

Доклад на тему: гештальтпсихология

«Скажешь мне – и я забуду, покажешь мне – и я запомню, дай мне сделать – и я пойму». Книга «Делегирование и управление» Конфуций (представитель древнекитайской философии).

Большинство воспринимает психологию как комплекс явлений из жизни. Хотя с другой стороны, это система доказанных знаний, с ее помощью решаются разнообразные практические и сугубо научные проблемы. В 16 веке впервые упомянули «психологию», как сферу, занимающуюся изучением явлений с душевной и психической стороны. В 17-19 веках, область исследования существенно разрослась и включила в себя процессы бессознательного уровня. А уже с 19 века психология – экспериментальная сфера научных знаний.

Гештальт психология что это?

Гештальтпсихология – это направление в психологии, возникшее во время кризисного периода в науке (1920 год). Основатель – М. Вертгеймер, работу над идеей продолжили К. Левин, В. Келлер и К. Коффка.

Гештальтпсихология зародилась в Германии и стала своеобразным возражением по отношению к программе, разработанной Вундтом.

Исследовалось зрительное сознание человека. Опираясь на полученные результаты, вывели новую единицу «гештальт» (гештальт в психологии это унитарная форма). Ее суть в том, что людям свойственно понимать окружающий мир как последовательную целостную структуру, а не каждый элемент по отдельности.

Сторонники гештальтпсихологии отрицали эффективность структурной психологии (сознание делится на блоки) и всего, на что она ориентируется. Даже сформулировали своеобразный закон, гласящий, что «целое в любом случае больше совокупности составных его элементов».

Согласно Википедии, изначально предметом гештальт психологии выступало феноменальное поле. В будущем тематика серьезно расширилась: вошли

вопросы о проблемах психического развития, разбросе потребностей индивидуумов, памяти и неординарном мышлении.

Возникновение и развитие школы гештальтпсихологии

Гештальт психология зародилась после проведения одного очень важного эксперимента Максом Вертгеймером под названием «фи-феномен». Суть исследования: используя тахиостоскоп и стробоскоп ученый наблюдал за двумя прямыми линиями (раздражители) у участников, передавая им разную скорость. Таким образом он выяснил, что:

- линии воспринимаются последовательно, если промежуток большой;
- линии осознаются одновременно, если промежуток минимальный;
- появляется осознанность движения (тестируемый следил за перемещением линии в определенную сторону, а не за двумя вместе или друг за другом);
- «фи-феномен», если промежуток оптимальный (осознается исключительно чистое перемещение, испытуемый понимает, что движение есть, но без смены положения самой линии).

Результаты эксперимента он подробно изложил в своем труде в 1912 году. Эта и другие его работы заинтересовали многих известных научных деятелей того времени. Далее гештальтпсихология обзавелась множеством представителей, важнейший из которых – К. Коффка.

Результаты его собственных исследований показаны в труде «Перцепция: введение в гештальттеорию». В 1921 году свет увидела книга «Основы психического развития», рассказывающая о становлении детской психологии. Труд пользовался огромной популярностью как в Германии, так и за рубежом.

Исследования Коффки о перцепции у детей выявили ряд интересных закономерностей. Одна из них: изначально ребенок на деле владеет набором частичных и не очень логичных образов всего внешнего мира. Тогда ученый решил, что на восприятие сильно влияет соотношение фигуры и фона, на котором располагается объект. После он сформулировал закон трансдукции в психологии. В гештальт школе это одна из теорий восприятия, кратко изложив которую выходит, что дети осознают не сами цвета, а их сочетания.

Гештальт что это такое в психологии: идеи, законы и принципы

Сознание – то, с чем работает гештальт психолог, как представитель школы. По сути, это живое целое, в котором все составные элементы взаимодействуют друг с другом. Хороший аналог: человеческий организм в

целом состоит из множества систем, работающих слаженно и исправно в течение многих лет. Гештальтпсихология опирается на следующие основные понятия:

- Что такое гештальт? Мера сознания, некая образная конфигурация.
- Гештальтпсихология использует в качестве предмета исследования сознание. Его изучение строится на использовании принципа целостности.
- Наблюдение и описание – основные методы исследования. Восприятие идет не от ощущений, они нереальны. Оно идет от слуха, как от отражения изменения давления воздуха.
- Зрительная перцепция на первом месте. Это ведущий процесс в психологии, определяющий степень развития психики.
- Мышление – процесс разрешения проблем с помощью структурированных полей. Через инсайт в нынешнем времени.

Основные законы восприятия в гештальтпсихологии:

- Транспозиция. Психика отвечает на комплекс раздражителей, а не на каждый по отдельности.
- Константность. Все процессы стремятся к неизменности.
- Близость. Склонность соединять соседние элементы в один целый.
- Фигура и фон в гештальтпсихологии занимают одно из важнейших мест. Каждая фигура — изолированное целое, фон – что-то динамичное за фигурой.
- Закон прегнантности. Склонность реагировать на самую постоянную и простую фигуру среди всех возможных.
- Замыкание. Если человек видит что-то непонятное, то мозг старается переделать информацию в то, что нам знакомо.

Гештальтпсихология – направление в психологии, при котором все законы восприятия контактируют между собой, используя определенные принципы:

- близость;
- замкнутость;
- общая зона;
- схожесть;
- смежность;
- целостность.

Гештальт теория восприятия ориентируется на 3 константы:

- Размер. Он остается неизменным, независимо от смены его положения на глазной сетчатке.
- Форма. Она всегда остается постоянной.
- Яркость. Яркость предмета неизменна, даже с учетом смены условий освещения.

Гештальт терапия

Это один из видов психотерапии, основанный Ф. Перлзом в 50-х годах прошлого века. Предмет гештальт терапии – это контакт и границы, в которых находится человек и все то, что его окружает. Контакт – сольватирование потребностей индивидуума с возможностями среды. Получается, что удовлетворить конкретную потребность можно только выходя на контакт с окружающим миром. (Утолить жажду можно, если взять воду).

Основная техника такой терапии – игра, базирующаяся на диалоге внутри себя. Разговор ведется с одной или несколькими частями собственной личности. В принципе, вся терапия направлена на завершение какого-то оставленного ранее дела – гештальта.

Круг правильного гештальта имеет такой вид:

1. Появляется необходимость.
2. Ищутся способы ее удовлетворения.
3. Происходит удовлетворение.
4. Контакт с окружающим миром завершается.

Всегда существует ряд факторов, мешающих идеальному процессу. Если цикл незакончен, то человек в течение всей своей жизни чувствует себя изнуренным и не может открыться новым желаниям. Незавершенный гештальт может вызвать серьезный сбой в защитных свойствах психики человека.

Гештальтпсихология и терапия – это возможность помочь «самому себе» и найти первопричины внутренних нестыковок, если говорить кратко. Существует ряд упражнений, направленных на принятие самого себя и того, что лежит за гранью реального, одновременно. Они должны помочь начать думать о себе и раскрыться миру. Другие увлекательные интерактивные

материалы, разработанные ведущими психологами, можно найти на BrainApps. Тесты и курсы по саморазвитию, свыше 90 увлекательных игр позволят еще быстрее разобраться с внутренними переживаниями и расставить все по своим местам.

Гештальт картинки

Гештальт рисунками называют картинки перевертыши (иллюзии). Глядя на них нужно ответить, что вы видите и какие эмоции вызывает изображение. Такие материалы не рекомендованы к просмотру дошкольникам, так как они могут привести к различным психическим расстройствам. Ниже представлены известные «обманы зрения». А что на них разглядели именно вы?





