

Наука о душе: современное понимание и основные темы

Изучаем мысли, чувства и поведение человека для
понимания себя.

История изучения души и психики

- Ещё в древних цивилизациях изучали душу как источник жизни. С развитием науки применяли наблюдение и анализ. Психология сформировалась в XIX веке, установив научный подход к психике.



Философское наследие античности

● Пифагор, Платон и Аристотель представляли душу как вечную сущность, влияющую на жизнь и мышление человека.

● Платон делил душу на разумную, чувствующую и вожделеющую части, объясняя внутренние конфликты личности.

● Аристотель связывал душу с жизненными функциями, выделяя растительную, животную и разумную составляющие.

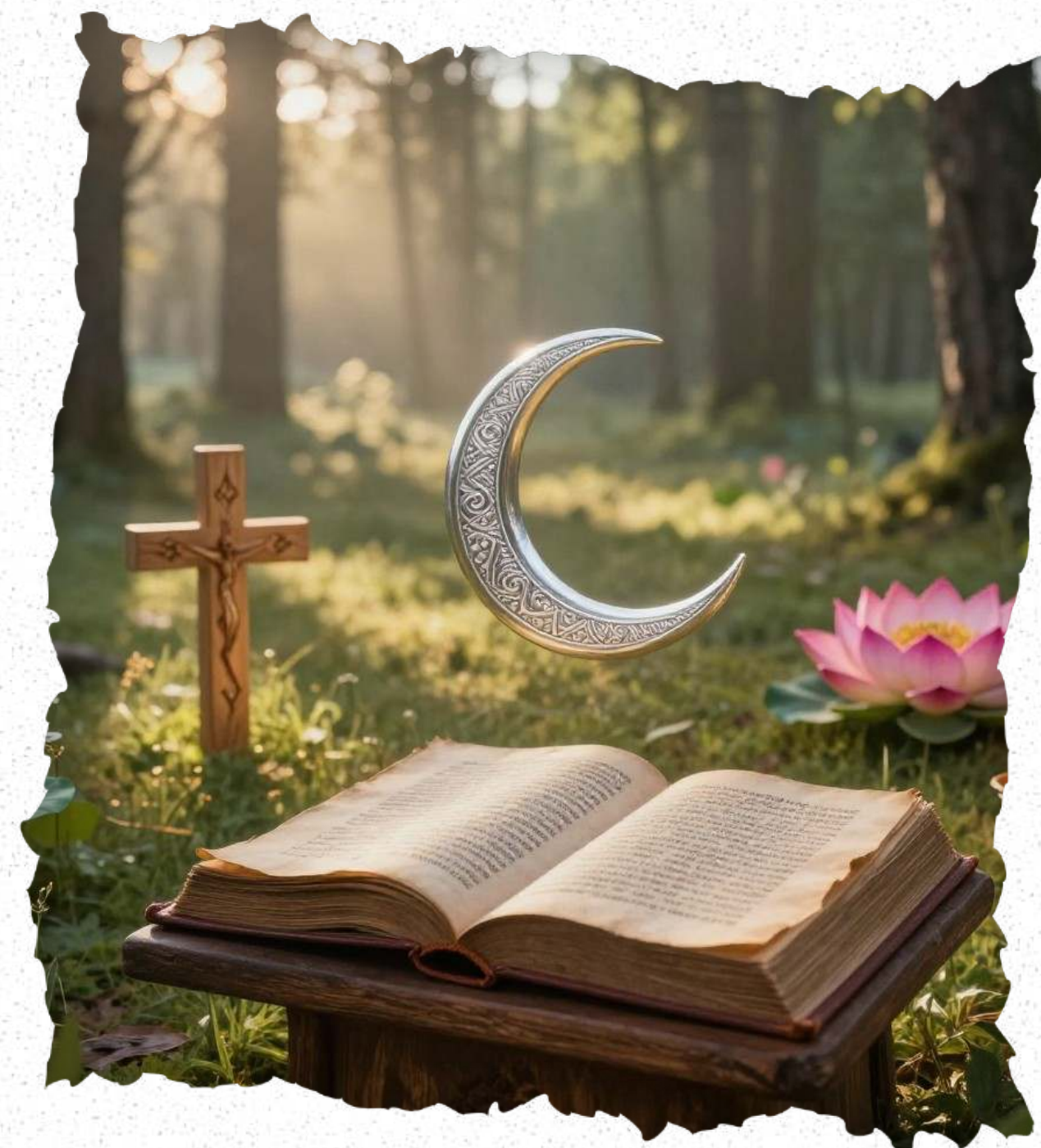
Душа в мировых религиях

Христианство и ислам

В этих религиях душа понимается как вечный и нравственно ответственный аспект человека, определяющий мораль и судьбу.

Индуизм и буддизм

Идея перерождения душ после смерти лежит в основе учений индуизма и буддизма, формируя взгляды на смысл жизни.



Формирование психологии как науки

В XIX веке психология отделилась от философии, начав применять экспериментальные методы исследования.

В 1879 году Вильгельм Вундт основал первую лабораторию психологии в Лейпциге, заложив основы научных исследований.

Методы, используемые психологами, включают наблюдение, эксперимент и опросы для выявления психических закономерностей.

Психология стала самостоятельной дисциплиной, направленной на изучение сознательных и бессознательных процессов.

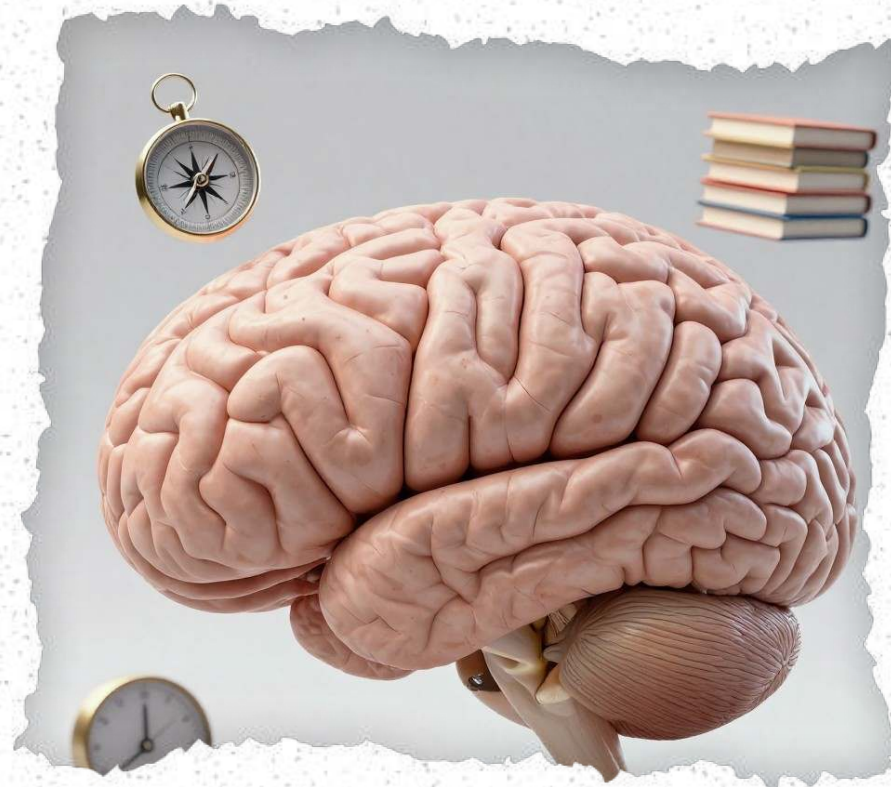
Психика объединяет процессы восприятия, мышления, памяти и эмоций, обеспечивая поведение и осознанность.

Современные психонейронаучные исследования

70%

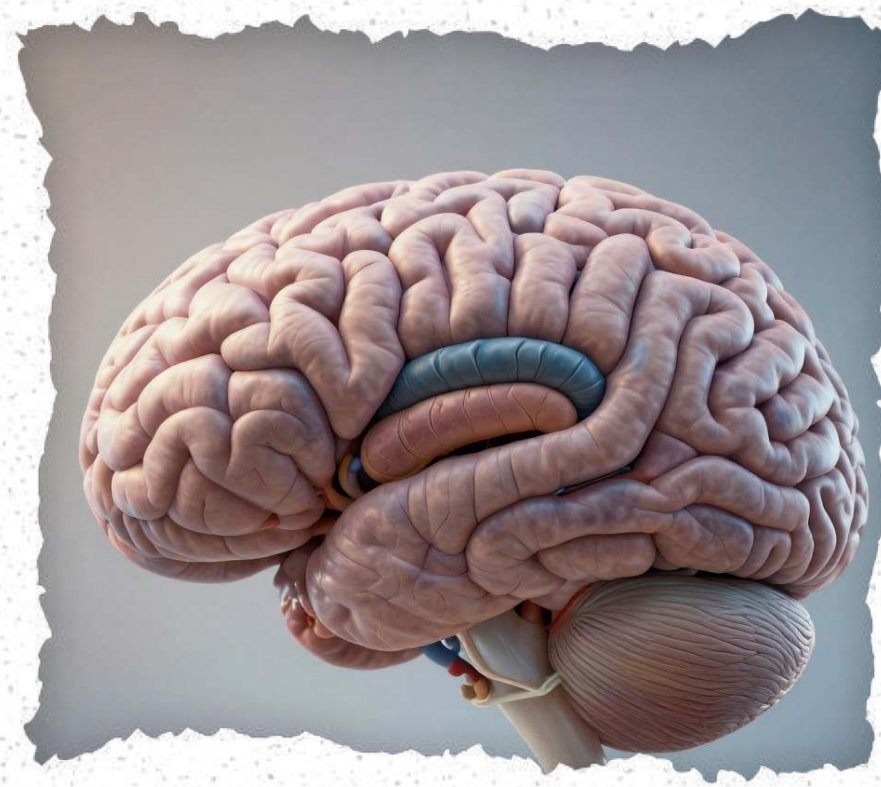
**Большинство
психических процессов
тесно связано с
активностью мозга и
формируют
сознательное
восприятие
действительности.**

Мозг и психические функции



Роль лобных долей

Лобные доли мозга отвечают за принятие решений, контроль поведения и планирование, что важно для адаптации и саморегуляции личности.



Височная область и память

Височная зона контролирует память и речь, обеспечивая формирование и воспроизведение воспоминаний и коммуникацию.



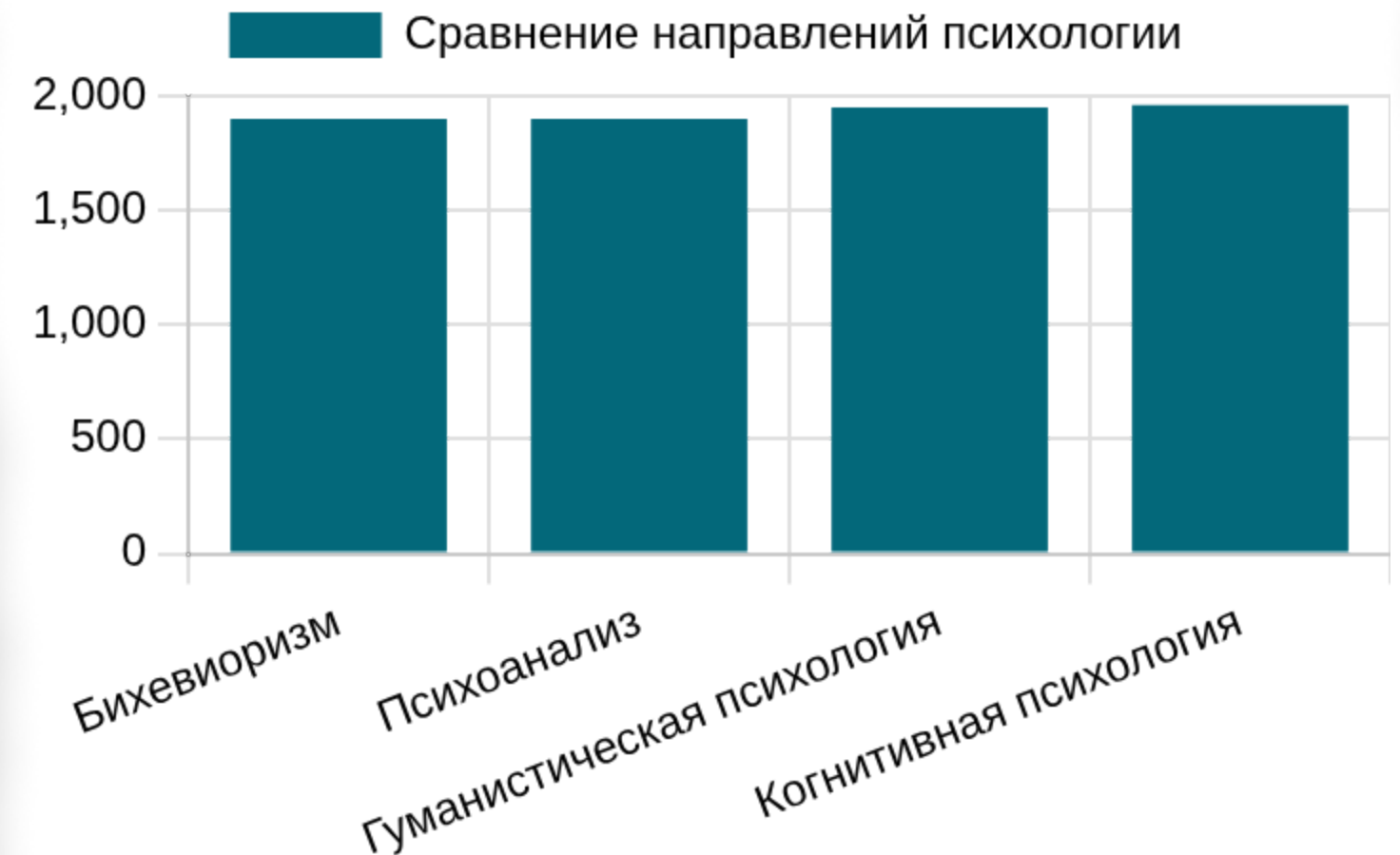
Лимбическая система и эмоции

Лимбическая система регулирует эмоциональные реакции и мотивацию, играя ключевую роль в эмоциональной сфере человека.

Основные направления современной психологии

Каждое направление развивалось в разные периоды, формируя методы и теории психического функционирования.

Разнообразие школ отражает комплексное понимание психики и поведения человека.



История психологии, 2023

Вклад выдающихся учёных в науку о душе

Зигмунд Фрейд ввёл концепцию бессознательного, разработал психоанализ и объяснил внутренние конфликты личности.

Жан Пиаже исследовал этапы развития мышления у детей, выявив возрастные особенности когнитивных процессов.

Павел Павлов изучал условные рефлексы, показав механизмы формирования поведения через ассоциации.

Известные эксперименты в психологии

Эксперимент Павлова

Павлов обучал собак связывать звук с пищей, показав, как формируются условные рефлексы и основы обучения у животных.



Исследования Милгрэма

Стэнли Милгрэм изучал подчинение авторитету, используя эксперимент с электрическими ударами, показав важность социальных факторов.



Работа Скиннера

Б.Ф. Скиннер обучал животных сложным действиям с помощью подкрепления, доказав роль награды в формировании поведения.



Понятие личности и её исследование

Личность — это уникальный набор черт, мотивов и моделей поведения, формирующихся под влиянием наследственности и окружения, определяя индивидуальность человека.

В подростковом возрасте существенно формируются основные личностные качества, отражающие ценности, мировоззрение и социальные навыки индивида.

Тесты, такие как MMPI, помогают выявлять особенности характера и психологические тенденции, что важно для понимания и поддержки подростков в период их роста.

Изучение личности позволяет прогнозировать поведение, поддерживать психическое здоровье и создавать условия для успешного развития и самоопределения.

Базовые эмоции Поля Экмана и их функции

Таблица показывает шесть основных эмоций, их поведенческие проявления и роль в адаптации человека к окружающей среде.

Эмоции выполняют ключевую роль в адаптации, помогая распознавать угрозы и формировать социальные связи.

Эмоция	Поведенческое проявление	Функция для выживания
Радость	Улыбка, смех	Стимулирует общение и укрепляет социальные связи
Страх	Расширенные зрачки, уклонение	Помогает избегать опасных ситуаций
Гнев	Сжатые кулаки, повышенный голос	Защищает интересы, мобилизует на борьбу
Удивление	Поднятые брови, открытый рот	Привлекает внимание к новому и важному
Грусть	Опущенные уголки рта, слёзы	Привлекает поддержку и способствует осмыслению
Отвращение	Морщение носа, отстранение	Предохраняет от опасной или вредной пищи

Исследования Пола Экмана, 1970-е годы

Обучение и развитие мышления у подростков

Обучение — процесс получения новых знаний и навыков, что ведёт к изменению поведения и расширению возможностей подростка.

Мышление включает анализ информации, решение проблем и выработку выводов, развивая умение рассуждать и применять знания на практике.

Подростки начинают осваивать абстрактное мышление, что позволяет им видеть причинно-следственные связи и принимать более сложные решения.

Виды памяти и особенности подросткового возраста

Кратковременная память удерживает информацию на несколько секунд, обеспечивая текущий обмен данными с окружающей средой.

Долговременная память хранит знания и опыт на длительный срок, что позволяет подросткам успешно учиться и развиваться.

В подростковом возрасте происходит активное укрепление долговременной памяти, повышается способность к систематизации и усвоению материала.

Использование мнемонических приёмов помогает подросткам лучше запоминать и структурировать информацию для учебных целей.

Факторы, влияющие на формирование личности подростков



Роль семьи в развитии подростка

Семейная среда задаёт фундамент для формирования самооценки и эмоциональной устойчивости.

Поддержка родителей способствует уверенности и помогает справляться со стрессами.



Влияние школьного окружения

Школа не только источник знаний, но и место социального взаимодействия. Вовлечение в учебные и внеклассные проекты развивает ответственность и навыки сотрудничества.



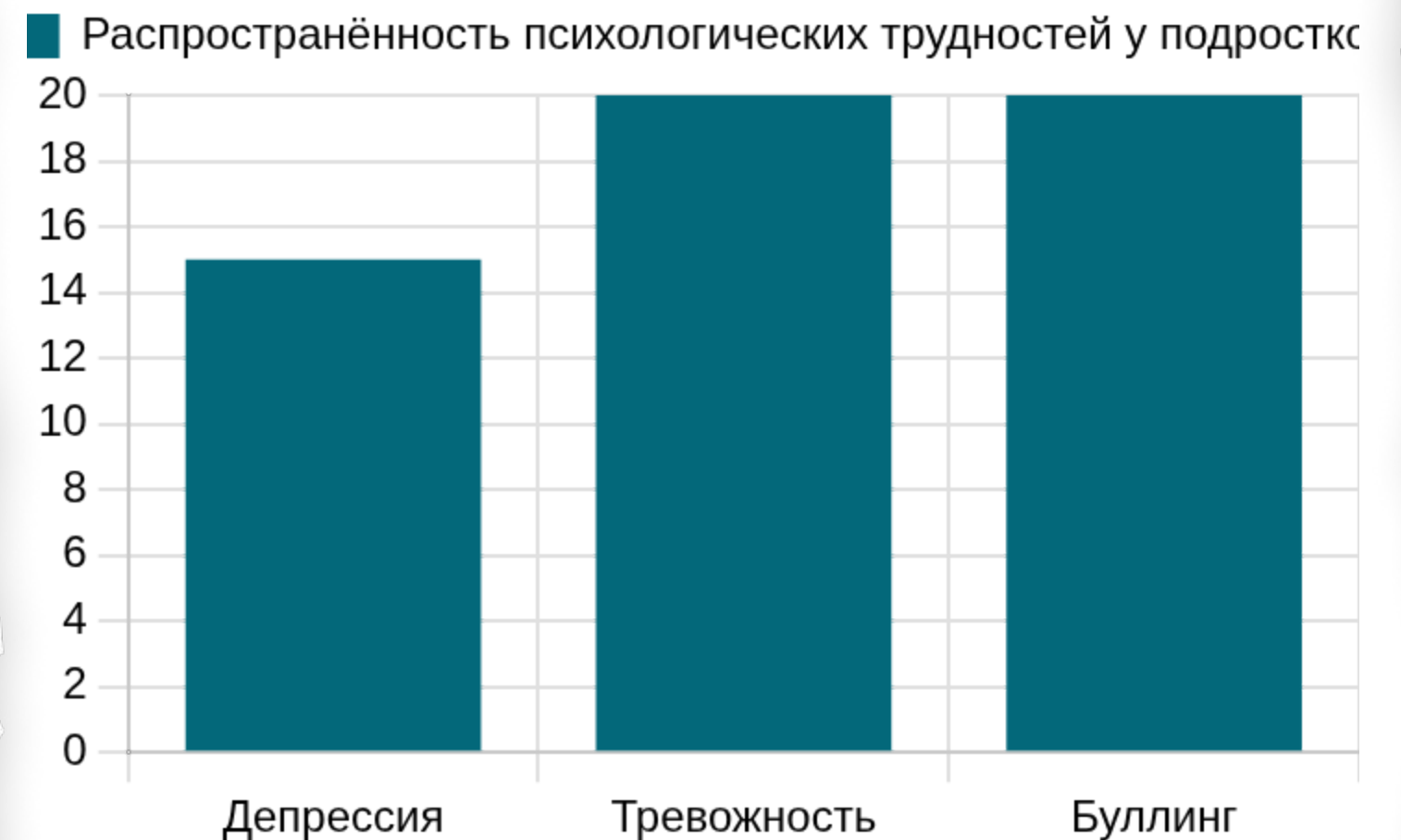
Друзья и социальные сети как источники влияния

Общение со сверстниками и активность в интернете влияют на самоидентификацию, принципы и модели поведения, формируя социальные установки подростка.

Психологические трудности среди подростков

За последние десять лет обращаемость к школьным психологам удвоилась, что указывает на растущую потребность в поддержке.

Высокий уровень тревожности и депрессии требует внимания общества и внедрения эффективных программ поддержки подростков.



Всемирная организация здравоохранения и Минздрав РФ, данные 2022 года

Способы поддержания психического здоровья

- Регулярное питание, физическая активность и соблюдение режима сна создают основу для стабильного психоэмоционального состояния подростка.
- Поддержка близких и своевременные обращения к психологам помогают предотвратить серьёзные проблемы и способствуют личностному росту.



Влияние технологий на психику подростков

● Социальные сети влияют на самооценку, формируя зависимость от мнения виртуального окружения и иногда снижая уверенность в себе.

● Проблемы кибербуллинга и стремление к признанию усугубляют эмоциональное напряжение, требуют развития навыков цифровой безопасности.

● Умение управлять вниманием и критически оценивать информацию становится необходимым для сохранения психического равновесия.

Значение психологии в жизни подростков и общества

Психологические знания помогают подросткам лучше понимать себя и других, что снижает количество конфликтов в общении.

Понимание психических процессов важно для раннего выявления и профилактики психологических и социальных проблем.

Навыки сотрудничества и эмоционального контроля способствуют успешной социализации и адаптации в разных группах.

Современные технологии расширяют возможности диагностики и поддержки, делая психологическую помощь доступнее.

Заключение: жизненная роль науки о душе

Наука о душе способствует глубокому пониманию себя и окружающих, поддержке психического здоровья и формированию гармоничного общества, особенно важна для подростков на пути самоопределения.

