



Міжнародний гуманітарний університет
Кафедра педагогіки та психології

ОСНОВИ ЗАГАЛЬНОЇ ПСИХОЛОГІЇ

КОНСПЕКТ ЛЕКЦІЙ

для здобувачів вищої освіти першого (бакалаврського) рівня
освітньо-професійної програми спеціальності 014.09 Середня освіта
(Інформатика) денної та заочної форм навчання

Укладач – доцент Меленчук Н.І.

Одеса - 2025

Укладач

Меленчук Н.І. Конспект лекцій з навчальної дисципліни «Основи загальної психології» для здобувачів вищої освіти першого (бакалаврського) рівня освітньо-професійної програми спеціальності 014.09 Середня освіта (Інформатика) денної та заочної форм навчання [Електронне видання]. Одеса: МГУ, 2025. 103 с.

Конспект лекцій з дисципліни «Основи загальної психології»
затверджений на засіданні кафедри педагогіки та психології
(протокол № 1 від 28 серпня 2025 року)

ЗМІСТ

ТЕМА 1. ПСИХЛОЛОГІЯ ЯК НАУКА. ПРЕДМЕТ, ЗАВДАННЯ І МЕТОДИ ПСИХОЛОГІЇ.....	5
Поняття про психологію як науку. Завдання психології.	
Школи, концепції, напрямки у психології.	
Методи психологічного дослідження	
ТЕМА 2. ПСИХІКА ЯК ОБ'ЄКТ ПСИХОЛОГІЇ. ВИНИКНЕННЯ І РОЗВИТОК ПСИХІКИ	12
Форми відображення дійсності. Психіка як функція високоорганізованої матерії.	
Розвиток психіки у філогенезі.	
Свідомість як вищий рівень розвитку психіки.	
ТЕМА 3. ВІДЧУТТЯ І СПРИЙМАННЯ – ЧУТТЄВІ ФОРМИ ПІЗНАННЯ ДІЙСНОСТІ	34
Чуттєві форми пізнання дійсності: відчуття і сприймання	
Сприймання і його характеристики	
ТЕМА 4. ПАМ'ЯТЬ: ПРОЦЕСИ, ТЕОРІЇ І ЗАКОНОМІРНОСТІ ФУНКЦІОНУВАННЯ.....	40
Загальна характеристика процесів пам'яті	
Індивідуальні особливості пам'яті, типи пам'яті	
ТЕМА 5. МИСЛЕННЯ І УЯВА – ЛОГІЧНІ ФОРМИ ПІЗНАННЯ ДІЙСНОСТІ	45
Загальна характеристика розумових операцій у сучасній психології	
Процес розвитку мислення в онтогенезі	
Уява: зміст і види. Фізіологічні основи процесів уяви	
ТЕМА 6. УВАГА ЯК ФОРМА ОРГАНІЗАЦІЇ ПСИХІЧНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ	52
Поняття про увагу як особливу форму психічної активності	
Види уваги. Структура уваги. Індивідуальні відмінності уваги	
ТЕМА 7. ЕМОЦІЙНО-ВОЛЬОВІ ПРОЦЕСИ І СТАНИ ОСОБИСТОСТІ	54
Емоційно-вольова сфера особистості	
Поняття про волю. Основні види вольових дій людини	
Поняття про волю. Основні види вольових дій людини	

ТЕМА 8. ЗМІСТ І СТРУКТУРА ОСОБИСТОСТІ.....	65
Поняття про особистість у психології.	
Структура особистості.	
Спрямованість особистості як система стійких мотивів поведінки і діяльності	
ТЕМА 9. ДІЯЛЬНІСТЬ ТА СПІЛКУВАННЯ	69
Діяльність як цілеспрямована і усвідомлена активність особистості	
Спілкування як умова формування особистості	
Спілкування як умова формування особистості	
ТЕМА 10. МІЖОСОБОВІ СТОСУНКИ В ГРУПАХ	74
Психологія міжособистісних взаємин	
Групи та їх класифікація	
Соціально-психологічний клімат	
ТЕМА 11. МОТИВИ ТА МОТИВАЦІЯ	83
Мотиваційна сфера особистості	
Спрямованість особистості: зміст, види, форми прояву	
Умови розвитку мотивації особистості	
ТЕМА 12. ТЕМПЕРАМЕНТ ЯК ФОРМАЛЬНО-ДИНАМІЧНА ОСНОВА ПОВЕДІНКИ.....	85
Темперамент як якість особистості.	
Фізіологічна основа темпераменту.	
Темперамент та основні властивості нервової системи людини	
ТЕМА 13. ПРИРОДА І СУТНІСТЬ ХАРАКТЕРУ. АКЦЕНТУЙОВАНІСТЬ ХАРАКТЕРУ	90
Загальне уявлення про характер.	
Особливості характеру як психічного феномену	
Теоретичні та експериментальні підходи до дослідження характеру	
Структура характеру	
ТЕМА 14. ЗАДАТКИ ТА ЗДІБНОСТІ ЛЮДИНИ.....	98
Загальне уявлення про здібності	
Здібності як умова успішного здійснення діяльності	
Природні передумови формування здібностей (задатки)	
Структура здібностей	
ЛІТЕРАТУРА.....	102

ТЕМА 1. ПСИХОЛОГІЯ ЯК НАУКА. ПРЕДМЕТ, ЗАВДАННЯ І МЕТОДИ ПСИХОЛОГІЇ

План:

1. Поняття про психологію як науку. Завдання психології.
2. Школи, концепції, напрямки у психології.
3. Методи психологічного дослідження

Текст лекції

Психологія як наука. Психологія – це наука, що вивчає закономірності виникнення, розвитку і функціонування психіки як особливої форми життєдіяльності. Вона аналізує внутрішній світ людини, її поведінку та психічні явища.

Назва психології походить з грецької: *psyche* – душа, *logos* – знання, слово, наука. Сучасна психологія поєднує гуманітарні та природничі підходи, використовуючи як експериментальні, так і якісні методи дослідження.

Предмет психології Предметом психології є психіка — сукупність психічних явищ, процесів, властивостей і станів, через які людина пізнає світ, себе та взаємодіє з іншими. Вона включає:

- пізнавальні процеси (відчуття, сприймання, пам'ять, мислення, мовлення, уява);
- емоційно-вольову сферу (почуття, емоції, воля);
- особистість (характер, темперамент, здібності, мотивація);
- поведінкові акти, що є проявом психіки у зовнішньому середовищі.

Завдання психології Сучасна психологічна наука має низку ключових завдань:

1. Опис психічних явищ і процесів;
2. Пояснення внутрішніх механізмів психіки;
3. Передбачення поведінки людини в різних умовах;
4. Корекція і оптимізація психічного розвитку та станів;
5. Розробка практичних рекомендацій для педагогіки, медицини, спорту, бізнесу.

Місце психології в системі наук Психологія посідає проміжне місце між природничими, соціальними та гуманітарними науками. Вона має зв'язки з:

- філософією (методологічні засади);
- біологією та нейрофізіологією (дослідження мозку, сенсорики, рефлексів);
- медициною (психотерапія, психіатрія);
- соціологією (вивчення масової поведінки, соціальних груп);
- педагогікою (навчання і виховання).

Диференціація психології на окремі наукові галузі. У процесі історичного розвитку психологія поділилась на окремі галузі, які спеціалізуються на вивченні певних сфер психіки:

- теоретичні (загальна, вікова, диференціальна);
- прикладні (педагогічна, юридична, медична, інженерна, спортивна);

- міждисциплінарні (психогенетика, нейропсихологія, когнітивна наука).

Основні галузі психології

Загальна психологія: вивчає загальні закономірності психіки.

Вікова психологія: досліджує зміни психіки на різних етапах життя.

Педагогічна психологія: розглядає процеси навчання і виховання.

Соціальна психологія: аналізує міжособистісні взаємини.

Клінічна психологія: займається діагностикою і лікуванням розладів.

Юридична психологія: вивчає поведінку правопорушників і свідків.

Інженерна психологія: адаптує техніку до можливостей людини.

Економічна психологія: досліджує споживчу поведінку, мотивацію в праці.

Застосування психологічних знань в практичній діяльності

В освіті – оптимізація навчання, інклюзія, мотивація учнів.

У медицині – психодіагностика, психологічна допомога хворим.

У праві – профайлінг, оцінка достовірності свідчень.

У бізнесі – HR, управління персоналом, переговори.

У спорті – розвиток стресостійкості, тренування уваги, волі.

Зв'язок психології з іншими науками Психологія не існує ізольовано – вона взаємодіє з:

фізіологією (вивчення рефлексів, мозку, збудження);

лінгвістикою (розвиток мовлення, мовленнєві акти);

інформатикою (когнітивні науки, штучний інтелект);

етикою (моральна оцінка поведінки);

культурологією (вивчення психіки в культурному контексті).

Розвиток психології як науки супроводжувався формуванням різних наукових шкіл і напрямків, кожен з яких робив акцент на окремих аспектах психічної діяльності:

Структуралізм (Вільгельм Вундт, Едвард Тітченер) – один із перших наукових напрямів у психології. Основна мета структуралістів полягала в аналізі структури свідомості шляхом інтроспекції – спостереження за власними психічними станами. Вундт заснував першу у світі психологічну лабораторію в Лейпцигу (1879 р.), що ознаменувало початок психології як самостійної науки.

Функціоналізм (Вільям Джеймс, Джон Дьюї) – виник як відповідь на структуралізм. Увага акцентувалась не на структурі свідомості, а на її функціях: як психічні процеси допомагають людині адаптуватися до середовища. Психіка розглядалась як інструмент пристосування.

Біхевіоризм (Джон Уотсон, Беррес Скіннер) – радикально змінив орієнтацію психології: від вивчення внутрішнього до спостережуваної поведінки. Біхевіористи вважали психіку «чорною скринькою» і досліджували зв'язки між стимулами і реакціями. Основним методом був лабораторний експеримент. Б. Скіннер розробив концепцію оперантного навчання, яка мала великий вплив на педагогіку й терапію.

Гештальтпсихологія (Макс Вертгеймер, Вольфганг Келер, Курт Коффка) – виникла в Німеччині. Основна ідея: психічні процеси не можна звести до суми елементів. Людина сприймає світ як цілісні структури (гештальти). Гештальтпринципи (близькість, подібність, замкнутість) пояснюють закономірності сприйняття.

Психоаналіз (Зигмунд Фрейд, Карл Юнг, Альфред Адлер) – вважає несвідоме ключовою рушійною силою психіки. Фрейд ввів поняття «Ід», «Его», «Супер-Его», розробив метод вільних асоціацій і тлумачення сновидінь. Юнг запропонував концепцію колективного несвідомого, архетипів. Адлер акцентував увагу на соціальних аспектах мотивації.

Гуманістична психологія (Карл Роджерс, Абрагам Маслоу) – виникла як «третя сила» у відповідь на механістичність біхевіоризму і песимізм психоаналізу. Основна ідея: людина — активна, творча істота, яка прагне до самореалізації. Маслоу створив ієрархію потреб, Роджерс – клієнт-центрований підхід у терапії.

Когнітивна психологія (Жан Піаже, Дж. Брунер, Дж. Міллер) – вивчає внутрішні психічні процеси: сприймання, пам'ять, мислення, мовлення. На відміну від біхевіоризму, когнітивісти досліджують, як інформація обробляється і зберігається в мозку. Ж. Піаже розробив стадії когнітивного розвитку дитини.

Уявлення античних та середньовічних філософів про душу та свідомість

Історія психології бере свій початок з філософських уявлень про душу – як джерело життя, мислення, відчуттів. У давні часи, коли ще не існувала психологія як окрема наука, філософи намагалися осмислити природу внутрішнього світу людини.

Античність:

Піфагор вважав душу безсмертною субстанцією, що переходить із тіла в тіло (переселення душ).

Геракліт підкреслював постійну зміну психічного — душа подібна до вогню.

Демокрит – душа складається з найдрібніших атомів, подібно до вогню. Психічні явища — результат руху цих атомів.

Сократ – душа є джерелом морального самопізнання, носієм знання і доброчесності.

Платон – запропонував трикомпонентну модель душі: розумна (мислення), афективна (емоції), жадібна (бажання). Душа безсмертна, існує незалежно від тіла, є носієм ідей.

Арістотель — вважав душу формою організму. Виокремив три види душі: рослинну (харчування, ріст), тваринну (рух, відчуття), людську (розум). Саме людська душа здатна до мислення.

Стоїки (Зенон, Сенека, Епіктет) – розглядали душу як частину всесвітнього Логосу. Душа — матеріальна субстанція, пронизана розумом.

Епікур – заперечував безсмертя душі, вважав, що душа – тілесна, і загине разом із тілом.

Середньовіччя: З домінуванням християнського світогляду концепції душі набули релігійного змісту.

Августин Блаженний – душа створена Богом, вона безсмертна, головна мета людини – спасіння душі. Усвідомлення себе – свідчення існування душі: "якщо я помиляюсь – значить, я існую".

Фома Аквінський – поєднав християнське вчення з ідеями Арістотеля. Вважав душу формою тіла, але такою, що існує самостійно. Душа має здатність до розуму, волі та пам'яті. Людська свідомість — прояв божественного розуму в людині.

Авіценна (Ібн Сіна) – в ісламській традиції стверджував про наявність незалежної розумної душі, здатної до пізнання істини через внутрішнє споглядання.

Філософські погляди античності та Середньовіччя заклали підґрунтя для подальшого наукового вивчення психіки. Вони формували уявлення про структуру душі, роль розуму, свідомості, а також взаємозв'язок тіла і духу. У Новий час ці ідеї отримали розвиток у працях Декарта, Локка, Канта, які вже розглядали психіку як об'єкт наукового аналізу.

Біхевіоризм (від англ. behaviour – поведінка) – один із найвпливовіших напрямів у психології ХХ століття, який розглядає психіку через призму зовнішньо спостережуваної поведінки. Засновником біхевіоризму вважається **Джон Б. Уотсон**, який у 1913 році опублікував маніфест «Психологія з точки зору біхевіориста».

Основні положення біхевіоризму:

1. Предметом психології має бути **поведінка**, а не свідомість.
2. Внутрішні психічні процеси (думки, почуття) **не підлягають об'єктивному спостереженню** і тому не можуть бути науково дослідженими.
3. Поведінку можна пояснити як **ланцюг реакцій на стимули (S → R)** – стимул спричиняє реакцію.
4. Людська поведінка формується на основі набутого досвіду і навчання.

Типи біхевіоризму:

• **Класичний біхевіоризм** (Дж. Уотсон) – поведінка як реакція на зовнішні подразники, без врахування внутрішніх психічних станів.

• **Радикальний біхевіоризм** (Б. Скіннер) – поведінка визначається наслідками (покарання/заохочення), ключовим є оперантне навчання.

• **Необіхевіоризм** (Е. Толмен, К. Халл) – поєднує поведінкові моделі з поняттям **внутрішніх змінних** (мотивація, когнітивні карти).

Внесок Б. Скіннера: Скіннер створив концепцію оперантного навчання – процесу, за якого поведінка змінюється під впливом підкріплення. Основні типи підкріплення:

- **Позитивне** — додавання стимулу (нагорода);
- **Негативне** — усунення неприємного впливу;
- **Покарання** — зниження ймовірності повторення поведінки.

Він розробив експериментальні методики (камера Скіннера) і застосував свої ідеї в освіті та терапії.

Біхевіоризм відіграв велику роль у розвитку експериментальної психології, створенні методів модифікації поведінки (біхевіоральна терапія), розвитку педагогіки та менеджменту. Його ідеї були інтегровані у сучасні підходи (когнітивно-біхевіоральна терапія – КБТ).

Становлення та розвиток вітчизняної психології

Розвиток вітчизняної психології (переважно української, російської та радянської традиції) має свою специфіку, яка відрізняється від західної. Він проходив під сильним впливом філософії, педагогіки, біології, а пізніше – марксизму. Особливість вітчизняної школи – акцент на соціальній природі психіки, її розвитку у діяльності та культурному середовищі.

Іван Михайлович Сеченов (1829–1905)

Вважається «батьком російської фізіологічної психології».

Автор праці «Рефлекси головного мозку» (1863), у якій доводив, що всі психічні акти мають фізіологічну природу та є рефлекторними.

Підкреслював роль зовнішніх умов у формуванні психіки.

Володимир Михайлович Бехтерєв (1857-1927)

Засновник об'єктивної психології – напрямку, який досліджував психіку через об'єктивно спостережувані прояви (поведінка, реакції).

Розробив теорію колективної психіки, вивчав гіпноз, емоції, волю.

Організував Інститут мозку та неврології в Петрограді.

Лев Семенович Виготський (1896–1934)

Автор культурно-історичної теорії розвитку психіки.

Вважав, що психічні функції людини формуються у процесі соціальної взаємодії.

Ввів поняття «зона найближчого розвитку» – простір між тим, що дитина може зробити самостійно, і тим, що – за допомогою дорослого.

Стверджував, що внутрішні (вищі) психічні функції є результатом інтеріоризації зовнішньої діяльності.

Олексій Миколайович Леонтьєв (1903-1979)

Учень Виготського, засновник діяльнісного підходу.

Психіка розглядається як функція діяльності людини в суспільстві.

Структура діяльності: мотив – мета – дії – операції.

Вивчав формування пізнавальних процесів у дітей.

Сергій Леонідович Рубінштейн (1889–1960)

Основоположник принципу єдності свідомості й діяльності.

Підкреслював, що особистість формується у взаємодії із середовищем, через активну діяльність.

Автор концепції суб'єкта діяльності, в якій людина виступає як активний носій психічного життя.

Інші важливі імена:

П. Я. Гальперін – теорія поетапного формування розумових дій.

О. Р. Лурія – засновник нейропсихології, дослідження мозкових механізмів психіки.

Б. Г. Ананьєв – досліджував людину як цілісну біопсихосоціальну систему.

Українська психологічна традиція:

Пов'язана з іменами **Г. Костюка, П. Блонського, С. Балл, В. Синьова**. Розвиток педагогічної психології, психології особистості та творчості.

Вітчизняна психологія внесла вагомий вклад у розвиток світової науки, створивши унікальні концепції, глибокі теоретичні підходи та ефективні методи дослідження психіки. Її представники підкреслювали соціально-історичну природу людської психіки, її розвиток у діяльності та спілкуванні.

Методи психологічного дослідження

У психології використовуються різноманітні методи для дослідження психічних явищ, які дозволяють отримати об'єктивні, достовірні та відтворювані результати. Методи відрізняються за рівнем об'єктивності, складністю та сферою застосування.

1. Спостереження Це цілеспрямоване і систематичне сприймання та фіксація поведінки людини в природних або спеціально організованих умовах.

Полеве спостереження – проводиться в реальних умовах (школа, робоче місце). Дає змогу побачити поведінку в її природному контексті.

Лабораторне спостереження — здійснюється у спеціально обладнаних умовах. Контрольоване, менш природне. **Переваги:** природність поведінки, простота використання. **Недоліки:** суб'єктивність інтерпретації, неможливість контролю всіх змінних.

2. Експеримент Найнадійніший метод, що передбачає активне втручання дослідника у ситуацію та створення штучних умов для виявлення причинно-наслідкових зв'язків.

Лабораторний експеримент – у спеціальних умовах, з точним контролем змінних.

Природний експеримент – в умовах звичного середовища, але з елементами втручання. **Переваги:** об'єктивність, контроль, повторюваність. **Недоліки:** можлива штучність умов, складність організації.

3. Опитування – метод збору інформації про внутрішній світ особистості за допомогою відповідей на запитання.

Анкетування – письмове опитування за стандартизованими запитаннями.

Інтерв'ю – усне опитування за визначеним або вільним планом.

Бесіда – вільне спілкування з досліджуваним із метою вивчення його думок, почуттів. **Переваги:** доступність, масовість, швидкість збору даних. **Недоліки:** можлива нещирість відповідей, вплив соціальної бажаності.

4. Тестування Це застосування стандартизованих завдань для виявлення рівня розвитку певних психічних властивостей.

Когнітивні тести — вимірювання інтелекту, пам'яті, уваги (наприклад, тест Векслера).

Особистісні тести – визначення типу особистості, характеру, темпераменту (MMPI, 16PF).

Проективні тести – вивчення несвідомих тенденцій через інтерпретацію неоднозначних стимулів (тест Роршаха, ТАТ). **Переваги:** стандартизація, можливість порівняння результатів. **Недоліки:** складність інтерпретації, залежність від мотивації та емоційного стану досліджуваного.

5. Аналіз продуктів діяльності Оцінка матеріальних результатів діяльності людини (твори, малюнки, щоденники, контрольні роботи) з метою отримання інформації про її психічні процеси, рівень розвитку, особливості особистості. **Переваги:** непрямий доступ до внутрішнього світу, мінімальна суб'єктивність. **Недоліки:** залежність від контексту, складність узагальнення.

6. Самоспостереження (інтроспекція) Суб'єктивне спостереження індивідом за власними переживаннями, думками, емоціями. Активно використовувалося в класичній психології (структуралізм). **Переваги:** глибина аналізу внутрішнього світу. **Недоліки:** суб'єктивність, складність перевірки, вплив установки.

Жоден метод не є універсальним. У психологічних дослідженнях зазвичай використовується **комбінований підхід** — поєднання кількох методів для підвищення надійності та валідності результатів.

Переваги та недоліки методів психології

Метод	Переваги	Недоліки
Спостереження	Природність поведінки, простота застосування	Суб'єктивність, неможливість контролю всіх змінних
Експеримент	Контроль, точність, можливість встановлення причинності	Можлива штучність ситуації, складність організації
Опитування	Масовість, швидкість збору даних	Нещирість відповідей, вплив соціальної бажаності
Тестування	Стандартизація, порівнюваність результатів	Складність інтерпретації, залежність від емоційного стану
Аналіз діяльності	Доступність, непряме вивчення психіки	Залежність від контексту, суб'єктивність оцінювання
Самоспостереження	Глибина аналізу внутрішнього світу	Суб'єктивність, складність перевірки, обмежена надійність

ТЕМА 2. ПСИХІКА ЯК ОБ'ЄКТ ПСИХОЛОГІЇ. ВИНИКНЕННЯ І РОЗВИТОК ПСИХІКИ

План:

1. Форми відображення дійсності. Психіка як функція високоорганізованої матерії.
2. Розвиток психіки у філогенезі.
Свідомість як вищий рівень розвитку психіки.

Текст лекції

Психіка – загальне поняття, об'єднуюче багато суб'єктивних явищ, що вивчаються психологією як наукою. Відповідно до ідеалістичного розуміння психіки – в світі існує не одне, а два початки – матеріальне і ідеальне, які незалежні, вічні, не зводяться та не виводяться одне з одного. Взаємодіючи в розвитку, вони розвиваються за своїми законами. На всіх ступенях свого розвитку ідеальне ототожнюється з психічним.

З матеріалістичної точки зору, **психіка** – функція мозку, що полягає у відображенні об'єктивної дійсності в ідеальних образах, на основі яких регулюється життєдіяльність організму. При цьому головна її особливість полягає в здатності високоорганізованої живої матерії відображати об'єктивний світ, тобто в отриманні інформації про навколишній їй світ, яке пов'язане із створенням певного психічного образу (суб'єктивного за своєю природою і ідеального – нематеріального за своєю суттю), який з певною мірою точності є копією матеріальних об'єктів реального світу. Вважається, що цю властивість має лише та жива матерія, у якої є специфічні органи, що обумовлюють можливість існування психіки. Ця жива матерія, що володіє психікою, здатна реагувати на зміну зовнішнього середовища або на дії об'єктів навколишнього середовища.

Психіка – це відображення об'єктивного світу в його зв'язках і відносинах. Психіка людини включає її уявлення, думки, відчуття і почуття, звички, індивідуальність, а також те як, і за допомогою яких засобів або механізмів це робиться.

Психіка є засобом орієнтування організму в навколишньому світі та регулятором поведінки в динамічних умовах. Отримувана живою істотою інформація про навколишній світ є основою для регуляції внутрішнього середовища її організму і формування її поведінки, що визначає можливість її тривалого існування в постійно змінюваних умовах.

Психічне відображення не є дзеркальним, механічно пасивним копіюванням світу (як дзеркало або фотоапарат), воно зв'язане з пошуком, вибором, в ньому інформація, що поступає, піддається специфічній обробці. Тобто, психічне відображення – це активне і суб'єктивне, виборче відображення об'єктивного світу у зв'язку з якоюсь необхідністю, з потребами, бо завжди належить суб'єкту, поза яким не існує, залежить від суб'єктивних особливостей.

Психіка – це суб'єктивний образ об'єктивного світу. В результаті психічного відображення матеріальної дійсності формуються ідеальні образи реальної дійсності, необхідні для регуляції взаємодії організму з навколишнім середовищем.

Поняття психічного образу є одним з основних в психології. **Психічний образ** – цілісний, інтегративний відбиток самостійної, дискретної частини дійсності; це її інформаційна модель, що використовується вищими тваринами і людиною для регуляції своєї життєдіяльності. Психічні образи забезпечують досягнення певних цілей, а їх зміст обумовлюється цими цілями. Найбільш загальною властивістю психічних образів є їх адекватність дійсності, а загальною функцією – регуляція діяльності.

Отже, **психіка** – це суб'єктивне відображення об'єктивної дійсності в ідеальних образах, на основі яких регулюється взаємодія людини з зовнішнім середовищем.

Але психіка містить у собі не тільки психічні образи, але і позаобразні компоненти – загальні ціннісні орієнтації особистості, змісти і значення явищ, розумові дії.

Змістом психіки є ідеальні відображення об'єктивно існуючих явищ, які виникають у різних людей своєрідно і залежать від минулого досвіду, знань, потреб, інтересів, психічного стану і т.д.

Вищою формою психіки є свідомість людини, яка нерозривно пов'язана з мовою, завдяки якій людина довільно регулює свою поведінку. Вона розкриває об'єктивні внутрішні зв'язки між явищами. Але поняття психіки ширше свідомості, бо психіка містить у собі сферу підсвідомості і надсвідомості.

Психіка (з матер. точки зору) є продуктом діяльності кори великих півкуль головного мозку або вищої нервової діяльності, а основними механізмами психіки людини є відображення, проектування та опредмечування (перетворення сил та здібностей людини в форму матеріальних предметів і знакових систем).

Як форма відображення дійсності високоорганізованою матерією – нервовою системою та мозком – психіка характеризується низкою наступних особливостей, а саме психічне відображення має:

- **активний характер** – пов'язаний з пошуком та добором способів дій, які відповідають умовам середовища: робота психіки здійснюється тільки в процесі активної діяльності людини, яка є важливою умовою розвитку психіки, її удосконалення та ускладнення. Найвищий рівень розвитку психіки має людина.

- **випереджальний характер**, забезпечує функцію передбачення в діяльності та поведінці, що характерно в більшому ступені людині, завдяки їй ми можемо планувати власну діяльність, ставити цілі, підготуватися до важливої події.

- **психіка має індивідуальний характер** (суб'єктивне відображення) – кожен психічний акт є результатом дії об'єктивного через суб'єктивне, через людську індивідуальність, що накладає відбиток своєрідності на її психічне життя, на відношення до свого оточення і свідчить про відмінність людини від інших та неповторність.

- **психіка активно** вдосконалюється і розвивається у процесі активної діяльності – людина не тільки відображує, але й перетворює оточення в нові форми (покрощує життя). Тому, в психічному, як регуляторі дій та діяльності – великий потенціал розвитку механізмів психіки – відображення, проектування та втілення.

Психічні явища – це своєрідні суб'єктивні переживання, суб'єктивні образи відображуваних у свідомості явищ реальної дійсності, це внутрішній світ людини у всій його повноті і різноманітності. Психологія вивчає наступні психічні явища: психічні процеси, психічні стани та психічні властивості, які є основними формами прояву психіки.

Основними функціями психіки є відображення і регулювання, які є взаємозалежними і взаємообумовленими: відображення регулюється, а регулювання засноване на інформації, отриманій в процесі відображення. Єдність психіки як системи виражається в загальній її функції: як суб'єктивне відображення об'єктивної дійсності, вона виконує функцію регуляції поведінки. Тісний взаємозв'язок цих функцій забезпечує цілісність психіки в нормі, єдність усіх психічних проявів, інтеграцію усього внутрішнього психічного життя. Ці ж функції забезпечують безперервну взаємодію, взаємозв'язок, інтеграцію людини з навколишнім середовищем.

Отже, головні **цільові функції психіки** – управління діяльністю, поведінкою та емоційними станами.

Ще одна функція психіки – усвідомлення людиною свого місця у навколишньому світі, яка забезпечує її правильну адаптацію і орієнтацію у об'єктивному світі, гарантуючи їй ефективне осмислення всіх реалій цього світу і адекватне до них відношення. З іншого боку, за допомогою психіки, свідомості людина усвідомлює себе як особистість, наділену певними індивідуальними і соціально-психологічними особливостями, як представника конкретного суспільства, соціальної групи, що відрізняється від інших людей і знаходиться з ними в своєрідних міжособистісних відносинах.

За матер. точкою зору виникнення і розвиток психіки забезпечується розвитком нервової системи і головного мозку. **Нервова система** виконує функцію об'єднання (інтеграції) та узгодження на фізіологічному рівні відповідності внутрішніх станів, зовнішніх умов і практичних дій людини. **Нервова система** людини складається з двох розділів: центрального і периферійного.

Центральну нервову систему утворюють головний та спинний мозок, що знаходяться в хребті. Решта (мережа нервових провідників) НС відноситься до периферійної. Зі всіма органами і тканинами організму ЦНС зв'язана саме через нерви, що виходять з головного і спинного мозку і несуть інформацію, що поступає в мозок із зовнішнього середовища, а також проводять її у зворотному напрямі до окремих частин і органів тіла. Нерви, що поступають в мозок з периферії, називаються аферентними, а ті, які проводять імпульси від центру до периферії – еферентними.

Крім цього, у складі нервової системи виділяють дві особливі частини: **соматичну** (анімальну) і **вегетативну** (автономну). **Соматична НС** іннервує переважно органи сом (тіла): поперечнополосаті (скелетні) м'язи (обличчя, тулуба, кінцівок), шкіру і деякі внутрішні органи (язик, гортань, глотку). Вона здійснює переважно функції зв'язку організму із зовнішнім середовищем, забезпечуючи чутливість і рух, викликаючи скорочення скелетної мускулатури. Оскільки функції руху і відчуття властиві тваринам і відрізняють їх від рослин, ця

частина НС отримала назву анімальної (тваринної). Дії соматичної нервової системи підконтрольні людській свідомості.

Вегетативна НС інервує нутрощі, залози, гладкі м'язи органів і шкіри, судини і серце, регулює обмінні процеси в тканинах та впливає на процеси так званого рослинного життя, загальні для тварин і рослин (обмін речовин, дихання, виділення і ін.), тому її назва – вегетативна – рослинна.

Мозок складається з взаємопов'язаних відділів, покритих великими півкулями. Основними відділами головного мозку є: 1) задній мозок, до якого входять – продовгуватий мозок (нижній відділ – з'єднує спинний мозок з головним), мозочок (регулює рівновагу та забезпечує координацію довільних рухів) та варолієв міст; 2) середній мозок (в середньому та продовгуватому мозку знаходиться ретикулярна формація, що є збудником кори великих півкуль); 3) проміжний мозок – підкорка (має велике значення для інстинктивних та емоційних проявів людини); до нього входять таламус та гіпоталамус – основні утворення; 4) кінцевий мозок – великі півкулі головного мозку. Всі відділи, включаючи великі півкулі, утворюють ствол мозку.

Найважливіші структури головного мозку, що мають пряме відношення до психічних процесів, станів і властивостей людини: таламус, гіпоталамус (в проміжному мозку), міст, мозжечок і продовгуватий мозок. З вищими психічними функціями, з мисленням і свідомістю людини пов'язана робота кори головного мозку (к.г.м.) і підкіркових структур.

Великі півкулі – парне утворення, що покрите тонким шаром сірої речовини (3–4 мм), яку і називають корою головного мозку (верхній шар переднього мозку) – вважається матеріальною основою мислення та свідомості людини. Кора головного мозку (к.г.м.) – є верхнім шаром переднього мозку, утвореним в основному вертикально орієнтованими нейронами, їх отростками-дендритами і пучками аксонів, що йдуть від цих кліток вниз, до розташованих нижче відділів мозку, а також аксонами, що поступають від мозкових структур, що пролягають нижче. По особливостях розподілу нейронів в шарах кори, їх величині і формі всю к.г.м. розділяють на ряд областей: потилична, тім'яна, лобова, скронева, а самі ці області — на дрібніші поля, відмінні один від одного по своїй структурі і призначенню.

У к.г.м. поступають імпульси, що йдуть від підкіркових структур і нервових утворень стовбура мозку; в ній також здійснюються основні психічні функції людини.

В корі відрізняють чотири частини – лобну (відповідає за мислення, цілеспрямовану усвідомлювану поведінку, її вольовий контроль); потиличну (центри зору), скроневу (центри слуху та обоняння), теменну (центри кожних відчуттів). Цікаво, що мова в к.г.м. локалізована в декількох центрах, а її місцезорозташування є найбільш широким і складним: один мовний центр локалізується в лобових, інший в тім'яних, третій в скроневих долях, що свідчить про особливу важливість мови в регуляції поведінки людини на вищих рівнях.

Особливу роль в регуляції багатьох психічних процесів, властивостей і станів людини грає ретикулярна формація, яка є сукупністю розріджених нейронних структур, що нагадують тонку мережу, анатомічно розташованих в спинному,

середньому, продовгуватому та задньому мозку. Ретикулярна формація помітно впливає на електричну активність та функціональний стан к.г.м., підкіркових центрів, мозочка і спинного мозку, має безпосереднє відношення до регуляції основних життєвих процесів: кровообігу, дихання, а також пов'язана з підвищенням і пониженням чутливості к.г.м. та грає важливу роль в управлінні механізмами сну і неспання, навчання і уваги.

К.г.м. також впливає на ретикулярну формацію, що, пов'язано зі свідомою психологічною саморегуляцією людини. Зворотні зв'язки між ретикулярною формацією і корою грають важливу роль в підтримці необхідного рівня збудження кори. Всередині мозку розрізняють сіру речовину (складається переважно з тіл нервових клітин та утворює кору, та білу речовину – нервові волокна, які формують провідні шляхи (тракти), які пов'язують між собою різні відділи мозку, а також утворюють нерви, які виходять на периферію до різних органів.

Рефлекторний характер психіки, умовні та безумовні рефлекси.

Згідно матеріалістичних поглядів – відображувальна діяльність людської психіки зумовлена рефлекторною діяльністю мозку. Засновником вчення про рефлекторну природу психіки є видатний російський фізіолог **І.М. Сеченов**, який у своїх працях зазначав, що джерелом психічних актів, як відображувальної діяльності є зовнішні подразники, що діють на організм, а взаємодія індивіда з оточенням здійснюється завдяки рефлекторній діяльності мозку, всі акти свідомого та несвідомого життя за способом походження є рефлексами і без зовнішнього чуттєвого подразнення психічна діяльність неможлива. Ідеї Сеченова були розвинуті І.П.Павловим у вченні про вищу нервову діяльність (ВНД), засадовим стосовно нього є матеріалістичне розуміння єдності організму та середовища – в організмі все із середовища, а зв'язок організму з середовищем здійснює НС. Поведінка організму визначається тими умовами, середовищем, в якому живе і діє жива істота.

І.П.Павлов вважав, що великі півкулі г.м. відіграють провідну роль у життєдіяльності всього організму, а кора великих півкуль г.м., разом з підкорковими нервовими центрами здійснює складну аналітично-синтетичну діяльність – у ній утворюються найскладніші тимчасові нервові зв'язки, за допомогою яких регулюються відносини організму з зовнішнім середовищем та його діяльність. Діяльність великих півкуль головного мозку була названа **вищою нервовою діяльністю**.

Поведінка живого організму (за Павловим) є певною системою реакцій або рефлексів на подразники зовнішнього і внутрішнього середовища.

Рефлекс – основна форма нервової діяльності, реакція організму у відповідь на подразнення із зовнішнього і внутрішнього середовища, яка здійснюється за участю ЦНС.

За І.П. Павловим **рефлекси** діляться на 2 великі категорії: 1) природжені (безумовні) рефлекси – смоктання, ковтання, рефлекс «що таке?» (напрямок погляду на новий подразник), відступ у разі небезпеки, які виникають без всяких додаткових умов, від народження, однотипно проявляються у живих істот одного і того ж виду (належать виду в цілому). **Безумовні рефлекси** – це вроджені, генетично запрограмовані реакції організму, властиві усім тваринам і людині. Вони потрібні

тварині з перших днів життя для забезпечення її існування (забезпечують пошук їжі, уникнення шкідливих впливів тощо). Безумовні рефлекси мають консервативні, що мало змінюються рефлексорні дуги, які проходять головним чином через підкіркові відділи ЦНС. БР – спричинені безумовними подразненнями, діючи на відповідні рецептори – смаковий, дотиковий та інші, викликають відповідні реакції організму. Вони не зникають і весь час діють при нормальному стані організму. Складна система безумовних рефлексів становить інстинктивну діяльність. Але безумовні рефлекси повністю не задовольняють потреб вищих організмів, що живуть у складних умовах, оскільки зовнішнє середовище постійно змінюється, і пристосовуватися до нього неможливо за допомогою лише БР. Виникає необхідність доповнення їх тимчасовими зв'язками, які утворюються в процесі життя; **2) Умовні рефлекси** – індивідуальні, придбані реакції вищих тварин і людини, що виробилися в результаті навчання (досвіду). Основним принципом роботи півкуль г.м. за Павловим, є утворення тимчасових нервових зв'язків, або умовних рефлексів, які виробляються в процесі індивідуального життя і розвитку тварин, людини, в процесі їх взаємодії з соціальним і природним середовищем. Умовні рефлекси завжди індивідуально своєрідні і виникають при поєднанні певного подразника, що не має значення для живої істоти (нейтрального подразника) з життєво важливим для неї (їжею або небезпекою). Наявність такої обов'язкової умови спричинило назву – умовні рефлекси. Вони індивідуальні – належать індивіду, особистості. Рефлексорні дуги умовних рефлексів характеризуються високою рухливістю, здатністю змінюватися під дією факторів середовища. Вони проходять через вищий відділ головного мозку – КГМ.

І.П. Павлов і його співробітники проводили безліч дослідів (з собаками, мавпами), і у найбільш відомих його експериментах собаки вчилися реагувати на нейтральний подразник (дзвінок, спалахи світла тощо) так само, як реагують на їжу – виділенням слини. Ці подразники були названі умовними. Було показано, що коли на тварину діють два подразники: один – безумовний (їжа) і другий умовний, що сам по собі не викликає реакції (дзвінок), то у головному мозку виникають 2 осередки збудження – від їжі та від дзвінка, і через те, що вони діють одночасно, між збудженими нервовими центрами утворюються замикання – тобто нервовий зв'язок, внаслідок якого умовний подразник починає викликати рефлексорну реакцію, як безумовний.

Умови для формування умовних рефлексів: 1) підкріплення умовних подразників безумовними, причому умовний подразник повинний завжди трохи передувати безумовному підкріпленню, тобто служити біологічно значимим сигналом; 2) умовний подразник по силі свого впливу повинний бути слабкіше безумовного подразника і повинен бути оптимальним; 3) необхідно нормальний (діяльний) функціональний стан нервової системи, що забезпечує необхідну активність кори великих півкуль г.м.

Могутніми факторами, що сприяють формуванню умовно-рефлексорної діяльності, є заохочення і покарання. При цьому слова «**заохочення**» і «**покарання**» розуміються в більш широкому сенсі, ніж просто «задоволення голоду» чи «болючий вплив», саме в такому сенсі ці фактори широко застосовуються в процесі навчання і виховання дитини.

Рефлекторний характер діяльності нервової системи забезпечує:

1. Сприйняття дій, що йдуть із зовнішнього середовища і внутрішніх органів і систем організму.
2. Перетворення їх в нервові (електричні) імпульси і передачу команд в мозок.
3. Переробку прийнятої інформації і передачу їх відповідним органам і системам організму.
4. Прийом і переробку інформації про результати дії (зворотний зв'язок).
5. Корекцію повторних реакцій і дій з урахуванням цього зворотного зв'язку.

Ядром рефлекторного розуміння психічної діяльності служить положення, згідно якому психічні явища виникають в процесі здійснюваної мозком взаємодії індивіда зі світом, тому психічні процеси, невіддільні від динаміки нервових процесів, не можуть бути відособлені від дій зовнішнього світу на людину, її дій, вчинків, практичної діяльності, для регуляції якої вони служать. Рефлекторне розуміння психічної діяльності виражається в двох положеннях: 1) психічна діяльність не може бути відокремлена від єдиної рефлекторної діяльності мозку; вона «інтегральна частина» останньої; 2) загальна схема психічного процесу аналогічна будь-якому рефлекторному акту: психічний процес бере початок в зовнішній дії, продовжується в ЦНС і закінчується у відповідь діяльністю індивіда (рухом, вчинком, мовою). Психічні явища виникають в результаті «зустрічі» індивіда із зовнішнім світом.

Психіка за О.М. Леонтьєвим починається в еволюційному рядку живих організмів з того місця, де проходить межа між безпосередньо відображуваним явищем і відображенням за допомогою сигналу. Під сигналом вченим розумілась така дія зовнішнього середовища, яку тварини здатні співвіднести з іншими зовнішніми діями і які орієнтують істоту щодо цієї події.

Психіка за О.М. Леонтьєвим виникає на межі дратівливості та чутливості. **Дратівливість** – властивість реагування на біологічно значущі зміни середовища, які безпосередньо впливають на обмін речовин. **Чутливість** – здатність активно реагувати на дії навколишнього або внутрішнього середовища, які є самі по собі біологічно нейтральними, але вони несуть інформацію про біологічно значущі явища. Простіші володіють дратівливістю, черв'яки – чутливістю.

Поява чутливості призводить до роздвоєння єдиного процесу взаємодії організму з середовищем – він стає опосередкованим сигналами. Поява людської психіки теж призводить до роздвоєння (усередині самої психіки) – вона стає об'єктивізованою, тобто стає предметом свідомої рефлексії.

В якості об'єктивного критерія психіки Леонтьєв пропонує здатність організмів реагувати на абіотичні дії. Реагувати на них корисно тому, що вони знаходяться в стійкому зв'язку з біологічно значущими об'єктами і, тому є їх потенційними сигналами. Відображення абіотичних властивостей нерозривно пов'язане з іншою формою активності – поведінкою. Сенс такої активності у забезпеченні організму біологічного результату в умовах, які не дозволяють реалізуватися йому безпосередньо. Саме з цим критерієм пов'язані поняття дратівливості і чутливості, причому дратівливість припускає суб'єктивний аспект віддзеркалення.

Взагалі, у своїй теорії О.М. Леонтев, виходячи з матеріалістичного розуміння психіки як віддзеркалення об'єктивного світу, виділив основні стадії розвитку психіки в процесі еволюції (сенсорна психіка, перцептивна психіка, інтелект, свідомість) і, спираючись на культурно-історичну теорію Л.С.Виготського, показав специфіку суспільно-історично обумовленого розвитку психіки людини (перехід до свідомості).

Людська свідомість та її структура.

Поняття “свідомість” не однозначне. У широкому сенсі свідомість розуміється як психічне відображення дійсності, незалежно від того, на якому рівні вона здійснюється (біологічному або соціальному, чуттєвому або раціональному). Тут підкреслюється відношення свідомості до матерії без виявлення специфіки її структурної організації.

У вузькому і спеціальному значенні під свідомістю розуміють не просто психічний стан, а вищу, власне людську форму відображення дійсності.

Отже, **свідомість** – вища форма психічного відображення дійсності у вигляді узагальненої і суб'єктивної моделі навколишнього світу у формі словесних понять і чуттєвих образів.

Свідомість – це суб'єктивна реальність – духовний світ людини неможливо ні відчувати, ні бачити, ні чути, ні виявити приладами або хімічними реактивами, навіть в мозку людини ніхто ще не знайшов безпосередньо жодної думки (думка – це ідеальне). Разом з тим, думки, ідеї реальні, вони існують. Тому не можна вважати ідею чимось “недійсним”. Це наш внутрішній світ, наша особиста, індивідуальна свідомість.

Вона властива тільки людям і пов'язана з членороздільною мовою, є функцією мозку (матер. погляд), яка полягає в узагальненому і цілеспрямованому відображенні дійсності, в попередній уявній побудові дій і передбаченні їх результатів, в розумному регулюванні і самоконтролі поведінки людини.

Свідомість пов'язана з логічними узагальненнями, абстрактними поняттями.

“Ядром” свідомості, способом її існування є знання. Свідомість належить суб'єкту, людині, а не навколишньому світу, але її змістом, змістом думок людини є цей світ, його сторони, зв'язки, закони.

До невід'ємних ознак свідомості відносяться: мова, уявлення, мислення і здатність створювати узагальнену модель навколишнього світу у вигляді сукупності образів і понять.

Свідомість структурно організована, є цілісною системою, що складається з різних елементів, що знаходяться між собою в закономірних відносинах. У структурі свідомості найвиразніше виділяються – усвідомлення речей і переживання (певне відношення до змісту того, що відображується).

У структуру свідомості входять ряд елементів, кожен з яких відповідає за певну функцію свідомості:

1. Пізнавальні процеси (відчуття, сприйняття, мислення, пам'ять) – (ядро свідомості), на основі яких формується сукупність знань про навколишній світ, різні поняття. Необхідним компонентом свідомості є акт уваги (завдяки зосередженості певне коло об'єктів знаходиться у фокусі свідомості).

2. Розрізнення суб'єкта і об'єкта (протиставлення себе навколишньому світу, розрізнення «Я» і «не Я») – самосвідомість, самопізнання і самооцінка.

3. Відносини людини до себе і навколишнього світу (її почуття, емоції, переживання). Предмети, що впливають на нас, події викликають не тільки пізнавальні образи, думки, ідеї, але і емоційне відношення до них (хвилювання, побоювання, захоплення і ін.).

4. Креативна (творча) складова (свідомість формує нові образи і поняття, яких раніше не було в ній за допомогою уяви, мислення і інтуїції).

5. Формування часової картини світу (пам'ять зберігає образи минулого, уява формує моделі майбутнього).

6. Формування цілей діяльності (виходячи з потреб, людина у свідомості формує цілі діяльності і направляє сили на їх досягнення). Процес пізнання зачіпає також потреби, інтереси і волю (втілює наміри в справу).

Проте, свідомість – це не сума складових її елементів, а їх гармонійне об'єднання і інтегральне структуроване ціле.

Психологічні характеристики свідомості:

1) Відчуття пізнаючим себе суб'єктом – здатність людини усвідомлювати себе відокремленою від решти світу істотою, готовою і здібною до отримання достатньо достовірних знань про світ, усвідомлення цих знань як феноменів, відмінних від об'єктів, до яких вони відносяться, здібність сформулювати їх, виразивши в словах, поняттях та ін. символіці, передати іншим людям і майбутнім поколінням, зберігати, відтворювати, працювати із знаннями як з особливим об'єктом. При втраті свідомості (сон, гіпноз, хвороба тощо) ця здатність втрачається.

2) Здатність в думках представляти існуючу і уявну дійсність та здатність свідомо контролювати власні психічні і поведінкові стани, управляти ними (взаємопов'язані між собою). Свідомість завжди пов'язана з вольовим самоконтролем з боку людини своєї психіки і поведінки. Але уява і уявлення не завжди знаходяться під свідомим вольовим контролем. При «потоці свідомості» – спонтанному польоті думок, образів і асоціацій правильніше говорити про передсвідомість — проміжний психічний рівень між несвідомим і свідомістю.

Уявлення неіснуючої або відсутньої в даний момент часу дійсності (уява, марення, мрії, фантазія) – це здатність довільно, свідомо, відволікатися від оточуючого світу, від сторонніх думок, і зосереджуватися на певній ідеї, образі, спогаді тощо, малюючи і розвиваючи в своїй уяві те, що в даний момент відсутнє.

3) здібність свідомості до комунікації – передачі іншим особам того, що усвідомлює дана людина, за допомогою мови і інших знакових систем; за допомогою мови людина передає іншим повідомлення про свої внутрішні стани, і про те, що знає, бачить, розуміє, представляє, тобто об'єктивну інформацію про навколишній світ.

Свідомість тісним чином пов'язана з мовою і без неї у вищих своїх формах не існує, вона майже завжди пов'язана з вживанням для позначення усвідомлюваного слів-понять (містять вказівки на загальні і відмітні властивості класу предметів, що відображуються в свідомості).

4) наявність інтелектуальних схем (певна розумова структура, відповідно до якої сприймається, переробляється і зберігається інформація про навколишній світ і про себе). Схеми включають правила, поняття, логічні операції, що використовуються для приведення наявної інформації в певний порядок, включаючи відбір, класифікацію інформації, віднесення її до тієї або іншої категорії.

5) здібність свідомості до абстрагування (відвернення від всього другорядного, і зосередження на найістотнішому). Узагальнене відображення дійсності складає зміст індивідуальної свідомості.

6) здатність бачити і сприймати у формі образів навколишню дійсність – існування свідомості не тільки в словесній, але і в образній формі (пов'язане з використанням другої сигнальної системи, що викликає і перетворює відповідні образи). Найбільш яскравим прикладом образної свідомості є мистецтво, література, музика (форми відображення дійсності в образній формі).

Свідомість активна – володіє можливістю впливати на дійсність, що оточує її. Людина відображує зовнішній світ не в пасивному спогляданні, а в процесі практичної, перетворюючої діяльності. Свідомість в цьому сенсі – духовна діяльність, яка направлена на активне, творче перетворення дійсності.

Тому, свідомість реалізується **в двох формах**: відображувальній і активно-творчій здібностях. Суть свідомості полягає в тому, що вона може відображати суспільне буття тільки за умови одночасного активно-творчого його перетворення. Функція випереджального відображення свідомості найчіткіше реалізується відносно суспільного буття, яке істотним чином пов'язано із спрямованістю в майбутнє.

Згідно матеріалістичній точці зору **перший і другий тип** взаємодії діалектично пов'язані: первинна свідомість народжується з матеріального світу і визначається ним, але у міру свого дозрівання, вона починає активно впливати на цей світ, перетворюючи його за власним планом. **Третій і четвертий типи** взаємодії самі по собі не матеріальні, а відносяться до інформаційного типу. При цьому третій тип взаємодії тільки здається пасивним, але насправді це активне відображення, що включає елементи осмислення, оцінки і перетворення. Найскладніший і пізній тип взаємодії, що розвивається – **четвертий**, який знаменує собою вищу стадію розвитку свідомості – самосвідомість.

Виходячи із структури свідомості виводять основні її **функції**:

1) **відображувальна** – свідомість організовує пізнавальні процеси (сприйняття, уявлення, мислення) і пам'ять;

2) **оцінна** – бере участь у формуванні частини емоцій і більшості почуттів, людина на рівні свідомості оцінює більшість подій і саму себе;

3) **креативна** – творчість неможлива без свідомості, багато довільних видів уяви організовуються на свідомому рівні (винахідництво, художня творчість);

4) **рефлексивна** – здатність свідомості людини зосередитися на самій собі. Різновидом свідомості є самосвідомість – процес, за допомогою якого людина аналізує свої думки і вчинки, спостерігає за собою, оцінює себе тощо. Рефлексія –

це також механізм взаєморозуміння – осмислення людиною як мислять і відчують інші люди, з якими вона взаємодіє;

5) **перетворююча** – людина свідомо визначає більшість своїх цілей і намічає шлях до їх досягнення, при цьому вона не обмежується здійсненням уявних операцій з предметами і явищами, а виконує і реальні дії з ними, перетворюючи навколишній світ відповідно до своїх потреб;

6) **часоутворююча** – свідомість відповідає за формування цілісної часової картини світу, в якій є пам'ять про минуле, усвідомлення сьогодення і уявлення про майбутнє.

Цими ознаками свідомість людини відрізняється від психіки тварин.

Вивчаючи структуру індивідуальної свідомості, О.М. Леонтьєв виділив три її складові - чуттєву тканину свідомості, значення і особистісний сенс.

Чуттєва тканина свідомості (за О.М. Леонтьєвим) «утворює чуттєвий склад конкретних образів реальності, актуально сприймаємі або спливаючі в пам'яті. Образи різняться за своєю модальністю, чуттєвому тону, ступеню ясності, більший або менший стійкості тощо. Особлива функція чуттєвих образів свідомості – вони додають реальність свідомій картині світу, що відкривається суб'єкту. Завдяки чуттєвому змісту свідомості світ виступає для суб'єкта, як такий, поза його свідомістю – як об'єктивне „поле" і об'єкт його діяльності». **Чуттєва тканина** – це переживання «відчуття реальності».

Значення – це загальний зміст слів, схем, карт тощо, який зрозумілий всім людям, що говорять на одній мові, належать до однієї культури чи близьким культурам, що пройшли подібний історичний шлях. У значеннях узагальнюється, накоплюється та зберігається для наступних поколінь досвід людства. Осягаючи світ значень, людина пізнає цей досвід, залучається до нього і може внести до значення свій внесок. Універсальною мовою значень є мова мистецтва (музики, танцю, живопису, театру, архітектури).

Заломлюючись у сфері індивідуальної свідомості, значення набуває особливого, тільки йому властивого сенсу (наприклад, всі діти хотіли б отримувати п'ятірки, які мають загальне для них значення, закріплене соціальним нормативом, але для одного ця п'ятірка – показник його знань, для іншого – символ того, що він кращий за інших, для третього – спосіб добитися обіцяного подарунка від батьків тощо).

Зміст значення, якого воно набуває особисто для кожної людини, називається особистісним сенсом – відображує суб'єктивну значущість тих або інших подій, явищ, дій дійсності відповідно до інтересів, потреб, мотивів людини. Він «створює упередженість людської свідомості».

Багато проблем, пов'язаних з втіленням своїх думок в слова пов'язані з відмінністю між особистісним сенсом і значенням. Неспівпадання особистісних сенсів створює труднощі розуміння. Випадки нерозуміння людьми один одного, що виникають унаслідок того, що однакова подія, явище має для них різний особистісний сенс, отримала назву «сміслового бар'єру». «Смісловий бар'єр», наприклад є причиною несприйнятності деяких дітей до дій з боку педагога – вимога, що пред'являється до дитини, має для неї абсолютно інший особистісний

сенса, ніж для вчителя (вчитель ставить дитині питання, намагаючись зрозуміти, що вона знає або навіть «витягнути» її на кращу відмітку, а учень вважає, що вчитель до нього прискіпується).

Свідомість людини має ряд властивостей, завдяки яким відображення людиною навколишнього світу носить суб'єктивний характер.

Основні властивості свідомості: 1) **активність** – свідомість пов'язана з діяльністю, з активною дією на навколишній світ; 2) **виборчий характер** – свідомість направлена не на весь світ в цілому, а тільки на певні його об'єкти (частіше пов'язані з нереалізованими потребами); 3) **узагальненість і абстрагованість** – свідомість оперує не реальними предметами і явищами навколишнього світу, а узагальненими і абстрактними поняттями, позбавленими частини атрибутів конкретних об'єктів дійсності; 4) **цілісність**, яким, як правило, володіє свідомість психічно здорової людини. В рамках даної властивості можливі внутрішні конфлікти цінностей або інтересів, але при деяких видах психічних захворювань цілісність свідомості порушується (шизофренія); 5) **константність** – відносна стійкість, немінливість і спадкоємність свідомості, визначається пам'яттю, яка обумовлена властивостями особистості; 6) **динамічність** – змінність свідомості і здібність до безперервного розвитку, що обумовлюється короточасними психічними процесами, що швидко змінюються, які можуть закріплюватися в стані та в нових властивостях особистості; 7) **спотвореність** – свідомість завжди відображує дійсність в спотвореному вигляді (частина інформації втрачається, а інша частина спотворена індивідуальними особливостями сприйняття і установками особистості); 8) **індивідуальний характер** – свідомість кожної людини індивідуальна, що пов'язане з рядом чинників: генетичними відмінностями, умовами виховання, життєвим досвідом, соціальним оточенням і пр.; 9) **здібність до рефлексії** – здібність до самоспостереження і самооцінки та уявити оцінку себе іншими людьми (взаємодія).

Крім властивостей свідомості розглядають також її **емпіричні характеристики**:

– **просторові та часові** – здатність побачити та усвідомити себе у певному місці простору та у визначеній точці часової осі, що зв'язує сьогодення, минуле і майбутнє; здатність переміщати своє тіло за допомогою довільних рухів у просторі та перетворювати простір; здібність оперувати мисленнєвими образами та моделювати ймовірні події в минулому та майбутньому;

– **інформаційні** – здібність обробляти велику кількість інформації та на її основі приймати зважені рішення та усвідомлювати ці інформаційні потоки, відстежуючи логічні зв'язки між подіями;

– **енергетичні** – здібність активізувати енергетичний стан організму при підвищеному рівні мотивації (стан психологічного піднесення).

Серед загальних особливостей свідомості найчастіше також відмічають:

1. Самосвідомість – концептуальна модель власної особистості і побудова взаємодій з дійсністю на цій основі. Здібність виділяти себе з навколишнього світу, відокремлювати себе, своє «я» від зовнішніх речей, а властивості речей – від них самих та знання особливостей своєї індивідуальності й особистості. Здібність

давати звіт у своїх відчуттях, думках, переживаннях, намірах і бажаннях та побачити себе у певній системі відносин з іншими людьми та встановлювати адекватні причинно-наслідкові відносини між явищами зовнішнього світу і між ними і своїми власними діями.

2. Здатність планувати свої дії, усвідомлювати цілі діяльності, передбачати їх результати й оцінювати наслідки (до навмисних довільних дій).

3. Відображення істотних, найбільш значущих в певній ситуації взаємозв'язків.

4. Категоріальність – відображення світу крізь призму загальнолюдських знань і позицій, на базі концептуальної схеми.

5. Обумовленість індивідуальної свідомості суспільними формами свідомості.

Всі істотні сторони свідомості функціонують за допомогою мови.

Ступінь ясності і чіткості свідомості неоднакова в різних умовах існування людини – відрізняється під час відпочинку, звичної монотонної роботи і у момент напруженого пошуку виходу з важкої ситуації (наприклад, ясна свідомість, релаксація, пробудження (засипання). Уміння управляти рівнем ясності і активності своєї свідомості є важливим ресурсом людини.

Свідомістю як вищим рівнем розвитку психіки володіє тільки людина.

Окрім індивідуального існує також суспільна свідомість, в зміст якої входить сукупність узагальнених уявлень, ідей, теорій, почуттів, вдач, традицій і тощо окремих людей, соціальних груп і суспільства в цілому.

Основними формами суспільної свідомості є: 1) міфологічна; 2) релігійна; 3) морально-етична; 4) політична; 5) правова; 6) економічна.

Сутність відмінностей психіки людини і тварин.

Порівняльні наукові дослідження надали немало прикладів відмінностей в психіці людини і тварин.

Дослідження відмінностей між поведінкою і психікою людини і тварин почалися з Ч. Дарвіна і спочатку вони стосувалися емоцій і зовнішніх реакцій, потім перекинулися на практичне мислення. На початку XX століття І.П.Павлова зацікавили індивідуальні відмінності в темпераменті серед тварин, і, в останні десятиліття XX ст. – здійснювалися пошуки ідентичності в комунікації, групових формах поведінки і механізмах навчання у людини і тварин.

1) Передача досвіду.

Схожість: наявність у тварин і людини успадкованого та стихійного прижиттєво набутого досвіду. І тварина і людина мають в своєму арсеналі досвід поколінь у вигляді інстинктивних дій на певний вид подразника, обидва вони набувають особистого досвіду у різних ситуаціях.

Відмінності: майже всі особливості психіки і поведінці тварини отримуються і передаються у за спадком або засвоюється в стихійному процесі навчання. Причому те, що передається за спадком, навчанню і вихованню не підлягає; а те, що з'являється у тварини спонтанно, може виникнути і у людини без спеціального навчання і виховання.

Відмінною рисою психічної діяльності людини є передача і привласнення суспільного досвіду (психіку людини в більшій мірі розвиває переданий їй суспільний досвід). У людини є свідомо регульований, цілеспрямований процес психічного і поведінкового розвитку, пов'язаний з навчанням і вихованням. Більшість знань і умінь людини формуються шляхом засвоєння загальнолюдського досвіду, накопиченого в процесі суспільної історії. Наприклад, дитина вже з самого народження формує свою поведінку під впливом тих речей, які склалися в історії (сідає за стіл, їсть ложкою, п'є з чашки, ріже хліб ножом тощо). За допомогою мови їй передають елементарні знання, і за допомогою мови вона засвоює в школі важливі надбання людства. Ця риса корінним чином відрізняє свідому діяльність людини від поведінки тварини.

За наявності однакових анатомо-фізіологічних завдатків людина в своїй психології і поведінці досягає більшого рівня розвитку, ніж тварина.

2) Використання знарядь.

Схожість: здібність створювати і використовувати елементарні знаряддя праці (деякі вищі тварини можуть створювати елементарні знаряддя та використовувати їх).

Відмінності: тварину створює знаряддя в конкретній наочно-дієвій ситуації, а поза нею вона ніколи не виділяє його як знаряддя, не зберігає його впрок (як тільки знаряддя зіграло свою роль в певній ситуації, воно перестає існувати для мавпи як знаряддя). Тварини не живуть в світі постійних речей, предмет набуває певне значення лише в конкретній ситуації, в процесі діяльності. Крім того, знаряддєва діяльність тварин ніколи не здійснюється колективно (в кращому разі мавпи можуть спостерігати).

Відмінності людини в цьому плані від тварин – в її здібності створювати та зберігати знаряддя праці (причому надзвичайно складні). Крім того, людина створює знаряддя по заздалегідь продуманому плану, використовує його за призначенням і зберігає.

3) Психічні процеси.

Схожість: людина і тварини володіють загальними природженими елементарними здібностями пізнавального характеру, що дозволяють їм сприймати світ у вигляді елементарних відчуттів (у високорозвинутих тварин — і у вигляді образів), запам'ятовувати інформацію. Всі основні види відчуттів: зір, слух, дотик, нюх, смак, шкірна чутливість і ін. — з народження присутні у людини і тварин, а їх функціонування забезпечується наявністю відповідних аналізаторів.

Відмінність: сприйняття і пам'ять розвиненої людини відрізняються від аналогічних функцій у тварин:

– у людини в порівнянні з тваринами відповідні пізнавальні процеси мають особливі якості: сприйняття — наочність, константність, свідомість, а пам'ять — довільність і опосередкованість (застосування спеціальних, культурно вироблених засобів запам'ятовування, зберігання і відтворення інформації). Вчені вважають, що ці якості отримуються людиною за життя і розвиваються завдяки навчанню.

— пам'ять тварин в порівнянні з людиною обмежена — вони можуть користуватися в житті тільки тією інформацією, якої набувають самі, а наступним поколінням свого виду вони передають лише спадкові ознаки.

А у людини пам'ять практично безмежна — вона може запам'ятовувати, зберігати і відтворювати теоретично нескінченну кількість інформації, бо немає необхідності всю цю інформацію постійно пам'ятати і тримати в своїй голові (збереження за допомогою знакових систем і засобів запису інформації). Причому люди можуть не тільки записувати і зберігати її, але і передавати з покоління в покоління через предмети матеріальної і духовної культури, навчання користуванню відповідними знаковими системами і засобами.

4) Почуття та емоції:

Схожість: первинні емоції людини та тварин мають вроджений характер, причому вчені вважають, що обидва види живих істот їх аналогічно відчують, одноманітно поведуть себе у відповідних емоціогенних ситуаціях; предмети та явища навколишньої дійсності можуть викликати у тварин та людини певні види відношення до них — позитивні чи негативні емоції. У вищих тварин (людиноподібних мавп) та людини багато схожості і у зовнішніх способах виразу емоцій (у мавп спостерігається щось подібне настроям людини, її афектам и стресам).

Відмінності: тільки людині властива розвинена здатність співпереживати горе і радість іншої людини, насолоджуватися картинами природи або переживати інтелектуальні почуття при усвідомленні якого-небудь життєвого факту.

У людини є вищі етичні почуття, яких немає у тварин, які на відміну від елементарних емоцій, можуть виховуватися і змінюватися під впливом соціальних умов.

Наявність вищих моральних та інтелектуальних почуттів ще раз підтверджує, що людина створена Богом за Його образом і подібністю, як найвище творіння Боже, наділене на відміну від тварини **духом** (який Бог вдихнув в людину після її створення). Це ж підтверджують відмінності в їх мотивації поведінки.

5) Мотивація поведінки.

Схожість: наявність загальних, чисто органічних потреб — в їжі, сні і тощо (тут важко знайти помітні відмінності).

Існує також ряд потреб, принципові відмінності за якими між людиною і тваринами важко досліджувати або спірно. Це — потреби в спілкуванні (контактах з собі подібними живими істотами), домінуванні (мотив влади), агресивності. Їх елементарні ознаки спостерігаються і у тварин, але до цих пір остаточно не відомо — чи передаються вони людині за спадком або отримуються в результаті соціалізації.

Відмінності: свідома діяльність людини не обов'язково пов'язана з біологічними мотивами і переважне число дій людини не має в своїй основі біологічних потягів або потреб. Як правило, діяльність людини спрямовується складними специфічними соціальними потребами. Це «вищі» духовні потреби (пізнавальні, бути корисним суспільству, мотиви патріотизму, самопожертвування

заради ближнього), що мають етично-ціннісну основу, а також творчі потреби, потребу в самоудосконаленні, естетичні та ряд інших потреб.

У ряді ситуацій свідомо діяльність людини входить в конфлікт з біологічним впливами і потребами, і навіть пригнічує їх (випадки героїзму), в чому проявляється незалежність поведінки людини від біологічних мотивів. Близьких аналогів цих потреб і форм «безкорисливої» поведінки, в основі яких лежать не біологічні мотиви, у тварини немає.

б) Мова.

Незначна схожість: мова людини і «мова» тварин мають сигнальну функцію (попередження про небезпеку).

Відмінності: тварина може лише подати сигнал з приводу явищ, обмежених безпосередньою ситуацією, людина може за допомогою мови інформувати інших людей про минуле, сьогодення і майбутнє, передавати соціальний досвід. Крім того, незначна кількість того, що тварини можуть повідомити одне одному, може бути повідомлене і без мови.

Схожість: багато тварин як і людина володіють голосовими органами, міміко-жестикулярними методами сигналізації.

Відмінності: всі перераховані вище засоби принципово відрізняються від людських невербальних засобів спілкування (жестів, міміки) тим, що служать виразом суб'єктивного стану, що викликається голодом, спрагою, страхом тощо, або простою вказівкою, заклик до сумісних дій або попередженням про небезпеку тощо. Мова тварин не має абстрактного сенсу в якості предмету спілкування, ніколи не позначає предметів, не виділяє їх дій або якостей, тому не є мовою в справжньому сенсі цього слова.

Людська мова відірвалася від своєї ситуативності, і її зміст – ідеально, опосередковано відтворює об'єктивну реальність, що пов'язане з особливостями людської свідомості.

Різниця в «мові» тварин і мові людини визначає відмінність і в їх мисленні.

7. Мислення.

Схожість: практично з народження і людина, і тварина володіють потенційною здібністю до вирішення елементарних практичних завдань в наочно-дієвому плані, вищим тваринам властиве лише практичне («ручне» по Павлову) мислення.

На наступних двох ступенях розвитку інтелекту – в наочно-образному і словесно-логічному мисленні – між ними виявляються корінні відмінності.

Відмінності: мислення людини характеризується здатністю абстрагуватися (відволікатися) від конкретної ситуації і передбачати наслідки, які можуть виникнути у зв'язку з цією ситуацією.

Людина на відміну від тварин може оперувати образами, що проявляється у неї з двох- і трирічного віку. Тварина може діяти тільки в межах наочної сприйнятої ситуації і не може вийти за її межі, абстрагуватися від неї і засвоїти абстрактний принцип.

У тварин немає ніяких ознак словесно-логічного мислення – ні логіка, ні значення слів (поняття) їм не доступні.

Багато вищих тварин здібні до елементарної розсудливої діяльності, але не здатні здійснити неінстинктивну сконструйовану програму (не можуть побудувати програму в думці, утримати її в пам'яті в скороченій і спрощеній послідовності, пригадати і здійснити послідовність дій). «Розумна» поведінка тварин спрямована в основному на вирішення біологічно доцільних завдань, пов'язаних з задоволенням значущих потреб і завжди носить конкретний чуттєво-руховий характер. Для встановлення зв'язків між предметами, явищами (істотна ознака інтелектуальної діяльності), їм необхідно, щоб ці явища сприймалися наочно і одночасно. Навіть вищі тварини не здібні до абстракції, узагальнення, понятійного мислення, розуміння прихованих причинно-наслідкових зв'язків (це характерно тільки для свідомості людини).

Конкретне практичне мислення тварин підпорядковує їх безпосередньому враженню від даної ситуації, а здібність людини до абстрактного мислення усуває її безпосередню залежність від даної ситуації і людина здатна поступати відповідно пізнаній необхідності – свідомо. Свідомо діяльність людини може керуватися не безпосереднім враженням від зовнішньої ситуації, а глибшим пізнанням внутрішніх законів, що стоять за нею – може абстрагуватися від безпосереднього враження, проникати в глибокі зв'язки і відносини речей, пізнавати причинну залежність подій і, розібравшись в них, орієнтуватися на глибші закономірності. Тому поведінка людини, заснована на пізнанні необхідності, вільна. (Наприклад, в ясний осінній день на прогулянку людина може узяти з собою плащ, тому що знає, що осіння погода нестійка).

Найбільш принципові відмінності від психіки тварин виявлені у людини також і за іншими характеристиками її свідомості.

Свідомість людини (на відміну від психіки тварин) – це відображення, що виділяє об'єктивні стійкі властивості наочної дійсності, формування загальних для всіх людей знань про світ.

Основні відмінності свідомості людини як вищої форми відображення від психіки тварин, окрім тих особливостей, які були вже перераховані вище (особливо, відмінності в мисленні, в мові, наявність вищих етичних мотивів поведінки і відчуттів) проявляються також в наступному:

1) свідомість людини змінюється в історичному плані (відображення навколишнього світу різне на різних етапах історичного розвитку, а його характер завжди залежить від існуючих соціально-економічних умов).

2) свідомість людини змінюється в онтогенетичному плані (процес відображення навколишнього світу не залишається незмінним і впродовж життя кожної людини), а особливості відображення в цьому випадку обумовлені віком і придбаним досвідом.

Зміна психіки тварин обумовлено лише досвідом даної особини, людина може привласнити суспільно-історичний досвід всього людства.

3) відображення світу у формі пізнання його істотних зв'язків і відносин – відмітна особливість свідомості людини від психіки тварин.

Зміна свідомості людини протікає в плані гностики – різним є віддзеркалення і на різних етапах кожного акту пізнання – в процесі переходу від незнання до

знання, від неповних, неглибоких знань до всесторонніх істотних, від чуттєвого пізнання до логічного, абстрактного.

У тварин не існує такого роду пізнавального відношення до дійсності.

4) активність людської свідомості, характеризується творчим перетворенням дійсності і цілеспрямованістю, що відрізняє свідомість людини від психіки тварин.

Психічне відображення забезпечує тваринним лише пристосування до зовнішніх умов, тварини частково можуть використовувати те, що дає природа.

5) Свідомості людини властиві такі сторони, як самосвідомість, самоаналіз, самоконтроль, які є найважливішими відмінними рисами психіки людини від психіки найрозвиненіших представників тваринного світу.

Співвідношення між свідомим та несвідомим. Рівні прояву неусвідомлюваних психічних явищ.

Свідомість не є єдиним рівнем, на якому представлені психічні процеси, властивості і стани людини, і не все, що сприймається і управляє поведінкою людини, актуально усвідомлюється нею. У психології вважається, що психіка людини «носить як усвідомлений, так і неусвідомлюваний характер».

Неусвідомлювана сфера психіки – це глибинні психічні процеси, явища, властивості і стани, які по своїй дії на поведінку схожі на усвідомлювані психічні, але актуально людиною не усвідомлюються. Вони знаходяться як би за “порогом” свідомості. Критерієм неусвідомлюваних психічних процесів є їх несвідомість, мимовільність, невербалізованість (словесна неоформленість). Неусвідомлювана сфера психіки не є об'єктом рефлексії, самовідображення, довільного самоконтролю.

У матеріалістичній психології вважається, що свідомість розвивається за рахунок надбудови до несвідомого та поступового усвідомлення людиною неусвідомлюваних раніше явищ.

Несвідоме – це поняття, яке має дуже широкий спектр тлумачення: від автоматичних дій людини, які не відобразились в її свідомості, до розуміння його як особливої сфери психічної реальності, яка здебільшого визначає життя і вчинки людей. Те, що перебуває поза сферою свідомості, належить до несвідомого.

Несвідомий початок представлений практично у всіх психічних процесах, властивостях і станах людини: несвідомі відчуття (рівноваги, пропріорецептивні (мязові); неусвідомлювані зорові і слухові відчуття (викликають мимовільні реакції рефлексій в зоровій і слуховій системах); неусвідомлювані образи сприйняття – існують і проявляються у феноменах, пов'язаних з пізнанням раніше баченого, у відчутті знайомості (при сприйнятті об'єкту, предмету, ситуації); несвідома пам'ять – яка пов'язана з довготривалою і генетичною пам'яттю (управляє мисленням, уявою, увагою, визначає зміст думок людини в даний момент часу); несвідоме мислення – виразно виступає в процесі вирішення людиною творчих завдань; несвідома мова — це внутрішня мова; несвідома мотивація, яка впливає на спрямованість і характер вчинків і багато іншого неусвідомлюваного в психічних процесах, властивостях і станах.

Але основний інтерес для психології представляють так звані особистісні прояви несвідомого. Великий внесок в розробку проблеми особистісного

несвідомого вніс З.Фрейд, за яким несвідоме включає латентні, тимчасово неусвідомлювані і пригнічені, витиснені за межі свідомості процеси і стани психіки.

Несвідоме в особистості людини – це ті якості, інтереси, потреби і тощо, які людина не усвідомлює у себе, але вони їй властиві і проявляються в різноманітних мимовільних реакціях, діях, психічних явищах.

Виділяють **три основні групи особистісного несвідомого**:

- 1) помилкові дії – обмовки, описки, помилки при написанні або слуханні слів;
- 2) мимовільне забування – імен, обіцянок, намірів, предметів, подій і ін., що прямо або побічно зв'язано для людини з неприємними переживаннями;
- 3) несвідомі явища особистісного характеру, що відносяться до розряду уявлень і пов'язані із сприйняттям, пам'яттю і уявою: сновидіння, марення, мрії.

Обмовки – несвідомо детерміновані мовні дії артикуляцій, пов'язані із спотворенням звукової основи і сенсу вимовлюваних слів. Вони вважаються не випадковими (особливо їх смисловий характер) і виникають із зіткнення несвідомих намірів людини, інших її спонук зі свідомою метою поведінки, яка знаходиться в суперечності з прихованим мотивом. Тобто, психологічний механізм всіх помилкових дій – у виникненні протидії двох різних намірів. Обмовка виникає – коли підсвідоме перемагає свідоме. З. Фрейд стверджував, що в них проявляються приховані від свідомості особистості мотиви, думки, переживання.

Забування імен пов'язане з певними неприємними почуттями людини, що забуває, по відношенню до людини, яка носить забуте ім'я, або до подій, що асоціюються з цим ім'ям. Вони зазвичай відбуваються проти волі і ця ситуація характерна для більшості випадків забування імен.

Сновидіння особлива категорія несвідомого, зміст яких (за Фрейдом), пов'язаний з несвідомими бажаннями, відчуттями, намірами людини, його незадоволеними або не цілком задоволеними важливими життєвими потребами.

Сферу несвідомого З. Фрейд вважав джерелом мотиваційної енергії, що знаходиться в конфлікті зі свідомістю. Прагнучи позбавитися від конфліктних станів, індивід удається до захисних механізмів – витіснення, сублімації (заміщення), раціоналізації і регресії, які підтримують цілісність свідомості.

На відміну від З. Фрейда, К.Г. Юнг не вважав несвідоме тільки сховищем пригніченого негативного особистого досвіду, а вважав його також місцем об'єктивнішої психологічної діяльності, пов'язаної з інстинктивними основами філогенезу людського роду. Він представив систему несвідомого людини, що складається з двох рівнів: «**особисте несвідоме**», яке базується на «**колективному несвідомому**», зміст останнього відображають архетипічні процеси. К.Юнг вважав, що свідомість заснована на глибинних пластах колективного несвідомого, на архетипах – уявленнях, сформованих у людства у далекому минулому. Причому, під впливом глибинних структур, природжених програм, універсальних образів (символів) знаходяться всі людські мимовільні реакції.

Єдність свідомого і несвідомого виявляється в установках (Д.Н. Узнадзе) – готовності людини сприймати дійсність і діяти певним чином.

Система несвідомого формується унаслідок витіснення недозволених, заборонених культурою імпульсів і потягів. Система свідомості розвивається

спільно з розвитком органів чуття. Свідомість на відміну від несвідомого «володіє здатністю пізнавати категорії простору і часу».

Вирізняють три основні рівні прояву неусвідомлюваних психічних явищ: **підсвідомість, передсвідомість та надсвідомість.**

Підсвідомість відіграє роль своєрідного резервуару свідомості – в ній міститься незапитувана інформація свого і чужого досвіду, закладені можливості різних комбінацій цієї інформації. Водночас підсвідомість є й основою репродуктивної (повторної) діяльності людини. Підсвідомий рівень неусвідомлюваних психічних явищ – це поведінкове ядро індивіда, сформоване на ранніх стадіях його розвитку. Тут знаходяться узагальнені, автоматизовані в досвіді даного індивіда стереотипи його поведінки (уміння, навички, звички, інтуїція), імпульсно-емоційна сфера (структурно локалізована в лимбічній (підкірковій) системі головного мозку). Тут формуються неусвідомлювані устремління індивіда, його потяги, пристрасті, установки. Це мимовільна сфера особистості, "друга натура людини", "центр" індивідуальних поведінкових штампів, зразків поведінки.

Але підсвідомість не є лише системою забезпечення діяльності свідомості, у ній завжди було і є те, що не проходить через свідомість, те, з чим пов'язане існування непізнаних явищ психіки.

Підсвідомість, має багаторівневу структуру: на нижньому рівні – автоматизми та їх комплекси; на вищому – інтуїція.

Автоматизми підсвідомого рівня – це комплекси дій, що стереотипно здійснюються, в типових ситуаціях (звичне управління технікою, виконання звичних обов'язків, манера поведінки із звичними предметами, мовні і мімічні штампи). Ці поведінкові автоматизми розвантажують свідомість, звільняючи її від постійних повторних рішень стандартизованих завдань для більш кваліфікованої діяльності.

У підсвідомості виділяються і **різні комплекси** – нереалізовані бажання, пригнічені прагнення, різні побоювання і неспокої, амбіції і завищені претензії (комплекси неповноцінності, соромязливості і ін.).

Підсвідомі прояви завжди присутні в процесах свідомості, вони відповідальні за переробку неусвідомлюваних дій, формують неусвідомлені спонуки, емоційно орієнтують свідомість на найбільш значущі сторони діяльності. На рівні підсвідомості відбувається миттєва оцінка сприйманого об'єкту або явища, їх відповідність нормам, зафіксованим в підсвідомості.

Якщо свідомість озброєна поняттями, то підсвідомість – емоціями і почуттями. Особливістю підсвідомої сфери є її стійкість, нерухомість. Фобії, страхи, істеричні фантазії, спонтанна тривожність і радісне передчуття, готовність індивіда діяти в різних ситуаціях певним чином, імпульсивність – це теж сфера підсвідомості.

Вищою сферою підсвідомості є **інтуїція** – це процес миттєвих осяянь, комплексного охопту проблемної ситуації, виникнення несподіваних рішень, неусвідомлене передбачення розвитку подій на основі спонтанного узагальнення попереднього досвіду. Проте, інтуїтивні рішення не виникають тільки у сфері підсвідомості, інтуїція задовольняє запит свідомості на певний комплексний блок раніше отриманої інформації. Саме це пов'язано з надсвідомістю. Вважається, що в

результаті взаємодії свідомості і несвідомого можлива поява надсвідомого, яке проявляється в художніх образах, наукових відкриттях і інших продуктах творчості.

Надсвідомість утворює той рівень, де відбувається синтез свідомого і підсвідомого, де закладаються основи творчої, а не репродуктивної діяльності (для інтуїції, наприклад, характерні безпосередність, несподіваність, неусвідомленість шляхів одержання нових знань).

Уявлення про специфіку надсвідомого рівня вперше було позначене К.С. Станіславським, під яким він розумів вищий етап творчого процесу, відмінний як від його свідомих, так і від несвідомих компонентів.

В.П. Симонов інтерпретував надсвідомість як механізм творчої інтуїції, завдяки якому відбувається рекомбінація колишніх вражень, відповідність яких дійсності встановлюється повторно.

Наявність надсвідомості дозволила розділити неусвідомлювані явища психіки на дві частини:

- 1) інформація, детермінована минулим – несвідоме;
- 2) інформація, детермінована необхідним майбутнім – надсвідоме.

Один з цікавих зв'язків несвідомих і надсвідомих процесів проявляється в тому, що сформулювавши завдання, можна надати підсвідомості працювати над нею, а свідомість буде зайнята справою, що не вимагає серйозної концентрації. Як правило, ще до закінчення роботи декілька спалахів осяяння підкажуть потрібну відповідь. Наприклад, часто краще думається, коли ми робимо якусь монотонну фізичну роботу; після тривалих піших прогулянок до нас приходять осяяння, вирішуються заплутані проблеми.

Досягненню стану осяяння сприяє цілий ряд методик – повторення позитивної фрази; прослуховування улюбленої музики; споглядання витворів мистецтва; читання поетичних творів; прогулянки в улюбленому куточку природи або міста; рибалка. Всі ці і багато інших чинників сприяють подоланню колишніх ментальних установок і можуть служити пусковим механізмом для осяяння.

Вважається, що ще один зв'язок несвідомого і надсвідомого проявляється уві сні. Багато геніальних відкриттів і осяяння відбувалися уві сні. Історія знає немало прикладів, коли сні-осяяння приводили до геніальних винаходів і наукових відкриттів (Д. Менделєєву приснилася періодична система хімічних елементів; Ейнштейн стверджував, що свою знамениту теорію відносності він побачив ще в юності уві сні).

Ще одним рівнем прояву неусвідомлюваних психічних явищ є виділена З. Фройдом передсвідомість – прикордонна область між несвідомим (підсвідомістю) і свідомістю, система психіки людини, основною відмітною ознакою якої виступає наявність в ній інформації і процесів, що не є свідомими душевними актами (спогадів, неактуалізованих знань і тощо), але здатних легко стати свідомими (усвідомленими) при збіганні певних умов. Наприклад, частиною передсвідомості є доступні фрагменти пам'яті – (пам'ять про все, що робили вчора, вулиці, на яких жили раніше і ін. минулі переживання). Передсвідомість подібна до великого складу пам'яті, в якому свідомість може мати потребу для виконання своїх функцій.

Передсвідоме істотно відрізняється від несвідомого і свідомості за змістом (зокрема можливості і мірі усвідомленості-неусвідомленості, формі, енергії, функціям тощо). Як система психіки передсвідоме забезпечує взаємозв'язок свідомості і несвідомого.

За Фройдом несвідоме (підсвідоме) – гніздо сильних, але пригнічених потягів і бажань (лібідо і мортидо), які виявляються у нашому житті, і видають себе в сновидіннях, помилкових діях і невротичних симптомах.

3. Фройд в «топографічній» моделі психіки, в назвах різних систем психічного апарату (несвідомого, передсвідомого і свідомого), вказав на їх відстань від поверхні свідомості. Система несвідомого знаходиться в найглибшому, затишнішому і недоступнішому місці психічного апарату; система свідомого складає саму верхню і доступну його частину, а передсвідомість між ними – це «вартовий», який перевіряє кожен несвідому душевну спонуку, змінює її, відкидає або допускає до поверхні свідомості, вона допомагає забезпечувати безпеку і збереження організму, вона посередник між реальним зовнішнім світом і подіями в психічному плані.

Передсвідоме і його зміст виникає не тільки унаслідок роботи з несвідомим але і унаслідок впливів, витікаючих з поверхні (від подразників, що впливають на нього з боку зовнішнього світу). При цьому в передсвідомому постійно утворюються нові уявлення-змісти (виникнення нових думок, бажань і поява фантазій).

Формування системи свідомості пов'язано з можливістю контакту людини з навколишнім світом, а також з системою передсвідомості.

Свідомість управляє найскладнішими формами поведінки, що вимагають постійної уваги і свідомого контролю, і включається в дію в наступних випадках:

- 1) при виникненні несподіваних, інтелектуально складних проблем, що не мають очевидного рішення;
- 2) при необхідності подолати фізичний або психологічний опір на шляху руху думки або тілесного органу;
- 3) при необхідності усвідомити і знайти вихід з певної конфліктної ситуації, яка сама собою не може вирішитися без вольового рішення;
- 4) при несподіваних ситуаціях, що містять в собі потенційну загрозу у разі неприйняття негайних дій. Такі ситуації виникають перед людьми практично безперервно, тому свідомість як вищий рівень психічної регуляції поведінки постійно присутня і функціонує.

Несвідомі явища разом з передсвідомими управляють поведінкою, хоча функціональна роль їх різна, причому кожен тип несвідомих явищ по-різному пов'язаний з поведінкою людини та її свідомою регуляцією.

Несвідомі психічні явища, що знаходяться в області передсвідомості являють собою факти, пов'язані з нижчим рівнем психічної регуляції поведінки (порівняно зі свідомістю) – несвідомі відчуття, сприйняття, пам'ять, мислення, установки. Вони є просто нормальною ланкою в загальній системі психічної поведінкової регуляції і виникають на шляху просування інформації від органів чуття або з сховищ пам'яті до свідомості (кори головного мозку).

Несвідомі явища, які раніше усвідомлювалися людиною, але з часом перейшли у сферу несвідомого (підсвідомість) – рухові уміння і навички, які на початку свого формування були свідомо контрольованими діями (хода, мова, уміння писати, користуватися різними інструментами). Ці явища – певний етап на шляху просування інформації при русі як би у зворотному напрямі: від свідомості до несвідомого, зокрема до пам'яті.

Несвідомі явища, що стосуються особистісного несвідомого (бажання, думки, наміри, потреби), витиснені з сфери людської свідомості під впливом цензури. Цей тип відноситься до мотиваційних процесів і виникає при зіткненні різноспрямованих, конфліктних з погляду моралі мотиваційних тенденцій.

ТЕМА 3. ВІДЧУТТЯ І СПРИЙМАННЯ – ЧУТТЄВІ ФОРМИ ПІЗНАННЯ ДІЙСНОСТІ

План:

1. Чуттєві форми пізнання дійсності: відчуття і сприймання
2. Сприймання і його характеристики

Текст лекції

Пізнавальна діяльність – це процес відображення в мозку людини предметів та явищ дійсності. Відображення реальності в людській свідомості може відбуватися на рівні чуттєвого та абстрактного пізнання. Залежно від глибини відображення виділяють чуттєві і раціональні форми пізнання світу.

Чуттєве пізнання характеризується тим, що предмети і явища об'єктивного світу безпосередньо діють на органи чуття людини – її зір, слух, нюх, тактильні та інші аналізатори і відображаються у мозку. До цієї форми пізнання дійсності належать пізнавальні психічні процеси відчуття та сприймання. Отже, враження, одержані за допомогою відчуттів і сприймань, несуть інформацію про зовнішні ознаки та властивості об'єктів, утворюючи чуттєвий досвід людини.

Вищою формою пізнання людиною дійсності є абстрактне пізнання, що відбувається за участю процесів мислення та уяви. Ці пізнавальні процеси властиві тільки людині, яка має свідомість і виявляє психічну активність у діяльності. Їх особливістю є опосередкований характер відображення ними дійсності, зумовлені використанням раніше набутих знань, досвіду, міркуваннями, побудовою гіпотез. Об'єктом пізнання у процесах мислення та уяви є внутрішні безпосередньо не дані у відчуттях властивості об'єктів, закономірності явищ і процесів.

Важливу роль у пізнавальній діяльності людини відіграє пам'ять, яка своєрідно відображає, фіксує й відтворює те, що відображається у свідомості у процесі пізнання.

Важливою характеристикою пізнавальної діяльності є емоційно-вольові процеси, які спонукають до активних дій, вольових актів.

Пізнання предметів і явищ об'єктивної дійсності, психічного життя людини здійснюється всіма пізнавальними процесами. Підґрунтям розумового

пізнання світу є чуттєве пізнання. Разом з тим сприймання, запам'ятовування, відтворення та інші процеси неможливі без участі в них розумової діяльності, переживань і вольових прагнень. Але кожний з цих процесів має певні закономірності й постає у психічній діяльності або як допоміжний, або як основний.

Оскільки увага немає власного змісту, то її не відносять до пізнавальних процесів. Однак, обслуговуючи всі психічні процеси, вона є необхідною умовою їх виникнення і функціонування.

Відчуття та сприйняття.

Відчуття – це психічне відображення в корі головного мозку окремих властивостей предметів і явищ у їх безпосередній дії на органи чуття людини.

Відчуття – це найпростіший психічний процес, первинна форма орієнтування живого організму в довкіллі. З відчуттів розпочинається пізнавальна діяльність людини. За допомогою різних аналізаторів вона відбирає, нагромаджує інформацію про об'єктивну реальність, власні суб'єктивні стани і на підставі отриманих вражень виробляє адекватні умовам способи реагування на зовнішні та внутрішні впливи. Наприклад, при впливові певних подразників на органи зору ми отримуємо відчуття білизни снігу, зеленого кольору листя; на органи смаку – відчуття солодкого або соленого; на органи слуху – відчуття голосу звуку; на органи м'язово-рухової діяльності – відчуття різних особливостей мазевої напруги.

Фізіологічною основою відчуттів є діяльність аналізатора, який складається з трьох частин: 1) периферійний відділ – рецептор (око, вухо) як трансформатор зовнішньої енергії у нервовий імпульс; 2) аферентні (доцентрові) і еферентні (відцентрові) нервові шляхи, які з'єднують рецептор з кірковим центром у мозку; 3) підкіркові і кіркові відділи мозку (мозковий центр), де відбувається перехід нервового імпульсу у факт свідомості.

Класифікація відчуттів на підставі різних ознак.

1. Залежно від міри контакту органів чуття з подразниками:

- а) контактна чутливість (дотикова, смакова, больова);
- б) дистантна чутливість (зорова, слухова, нюхова).

2. За розміщенням рецепторів в організмі:

а) за зовнішніми аналізаторами (екстерорецептори), в яких рецептори є на поверхні тіла (а) зорові; б) слухові; в) шкірні (температурні, вібраційні, дотикові); г) смакові; д) нюхові; е) больові;

б) за внутрішніми аналізаторами (інтерорецептори), рецептори яких розташовані у внутрішніх органах і тканинах – органічні відчуття (робота серця, шлунку, нирок; відчуття голоду, спраги, втоми);

в) руховий аналізатор, з допомогою якого ми відчуваємо власні рухи (пропріорецептори) – кінестетичні і статичні відчуття рівноваги – сигналізують про стан рухового апарату (знаходяться в м'язах, сухожиллях, складових поверхонь, внутрішньому вусі (вестибулярному апараті).

3. Відповідно до системи аналізаторів:

– зорові (органом зорових відчуттів є око);

- слухові (органом слухових відчуттів є вухо, в якому розрізняють звукопровідну (зовнішнє вухо, барабанна перетинка, ковадло, молоточок, стремено) та звукочутливу (кортіїв орган, слухова мембрана) частини);

- тактильні – дають знання про міру рівності та рельєфності поверхні предметів, яка відчувається при їх обмацуванні (найбільше органів тактильного відчуття розміщено на пучках пальців, кінчику язика;

- больові – сигналізують про порушення тканини і викликають захисну реакцію;

- температурні (холоду, тепла) – спричинюються контактом з предметами, що мають температуру вищу або нищу за температуру тіла; органічними процесами (кровообігом); психічними станами (емоційними переживаннями). Температурні відчуття належать також до дотикових;

- вібраційне чуття яскраво виявляється у глухих і сліпих; органу вібраційного чуття поки що не знайдено;

- смакові (органом є спеціальні чутливі до хімічних подразників колбочки, розміщені на язиці та піднебінні) – сигналізують про міру придатності харчових продуктів для вживання;

- статичні або гравітаційні – відбивають положення нашого тіла в просторі (лежання, стояння, сидіння, рівновагу, падіння). Рецептори цих відчуттів містяться у вестибулярному апараті внутрішнього вуха, при захворюванні якого виникає запаморочення, втрачаються рівновага, орієнтація в просторі;

- кінестетичні – відбивають рухи та стани окремих частин тіла – рук, ніг, голови, корпусу. Рецепторами є спеціальні органи, розміщені у м'язах і сухожиллях;

- органічні – сигналізують про стани організму (голод, спрагу, самопочуття, втома, біль), їх аналізатори містяться всередині організму і реагують на міру достатності в організмі поживних речовин, кисню або на наявність в органах тіла, у нервовій системі продуктів розпаду, що відбуваються під час праці, вживання недоброякісних продуктів, алкоголю.

Загальними властивостями відчуттів є їх якість, тривалість, інтенсивність, просторова локалізація.

Якість відчуттів – це особливість, якою одне відчуття відрізняється від інших.

Інтенсивність відчуттів – кількісна характеристика відчуттів, більша чи менша сила їх виявлення, яка залежить від сили подразника, що їх викликає.

Тривалість – часова характеристика відчуття, що залежить від часу дії подразника, його інтенсивності й функціонального стану організму.

Просторова локалізація відчуттів – відтворення у відчуттях місця перебування подразника.

Нижній абсолютний поріг чутливості – мінімальна сила подразника, що, діючи на аналізатор, спричиняє ледве помітне відчуття.

Верхній абсолютний поріг чутливості – максимальна сила подразника, за якої ще виникає адекватне відчуття. Подальше збільшення його сили викликає неадекватне відчуття – больове або інше.

Диференційний поріг чутливості – мінімальна різниця в інтенсивності двох подразників, яка викликає ледве помітну відмінність у відчуттях.

Загальними закономірностями відчуттів виступають взаємодія відчуттів, емоційний тон відчуттів, адаптація, сенсibilізація, синестезія.

Взаємодія відчуттів – зміна чутливості одного аналізатора під впливом подразнення інших органів чуття.

Емоційний тон відчуттів – зв'язок відчуттів з емоціями.

Адаптація (лат. *adapto* – пристосовую) зміна чутливості аналізатора під впливом подразника постійної сили, що діє протягом тривалого часу. Адаптація аналізатора до сили подразника має як позитивне, так і негативне значення.

Сенсibilізація (лат. *sensibilis* – чутливий) – підвищення чутливості органів чуття внаслідок взаємодії аналізаторів і систематичних вправ. Якщо пильно вдивлятися, старанно вслуховуватися, то чутливість до властивостей предметів, явищ стає чіткішою.

Розсіянні елементи кожного аналізатора входять до ділянок суміжних з ядрами інших аналізаторів, завдяки чому аналізатори перебувають у постійній взаємодії. Проявляється вона у тому, що в людини під впливом звуків можуть виникнути відчуття кольору, а деякі кольори можуть викликати відчуття тепла чи холоду. Це явище має назву синестезії.

Синестезія (гр. *synaesthesia* – одночасне відчуття) – виникнення під впливом подразнення одного аналізатора відчуття, характерного для іншого аналізатора. Явище синестезії поширюється на всі відчуття. Це виражається у мові, у поширених словосполученнях: теплий колір, пронизливий звук, гострий смак.

Безпосередньо контактуючи з навколишнім світом, людина одержує інформацію не лише про певні властивості та якості, що притаманні певним об'єктам чи явищам, відчуваючи їх, а й відомості про самі об'єкти як цілісні утворення.

Сприймання – це психічний процес відображення в мозку людини предметів та явищ загалом, у сукупності всіх їх якостей та властивостей при безпосередній дії на органи чуття.

Процес сприймання відбувається у взаємозв'язку з іншими психічними процесами: мисленням (ми усвідомлюємо об'єкт сприймання), мовою (називаємо його словами), почуттями (виявляємо своє ставлення до нього), волею (свідомим зусиллям організовуємо перцептивну діяльність). Важливу роль у сприйманні відіграють емоційний стан особистості, її прагнення, переживання, активність.

У чуттєвому пізнанні відчуття та сприймання виявляються в єдності. Сприймань поза відчуттями не буває.

Сприймання як психічний процес відображення предметів, явищ дійсності у сукупності їх різноманітних властивостей і частин, зв'язаних з розумінням цілості відображуваного. Результат сприймання – це цілісний образ предмета, а – відчуття є орієнтувально-дослідницькою реакцією суб'єкта на окремі якості.

Перцептивна діяльність – це відображення дійсності органами чуття при обов'язковій участі рухового аналізатора. Вона підсилює введення інформації, оптимізує процес відчуття. Загальною спільною рисою відчуттів і сприймання є їх виникнення в момент безпосереднього впливу світу на аналізатор, але за своїм змістом ці два процеси різні.

Фізіологічними основами сприймання є складні нервові процеси в корі головного мозку. Це результат комплексної діяльності системи аналізаторів. Первинний аналіз, який здійснюється ще в рецепторах, доповнюється складною аналітико-синтетичною діяльністю мозкових ланок аналізаторів.

Розрізняють сприймання:

1. За сенсорними особливостями (зорові, слухові, нюхові, дотикові, смакові, кінестетичні, больові). На відміну від відчуття, специфічне у сприйманні полягає у тому, що той чи інший бік зорового, слухового, тактильного сприймання стає предметом усвідомлення, розуміння його значення для життя. Сенсорне сприймання предметів та явищ дійсності відбувається у комплексі, взаємодії органів чуття: зору та кінестетичних відчуттів, зору і слуху. При цьому один із різновидів сприймання постає як провідний, а інші – як допоміжні.

2. За відношенням до психічного життя (інтелектуальні, емоційні, естетичні). Наукові знання потребують інтелектуального їх сприймання – сприймання змісту, розуміння понять і термінів, посиленої дії пам'яті, уваги, мислення. Емоційне постає при сприйманні художніх, мистецьких творів.

3. Залежно від форми існування матерії (сприймання простору, сприймання руху, сприймання часу).

Сприймання простору відбувається за участю зорового, кінестетичного та слухового аналізаторів. Об'єктом їх є диференціація розмірів і форм предметів, віддалі, розміщення їх у просторі, глибини, рельєфу.

При сприйманні простору залежно від розміщення предметів у просторі виникають зорові ілюзії (неточне сприймання розмірів, паралельності, опуклості, вигнутості). Наприклад, пряма паличка, занурена у склянку з водою, здається зігнутою; розмір сонця вранці та ввечері здається великим, порівняно з тим, як воно сприймається в зеніті).

У сприйманні простору важливу роль відіграють акомодация (приспосовування) – зміна товщини опуклості кришталика відповідно до віддалі предмета та конвергенція – спрямування очей на предмет сприймання.

Сприймання руху – відображення зміни положення предметів у просторі. Сприймання руху залежить від того, як сприймається рухомий предмет стосовно іншого нерухомого чи рухомого предмета.

Сприймання часу полягає у відображенні тривалості та послідовності

дії подразника на організм. У сприйманні часу беруть участь усі аналізатори, відбиваючи тривалість їх дії. Важливу роль у сприйманні часу відіграють різні органічні зміни, ритмічність їх дії (дихання, серцебиття).

4. Залежно від міри складності, розгортання самого процесу (миттєве або поетапне).

5. Залежно від міри впізнавання (довільне та мимовільне).

Основні властивості сприймання:

1. **Предметність** – виявляється у співвіднесенні відомостей про об'єкти із самими об'єктами як носіями певної інформації, формується у процесі активної взаємодії суб'єкта з об'єктивним світом і базується на певній системі дій, приводить до розуміння предметності світу. Тобто різні за якостями відчуття, отримувані від предмета, поєднуються і відносяться до цього предмета, як до окремої речі, що має певне призначення.

2. **Цілісність** – предмети та явища сприймаються як єдине ціле, в якому його окремі компоненти постають в єдності.

3. **Структурність** – властивість перцептивного образу відображати будову предмета сприймання. Цілісно сприйняте не завжди осмислюється як предмет, що має певну структуру. Це залежить від досвіду і знань особистості. Тому одні й ті самі предмети людьми різного рівня культурного розвитку, дітьми та дорослими сприймаються та осмислюються по-різному.

За мірою осмислення сприйнятого виокремлюють синкретичне сприймання, характерними ознаками якого є не розчленованість, злиття сприйнятого. Синкретизм спричинює неадекватність сприймання. При такому сприйманні предмет у свідомості не постає у специфічних, притаманних йому особливостях і може сприйматись як інший предмет, який чимось нагадує сприйняте.

4. **Константність** (постійність) полягає у тому, що форма, розмір, колір предметів сприймається більш-менш стереотипно, незалежно від умов, за яких предмет сприймається. Наприклад, колір кам'яного вугілля сприймається як чорний, хоча на сонці він здається жовтуватим; циліндр сприймається як круглий, хоча в деяких положеннях його форма нагадує еліпс. Тобто в образі сприймання предмети і явища відбиваються такими, якими вони є, незважаючи на зміну умов їх спостереження).

5. **Осмисленість (усвідомленість)** – властивість перцептивного образу відбивати певне значення, а отже, бути усвідомленим.

У сприйманні предметів та явищ важливу роль відіграють попередній досвід, попередні уявлення особистості. Зміст попереднього досвіду, спорідненість його з об'єктом, який сприймається, інтерес до нього є тією передумовою ефективності та адекватності сприймання, назване аперцепцією. У багатьох випадках людина у предметах бачить те, що вона хоче в них побачити залежно від особистісної установки на сприймання. Зумовленість змісту і напрямку сприймання попереднім досвідом, набутими знаннями, інтересами, які склалися, відношенням людини до навколишньої дійсності називається **аперцепцією** (від лат. – сприймання). Наприклад, люди

різних професій по-різному сприймають один і той самий предмет, у їхньому сприйнятті відображаються особливості їх професії: спортсмен бачить одне, художник – красу обробки, виготовленого; майстер – техніку виготовлення; фотограф – фотогігієнічність; лінгвіст – вимову.

Сприймання може порушуватися через органічні ушкодження кори великих півкуль головного мозку. Травми голови, крововиливи викликають сенсорну або моторну афазію (несприймання мови, порушення вимови, втрату здатності синтезувати, узагальнювати), нездатність, наприклад, абстрагувати колір від предмета й переносити його на інший предмет.

Під впливом глибоких переживань, прагнень щось побачити, почути виникають галюцинації, тобто відчуття предметів, звуків, запахів, яких насправді немає, які не діють на наші органи чуття. Галюцинації мають внутрішнє походження, без відповідного зовнішнього подразнення. Під час галюцинацій у корі великих півкуль головного мозку під впливом дії тих чи інших предметів та явищ дійсності активізуються раніше утворені тимчасові нервові зв'язки.

ТЕМА 4. ПАМ'ЯТЬ: ПРОЦЕСИ, ТЕОРІЇ І ЗАКОНОМІРНОСТІ ФУНКЦІОНУВАННЯ

План:

1. Загальна характеристика процесів пам'яті
2. Індивідуальні особливості пам'яті, типи пам'яті

Текст лекції

Пам'ять – це відображення предметів і явищ дійсності у психіці людини в той час, коли вони вже безпосередньо не діють на органи чуття.

Пам'ять – це процес запам'ятовування, збереження і відтворення минулого досвіду й інформації. Пам'ять є основою психіки людини, завдяки їй людина накопичує досвід, одержує знання, уміння та навички.

Пам'ять класифікують на:

1. **Генетичну** – спадкова біологічна пам'ять, у ході якої зафіксована програма ембріонального й індивідуального розвитку індивіда. За цим кодом ембріональний розвиток відбувається спонтанно, а онтогенез після народження багатьма зовнішніми та внутрішніми чинниками. Генетичний код фіксований у ДНК хромосом.

2. **Біологічну** – об'єктивна пам'ять, властива всім живим істотам у їхньому індивідуальному розвитку після народження починаючи з одноклітинних. Вона фіксує, зберігає та відтворює інформацію у зв'язку з навчанням і формуванням навичок, адаптацією до зовнішнього середовища. Інформація в біологічній пам'яті фіксується РНК протоплазми.

3. **Психологічну** – це загальнопсихічний процес фіксації, збереження та відтворення інформації індивідуального досвіду. Фізіологічною основою пам'яті є досліди, що залишаються в ЦНС від минулих впливів об'єктів.

Перші спроби науково пояснити феномен пам'яті на психологічному рівні були зроблені асоціативним напрямом психології. Центральним в асоціативній психології є поняття асоціації, що означає зв'язок, з'єднання.

Асоціація – обов'язковий принцип усіх психічних утворень. Механізм асоціації полягає у встановленні зв'язку між враженнями, що одночасно виникають у свідомості.

Залежно від умов, необхідних для їх утворення, асоціації поділяють на три типи: за суміжністю, схожістю та контрастом.

Асоціація за суміжністю – це відображення в мозку людини зв'язків між предметами та явищами, які йдуть один за одним у часі (суміжність у часі) або перебувають поряд один з одним у просторі (суміжність у просторі). Асоціації за суміжністю виникають під час згадування подій, свідком яких була людина, під час заучування навчального матеріалу тощо.

Асоціація за схожістю спостерігається тоді, коли в мозку відображуються зв'язки між предметами, схожими у певному відношенні (помилкове сприймання незнайомої людини як знайомої).

Асоціація за контрастом утворюється під час відображення в мозку людини предметів та явищ об'єктивної дійсності, які пов'язані між собою протилежними ознаками (високий - низький, швидкий - повільний, веселий - сумний тощо).

Особливим різновидом асоціацій є породжені потребами пізнавальної діяльності та життя людини причинно-наслідкові асоціації, які відбивають не лише збіг подразників у часі та просторі, їх схожість і відмінність, а й причинні залежності між ними. Причинно-наслідкові асоціації є засадовими стосовно міркувань і логічних побудов. Пояснюючи механізм різних типів асоціацій, асоціанізм як напрям не пояснював, чим саме детермінований цей процес, що зумовлює його вибірковість.

Фізіологічна теорія пам'яті тісно пов'язана з важливими положеннями вчення І. Павлова про вищу нервову діяльність. Матеріальним підґрунтям пам'яті є пластичність кори великих півкуль головного мозку, її здатність утворювати нові тимчасові нервові зв'язки, умовні рефлекси. Утворення, зміцнення та згасання тимчасових нервових зв'язків є фізіологічним підґрунтям пам'яті. Запам'ятоване зберігається не як образ, а як «слід», як тимчасові нервові зв'язки, що утворились у відповідь на дію подразника.

Фізіологічне підґрунтя пам'яті тісно пов'язане із закономірностями вищої нервової діяльності. Вчення про утворення тимчасових нервових зв'язків - це теорія запам'ятовування на фізіологічному рівні. Умовний рефлекс - це акт утворення зв'язку між новим і раніше закріпленим змістом, що становить підґрунтя акту запам'ятовування. Для розуміння причинної зумовленості пам'яті важливого значення набуває поняття підкріплення.

Підкріплення – це досягнення безпосередньої мети дії індивіда, або стимул, що мотивує дію, це збіг знову утвореного зв'язку з досягненням мети дії, а якщо тільки зв'язок збігся з досягненням мети, він залишився і закріпився (І. Павлов).

Різновиди пам'яті.

I. За змістом, залежно від того, що запам'ятовується і відтворюється, розрізняють чотири види пам'яті: образну, словесно-логічну, рухову та емоційну.

1. Образна пам'ять виявляється у запам'ятовуванні образів, уявлень конкретних предметів, явищ, їх властивостей, наочно даних зв'язків і відносин між ними.

Відповідно до того, якими аналізаторами сприймаються об'єкти під час їх запам'ятовування, образна пам'ять буває зоровою, слуховою, дотиковою, нюховою тощо.

Фізіологічним підґрунтям образної пам'яті є тимчасові нервові зв'язки першосигнального характеру. Проте в ній бере участь і друга сигнальна система. Мова постає як засіб усвідомлення людиною її чуттєвого досвіду.

2. Зміст словесно-логічної пам'яті – це думки, поняття, судження, умовиводи, які відображають предмети та явища в їх істотних зв'язках і відносинах, у загальних властивостях. Думки не існують без мови, тому пам'ять щодо них і називається словесно-логічною. Цей вид пам'яті ґрунтується на спільній діяльності першої та другої сигнальних систем. Словесно-логічна пам'ять є специфічно людською на відміну від образної, рухової та емоційної, що властиві також тваринам.

3. Рухова пам'ять полягає у запам'ятовуванні та відтворенні людиною рухів. Виявляється вона в різних видах ігрової, трудової, виробничої діяльності, у діях художника, балерини, друкарки, є підґрунтям утворення різних умінь і навичок, засвоєння усної та письмової мови.

4. Емоційна пам'ять полягає у запам'ятовуванні та відтворенні людиною емоцій та почуттів. Запам'ятовуються не самі емоції, а й предмети та явища, що їх викликають. Наприклад, переживання почуття ностальгії, коли згадується країна, в якій людина виросла, але з якихось причин залишила її.

II. Залежно від характеру перебігу процесів пам'яті останню поділяють на мимовільну та довільну.

а) про мимовільну пам'ять йдеться тоді, коли людина щось запам'ятовує та відтворює, не ставлячи перед собою спеціальної мети щось запам'ятати або відтворити;

б) коли людина ставить за мету щось запам'ятати або пригадати, то йдеться про довільну пам'ять.

III. Залежно від тривалості збереження інформації пам'ять поділяють також на **короткочасну, довготривалу та оперативну.**

а) короткочасна пам'ять характеризується швидким запам'ятовуванням матеріалу, його відтворенням і нетривалим зберіганням, обслуговує актуальні потреби діяльності, тому обмежена за обсягом;

б) довготривала пам'ять виявляється у процесі набування й закріплення знань, умінь і навичок, розрахованих на їх тривале збереження та наступне використання у діяльності людини.

в) оперативна пам'ять забезпечує запам'ятовування та відтворення оперативної інформації, потрібної для використання у поточній діяльності (наприклад, утримання у пам'яті проміжних числових результатів під час виконання складних обчислювальних дій). Виконавши свою функцію, така інформація може забуватися.

Процеси пам'яті. У пам'яті розрізняють такі **основні процеси**: запам'ятовування, відтворення та забування.

Запам'ятовування – один з основних процесів пам'яті, що передбачає утворення й закріплення тимчасових нервових зв'язків (мимовільне і довільне).

Умови успішного запам'ятовування:

- багаторазове, доцільно організоване й систематичне повторення, а не механічне, що визначається лише кількістю повторень;
- розподіл матеріалу на частини, виокремлення у ньому смислових одиниць;
- розуміння тощо.

Залежно від ступеня розуміння матеріалу для запам'ятовування, довільне запам'ятовування буває механічним і смисловим (логічним).

Механічне здійснюється без розуміння суті й призводить до формального засвоєння знань.

Смислове (логічне) передбачає розуміння матеріалу у процесі дії з ним, оскільки лише діючи з матеріалом, ми запам'ятовуємо його.

Відтворення – один із основних процесів пам'яті, основою якого є активізація раніше утворених тимчасових нервових зв'язків у корі великих півкуль головного мозку. Найпростіша форма відтворення - **впізнавання**. **Впізнавання** є відтворенням, що виникає під час повторного сприймання об'єктів (повне і неповне).

При повному впізнаванні повторно сприйнятий об'єкт одразу ототожнюється з раніше відомим, повністю відтворюються час, місце та інші деталі попереднього ознайомлення з ним (спостерігається, наприклад, під час зустрічі з добре знайомою людиною або ж блукаючи добре відомими вулицями).

Неповне впізнавання характеризується невизначеністю, ускладненням співвіднесення об'єкта, що сприймається, з тим, що було в минулому досвіді. Так, почувши мелодію, людина може переживати відчуття чогось знайомого, проте не зможе пригадати назви музичного твору.

Складнішою формою відтворення є **згадування**. Особливість згадування полягає у тому, що воно відбувається без повторного сприймання того, що відтворюється (довільне – зумовлюється актуальною потребою відтворити необхідну інформацію, наприклад, пригадати правило під час написання слова чи речення, відповісти на запитання, або мимовільне – коли образи чи відомості спливають у свідомості без будь-яких усвідомлених мотивів. Таким є явище персеверації. Під **персеверацією** розуміють уявлення, які мають нав'язливий характер. Їх образи з'являються після багаторазового

сприймання певних предметів чи явищ або під сильним емоційним впливом на особистість.

До мимовільного відтворення належить явище **ремінісценції**, або „виринання” у свідомості того, що неможливо було пригадати одразу після його запам'ятовування. Основою тут є зняття втоми нервових клітин, яке настає після виконання складного мнемічного завдання. Через деякий час ця втома зникає, і продуктивність відтворення зростає.

Особливою формою довільного відтворення вивченого матеріалу є **пригадування**. Потреба у ньому виникає тоді, коли в потрібний момент не вдається пригадати те, що необхідно. У цій ситуації людина докладає певних зусиль, щоб подолати об'єктивні та суб'єктивні труднощі, пов'язані з неможливістю пригадати, напружує волю, вдається до пошуку шляхів активізації попередніх вражень, до різних мнемічних дій. Пригадування може бути складною розумовою діяльністю, яка передбачає поетапне відтворення усіх обставин та умов, за яких відбувався процес запам'ятовування об'єкта чи явища. Від уміння пригадувати залежить ефективність використання здобутих знань, розвиток пам'яті як психічного процесу загалом. К. Ушинський одну з основних причин „поганої пам'яті” вбачав саме у лінощах пригадувати.

Одним із різновидів довільного відтворення є **спогади** – локалізовані в часі та просторі відтворення образів минулого. У спогадах етапи життя людини співвідносяться нею із суспільними подіями, з важливими в особистому житті датами. Об'єктом спогадів є життєвий шлях конкретної особистості в контексті історичних умов.

Забування. Усе, що людина запам'ятовує, з часом поступово забувається. Це процес, протилежний запам'ятовуванню. Забування виявляється в тому, що втрачається чіткість запам'ятовуваного, зменшується його обсяг, допускаються помилки під час відтворення, стає неможливим відтворення і, унеможлиблюється впізнавання. Якщо здобуті знання тривалий час не використовуються і не повторюються, то вони поступово забуваються. Причиною забування є також недостатня міцність запам'ятовування. Щоб запобігти забуванню, потрібно добре заучувати матеріал. Швидше забувається та інформація, якій належить другорядна роль у змісті запам'ятованого; тривалий час утримується інформація, що несе основне смислове навантаження. Найвищі темпи забування спостерігаються одразу після заучування матеріалу. Важлива умова продуктивного запам'ятовування – осмисленість, розуміння того, що є його предметом.

Індивідуальні особливості пам'яті. У процесах пам'яті індивідуальні відмінності виявляються у швидкості, точності, міцності запам'ятовування та готовності до відтворення.

Швидкість запам'ятовування визначається кількістю повторень, необхідних людині для запам'ятовування нового матеріалу.

Точність запам'ятовування характеризується відповідністю відтвореного тому, що запам'ятовувалося, і кількістю допущених помилок.

Міцність запам'ятовування виявляється у тривалості збереження вивченого матеріалу (або у повільності його забування).

Готовність до відтворення виявляється у тому, як швидко та легко людина може пригадати необхідні їй відомості.

Індивідуальні відмінності пам'яті можуть бути зумовлені типами вищої нервової діяльності. Швидкість утворення тимчасових нервових зв'язків пов'язана із силою процесів забування та гальмування, що зумовлює точність і міцність запам'ятовування. За сильного, але недостатньо рухливого гальмування диференціація вражень відбувається повільно, що може позначатися на точності запам'ятовування. Якщо у людини сформовані раціональні способи мнемічної діяльності, вироблені відповідні звички – акуратність, точність, відповідальність, то негативні прояви, що зумовлюються типологічними особливостями нервової системи, можуть коригуватися. Індивідуальні відмінності пам'яті виявляються і в тому, який матеріал краще запам'ятовується – образний, словесний чи так само продуктивно як один, так й інший.

З огляду на викладене, у психології розрізняють такі типи пам'яті: **наочно-образний, словесно-абстрактний, змішаний, або проміжний**. Ці типи зумовлені частково співвідношенням першої та другої сигнальних систем у вищій нервовій діяльності людини, але головне – умовами життя та вимогами професійної діяльності.

Процеси запам'ятовування, зберігання, відтворення і забування називаються **мнемонічними** (від імені грецької музи пам'яті Мнемозіни).

ТЕМА 5. МИСЛЕННЯ І УЯВА – ЛОГІЧНІ ФОРМИ ПІЗНАННЯ ДІЙСНОСТІ

План:

1. Загальна характеристика розумових операцій у сучасній психології
2. Процес розвитку мислення в онтогенезі
3. Уява: зміст і види. Фізіологічні основи процесів уяви.

Текст лекції

Мислення – це процес опосередкованого і узагальненого відображення у свідомості людини зв'язків та відносин між предметами або явищами дійсності.

У процесі мислення ми пізнаємо світ узагальнено та опосередковано (через слово). При цьому для нас важливе значення мають зв'язки між предметами та явищами.

Мислення тісно пов'язане з чуттєвим пізнанням. Через відчуття та сприймання мислення безпосередньо зв'язане з навколишнім світом і є його відображенням. Але в процесі мислення людина виходить за межі чуттєвого пізнання, розкриває такі явища, які не можна безпосередньо сприйняти.

Людське мислення в будь-якій формі неможливе без мовлення. Мислення існує в матеріальній, словесній оболонці, що є однією з принципових відмінностей психіки людини та тварин.

Перехід від фактів до розкриття їх сутності, до узагальнюючих висновків відбувається за допомогою розумових і практичних дій. У розумових діях виокремлюють **процеси мислення – розумові операції**: порівняння, абстракція, узагальнення, аналіз, синтез, конкретизація.

Аналіз – мисленнєва операція, що передбачає розчленування об'єктів у свідомості, виділення їх окремих частин, елементів, ознак і властивостей. Наприклад, вивчаючи текст, ми поділяємо його на епізоди сюжету, фрагменти (речення, слова, склади, фонemi); шукаємо різноманітні конструктивні зв'язки між ними, зовнішні відмінності та внутрішню єдність. Пізніше всі ці компоненти поєднуються між собою.

Синтез – мисленнєва операція, об'єднання предметів і явищ за їх спільними й істотними ознаками.

Порівняння – уявне зіставлення двох або кількох об'єктів із метою виявлення спільних чи відмінних ознак.

Узагальнення – уявне об'єднання предметів і явищ за їх спільними й істотними ознаками.

Узагальнюючи предмети за їх властивостями, ми змушені абстрагувати властивості від предметів. **Абстрагування** (від лат. відволікання) – уявне відокремлення істотних властивостей від неістотних та від предмета в цілому, визначення спільної ознаки, що характеризує певний клас предметів.

Конкретизація – мисленнєва операція, у процесі якої ми надаємо предметного, наочного характеру тій чи іншій абстрактно узагальненій думці, поняттю, правилу, закону, тобто переходимо від абстрактного до конкретного (п'ять яблук, червона квітка, високий юнак).

Види мислення:

а) за формою існування (конкретно-дійове або наочно-дійове – характеризується тим, що при цьому розв'язування завдання безпосередньо міститься у самій діяльності; наочно-образне характеризується тим, що змістом розумового завдання є образний матеріал, маніпулюючи яким людина аналізує, порівнює чи узагальнює істотні аспекти у предметах та явищах; словесно-логічне або абстрактне здійснюється у словесній формі за допомогою понять, які не мають безпосереднього чуттєвого підґрунтя, властивого сприйманню та уявленню).

б) за характером розумової діяльності (теоретичне, практичне);

в) за ступенем оригінальності (репродуктивне та продуктивне);

г) за мірою розгортання (дискурсивне, інтуїтивне).

Психологи умовно виділяють творче мислення, що передбачає створення суб'єктивного нового продукту і нового у самій пізнавальній діяльності по створенню цього продукту. Як протилежність творчому, виділяється репродуктивне (пасивне) мислення, що характеризується використанням знань і вмінь. Творчі здібності не можна ототожнювати з

розумовими. Критерієм творчості є інтелектуальна активність, як мислення за власною ініціативою і за межами вимог конкретної ситуації. **Інтелект** – загальна пізнавальна здібність, що визначає готовність людини до засвоєння та використання знань і досвіду, а також різноманітної поведінки у проблемних ситуаціях. Виділяють **три рівні інтелектуальної активності**: репродуктивний (пасивний), евристичний, креативний.

Результати процесу мислення (думки) існують у **формі суджень, міркувань, умовиводів і понять**.

Форми мислення: поняття, судження, логічний висновок.

Поняття – це форма мислення, що відображає істотні властивості, зв'язки, виражені словом чи групою слів (загальні та часткові, конкретні та абстрактні, емпіричні й теоретичні).

Судження – це форма мислення, яка відображає зв'язки між предметами та явищами, ствердження чи заперечення чогось (загальні, часткові, поодинокі).

Міркування – низка взаємопов'язаних суджень, спрямованих на те, щоб з'ясувати істинність якоїсь думки, довести її або заперечити. Прикладом є доведення теореми.

Логічний висновок (умовивід) – це асоціація суджень, форма мислення, за якої на основі кількох суджень виводять нове.

Індуктивний висновок – логічний висновок, зроблений у процесі мислення від часткового до загального (виводимо загальне правило з окремих випадків), виражає можливість, а не впевненість.

Дедуктивний висновок – логічний висновок, зроблений у процесі мислення від загального до конкретного, часткового.

Умовивід за аналогією ґрунтується на схожості окремих істотних ознак об'єктів і на основі цього робиться висновок про можливу схожість цих об'єктів за іншими ознаками.

Найістотнішими якостями, в яких виявляються індивідуальні відмінності мислення, є самотійність, критичність, гнучкість, глибина, широта, послідовність, швидкість.

Самотійність – уміння людини ставити нові завдання й розв'язувати їх, не вдаючись до допомоги інших людей. Самотійність мислення ґрунтується на врахуванні знань і досвіду інших людей, але людина, якій властива ця якість, творчо підходить до пізнання дійсності, знаходить нові, власні шляхи і способи вирішення пізнавальних та інших проблем.

Критичність мислення виявляється у здатності суб'єкта пізнавальної діяльності не потрапляти під вплив чужих думок, об'єктивно оцінювати позитивні та негативні аспекти явища чи факту, виявляти доцільне та хибне в них. Людина з критичним розумом вимогливо оцінює власні думки, ретельно перевіряє рішення, зважає всі „за” і „проти”, виявляючи самокритичне ставлення до власних дій.

Гнучкість мислення виявляється в умінні швидко змінювати свої дії у випадку зміни ситуації діяльності, звільняючись від залежності закріплених у

попередньому досвіді способів і прийомів розв'язання аналогічних завдань. Гнучкість мислення розкривається в готовності швидко зосередитися, переходячи з одного способу розв'язання завдань на інший, змінювати тактику і стратегію їх розв'язання, знаходити нові, нестандартні способи дій за змінених умов.

Глибина мислення виявляється в умінні проникати в сутність складних питань, розкривати приховані причини явищ, бачити проблему там, де її не помічають інші, передбачати можливі наслідки подій і процесів.

Широта мислення виявляється у здатності охопити широке коло питань, у різних галузях знання та практики. Широта мислення є показником ерудованості особистості, її інтелектуальної різнобічності.

Послідовність мислення виявляється в умінні дотримуватися логічної наступності у висловлюванні суджень, їх обґрунтуванні. Послідовним можна назвати мислення людини, яка суворо дотримується теми міркування, не відхиляється в бік, не перестрибує з однієї думки на іншу, не змінює предмет міркування. Для послідовного мислення характерне дотримання певних принципів розгляду питання, ясність плану, відсутність суперечностей і логічних помилок в аргументації думки, доказовість та об'єктивність у висновках.

Швидкість мислення – це здатність легко проаналізувати складну ситуацію, швидко обдумати правильне рішення й прийняти його. Швидкість мислення залежить від знань, ступеня сформованості розумових навичок, досвіду у відповідній діяльності та рухливості нервових процесів.

Усі якості мислення людини формуються й розвиваються в діяльності. Змістовна й відповідно організована діяльність сприяє всебічному розвитку цінних якостей мислення особистості.

Уява та увага

Поняття про уяву. Відображаючи об'єктивну дійсність, людина не лише сприймає те, що на неї діє у певний момент, чи уявляє те, що на неї діяло раніше. Життя потребує від людини створення образів і таких об'єктів, яких вона ще не сприймала, уявлення подій, свідком яких вона не була, передбачення наслідків своїх дій та вчинків, програмування своєї діяльності тощо. Такими витворами людської уяви є фантастичні казкові образи русалки, килима-літака, Змія Горинича, в яких неприродно поєднані ознаки різних об'єктів. Проте якими б дивовижними не здавалися продукти людської уяви, підґрунтям для їх побудови завжди є попередній досвід людини, ті враження, що зберігаються в її свідомості.

Уява – це відображення предметів та явищ свідомості людини, що не були раніше у сприйнятті, але виникли на основі елементів минулого досвіду. На відміну від відчуттів і сприймань наша уява функціонує за відсутності об'єкта. Вона належить до пізнавальних процесів, які виражаються у : 1) побудові образів, засобів і кінцевого результату предметної діяльності суб'єкта; 2) створенні програми поведінки в проблемній ситуації; 3) створенні образів, які відповідають описам об'єкта.

Фізіологічне підґрунтя уяви. Як і всі інші психічні процеси, **уява** – це функція кори великих півкуль головного мозку. Фізіологічним підґрунтям уяви є утворення нових сполучень тих нервових зв'язків, які виникали раніше у процесі відображення людиною об'єктивної реальності. Для виникнення нового образу потрібно, щоб раніше утворені системи зв'язків, розпалися й утворили нові сполучення відповідно до нових потреб, що актуалізувалися в діяльності людини.

Діяльність уяви тісно пов'язана з емоціями, які нерозривні від творення нового образу. Це дає підстави припустити, що механізми процесу уяви розташовані не лише в корі великих півкуль головного мозку, а й у підкоркових центрах, зокрема в гіпоталамо-лімбічній системі, пошкодження якої спричинює порушення регулятивної функції психіки, пов'язаної із програмуванням поведінки людини. Експериментально доведено, що імпульси, які надходять з підкоркових відділів мозку, активізують діяльність кори великих півкуль, сприяють виробленню плану та програми дій.

Уява та органічні процеси. Створюючи образи об'єктів, які виявляються безпосередньо пов'язаними з емоційною сферою особистості, її почуттями, людський мозок може справляти регулювальний вплив на периферійні частини організму, змінювати їх функціонування. Ще у стародавні часи було помічено, що у деяких людей, переважно тих, які страждають на істерію, після роздумів про муки, що їх згідно з євангельськими текстами зазнав Христос, з'являлися „знаки розп'яття” на долонях, ступнях ніг у вигляді кривавих плям, виразок. Такі відбитки називаються **стігмами** (від грецьк. stigma – „клеймо”, „рубець”, «знак»). Відомі випадки, коли люди, маючи яскраву фантазію, змінювали температуру руки, всього тіла, уявляючи в ній (на ньому) кригу чи розпечений предмет. Необережно сказане лікарем слово може викликати у вразливого пацієнта реальне відчуття хворобливого стану і у нього можуть проявитися відповідні симптоми захворювання. Хвороби такого походження називаються **ятрогенією**.

Специфічним проявом впливу образів уяви на рухову сферу особистості є **ідеомоторні акти**. Дослідженнями встановлено, що коли людина уявляє рух якоїсь частини свого тіла (руки, ноги, тулуба), але не виконує самої дії, то в м'язах, які повинні цей рух здійснити, фіксуються слабкі імпульси, аналогічно тим, що реєструються при реальному виконанні рухів. На принципі розшифрування ідеомоторних актів базується ефект „читання думок”, коли завдяки надзвичайно тонкій чутливості деякі люди здатні, перебуваючи в контакт з іншою людиною, сприймати слабкі сигнали її ідеомоторних актів і «вгадувати», який предмет і де сховав реципієнт. Ідеомоторними актами як засобами ідеального моделювання дій, які належить виконати, широко користуються спортсмени, танцюристи та ін. Тренери рекомендують своїм вихованцям перед виконанням вправи зробити це подумки, уявивши від початку до кінця. Таке „програмування” поліпшує результати їх реального виконання.

Регулювальний вплив мозку на всі органи людського тіла є закономірним явищем. Образи уяви, що формуються у процесі діяльності людини, можуть посилювати цей вплив. При патології мозкової діяльності спостерігаються зміни функції уяви. Найчастіше такі зміни виявляються в **галюцинаціях**, коли хворий бачить неіснуючий об'єкт. При цьому образ, який виникає, є настільки яскравим, що людина абсолютно впевнена в його реальності. Тимчасовий стан галюцинації викликають наркотики. Надмірне вживання алкоголю може викликати хворобливий стан – білу гарячку, коли починаються фантастичні марення, що не узгоджуються з будь-якою життєвою логікою.

Процеси створення образів уяви. Найелементарнішою формою синтезування нових образів є **аглотинація** (від лат. agglutinatio – склеювання) – найпростіше сполучення тих якостей, властивостей або частин, узятих із різних об'єктів, які в повсякденному житті не поєднуються. Наприклад, такими є казкові образи русалки – напівжінки, напівриби; кентавра – напівчоловіка, напівкonia; у технічній творчості – тролейбуса – поєднання властивостей трамваю та автомобіля; танка-амфібії, що поєднує властивості танка і човна; акордеон – піаніно і баян.

Прийомом створення нових образів є **аналогія**, коли створений новий образ схожий на реально існуючий об'єкт, але в ньому проектується принципово нова модель явища чи факту. На принципі аналогії базується нова галузь інженерної справи – біоніка. Біоніка виокремлює деякі властивості живих організмів, які стають основними для конструювання нових технічних систем. Так були створені прилади – локатор, електронне око тощо.

Нові образи можуть створюватися за допомогою **наголошування (загострення)** – навмисне посилення в об'єкті певних ознак, які виявляються домінуючими (використовуються при створенні дружніх шаржів чи карикатур, художник знаходить у характері чи зовнішності людини щось неповторне, притаманне лише їй і акцентує на цьому художніми засобами).

Створити нові образи можна шляхом **гіперболізації** (гр. hyperbole – перебільшення) предмета або кількості його частин. Цей прийом широко використовується в казках, народній творчості, коли герої наділяються надприродною силою (Микита Кожум'яка, Котигорошко, велетень Гулівер, семиголовий змії) і здійснюють подвиги.

Літота – (гр. litotes – простота) – навмисне зменшення предмета, недовомовленість (Дюймовочка, хлопчик-мізинчик).

Найскладнішим способом утворення образів уяви є **типізація** – виділення конкретного, що повторюється в однорідних явищах й виконання його в конкретному образі. Художник створює попередні ескізи, письменник – варіанти твору.

Схематизація (символізація) – стирання відмінностей між предметами і виявлення рис подібності між ними (використовують у декоративній творчості при створенні різноманітних орнаментів, елементи яких узято з рослинного світу).

Різновиди уяви.

1. Залежно від участі волі в діяльності уяви останню розподіляють на **мимовільну** та **довільну**.

Мимовільною є така уява, коли створення нових образів не є спеціальною метою уявити певні предмети чи події. Людина мимоволі стає спостерігачем реальних картин, що виникають в її уяві під впливом прочитаного. Прикладом мимовільного виникнення образів уяви є сновидіння. У стані сну, коли свідомий контроль за психічною діяльністю відсутній, сліди від різноманітних вражень, що зберігаються в мозку, легко розгальмовуються й утворюють поєднання, що характеризуються неприродністю та невизначеністю.

Довільною є уява, коли спеціально створюється образ певного об'єкта, можливої ситуації, уявляється чи передбачається сценарій розвитку подій. Довільне створення образів спостерігається переважно у творчій діяльності людини. Прикладом такої уяви є марення – зумисне створені образи фантазії, не пов'язані з волею і не спрямовані на втілення їх у життя.

2. Залежно від характеру діяльності людини розрізняють **творчу** та **репродуктивну** уяву.

Уява, яка виникає під час творчої діяльності й допомагає людині створювати нові оригінальні образи, називається творчою.

Уява, якою оперують під час засвоєння того, що вже створили й описали інші люди, називається відтворювальною або репродуктивною. Тобто це – процес створення людиною образів нових об'єктів на основі їх словесного опису чи графічного зображення. Творча і репродуктивна уяви тісно взаємопов'язані, постійно взаємодіють і переходять одна в одну.

3. Залежно від змісту діяльності й характеру праці людини уява поділяється на **художню, технічну, наукову** тощо.

Художня **уява** має переважно чуттєві (зорові, слухові, дотикові тощо) образи, надзвичайно яскраві й детальні.

Для **технічної уяви** характерним є створення образів просторових відношень у вигляді геометричних фігур і побудов, їх легке дисоціювання та об'єднання в нові сполучення, уявне перенесення їх у різні ситуації.

Наукова уява виявляється у побудові гіпотез, проведенні експериментів, в узагальненнях, що їх роблять під час створення понять.

Особливою формою уяви є **мрія** – процес створення людиною образів бажаного майбутнього. Мрії можуть бути реальними, дієвими та нереальними, безплідними; вони дезорганізують людину, позбавляють її бачення реальних життєвих перспектив, штовхають на шлях примарного задоволення власних мрійницьких уподобань.

Позитивно на життя людини впливає тільки активна, творча мрія, яка збагачує життя людини, робить його яскравим і цікавим.

Серед форм уяви варто назвати **емпатію** (гр. *empathia* – співпереживання) – здатність людини емоційно відгукуватися на переживання інших людей. Емпатичне розуміння іншої людини об'єднує здатність слухати

й передавати почуття іншому. Точне емпатичне розуміння включає процеси адекватного представлення (тобто сприйняття того, що і як людина переживає) і комунікації (переконання інших у своєму розумінні інших почуттів, поведінки й досвіду). Вони є важливим для будь-якої спільної діяльності.

Прикладом мимовільного виникнення образів уяви є сновидіння. У стані сну, коли свідомий контроль за психічною діяльністю відсутній, сліди від різноманітних вражень, що зберігаються в мозку, легко розгальмовуються й утворюють поєднання, що характеризуються неприродністю та невизначеністю.

Індивідуальні властивості (особливості) уяви: широта, змістовність, яскравість, дієвість, динамічність, сила, перевага певних видів уявлень.

ТЕМА 6. УВАГА ЯК ФОРМА ОРГАНІЗАЦІЇ ПСИХІЧНОЇ ДІЯЛЬНОСТІ

План:

1. Поняття про увагу як особливу форму психічної активності
2. Види уваги. Структура уваги. Індивідуальні відмінності уваги.

Текст лекції

Увага. Щоб людина могла жити у цьому світі, вона повинна адекватно його сприймати. Тому її психіка має бути спрямована на цей світ, що забезпечує увагу.

Увага – це психічний стан, який характеризує інтенсивність психічної активності, насамперед, пізнавальної і виражається в її зосередженості на порівняно вузькій ділянці (дії, предметі, явищі, процеси, внутрішньому стані), який концентрує у собі психологічні та фізичні зусилля людини протягом певного періоду.

Увага сама по собі не є пізнавальним процесом, вона забезпечує умови його протікання (відчуття, сприймання, пам'ять, мислення), переживання тощо. Увага – форма організації психічної діяльності людини, яка полягає у спрямованості й зосередженості свідомості на об'єктах, що забезпечують їх виразне відображення.

Функції уваги:

1. Вибір значущих предметів, які відповідають потребам або діям індивіда.
2. Ігнорування (гальмування) впливів інших предметів, явищ, подій.
3. Збереження у свідомості образів, певного предметного змісту до того часу, доки не завершиться акт поведінки, пізнавальна, доки не буде досягнута мета.
4. Регулювання і контроль протікання діяльності.

Види уваги.

1. Залежно від умов виникнення (мимовільна, довільна, післядовільна);
2. Залежно від зосередження уваги або тривалості (стійка, нестійка);
3. Залежно від спрямованості (зовнішня, внутрішня).

Мимовільна увага виникає несподівано, незалежно від свідомості, непередбачено за умов діяльності або відпочинку, на дозвіллі, під впливом різноманітних подразників, які діють на той чи інший аналізатор організму (властива людині і тварині).

Довільна увага – свідомо спрямоване зосередження особистості на предметах та явищах навколишньої дійсності, на внутрішній психічній діяльності. Основним компонентом довільної уваги є воля.

Післядовільна увага (або вторинна мимовільна увага) настає у результаті свідомого зосередження на предметах та явищах у процесі довільної уваги.

Зовнішня увага (або сенсорна, рухова (моторна) спрямована на зовнішні безпосередньо дані предмети, явища та рухи власного тіла, які є об'єктом відчуттів і сприймань (виявляється у своєрідних рухах очей, голови, виразах обличчя, міміці).

Внутрішня увага або інтелектуальна спрямовується на внутрішню психічну діяльність (виявляється у розв'язуванні завдань подумки, у пригадуванні).

Індивідуальні якості уваги. Люди відрізняються один від одного залежно від здібності зосередження на об'єкті. На це впливають особисті якості людини: психофізіологічні властивості (будова головного мозку, темперамент), виховання, самовиховання, діяльність.

Уважна людина спроможна зосередитися на певній справі, що впливає на якість засвоєння інформації.

Неуважна людина – це людина, що часто відвертається від основної діяльності. Основна причина в зовнішніх чинниках.

Розсіяна людина – людина, яка мало зосереджена на зовнішніх об'єктах. Основна причина – внутрішня зосередженість, що гальмує зовнішню увагу.

Основні особливості (властивості) уваги. В увазі виокремлюють такі її характерні властивості: зосередженість, або концентрацію, стійкість, переключення, розподіл та обсяг. Ці властивості є основною передумовою продуктивності праці, навчання, спортивної та іншої діяльності особистості. У різних видах діяльності ці властивості виявляються по-різному.

Концентрація (зосередження) – міра заглиблення людини у певний вид діяльності. Це центральна її особливість. Вона виявляється у ступені інтенсивності зосередження на об'єктах, що є предметом розумової або фізичної діяльності. Заглибившись, людина не помічає дії на неї сторонніх подразників, того, що відбувається навколо. Концентрація уваги, залежить від змісту діяльності, зацікавленістю нею та від індивідуальних особливостей людини – її вміння, навички зосереджуватися, підґрунтям чого є активність і стійкість збуджень у діючих ділянках кори великих півкуль головного мозку.

Стійкість – часова характеристика уваги, що визначається тривалістю збереження цілеспрямованої уваги на певному об'єкті чи виді діяльності. Стійкість, як і зосередженість, залежить від сили або інтенсивності збудження,

що забезпечується і силою дії об'єктів діяльності, й індивідуальними можливостями особистості – важливістю діяльності, інтересом до неї. Сила уваги зменшується за несприятливих умов діяльності (галас, несприятлива температура, несвіже повітря) та залежно від рівня втоми, стану здоров'я. Стійкість уваги буває тривалішою за сприятливих умов діяльності, при усвідомленні важливості завдання, що виконується.

За ширшої концентрації уваги відбувається її розподіл. **Розподіл** – здатність людини одночасно виконувати два або більше видів діяльності. Здатність розподіляти увагу властива всім людям, але вона має індивідуальні особливості. Деяким людям важко зосереджуватися на двох різновидах діяльності, а дехто здатен одночасно виконувати кілька різновидів діяльності. Юлій Цезар і Наполеон були здатні одночасно писати одне, читати друге, слухати третє, говорити про четверте. Мабуть, вони володіли вмінням дуже швидко переключати увагу з одного об'єкта на інший, а також великою автоматизованістю, звичністю окремих компонентів тих чи інших виконуваних ними дій. Саме це могло справляти враження одночасності їх виконання.

Переключення – перенесення людиною уваги з одного об'єкта або виду діяльності на інший.

Увага людини різна за обсягом. **Обсяг** – кількість об'єктів, які людина може одночасно сприйняти за короткий проміжок часу. За цією ознакою вона може бути вузькою та широкою. Широта обсягу уваги залежить від спорідненості матеріалу, що сприймається, а також від вікових особливостей людини.

Особливості виявлення властивостей уваги залежать від стану, інтенсивності, спрямованості та мотивації як пізнавальної, так і емоційно-вольової діяльності.

ТЕМА 7. ЕМОЦІЙНО-ВОЛЬОВІ ПРОЦЕСИ І СТАНИ ОСОБИСТОСТІ

План

1. Емоційно-вольова сфера особистості
2. Поняття про волю. Основні види вольових дій людини
3. Поняття про волю. Основні види вольових дій людини

Текст лекції

Емоції та почуття органічно взаємопов'язані, але за змістом і формою переживання вони не тотожні. **Емоція** – це загальна активна форма переживання організмом своєї життєдіяльності. Розрізняють прості та складні емоції. Переживання задоволення від їжі, бадьорості, втоми, болю – це прості емоції. Вони властиві і людям, і тваринам. Прості емоції в людському житті перетворилися на складні емоції та почуття. Характерна ознака складних емоцій полягає в тому, що вони виникають у результаті усвідомлення об'єкта, що викликав їх розуміння їхнього життєвого значення (наприклад,

переживання задоволення при сприйманні музики, пейзажу) Почуття – це специфічні людські переживання, узагальнені ставлення до людських потреб, задоволення або незадоволення яких викликає позитивні або негативні емоції: радість, любов, гордість або сум, гнів, сором тощо.

Емоції та почуття характеризуються певною якістю та полярністю, активністю та інтенсивністю. Як почуття виявляється ставлення особистості до праці подій, інших людей, до самої себе. За якістю переживань відрізняють однієї емоції та почуття від інших (наприклад, радість – від гніву, любов – від ненависті).

Емоціям і почуттям властива полярність. Вона виявляється в тому що кожна емоція, кожне почуття за різних обставин можуть виявлятися протилежно: «радість * горе», «любов - ненависть», «симпатія - антипатія», «задоволення - незадоволення». Полярні переживання мають явно виражений позитивний або негативний відтінок. Умови життя та діяльності викликають почуття різного рівня активності. Розрізняють стеничні емоції та почуття – ті, що посилюють активність спонукають до діяльності, та астеничні – ті, що пригнічують людину, зменшують її активність, демобілізують.

Залежно від індивідуальних особливостей особистості, її стану і ставлення до ситуації та об'єктів, що викликають переживання, емоції та почуття виявляються більш-менш інтенсивно, бувають довготривалими або короткочасними.

Характерна особливість емоцій і почуттів полягає в тому, що вони цілковито захоплюють особистість. Здійснюючи майже блискавичну інтеграцію, тобто об'єднання в ціле всіх функцій організму, емоції сигналізують про корисні або шкідливі впливи на організм, завдяки чому мають універсальне значення для життя організму. Охоплюючи всі різновиди переживань людини, - від глибоко травмуючих страждань до високих форм радості та соціального відчуття життя, емоції стають як позитивним чинником у життєдіяльності, підносячи активність організму, так і негативним, пригнічуючи всі його функції. Відомий фізіолог П. Анохін вважає, що емоції, а саме довготривалі негативні емоції(страх, переживання болю тощо), відіграють вирішальну роль у розвитку так званих неврогенних захворювань.

Природа **емоцій і почуттів** органічно пов'язана з потребами. Потреба як нужда в чомусь завжди супроводжується позитивними або негативними переживаннями в різних їх варіаціях. Характер переживань зумовлюється ставленням особистості до потреб, обставин, які сприяють або не сприяють їх задоволенню.

Потреби людини і тварин відрізняються за змістом, інтенсивністю та способом їх задоволення, а це зумовлює відмінність в емоціях людей і тварин, навіть у таких, які є спільними для них: гнів, страх, радість, сум тощо. Емоції докорінно змінилися у процесі історичного розвитку людини, вони «олюднилися», набули своєрідних особливостей. Голод, наприклад, переживається людиною не так, як твариною. Людина залежно від обставин може стримувати голод, відмовлятися від їжі.

У людини як суспільної істоти виникли вищі, духовні потреби, а з ними й вищі почуття – моральні, естетичні, пізнавальні, які не властиві тварині. Тваринні емоції залишилися на рівні інстинктивних форм життєдіяльності. Почуття сорому, вказував Ч. Дарвін, властиве лише людині. Емоції, почуття людини пов'язані з її діяльністю: діяльність викликає різні переживання у зв'язку зі ставленням до неї та успіхами у виконанні, а емоції та почуття, у свою чергу, стимулюють людину до діяльності, наснажують її, стають внутрішньою спонудою, її мотивами. Почуття збагачують життя людини.

Емоційні стани та форми їх виявлення детермінуються переважно соціальними чинниками, але не можна ігнорувати у з'ясуванні їхньої природи й деяких природжених особливостей людини. Багатство емоційних станів виявляється у формі настроїв, афектів, стресів, фрустрацій, пристрастей.

Настрій – це загальний емоційний стан, який своєрідно забарвлює на певний час діяльність людини, характеризує її життєвий тонус. Розрізняють настрої позитивні, які виявляються у бадьорості, і негативні, які пригнічують, викликають пасивність. Настрій це такий загальний емоційний стан, який виразно не спрямований на щось конкретне. Причини настрою найрізноманітніші: невідповідність до діяльності, страх перед очікуваною невдачею, хворобливі стани, приємні звістки тощо. Особливе місце серед причин, що викликають настрій, посідає марновірство. Віра в прикмети, особливо негативні, викликає пасивність, страх, розладнує психічну діяльність особистості. Міра піддатливості настроям має індивідуальний характер. Особи, яким властиве самовладання, не піддаються настрою, не занепадають духом навіть тоді, коли для цього є якісь підстави, а навпаки, переборюють труднощі. Легкодухі швидко піддаються настроям. Вони потребують підтримки колективу.

Афект – це сильне, короткочасне збудження, що виникає раптово, оволодіває людиною так сильно, що вона втрачає здатність контролювати свої дії та вчинки. Прикладом афектів може бути несподіване переживання – сильна радість, вибух гніву, страх. У стані афекту порушується саморегуляція організму, яка здійснюється ендокринною системою, діяльність внутрішніх органів, ослаблюються гальмівні процеси кори великих півкуль головного мозку. І. Павлов, аналізуючи афектний стан, зазначав, що людина у стані афекту, який перевищує гальмівну функцію кори, говорить і робить те, чого вона ніколи не зробить у спокійному стані і про що шкодує, коли мине афект. Особливо різко виявляється афективний стан при сп'янінні, за якого гальмівні процеси значно ослаблюються. Афекти викликаються несподіваними гострими життєвими ситуаціями, в які потрапляє людина. Афект, як і настрій, залежить певною мірою від індивідуальних особливостей людини: її темпераменту, характеру, вихованості. Афективні люди часто-густо «спалахують» з будь-яких причин. Афекти викликають глибокі зміни у психічному житті людини, виснажують її. Людина, виховавши в собі здатність контролювати себе, володіти рухами, може контролювати свої афективні реакції. Разом з тим усім людям більшою чи меншою мірою властиве

афективне життя, без якого вони перетворилися б на пасивних, байдужих істот.

Стрес дещо нагадує афект. Він, як і афект, виникає за напружених умов життя та діяльності, у небезпечних ситуаціях, що виявляються несподівано й потребують вжиття негайних заходів. У стресовому стані поведінка значною мірою дезорганізується, спостерігаються безладні рухи, порушення мовлення, помилки в переключенні уваги, у сприйманні, пам'яті та мисленні, виявляються неадекватні емоції. Лише тверді вміння та навички у стресовому стані можуть залишатися без змін. Практика показує, що висока ідейність, дисциплінованість, організованість та самовладання запобігають дезорганізації поведінки за умов стресу.

Фрустрація – це своєрідний емоційний стан, характерною ознакою якого є дезорганізація свідомості та діяльності у стані безнадійності, втрати перспективи. Розрізняють такі види фрустрації, як агресивність, діяльність за інерцією, депресивні стани, характерними для яких є сум, невпевненість, безсилля, відчай. Фрустрація виникає в результаті конфліктів особистості з іншими, особливо в колективі, де людина не має підтримки, співчутливого ставлення. Негативна соціальна оцінка людини, яка зачіпає її особисто, її значущі стосунки, загрожує престижу, людській гідності, спричинює стан фрустрації. Він виникає у людей з підвищеною збудливістю, з недостатньо розвиненими гальмівними процесами, у невихованих, розбещених дітей.

Пристрасті – це сильні, стійкі, тривалі почуття, які захоплюють людину, володіють нею і виявляються в орієнтації всіх прагнень особистості в одному напрямку, у зосередженні їх на одній меті. Пристрасть – це суттєва сила людини, що енергійно прагне до свого предмета. Вона породжує неослабну енергію у прагненні до мети. Пристрасть виявляється у найрізноманітніших сферах людського життя та діяльності: у праці, навчанні, науці, спорті, мистецтві. Вона має вибіркового характеру і виявляється не лише в емоційній, а й у пізнавальній, вольовій сферах, у наполегливості.

Розрізняють пристрасті позитивні та негативні. Навіть позитивна пристрасть, якщо вона заважає діяльності, навчанню, стає негативною. Коли учень, захоплюючись читанням або спортом, пропускає уроки, недосипає, то це захоплення з позитивної пристрасті перетворюється на негативну. Пристрасть до алкоголю, куріння згубно позначається на праці та житті людини. Позитивні пристрасті – захоплення працею, навчанням – є тією силою особистості, яка спричинює велику енергію в діяльності, сприяє продуктивності праці.

В емоційній сфері людини особливе місце посідають вищі почуття. Вони є відображенням переживань ставлення до явищ соціальної дійсності. За змістом вищі почуття поділяють на моральні, естетичні, праксичні та інтелектуальні. Рівень духовного розвитку людини оцінюють за тим, якою мірою їй властиві ці почуття. У вищих почуттях яскраво виявляються їх інтелектуальні, емоційні та вольові компоненти. Вищі почуття є не лише особистим переживанням, а й засобом виховного впливу на інших.

Моральні почуття – це почуття, в яких виявляється стійке ставлення людини до суспільних подій, до інших людей, до самої себе. Джерелом моральних почуттів є спільне життя людей, їх взаємини, боротьба за досягнення суспільних цілей. Моральні почуття людини сформувались у суспільно-історичному житті людства, у процесі спілкування людей і стали важливим засобом оцінювання вчинків і поведінки, регулювання взаємин особистостей.

Естетичні почуття – це відчуття краси в явищах природи, у праці, у гармонії барв, звуків, рухів і форм. Гармонійна злагодженість в об'єктах цілого та частин, ритм, консонанс, симетрія пов'язані з почуттям приємного, насолодою, яка глибоко переживається та облагороджує душу. Ці почуття викликають твори мистецтва. Не тільки в мисленні, а й у почуттях людина утверджує себе у предметному світі.

Залежно від рівня загальної та мистецької культури люди по-різному відгукуються на красу. Одні глибоко переживають гармонійно виражені ритм і риму, переходи та взаємо переходи кольорів, звуків, форм та рухів, інші не відчують цієї гармонії і захоплюються грубими, різкими звуками, безладними рухами, випадковими поєднаннями кольорів.

Естетичні почуття тісно пов'язані з моральними. Вони облагороджують особистість, сповнюють її високими прагненнями, утримують від негативних вчинків. Отже, естетичні почуття є істотними чинниками у формуванні морального обличчя людини.

Праксичні почуття – це переживання людиною свого ставлення до діяльності. Людина відгукується на різні види діяльності: трудову, навчальну, спортивну. Це виявляється в захопленні, у задоволенні діяльністю, творчому підході, радості від успіхів або у незадоволенні, байдужому ставленні до діяльності. Праксичні почуття виникають у діяльності. Яскраве уявлення про зміст і форми діяльності, її процес і результат, громадську цінність – основна передумова виникнення й розвитку праксичних почуттів.

Праксичні почуття розвиваються або згасають залежно від організації та умов діяльності. Вони особливо успішно розвиваються і стають стійкими тоді, коли діяльність відповідає інтересам, нахилам і здібностям людини, коли в діяльності виявляються елементи творчості, розвиваються перспективи її розвитку.

Праксичні почуття стають багатшими, якщо поєднуються з моральними. Праця як справа честі, гуманістичне ставлення до діяльності роблять праксичні почуття важливим чинником боротьби за високу продуктивність та якість праці. Інтелектуальні почуття є емоційним відгуком на ставлення особистості до пізнавальної діяльності в широкому її розумінні. Ці почуття виявляються в допитливості, чутті нового, здивуванні, упевненості або сумніві. Інтелектуальні почуття яскраво виявляються в пізнавальних інтересах, любові до знань, навчальних і наукових уподобаннях. Пізнавальні почуття залежно від умов життя, навчання та виховання мають різні рівні розвитку. Такими його рівнями є цікавість, допитливість, цілеспрямований,

стійкий інтерес до певної галузі знань, захоплення пізнавальною діяльністю. Механізмом пізнавальних почуттів є природжений орієнтувальний рефлекс, але його зміст цілком залежить від навчання, виховання, навколишньої дійсності, умов життя.

Воля – психічний процес свідомої та цілеспрямованої регуляції людиною своєї діяльності та поведінки з метою досягнення поставлених цілей. У вольових діях людина здійснює власну свідому мету. Свідомою діяльністю – це довільна діяльність. Довільне напруження фізичних сил, довільне сприймання, запам'ятовування, довільна увага тощо – це свідомо регуляція, свідоме спрямування фізичних і розумових сил на досягнення свідомо поставленої мети. Отже, воля є однією з найважливіших умов людської діяльності.

Воля людини виробилась у процесі її суспільно-історичного розвитку, у трудовій діяльності. Живучи й працюючи, люди поступово навчалися ставити перед собою певні цілі й свідомо добиватися їх реалізації. У боротьбі за існування, долаючи труднощі, напружуючи сили або стримуючись, людина виробила в собі різні якості волі. Чим важливішими були цілі, які ставили люди в житті, чим більше вони їх усвідомлювали, тим активніше вони добивалися їх реалізації.

Вольову діяльність не можна зводити до активності організму й ототожнювати з нею. Активність властива і тваринам. Вони, задовольняючи свої біологічні потреби, пристосовуючись до умов життя, тривалий час впливають на навколишню природу, але це відбувається без будь-якого наміру з їхнього боку.

Воля виявляється у своєрідному зусиллі, у внутрішньому напруженні, яке переживає людина, переборюючи внутрішні та зовнішні труднощі, у прагненні до дій або у стримуванні себе.

Воля є детермінованим процесом. Детерміністичне розуміння волі підтверджується фізіологічними дослідженнями І. Сеченова та І. Павлова. І. Сеченов вказував, що вольові дії причинно зумовлені зовнішніми подразниками. Усі довільні рухи є відображу вальними, тобто рефлексорними. І. Павлов зазначав, що весь механізм вольового руху – це умовний, асоціативний процес, який підпорядковується всім описаним законам вищої нервової діяльності. Він показав, що довільні дії, які виникають унаслідок внутрішнього зусилля, зумовлюються тим, що рухова ділянка кори головного мозку водночас є сенсорною ділянкою подібно до зорової, слухової тощо. Сліди, залишені в руховій ділянці кори головного мозку попередніми подразниками, активізуючись, можуть стати умовними подразниками для вольових рухів. Механізмом довільних рухів є збудження, що йдуть від кори великих півкуль головного мозку. Кінестетичні клітини кори зв'язуються з усіма клітинами кори, вони є виразниками як зовнішніх впливів, так і внутрішніх процесів організму. Це і стає підставою для довільних рухів. Довільні дії детерміновані, як і всі інші дії людини, але оскільки вони

викликаються слідами в корі головного мозку від попередніх подразнень, то іноді здається, немовби вони виникають самі по собі, без будь-якої причини.

Те, що рухова ділянка кори великих півкуль головного мозку є водночас сенсорною ділянкою, відіграє важливу роль у регуляції вольових дій. П. Анохін вказував, що у процесі вольових дій від виконавчого апарату до кори головного мозку надходить інформація про характер дій (зворотна аферентація), де вона порівнюється з образом запланованої дії, випереджаючи її результати. Це порівняння виконуваної дії з її образом, яке П. Анохін назвав акцептором дії, сприяє уточненню рефлекторного акту відповідно до того, чого прагне людина.

Однією з найважливіших вольових якостей особистості є цілеспрямованість. Вона визначається принциповістю та переконанням людини і виявляється у глибокому усвідомленні нею своїх завдань і необхідності їх здійснювати. Цілеспрямованість виявляється в умінні людини керуватись у своїх діях не випадковими прагненнями, а стійкими переконаннями, принципами. Цілеспрямованість і принциповість особистості – підґрунтя її сильної волі. Люди без чіткої цілеспрямованості, твердих переконань, принципів, якими б вони керувалися у своїй діяльності, часто перебувають під впливом випадкових бажань, підпадають під вплив інших. Поведінка нецілеспрямованих і безпринципних людей характеризується слабкою волею. Без твердого переконання та принципової спрямованості поведінки у людини не може бути й сильної волі. Важлива вольова якість людини – ініціативність, тобто здатність самостійно ставити перед собою завдання й без нагадувань і спонукань інших виконувати їх.

Ініціативність людини характеризується дійовою активністю. Мало, виявивши ініціативу, поставити перед собою завдання, треба його здійснити, довести до кінця. Це можливо лише за належної активності в діях.

Істотними якостями волі людини є також рішучість, витриманість, наполегливість. Ці якості виявляються в умінні своєчасно та обдуманно приймати рішення, особливо у складних обставинах, у гальмуванні негативних прагнень та дій, у здатності людини долати труднощі, що виникають на шляху до досягнення мети. Ці якості людини допомагають їй доводити до кінця кожен розпочату справу, долаючи всі перешкоди, які зустрічаються на шляху до її виконання. Великі справи, визначні наукові винаходи можливі лише за наявності цих якостей.

Наполегливість людини слід відрізнити від такої її якості як упертість. Упертість – це необдуманий, нічим не виправданий прояв волі, який полягає в тому, що людина наполягає на своєму недоцільному бажанні, незважаючи на обставини. Упертість є проявом не сили, а швидше слабкості волі. Приймаючи рішення, вперта людина заперечує розумні докази, не зважає на інтереси інших, суспільні інтереси і своїми діями часто завдає їм шкоди. Упертість – негативна якість людини, тому треба намагатися її позбутися.

Важливою вольовою якістю людини є самостійність. Самостійність волі виявляється у здатності людини критично ставитись як до власних вчинків і

дій, так і до вчинків інших людей, не піддіватися негативним впливам інших. Самостійність – це результат високої принциповості людини, її ідейності та моральної витримки.

Протилежною до самостійності якістю людини є навіюваність. Навіюваність виявляється в тому, що людина легко піддається впливу інших. Навіюваність буває у тих людей, які не мають стійких переконань, твердих принципів, які не критично наслідують інших, вагаються між протилежними поглядами, не маючи власної думки. Перша-ліпша думка, яку почує така людина, стає її думкою, але згодом цю саму думку вона замінює на іншу. Ті, хто легко піддаються навіюванню та самонавіюванню, – це люди з нестійкою волею.

Важливою вольовою якістю людини є самовладання. Воно виявляється у здатності людини володіти собою, керувати власною поведінкою та діяльністю. Самовладання – важливий компонент такої якості особистості, як мужність. Володіючи собою, людина сміливо береться за відповідальне завдання, хоча й знає, що його виконання пов'язане з небезпекою для неї, навіть загрожує її життю. Самовладання – одна з невід'ємних якостей дисциплінованої людини.

Відсутність самовладання робить людину нестриманою, імпульсивною. Люди, які не володіють собою, легко піддаються впливу почуттів, часто порушують дисципліну, відступають перед труднощами, впадають у розпач.

Своєрідним проявом безвілля особистості є конформність. Суть її виявляється в тому, що людина, хоча і має свою думку, але піддається впливу, тиску групи у своїх діях і вчинках, не виявляє незалежності, не обстоює свої позиції. Як показали дослідження, конформним особам властиві негнучкість психічних процесів, бідність ідей, знижена здатність володіти собою, поверхове уявлення про себе, не вистачає віри в себе, вони виявляють більшу пасивність, навіюваність і залежність від інших.

Сукупність позитивних якостей волі, властивих людині, зумовлює її силу волі. Як позитивні так і негативні якості волі не є природженими. Вони розвиваються у процесі життя та діяльності.

Безвілля більшою чи меншою мірою виявляється в різних фізичних і розумових діях. Характерними його особливостями є зниження загальної активності, психічна млявість, вагання там, де необхідність дії очевидна. Безвільні люди не доводять розпочатої справи до кінця, нездатні переборювати навіть незначні труднощі, відкладають справу на потім. Вони легко відволікаються від важливої діяльності, беруться з маловажливого, дрібного, непотрібного, їм не властиві стійкі, цілеспрямовані інтереси, самостійність і критичне ставлення до себе та до інших. Слабохарактерні люди не мають власної думки, легко підпадають під вплив інших, легко піддаються навіюванню та самонавіюванню, унаслідок чого невпевнені у своїх діях. Вони малоініціативні, хоча і знають справу, нездатні стримувати свої бажання, долати в собі ті чи інші емоційні стани – гнів, страх, афекти. В екстремальних

ситуаціях вони розгублюються, стають безпорадними, їм властиве мрійництво, вони часом подають цікаві пропозиції, але не реалізують їх.

Безвілля властиве конформним особам, які схильні уникати самостійних рішень, пасивно приймають погляди інших, пристосовуються до готових стандартів поведінки. Випадки хворобливого безвілля називаються абулією.

Безвілля зумовлюється багатьма причинами. Іноді його спричиняють органічні або функціональні розлади в діяльності кори великих півкуль головного мозку, особливо чоловічих його ділянок, дисоціація, роз'єднаність образів дії та рухів, пасивність ідей, уявлень. До цього спричиняють різні хвороби, особливо вживання алкоголю, наркотиків, які викликають пасивність розумової діяльності, розладнують гальмівну функцію кори великих півкуль головного мозку, у результаті чого активізуються підкіркові процеси, зокрема емоції. Але безвілля типу «обломовщини», «маніловщини» зумовлюється здебільшого вихованням. Обмежування рухів та дій дітей, прагнення в усьому допомагати їм виховують у них пасивність, яка стає звичкою, що важко перевиховується у старшому віці. Формування у дітей pracowитості, залучення їх до цілеспрямованих трудових дій, спонукання доводити розпочату справу до кінця є найважливішими заходами щодо переборення безвілля. Фізичне виховання, спорт, різні види змагань великою мірою сприяють розвитку активності, самовладання, сильної волі.

Психічний стан - це своєрідність психічної діяльності, обумовлена її змістом і ставленням людини до цього змісту. Психічні стани є стійкою інтеграцією всіх психічних проявів людини при певній його взаємодії з дійсністю. Психічні стани виявляються в загальній організованості психіки. Психічний стан - це загальний функціональний рівень психічної активності в залежності від умов діяльності людини і її особистісних особливостей. Психічні стани можуть бути короткочасними, ситуативними і стійкими, особистісними. Усі психічні стани підрозділяються на чотири види:

Мотиваційні (бажання, прагнення, інтереси, потяги, пристрасті).

Емоційні (емоційний тон відчуттів, емоційний відгук на явища дійсності, настрої, конфліктні емоційні стани - стрес, афект, фрустрація).

Вольові стани - ініціативності, цілеспрямованості, рішучості, наполегливості (їхня класифікація пов'язана зі структурою складної вольової дії).

Стани різних рівнів організованості свідомості (вони виявляються в різних рівнях уважності).

Отже, діяльність складається з ряду дій відносно завершених елементів діяльності, спрямованих на досягнення проміжної усвідомлюваної мети. Дії можуть бути як зовнішніми, що виконуються за допомогою рухового апарату і органів чуття, так і внутрішніми, що виконуються в розумі. Під метою розуміють образ кінцевого результату діяльності. Багато дій людини з часом стають автоматичними, вони звуться звичками. Звички бувають корисними (акуратність, організованість) і шкідливими (куріння, вживання алкоголю, наркотиків). Якщо людина вміє керувати звичками, вона може керувати своєю

поведінкою. Позбавлення від шкідливих звичок вимагає від людини певних вольових зусиль та виконання ряду правил.

Сформулювати для себе тверде і безповоротне рішення — діяти у накреслених напрямках. Прийняте рішення сформулює в головному мозку необхідний енергетичний центр, який буде забезпечувати наступну діяльність по реалізації рішення.

Уникати умов, у яких проявляються старі звички. Створити сприятливі умови для формування нових, позитивних, звичок.

Не відступати від дотримання нових звичок, доки вони не закріпляться. Постійне тренування є найголовнішою умовою для формування нових звичок. Кожна практична діяльність людини має свої мотиви. Механізм управління мотивацією створюється тоді, коли формується сама особистість з її змістом життя. Без цього мотиви матимуть нестійкий, ситуативний, характер і поведінка людини характеризуватиметься імпульсивністю, непередбаченістю і непослідовністю. Корисно засвоїти деякі принципи ставлення до життя, які сприятливо впливають на мотиваційну саморегуляцію. До них належать: вміння відрізнити головне від другорядного, збереження внутрішнього спокою в різних ситуаціях, емоційна зрілість і стійкість, знання засобів впливу на події, вміння підходити до проблеми з різних точок зору, готовність до будь-яких неочікуваних подій, сприйняття дійсності такою, якою вона є, а не такою, яку хотілося б бачити, намагання шукати нові, змістовніші мотиви життєдіяльності, розвиток спостережливості, вміння бачити перспективу життєвих подій, намагання зрозуміти інших, вміння вибрати позитивний досвід з подій, які сталися.

Наведені принципи ставлення до життя можуть допомогти людині в складних життєвих ситуаціях.

При достатньому розвитку свідомості людина з об'єкту зовнішніх впливів перетворюється в суб'єкт керування своєю поведінкою. Активність особистості, яка спрямована на удосконалення своїх фізичних, моральних, трудових, естетичних та інших якостей, називається самовихованням. Це є вільна спрямована діяльність людини, прояв її самореалізації, самовираження, причому відбувається вона не примусово, а за власним свідомим вибором. Самовиховання є системою дій, які зумовлені соціальними та індивідуальними орієнтирами, інтересами, метою, умовами життя особи. Іншими словами, самовиховання є самоуправління особи, з наміром змінити себе. Воно буде ефективним, коли будуть визначені його завдання. Щоб визначити завдання самовиховання, необхідно мати чітке уявлення про себе, тобто володіти самоаналізом. Здатність аналізувати і вивчати риси своєї особистості потребує вміння спостерігати за своїми переживаннями, сконцентруватися на собі і на причинах, які спричиняють різні психічні стани, конкретні дії, радість, тривогу або страх. Однак нерідко люди приписують собі неіснуючі якості, захищаючись від внутрішнього конфлікту між своїм «я» і самооцінкою. Тому при визначенні завдань самовиховання важливо орієнтуватися не лише на те, яким себе вважає суб'єкт, але й на те, яким бачать його інші люди. Думки

інших людей допоможуть особистості змінити перекручене уявлення про себе, а потім скласти програму самовиховання, приймаючи рішення, які з особистих якостей потребують розвитку, а які треба змінити. Успіх самовиховання залежить від того, наскільки людина володіє методами самовиховання. Під цим розуміють методи і підходи, якими користується особа, щоб діяти на свою свідомість, почуття, волю з метою реалізації програми самовиховання. Основними методами є самопізнання, самооцінка, самопереконавання, самопорівняння, самозобов'язання, самоуправління, самопримушування, самонавіювання, самозвіт, самоконтроль, самопокарання та ін. Самопізнання — це вивчення психічних властивостей, процесів і станів своєї особистості, в тому числі її спрямованості (мета, мотиви, інтереси, ідеали, переконання), характеру, темпераменту, здібностей, пізнавальних процесів (відчуття, сприйняття, увага, пам'ять, уявлення, мислення), вольових емоційних процесів, а також психофізіологічного стану організму і особистих якостей. Аналізуючи результати своєї діяльності, власну поведінку, рівень фізичного і психічного здоров'я, особа пізнає свої якості. Самооцінка визначається світоглядом, ідеалами, рівнем інтелектуального розвитку особи. Цей метод самовиховання передбачає наявність ідеальної моделі особи і порівняння себе з цією моделлю. Самопорівняння — це різновидність самооцінки, що полягає в порівнянні себе з іншими людьми з метою перейняти у них все добре, і все те, чого не вистачає. Самозобов'язання — це внутрішні вимоги до себе і своєї поведінки. Самозобов'язання визначається умовами життя і обов'язками людини. Воно виникає як наслідок невідповідності між ідеалом, ідеальною нормою і своєю конкретною поведінкою. Самопереконавання — це роздумування, співставлення різних мотивів, дискусія з собою, які потребують всебічного обліку всіх обставин і не допускають впливу негативних почуттів: образи, заздрості, гніву, самолюбства. Самонавіювання — це психічний вплив людини на саму себе за допомогою слова, що змінює її психофізичний стан. Воно передбачає навіювання самому собі яких-небудь уявлень, думок, бажань, образів, відчуттів та ін. Успіх самонавіювання досягається за умови, що особа здатна концентрувати свою свідомість на предметі навіювання. Для цього необхідні спеціальні умови, зокрема саморозслаблення. Самовправи — це формування стійких звичок поведінки. Шляхом регулярних вправ можна виробити позитивні і побороти негативні звички. Самопримушування — це вольове уміння, яке спрямоване на подолання труднощів і перешкод. Самонаказ — це вплив на свій емоційний стан шляхом дії мови. Самонаказ сприяє реалізації програми самовиховання в утруднених умовах і допомагає виробити відповідні установки, наприклад, на усунення небажаних або шкідливих звичок. Самозвіт — це звіт людини перед собою про процес і результати власної діяльності і вчинків. Самозвіт тісно пов'язаний з самоаналізом. Він підрозділяється на поточний і підсумковий. Самозвіт може проявлятися у формі усної мови, спеціальних щоденників тощо. Самоконтроль — це визначення відхилень програми самовиховання від поставлених завдань з наступною корекцією програми або поведінки особи.

Самоконтроль забезпечує підпорядкування різних видів діяльності мотиву самоудосконалення. Самозаохочення і самопокарання — емоційне підкріплення здійснених вчинків. Самозаохочення — це усвідомлення своїх успіхів, а самопокарання — усвідомлення і переживання своєї провини, незадоволення собою. Самозаохочення викликає позитивні емоції, що закріплюють успіхи особи, досягнуті в процесі самовиховання. Самопокарання викликає негативні емоції, які спонукають особу до намагань не повторити негативних дій. Таким чином, емоції є одним з важливих механізмів внутрішньої регуляції активності особи.

У житті людей часто виникають напружені ситуації. Вони можуть бути спричинені складними моментами у трудовій діяльності, важкими умовами життя, погіршенням здоров'я та ін. Напружені ситуації призводять до стресів — неспецифічних реакцій організму на ситуацію, яка вимагає більшої чи меншої функціональної перебудови організму і відповідної адаптації. Слід зауважити, що будь-яка життєва ситуація викликає стрес, але не кожна з них є критичною. Критичні ситуації призводять до стресів, які переживаються, як горе, нещастя. Такі стреси виснажують сили людини і супроводжуються порушенням адаптації, що перешкоджає саморегуляції особи.

ТЕМА 8. ЗМІСТ І СТРУКТУРА ОСОБИСТОСТІ

План

1. Поняття про особистість у психології.
2. Структура особистості.
3. Спрямованість особистості як система стійких мотивів поведінки і діяльності.

Текст лекції

Дослідження особистості налічує майже дві з половиною тисячі років. Проте психологія особистості як наука склалася порівняно недавно. В історії досліджень особистості виділяють такі періоди. V ст. до н.е. — поч. XIX ст. — філософсько-літературний період (Сократ, Аристотель, Спиноза, Локк, Юм), протягом якого основними проблемами психології особистості були питання моральної і соціальної природи людини, її вчинків і поведінки. Поч. XIX ст. — XX ст. — клінічний період (Фрейд, Адлер, Юнг). У цей період в центрі уваги психіатрів опинилися психічні чинники виникнення й перебігу хвороб, впливу хвороб на особистість, психологічні аспекти цілющих дій. Поч. XX ст. — теперішній час — експериментальний період (Лазурський, Айзенк, Кеттел, Олпорт), який характеризується активним впровадженням в психологію експериментальних методик досліджень психічних явищ з метою позбавитися умоглядності й суб'єктивізму в їх поясненні. В процесі диференціації напрямів дослідження особистості, що відбувався в першій половині XX ст., склався цілий ряд теорій особистості: гештальтпсихологія, психоаналітична, гуманістична, біхевіористична, когнітивна.

Серед означених теорій можна виділити три напрями, які майже не пересікаються: біогенетичний, соціогенетичний, персонологічний.

Біогенетичний напрям базується на тому, що природним є спадкове, яке первісно обумовлює всі особливості розвитку особистості. Соціокультурні і ситуативні чинники лише накладають свій відбиток на своєрідність його протікання. Найбільш відомою серед концепцій цього напрямку є теорія, розроблена З. Фрейда. За З. Фрейдом, структура особистості складається із трьох компонентів: «Воно», «Я», «Над-Я». «Воно» - несвідома частина психіки людини, скупчення інстинктивних потягів, які спонукають до негайного задоволення незалежно від ставлень суб'єкта до зовнішньої реальності. «Я» відповідає свідомості. Це, як правило, самосвідомість людини, сприймання і оцінювання нею самою власної особистості і поведінки. «Над-Я» являє собою систему моральних почуттів і вимог до поведінки. Вчинків і рішень «Я» суб'єкта. «Над-Я» керується ідеальними уявленнями – прийнятими у суспільстві нормами моралі і цінностями. Несвідомі потяги дуже часто призводять до конфлікту між «Воно» і «Над-Я», який розв'язується за допомогою «Я», тобто свідомості.

Соціогенетичний напрям знайшов своє втілення в теорії соціалізації, теорії навчання, теорії ролей. Згідно з теорією соціалізації, людина, яка народжується біологічною істотою, стає особистістю завдяки впливу соціальних умов життя. Відповідно до теорії навчання, розвиток особистості відбувається в процесі навчання, засвоєння суми знань. Теорія ролей виходить з того, що характер особистості та її відносини з іншими людьми залежать від системи соціальних ролей, які вона виконує. Персоно логічний (особистісно-центрований) напрям визначає, що розвиток особистості відбувається за рахунок первісно притаманного їй прагнення до само актуалізації і внутрішнього самовдосконалення. Цей напрям визначають як гуманістичний. Особистість – складне цілісне утворення. Дослідженню її структури присвячені праці багатьох психологів. Згідно з дослідженнями К.К. Платонова в структурі особистості виділяють чотири головні одно порядкові підструктури.

Перша підструктура характеризує спрямованість особистості або вибіркоче ставлення людини до дійсності. Складові якості цієї підструктури особистості не є природженими і відображають індивідуальне суспільне мислення. Формується спрямованість особистості в процесі виховання. Спрямованість особистості включає систему взаємопов'язаних компонентів: інтереси, бажання, прагнення, ідеали, світогляд, переконання.

Друга підструктура включає знання, уміння, навички й звички, які засвоєні у власному досвіді шляхом навчання. На формування компонентів даної підструктури помітно впливають біологічні й генетичні якості людини.

Третя підструктура включає індивідуальні особливості психічних процесів: відчуття, сприймання, емоції, волю, мислення, пам'ять. Основні компоненти третьої підструктури формуються й розвиваються за допомогою вправ, при цьому великого значення набувають вольові якості індивіда. Четверта підструктура особистості включає властивості темпераменту, статеві й вікові властивості. Формування компонентів цієї підструктури можливе

лише за допомогою тренування, але частіше має місце формування заміників (компенсаторних механізмів) природних властивостей, яких нестаче. Ця підструктура має назву біопсихологічної, оскільки якості особистості, які до неї входять, головним чином зумовлені фізіологічними особливостями мозку.

Саморегуляція особистості. За висловлюванням академіка І.П. Павлова, людина – це система, яка сама себе регулює, виправляє і навіть удосконалює. Людина не автоматично переключається з однієї діяльності на іншу, а свідомо, з урахуванням соціальної ситуації.

Особистість як самокерована система може здійснювати:

- контроль за діяльністю за допомогою порівняння наміченої програми та виконаних дій;
- узгодження спонукань, переключення психічної активності, координацію дій;
- санкціонування – виклик або затримку процесів (дій, вчинків);
- посилення або послаблення активності (прискорення або уповільнення психічної діяльності).

Самоуправління особистості може бути оперативним (повсякденним) і перспективним, зумовленим віддаленою метою. В процесі спілкування особистість розв'язує дві задачі:

- забезпечує свої стосунки із групою, в яку вона входить;
- усвідомлює свої внутрішньо особистісні протиріччя, що обумовлюють труднощі при спілкуванні.

Подолання внутрішньоособистісних протиріч безпосередньо пов'язане із перебудовою так званих «механізмів психологічного захисту». Основна функція «психологічного захисту» описується як низка специфічних прийомів, які використовує особистість для того, щоб знизити рівень неприємних переживань.

Психологічний захист розглядається як крайній засіб збереження суб'єктом душевної рівноваги. Психологічний захист проявляється не тільки в разі виникнення надзвичайних обставин, але й у повсякденні. Це нормальний, постійно працюючий механізм людської свідомості. Компенсаторні характеристики психологічного захисту:

1. Неусвідомлене, але сильне бажання знищити переживання, що травмують особистість, з наступною заміною на більш комфортні переживання.
2. Переміщення неприємних переживань зі сфери свідомого до неусвідомленого.
3. Акцент не на логіку, а на емоції.

Як наслідок система психологічного захисту є високостійкою до критики ззовні.

Основні форми психологічного захисту: витіснення, заперечення реальності, деперсоналізація, раціоналізація, проекція, ідентифікація, компенсація, сублімація, регресія.

Мотиваційна сфера особистості. Спрямованість особистості, її загальна характеристика.

Спрямованість – це усталена система найважливіших цільових програм особистості, що визначає смислову єдність її ініціативної поведінки, яка протистоїть випадковостям життя. У сучасних дослідженнях виділяють три основні види спрямованості особистості:

- 1) особиста (престижна, егоїстична);
 - 2) групова (суспільна чи альтруїстична);
 - 3) ділова (інтерес до справи, до пізнання дійсності).
- Особиста спрямованість виникає внаслідок переваги мотивів власного благополуччя, самоствердження.

Групова спрямованість має місце тоді, коли вчинки людини спонукають інтереси організації та інших людей. Ділова спрямованість породжується самою дійсністю, через захоплення нею. Це може бути спрямованість на науку, спорт, професію, мистецтво. В основі цілеспрямованості особистості лежать потреби – динамічні активні стани особистості, що виражають її залежність від конкретних умов існування і породжують діяльність, спрямовану на зняття цієї залежності.

Потреби – це рушійна сила розвитку особистості. Класифікація потреб:

- 1) базові потреби – це потреби у матеріальних умовах і засобах життя, у спілкуванні, пізнанні, діяльності та відпочинку;
- 2) похідні потреби формуються на основі базових, до них належать естетичні потреби, потреба в навчанні;
- 3) вищі потреби включають насамперед потреби у творчості, самовизначенні.

На основі потреб формуються мотиви – усвідомлені спонукання людини до діяльності або поведінки. Мотиви тісно пов'язані з потребами і навпаки. Їх зв'язок виявляється у тому, що потреби реалізуються в поведінці і діяльності.

Сукупність мотивів поведінки і діяльності розглядається як мотиваційна сфера особистості. у цілому ця сфера є динамічною й змінюється в залежності від багатьох обставин. Про те ядром мотиваційної сфери виступають відносно стійкі й домінуючі мотиви (саме в них першочергово виявляється спрямованість особистості).

Поняття мотивація у психології використовують у двох значеннях:

- як систему факторів, що обумовлюють поведінку (цілі, інтереси, потреби, мотиви, наміри);
- як характеристику процесу, що підтримує поведінкову активність.

Розрізняють три групи мотивів:

- 1) прості, до яких відносять потяги, бажання, хотіння;
- 2) складні, до яких відносять інтереси, схильності, ідеали;
- 3) випадкові, до яких відносять почуття, звички й афекти.

Мотив може реалізовуватися в інтересах, прагненнях, переконаннях, установках.

Інтерес – емоційно забарвлена інтелектуальна вибірковість, виникає тоді, коли об'єкт викликає емоційних відгук. Інтереси розрізняють за широтою, глибиною та стійкістю.

Прагнення – це мотиви, в яких виявляються потреби особистості в умовах спеціально організованої діяльності, можливо протягом тривалого часу життя (закінчити навчальний заклад, працювати за фахом).

Переконання – уявлення, знання, ідеї, які набули роль мотивів поведінки. Переконання містять три головні компоненти: когнітивний (знання), емоційний (оцінка ставлення, почуття), поведінковий (воля).

Установка – готовність людини, її стійка схильність реагувати та діяти певним чином; забезпечує легкість, майже автоматичність вибору поведінки. Система домінуючих мотивів, які викликають відповідну поведінку, становить спрямованість особистості. Мотиваційну сферу людини можна оцінювати за розвиненістю, гнучкістю, структурністю. Чим більше різноманітних потреб, мотивів, цілей в людини, тим більш розвинена її мотиваційна сфера. Чим різноманітніше способи задоволення потреб, тим гнучкіше мотивація. Таким чином, зміст мотивів є найбільш істотною характеристикою спрямованості особистості та рівня її виховання.

ТЕМА 9. ДІЯЛЬНІСТЬ ТА СПІЛКУВАННЯ

План:

1. Діяльність як цілеспрямована і усвідомлена активність особистості
2. Спілкування як умова формування особистості
3. Спілкування як умова формування особистості.

Текст лекції

Діяльність організовується і збагачується через спілкування. Люди будують план своєї спільної діяльності, узгоджують його між собою, координують свої дії. Виникає питання про зв'язок діяльності і спілкування. Існує декілька думок, що розглядають спілкування як:

- 1) особливий вид активності людини поряд з діяльністю (Б.Ф. Ломов);
- 2) сторону будь-якої діяльності (О.М. Леонтьев);
- 3) один з видів діяльності, поряд з грою, працею, учінням (Д.Б. Ельконін).

Водночас, психологи одноставно визнають єдність спілкування і діяльності. Люди завжди спілкуються на основі певної діяльності. У деяких видах діяльності використовують засоби і способи, властиві для спілкування (діяльність педагога, лектора). Іноді дії виступають засобами і способами спілкування (в театральній виставі, балеті, пантомімі). У діяльності значний час йде на підготовку, яка полягає у спілкуванні для встановлення контактів, обговорення плану роботи. Отже, спілкування і діяльність єдині, але не тотожні.

Спілкування у порівнянні з діяльністю має наступні особливості:

- його результат не перетворений предмет (як у діяльності), а взаємини з іншими людьми;

- якщо одиниця діяльності – дія, то у спілкуванні – взаємодія не менше, ніж двох людей, кожен з яких суб'єкт. При взаємодії, яка має місце у спілкуванні, дія одного суб'єкта – це відповідь на дію іншого;
- діяльність відбувається як вплив суб'єкта на об'єкт, а спілкування як взаємовплив суб'єктів;
- кожен з учасників спілкування має свій мотив. Якщо в діяльності ми розглядаємо, що спонукає людину до її виконання, то у спілкуванні необхідно враховувати взаємовідношення мотивів його учасників.

Спілкування – складний, багатоплановий процес встановлення і розвитку контактів між людьми, породжуваний потребами у спільній діяльності, який передбачає обмін інформацією, взаємодію, сприймання та розуміння між його учасниками.

Отже, спілкування – одна із сторін образу життя людини, не менш важлива, ніж діяльність. У спілкуванні, тісно пов'язаному з діяльністю, людина оволодіває досвідом попередніх поколінь і збагачує його своїми відкриттями.

Функції спілкування та рівні його аналізу

Традиційно виділяють три функції спілкування.

1. *Інформаційно-комунікативна*, що полягає у здійсненні прийому та передачі інформації у процесі спілкування. Інформація є важливою умовою організації діяльності.

Її учасники повинні володіти спільною інформаційною основою для координації й узгодження своїх дій. Так, двоє можуть зіграти в шахи тільки, якщо обидва гравці знають правила гри. Якщо ні, то спочатку треба створити спільну інформаційну основу: правила гри, якими володіє один, повинен засвоїти і інший.

• 2. *Регуляційно-комунікативна* спрямована на зміну поведінки учасників спілкування. Регуляція здійснюється у трьох напрямках: а) людина регулює власну поведінку; б) впливає на поведінку інших, спонукаючи їх розпочати або припинити дії, посилити чи послабити їх, виправити; в) поведінка людини зазнає регуляції з боку партнерів по спілкуванню.

• 3. *Афективно-комунікативна* полягає у створенні під час спілкування загального емоційного стану, який впливає на психологічний клімат, сприятливий або несприятливий для діяльності. Весь спектр людських емоцій виникає і розвивається у спілкуванні.

Сукупність усіх взаємодій між людьми неоднорідна. Вона включає як широкі контакти із суспільством, так і спілкування з товаришами, батьками, вчителями тощо. За широтою охоплення виділяють такі рівні спілкування, як макрорівень, мезорівень та мікрорівень.

Макрорівень охоплює всю сукупність взаємозв'язків людини з виокремленням певних ліній спілкування (у шкільному житті, вдома, у спортивній секції, на відпочинку). Вивчення цього рівня розкриває все коло спілкування людини.

Мезарівень передбачає вивчення контактів людей під час спільного розв'язання задачі. Спілкування розглядається як процес встановлення контактів, формування спільного плану роботи, узгодження дій. Це спілкування обмежується початком і завершенням розв'язання спільної задачі.

Мікрорівень включає вивчення елементарних одиниць спілкування – окремих взаємодій, кожна з яких охоплює дію одного учасника і відповідну дію іншого. Наприклад, такі види взаємодій, як питання – відповідь, спонукання – виконання, прохання – відмова (згода).

Дослідник В.М. Сагатовський на підставі цілей учасників та способів їх досягнення вирізняє чотири рівні спілкування: маніпуляцію (поводження з партнером як з об'єктом), "рефлексивну гру" (прагнення обіграти партнера), правове спілкування (на основі справедливих норм і правил), моральне спілкування (на основі єдності поглядів і духовної близькості).

Американський психолог Б. Берн за ознакою активності взаємодії та її змісту виділяє шість рівнів спілкування: нуль- спілкування (мовчазна черга перед кабінетом); ритуали (привітання, співчуття, прощання); розваги; робота; ігри, коли людина зображує одне, а має на увазі інше; близькість.

Структура спілкування включає три сторони: комунікативну (обмії інформацією); інтерактивну (обмін діями); перцептивну (сприймання людини людиною) (Г.М. Андреева, 1980).

Комунікативна складова полягає у передачі, формуванні, розвитку, уточненні інформації. Здійснюється за допомогою комунікативних актів. Їх розрізняють за такими ознаками, як:

- зміст (виробничі, побутові, сімейні, науково-теоретичні);
- ступінь взаємовідповідності комунікантів (висока, задовільна, незначна, незадовільна, комунікативна несумісність);
- форма (пряма, опосередкована);
- результати (від повного розуміння до повного нерозуміння).

Обмін інформацією змінює взаємини між учасниками спілкування. Тому кожен з них враховує як свої мотиви, так і мотиви партнера. Обмін інформацією можливий, якщо комуніканти користуються єдиною мовою спілкування. Інформація передається за допомогою засобів, вербальних (мовлення) і невербальних.

Інтерактивна складова – це взаємодія учасників спілкування. Людям не тільки важливо обмінятися інформацією, але й потрібно планувати спільну діяльність, узгодити та виконати свої дії. Взаємодія розгортається як кооперація або конкуренція. Перша активізує спільну діяльність, а друга гальмує її. У високорозвинених групах людей поєднуються ознаки кооперації й конкуренції, коли прагнення кожного проявити себе поєднане з допомогою партнеру.

Форми взаємодії (за М.М. Обозовим, 1990) відповідають основним способам організації спільної діяльності, а саме:

- в умовах спільно-індивідуальної діяльності взаємодію називають "поряд, але не разом";

- в умовах спільно-послідовної діяльності ланцюжкова взаємодія характеризується тим, що результат дії одного учасника стає об'єктом дії наступного;

- в умовах спільно-розподіленої діяльності взаємодія побудована на безпосередньому обміні дій між учасниками і відбувається найбільш активно.

Перцептивна сторона – це сприймання і розуміння людьми один одного. Розуміння іншої людини включає сприймання зовнішності, співвіднесення її із особистісними якостями людини і пояснення на цій основі її вчинків. Уявлення про іншого тим багатші, чим повніше уявлення людини про саму себе (її самосвідомість), але й самосвідомість збагачується завдяки порівнянню з іншою людиною.

Взаєморозуміння людей відбувається на основі механізмів ідентифікації, емпатії, рефлексії. *Ідентифікація* – це уподібнення себе іншій людині, здатність розкрити її точку зору. *Емпатія* – це емоційний відгук на переживання іншої людини (співчуття, співпереживання, співдія). *Рефлексія* – це усвідомлення людиною того, як вона сприймається партнером у спілкуванні. На взаєморозуміння між людьми впливають ефекти перцепції – такі, як каузальна атрибуція, ореол, перше враження, новизна, стереотипізація.

Каузальна атрибуція – пояснення людиною причин (мотивів) учинків інших. Ефект ореолу – вплив загального враження про людину на сприймання і оцінку її конкретних учинків. Позитивне враження про людину сприяє перебільшенню її гарних якостей і – навпаки. Ефект першого враження полягає в тому, що для оцінки незнайомої людини найбільш значущою є первинна інформація про неї. Ефект новизни означає, що стосовно знайомої людини найбільшу вагу при її оцінці має нова інформація про неї. Стереотипізація виражається у перенесенні якостей групи людей на особистість, що належить до цієї групи, за схемою: "всі відмінники – дисципліновані".

Види спілкування О.О. Леонтьєв розрізняє за чотирма ознаками.

1. *За орієнтацією*: соціальне і особистісне.

2. *За сферою перебігу*: в сфері знань, навичок, умінь (навчання і виховання), у реально виконуваних діяльності (навіювання, переконання), у сфері мотивів і потреб (переконання).

3. *За використовуваними засобами*: матеріальне (предмети виступають засобами в спілкуванні), знакове – вербальне і невербальне, особистісно-смісловне з використанням засобів, зрозумілих лише в окремій групі людей (погляди, репліки).

4. *За ступенем опосередкування*: безпосереднє – наявність прямого контакту (спільне місце і час зустрічі); опосередковане – між людьми, розділеними в просторі й часі за допомогою листа, телефону.

Особливості спілкування залежать і від професійної діяльності, в якій воно використовується. Важливого значення спілкування набуває у педагогічній діяльності.

Педагогічне спілкування – це професійне спілкування вчителя з учнями на уроці або поза ним, що виконує певні педагогічні функції та спрямоване на оптимізацію навчання й виховання (О.О. Леонтьєв).

Специфіка педагогічного спілкування розрізняє його із іншими видами спілкування. Вона полягає у наступному.

- 1. **Обов'язковість:** без педагогічного спілкування неможливе розв'язання задач навчання та виховання.
- 2. **Педагогічна цілеспрямованість:** педагогічне спілкування завжди переслідує цілі різноманітних та ефективних впливів на учнів.
- 3. **Організованість:** передбачає складання плану, відбір засобів і способів його реалізації.
- 4. **Суперечливість ролей** учасників педагогічного спілкування: з одного боку, спілкуються партнери з різним запасом досвіду, що породжує нерівність, а з іншого – повноцінне спілкування вимагає рівноправності партнерів.

5. **Володіння вчителем технологією педагогічного спілкування**, яка є змістом професійної підготовки й удосконалення педагога.

В.О. Кан-Калик (1987) вирізняє такі *етапи (структуру)* педагогічного спілкування:

- моделювання майбутнього спілкування;
- організація безпосереднього спілкування в момент початкової взаємодії;
- управління спілкуванням в ході педагогічного процесу;
- аналіз реалізованої системи спілкування у зв'язку з моделюванням наступної.

Розрізняють стилі педагогічного спілкування:

- спілкування в процесі спільної творчої діяльності;
- спілкування на основі дружніх відносин;
- спілкування-дистанція;
- спілкування-залякування;
- спілкування-загравання.

Будь-яке спілкування здійснюється за допомогою вербальних (мовлення) і невербальних засобів.

Мовлення – це універсальний засіб комунікації. Кожен учасник спілкування по чергову то слухає, то говорить, то виражає думку в мовленні (кодує інформацію), то розкриває зміст висловів партнера (декодує).

Мовлення доповнюється *невербальними* засобами спілкування. Розрізняють наступні їх види:

- а) екстралінгвістичні (жест, міміка, пантоміміка);
- б) паралінгвістичні (пауза, тон, тембр мовлення, темп; сміх, плач);
- в) простір і час спілкування (обличчя до обличчя).

Наприклад, важливою є відстань між учасниками спілкування, що сприймається ними як належна. Відомо, що у народів Європи така відстань близько 50 см, у народів Латинської Америки менше 50 см. Порушення дистанції між співрозмовниками слугує додатковим знаком (близькості,

поваги чи навпаки). Невербальні засоби доповнюють, поглиблюють, уточнюють вербальні, але їх не завжди легко розшифрувати і зрозуміти. Існує словник, у якому зібрано і розшифровано 120 тисяч виразів обличчя.

ТЕМА 10. МІЖОСОБОВІ СТОСУНКИ В ГРУПАХ

План:

1. Психологія міжособистісних взаємин
2. Групи та їх класифікація
3. Соціально-психологічний клімат

Текст лекції

Важливий вплив на ефективність міжособистісних стосунків справляє психологічний чинник — ставлення людей один до одного, психологічна та практична готовність до співпраці, індивідуально-психологічні особливості людей та ін. Найповніше суб'єктивний характер міжособистісних стосунків виявляється в сумісності людей.

Сумісність — це оптимальне поєднання якостей людей у процесі взаємодії, що сприяє успішному виконанню спільної діяльності.

У психології виокремлюють такі чотири різновиди сумісності: фізичну, психофізіологічну, соціально-психологічну та психологічну.

Фізична сумісність виявляється в гармонійному поєднанні фізичних якостей двох або кількох людей, що разом виконують певну спільну діяльність. Наприклад, максимальна продуктивність фізичної праці можлива лише за умов, коли ті, хто разом її виконує, не поступаються один одному в силі та витривалості. Досить поширеними є критерії відбору за показниками фізичної сумісності у спорті при комплектуванні команд (групування за ваговими категоріями у важкій атлетиці).

Засадами щодо **психофізіологічної сумісності** є особливості аналізаторних систем, а також властивостей нервової системи. Цей різновид сумісності передбачає успішність взаємодії людей у тих видах діяльності, де чутливість у межах тієї чи іншої аналізаторної системи є вирішальною. Так, робота на конвеєрі потребує певного темпу виконання виробничих операцій від кожного працівника. У разі невідповідності психофізіологічних характеристик когось із працівників процес порушується, а може і взагалі припинитися. Для двох контролерів спільна робота, пов'язана з розрізненням насиченості кольорів, буде неможливою, якщо у них гострота чутливості до кольорів буде різною. Ще більшого значення в межах цього різновиду сумісності набуває темперамент. Доведено, що найуспішніше взаємодіяти можуть два неоднакові темпераменти (холерик і флегматик, сангвінік і меланхолік), гірше — люди з однаковими темпераментами (два холерики, два меланхоліки). Разом з тим, як зазначалося, у роботі, яка потребує рухливої нервової системи від усіх її учасників, протилежні темпераменти непридатні.

Соціально-психологічна сумісність передбачає взаємини людей з такими особистісними властивостями, які сприяють успішному виконанню соціальних ролей. У цьому разі не обов'язковою має бути схожість характерів,

здібностей, але обов'язковою – їх гармонія. Життєвий досвід показує, що контакти встановлюються швидше й виявляються міцнішими у людей з рисами характеру, що доповнюють одна одну: одна людина – запальна та імпульсивна, інша спокійна, поміркована, хтось є теоретиком, а дехто – практиком тощо.

Проте це не означає, що сумісними виявляються лише люди з протилежними рисами. Сумісність можлива і в разі збігу рис характеру чи інших особистісних якостей, проте ймовірність руйнування спільноти за цих обставин вища.

Психологічна сумісність передбачає спільність поглядів, переконань, соціальних і моральних установок, цінностей, ставлень. Усе це найбільше духовно зближує людей. Психологічна сумісність, яка на них базується, - це вищий інтегративний рівень сумісності людей, яка характеризує глибокий, змістовий бік взаємодії та зумовлює її ефективність.

Відсутність сумісності у групі людей, включених у виконання суспільно чи особистісно значущої діяльності, за певних умов може спричинитися до конфлікту.

Соціально-психологічний клімат у колективі

Письменник А. де Сент-Екзюпері висловив думку про те, що на світі немає нічого дорожчого за ті зв'язки, що з'єднують людей.

У результаті порушення соціально запрограмованих взаємозв'язків між людьми в колективі виникає соціальне і психологічний клімат (СПК), який можна розглядати як продукт предметно-практичних взаємостосунків людей у процесі їх спільної діяльності, що виявляється у поведінці, довільних і мимовільних реакціях, способах спілкування.

Одне з основних завдань керівника – створення умов для зміцнення міжособистісних зв'язків, сила яких підвищує показник рівня розвитку колективу. Успішне вирішення цього завдання можливе за умови розуміння керівником природи і структури СПК.

Психічне напруження – це психічний стан, обумовлений передбаченням несприятливого для суб'єкта розвитку подій, що супроводжується відчуттями тривоги, страху, дискомфорту.

Як приклад виникнення психічного напруження можна розглядати прихід нового керівника до колективу, який має свої устої і традиції.

Люди його не знають. Природно, виникають питання, як поводитиме себе новий шеф, який його стиль керівництва. Спостерігається різний щодо сили рівень тривоги залежно від багатьох факторів – професійної підготовленості співробітників, психіки особистості тощо. У наведеному прикладі соціальне напруження визначиться стилем, що його обере новий шеф.

Соціальне напруження психологи розглядають як закриту форму конфлікту.

Конфлікт (від лат. Conflictus - зіткнення) - це зіткнення протилежно спрямованих цілей, інтересів, позицій, поглядів або думок опонентів чи суб'єктів взаємодії.

На СПК великий вплив мають міжособистісні стосунки, суб'єктивний характер яких виявляється у сумісності людей.

Сумісність характеризується оптимальним поєднанням якостей людей у процесі спільної діяльності, що сприяє її успішному виконанню.

Гармонійне поєднання фізичних якостей людей, що виконують певну спільну діяльність, свідчить про фізичну сумісність.

Запорукою психофізіологічної сумісності є властивості нервової системи, а також особливості аналізаторних систем.

Основою соціально-психологічної сумісності є взаємини людей з такими особистісними властивостями, які сприяють успішному виконанню соціальних ролей.

Психологічна сумісність передбачає спільність поглядів, переконань, цінностей, ставлень.

Окремі дослідники вважають, що СПК залежить від стосунків між керівником і членами групи. У цьому твердженні є лише частка істини. У практичній діяльності ми часто спостерігаємо, що порушниками сприятливого психологічного клімату виступають рядові працівники.

Вважається, що, на відміну від морального, психологічний клімат формується в результаті неформальних міжособистісних стосунків. Однак не слід применшувати значення формалізованих стосунків, що утворюються всередині групи людей. Наприклад, керівник надто строго і нав'язливо стежить за виконанням якихось формальних вимог. Чи буде це допомагати формуванню сприятливого ПК? Певно, ні. Швидше виникнуть передумови створення психічного напруження в колективі.

Отже, під час формування ПК в середині колективу можуть бути і формальні, і неформальні міжособистісні стосунки людей у процесі їх спільної діяльності.

Ми говорили про те, що СПК має стійкий характер, володіючи відносно великою інерцією: тривалий час витрачається на формування оптимального ПК. Але набагато менше часу потрібно для того, щоб зруйнувати його.

Тим часом багато керівників помилково вважають, що досить однієї-двох довірливих бесід у групі, як зразу зникне психічне напруження. Таких керівників чекає розчарування. Бесіди можуть викликати короткочасний, неглибокий ефект. Це, як правило, ті випадки, коли керівник бачить лише верхівку айсберга. Психологічне напруження часто має глибинний, прихований характер. І для того, щоб усунути його підґрунтя, потрібна тривала, настійлива робота, а інколи і зміна стилю керівництва. Міжособистісні стосунки складаються на ґрунті персональних контактів (безпосередні) і діяльності людей або інструментальних засобів спілкування (опосередковані).

На міжособистісні стосунки впливають рольові тенденції учасників процесу управління. Найважливіша з них - визнання лідера.

СПК як результат міжособистісних стосунків виявляється у формуванні спільної думки, оцінки людей і подій, дій і настроїв, ставлення до праці.

На думку А. Г. Ковальова, на міжособистісні стосунки впливають три основних чинники: психологічні особливості, соціальна діяльність і суспільні відносини. Зазначені чинники і зв'язки між ними, що ґрунтуються на спілкуванні людей, є органічною оболонкою СПК. Від її якості залежить: психологічний комфорт (з проекцією на здоров'я членів колективу); поліпшення кількісних і якісних характеристик праці; задоволеність виробничою діяльністю.

Володіючи широкою гамою характерних властивостей (типологічні особливості характеру, експансивність, екстра- та інтровертність, статеві і вікові відмінності тощо), людина може позитивно або негативно впливати на оточуючих, роблячи певний внесок в основу ПК.

Особистість, яка приносить у колектив доброту і розуміння, має здатність до емпатії, комунікабельна, виявляє піклування, сумлінне ставлення до праці, принциповість і багато інших позитивних якостей, безумовно, буде сприяти оптимізації трудової і соціальної діяльності.

І навпаки, особистість, яка нехтує нормами етики, виявляє егоїзм, невитриманість, непослідовність, демонструє гірші сторони свого характеру, буде руйнувати хороші міжособистісні стосунки, негативно впливати на СПК, провокувати конфлікти.

Слід зазначити, що типологічні особливості особистості самі по собі не визначають якість міжособистісних стосунків, а значить – і стан ПК. Добре вихована людина-холерик буде стримувати зовнішні прояви негативних емоцій. Невихований, з низьким рівнем культури холерик, постійно конфліктуючи, може бути нестерпним у колективі. Лінивий флегматик, не будучи компетентним, завжди буде перешкодою у творчій діяльності колективу. Сангвінік, обділений певними соціальними установками, також буде руйнувати існуючі хороші міжособистісні стосунки.

Крім індивідуально-психологічних особливостей, суттєву роль у формуванні міжособистісних стосунків і СПК відіграють діяльність людини, її соціальні установки, підготовленість до праці. Наприклад, людина відверта, досвідчена і професійно компетентна буде своїм прикладом зміцнювати колектив, створювати в ньому оптимальний ПК. Однак структура трудових відносин не завжди залежить від волевиявлення членів колективу. На ефект виробничої діяльності впливає багато службових регламентів (правила, норми, інструкції), що, обмежуючи свободу особистості, порушують психологічний комфорт. Регламентуючи діяльність ініціативного працівника, обмежуючи свободу жорсткими рамками розпорядку, керівник може помітно знизити його творчий потенціал. Свобода – поняття соціальне, тісно пов'язане із психікою особистості. Свобода без меж не сприймається людиною як свобода. Фізіолог І. П. Павлов висунув думку про те, що щастя людини

знаходиться між свободою і дисципліною. Одна лише свобода без суворої дисципліни і правил не може створити повноцінну особистість. Справжнє почуття свободи невідчутне, воно як повітря, якого не помічаєш, поки дихаєш.

Почуття свободи тісно пов'язане із внутрішнім змістом особистості, її установкою на самовдосконалення. Свобода у процесі праці сприймається неоднаково людьми різного освітнього рівня і різної соціальної орієнтації.

Керівнику слід мати уявлення, якою ціною досягається високий рівень організації праці, скільки «свободи» і «несвободи» закладати в підґрунтя діяльності конкретної особистості. Спостереження свідчать, що чим більше праця пов'язана із творчістю, тим менше повинно бути формальних обмежень, тим розкутішою психічно буде особистість.

Недосвідчений організатор намагається тримати підлеглих «під рукою». Такий підхід до організації праці призводить для ускладнення міжособистісних стосунків і погіршення ПК, що зрештою впливає на ефективність праці. Досвідчений керівник завжди дає співробітникам можливість виявити їх індивідуальні особливості.

На формування міжособистісних стосунків може впливати несхожість психофізіологічних реакцій членів колективу, що розглядається як вид несумісності. Наприклад, відсутність синхронізації темпу і ритму активної психічної діяльності співробітників обумовлює різну швидкість виконання завдань. Важко уявити ефективність творчої спілки партнерів, один із яких – «сова», а інший – «жайворонок».

Соціально-психологічні дослідження показали, що хорошу психічну сумісність мають люди з мотиваційною установкою (за Маслоу) на самоствердження, пі розуміють виражену потребу у спілкуванні, а також «діади» - пари осіб із сил слабкою нервовою системою, які діють разом.

Підґрунтям суспільних відносин є соціально-психологічна єдність правовий економічних, психологічних, організаційних, етико-моральних та інших взаємозв'язків людей. Стан і якість міжособистісних стосунків знаходяться під впливом суспільних відносин.

Особливості статевої і вікової структури колективу

Спрямовуючи свою діяльність на створення здорового психологічного клімату і оптимальної творчої обстановки в колективі, досвідчений керівник звертає увагу на статеві і вікові відмінності членів групи. Американський психолог Анна Анаста вважає, що чоловіки переважають жінок у швидкості і координації рухів, орієнтації у просторі, розумінні міжособистісних стосунків, математичній розсудливості, жінки чоловіків - у спритності, пам'яті, рахунку, комунікативних вміннях. Психолог В. І. Толстих виділив характерні соціально-масові і особистісно значущі чоловічі і жіночі риси. Чоловіки частіше беруть на себе відповідальність; вони одержують задоволення, ведучи за собою інших; мають велику впевненість у собі, уміння бачити деталі, що впливають на розвиток подій, тощо. Жінкам властива здатність одержувати задоволення від допомоги іншим, від виявленої ними емоційної підтримки, співпереживання. Вони спокійніше сприймають поради співробітників. У них

відсутня тенденція до суперництва з чоловіками. Прийнято вважати, що жінка - романтична істота, однак В. І. Толстих у своїх спостереженнях дійшов такого висновку: у сучасних жінок відсутня надмірна романтичність, особливо у тих, які мають риси лідера.

Відзначається неоднакове ставлення чоловіків і жінок до своєї статевої належності. Чоловіки частіше запитують себе: «Чи маю я загальноприйнятий набір чоловічих якостей: сміливість, владність, стриманість, витривалість, силу тощо?» Дещо рідше жінки запитують себе про наявність жіночих якостей: поступливості, м'якості, без-посередності тощо. Як серед чоловіків, так і серед жінок є всі три біоти́пи особистості – адреналовий, норадреналовий і змішаний. Однак серед чоловіків переважає адреналовий тип. Серед чоловіків, хворих на неврози, адреналовий тип зустрічається у 37,8 %, а у жінок – лише у 30,1 %.

Нагадаємо спрощену схему механізму формування і дії симпатико-адреналової системи. Із особливої речовини - дофаміну - у нервових закінченнях і органах центральної нервової системи виробляється норадреналін - гормон, нервовий медіатор, що бере участь у процесах розумової діяльності. За це його образно назвали «гормоном інтелігентності». Це гормон тривалої м'якої дії.

Під впливом нейромедіатора норадреналіну в корі надниркових залоз виробляється адреналін – «гормон стресу». Це гормон швидкої і жорсткої дії. Слід зазначити, що у добових біоритмах людини максимальна активність у часі (з 8-ї до 12-ї години і з 16-ї до 22-ї години) збігається зі збільшеним виділенням адреналіну.

Традиційно вважалося, що жінки вразливіші, вони потребують опіки чоловіків тощо. Гормональний аналіз цього не підтверджує. Зрив адаптаційної симпатико-адреналової системи у чоловіків дещо вищий, ніж у жінок (відповідно 71,2 % і 69,4 %). Причиною цього явища багато дослідників вважають частіше порушення біоритму у чоловіків. Неврози істеричного і неврастенічного типу також зустрічаються частіше у чоловіків, ніж у жінок (відповідно 86,1 % і 79,6 %).

Чоловіки мають нижчі, порівняно з жінками, імунітет і біоенергетику. У чоловіків раніше, ніж у жінок, настають клімакс і статевая слабкість. Підвищена тривожність, неврастенічність, емоційна нестійкість призводять до інфаркту та інсульту частіше у чоловіків.

Нині спостерігається уніфікація у зовнішньому вигляді і в рольових функціях чоловіків і жінок. Особливо це стосується осіб молодого віку.

Щодо вікової структури колективу, то не втратив значення вислів Френсіса Бекона про те, що людське суспільство – неначе організм, де представники різного віку функціонують як органи. Коли якогось із них немає, то організм хворіє. У суспільному організмі молоді кохають, сподіваються і борються, зрілі люди випробовують, досліджують і спрямовують, люди похилого віку перевіряють, критикують, стримують. І лише суспільство, де є люди різного віку, досконале, тому що воно любить, мислить, критикує.

Нам здається, що думки Бекона можуть стати хорошим підґрунтям для роздумів і висновків щодо збереження в колективі високого творчого потенціалу, застереженням від покvapливих і необдуманих рішень у проведенні кадрової політики.

Вікові зміни організму у жінок і чоловіків відбуваються неоднаково. І ставлення їх до цього також різне. Старіння для жінки - це свого роду трагедія, яку вона переживає часто бурхливо і досить відверто.

Чоловік своє старіння переживає приховано, як щось глибоко інтимне. Тому ми більшу увагу приділяємо питанням психології, що пов'язані зі старінням чоловіків.

Вважають, що перші сигнали про старіння чоловічого організму надходять у 45-55 років. У цей період чоловіки приділяють більше уваги своєму здоров'ю, часто займаються самолікуванням. Жінки ж більше займаються своєю зовнішністю.

Скарги чоловіків мають в основному психологічний характер. Настає час оцінки і переоцінки пережитого. Часто чоловіки приходять до думки, що не всі можливості були використані. Така оцінка минулого призводить до надолужування, як вони вважають, утраченого. На тлі сплеску емоцій з'являється підвищена закохуваність. Об'єктом їх кохання частіше стають молоді жінки. Настає «друга молодість». Психологи називають її «кризою п'ятдесятилітніх», у зарубіжній літературі – симптомом «зачинених дверей» (у цей симптом вони включають і проблеми професійної діяльності).

Ретроградно оцінюючи прожите життя, чоловіки змінюють своє ставлення до роботи. У одних підвищується трудова активність, і зовсім не з бажання догодити керівництву. Інші дещо холодніше ставляться до трудової діяльності, витрачаючи енергію на різні захоплення.

У цей період чоловіки змінюють своє ставлення і до матеріальної бази. Одні стають ощадливими, часом занадто, інші, навпаки, займаються марнотратством.

Відомий англійський публіцист, сатирик, економіст і політолог Н. Паркінсон, розглядаючи проблему пенсійного віку, зробив висновок, що всі рішення щодо вимушеної відставки довільні і ненаукові.

Будь-яку цифру так званого пенсійного віку, від 50 до 75 років, можна з однаковим успіхом як захистити, так і заперечити.

Люди старіють незалежно від віку – хто у 50, а хто у 90. Для виходу на пенсію, вважає Паркінсон, кількість років – не основне. На його думку, головною умовою є вік того, хто приходить на дане місце (звичайно, з урахуванням можливостей його і того, хто йде на заслужений відпочинок).

У пору краху «вічний резервіст» вважає свої рішення наймудрішими і найважливішими. Він з головою поринає у вирішення рутинних справ. У пору заздрості намагається весь час нагадувати про себе. У пору покори виправдовує своє становище фразою, що у нього завжди більше часу, ніж у того, чиє місце він міг би посісти. Із сказаного випливає, що наступник повинен посісти посаду не пізніше 40 років.

Хочеться пригадати тут слова М. Монтеня, що зрілість душі формується до 20 років. На жаль, ми все частіше зустрічаємося з інфантилізмом двадцятилітніх членів суспільства.

Механізми взаємовпливу

Взаємовплив спрямований на формування сталих оцінок, учинків, що характеризуються подібністю. Це сприяє зближенню, поєднанню інтересів і ціннісних орієнтацій — відбувається процес уподібнення членів однієї групи. Механізмами взаємовпливу є імітація, навіювання, конформність, переконання.

Імітація — неспрямований вплив, що не ставить перед собою спеціальної цілі, але має кінцевий ефект і є найпростішою формою відображення людиною поведінки інших людей. На основі імітації пізніше формуються інші регулятори взаємовпливу — навіювання, конформність, переконання. Вони регулюють норми міжособистісного спілкування. Норми, у свою чергу, визначають характер міжособистісних стосунків. Наявність відпрацьованих норм демонструє однозначність у розумінні та оцінці подій.

Навіювання — найменш усвідомлюваний процес — ґрунтується на некритичному наслідуванні зразків поведінки іншої людини. Навіювання може бути пряме (коли один із партнерів по спілкуванню ставить перед собою таке завдання) і непряме, мимовільне.

Конформність, на відміну від навіювання, є процесом свідомої зміни оцінок, установок, поведінки під впливом групи. Це виражається у свідомій зміні ціннісних орієнтацій, прийнятті групових норм, очікувань та ролі, яку нав'язує група. Міра прийняття особистістю зовнішніх оцінок і норм поведінки свідчить про ступінь її конформності. Прийняття норм може мати поверховий характер або ж глибинний, пов'язаний зі зміною диспозицій особистості. Соціальні ролі особистості показують, як глибоко вона сприймає груповий тиск, виявляючи певну конформність.

Слід чітко розрізняти конформність як ситуативне явище та конформізм як рису характеру. Конформність виявляється в повсякденному житті, оскільки людині доводиться узгоджувати свою поведінку з іншими людьми, з певними соціальними нормами. **Конформізм як особистісна риса** — це готовність людини змішувати власну поведінку, роль, думки та переконання відповідно до нав'язаних їй норм, оцінок.

Переконання — процес свідомого прийняття оцінок, думок і стереотипів поведінки, що належать групі. У процесі переконання відбувається звертання в основному до раціональних сторін психіки, досвіду, знань, логічного мислення, хоча все це не виключає участі емоцій та почуттів.

У повсякденній практиці спілкування явища навіювання, конформності, переконання ідуть поряд. Вплив людини на людину — процес багатоплановий, проте можна виділити кілька його загальних умов. Ступінь конформності та переконаності залежить від того, хто є суб'єктом впливу. Тут відіграють велику роль такі фактори, як соціальний статус особи, належність її до певної

організації, вік, професія, популярність та ін. Вплив на людину буде ефективнішим, якщо він здійснюватиметься у присутності інших людей.

Міжособистісний взаємовплив залежить від ступеня визначеності чи невизначеності фактів і подій, завдяки яким приймаються ті або інші рішення. Дослідники виявили таку залежність: за умов високої визначеності завдань вірогідність зміни оцінок і думок менша, а адекватність їх вирішення вища; за умов високої невизначеності завдань вірогідність зміни оцінок більша, адекватність менша.

Суттєвим моментом взаємовпливу є стосунки симпатій та антипатій. Міжособистісні симпатії «нав'язують» більшу згоду, антипатії – незгоду. Симпатії роблять людей більш «відкритими» до взаємовпливу, антипатії, навпаки, — ізолюють їх один від одного. Людина малосприйнятлива до думок та оцінок людей, яким вона не симпатизує. Причому антипатії можуть суттєво погіршувати сутність взаємовпливів. Тому оптимальними вважаються такі стосунки, які найменше пов'язані з симпатіями й антипатіями і спрямовані на ефективність діяльності.

Проте міжособистісні взаємовпливи можуть приводити і до характерологічних змін. У процесі спільного життя люди не тільки набувають загальних рис, що робить їх схожими один на одного, а й виробляють протилежні характерологічні властивості. Так, за даними досліджень, наявність у батька такої риси, як домінантність, спричинює формування в дитини зворотної риси – пасивності, але домінантність матері позитивно впливає на формування цієї риси в дитини. Загалом закономірність міжособистісних стосунків, що демонструє зближення психологічних рис у людей, названо «законом міжособистісного уподібнення», а частковий його прояв – *ефект «поляризації»* особистісних рис – формується у процесі тривалих стосунків.

Типи міжособистісних стосунків

Оцінка міжособистісних стосунків передбачає проведення їхньої класифікації. Так, виділяються стосунки знайомства, приятелювання, дружби. Коли один з партнерів сприймає ці стосунки тільки як знайомство, а інший – як дружбу, то виникає непорозуміння. Тому міжособистісні стосунки можна визначити як взаємну готовність партнерів до певного типу почуттів, домагань, очікувань, поведінки. М. Обозов пропонує таку класифікацію міжособистісних стосунків: знайомства, приятелювання, товариські, дружні, любовні, подружні, родинні, деструктивні. Вона спирається на кілька критеріїв: глибину стосунків, вибірковість щодо партнерів, функції стосунків.

Головним критерієм розрізнення міжособистісних стосунків є рівень включення особистості в стосунки. У структурі особистості виділяють такі рівні: загальновидові, соціо-культурні, психологічні, індивідуальні. Найбільше включення індивідуальних характеристик особистості відбувається у дружніх, подружніх стосунках. Стосунки знайомства, приятелювання обмежуються включенням у взаємодію переважно видових та соціокультурних особливостей особистості.

Другий критерій – вибірковість щодо партнерів – можна визначити як кількість ознак, що мають значення для встановлення та відтворення стосунків. Найбільшу вибірковість виявляють стосунки дружби, подружні, кохання, найменшу – знайомства. Середня кількість осіб, уведених у стосунки знайомства особистості: 150-500, приятелювання: 70-150, стосунки дружби охоплюють: 2-3 особи.

Функції стосунків виявляються в розрізненні їх змісту, психологічного смислу для партнерів. Додатковими критеріями розрізнення міжособистісних стосунків є дистанція між партнерами, тривалість та кількість контактів, норми стосунків, вимоги до умов контакту. Загальна залежність тут така – з поглибленням стосунків скорочується дистанція, збільшується частота контактів.

Міжособистісні стосунки є найбільш значущими для особистості. Неофіційність, особиста значущість, емоційна насиченість становлять основу для впливу міжособистісних стосунків на особистість.

ТЕМА 11. МОТИВИ ТА МОТИВАЦІЯ

План:

1. Мотиваційна сфера особистості
2. Спрямованість особистості: зміст, види, форми прояву
3. Умови розвитку мотивації особистості

Текст лекції

Мотив і мотивація – поняття, що застосовуються для пояснення рушійних сил людської поведінки. *Мотивація* – сукупність психологічних чинників, що надають поведінці енергетичний імпульс та загальну спрямованість. Пояснити мотивацію поведінки – це відповісти на запитання: Чому? Навіщо? З якою метою? Який сенс?

Диспозиційна та ситуаційна мотивація.

Мотивація включає *диспозиційні (внутрішні)* та *ситуаційні (зовнішні)* чинники поведінки. До перших належать *мотиви, потреби, цілі, наміри, бажання, інтереси, завдання* тощо.

Чинники	Психологічний зміст чинників
<i>Мотив</i> (від франц. «спонукальна причина»)	Безпосереднє спонукання до діяльності, пов'язане із задоволенням потреб суб'єкта, що відповідає на запитання: «Заради чого вона здійснюється?»; сукупність зовнішніх або внутрішніх умов, що викликають активність суб'єкта й що визначають її спрямованість. Приклад. Мотив може бути реалізацією актуальної (важливої) для особистості потреби: панувати, керувати (мотив власті), досягати успіхів

	(мотив досягнення), уникати невдач (мотив уникнення) тощо.
<i>Потреба</i>	Стан потреби організму, індивіда, особистості в чомусь, що є необхідним для їхнього нормального існування. Пов'язана зі станом незадоволення. Виокремлюють фізичні, органічні, матеріальні, духовні, соціальні потреби. Приклади.
<i>Інтерес</i>	Підвищена й позитивно забарвлена увага людини до певного об'єкту або явища, що сприяє задоволенню її пізнавальних та інших потреб. Приклад. Інтерес до музики або хореографії є рушійним механізмом їхнього пізнання.
<i>Намір</i>	Усвідомлене бажання, готовність щось зробити. Приклад.
<i>Бажання</i>	Переживання, що характеризується прагненням особистості досягнути певної мети. Приклад.
<i>Мета (ціль)</i>	Безпосередній результат, на який спрямована дія. Приклад.
<i>Завдання</i>	Мета, поставлена в конкретних умовах, що вимагає виконання, рішення. Приклад.

Ситуаційні (зовнішні) чинники мотивації – це умови та обставини діяльності, що мають назву *стимулів*. Приклад. Якщо поведінку та діяльність людина стимулює задоволення, яке отримано безпосередньо від них самих – це *внутрішня мотивація*, якщо ж вони стимульовані зовнішніми чинниками (заохочення, влада, слава, гроші, можливість покарання тощо) – це *зовнішня мотивація*. Приклади. На мотивацію конкретної дії, вчинку впливає певна сукупність внутрішніх і зовнішніх чинників. Приклад.

Параметри мотиваційної сфери (широта, гнучкість, ієрархічність)

Параметри	Психологічний зміст
Широта	Кількість і різноманітність мотивів, потреб, цілей.
Гнучкість	Здатність задовольняти ту саму потребу різними засобами.
Ієрархічність	Одні мотиви і цілі є більш потужними за інші, виникають та реалізуються частіше за них.

Мотивація і особистість (перетворення мотивів на риси особистості).

Упродовж життя різні мотиваційні фактори перетворюються на риси особистості. Вони в значній мірі забезпечують життєвий успіх.

У людей з мотивацією *досягнення успіхів*, згодом формується *адекватна* або трохи завищена *самооцінка*. Вони загалом впевнені у собі, емоційно стабільні, спроможні правильно оцінювати власні можливості, обирати

оптимальний для себе фах. Люди, що орієнтовані на *уникнення невдач*, загалом не впевнені у собі, тривожні, мають занадто високу або занадто низьку самооцінку і обирають занадто легкі, або занадто важкі для себе професії. Приклад. З самооцінкою співвідноситься рівень домагань (максимальний успіх, на який розраховує людина у певній діяльності).

Мотивація афіліації (потреба у спілкуванні, перебуванні разом з іншими) формує почуття прихильності, вірності, товарищескості, любові; *мотивація знехтування* – боязнь бути не прийнятим іншими людьми.

Мотивація влади – намагання людини мати владу над іншими (керувати людьми, примушувати їх діяти у відповідності із власними інтересами, приймати рішення замість них, завжди доводити їм власну правоту, встановлювати закони та правила, судити, надзирати, карати, зваблювати, привертати до себе увагу, мати послідовників тощо).

Мотивація дозволяє пояснювати причини вчинків. Знаючи їх можна передбачати поведінку. Пояснюючи мотиви поведінки, людина покладає відповідальність за неї або на внутрішні, або на зовнішні чинники. Локалізація чинників, з допомогою яких частіше за все пояснюється власна поведінка або поведінка оточуючих називається *локусом контролю*. Якщо при цьому переважають внутрішні чинники – у людини *інтернальний*, зовнішні – *екстернальний* локус контролю. Локус контролю – важлива індивідуальна ознака. Вона сприяє формуванню певних рис особистості, особливостей поведінки.

ТЕМА 12. ТЕМПЕРАМЕНТ ЯК ФОРМАЛЬНО-ДИНАМІЧНА ОСНОВА ПОВЕДІНКИ

1. Темперамент як якість особистості.
2. Фізіологічна основа темпераменту.
3. Темперамент та основні властивості нервової системи людини.

Текст лекції:

Темперамент (лат. Temperamentum Клавдій Гален (129-201 pp. н.е.) – узгодженість, належне співвідношення частин) — сукупність індивідуальних властивостей, що характеризує динамічну та емоційну сторони поведінки людини (адаптація до різних життєвих умов, темп перебігу психічної діяльності, виявлення почуттів та реакція на зовнішні подразники). Риси темпераменту є сталими, константними.

Назва різних типів темпераменту походить із поділу індивідуальних відмінностей між людьми, який зробив Гіппократ, а перейняв Гален. Мова йшла про співвідношення різних видів рідини в організмі. Кров (лат. sanguis), слиз (гр.phlegma), жовта жовч (гр. chole), чорна жовч (гр. melania chole)). Ця теорія має назву **гуморальної** (humor – рідина); довгий час вона була провідною. Часткове її підтвердження полягає у тому, що реактивність, емоційна урівноваженість великою мірою залежать від особливостями функціонування гормональної системи.

Виділяють такі компоненти, які визначаються темпераментом:

загальна психічна активність, що по-різному проявляється у людей: від в'ялості, інертності, пасивності до енергійності, активності, прагнення до дії. Між цими двома полюсами знаходяться представники різних типів темпераменту;

моторна активність, що показує стан активності рухового та мовнорухового апарату. Проявляється в швидкості, силі, різкості, інтенсивності м'язових рухів та мови людини, її зовнішньої рухливості чи стриманості, говірливості чи мовчазності;

емоційна активність проявляється у вразливості (чутливість та сприйнятливості до зовнішніх та внутрішніх впливів), імпульсивності, емоційній лабільності (швидкість зміни емоційних станів).

Темперамент відображається лише у *формально-динамічних* перебігах поведінки людини. Він не охоплює сутнісного прояву, не характеризує погляди, інтереси, переконання, риси характеру (добрий, підлий, лінивий, пунктуальний, альтруїст, егоїст тощо) та ін.

Інший підхід: Ернст Кречмер відповідно до конституціональної типології виділяв також 3 типи темпераменту, які він назвав: шизотимік, іксотимік і циклотимік.

Сучасні характеристики темпераментів проходять за такими якостями:

лабільність – швидкість виникнення та перебігу збудження і гальмування;

сенситивність – міра чутливості до явищ дійсності, виникнення психічної реакції та зовнішній подразник найменшої дії;

реактивність – сила емоційної реакції на зовнішні та внутрішні подразники;

активність – показник рівня діяльності людини під час подолання перешкод;

темпер реакцій – швидкість перебігу психічних процесів та реакцій;

пластичність – гнучкість, легкість пристосування до нових умов та **ригідність** – інертність, нечутливість до зміни умов;

екстраверсія – спрямованість особистості на довкілля, людей, предмети, події;

інтроверсія – фіксація особистості на собі, на своїх переживаннях та думках, схильність до самоаналізу, замкнутість;

емоційна збудливість – визначення рівня емоційного впливу, щоб викликати емоційну реакцію.

Ідея зв'язку особливостей темпераменту з певними анатомо-фізіологічними властивостями нервової системи одержала вагоме експериментальне підтвердження у працях І.П. Павлова, який визначив, що темпераменти (або типи нервової системи) зумовлені певним співвідношенням трьох основних типологічних ознак – сили, зрівноваженості та рухливості нервових процесів.

На думку І.П. Павлова та його послідовників, сила нервових процесів означає здатність нервових клітин адекватно реагувати на дуже сильні подразники; зрівноваженість нервових процесів залежить від співвідношення сили процесів збудження і гальмування, а рухливість, або функціональна рухливість, визначається швидкістю переходу нервових клітин від стану збудження до гальмування і навпаки. На підставі уявлень про силу нервових процесів І.П. Павлов визначив три сильні та один слабкий тип нервової системи; при цьому сильні типи відрізнялися один від одного зрівноваженістю та рухливістю нервових процесів.

Отже, **темперамент** – індивідуально-типологічна характеристика людини і вищих тварин, що виявляється в силі, напруженості, швидкості та зрівноваженості перебігу їхніх психічних процесів.

Жвавий тип (сангвінік) має сильний, зрівноважений, рухливий тип нервової системи. У людини риси жвавого типу виявляються в енергії та впертості стосовно досягнення мети (достатня сила нервових процесів), у самовладанні (достатня зрівноваженість нервових процесів) і, водночас — у значній рухливості нервових процесів, що виявляється в умінні швидко перебудовувати свої звички і вподобання, виходячи з конкретних обставин життя.

Спокійний тип (флегматик) має сильну, зрівноважену, проте інертну нервову систему. Люди, які належать до цього типу, відрізняються, передовсім, неквапливістю дій. Поряд з енергією та великою працездатністю (достатня сила нервових процесів), самовладанням і вмінням тримати себе в руках (добра зрівноваженість нервових процесів) у них спостерігається певний консерватизм поведінки, повільність у винесенні рішень, особливо в раптових ситуаціях, що свідчить про інертність (малу рухливість) нервових процесів.

Нестримний тип (холерик) має сильну, але незрівноважену нервову систему. Для людей нестримного типу характерна захопленість, з якою вони виконують роботу; вони працюють натхненно, але часто будь-яка дрібниця може звести все нанівець, що свідчить про незрівноваженість нервових процесів із переважанням збудження. Саме через це для характеристики такого типу і не використовується поняття рухливості нервових процесів.

Слабкий тип (меланхолік) вирізняється загальною слабкістю нервової системи, для характеристики якої такі властивості, як зрівноваженість і рухливість нервових процесів, не застосовуються. Особливістю цього типу є швидкий розвиток позамежного гальмування під дією навіть помірних за силою подразників. У людини риси слабого типу виявляються насамперед у нерішучості й нездатності наполягати на своєму. Меланхолік легко підкоряється чужій волі, за незвичних обставин впадає в паніку, життя видається йому дуже тяжким, повним непереборних труднощів (слабкість нервових процесів). Такі люди намагаються ізолювати себе від життя з його хвилюванням, уникають товариства, бояться будь-якої відповідальності.

І.П. Павлов вважав, що описані ним чотири типи нервової системи, які повністю відповідають класифікації Галена, в чистому вигляді в житті

трапляються порівняно рідко. Найчастіше спостерігаються різні проміжні форми з переважанням властивостей того чи іншого типу.

Залежно від комбінації різних градацій трьох типологічних властивостей нервової системи (сили, зрівноваженості й рухливості) можна, за І.П. Павловим, вирізнити 96 варіацій типів, а його учень В. К. Красуський довів цю кількість до 120

Тип нервової системи є природженим, і змінити його повністю нікому не під силу. А втім, іще І.П. Павлов довів можливість корекції окремих типологічних властивостей. Так, у нестримного типу (холерика), в якого сильний процес збудження не зрівноважений значно слабшим процесом гальмування, можна тренуванням досягти певного збільшення сили гальмівного процесу відповідно до процесу збудження.

І.П. Павлов наголошував, що тривалим тренуванням можна змінити нервову систему навіть слабого типу, тим більше що слабкий тип, як установив В. Д. Небиліцин, має високу чутливість нервової системи, завдяки чому він може досить успішно пристосуватися до умов життя.

Слід зазначити, що, починаючи з 40-х рр. XX ст., збільшується кількість слабких, неврівноважених, інертних типів нервової системи людини. У судженнях наші студенти були одностайними: війни XX ст., репресії, голод та інші соціальні негаразди (у психологічному розумінні – стреси, страх, тривожність, гальмування емоцій і мислення) призвели до "розширення кордонів" неврівноваженості та інертності людини взагалі, особливо генотипу на нашій території, і передаються спадково). Ці риси виявляються в різних людей по-різному: в нерішучості, сумнівах, побоюванні нового, нав'язливих станах, неможливості закінчити розпочату роботу тощо. Схильність до інертності успадковується за домінантним типом. Для подолання спадкової інертності нервових процесів велике значення має тренування їхньої рухливості.

На підставі спостережень за поведінкою людини та згідно з концепцією про дві сигнальні системи І.П. Павлов дійшов висновку, що в людей, незалежно від чотирьох типів нервової системи (загальних для людей і тварин), є також специфічно людські типи нервової діяльності – художній, мислительний, художньо-мислительний (середній).

Для людей художнього типу є характерним певне переважання першої сигнальної системи над другою та конкретно-образного мислення над абстрактним. Люди цього типу в процесі розумової діяльності широко користуються чуттєвими образами навколишнього світу. Вони схоплюють дійсність у цілому, не подрібнюючи її на частини, тобто в них переважає синтетична (інтегративна) діяльність мозку.

Люди мислительного типу характеризуються переважанням другої сигнальної системи над першою та абстрактно-логічного словесного мислення над предметно-образним, тобто різко вираженою здатністю до абстрагування від дійсності, що ґрунтується на намаганні аналізувати, подрібнювати її на частини, а потім об'єднувати в цілісну систему.

Представники середнього (художньо-мислительного) типу характеризуються приблизно однаковою активністю двох видів мислення (двох сигнальних систем). До цього типу належить більшість людей.

Представники яскраво виявленого художнього та мислительного типів, як вважав І.П. Павлов, часто потерпають від неврозів і психозів.

Психологічна характеристика типів темпераменту (для прикладу)

Сангвіністичний – висока лабільність. Умовні рефлекси (як позитивні, так і гальмівні) утворюються легко і вирізняються точністю і міцністю. Притаманне зацікавлення новим; якщо нецікаво, тоді починає нудьгувати. Екстраверт, оптимістичний, життєрадісний, комунікабельний.

Холеричний – наполегливий, але непостійний. Перевага збудженням над гальмуванням полягає відображається у важкості діяти у складних чи емоційних обставинах. У спілкуванні – підвищена емоційна реактивність. . Екстраверт, проте достатньо непоступливий.

Флегматик. За Павловим – спокійний, завжди врівноважений, наполегливий і “завзятий трудівник життя”. Адекватні реакції на подразники: сильні – на сильні, слабкі на слабкі. Інтроверт. Умовні рефлекси утворюються повільніше, але виявляються досить стійкими. Формує звичний, сталий розпорядок дня і життя.

Меланхолічний тип – характерна слабкість, як збудливого, так і гальмівного процесів. Інтроверт. Не любить знайомств. Емоційно вразлива людина. Потребує спокійного, звичного оточення.

Від темпераменту залежать такі особистісні риси, як вразливість, емоційність, імпульсивність і тривожність.

Вразливість – це сила впливу на людину різних стимулів, період їх збереження в пам’яті та сила реакцій на них. Вразлива людина довше пам’ятає впливи на неї, довше зберігає реакцію на впливи й, окрім того, сила реакції в неї значно більше.

Емоційність – це швидкість і глибина емоційної реакції людини на ті чи інші події. Для емоційної людини велике значення має все, що відбувається з нею і довкола неї. У неї набагато сильніше, ніж у неемоційної людини, виражені тілесні реакції, зв’язані з емоціями. Емоційна людина майже не буває спокійною, постійно перебуває під владою будь-яких емоцій, у стані підвищеного збудження або, навпаки, пригніченості.

Імпульсивність – виявляється в нестриманості реакцій, у їхній спонтанності та прояві ще до того, як людина встигає обмірковувати ситуацію, що склалася, і прийняти розумне рішення відносно того, як у ній діяти. Імпульсивна людина спочатку реагує, а потім думає, чи правильно вона вчинила, нерідко шкодуючи про передчасні та неправильні реакції.

Тривожність – підвищена схильність людини переживати занепокоєння в будь-яких ситуаціях життя, у тому числі й тоді, коли причин для цього немає. Тривожна людина відрізняється від малотривожної тим, що в неї занадто часто виникають зв’язані з занепокоєнням емоційні переживання: страх,

побоювання, страхи. Їй здається, що багато чого з того, що її оточує, несе в собі погрозу для її власного «Я». Тривожна людина боїться усього: незнайомих людей, телефонних дзвінків, іспитів, офіційних установ, публічних виступів. Поняття тривожності близько до поняття *нейротизму* (Г. Айзенк). Невротики схильні до депресивних станів навіть у звичайних ситуаціях життя.

ТЕМА 13. ПРИРОДА І СУТНІСТЬ ХАРАКТЕРУ. АКЦЕНТУЙОВАНІСТЬ ХАРАКТЕРУ

План:

1. Загальне уявлення про характер.
2. Особливості характеру як психічного феномену.
3. Теоретичні та експериментальні підходи до дослідження характеру.
4. Структура характеру.

Текст лекції

Термін “характер” – грецького походження (charakter – “печатка”, “чеканка”), він означає “риса”, “ознака”, “відбиток”.

Для визначення властивостей людини його ввів сучасник Аристотеля – Теофраст. У «Характеристиках» він описав з погляду мораліста 31 тип людських характерів – людей хвалькуватих, балакучих, нещирих, нудних, улесливих тощо.

Ми постійно чуємо, що одні люди працьовиті, дисципліновані, наполегливі, скромні, чесні, сміливі, рішучі, колективісти, а інші – ліниві, неакуратні, хвалькуваті, неорганізовані, честолюбні, самовпевнені, нечесні, егоїсти, боягузи тощо.

У житті ці й подібні риси виявляються настільки яскраво і постійно, що визначають собою типовий різновид особистості, індивідуальний стиль її соціальної поведінки.

Такі психологічні особливості особистості називають *рисами характеру*. Сукупність постійних рис становить *характер особистості*.

Характер – це сукупність відносно стійких індивідуально-своєрідних властивостей особистості, які виявляються у поведінці, діяльності й ставленні до людей, колективу, до себе, речей, праці тощо.

Риса характеру – це звична, стійка, повторювана форма реагування, поведінки чи ставлення.

Характер найтісніше пов’язаний з темпераментом, який визначає зовнішню, динамічну форму вираження сутності людини. Його можна зрозуміти з того, як вона мислить і поводить за різних обставин, якої думки вона про інших людей і про саму себе, в який спосіб здебільшого поводить.

Характер людини виявляється в її суспільній діяльності, суспільних відносинах. Тому знати характер особистості дуже важливо. Це дає змогу

передбачати, як вона поводитиметься за певних умов, чого від неї можна чекати, як вона виконуватиме доручення тощо.

А характер як одна з істотних особливостей психічного складу особистості є цілісним утворенням, що характеризує людське «Я» як єдність.

Розуміння характеру як єдності його рис не виключає виокремлення в ньому деяких ланцюгів з метою глибшого пізнання його сутності. Але для цього потрібно визначити структуру характеру, виокремивши у ній *зміст і форму*. Зміст характеру особистості визначають суспільні умови життя та виховання. Вчинки людини завжди чимось мотивовано, на щось або на когось спрямовано.

У *структурі характеру* виокремлюють дві групи його компонентів: позиційні й загальні. До *позиційних компонентів* належать спрямованість, переконання, розум, почуття, воля й темперамент. *Загальні компоненти* інтегрують позиційні компоненти в різних варіаціях і співвідношеннях. До них належать повнота, цілісність, визначеність і сила характеру (рис.).

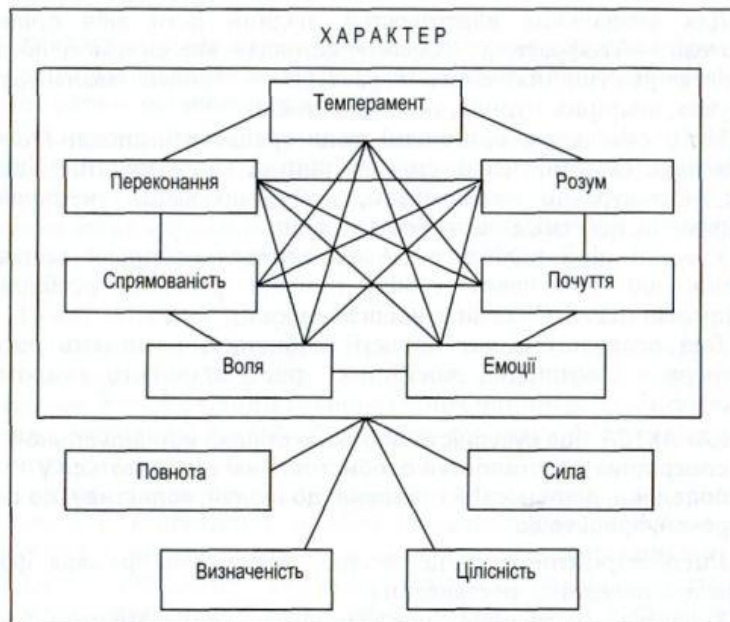


Рис. Структура характеру

Спрямованість характеру виявляється у вибіркового позитивному чи негативному оцінному ставленні особистості до праці, речей, колективу, вчинків і діяльності людей і до самої себе.

Залежно від домінуючих матеріальних або духовних потреб, ціннісних установок особистості, інтересів і вподобань життя одних людей наповнене корисною діяльністю, вони невтомно працюють та виконують громадський обов'язок. Рушієм їх вчинків є гуманність, оптимізм, контактність.

Однак є люди, у котрих на першому плані власний добробут, задоволення своїх егоїстичних потреб, вони стають рабами речей. У побуті, вчинках і діяльності таких людей панують індивідуалізм, скупість, жадібність, заздрість, самозакоханість.

Переконання – це знання, ідеї, погляди, що є мотивами поведінки людини, стають рисами її характеру й визначають ставлення до дійсності, а також вчинки, поведінку.

Переконання виявляються в принциповості, непідкупності, правдивості, вимогливості до себе. Особистість із непохитними переконаннями спроможна докласти максимум зусиль для досягнення мети, віддати, коли потрібно, своє життя заради суспільних справ. Непринциповим людям, кар'єристам ці риси характеру не властиві.

Розумові риси характеру виявляються в розсудливості, спостережливості, поміркованості.

Спостережливість і розсудливість сприяють швидкій орієнтації в обставинах. Нерозсудливі люди легко хапаються за будь-яку справу, діють під впливом імпульсу. Розумова інертність, навпаки, виявляється в пасивності, байдужості, повільності, коли потрібно прийняти рішення, або у поверховому ставленні до справи без урахування її важливості.

Емоції і почуття стають підґрунтям таких рис характеру, як гарячковість, запальність, надмірна або вдавана співчутливість, всепрощення чи брутальність, грубість, «товстошкірість», нечутливість до страждань інших, нездатність співчувати тощо.

Моральні, естетичні, пізнавальні й практичні почуття можуть виявлятися або в екзальтованості, або в спокійному, поміркованому ставленні до явищ природи, мистецтва, вчинків людей.

ВОЛЯ як складова структури характеру зумовлює його силу, непохитність. Вона - стрижневий компонент сформованого характеру. Сильна воля робить характер самостійним, стійким, непохитним, мужнім. Людина з таким характером здатна досягати бажаної мети.

Люди зі слабкою волею - слабохарактерні. Навіть маючи багато знань і значний досвід, вони нездатні наполягати на справедливості і виявляють нерішучість, страх.

Темперамент як складова структури характеру є динамічною формою його вияву.

Характер - це єдність типологічного і набутого життєвого досвіду. Особливості умов життя, навчання та виховання формують різне за змістом індивідуальне ставлення до явищ навколишньої дійсності, але форму вияву цього ставлення, динаміку реакцій особистості визначає її темперамент.

Одні й ті самі переконання, погляди, знання люди з різним темпераментом виявляють своєрідно з погляду сили, врівноваженості та рухливості дій. Виокремлюючи в характері його структурні компоненти, треба мати на увазі, що характер - це сукупність усіх його структурних компонентів.

Кожний компонент характеру має певною мірою інтегративний вияв у кожній рисі характеру, як і в характері загалом. Тому не можна вести мову про світоглядні, інтелектуальні, емоційні, вольові риси характеру.

Характер як своєрідне, постійне, цілісне ставлення особистості до різних аспектів дійсності може бути стійким або нестійким, повним, цілісним, визначеним або невизначеним.

Повнота характеру – це всебічний розвиток головних його структурних компонентів – розумових, моральних, емоційних, почуттєвих, вольових. Розсудливість такої людини завжди узгоджена з емоційною врівноваженістю та самовладанням.

Внутрішня єдність рис характеру визначає його цілісність. **Цілісність характеру** – це внутрішня єдність, гармонійність, досконале поєднання рис характеру, яка зумовлює ступінь єдності слова і діла.

У людей безхарактерних помітні розбіжності у поглядах, відсутність цілеспрямованості рис характеру, випадковість їх виявлення, залежність їх виявлення від обставин, а не від внутрішніх установок особистості.

Особливо важливою рисою характеру є його визначеність.

Визначеність характеру виявляється в його спрямованості на конкретні цілі, а також у прагненнях і переконаннях.

Визначеність характеру людини як суб'єкта діяльності позначається на принциповості та сумлінності дій незалежно від важливості доручення. На людину з визначеним характером можна покладатися, доручаючи їй важливі справи, - вона виконає доручення відповідно до його мети, змісту справи та способів виконання.

Про людей з невизначеним характером важко сказати, добрі вони або погані. Це люди безпринципні, без чітких позицій у політичному, трудовому житті, у побуті.

Сила характеру виявляється в рішучих, активних і наполегливих діях, діяльності та здатності завершити справу чи досягнути мети, попри жодні перешкоди.

У справжній особистості має бути єдність усіх компонентів її характеру. Проте єдність характеру не виключає того, що за різних обставин у тієї ж людини по-різному виявляються зазначені компоненти та риси характеру. Одночасно людина може бути поблажливою і надмірно вимогливою, непохитною і поступливою, щедрою і скупюю. При цьому єдність компонентів характеру залишається, і саме в цьому виявляється.

Риси характеру особистості впливають на діяльність, стосунки, способи дій тощо. Типове та індивідуальне в характері існує в єдності. Типове створює тло для індивідуальних виявів рис характеру, і вияв невластивих більшості членів певної соціальної групи рис характеру викликає заперечення, осуд.

Структура рис характеру виявляється в тому, як людина ставиться:

- **до інших людей**, демонструючи увагу, принциповість, прихильність, комунікабельність, миролюбність, лагідність, альтруїзм, дбайливість, тактовність, коректність або протилежні риси;
- **до справ**, виявляючи сумлінність, допитливість, ініціативність, рішучість, ретельність, точність, серйозність, ентузіазм, зацікавленість або протилежні риси;

- *до речей*, демонструючи при цьому бережливість, економність, акуратність, почуття смаку або протилежні риси;
- *до себе*, виявляючи розумний егоїзм, впевненість у собі, нормальне самолюбство, почуття власної гідності чи протилежні риси.

Ставлення до праці виявляється у повазі до праці, працелюбності або ж зневазі до неї і працівників. Важливі риси ставлення до праці: акуратність, сумлінність, дисциплінованість, організованість.

Ставлення до інших людей виникає в контактах між особистостями і зумовлюється суспільними умовами життя, які складаються історично і виявляються в колективі. Рисам характеру, які виявляють ставлення особистості до інших людей, властиві значна варіативність змісту і форми, залежність від рівня культурного розвитку народу та духовного багатства особистості.

Це ставлення має оцінний характер, в якому інтелектуальне оцінювання залежить від емоційного ставлення до рис характеру, що виявляються в суспільних контактах. Оцінне ставлення до людей виражається в різному змісті рис характеру та різній формі їх вияву. Схвалення й осуд, підтримку і заперечення можна висловити у ввічливій, тактовній, доброзичливій формі або ж формально, улесливо, а то й брутально, грубо, іронічно, саркастично, образливо.

Безумовно, ставлення до інших людей виявляється залежно від обставин і характеру оцінювання вчинків як у позитивних, так і в негативних рисах характеру. Серед позитивних рис характеру, притаманних культурній людині, є справедливість, дотримування слова, щедрість, доброзичливість, чесність, принциповість. В їх основі лежать гуманістичні моральні якості людей, ідейні переконання, прогресивні прагнення.

До негативних рис характеру належать відчуженість, замкнутість, заздрість, скупість, зневага до інших, хвалькуватість, гордість, схильність до безпідставного кепкування та глузування, прискіпливість, схильність до пустопорожніх суперечок, заперечення істини, дріб'язковість, мізантропія. Негативні риси характеру дуже шкодять позитивному спілкуванню людей, їхньому прагненню до спільної боротьби з несправедливістю, спілкуванню в праці.

Ставлячись певним чином до вчинків і поведінки інших, людина формує власні риси характеру за аналогією або протиставленням.

Ставлення до самого себе - позитивне або негативне - залежить від рівня розвитку самосвідомості, здатності оцінювати себе. Такі риси характеру, як скромність, почуття власної гідності, вимогливість до себе, відповідальність за справу, схильність віддавати всі свої сили колективу, державі, свідчать про високий рівень розвитку самосвідомості особистості.

Водночас деяким людям у ставленні до себе притаманні негативні риси: нескромність, хвалькуватість, кар'єризм, пиха, самовпевненість, безпринципна покора, безпідставна зневага чи занижена самооцінка.

Серед рис характеру особливо помітні ті, які визначають ставлення людей до речей, до природи. Ощадливість, дбайливість, акуратність, бережливість, дбайливе ставлення до природи підносять особистість.

Характер тісно пов'язаний з темпераментом, який може сприяти або протидіяти розвиткові певних рис характеру. Тому важливо знати свій темперамент. Зокрема, холерику або сангвініку легше, ніж меланхоліку чи флегматику, сформувати в собі ініціативність і рішучість. Але для *холерика* може стати серйозною проблемою формування стриманості та самоконтролю, а для *сангвініка* - вимогливості до себе та самокритичності. *Меланхоліку* важче долати сором'язливість і тривожність, а *флегматику* - розвивати активність.

Людський характер формується з перших днів життя людини до останніх його днів. У перші роки життя провідним чинником розвитку характеру стають дорослі. У молодшому віці поряд із наслідуванням на перше місце виходить виховання. А починаючи з підліткового віку, важливу роль у формуванні характеру відіграє самовиховання. Сама людина може свідомо, цілеспрямовано вдосконалювати характер завдяки зміні соціальної поведінки, спільної діяльності, спілкування з іншими людьми. Слід пам'ятати, що характер можна змінювати протягом усього життя людини.

Характер може виявлятися більшою або меншою мірою. Це саме стосується також й рис характеру, кожна з яких має різний кількісний ступінь вияву. Надмірний вияв окремих рис характеру та їх поєднань, крайні варіанти норми в психології називають *акцентуаціями* характеру (інше визначення - перебільшений розвиток окремих властивостей характеру на шкоду іншим, у результаті чого погіршується взаємодія з оточуючими людьми)

У людей, акцентуації яких відхиляються від середньої норми, іноді можуть виникати деякі проблеми і труднощі, а при певних обставинах - однотипні конфлікти і нервові зриви. Для запобігання неправильних вчинків, перевантажень та ускладнень на роботі, у навчанні і в побуті кожній людині належить знати слабкі місця свого характеру.

Німецький вчений К. Леонгард виділив 12 типів акцентуацій характеру. Його класифікація базується на оцінці стилю спілкування людини з оточуючими. Типи акцентуацій характеру поділяються К. Леонгардом на дві групи за принципом акцентуації рис або характеру, або темпераменту. До акцентуації рис характеру К. Леонгард відносить демонстративний, педантичний, застряглий та збудливий типи.

Демонстративний тип. Для осіб цього типу акцентуації є характерними схильність до «витіснення» зі свідомості тих оцінок, які є неприємними для образу «Я»; прагнення за будь-яку ціну завжди бути в центрі уваги; завищена самооцінка, намагання приймати «бажане за дійсне».

Педантичний тип. Цьому типу акцентуації притаманні інертність психічних процесів, схильність «загрузати» в дрібницях, наявність проблеми складності прийняття рішення. В спілкуванні люди цього типу приваблюють рівним настроєм, надійністю в справах, сумлінністю та охайністю.

Застраглий тип. Основна риса цього типу акцентуації – значна стійкість афекту, «злопам'ятність», прагнення і в головному і в дрібницях відстоювати свою точку зору, не враховуючи позицію групи.

Збудливий тип. Для таких осіб є характерною схильність до «вибуху» емоцій, як засобу періодичної розрядки нервової системи.

До акцентуацій рис темпераменту відносяться гіпертимний, дистимічний, тривожний, циклоїдний, екзальтований, екстравертований та інтравертований типи.

Гіпертимний тип. Людям цього типу притаманні високий рівень оптимізму, а також жадоба діяльності при можливій схильності до поверхових висновків.

Дистимічний тип. Для цього типу акцентуації є характерною песимістична спрямованість особистості, фіксація на похмурих сторонах життя.

Тривожний тип. Головна риса - високий рівень тривожності, сильно розвинений «комплекс неповноцінності» - як підтвердження заниженої самооцінки.

Циклотимічний тип. Провідна ознака - схильність до невмотивованих різких змін настрою протягом короткого часового інтервалу: від підвищено-оптимістичного до знижено-песимістичного і навпаки.

Екзальтований тип. Для носіїв цього типу акцентуації є характерним великий діапазон емоційних станів, вони захоплюються чимось радісним і так само легко впадають у відчай.

Емотивний тип. Це чутливі та вразливі люди, що відзначаються глибиною переживань у галузі тонких емоцій.

Екстравертований тип. Люди цього типу відкриті до всякої інформації, готові вислухати і надати допомогу кожному, хто до них звертається, здатні до конформізму. Їм притаманні високий рівень товариськості, балакучості, поступливість, ретельність.

Інтровертований тип. Для таких осіб є характерними низька контактність, замкненість, відірваність від реальності, схильність до філософствування. Вони орієнтовані на свій внутрішній світ, на свою оцінку предмета або події, а не на предмет як такий.

Зазначені типи акцентуацій проявляються не завжди. Оскільки структура характеру є динамічною і змінюється протягом життя людини, акцентуації характеру можуть бути зменшені в процесі виховання, самовиховання або психокорекції. Людині слід знати свої характерологічні особливості й удосконалювати їх у разі необхідності.

Типологія характерів Е. Фромма: Узагальнивши дані спостережень за соціальною поведінкою різних людей, співвіднівши їх з практикою роботи в клініці (Е. Фромм був лікарем-психіатром фрейдистської орієнтації), автор цієї типології характерів вивів такі їх основні типи:

1. “Мазохіст-садист” - людина, схильна бачити причини своїх життєвих успіхів і невдач, а також причини соціальних подій, що спостерігаються, не в

обставинах, а в людях. Намагаючись усунути ці причини, вона спрямовує свою агресію на людину, яка здається їй причиною невдачі. Якщо мова йде про неї саму, то її агресивні дії спрямовуються на себе; якщо причиною є інші люди, то вони стають жертвами її агресивності. Така людина багато займається самоосвітою, самовдосконаленням, “перероблянням” людей “у кращий бік”. Своїми наполегливими діями, непомірними вимогами і домаганнями вона іноді доводить себе та інших людей до стану знемоги. Особливо небезпечний для оточуючих такий тип тоді, коли він одержує над ними владу: він їх починає тероризувати, виходячи з “благих намірів”.

Люди-мазохісти виявляють тенденції принижувати і послабляти себе, упиваються самокритикою і самобичуванням, зводять на себе немислимі даремні обвинувачення у всьому і намагаються взяти провину на себе, навіть якщо вони ні при чому.

Цікаве спостереження Е. Фромма, який стверджує, що в цьому типі людей разом з мазохістськими схильностями майже завжди відчуваються і садистські. Вони виявляються в прагненні ставити людей у залежність від себе, одержувати над ними повну і безмежну владу, експлуатувати їх, завдавати їм болю і страждання, насолоджуватися баченням того, як вони страждають. Такий тип людини називають авторитарною особистістю. Е. Фромм показав, що подібні особистісні якості були властиві багатьом відомим деспотам і зараховує до їх числа Гітлера, Сталіна, ряд інших відомих історичних осіб.

2. “Руйнівник” характеризується вираженою агресивністю й активним прагненням до усунення, знищення об'єкта, що викликає фрустрацію, крах надій у даної людини. “Руйнівність, - пише Фромм, - це засіб рятунку від нестерпного почуття безсилля”. До руйнівності як засобу вирішення своїх життєвих проблем звичайно звертаються люди, що відчувають почуття тривоги і безсилля, обмежені в реалізації своїх інтелектуальних та емоційних можливостей. У періоди великих соціальних потрясінь, революцій, переворотів вони виступають як основні сили, що руйнують старе, у тому числі й культуру.

3. “Конформіст-автомат” - індивід, який, стикнувшись з важковирішуваними соціальними й особистими проблемами, перестає “бути самим собою”. Він беззаперечно підпорядковується обставинам, товариству будь-якого типу, вимогам соціальної групи, швидко засвоюючи тип мислення і спосіб поведінки, властивий більшості людей у даній ситуації. У такої людини майже ніколи немає ні власної думки, ні вираженої соціальної позиції. Він фактично втрачає власне “Я”, свою індивідуальність і “настільки звик відчувати саме ті почуття, які від нього очікуються у певних ситуаціях, що лише як виняток міг би помітити у своїх почуттях щось “чуже”. Така людина завжди готова підкоритися будь-якій новій владі, швидко і без проблем змінює свої переконання, якщо обставини цього потребують, не особливо замислюючись про моральний бік подібної поведінки. Це - тип свідомого або несвідомого пристосованця.

Виведена Е. Фроммом типологія реальна в тому сенсі слова, що дійсно нагадує поведінку багатьох людей під час соціальних подій, що відбуваються в нашій країні або мали місце в минулому.

ТЕМА 14. ЗАДАТКИ ТА ЗДІБНОСТІ ЛЮДИНИ

План:

1. Загальне уявлення про здібності.
2. Здібності як умова успішного здійснення діяльності.
3. Природні передумови формування здібностей (задатки).
4. Структура здібностей.

Текст лекції

Дане питання є своєрідним перехідним від теми біопсихічних і психосоціальних властивостей.

Відомо, що за всіх рівних умов (рівня знань, навичок, витрат часу) різні люди досягають неоднакових результатів. Якість і засоби виконання будь-якої діяльності, її успішність і рівень досягнень залежать від здібностей особистості. **Здібності** – це індивідуально-психологічні особливості людини, які відповідають умовам успішного виконання тієї чи іншої діяльності, а саме - набуття знань, умінь і навичок; використання їх у праці.

Кожна здібність має свою структуру, яка залежить від розвитку особистості.

Виділяють два рівні розвитку здібностей: *репродуктивний* та *творчий*. Людина, яка знаходиться на *репродуктивному* рівні розвитку здібностей, виявляє високі уміння засвоювати знання, оволодівати діяльністю і здійснювати її відповідно до зразка, що пропонується. На *творчому* рівні розвитку здібностей людина створює нове, оригінальне. Зазначені рівні розвитку здібностей не слід вважати незмінними, оскільки кожна репродуктивна діяльність містить елементи творчості, а творча діяльність включає репродуктивну, без якої вона не може здійснюватися.

Найвищий рівень розвитку і прояву здібностей позначають поняттями *талант* і *геній*. Талановиті і геніальні люди досягають в теорії і практиці нових результатів, які мають велике значення для суспільства. Проте, між поняттями *талант* і *геній* існує відмінність. **Талановиті люди** створюють нове у межах вже визначених ідей, напрямів, способів досліджень. **Геніальна людина** відкриває принципово нові шляхи в галузі наукових досліджень, виробництва, мистецтва тощо.

Крім рівнів в психології розрізняють *загальні* й *спеціальні* здібності. *Загальні здібності* забезпечують відносну легкість і продуктивність у засвоєнні знань і виконанні різних видів діяльності. Під *спеціальними здібностями* розуміють психологічні особливості індивіда, які дають можливість успішно виконувати певні види діяльності (музика, математика, лінгвістика тощо).

До спеціальних здібностей належить віднести й здібності до практичної діяльності: конструктивно-технічні, організаційно-управлінські, педагогічні, підприємницькі та інші.

Згідно з іншим підходом, в структурі здібностей виділяють потенційні і актуальні можливості розвитку. *Потенційні здібності* – це можливості розвитку індивіда, які виявляються кожного разу, коли перед ним постає необхідність розв’язання нових завдань. Проте, розвиток індивіда залежить не тільки від його психологічних якостей, але й від тих соціальних умов, у яких ці якості можуть або не можуть бути реалізовані. У такому випадку говорять про *актуальні здібності*. Справа у тому, що далеко не кожна людина може реалізувати свої потенційні здібності відповідно до своєї психологічної природи, оскільки для цього може не бути об’єктивних умов і можливостей. Отже, можна зробити висновок, що актуальні здібності складають тільки частину потенційних.

Перед психологією дуже гостро стоїть проблема виявлення закономірностей та механізмів формування та розвитку здібностей.

Природну основу розвитку здібностей становлять *задатки* - природжені анатомо-фізіологічні особливості нервової системи й мозку, які проявляються в типологічних особливостях людини. Однак задатки є лише передумовою здібностей. Тільки своєчасний вияв і розвиток задатків людини через виховання приводить до формування у неї здібностей. Для цього найчастіше застосовують систематичні тренування, які передбачають активне включення в діяльність.

Першою ознакою зародження здібностей є *нахил* – стійка орієнтованість індивіда на певну діяльність, якою він прагне займатися. *Справжній нахил* поряд з тяжінням до діяльності призводить до швидкого досягнення високих результатів. *Хибний нахил*, на відміну від справжнього, може виявлятися у споглядальному ставленні до чогось або, незважаючи на активне захоплення, дає посередні результати.

Окрім задатків, важливе значення для розвитку здібностей має врахування у виховному процесі *сенситивних* періодів формування функцій. Кожна дитина в своєму розвитку проходить періоди підвищеної чутливості до певних виховних впливів, до засвоєння тих чи інших видів діяльності. Наприклад, у віці двох-трьох років дитина інтенсивно оволодіває мовою оточення, яка згодом стає для неї рідною. Важливо підкреслити, що періоди особливої готовності до оволодіння певними видами діяльності рано чи пізно закінчуються. І якщо та чи інша функція не була розвинена у сензитивний період, то згодом її розвиток стане ускладненим, а то й зовсім неможливим. Саме тому, люди, які прагнуть вивчити іноземну мову у дорослому віці, докладають багатьох зусиль, але майже ніколи не володіють нею краще ніж рідною.

Специфічним видом розвитку здібностей особистості є її психологічна підготовка до того чи іншого виду діяльності. Наприклад, психологічна готовність особистості до професійної діяльності передбачає сформованість у

неї знань й умінь з фаху, а також певних моральних і емоційно-вольових якостей.

Якісний аналіз здібностей спрямований на виявлення таких індивідуальних характеристик людини, які є необхідними для ефективного здійснення будь-якого конкретного виду діяльності. *Кількісні виміри* здібностей характеризують міру їх наявності.

Для оцінки рівня розвитку здібностей досить широко використовують різноманітні тести (тести досягнень, тести інтелекту, тести креативності тощо). Дослідження конкретно-психологічних характеристик різних здібностей дозволяють виділити загальні якості індивіда, які відповідають вимогам не одного, а багатьох видів діяльності (наприклад, *інтелект*), а також спеціальні якості, що відповідають більш вузькому колу вимог конкретної діяльності (*спеціальні здібності*). Урахування рівня розвитку здібностей під час вибору професії та при доборі кадрів сприяє підвищенню ефективності діяльності людини й ступеня її задоволеності результатами своєї діяльності.

Психолог Є. О. Климов виділив п'ять основних типів професій за принципом ставлення людини до різних об'єктів оточуючого світу.

Перший тип - професії «людина - людина». Вони об'єднують вчителів, вихователів, викладачів вузів та технікумів, лікарів, продавців, спортивних тренерів, менеджерів тощо.

Другий тип - професії «людина - техніка». Це водії авто- та електротранспорту, машиністи потягів, оператори верстатів з програмованим управлінням, інженери, слюсарі, електрозварники тощо.

Третій тип - професії «людина - природа». Представниками цього типу є садівники, лісники, агрономи, лікарі ветеринари, тваринники, меліоратори, геологи, біологи, виноградарі, пасічники.

Четвертий тип - професії «людина - знакова система». До цього типу відносяться ті, хто має справу з різного роду умовними знаками, шифрами, кодами, формулами, мовами: економісти, бухгалтери, коректори, оператори ЕОМ, програмісти, інспектори відділів кадрів, штурмани авіації, перекладачі.

П'ятий тип - професії «людина - художній образ». Цей тип включає архітекторів, фотографів, скульпторів, художників, бутафорів-декораторів, модельєрів, музикантів, співаків, танцюристів, настроювачів інструментів.

Так, для успішного оволодіння інженерними професіями абітурієнти повинні мати високий рівень невербального, тобто дієво-практичного інтелекту. Крім того, майбутнім інженерам необхідні високий рівень розвитку просторових уявлень і швидкість кмітливості.

Молоді люди, що вступають на природничі факультети, повинні мати високорозвинене логічне і абстрактне мислення, високий ступінь концентрації уваги. Як правило, студенти природничих спеціальностей відрізняються підвищеною серйозністю і незалежністю суджень. Проте у них недостатньо розвинуте уміння спілкуватися з людьми. За даними психологічних досліджень, інтровертованість студентів-математиків глибоко корелює з рівнем їх успішності. Це означає, що інтровертованість слід вважати однією з

умов успішного навчання на природничих факультетах, і тому її також варто включити в структуру спеціальних здібностей абітурієнтів, які туди вступають.

Успішне навчання на гуманітарних факультетах можливе за умов наявності у людини яскраво вираженого вербального типу інтелекту і високо розвиненого абстрактного мислення. Провідні компоненти в структурі здібностей бажаючих оволодіти гуманітарними професіями - широта пізнавальних інтересів, ерудованість, добре володіння мовою, багатий словниковий запас, уміння правильно його використовувати.

Зрозуміло, що навіть визначні задатки не в змозі забезпечити високі досягнення в оволодінні обраною спеціальністю. Тільки самостійний, працелюбний, організований студент, який вміє планувати свій час, буде в змозі реалізувати свої потенційні здібності і досягти їх максимального розвитку у професійній діяльності.

ЛІТЕРАТУРА:

Основна

1. Буняк Н.А. Загальна психологія: лекції. Тернопіль: вид-во ТНТУ ім. І. Пулюя, 2017. 300 с.
2. Варій М.Й. Загальна психологія. Львів : Апріорі, 2016. 382 с.
3. Долинська Л.В. Загальна психологія : Хрестоматія. К. : Каравела, 2017. 640 с.
4. Дуткевич Т.В. Загальна психологія. Київ : Центр навчальної літератури, 2019. 388 с.
5. Максименко С. Д., Соловієнко В.О. Загальна психологія. Київ : МАУП, 2020. 256 с.
6. Москалець В.П. Загальна психологія. К. : Ліра, 2020. 564 с.
7. Приходько Ю.О., Юрченко В.І. Психологічний словник-довідник. К. : Каравела, 2020. 418 с.
8. Рибалка В.В. Методологічні проблеми наукової психології: посібник. Київ: Талком, 2017. 245 с.
9. Савчин М. В. Загальна психологія: навчальний посібник. Київ: ВЦ «Академія», 2020. 344 с.

Допоміжна

1. Бабаян Ю.О. Соціальна психологія. Хрестоматія: навчальний посібник. Миколаїв: Іліон, 2017. 286 с.
2. Загальна психологія : хрестоматія : навчальний посібник для студ. вищ. навч. закл. / упоряд.: О. В. Скрипченко, Л. В. Долинська, З. В. Огороднійчук [та ін.]. Київ : Каравела, 2022. 640 с.
3. Іллін Є. П. Мотивація і мотиви / переклад з рос. мови, передмова та примітки Т. В. Тадеєвої. Тернопіль: Навчальна книга-Богдан, 2013. 512 с.
4. Ільїна Н. Психологія творчості та обдарованості. Київ : Університетська книга, 2018. 227 с.
5. Кісіль З.Р., Швець Д.В. Мотивація діяльності людини: Навчальний посібник у схемах, таблицях, коментарях. Одеса: Видавництво ОДУВС, 2023. 154 с.
6. Меленчук Н.І., Мухаровська Б.О. Особливості самоставлення осіб із різним рівнем нарцисизму. Габітус. Вип. 49. 2023. С. 140-145.
7. Столяренко О.Б. Психологія особистості. Теоретичний курс. Київ : Центр навчальної літератури, 2019. 280 с.
8. Туриніна О. Л. Методологія та методи психологічного дослідження: навч.- метод. посіб. Київ : ДП “Вид. дім “Персонал”, 2018. 206 с.
9. Чудаєва Н.В., Шульдик А.В. Психологія мислення. Умань : Візаві, 2019. 206 с.

Інформаційні ресурси

1. Бібліотека Міжнародного гуманітарного університету: офіційний сайт. URL: https://mgu.edu.ua/science_library
2. Бібліотека Університету Ушинського : офіційний сайт. URL: <https://library.pdpu.edu.ua>
3. Міністерство освіти і науки України: офіційний сайт. URL: <http://www.mon.gov.ua>
4. Національна бібліотека України імені В.І.Вернадського: офіційний сайт. URL: <http://www.nbuv.gov.ua/>
5. Одеська національна наукова бібліотека: офіційний сайт. URL: <http://odnb.odessa.ua/>