



Вопрос о взаимоотношении психики и мозга является предметом постоянной дискуссии между представителями различных направлений в философии, медицине и психологии. Давно замечено, что психические явления тесно связаны с работой мозга человека. Эта мысль была сформулирована ещё в первом тысячелетии до н.э. В течение более чем двух тысячелетней истории развития психологических знаний она оставалась неоспоримой, развиваясь и углубляясь по мере получения новых данных о работе мозга и новых результатов психологических исследований. К тому же, существует большое количество психических процессов и явлений, течение или проявление которых не отражается в *сознании* человека - **неосознаваемые процессы**. Вся совокупность неосознаваемых процессов называется *бессознательным*.

Первые исследования неосознаваемых процессов, проводимые в начале двадцатого века, показали, что проблема бессознательного очень обширна. Оказалось, что осознаваемая человеком информация — лишь "верхушка айсберга". Количество неосознаваемой информации во много раз превосходит количество осознаваемой.

Для начала начнем с понятия сознание. Отечественные психологи утверждают, что *психическая деятельность* – это функциональная способность мозга отражать объективную действительность и помогать организму реагировать на нее, выстраивать взаимоотношения. Сама по себе психическая деятельность – это сложный, многоэтапный физиологический процесс, где все звенья должны гармонично функционировать.

И так, что же такое сознание? Сознание — это высший уровень отражения действительности, проявляющийся способностью личности отдавать себе ясный отчет об окружающем, о настоящем и прошлом времени, принимать решения и в соответствии с ситуацией управлять своим поведением.

Благодаря этому определению мы можем выделить структуру сознания:

- совокупность знаний об окружающем мире
- закрепленное в сознании отчетливое различие субъекта и объекта, то есть того, что принадлежит «я» человека и его «не-я»

- обеспечение целеполагающей деятельности
- наличие эмоциональных оценок в межличностных отношениях.

Сознательная деятельность представляет собой одну из высших психических функций. Без участия сознания невозможно представить себе какое-то законченное сложное действие. Так как, если человек "отключит" мозг, то результат его деятельности вряд ли можно будет назвать удовлетворительным.

Сознание рассматривают в эволюционно-физиологическом и психосоциальном аспекте. В первом случае сознание мы рассматриваем как состояние центральной нервной системы, которая осуществляет основную интегральную(обобщающую) деятельность. Во-втором – сознательную деятельность мы рассматриваем вместе с психической. Нельзя отождествлять «сознательное» и «психическое». Последнее — более широкое понятие.

Неосознаваемые психические процессы

В отечественной психологии неосознаваемые психические процессы принято разделять на три класса:

- неосознаваемые механизмы сознательных действий,
- неосознаваемые побудители сознательных действий,
- надсознательные процессы.

Неосознаваемые механизмы сознательных действий делятся на три подкласса:

- неосознаваемые автоматизмы,
- неосознаваемые сопровождения сознательных действий.

Неосознаваемая сфера психики – это глубинные психические процессы, которые сформировались в процессе эволюции человека. В данную сферу входят: сновидения, интуиция, аффект, паника, гипноз, вера, различные парапсихические явления (ясновидение, телепатия, экстрасенсорные феномены), фобии, страхи, истерические фантазии, спонтанная тревожность и радостное предчувствие. Готовность индивида действовать в различных ситуациях определенным образом, без предварительного обдумывания, импульсивно также относится к проявлениям неосознаваемой сферы психики.

Рассматривая неосознаваемые психические процессы, важно помнить, что в классической психологии принято говорить о взаимосвязи трех уровней психической деятельности человека: бессознательного, подсознательного и сознательного. Все эти три уровня действуют одновременно. При этом бессознательный и подсознательный уровни можно отнести к неосознаваемым психическим процессам.

Согласно исследованиям Е.Н.Каменской, одним из таких неосознаваемых уровней является **бессознательный уровень** психической деятельности, который представляет собой врожденную инстинктивно-рефлекторную деятельность. На бессознательном уровне регулируются поведенческие акты, управляемые неосознаваемыми биологическими механизмами. Они направлены на удовлетворение биологических потребностей – самосохранение организма и вида (продолжение рода).

Следующим уровнем неосознаваемых психических процессов можно считать **подсознательный уровень** психической деятельности – обобщенные, автоматизированные в опыте данного индивида стереотипы его поведения – умения, навыки, привычки, интуиция. Это так называемое ядро индивида, которое формируется на ранних этапах. Здесь формируются *неосознаваемые устремления индивида*, его влечения, страсти, установки.

При этом подсознание, имеет многоуровневую структуру: **автоматизмы** и их комплексы на нижнем уровне и **интуиция** – на высшем.

Что же такое автоматизмы?

Автоматизмы подсознательного уровня – это комплексы стереотипно совершающихся действий в типовых ситуациях (привычное управление техникой, выполнение привычных обязанностей, манера обращения с привычными предметами, речевые и мимические штампы). В подсознание выделяются и различные **комплексы** - нереализованные желания, подавленные стремления, различные опасения и беспокойства, амбиции и завышенные претензии (комплекс Наполеона, неполноценности, застенчивости и др.).

Следовательно, подсознание – это сфера внушенных состояний и установок, в том числе и установок высшего, нравственного уровня. Подсознание включается тогда, когда исчерпывается сфера сознательной деятельности. Если **сознание** вооружено понятиями, то **подсознание** – эмоциями и чувствами.

Высшая сфера подсознания – **интуиция** (называя иногда даже сверхсознанием) – это процесс мгновенных озарений, комплексного охвата проблемной ситуации, возникновения неожиданных решений, неосознанное предвидение развития событий на основе спонтанного обобщения предшествующего опыта.

Критерием неосознаваемых психических процессов является их безотчетность, произвольность, невербализованность (словесная неоформленность). Особенностью сферы подсознательного является ее устойчивость, неподвижность. Поэтому поведение на подсознательном уровне поддается некоторой коррективке лишь методами психотерапии и гипноза.

В заключение хочется сделать выводы и выделить некоторые интересные детали, про которые действительно интересно читать и изучать; сознательная и бессознательная деятельность тесно связаны и периодически те вещи, которые (как мы думаем) осознаем, вполне могут выполняться на бессознательном уровне психики. Известную идиому "все новое – это хорошо забытое старое" можно в некотором роде экстраполировать на психику человека.

Интуицию в какой-то степени можно в человеке развить, так как " предвидение развития событий " основываются на нашем накопленном жизненном опыте. Схожа ситуация и с подсознанием, потому что на него можно влиять извне (внушением) и для того, чтобы уметь фильтровать информацию и принимать решения основываясь не только на чувственном уровне необходимо увеличивать свой тезаурус.