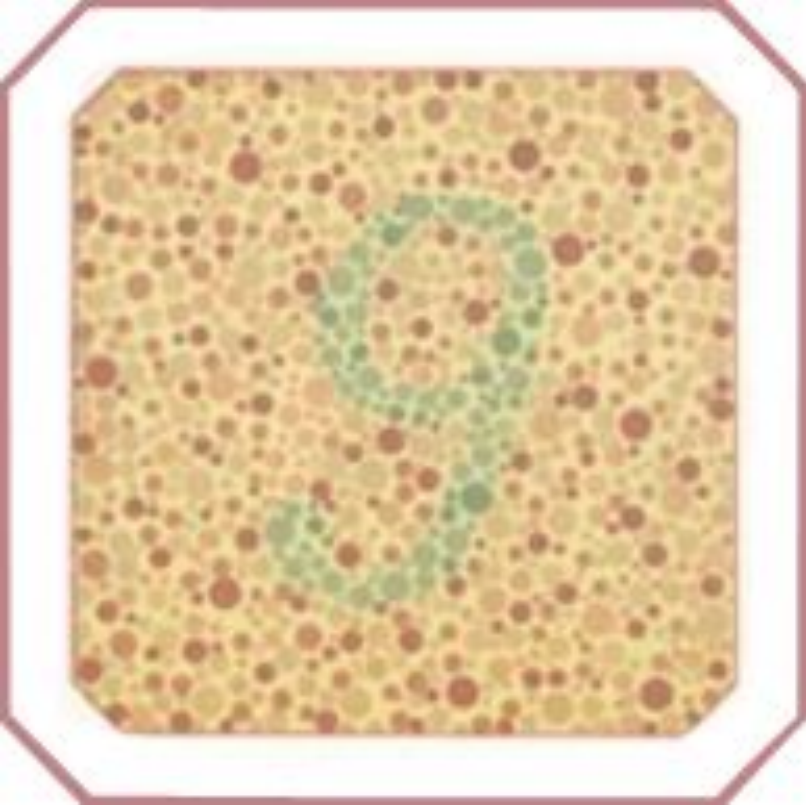
- **Зрительные ощущения** возникают в результате воздействия световых лучей (электромагнитных волн) на сетчатку глаза, являющуюся рецептором зрительного анализатора. Свет воздействует на находящиеся в сетчатке светочувствительные клетки двух типов – палочки и колбочки, названные так за их внешнюю форму;
- **Слуховые ощущения (дистантные).** Благодаря этому виду ощущений человек способен слышать речь, имеет возможность общаться. Раздражители – звуковые волны. Слуховые ощущения отражают высоту звука, громкость, тембр. Все слуховые ощущения можно свести к трем видам – речевые, музыкальные, шум.

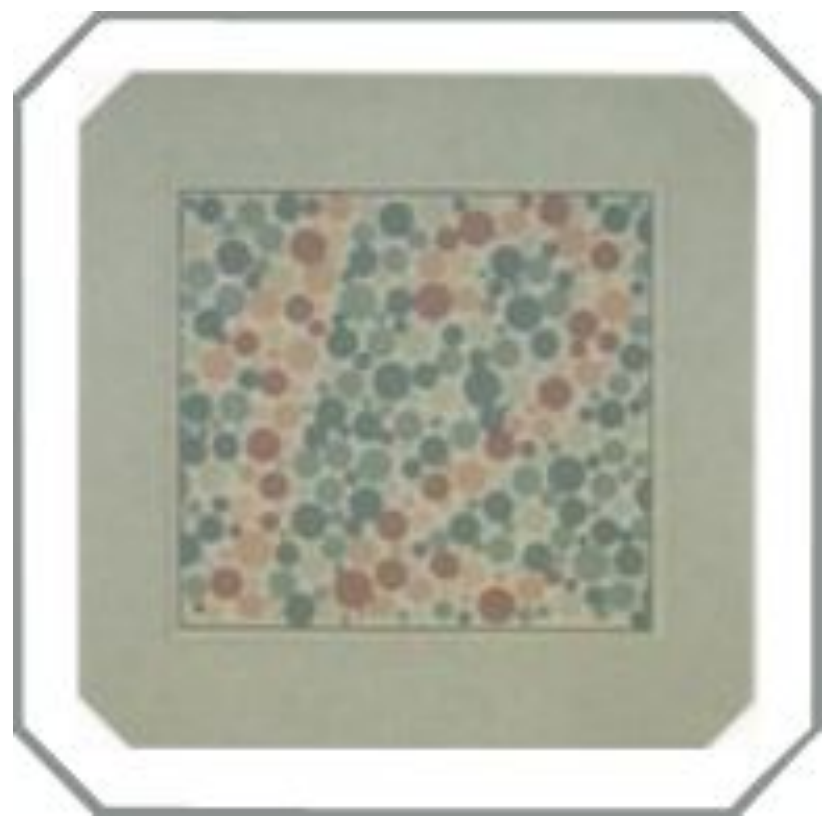
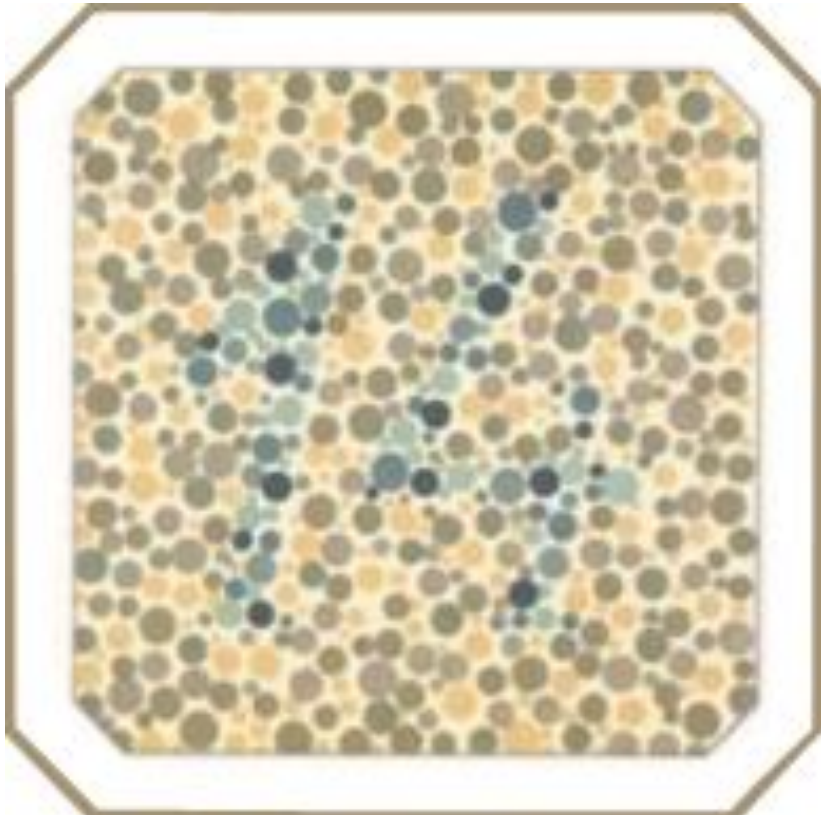


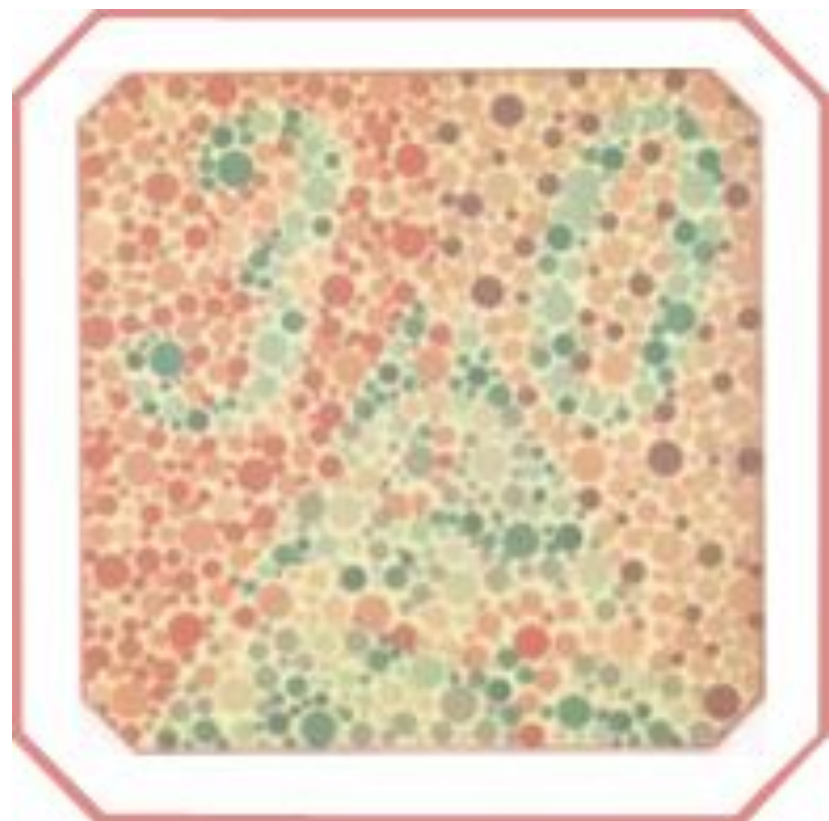
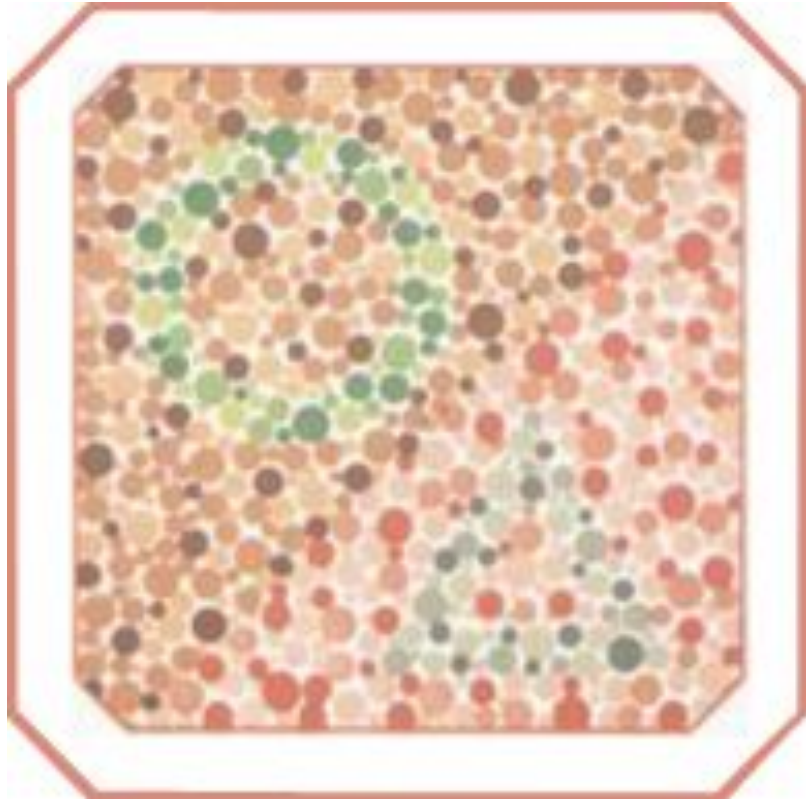


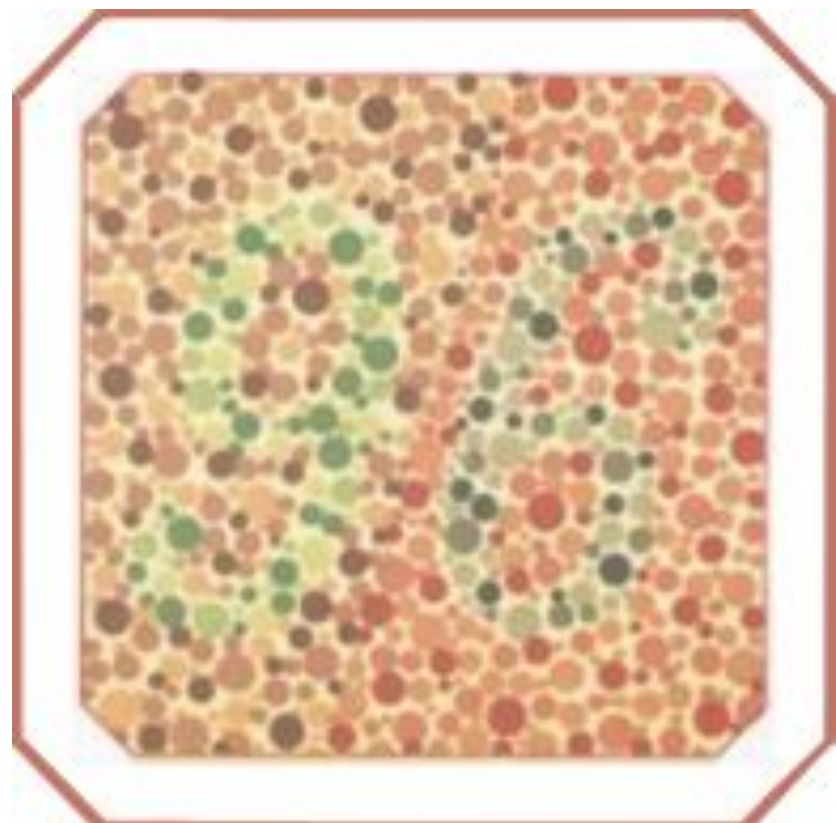
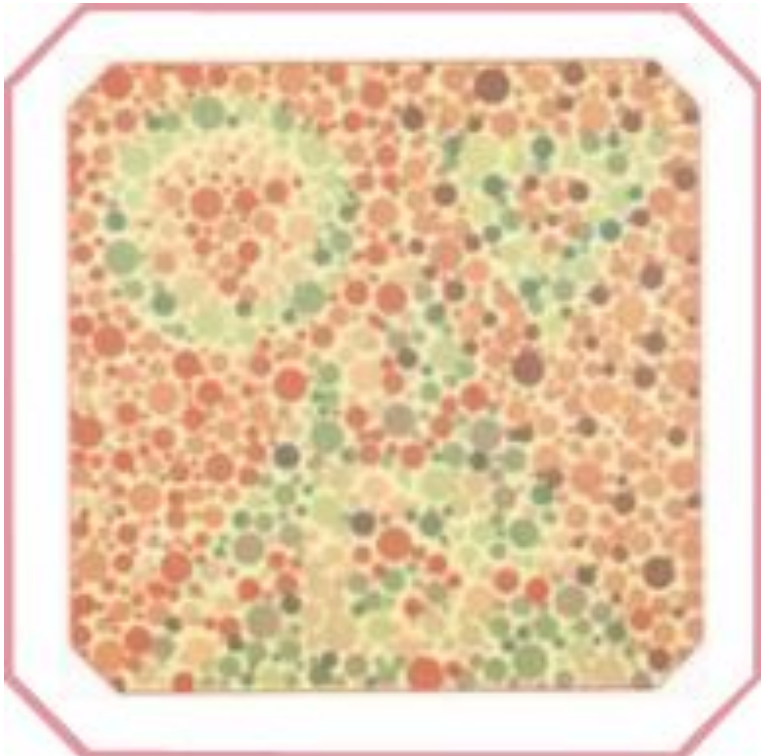


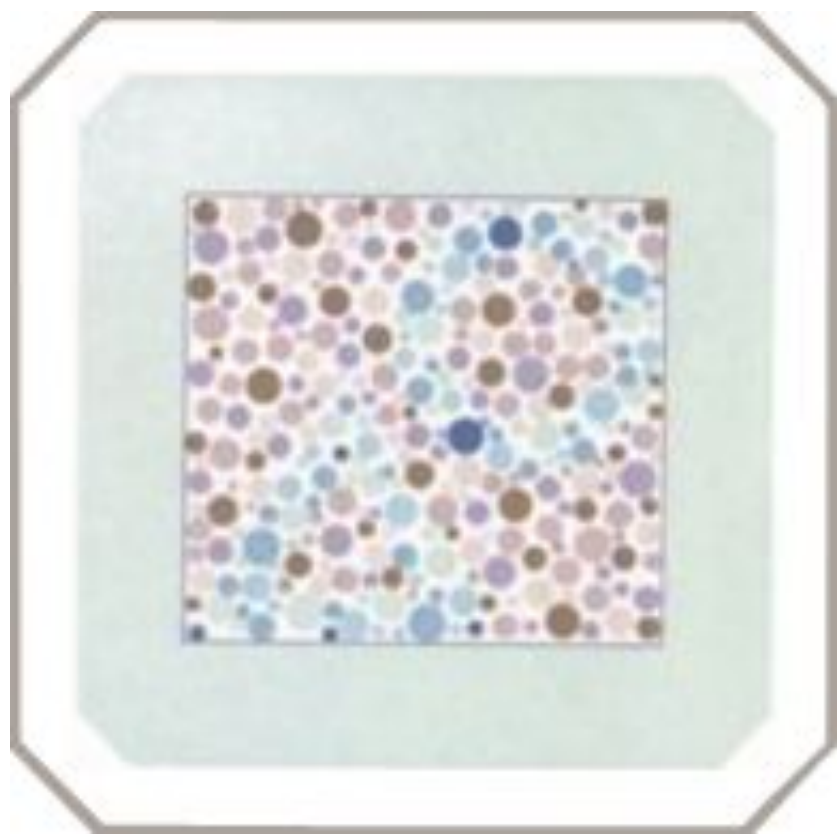
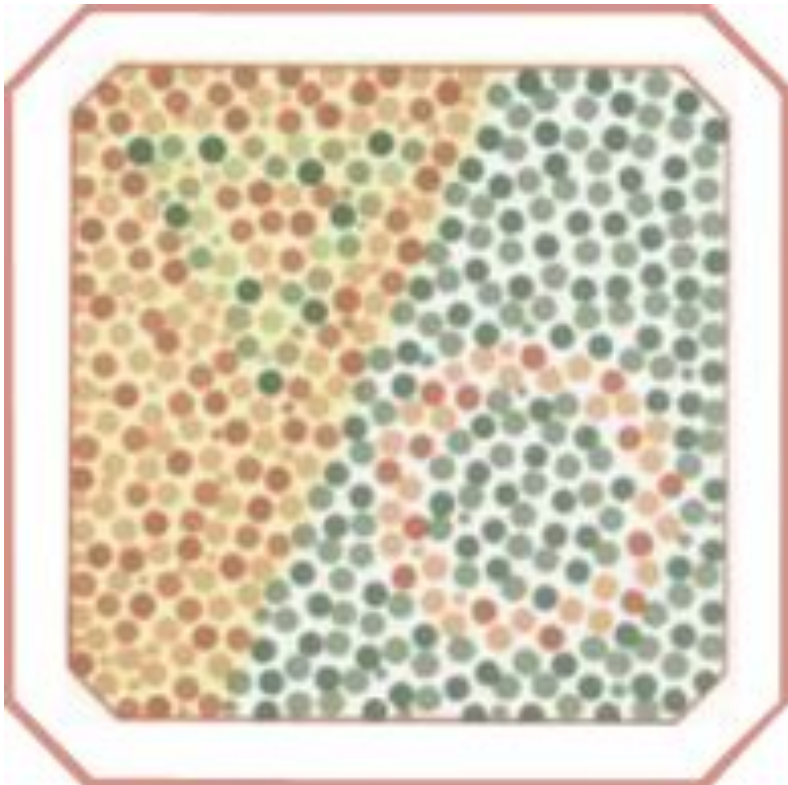


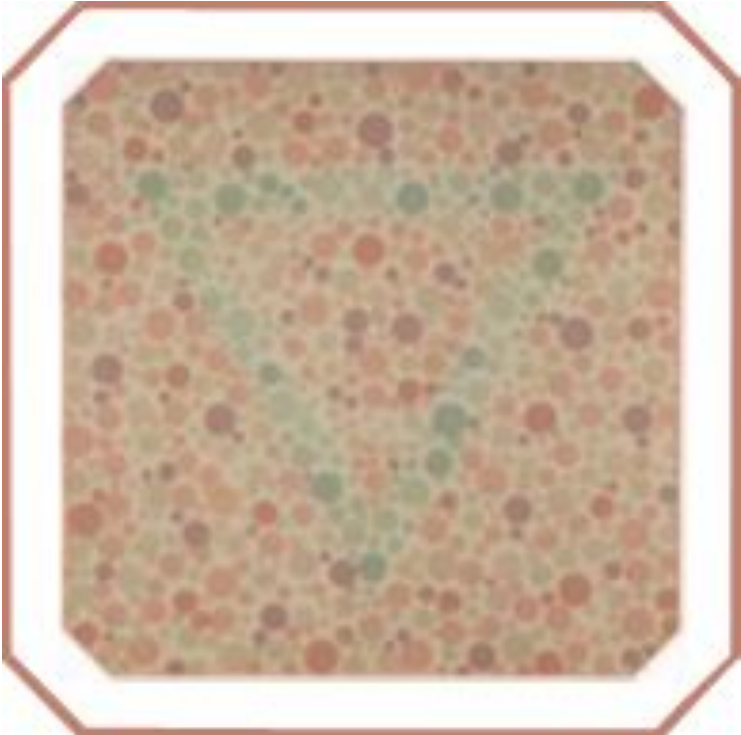
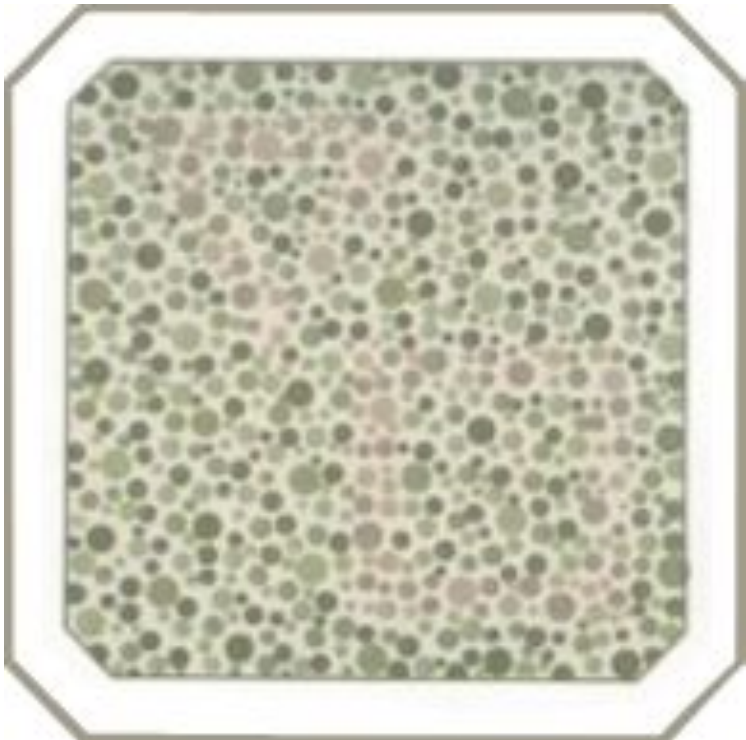












- **Обонятельные ощущения (дистантные)**
отражают запахи окружающих предметов. Органы обоняния — клетки верхней части носовой полости.
- **Вкусовые ощущения (контактные)**
вызываются действием на вкусовые рецепторы веществ, растворенных в слюне или воде. Вкусовые рецепторы — вкусовые палочки, расположенные на поверхности языка, глотки, неба — различают ощущения сладкого, кислого, соленого и горького.

Кожные ощущения (контактные).

В кожных покровах имеется несколько анализаторных систем: тактильная (ощущения прикосновения), температурная (ощущение холода и тепла), болевая.

Статистические ощущения (ощущение равновесия)

сигнализируют о положении тела в пространстве. Рецепторы расположены в вестибулярном аппарате внутреннего уха. Резкие и частые изменения положения тела в пространстве могут привести к головокружению.

Вибрационные ощущения. К слуховым ощущениям примыкает вибрационная чувствительность. У них общая природа отражаемых физических явлений. Вибрационные ощущения отражают колебания упругой среды. Этот вид чувствительности образно называют «контактным слухом». У человека вибрационная чувствительность подчинена слуховой и зрительной. Специальных вибрационных рецепторов у человека не обнаружено.

- **Двигательные (кинестезические) ощущения** – это ощущения движения и положения частей тела (в мышцах, сухожилиях, пальцах рук, языке, губах)
- **Органические ощущения** – контролируют работу нашего организма, наших внутренних органов – пищевода, желудка, кишечника.
- **Осязательные ощущения** – это сочетания кожных и двигательных ощущений при ощупывании предметов, т.е. при прикосновении к ним движущей руки.
- **Болевые ощущения** – защитное значение: сигнализируют человеку о неблагополучии, возникшем в его организме.

- Минимальная сила раздражителя, которая вызывает едва заметное ощущение, называется **абсолютным нижним порогом ощущений.**
- Раздражители меньшей силы, которые не вызывают возникновения ощущений, называют **подпороговым.**
- Нижний порог ощущений определяет **уровень абсолютной чувствительности данного анализатора.**

Осязание

Обоняние



Зрение



Слух



Вкус

- Ольга Ива́новна Скорохо́дова - советский учёный-дефектолог, педагог, литератор, кандидат педагогических наук. Работая в Научно-исследовательском институте дефектологии Академии педагогических наук СССР, являлась единственным в мире слепоглухим научным сотрудником. При полном отсутствии зрения и слуха создала ряд научных работ, затрагивающих проблему развития, воспитания и обучения слепоглухих детей.



- С возрастом ощущение времени меняется. Молодые люди в возрасте 20 лет, отмеривая мысленно отрезок времени в 3 минуты, опаздывают на 2-3 секунды. Однако для людей в возрасте 60 лет три минуты проходят уже через 1 минуту 40 секунд. На это влияют биохимические процессы в организме человека.

Тест (по Д. Льюису).

За каждый положительный ответ («ДА») записывайте себе один балл.

1. Я считаю себя неорганизованным человеком.
2. Усердие – единственный способ сделать больше.
3. Моя работоспособность не изменяется в течение всего рабочего дня.
4. Полностью спланированная жизнь – это скучно.
5. Мне планирование не нужно. Когда я знаю, что завтра крайний срок, – делаю все.
6. Чтобы быть успешным, нужно полностью контролировать свое время.
7. Я стараюсь все делать сам, так как только в этом случае уверен, что работа будет выполнена хорошо.
8. Единственный способ сэкономить свое время – это перепоручить (делегировать) работу.
9. Я так загружен работой, что мне не до планирования.
10. «Точность – вежливость королей».

Вы набрали:

0 баллов. Вы, вероятно, близки к совершенству! У вас не должно быть никаких проблем в организации времени. И по жизни вы идете достаточно уверенно, планируя цели и достигая намеченного.

1-3 балла. В целом ваш подход к организации времени достаточно конструктивен, однако некоторые убеждения мешают вам стать более продуктивным при распоряжении собственным временем.

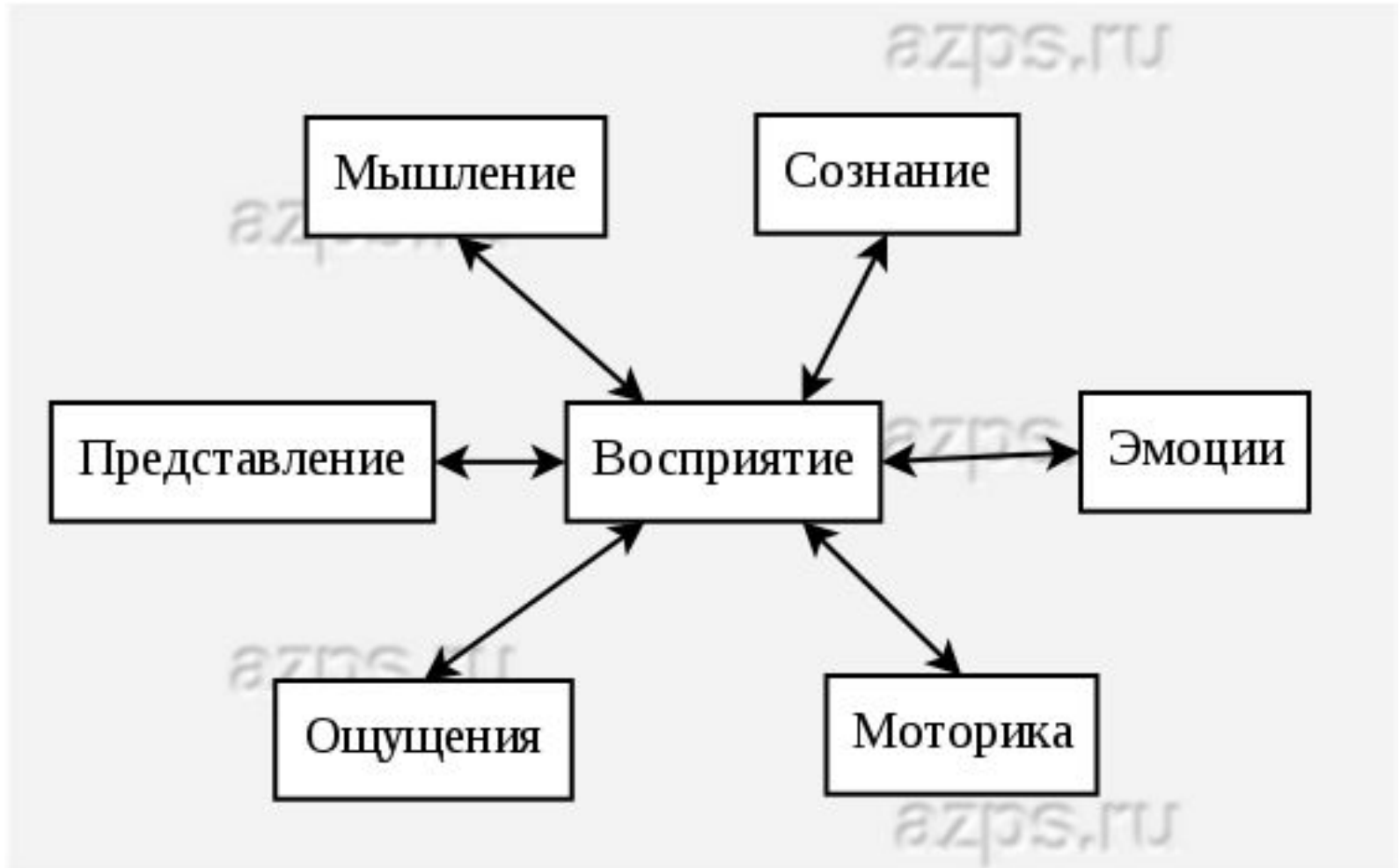
4-6 баллов. Вашу способность организовать время подрывают отрицательные представления, т. е. предубеждения.

7-10 баллов. Вашему умению организовать время существенно вредят бесполезные и неверные убеждения. Вероятно, в настоящий момент времени вы сильно сомневаетесь в том, что в ваших силах сделать жизнь более легкой и менее напряженной. Но, изменив некоторые негативные убеждения на положительные и применяя предлагаемые нами методики управления временем, вы сможете стать более эффективным в профессиональной деятельности и личной жизни.

Восприятие

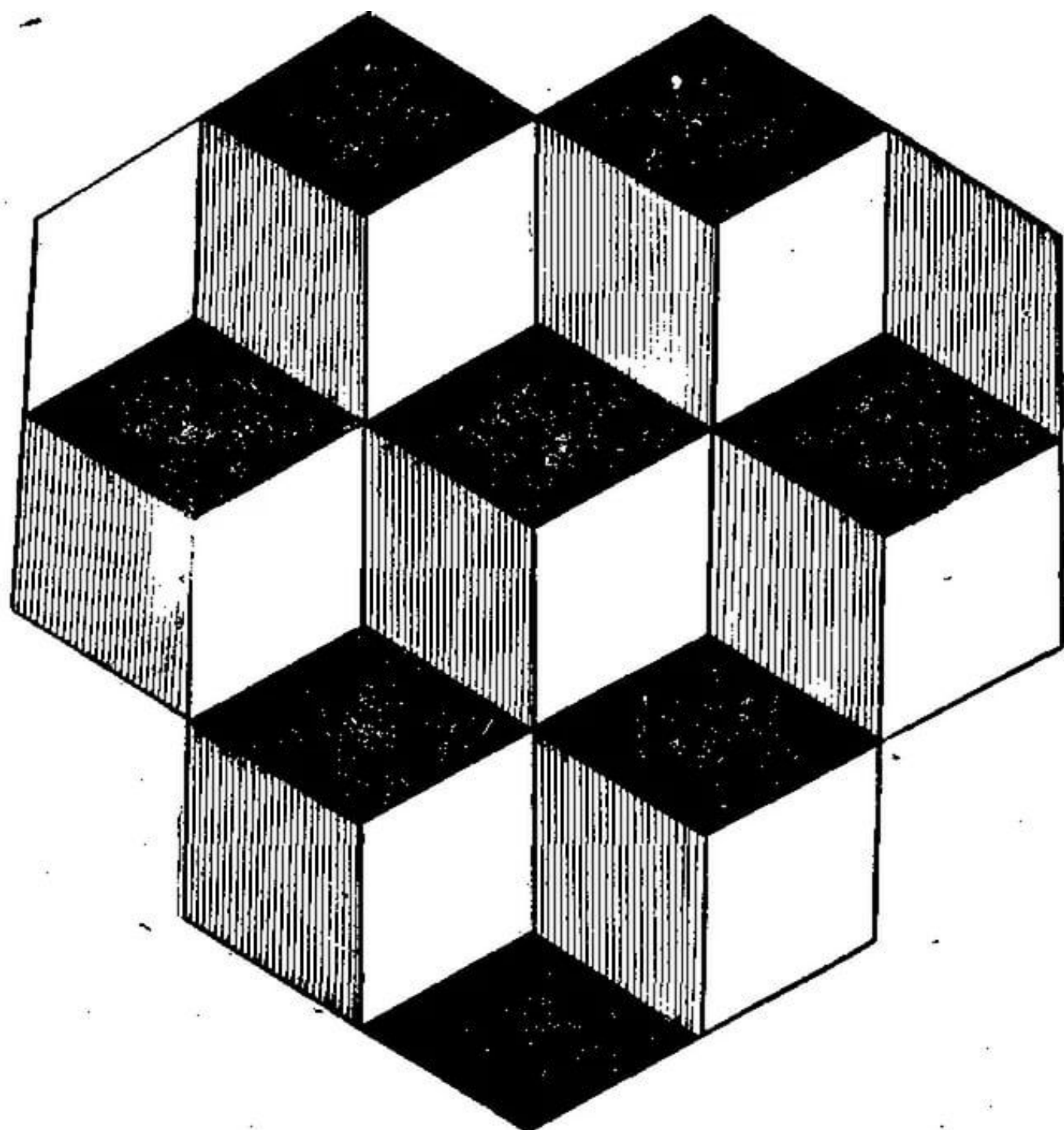
- это отражение предметов и явлений, целостных ситуаций объективного мира при непосредственном воздействии на органы чувств.
- это психический процесс, отражающий целостный образ предметов и явлений в сознании человека при их непосредственном воздействии на органы чувств.

- Результат восприятия —
психический образ объекта



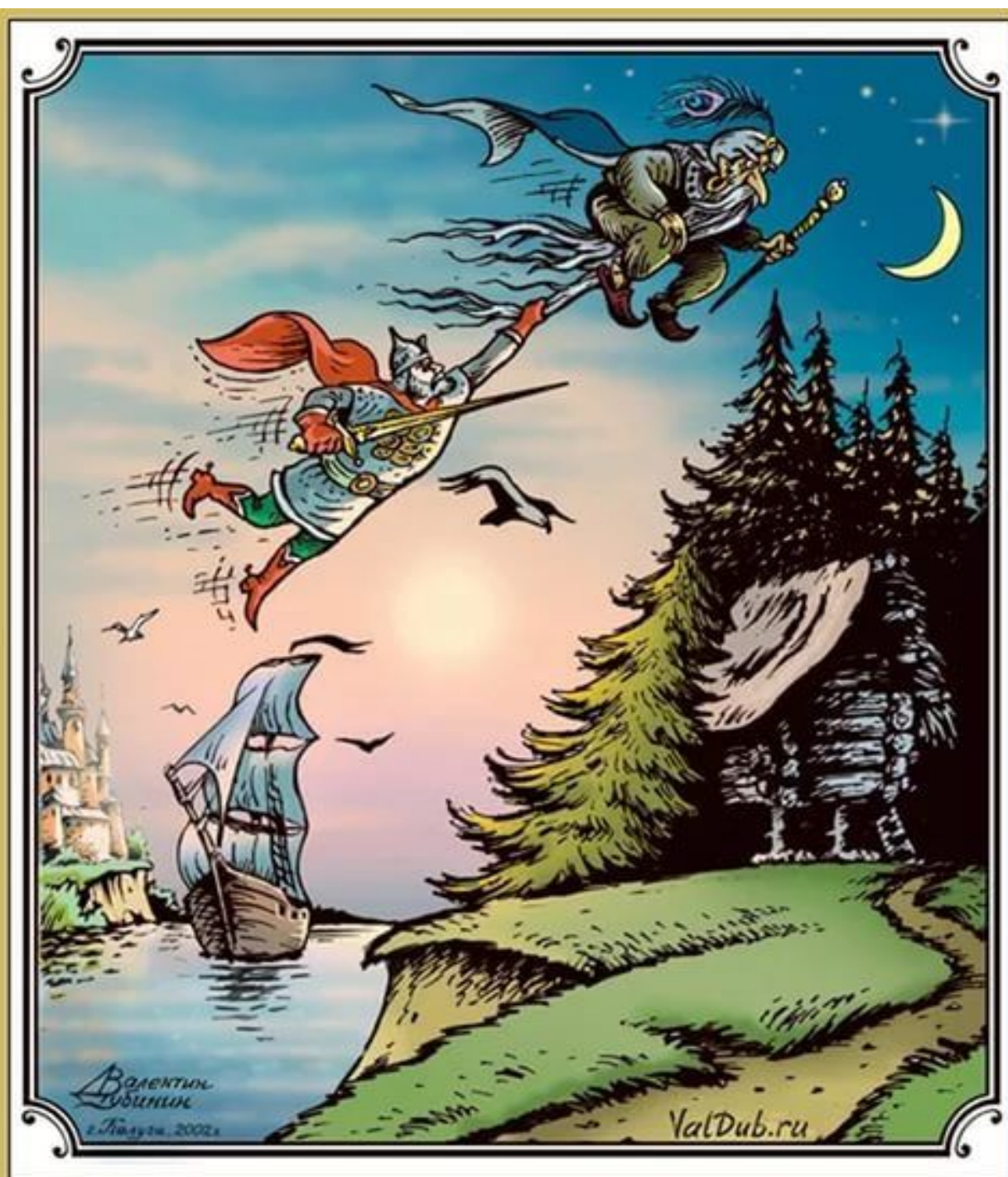
- Обнаружение (исходная фаза, на которой происходит выделение объекта из общего фона раздражителей).
- Различение (выделение в объекте наиболее характерных признаков, по которым его можно опознать).
- Идентификация (отождествление объекта с образцами, находящимися в памяти).
- Опознание объекта (совпадение его с имеющимся в памяти образцом, отнесение его к определенной категории объектов, «называние объекта»).











Волшебный
Полет
© 2002 г.

ValDub.ru

Виды восприятий

```
graph TD; A[Виды восприятий] --> B[зрительные]; A --> C[обонятельные]; A --> D[вкусовые]; A --> E[кинестетические]; A --> F[осязательные]; A --> G[слуховые]; A --> H[восприятие пространства]; A --> I[восприятие времени]; A --> J[восприятие движения];
```

зрительные

обонятельные

вкусовые

кинестетические

осязательные

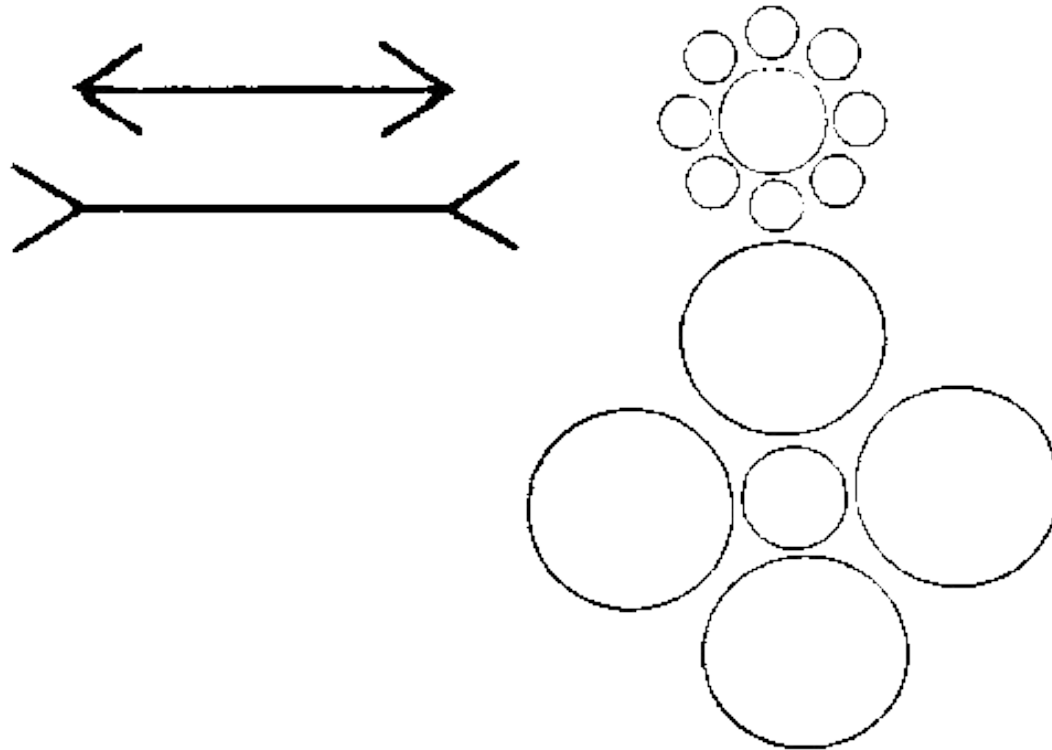
слуховые

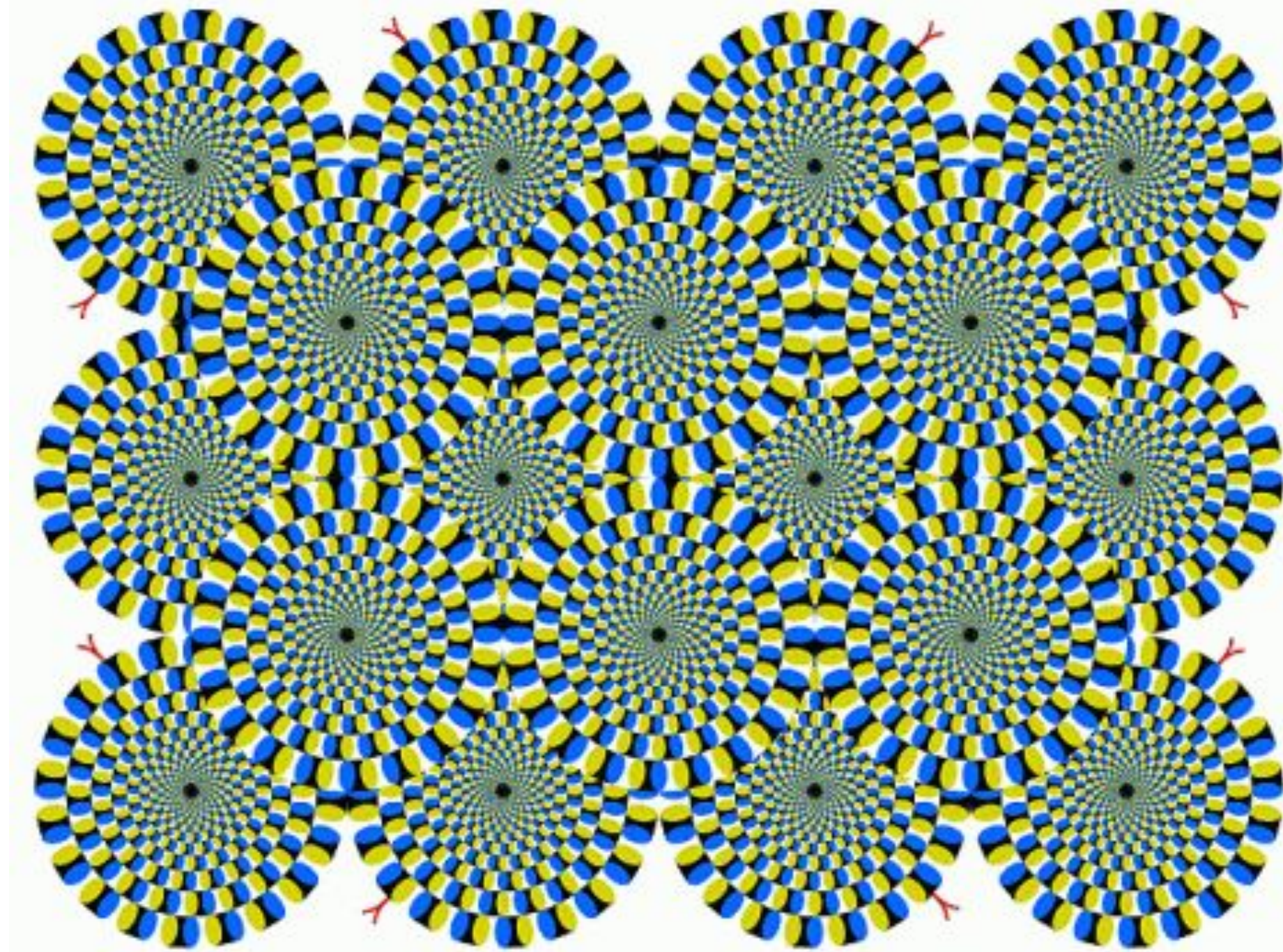
восприятие
пространства

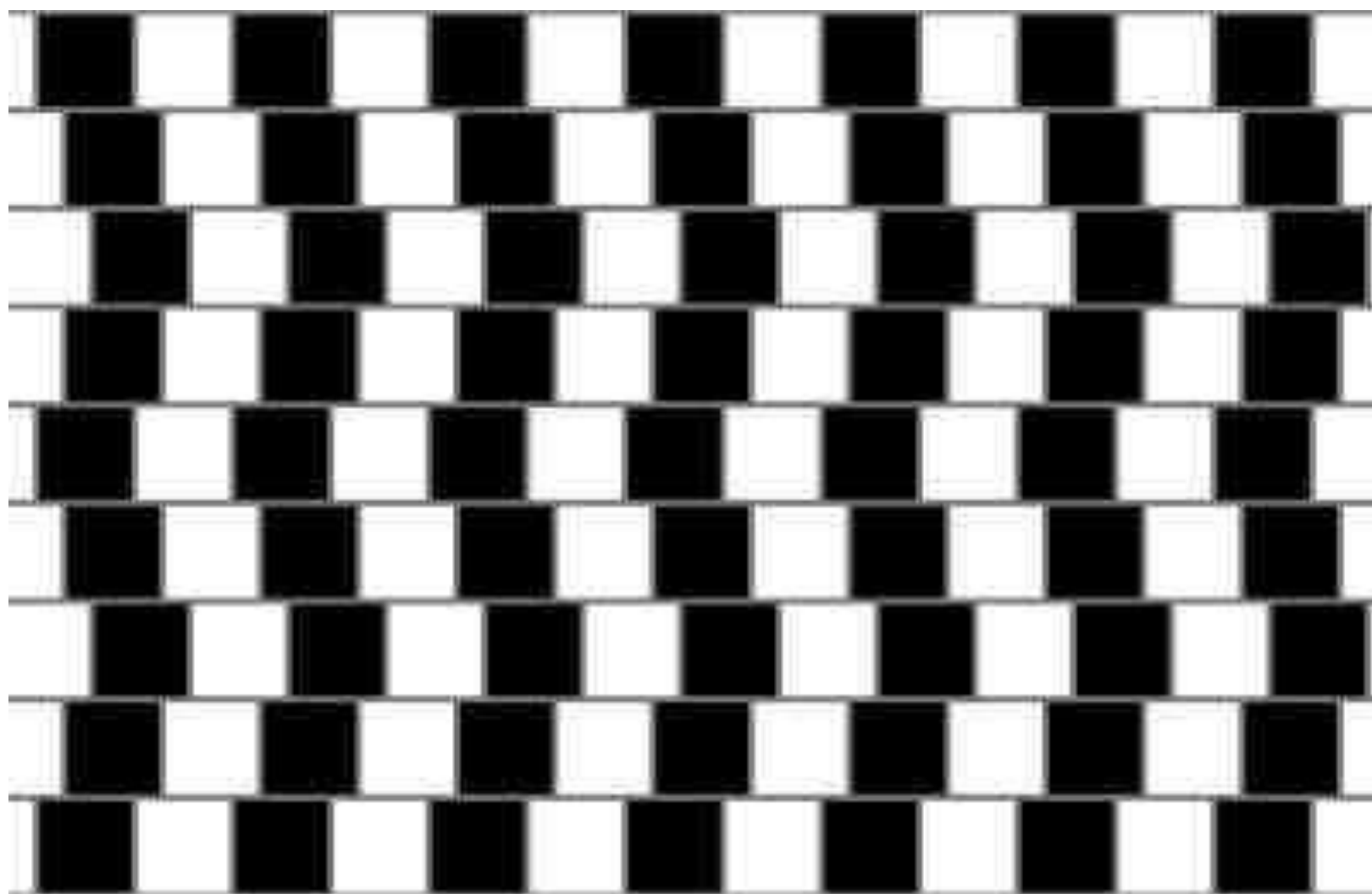
восприятие
времени

восприятие
движения

- Апперцепция – это зависимость восприятия от общего содержания психической жизни человека, его опыта и знаний, интересов, чувств.
- Иллюзии восприятия – «обманы» органов чувств.







Восприятие и ощущение

Ощущение

Обеспечивает
отражение отдельных
свойств
воздействующего
предмета

Отражение отдельного
чувственного качества
или неопредмеченные
впечатления от
окружающего

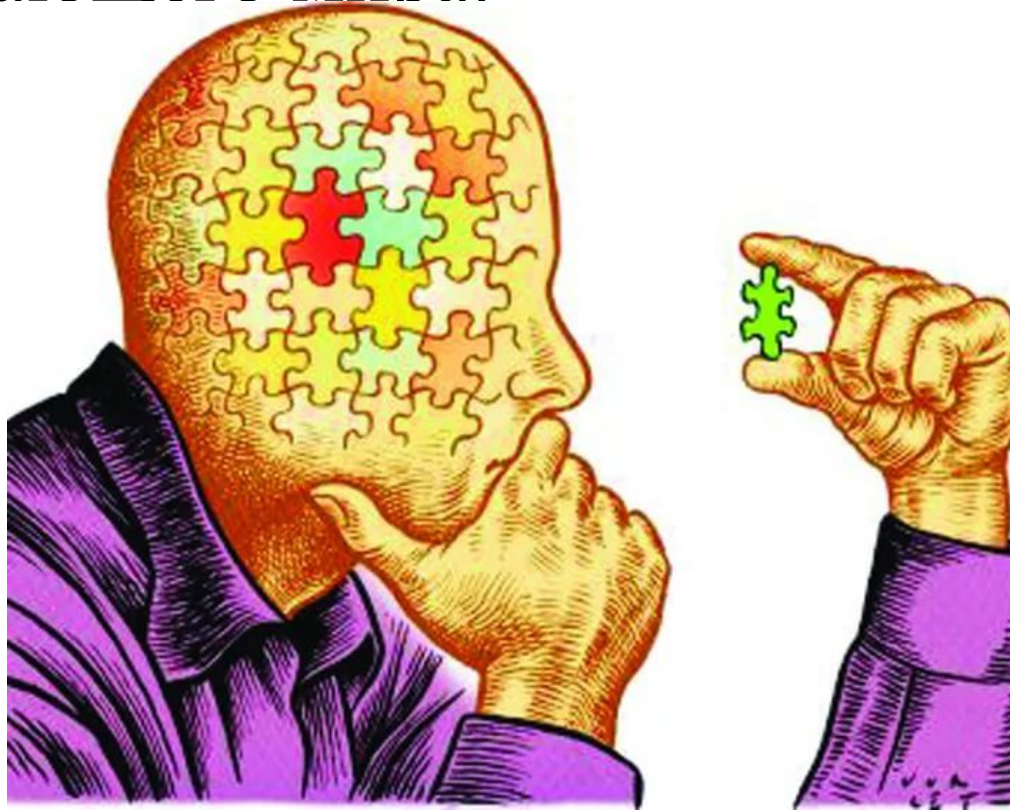
Восприятие

Обеспечивает
отражение
воздействующего
предмета в целом

Осознание чувственно
данного предмета или
явления. Результат
восприятия – образ.

Мышление

- это процесс опосредованного и обобщенного познания (отражения) окружающего мира.



Формы мышления



```
graph TD; A[Формы мышления] --> B[Понятие]; A --> C[Суждение]; B --> D[Умозаключение]; C --> D;
```

Понятие

общее и единичное; теоретическое и эмпирическое; конкретное и абстрактное; формирование понятий, их классификация и автоматизация

Суждение

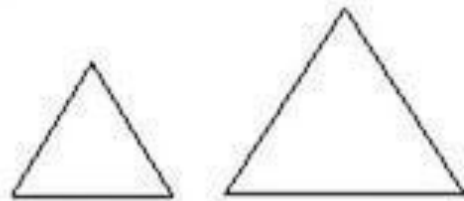
утверждение или отрицание чего-либо; истинные и ложные; нахождение связей и отношений

Умозаключение

На основе нескольких суждений делается определенный вывод; дедуктивные (от общего к частному); индуктивные (от частного к общему); по аналогии (на основании сходства между объектами); анализ, синтез, сравнение

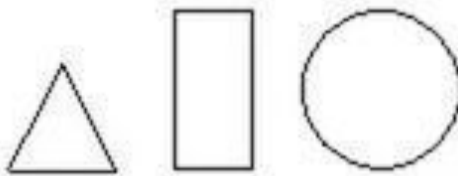
МЫСЛИТЕЛЬНЫЕ ОПЕРАЦИИ

АНАЛИЗ



Мысленное **разделение** предметов и явлений на части или свойства (форма, размер, цвет, вкус ...)

СРАВНЕНИЕ



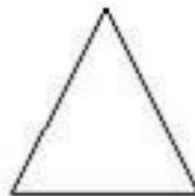
Сопоставление предметов и явлений, нахождение сходства и различий между ними

АБСТРАГИРОВАНИЕ

круглое съедобное
белое сладкое

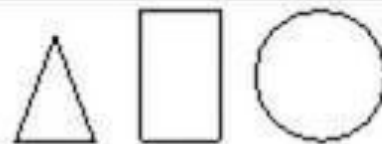
Выделение одних признаков и отвлечение от других (осуществляется на основе анализа)

СИНТЕЗ



Мысленное **объединение** частей и свойств в единое целое

ОБОБЩЕНИЕ



Это геометрические фигуры

Мысленное **объединение** предметов и явлений по их общим и существенным признакам

Виды мышления

теоретическое

практическое

понятийное

образное

наглядно-
образное

наглядно-
действенное



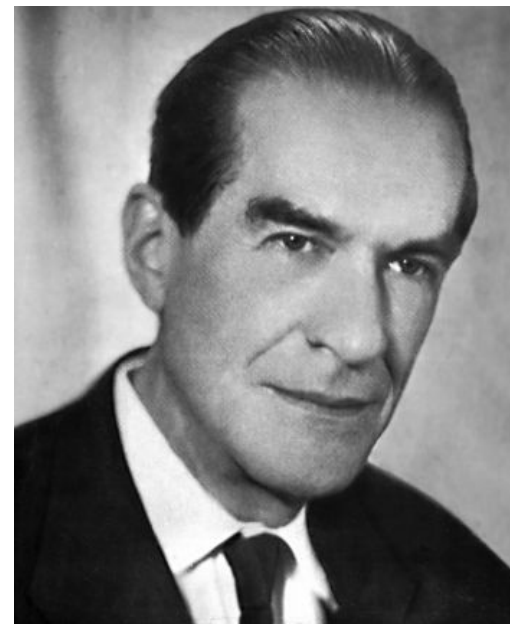
- **Интеллект** (от лат. Intellectus - понимание, познание) — общие способности к познанию, пониманию и разрешению проблем. Понятие интеллект объединяет все познавательные способности индивида: ощущение, восприятие, память, представление.



КАЧЕСТВА УМА

- Аналитичность ума - способность детально анализировать факты и явления, разбираться в деле до мельчайших подробностей
- Гибкость ума - пластичность, способность изменять планы способы решения задач в соответствии с меняющимися объективными обстоятельствами
- Критичность ума стремление все анализировать, подвергать оценке, не принимая ничего на веру
- Логичность ума - умение мыслить последовательно, способность к разумным, доказательным умозаклучениям

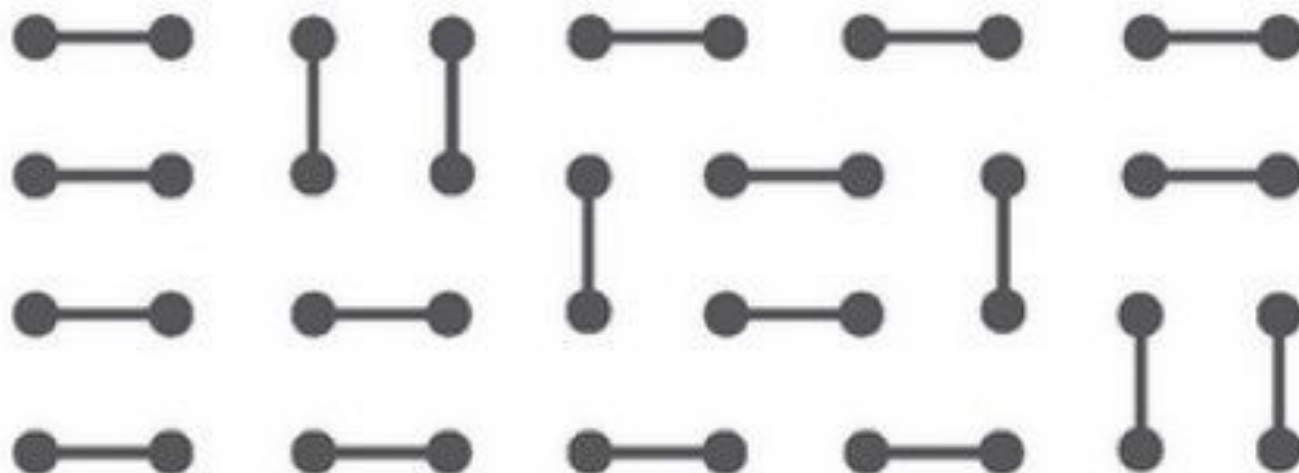
- Леонтьев Алексей Николаевич
- Локк Джон

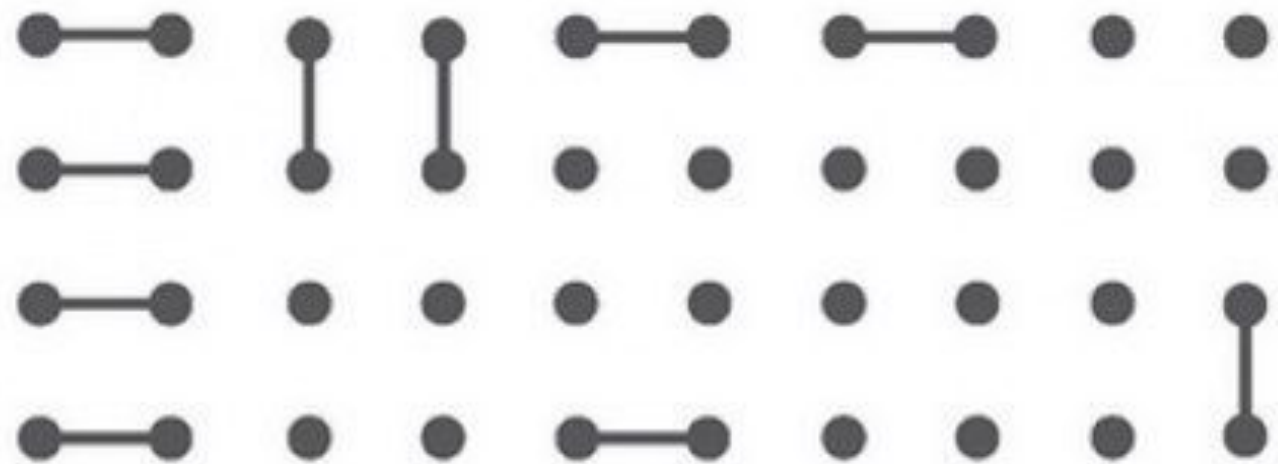


Упражнение 1

Сложность **

Запоминайте в течение минуты расположение точек и линий в первых четырех строках. Затем, не глядя на них, добавьте недостающие линии в нижних четырех строках.





Упражнение 2

Сложность *

Придумайте ассоциации для цифр и слов в соответствии с их внешней формой. Можете потратить на это столько времени, сколько вам необходимо. Затем закройте их и ответьте на предложенные вопросы.

0

яйцо

1

свеча

2

утка

3

птица

4

парусник

5

*детская
горка*

6

змея

7

овраг

8

снеговик

9

*воздушный
шарик*

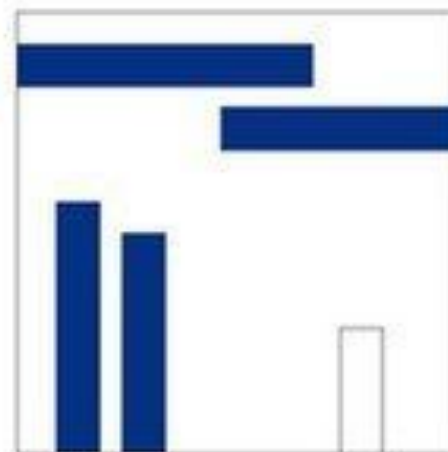
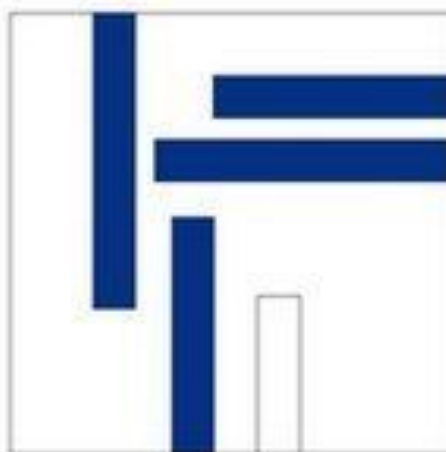
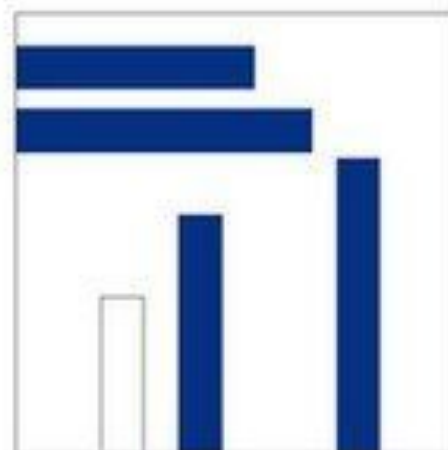
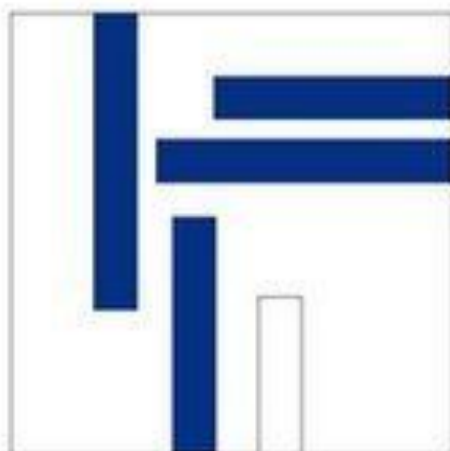
Ответьте на вопросы:

1. Какая цифра соответствует снеговику?
2. Какие цифры соответствуют оврагу и свече?
3. Какие цифры соответствуют паруснику, яйцу и змее?
4. Какие цифры соответствуют воздушному шарiku, птице, детской горке и утке?

Упражнение 3

Сложность *

Рассматривайте в течение 20 секунд фигуру слева. Затем, не глядя на нее, скажите, какая из четырех фигур справа ей идентична.



Упражнение 4

Сложность *

Запоминайте в течение необходимого вам времени список покупок. Затем, не глядя на него, скажите, какой из представленных внизу списков — правильный. Обратите внимание на то, что очередность могла измениться.

- ◆ дистиллированная вода
- ◆ бумажные полотенца для кухни
- ◆ хозяйственное мыло мандарины
- ◆ 1 булка
- ◆ макароны для супа
- ◆ 4 куриные грудки

А

- ◆ дистиллированная вода
- ◆ 4 йогурта
- макароны для супа
- ◆ бумажные полотенца для кухни
- ◆ хозяйственное мыло
- ◆ фрукты
- ◆ 1 булка

Б

- ◆ макароны для супа
- ◆ мандарины
- ◆ дистиллированная вода
- ◆ хозяйственное мыло
- ◆ 1 булка
- ◆ 4 куриные грудки
- ◆ бумажные полотенца для кухни

Упражнение 5

Сложность ***

Запоминайте группу животных, изображенную на картинке, в течение одной минуты.



Затем, не глядя на рисунок, запишите на листе бумаги названия животных в алфавитном порядке.

Упражнение 6

Сложность ***

Изучите два списка слов. В правой колонке находятся анаграммы к словам из левой. Свяжите каждое слово из левой колонки с соответствующим ему из правой и запомните их.

Рифма

Фирма

Полет

Тепло

Загон

Газон

Мария

Армия

Салат

Атлас

Гроза

Розга

Вилка

Валик

Посмотрите на колонки, которые расположены ниже, и вслух назовите слова, которых не хватает.

Рифма

Фирма

Полет

.....

Загон

Газон

Мария

.....

Салат

Атлас

Гроза

Розга

Вилка

.....

Упражнение 7

Сложность **

Запоминайте одежду, предметы и имена этих четырех девочек в течение полутора минут. После этого закройте рисунок и ответьте на вопросы, приведенные внизу. Снова посмотрите на оригинал и исправьте свои ошибки.



Мария



Бибиана



Мерседес



Хуана

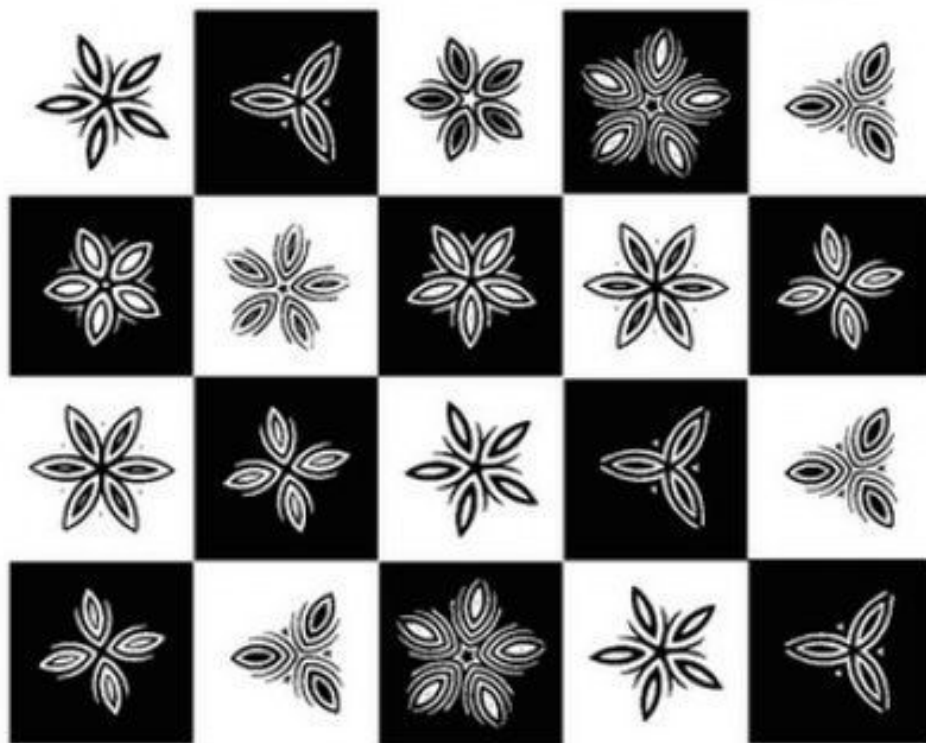
Ответьте на вопросы:

1. У кого на голове синие бантики — у Марии или Бибианы?
2. Как зовут девочку в синих сапогах?
3. У кого из девочек челка и костюм в горошек?
4. У кого из девочек есть котенок — у Хуаны или Бибианы?

Упражнение 9

Сложность ***

Изучайте рисунки в квадратах столько времени, сколько необходимо. Когда вам покажется, что вы все запомнили, закройте рисунок и ответьте на вопросы.



Ответьте на вопросы:

1. Сколько цветков с тремя лепестками изображено на рисунке?
2. Сколько черных цветков изображено на рисунке?
3. Сколько на рисунке цветков, у которых есть только пять лепестков, но отсутствуют любого рода дополнительные элементы?

