

МВС УКРАЇНИ
ОДЕСЬКИЙ ДЕРЖАВНИЙ УНІВЕРСИТЕТ ВНУТРІШНІХ СПРАВ

О. М. Пасько, О. М. Цільмак

ПСИХОЛОГІЯ:

схеми, таблиці, коментарі

Навчально-наочний посібник

За загальною редакцією О. М. Цільмак



Одеса
Букаєв Вадим Вікторович
2013

УДК 159.9
ББК 88.0
П863

Схвалено та рекомендовано до друку Вченою радою Одеського державного університету внутрішніх справ (протокол № 10 від 25 квітня 2013 р.).

Авторський колектив:

О. М. Пасько – кандидат юридичних наук, доцент кафедри юридичної психології та педагогіки Одеського державного університету внутрішніх справ.

О. М. Цільмак – доктор юридичних наук, доцент, начальник кафедри юридичної психології та педагогіки Одеського державного університету внутрішніх справ.

Рецензенти:

С. І. Яковенко – доктор психологічних наук, професор, професор кафедри юридичної психології та педагогіки (Одеський державний університет внутрішніх справ).

Ю. Б. Максименко – доктор психологічних наук, професор (Південноукраїнський національний університет ім. К. Д. Ушинського).

Пасько О. М.

П863 Психологія: схеми, таблиці, коментарі : навч.-наочний посібн. /
О. М. Пасько, О. М. Цільмак; за заг. ред. О. М. Цільмак. — Одеса :
видавець Букаєв Вадим Вікторович.— 270 с. — з іл.

ISBN 978-966-2070-76-7

У навчально-наочному посібнику «Психологія: схеми, таблиці, коментарі» представлені основні теми навчальної дисципліни «Психологія», яка викладається у ВНЗ системи МВС України. Він увібрав у себе чотири розділи – «Психологія як наука», «Психічні процеси», «Психічні стани», «Психічні властивості» та дванадцять глав, які розкривають зміст та суть структури психіки людини. Його оформлення сприяє системному розумінню навчального матеріалу, кращому візуальному сприйманню та запам'ятовуванню. Він адресований студентам, курсантам і слухачам ВНЗ, психологам, викладачам та усім тим, хто цікавиться психологією.

УДК 159.9
ББК 88.0

ISBN 978-966-2070-76-7

© Пасько О. М., Цільмак О. М., 2013

ЗМІСТ ПЕРЕДМОВА

Професійна майстерність правознавця та правоохоронця значною мірою залежить від здатності застосовувати психологічні знання підчас виконання своїх службових обов'язків. Наукові досягнення психології та можливість використання її надбань, надають змогу формувати висококваліфікованого та конкурентоспроможного фахівця.

Навчально-наочний посібник «Психологія: схеми, таблиці, коментарі» увібрав у себе чотири розділи – «Психологія як наука», «Психічні процеси», «Психічні стани», «Психічні властивості» та дванадцять глав, які розкривають зміст структури психіки людини.

Запропоновані у навчально-наочному посібнику теми знаходяться у межах навчального плану, затвердженого МВС України, навчальної та робочої програм навчальної дисципліни «Психологія». Очікуваним результатом після вивчення наданого у навчально-наочному посібнику матеріалу є те, що курсанти, студенти та слухачі повинні:

1) *знати*:

- сутність та зміст дефініції «психіка»;
- сутність свідомості та особливості її функціонування;
- особливості психічних пізнавальних процесів (пам'яті, мислення, уваги, уяви, сприйняття, відчуття, мовлення тощо);
- психологічні особливості та класифікацію психічних станів;
- основні характеристики мотиваційних станів;
- сутність волі та вольових станів;
- властивості типів темпераменту;
- визначення поняття «характер», особливості формування характеру;
- взаємозв'язок темпераменту та характеру;
- світогляд людини та його основні складові;

2) *уміти*:

- застосовувати психологічні знання у процесі здійснення службових обов'язків;
- оцінювати емоційний стан людини;
- визначати тип темпераменту й провідні якості характеру людини;
- визначати вид мотивації та спрямованість особистості;
- складати психологічну характеристику людини.

Оформлення навчально-наочного посібника у вигляді схем, таблиць та коментарів дозволяє усунути проблему одноманітності сприйняття й водночас сприяє кращому візуальному сприйманню, системному розумінню і кращому запам'ятовуванню навчального матеріалу.

Навчально-наочний посібник «Психологія: схеми, таблиці, коментарі» сприятиме підвищенню рівня психологічної компетентності курсантів та студентів, якісному застосуванню набутих умінь та навичок у майбутній практичній діяльності. Він адресований студентам, курсантам і слухачам ВНЗ, психологам, працівникам міліції та викладачам.

РОЗДІЛ І

ПСИХОЛОГІЯ ЯК НАУКА



ГЛАВА 1.1.

ЗАГАЛЬНОТЕОРЕТИЧНІ ОСНОВИ ПСИХОЛОГІЇ

Становлення та розвиток психології має свої етапи та історичні передумови, які вплинули на сучасне розуміння даної науки. Психологія є фундаментом для інших наук, взаємопов'язана із ними та дозволяє тлумачити певні явища та їх сутність.

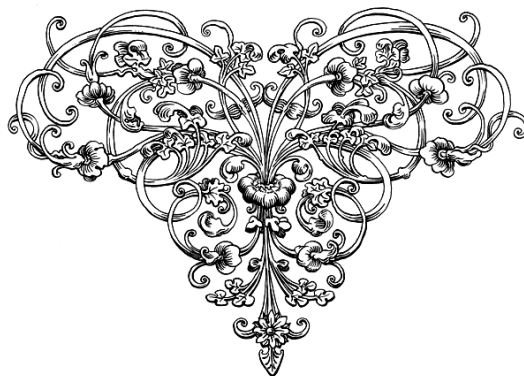
Психологія вивчає усі явища, які пов'язані із психікою та діяльністю людини, та допомагає визначати особливості її поведінки. Психологічні знання є необхідними і корисними у професійній діяльності правоохоронця та правознавця, оскільки їх професійна діяльність пов'язана з людськими ресурсами та спрямована на захист прав і свобод громадян.

Мета даної глави: надати курсантам та студентам знань про історію виникнення психології як науки, її предмет, завдання, принципи, галузі, методи тощо.

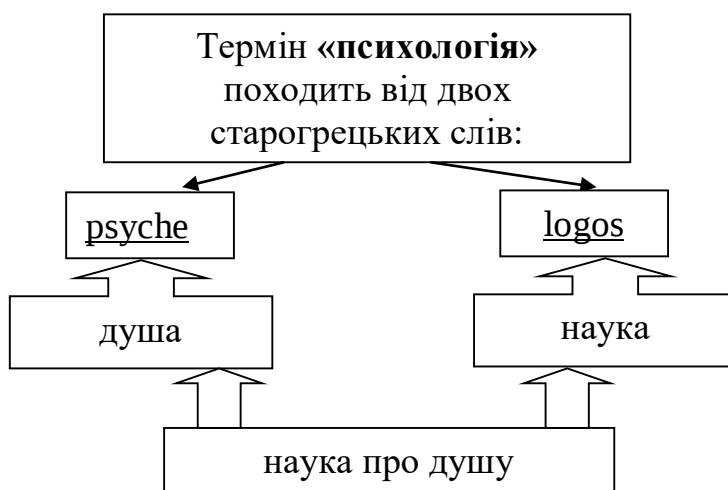
Мета вивчення глави:

1. **Освітня** – сформувати обізнаність про основні аспекти історичного розвитку, виникнення та формування психології; її базові складові.
2. **Практична** – розвивати вміння самостійного підходу до вивчення та дослідження психологічних особливостей у правозастосовній діяльності.
3. **Розвивальна** – сприяти розвитку психологічної компетентності.
4. **Виховна** – розвивати прагнення до самовдосконалення.

Ключові поняття глави: психологія, психіка, душа, рефлекс, пізнавальні (дослідницькі) методи та методи активного впливу на особистість, галузі психології (теоретична, практична, науково-прикладна).



1.1.1. СТАНОВЛЕННЯ ПСИХОЛОГІЇ ЯК НАУКИ



Етапи розвитку психології

I. Вчення про душу	II. Вчення про пізнання, досвід і свідомість	III. Вчення про поведінку	IV. Вчення про самосвідомість	V. Вчення про особистість
V ст. до н.е. – початок XVII ст. н. е.	середина XVII ст. – середина XIX ст.	друга половина XIX ст.	кінець XIX ст.	з початку XX ст.

ПЕРШИЙ ЕТАП: ВЧЕННЯ ПРО ДУШУ

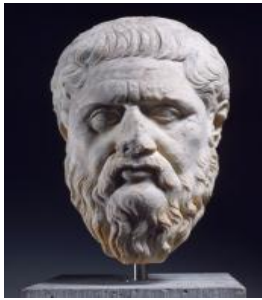
1) утворилася як зовнішня особлива область людської діяльності по відношенню до релігії та відокремилася від неї

Спочатку склалась у рамках старогрецької філософії та медицини. Зародження науки у Древній Греції пов'язують із двома обставинами [4]:

2) була заснована не на владі над істотою, а на законі (у греків навіть верховні боги були підпорядковані закону)

Погляди мислителів на вчення про душу:

Платон Афі́нський (427 – 347 рр. до н.е.)



Платон провів межу між матеріальним, речовим, смертним тілом і нематеріальною, неречовою, безсмертною душею.

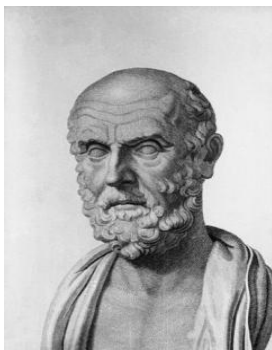
Індивідуальні душі, на його думку, – це недосконалі образи єдиної універсальної світової душі, що володіють частиною універсального духовного досвіду, пригадування якого складає суть процесу індивідуального пізнання.

Аристотель Стагі́рський (384 – 322 рр. до н.е.)



Інше уявлення про душу було надано Аристотелем у його психологічному трактаті «Про душу». На його думку, душа – це форма живого органічного тіла, що забезпечує його призначення. Душа є основою усіх життєвих проявів, вона невідокремлена від тіла. Душі організмів різних типів виконують різні функції, представляють різні здібності, сили душі. Три типи душі — рослинна, тваринна і розумна (людська) представляють три рівні життя, що володіють спадкоємністю. У рослин душа виконує лише вегетативні (рослинні), власне метаболічні функції; чуттєво-рухові функції душі властиві і людині, і тваринам, але не рослинам; функції розумної душі, що притаманні людині, дозволяють робити висновки, побудовані на вищій пам'яті.

Гіппократ Гераклі́дович (бл. 460 – бл. 377 до н. е.)



Вчення про душу широко використовувалося і розвивалося в античній медицині. Гіппократ сформулював положення, що органом мислення і відчуття є мозок. Він розробив вчення про темпераменти, яке передбачає різну роль чотирьох видів рідини організму (кров, флегма, жовта жовч і чорна жовч), і першим запропонував типологію темпераментів, засновану на особливостях статури. Розглядаючи зв'язок особливостей душі, темпераменту і типології людей із фізико-кліматичними умовами місцевості (твір «Про повітря, воду, місця»), мислитель поклав початок дослідженням психологічних характеристик етносів. Римська лікарка Клавдій Гален (бл. 130 – бл. 200 рр.) продовжила цю лінію спостережень і виявила чутливі і рухові функції спинного мозку.

**Гребль (205 – 270 рр.),
Аврелій Августин (354 – 430 рр.),
Хома Аквінський (1226 – 1274 рр.)**

Аврелій Августин



Хома Аквінський



Успіхи, досягнуті античними філософами і медиками у розвитку вчення про душу, стали фундаментом для усіх подальших розробок психологічного знання, які на цьому етапі переважно зводилися до розширення кола досліджуваних феноменів.

У III – V ст. н.е. у роботах Гребля (205 – 270 рр.), Аврелія Августина (354 – 430 рр.) і ранньохристиянських філософів і теологів предметом дослідження стає внутрішній світ людини, можливості самопізнання. У науці вперше з'являються описи феноменів свідомості, наприклад, інтенціональність (спрямованість на предмет), що була виділена Хомою Аквінським (1226 – 1274 рр.).

Френсіс Бекон (1561 – 1626 рр.)



Вершиною і завершенням етапу розвитку психологічного знання у рамках вчення про душу стала система поглядів Френсіса Бекона. Дослідження душі складали частину єдиної науки про людину, побудову якої планував Бекон. Новизна підходу Бекона полягала у відмові від умоглядного вирішення питань про природу душі і перехід до емпіричного вивчення її здібностей.

Проте цей намір не міг бути реалізований, тому що у той час ще не були сформовані уявлення ні про загальнонауковий метод, ні про предмет дослідження. Бекон, відповідно до традиції, відокремив тіло від науки про душу, а у вченні про душу виділив науку про раціональну божественну душу.



**ДРУГИЙ ЕТАП:
ВЧЕННЯ ПРО ПІЗНАННЯ, ДОСВІД І СВІДОМІСТЬ**

Вчення про пізнання

Погляд мислителя на вчення про пізнання

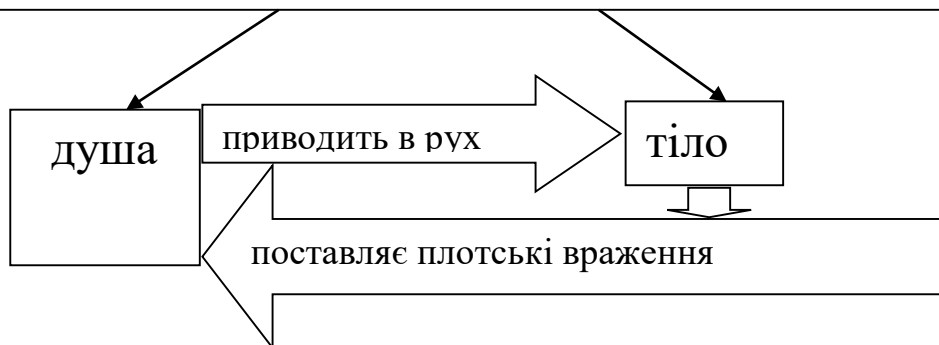
Рене Декарт (1596 – 1650 рр.)



Він увів поняття «свідомість», яка розглядається як критерій, що розрізняє душу і тіло. Інтроспекція, на думку Р. Декарта, настільки очевидна, що була застосована ним для безперечного доказу самого існування суб'єкта, сформульованого в афоризмі *cogito ergo sum* («мислю, отже, існую»).

На його думку, душею володіє лише людина, а тварини не мають душі, вони діють подібно до механічних пристроїв. Для пояснення власне тілесних дій у тварин і людей Р. Декарт ввів уявлення про рефлекс, в якому був реалізований принцип механістичного детермінізму. Суть рефлексу, на його думку, полягає у тому, що зовнішні дії за допомогою переміщення тваринних духів по нервах призводять до напруги певних м'язів, що і є дією організму.

Проблеми співвідношення душі і тіла по Р. Декарту



Вчення про досвід та свідомість

До середини XVII ст. «досвід» розглядався як предмет філософської теорії пізнання. Поняття досвіду містило ідеї, відчуття, результати самоспостереження. Домінувала теза про те, що знання ґрунтуються на досвіді, а ідеї, які складають зміст свідомості, з'являються на основі досвіду.

Погляди мислителів на вчення про «досвід» та «свідомість»

Христіан Вольєр (1679 – 1754 рр.)



Найважливіша роль уявлення про досвід пов'язана із назвою цілого напрямку досліджень у рамках філософії пізнання – емпірична психологія (від грец. εμπειρια — досвід). Цей термін введений Христіаном Вольєром. Він підкреслював важливість вивчення конкретних явищ у психічному житті, використовуючи самоспостереження, на відміну від раціональної психології, яка займалася вічною, незмінною, безсмертною душею.

Найменування «емпірична психологія» може створити помилкове враження, що суттю цього напрямку було проведення емпіричних досліджень у сучасному розумінні цього слова. Вчення про свідомість формувалось у рамках філософії, і, навіть використовуючи результати природничих робіт, воно не мало дослідного характеру у сучасному сенсі цього слова [4].

Джон Локк (1632 – 1704 рр.)



Виникає нове уявлення про предмет психології. Здатність думати, відчувати, бажати – стали називати свідомістю. Таким чином, психіка прирівнялась до свідомості. На зміну психології душі прийшла психологія свідомості. Причому, на думку психологів тих днів, вивчати людський світ можна було тільки за допомогою методу інтроспекції. Ідеологом методу інтроспективних досліджень був Джон Локк. Він вважав, що розум пасивно відображає дії середовища, сприйняття яких забезпечується єдиним процесом перцепції (від лат. percipio – збирання). Згідно із точкою зору Дж. Локка, яку розділяли всі прибічники емпіризму, існує 2 види досвіду:

<i>зовнішній</i>	<i>внутрішній</i>
безпосередньо заснований на відчуттях, його результат – прості ідеї, що не поділяються на менші одиниці;	формується у результаті маніпуляцій розуму із простими ідеями, наприклад, у процесі самоспостереження (рефлексії); при цьому із простих ідей утворюються складні.

Зовнішній і внутрішній досвід притаманні лише самоспостереженню.

І. М. Сєченов (1829 – 1905 рр.)



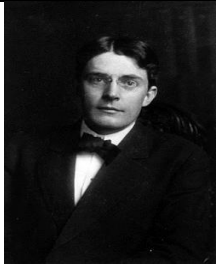
На основі уявлення про рефлекс сформулював одну із перших програм перетворення психології у наукову дисципліну. Він радикально перетворив саме поняття рефлексу, по-перше, розглядаючи подію, що запускає рефлекс не як власне фізичну стимул-реакцію, а як подразник, що має для організму певне сигнальне значення, відповідне можливостям організму і що відображає властивості середовища, і по-друге, сам рефлекс сприйняв не просто як поширення збудження по нервах від рецептора до ефектора, а як цілісний акт організму.

ТРЕТІЙ ЕТАП: ВЧЕННЯ ПРО ПОВЕДІНКУ

Формуються нові школи та течії психології, серед яких структурна школа Е. Тітченера, вюрцбурзька школа О. Кюльпе, К. Марбе, К. Бюлера, О. Зельца, функціоналізм у американській психології (В. Джемс, Дж. Дьюї, Г. Керр, Р. Вудвортс), біхевіоризм, гештальтпсихологія, фрейдизм. Найбільш відомою школою, що сформувалася в Америці наприкінці XIX – на початку XX ст., став біхевіоризм. Його фундатори визнавали предметом психології не свідомість, а поведінку.

Погляди мислителів на вчення про поведінку

Дж. Б. Уотсон (1878 – 1958 рр.)



Проголосив формулу «стимул-реакція». Поведінка була побудована із секреторних та м'язових реакцій, що детерміновані зовнішніми стимулами. У зв'язку із цим, він вважав людину стимул-реактивною машиною. Він висунув план перебудови суспільства на основі біхевіористської схеми, за якою, маніпулюючи зовнішніми подразниками, можна «створити» людину із будь-якими константами поведінки.

Е. Л. Торндайк (1874 – 1949 рр.)



Розробив теорію навчання, використовуючи об'єктивні методики, зокрема, оригінальну методику проб та помилок. Ще до того, як склалася парадигма біхевіоризму, Торндайком були сформульовані закони навчання – закон ефекту вправи та ін., – які традиційно включають у список досягнень біхевіоризму (див.: «Сучасна психологія», 1999). Він вважав, що психологія повинна вивчати поведінку.

Предмет психології, із точки зору біхевіоризму, – поведінка, що розуміється як сукупність спостережуваних м'язових реакцій на зовнішні стимули (S). Завдання психології полягає у тому, щоб виявити закономірності зв'язків між стимулами і реакціями ($S > R$), а мета – прогнозування поведінки суб'єкта і управління нею. Провідним методом дослідження у біхевіоризмі є поведінковий експеримент.

Середину і другу половину XIX ст. можна вважати періодом становлення психології як самостійної науки. Під впливом дарвінізму, вчення про рефлекс, психофізики, психофізіології органів чуття починає розвиватися психологія як дослідна наука, яку започаткував В. Вундт (1832 – 1920 рр.), що заснував у 1879 році першу в світі експериментальну лабораторію у Лейпцизі.

ЧЕТВЕРТИЙ ЕТАП: ВЧЕННЯ ПРО САМОСВІДОМІСТЬ

У психології наприкінці XIX ст. починає використовуватися поняття «самосвідомість», що поступово витісняє поняття «свідомість» (яке не зникає, а набуває нового значення, посідає певне місце у новій системі понять про психіку). Психіка людини дедалі частіше пов'язується із самосвідомістю. На цьому етапі предметом психології є система уявлень індивіда про себе, образ власного «Я» з притаманними йому когнітивними, емоційними та оцінно-вольовими компонентами.

Л. С. Виготський (1896 – 1934 рр.)



Л. С. Виготському [2] вдалося розкрити зміст та операції, які притаманні кожній стадії розвитку самосвідомості та є подібними до стадій розвитку вищих психічних функцій (вищих форм поведінки) в цілому. На його думку, спочатку внутрішні властивості й стани певного суб'єкта (зокрема дитини) виступають об'єктом пізнання та усвідомлення для інших людей. Водночас яка-небудь вища форма поведінки засвоюється дитиною неусвідомлено і сприймається як природна. Згодом дорослі орієнтують дитину, її внутрішні властивості і стани, вводячи їх до змісту спільної діяльності.

Таким чином, природна поведінка дитини набуває соціального змісту. У таких соціальних взаємодіях з іншими людьми дитина намагається виявити себе за допомогою засобів спілкування, які спільно ними використовуються. Поступово, засвоюючи знак (мову) як основний засіб самопрояву, дитина набуває здатності спрямовувати засвоєні засоби самопрояву (мовлення, мислення та інтелектуальні операції) на себе і для себе. Лише на цьому, останньому ступені самосвідомість перетворюється у вищу психічну функцію для самого суб'єкта (дитини). Тобто, у суб'єкта з'являється усвідомлення будови цієї власної функції, розвивається здатність до самоуправління та саморегуляції своїми внутрішніми операціями.

Пояснюючи походження самосвідомості, Л. С. Виготський [2] зауважує, що «...особистість стає для себе тим, що вона є в собі, за допомогою того, що вона представляє для інших», тобто він відзначив провідну роль соціальних стосунків (спілкування). Основним джерелом розвитку самосвідомості є соціальна ситуація розвитку, тобто система взаємин між суб'єктом (дитиною) і соціальною дійсністю.

Л. С. Виготський [2] був переконаний у тому, що розвиток, у якому поєднуються суспільні та особистісні моменти, можливий завдяки переживанням людини. Переживання – це внутрішнє ставлення суб'єкта (дитини) до будь-якого факту дійсності. Переживання особистості є одиницею її свідомості в цілому та самосвідомості зокрема. Тобто, за допомогою ґрунтовного аналізу переживань людини виявляється її ставлення до середовища.

С. Л. Рубінштейн (1889 – 1960 рр.)



Нове, нетрадиційне розв'язання глобальних проблем психології самосвідомості особистості було презентовано талановитим вченим радянського періоду, видатним філософом і психологом С. Л. Рубінштейном, який народився і починав трудову діяльність в Одесі [23].

Співвіднесення онтологічного та носеологічного аспектів психічного дозволило науковцю обґрунтувати концептуальний принцип єдності свідомості людини та її діяльності (єдності ідеального та матеріального). Ця єдність простежується в їх діалектичній взаємодії: свідомість суб'єкта не лише виявляється, а й формується в діяльності; тобто свідомість є передумовою і результатом поведінки, діяльності особистості.

На думку С. Л. Рубінштейна, особистість не зводиться до свідомості та самосвідомості, але й неможлива без них [23, С. 636]. Самосвідомість особистості містить почуття самототожності, особливу психологічну конструкцію – «Я», самооцінку та рівень домагань.

Почуття самототожності забезпечує цілісність особистості, протистоїть її роздвоєнню. Суб'єктивно для індивіда особистість виступає як його «Я».

Сукупність психічних явищ, що віддзеркалюють для особистості її «Я», отримали у психології назву «Я-концепції», що містить наступні компоненти:

- когнітивні – образ «Я», уявлення про власні якості, здібності, можливості;
- емоційні – самоствердження, самоповага, самолюбство;
- оцінно-вольові – самооцінка, саморегуляція.

Загальну схему розвитку самосвідомості С. Л. Рубінштейн представляє наступним чином:

По-перше, самосвідомість виникає у ході розвитку свідомості особистості, в міру того, як вона стає самостійним суб'єктом.

По-друге, самосвідомість розвивається завдяки ускладненню діяльності та взаємовідносин індивіда з оточуючими.

Основними етапами онтогенезу самосвідомості є наступні:

- оволодіння власним тілом, виникнення довільних рухів у процесі виконання предметних дій – немовля;
- здатність до самостійного пересування, ходьба, мовлення зумовлюють зародження самосвідомості, нову систему відносин з оточуючими – дошкільник;
- здатність самостійно ставити цілі, задачі, визначати напрям своєї діяльності, усвідомлення себе як особистості – підліток [23, С. 636-638].

П'ЯТИЙ ЕТАП: ВЧЕННЯ ПРО ОСОБИСТІСТЬ

З початку ХХ ст. психіка людини пов'язується з особистістю. Головний напрям пошуків у цьому періоді – більш широке, цілісне розуміння феномена людини. Психологія розглядає соціально зумовлену систему психічних якостей індивіда, яка формується і виявляється у предметній діяльності та спілкуванні. Ця система містить комунікаційні, мотиваційні, характерологічні, самосвідомісні, інтелектуальні, досвідні, психофізіологічні властивості людини.

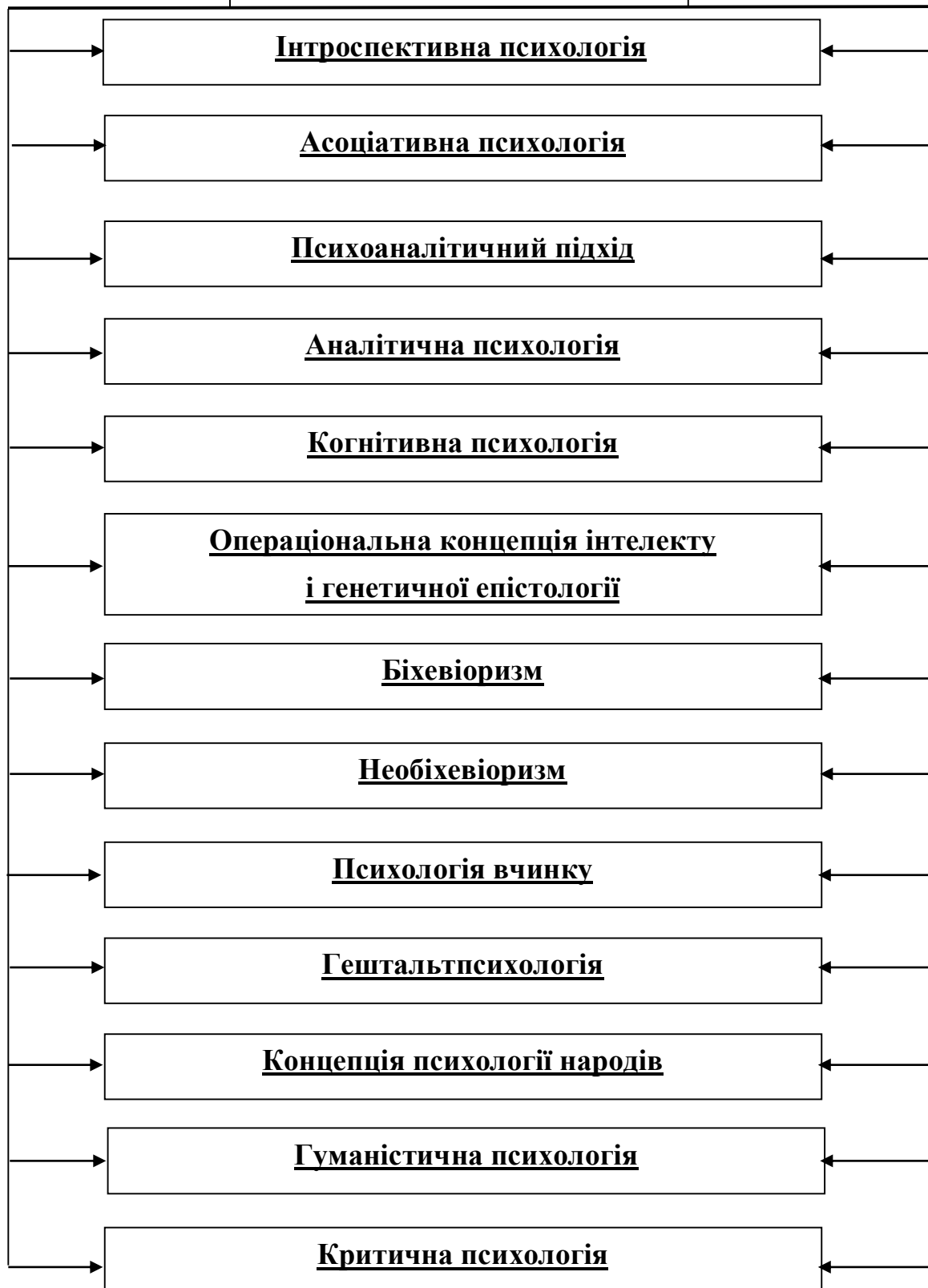
На зламі ХІХ-ХХ ст. виникають такі галузі психологічної науки, як зоопсихологія, диференціальна, експериментальна, дитяча і педагогічна психологія, соціальна та культурно-історична психологія, психотехніка.

Формуються нові школи і течії психології, серед яких структурна школа Е.Тітченера, вюрцбурзька школа О.Кюльпе, К.Марбе, К.Бюлера, О.Зельца, функціоналізм в американській психології (В.Джемс, Дж.Дьюї, Г.Керр, Р.Вудвортс), біхевіоризм, гештальтпсихологія, фрейдизм. Так, структурна школа В.Вундта вважала головним завданням психології – експериментальне вивчення структури свідомості (лідер цієї школи – Е.Тітченер). Представники вюрцбурзької школи, експериментально визначаючи процес розв'язання задач, головним об'єктом самоспостереження вважали не результат, а процес, події, які виникають у свідомості. На початку ХХ ст. утворюється школа гештальтології, фундатором якої стали М.Вертгаймер (1880 – 1944 рр.), В.Келер (1887 – 1967 рр.), К.Кофка (1886 – 1941 рр.). У процесі оригінальних експериментів із вивчення сприймання та інтелекту вони з'ясували, що у складі свідомості існують цілісні образи (гештальти), які не розкладаються на сенсорні елементи. В Одесі у 80-ті роки ХІХ ст. працював М.М.Ланге, педагог і психолог, який заснував першу в Росії експериментально-психологічну лабораторію; у цей же час розпочинає свою діяльність у Київському університеті І.О.Сікорський.

Межі будь-якої науки час від часу переглядаються, уточнюються. Психологія у своєму історичному русі також неодноразово була вимушена самовизначатися, відстоювати свою самостійність і чистоту свого предмета у двобої із філософією, соціологією, біологією, генетикою і навіть мистецтвом. Тому, щоб зберегти статус самостійної науки і не «розчинитися» в інших напрямках наукової діяльності, психологія мусить постійно повертатися до рефлексії власного об'єкта і предмета, перевизначати їх відповідно до нової історичної ситуації і логіки власного розвитку. Слід враховувати й те, що у світовій психологічній науці існують різні, нерідко кардинально протилежні погляди на предмет психології, залежно від світоглядних переконань, методологічних підходів наукових традицій. Тому, по-різному розв'язується проблема предмета психологічної науки. В основі сучасної української наукової психології лежать наукові філософські уявлення на психіку як властивість мозку, суть якої полягає у відображенні об'єктивної дійсності. Психіка, як відображення існуючої дійсності, характеризується тим, що вона не є мертвим, дзеркальним, одноактним відображенням, а є процесом. Психіка є таким відображенням об'єктивної дійсності, при якому будь-який зовнішній вплив завжди проходить через раніше складені особливості психіки, через той психічний стан, який є у даний момент у даної живої істоти [17].

1.1.2. ШКОЛИ, НАПРЯМКИ, КОНЦЕПЦІЇ У ПСИХОЛОГІЇ

На шляху становлення психології як науки виникли різні школи, напрями і концепції, а саме:



Інтроепективна психологія

предмет вивчення –

тобто, спостереження людини за змістом і актами власної свідомості. Одним із напрямків інтроепективної психології є вчення про «внутрішній досвід», із позиції якого психічні явища пізнаються принципово іншим способом, ніж матеріальні (Дж. Локк, Р. Декарт та ін.). Така думка була предметом особливої критики із боку деяких радянських психологів. Проте цей напрям психології слід розглядати як важливий етап у її розвитку, а розроблені інтроепективною психологією методи заслуговують на увагу. Зрештою, майже усі сучасні психологи вважають, що свідомість є сукупністю феноменів, частину яких можна вивчати за допомогою самоспостереження, тобто, інтроепекції [1].

Асоціативна психологія

предмет вивчення – *асоціації*

бере свій початок із стародавньої філософії. У межах цього напрямку психічні явища пояснювалися за допомогою асоціацій. Цей напрям у психології існував досить довго. Пізніше, дослідження спонукали відмовитись від абсолютизації цього напрямку. Проте положення представників асоціативної психології плідно використовуються у сучасній психологічній науці.

Дехто із представників асоціативної психології висунув теорію «елементаризму», згідно із якою, свідомість складається з простих елементів (відчуття, згадування тощо), а ці елементи об'єднуються за законами асоціацій [1].

Психоаналітичний підхід

предмет вивчення – *підсвідоме*

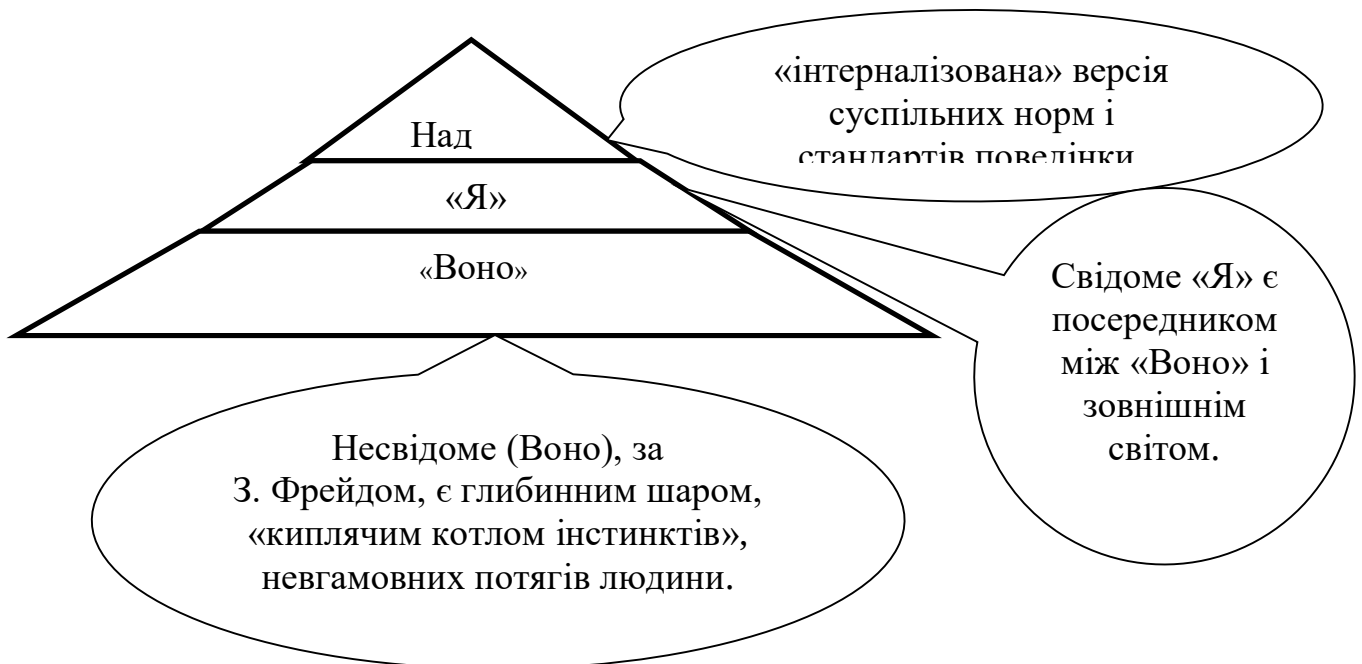
був розроблений З. Фрейдом (1856 – 1939 рр.) наприкінці XIX – на початку XX століття, спочатку як метод лікування психічних захворювань, а пізніше – для побудови гіпотез і теорій із психології, зокрема, для пояснення ролі несвідомого у психіці людини.

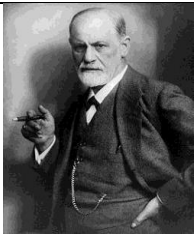
З. Фрейд робив узагальнення не тільки психологічного, а й філософського характеру, побудував оригінальну теорію психоаналітичної психології й філософії.

Його дочка А. Фрейд, дитячий психоаналітик, розробляла теорію дії механізмів «психічного захисту».

Послідовниками З. Фрейда були відомі вчені, які згодом розробили власні теорії – А. Адлер та К. Юнг засновник структурного психоаналізу Ж. Лакан.

Структура особистості за З. Фрейдом





За З. Фрейдом «Я» намагається підкорити собі «Воно», а якщо це не вдається, то «Я» підпорядковується «Воно», створюючи тільки видимість своєї зверхності над ним. «Над-Я» також може панувати над «Я», виступаючи у ролі «совісті», або несвідомого почуття вини. Отже, «Я» немовби стиснуте у лещатах багатьох суперечностей. «Я», зазначає З. Фрейд, перебуває під загрозою зовнішнього світу з боку клетотіння «Воно» і суворості «Над-Я».

Психоаналіз З. Фрейда зазнавав суворої критики, йому на зміну прийшов неофрейдизм. Один із його представників став німецько-американський психолог Е. Фромм (1900 – 1980 рр.), який заперечив біологізм З. Фрейда, переглянув символіку несвідомого, переносячи акцент із придушення сексуальності на конфліктні ситуації, зумовлені соціальними причинами. Він ввів поняття «соціального характеру», трактуючи його як сполучну ланку між психологією індивіда та соціальною структурою суспільства.

Аналітична психологія

предмет вивчення –

була заснована швейцарським психологом *Карлом Густавом Юнгом* (1875 – 1961 рр.). Він розглядав процес психічного розвитку індивіда як асиміляцію свідомості, яка поділяється за змістом на дві складові:

особисте несвідоме

колективне несвідоме

За К. Г. Юнгом, центром психіки є архетип **Самості** (від грецького – початковий образ, ідея). Поняття «Самість» у Юнга вживається як архетип колективного несвідомого.

Розвиток особистості у процесі її індивідуалізації

свідомість

особисте несвідоме

колективне несвідоме

центром колективного
несвідомого є Самість.



К. Г. Юнг зазначає, що у міфах, казках, сновидіннях символами Самості часто виступають мудрий дідусь, хрест, коло, квадрат та інші символи **Цілісності**. Він вважає, що самість неможливо виявити емпірично. Він використовує це поняття для обґрунтування самореалізації індивіда. Самореалізація, на його думку, відбувається шляхом занурення у глибини колективного несвідомого. Кінцевою метою індивідуального розвитку є досягнення особистісної неповторності. К. Г. Юнг стверджував, що людська психіка поєднує у собі різноманітні архетипи. Всі вони розглядаються як глибинний, початковий образ, який людина сприймає тільки інтуїтивним шляхом і який у результаті несвідомої діяльності виявляється на поверхні свідомості у формі різноманітних уявлень, символів, які є важливим ґрунтом для уяви, фантазії. Термін «своє» використовується в аналітичній психології для оцінювання суб'єктивного внутрішнього бачення, яке складається у суб'єкта про самого себе, про свої почуття, помисли тощо. Вживається і поняття «своє глибинне». Воно означає сукупність знань людини про свій внутрішній світ, не залежний від зовнішньої реальності.

К. Г. Юнг розробив одну з перших типологій особистості, ввів поняття **«комплекс»** (сукупність взаємопов'язаних, емоційно заряджених ідей). У психоаналізі комплекс трактується як несвідоме психічне утворення, яке виникає внаслідок витіснення зі свідомості ідей, пов'язаних із значимими для індивіда переживаннями. Вживається поняття «комплекс» меншовартості, переваги тощо.

Когнітивна психологія

предмет вивчення – *знання, пізнання*

один із сучасних напрямів психології. Дослідження представників когнітивної психології пов'язані із аналізом різних аспектів мисленнєвої діяльності індивіда. До принципів когнітивної психології належить трактування людини як діяльної, активно сприймаючої інформацію особистості, яка керується у своїй мисленнєвій діяльності певними планами, правилами, стратегіями. Для представників когнітивної психології характерна спрямованість досліджень на перехід від розуміння складного феномену до розуміння простого. Суттєвий вплив на розвиток поняттєвого апарату когнітивної психології справила теорія інформації та дослідження у галузі штучного інтелекту



Операціональна концепція інтелекту і генетичної епістології

Провідним чинником інтелектуального розвитку дитини є

Даний напрямок заснований швейцарським вченим Жаном Піаже (1896 – 1980 рр.). Джерелом інтелектуального розвитку, за Ж. Піаже, є дії із речами. На його думку, психіка функціонує і розвивається у межах адаптації індивіда до схем поведінки, а також пристосування (акомодації) цих схем до конкретних ситуацій. Утворення так званих операційних структур є вищою формою урівноваженості суб'єкта й об'єкта. Під операцією розуміється інтеріоризована дія, яка має оборотний, поворотний характер і здатна координуватися із іншими операціями у структурі ансамблю.

Ж. Піаже у своїй теорії вживає такі основні поняття

схема

організована сукупність рухів (смоктання, хапання, штовхання), які є у дитини від народження, чи набуті

операція

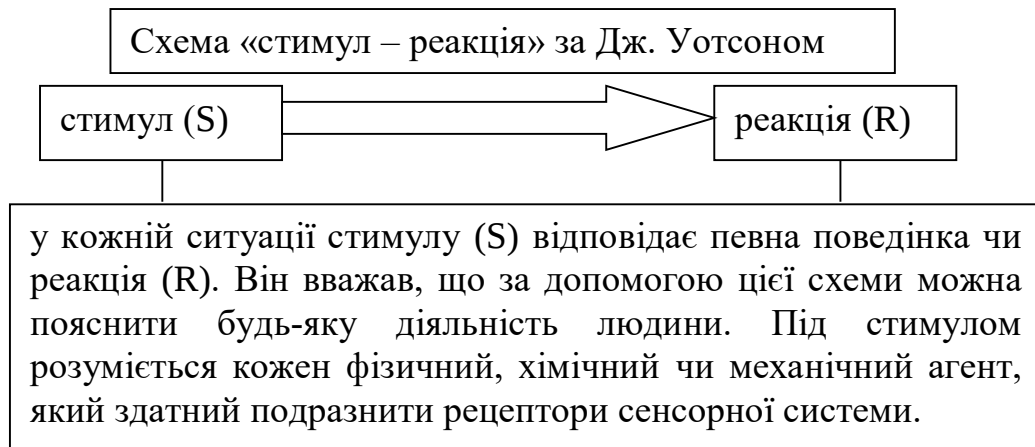
аналіз, класифікація, вимірювання, тощо, які розвиваються у процесі взаємодії з навколишнім світом



Біхевіоризм

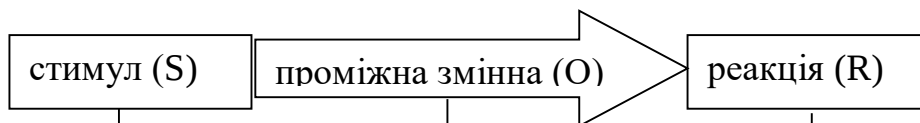
предметом вивчення є *поведінка* (від англ. behaviour – повелінка)

напрямок в американській психології, представники якого заперечують свідомість як предмет психології. Засновником цього напрямку був Дж. Уотсон (1878 – 1958 рр.). Він виступив проти погляду на психологію як науку про безпосереднє переживання суб'єктивних явищ. Натомість, він запропонував вважати предметом психології поведінку. Поняття про образи, мислення, почуття тощо він замінив поняттям про м'язові та секреторні реакції



Необіхевіоризм

представники необіхевіоризму ввели в загальну схему «*проміжну змінну*» сполучну ланку між стимулом і реакцією (S



Необіхевіористи вважають, що поняття «проміжна змінна» (O) визначає пізнавальні та мотиваційні компоненти поведінки. Прихильники цього напрямку обґрунтували «закон ефекту» («закон вигоди»), розглядаючи поведінку особистості як сукупність впливів (реакції) за певні нагороди (стимули), які одержує людина. Вони вважають, що середня ланка (O) не піддається аналізу за допомогою об'єктивних методів.



Психологія вчинку

предмет вивчення – *вчинок*

започаткована українським психологом В. А. Роменцем (1926 – 1998 рр.) на розвиток філософської теорії вчинку М. М. Бахтіна. На сучасному етапі ця гуманістична наука набула практичного звучання як підстава для формування здатності людини до морального вибору та високого вчинку, життєтворчості.

Вчинок є основною ланкою, осередком будь-якої форми людської діяльності, і не тільки моральної. Він виражає будь-яке відношення між особистістю і матеріальним світом. Вчинок – це спосіб особистісного існування у світі. Все, що існує у людині і в олюдненому світі, є вчинковим процесом і його результатом. У цьому вузловому осередку буття виявляється активна творча взаємодія людини і світу. Вчинок формує і виявляє найістотніші сили особистості, як і самого «великого світу». Як єдиний можливий ключ, він відкриває таємницю світу у формі практичного, технічного, наукового, художнього, соціально-політичного тощо освоєння. Ось чому вчинок слід розглядати як всезагальний філософський принцип, який допомагає тлумачити природу людини і світу у їх пізнавальному та практичному відношенні [1].

Гештальтпсихологія

предмет вивчення – *цілісні образи*
(*гештальти*)

один із напрямів у психології 20 – 30-х років ХХ століття, створений В. Вертгеймером (1880 – 1943 рр.), В. Кьоллером (1887 – 1967 рр.), К. Коффкою (1886 – 1941 рр.) та іншими німецькими психологами. На противагу асоціативній психології, початковим і основним елементом психіки гештальтисти вважають не відчуття, а цілісні образи, гештальти. Ці образи, на їх думку, виникають внаслідок прагнення психічного поля свідомості індивіда утворювати прості, врівноважені, симетричні й замкнуті фігури, яким властива константність і стійкість. Із сприймання гештальтисти перенесли термін «гештальт» та мисленнєві й культурні утворення як цілісності, елементи яких пов'язані у єдиній структурі.

Гештальт (від нім. Gestalt – образ, форма, конфігурація) – це цілісна структура, яка формується у свідомості людини при сприйнятті об'єктів або їхніх образів. Це первинна індивідуальна властивість психіки, що перебуває згідно із фізіологічними процесами мозку і зовнішнім світом [1].

Яскравим прикладом, за В. Кьоллером, є мелодія, що упізнається навіть у випадку транспортування на інші елементи. Коли ми чуємо мелодію вдруге, то завдяки пам'яті впізнаємо її. Але якщо склад її елементів змінився, ми всеодно впізнаємо мелодію як ту саму.

Концепція психології народів

головною рушійною силою історії є
народ, «дух цілого»

один із напрямків у соціальній психології, який виник у Німеччині (середина ХІХ століття). Згідно із цією концепцією, головною рушійною силою історії є народ, «дух цілого», що виражає себе у мистецтві, релігії, вихованні, мові, міфах, легендах, звичках, тощо. Представники цієї концепції виходять з того, що індивідуальна психіка, свідомість особистості є продуктом такого цілого, ланкою в соціально-психологічному зв'язку цілого. Психологію народів (етнопсихологію) вони вважали окремою наукою. До представників цієї концепції належав зокрема В. Вундт (1832 – 1920 рр.), в Україні О. О. Потебня (1835 – 1891 рр.) та інші.

Гуманістична психологія

людина має вивчатись як *активний*
об'єкт дослідження

виникла на початку 50-х років ХХ століття. Вона не є однорідною, але всі її прихильники дотримуються того погляду, що психологія не повинна будуватись за зразком природничих наук: людина має вивчатись як активний об'єкт дослідження. Представники цього напрямку А. Маслоу (1908 – 1970 рр.), К. Роджерс (1902 – 1982 рр.) та ін., концентрували увагу на таких проблемах: особистість, розвиток, активність, креативність, автономність, самоактуалізація, самовдосконалення, свобода вибору, відповідальність, прагнення людини до вищих цінностей тощо.

Отже, у центрі уваги гуманістичної психології постають проблеми особистості, її розвиток. На противагу психоаналізу, представники гуманістичної психології наголошують на ролі свідомості і самосвідомості у детермінації поведінки й симпатії людини. Психологів цього напрямку цікавили провідні мотиви у житті людини, потреба особистості у позитивній оцінці.

На основі гуманістичної психології будуються деякі напрямки психотерапії і гуманістична педагогіка. Лікувальними факторами у роботі гуманістичного психолога і психотерапевта є, перш за все, безумовне прийняття клієнта, підтримка, емпатія, увага до внутрішніх переживань, стимулювання здійснення вибору і прийняття рішень, справжність. Однак, при уявній простоті, гуманістична психотерапія заснована на серйозній феноменологічній філософській базі і використовує надзвичайно широкий набір терапевтичних технологій і методів. Одне із базових переконань гуманістично орієнтованих фахівців полягає в тому, що кожна людина містить у собі потенціал одужання. При наявності певних умов, людина може самостійно і повною мірою реалізувати цей свій потенціал. Тому робота гуманістичного психолога спрямована, перш за все, на створення сприятливих умов для реінтеграції особистості в процесі терапевтичних зустрічей [1].

Критична психологія

предмет вивчення – *здатність до дії*

це напрям у німецькій психології заснований на марксизмі і виник у кінці 60-х рр. ХХ ст. Її представниками є К. Хольцкамп (1927 –1995 рр.), К. Х. Браун. Одним із базових є поняття «здатність до дії» як здатність індивіда за рахунок реалізації певної громадської ролі контролювати умови свого життя, тобто здатність стати справжнім суб'єктом своєї діяльності. Розвиток цієї «здатності» має дві альтернативні можливості (спочатку встановлені конкретним типом громадських стосунків і місцем індивіда у них, а також установками, що склалися у ході його життя):

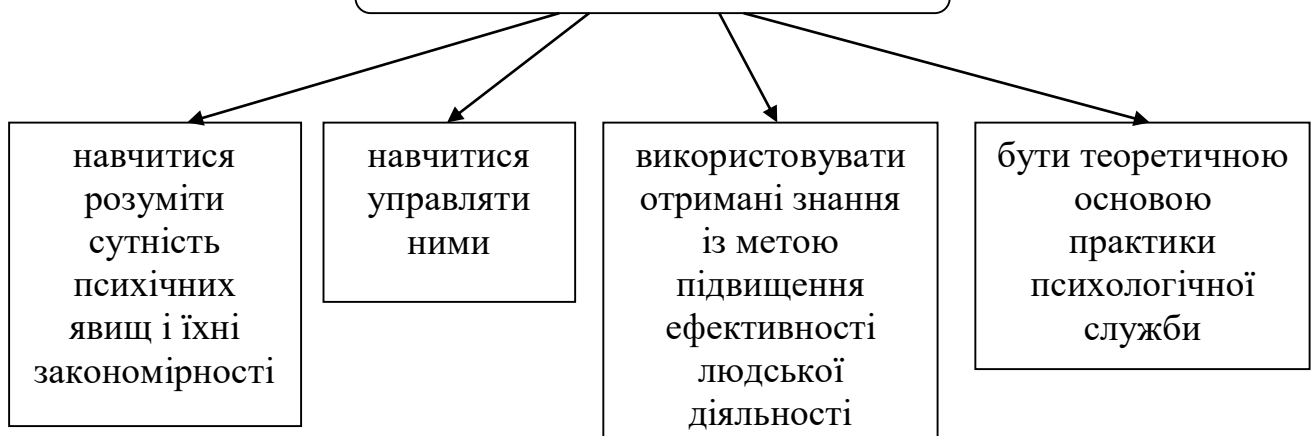
- обмежений розвиток, який виражається у пристосуванні індивіда до існуючих умов шляхом пригнічення своїх істинних інтересів із використанням різних захисних механізмів особи;
- повний розвиток, коли індивід усвідомлює свої справжні потреби й інтереси і змагається за ті умови життя, в яких кожен індивід може реалізувати свої «сутнісні сили» [7, 8].

1.1.3. ПРЕДМЕТ, ЗАВДАННЯ, ПРИНЦИПИ ТА МЕТОДИ ПСИХОЛОГІЇ

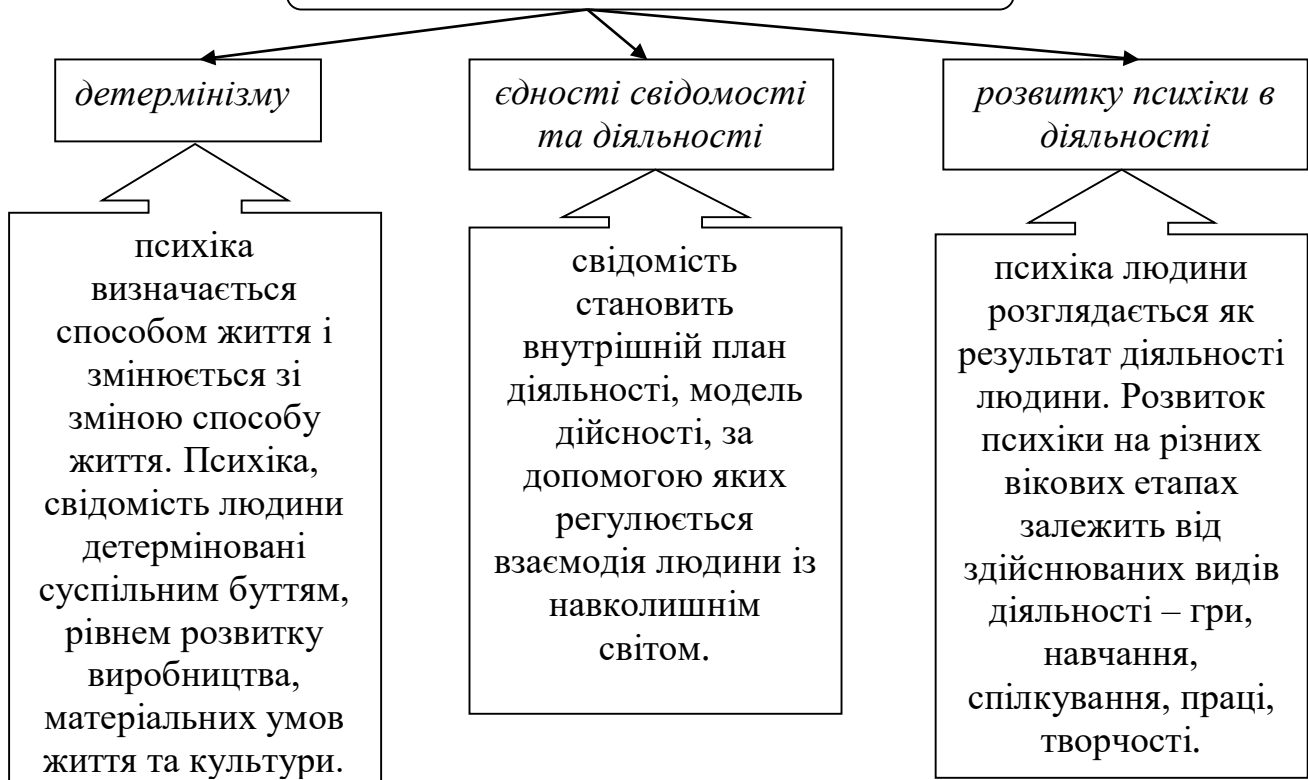
Психологія – наука про загальні закономірності розвитку й функціонування психіки та індивідуально-типологічних особливостей її прояву, наука про загальні закономірності взаємодії людини із навколишнім середовищем [6].

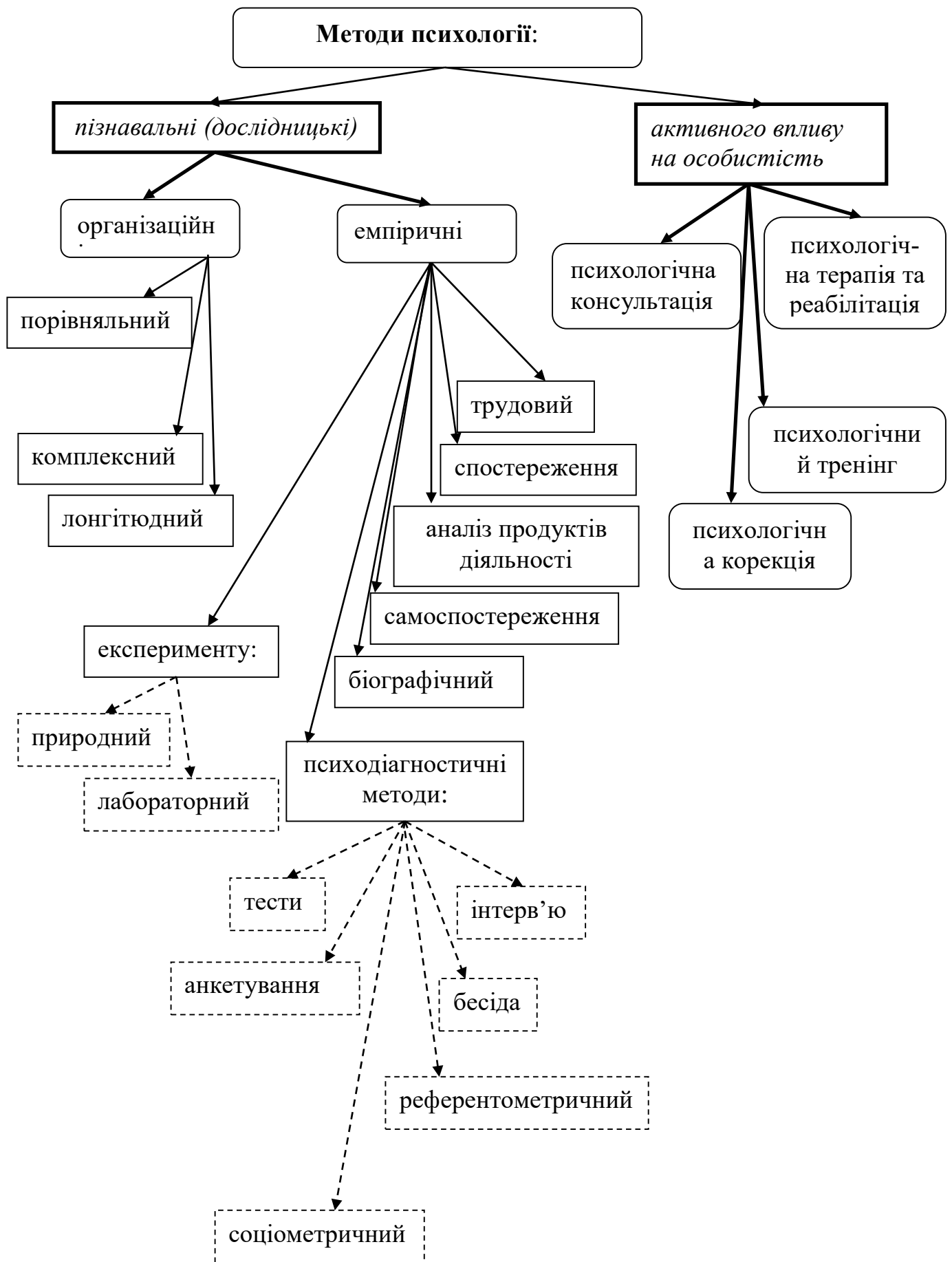
Предметом психології є закономірності розвитку і проявів психічних явищ та їх механізми.

Завдання психології [5]:



Принципи психології:





Пізнавальні (дослідницькі) методи психології [3, 6, 13, 15]:

Процес психологічного дослідження включає низку етапів: підготовки, збирання, обробки, інтерпретації фактичних даних та формування висновків.

<i>На підготовчому етапі</i>	вивчається стан досліджуваної проблеми, проводяться попередні спостереження, бесіди, анкетування, визначається мета й завдання дослідження. Важливим чинником роботи є наявність гіпотези – уявлення про причинно-наслідкові зв'язки досліджуваного явища.
<i>На етапі збирання фактичних даних</i>	використовуються емпіричні методи (експеримент, спостереження, тестування, бесіди тощо).
<i>Етап обробки даних</i>	передбачає кількісний та якісний аналіз і синтез зафіксованих даних.
<i>Інтерпретація даних та формулювання висновків</i>	на останньому етапі дослідження встановлюється відповідність чи невідповідність отриманих даних вихідній гіпотезі, формулюються нові питання та проблеми, на основі яких уточнюється програма подальших досліджень.

Відповідно до етапів психологічного дослідження доцільно розрізняти дві групи методів: організаційні та емпіричні

I. ОРГАНІЗАЦІЙНІ МЕТОДИ:

<i>порівняльний</i>	який реалізується зіставленням груп піддослідних, що відрізняються за віком, видом діяльності тощо;
<i>лонгitudний</i>	який виявляється у багаторазових обстеженнях тих самих осіб протягом тривалого часу;
<i>комплексний</i>	коли той самий об'єкт вивчається різними засобами й представниками різних наук, що дає змогу із різних боків характеризувати особистість.

II. ЕМПІРИЧНІ МЕТОДИ:

<i>спостереження</i>	передбачає пізнання в природних життєвих умовах індивідуальних особливостей психіки людини через спостереження за її поведінкою, тобто, за об'єктивними, зовнішньо вираженими показниками (діями, вчинками, мовою, зовнішнім виглядом);
<i>біографічний</i>	використання матеріалів, що стосуються особливостей життя людини, її розвитку як особистості, аналіз важливих подій у її дитинстві, юнацтві, навчанні та трудовій діяльності, внаслідок чого реконструюються характерні риси особистості;
<i>трудовий</i>	передбачає включення дослідника у конкретну діяльність (професійну, громадську тощо), оволодіння її технологією, входження у відповідну роль з метою вивчення ніби зсередини її закономірностей. Ефективність трудового методу залежить від здатності дослідника до перенавчання, перевтілення, певного

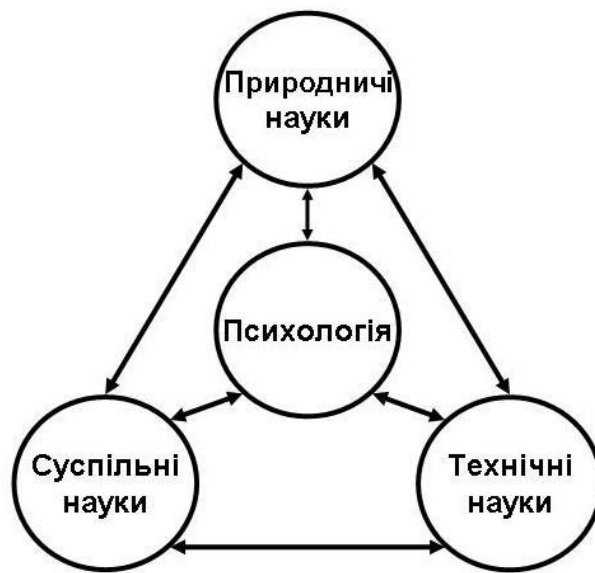
	артистизму, рефлексії, об'єктивної фіксації дослідних даних тощо;
<i>самоспостереження</i>	виступає як засіб вивчення, аналізу та синтезу власних учинків і дій, порівняння своїх думок із думками інших людей;
<i>експеримент</i>	здійснення експериментатором спостереження за психічними явищами, процесами піддослідного.
У психології застосовуються два типи експерименту:	
<i>лабораторний</i>	проводять у спеціально організованих і певною мірою штучних умовах, він потребує спеціального обладнання, а часом – і застосування технічних приладів;
<i>природний</i>	зберігається природність умов спостереження і вводиться точність експерименту. Він будується таким чином, щоб піддослідні не підозрювали про те, що вони піддаються психологічному дослідженню – це забезпечує природність їхньої поведінки. При організації природного експерименту також можливе застосування технічних засобів (але за умови, що піддослідний не знає про це).
Психодіагностичні методи:	
<i>тести</i>	– це особливий вид експериментального дослідження, який становить собою спеціальне завдання або систему завдань. Тести застосовують не лише для отримання яких-небудь нових психологічних даних і закономірностей, але частіше для оцінки рівня розвитку певної психічної якості конкретної людини в порівнянні із середнім рівнем (встановленою нормою або стандартом);
<i>інтерв'ю, бесіда</i>	– усне спілкування, іноді відповіді записують (можна із застосуванням записуючої апаратури). Одночасно дослідник веде спостереження за характером мовних висловлювань (ступенем впевненості відповідей, зацікавленістю або байдужістю, характером виразів), а також за поведінкою, виразом обличчя, мімікою піддослідних. Бесіда повинна бути живою і невимушеною, проводитися в атмосфері довіри, доброзичливості та щирості, в обстановці максимальної природності;
<i>анкетування</i>	– перелік питань, котрі дають респонденту для письмової відповіді. Перевага цього методу у тому, що він дозволяє порівняно легко і швидко отримати масовий матеріал. Недолік же цього методу, в порівнянні з бесідою, полягає у відсутності особистого контакту з піддослідним, що не дає можливості варіювати питання в залежності від відповідей;
<i>соціометричний та референтометричний</i>	методи призначені для вивчення думки опитуваних щодо стосунків між членами групи, виявляють їх структуру

	(лідерів, аутсайдерів тощо) та динаміку на підставі відносно простої процедури вибору одними членами групи інших за параметрами симпатії – антипатії, референтності (стосовно певних цінностей);
<i>аналіз продуктів діяльності</i>	таких як: архівні матеріали, чернеткові записи, щоденники, креслення, варіанти ескізів та малюнків. Їх аналіз дає підстави ретроспективно відтворювати закономірності психічної діяльності особистості, її психічні властивості.

МЕТОДИ АКТИВНОГО ВПЛИВУ НА ОСОБИСТІСТЬ

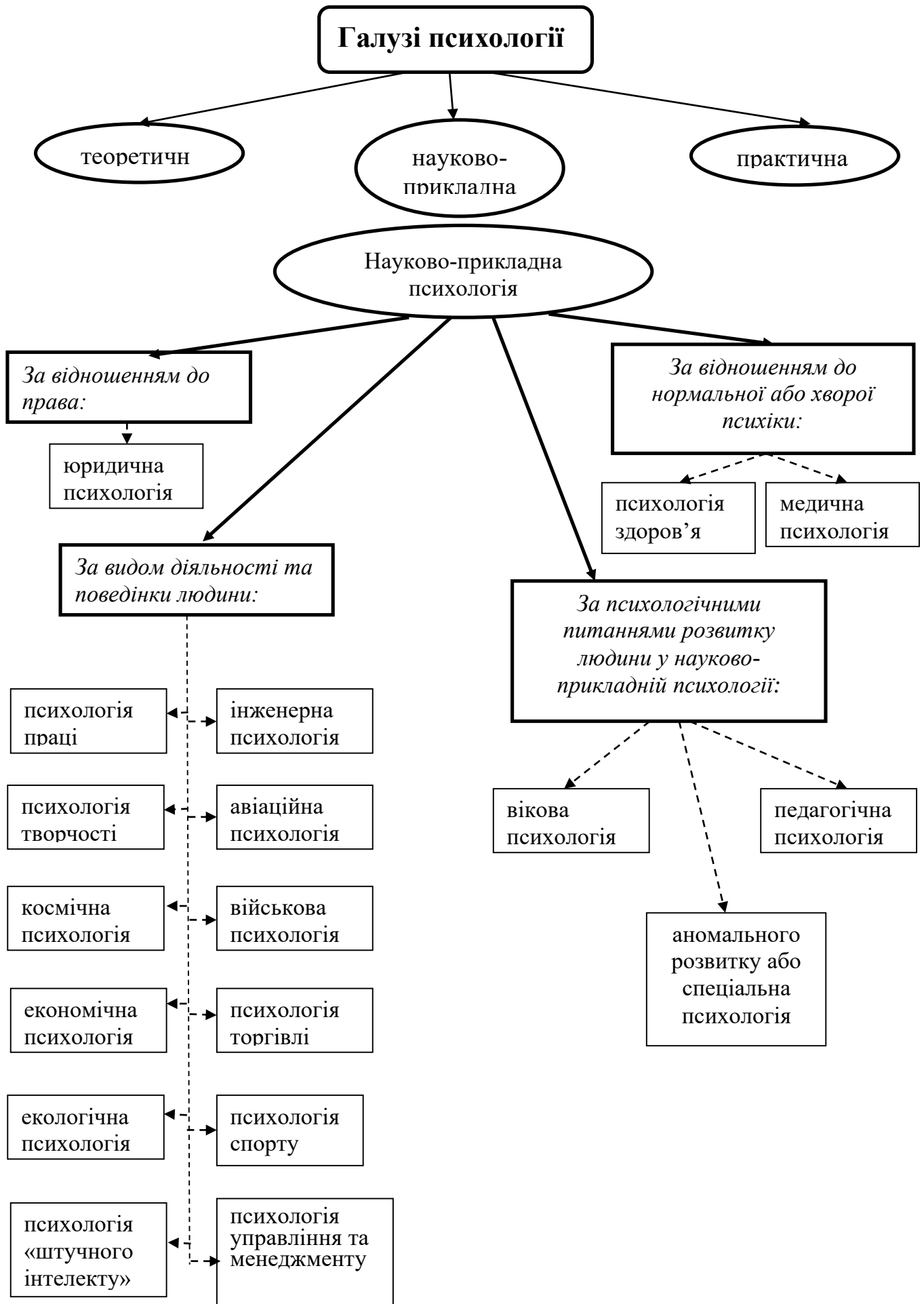
Сучасній науковій психології властиві не лише великі методичні можливості у пізнанні закономірностей психіки, а й здатність при потребі активно впливати на психічні властивості особистості з метою активного психологічного впливу на людину для поліпшення її стану, подолання негативних наслідків для психіки. До них слід віднести:

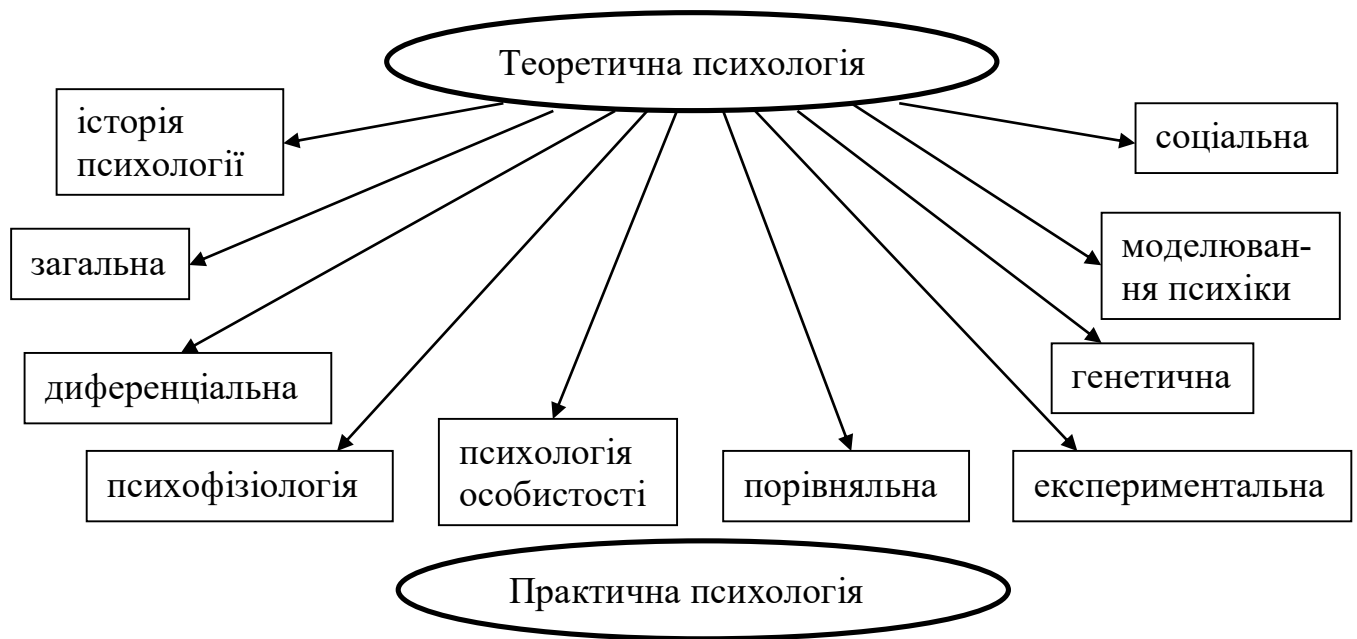
<i>психологічна консультація</i>	надання людині психологічної допомоги;
<i>психологічна корекція</i>	подолання та корекція певних відхилень у поведінці та діяльності людини засобами вивчення індивідуальних особливостей особистості, їх відповідності вимогам навколишнього соціального та природного середовища, виявлення і подолання існуючих суперечностей, для формування нових цілей, цінностей, мотивацій поведінки, розробки програми зміни способу життя, перетворення в ході самопізнання і самовиховання, розвитку здатності до саморегуляції тощо;
<i>психологічний тренінг</i>	сприяє розвитку певних якостей, властивостей, здібностей, наприклад, уваги, пам'яті, мислення, уяви тощо;
<i>психологічна терапія та реабілітація</i>	для нормалізації психічного стану людини під час її перебування у важкому стресі, при психогеніях (непатологічних станах психіки). Існує велика кількість методів психотерапії, серед них слід виділити – арт-терапію (оздоровлення мистецтвом), трудотерапія, гельштальт-терапія, психоаналіз, символдрама, музикотерапія тощо.



Психологія у системі наук

1.1.4. ГАЛУЗІ ПСИХОЛОГІЧНОЇ НАУКИ





Практична психологія функціонує і розвивається як система спеціальних психологічних служб, спрямованих на надання безпосередньої допомоги людям у вирішенні їхніх психологічних проблем. Головна мета практичної психології – створити сприятливі соціальні та психологічні умови для діяльності людини в усіх сферах життя – від сімейних стосунків до управління державою, надати дієву допомогу у розвитку та захисті її психічного здоров'я. Основними функціями практичної психології є аналіз і прогнозування поведінки й діяльності людини, активний соціальний та психологічний вплив, консультативно-методична, просвітницька, профілактична, реабілітаційна, дорадча та психогігієнічна функції тощо [21].

Галузі психології

Теоретична психологія [4, 19, 20, 22]:	
Загальна психологія	систематизує експериментальні дані, здобуті у різних галузях психологічної науки, розробляє фундаментальні теоретичні проблеми психології, формулює основні принципи, категорії, поняття, закономірності, становить фундамент розвитку всіх галузей та розділів психологічної науки.
Історія психології	розглядає формування психологічних категорій і понять упродовж усього часу існування наукової психології, історію психологічних досліджень у різні часи в різних школах та перспективи розвитку психології як науки.
Експериментальна психологія	займається розробкою нових методів психологічного дослідження для більш глибокого вивчення психічної реальності.
Генетична психологія	вивчає закономірності розвитку психіки тварин і людини у філогенезі (протягом біологічної еволюції усього живого та історичного розвитку психіки) і в онтогенезі (упродовж життя окремої особи).

Соціальна психологія	досліджує психічні явища у процесі взаємодії людей у великих та малих суспільних групах, а саме: вплив засобів масової комунікації на різні верстви населення, особливості формування та поширення чуток, смаків, суспільних настроїв, моди, питання психологічної сумісності, міжособистісних взаємин, групової атмосфери, роль лідера у групі, стосунки між членами сім'ї тощо.
Порівняльна психологія	має предметом свого дослідження особливості психіки тварин (зоопсихологія) у порівнянні з психікою людини.
Диференціальна психологія	досліджує індивідуально-психологічні особливості психіки з урахуванням вікового рівня розвитку та механізмів функціонування психіки, ролі задатків і здібностей індивіда тощо.
Психофізіологія	вивчає фізіологічні механізми діяльності мозку, вищої нервової системи, які лежать в основі функціонування психіки.
Психологія особистості	займається вивченням психічних властивостей людини як цілісного утворення, як певної системи психічних якостей, що має відповідну структуру, внутрішні взаємозв'язки, характеризується індивідуальністю та взаємопов'язана з навколишнім природним і соціальним середовищем.
Моделювання психіки	як розділ теоретичної психології використовує наукові дані про психіку для побудови математичних і кібернетичних моделей психічних функцій (сприймання, мислення, пам'яті, розпізнавання, спілкування тощо) та всієї психіки загалом з метою розробки і вдосконалення технічних систем, перевірки наявних психологічних теорій за допомогою комп'ютерного моделювання (комп'ютерного експерименту).
НАУКОВО-ПРИКЛАДНА ПСИХОЛОГІЯ	
А. За видом діяльності та поведінки людини:	
Психологія праці	досліджує психологічні закономірності трудової діяльності людини, психологічні основи наукової організації праці (НОП), особливості формування загальнотрудових умінь і навичок, вплив факторів виробничого середовища і технічних засобів праці на робітника із метою підвищення ефективності трудової діяльності людини.
Інженерна психологія	вивчає особливості діяльності оператора автоматизованих систем управління, розподілу та узгодження функцій між людиною і машиною, використовуючи здобуті знання в інженерно-психологічному проектуванні, експлуатації й оптимізації функціонування систем управління складними технічними комплексами та технологічними процесами. Інженерна психологія є важливою складовою ергономіки – науки про закони взаємодії оператора, машини і середовища.
Психологія творчості	досліджує закономірності творчої (евристичної) діяльності, фактори стимуляції творчого пошуку винахідників, раціоналізаторів, умови розвитку творчої особистості та розробляє методи активізації творчості працівників науки, техніки, мистецтва, культури.

Психологія «штучного інтелекту»	розробляє та апробовує моделі психіки для створення різних інтелектуальних кібернетичних систем, наприклад систем управління робототехнікою, автоматизованого перекладу, експертних систем.
Авіаційна психологія	досліджує психологічні особливості діяльності людини в умовах польоту, визначає психологічні вимоги до професії у відборі та підготовці кадрів, сприяє оптимізації праці льотного персоналу.
Космічна психологія	вивчає психологічні проблеми діяльності людини в умовах невагомості, просторової дезорієнтації під час перебування у космосі, психологічного напруження, яке виникає в екстремальних ситуаціях, внаслідок перевантаження організму або тривалої ізоляції від людей на орбіті. Розробляються рекомендації щодо підбору кандидатів у космонавти, їх підготовки, тренування на спеціальних пристроях (тренажерах), формування екіпажів космічних кораблів, здійснення психологічної підтримки космонавтів в умовах польоту.
Військова психологія	предметом вивчення є фактори ефективної поведінки людини в екстремальних умовах бойових дій, питання підвищення боєздатності військовослужбовців, підготовки військових кадрів, управління військами і бойовою технікою, стосунки між командирами та підлеглими, методи психологічної пропаганди і контрпропаганди тощо.
Психологія управління та менеджменту	здійснює дослідження процесів управління, організації суспільної діяльності людей на політичному, соціальному, економічному, виробничому тощо рівнях у державному, регіональному та місцевому масштабах з метою досягнення позитивних результатів у суспільному житті.
Економічна психологія	займається дослідженням ролі людського фактора у розв'язанні економічних, господарських проблем на макро- та мікроекономічному рівнях.
Психологія торгівлі	вивчає психологічні особливості людей для формування потреб покупців, правильної організації реклами та продажу товару, підвищення культури обслуговування населення тощо.
Екологічна психологія	досліджує психологічні фактори виникнення й розв'язання проблем взаємозв'язку між людиною і природою, оптимізації цього взаємозв'язку, подолання соціально-психологічних наслідків природних та техногенних катастроф.
Психологія спорту	вивчає закономірності поведінки людей в умовах спортивних змагань, методи відбору, підготовки, організації діяльності спортсменів та їхньої психологічної реабілітації після участі у змаганнях.
Б. За психологічними питаннями розвитку людини:	
Вікова психологія	досліджує онтогенез психічних властивостей особистості на різних вікових етапах. Виділяються такі її розділи як психологія дошкільника, психологія молодшого школяра, психологія підліткового віку, психологія юнацтва, психологія дорослих, геронтопсихологія.
Педагогічна психологія	має своїм предметом психологічні закономірності навчання й виховання особистості та складається з таких розділів: психологія навчання, психологія виховання, психологія навчально-виховної роботи з аномальними та важковиховуваними дітьми.

Психологія аномального розвитку або спеціальна психологія	розподіляється на такі дисципліни як патопсихологія (розглядає відхилення у процесі розвитку психіки, розлади психіки при різних формах мозкової патології), олігофренопсихологія (займається патологічними відхиленнями психічного розвитку, які визначаються природженими дефектами мозку), сурдопсихологія (вивчає особливості розвитку дітей із вадами слуху), тіфлопсихологія (допомагає розвиватись особистостям дітей із слабким зором або незрячим).
В. За відношенням до нормальної або хворої психіки:	
Психологія здоров'я	наука про психологічні основи здорового способу життя, збереження та поліпшення здоров'я людини.
Медична психологія	що вивчає психологічні аспекти діяльності лікаря та особистості хворого і розподіляється на такі напрями: нейропсихологія (досліджує співвідношення між психічними явищами та фізіологічними структурами мозку), психофармакологія (наука про вплив лікарських речовин на психічну діяльність людини), психотерапія (вивчає та використовує засоби психологічної дії для лікування хворих), психопрофілактика (має справу із заходами попередження психічних захворювань), психогігієна (наука про систему засобів підтримання та забезпечення психічного здоров'я особистості на належному рівні).
Г. За відношенням до права виділяється:	
Юридична психологія	досліджує закономірності психіки людини, що виявляються у сфері суспільних відносин, які регулюються правом та має такі підгалузі: <i>правова психологія</i> вивчає правосвідомість, правотворчу діяльність і пов'язана з філософією та соціологією права, юридичною педагогікою; <i>кримінальна (правопорушна) психологія</i> – предметом вивчення є психологічні особливості особистості правопорушника, мотиви правопорушення тощо, тісно пов'язана з кримінологією та девіантологією; <i>правоохоронна психологія</i> – займається науковими та прикладними питаннями психологічного забезпечення правоохоронної діяльності (вона складається з таких розділів: <i>оперативно-розшукова психологія, адміністративна психологія, психологія слідчої діяльності</i> тощо); <i>прокурорська</i> – вивчає психологічні закономірності прокурорської діяльності, психологічні особливості суб'єктів та об'єктів прокурорської діяльності; <i>адвокатська</i> – вивчає психологічні особливості адвокатської діяльності та її суб'єктів і об'єктів; <i>судова психологія</i> предметом вивчення якої є психологічні особливості поведінки суб'єктів та об'єктів під час судового процесу та поза ним; <i>виправно-трудова (пенітенціарна) психологія</i> – займається науковими та прикладними питаннями вивчення психіки ув'язненого, методами виправлення та перевиховання його особистості.

ВИСНОВКИ ДО ГЛАВИ

Психологія – це наука, що вивчає психічні явища (психічні процеси, психічні стани і психічні властивості) та поведінку людини.

Психологічне знання розвивалося з доісторичних часів у магічній та міфологічній традиціях. Вперше як галузь наукового знання психологія постає в філософських вченнях античних мислителів. У працях європейських, арабських філософів та медиків розроблялись такі питання: природа сприйняття, структура психіки, природа афектів, психосоматика, процеси мислення, природа снів та марень, природа взаємин (любов, дружба, родичання) тощо. Донині значний вплив на наукові уявлення про душу, психічний світ справляє розвиток суміжних наук (медицина, педагогіка) та людських практик (мистецтво, релігія, управління), які, в свою чергу, користуються матеріалами, висновками з досягнень психології [1].

Сучасна психологія є досить розгалуженою системою знань, вона містить систему дисциплін (або галузей), пов'язаних із різними сферами практики. Головним принципом класифікації галузей психології є принцип розвитку психіки в діяльності, згідно із яким виокремлюються різні галузі психології залежно від видів людської діяльності.

Існування великої кількості різноманітних галузей психології є свідченням широкого практичного спектра її використання.

Проблеми, які вивчаються психологією, охоплюють широку гаму проблем, починаючи від досліджень відчуттів та сприймань до вивчення масових психічних явищ. І це природно, оскільки розв'язання проблем, які так чи інакше стосуються людини, вимагає у першу чергу вивчення її психіки [14].

Між галузями психологічної науки існують тісні зв'язки. Відомо, що теоретична психологія напрацьовує систему психологічних знань, які є фундаментом науково-прикладної та практичної психології. Зі свого боку, науково-прикладна й практична психології узагальнюють засоби теоретичної психології, що сприяє постійному оновленню системи понять, категорій, принципів психологічної науки.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Вікіпедія / Вільна енциклопедія / електронний ресурс <http://uk.wikipedia.org>. – Назва з екрана.
2. Выготский Л.С. Психология развития человека / Л. С. Выготский. – М.: Изд-во Смысл; Эксмо, 2005. – 1136 с.
3. Гиппенрейтер Ю. Б. Введение в общую психологию: Курс лекцій / Ю. Б. Гиппенрейтер. – М.: Изд-во МГУ, 1988. – 340 с.
4. Годфруа Ж. Что такое психология / Ж. Годфруа. – М.: Мир, 1992. – 496 с.
5. Дружинина В. Н. Психология [учебник для гуманитарных вузов] / В.Н. Дружинина. – Спб: «Учебник нового века», 2001. – 656 с.
6. Завдання і місце психології в системі наук / електронний ресурс <http://ekomedtd.com.ua/vvedennya-v-zagalnu-psixologyu/item/zavdannya-i-misce-psihologii-v-sistemi-nauk.html>. – Назва з екрана.
7. Ильясов И. И. О теории и практике в психологии / И. И. Ильясов, Н. Н. Орехов // Вопр. психологии. — 1989. — № 4. — С.135-140.

8. Костюк Г. С. Психологія / Г. С. Костюк. – К.: Рад. шк., 1968. – 345 с.
9. Критическая психология / электронный ресурс <http://psylist.net/slovar/10a48.htm>. - Название с экрана
10. Лурия А. Р. Эволюционное введение в психологию / А. Р. Лурия. – М.: Изд-во МГУ, 1975. – 243 с.
11. Історія розвитку психології / электронный ресурс <http://ukrefs.com.ua/pedagogika/78572-Istoriya-razvitiya-psihologii-kak-nauki.html>. – Назва з екрана.
12. Максименко С. Д. Психологія у соціальній та педагогічній практиці / С. Д. Максименко – К., 1998. – 536 с.
13. М'ясоїд П. А. Загальна психологія / П. А. М'ясоїд. – К.: Вища школа, 1998. – 289.
14. Немов Р. С. Психология / Р. С. Немов. – М.: Просвещение, 1995. – 496 с.
15. Павелків Р. В. Загальна психологія / Р. В. Павелків (Підручник). – К.: Кондор, 2009. - 576 с.
16. Петровский А. В. Общая психология / Под ред. А. В. Петровского. – М.: Издательский центр Академия, 1977. – 512 с.
17. Петровский А. В. Введение в психологию / А. В. Петровский. – М.: Академия, 1996. – 496 с.
18. Петровский А. В. Хрестоматия по психологии / А. В. Петровский. – М., 1977. – С. 53-74, С. 113-121, С. 134-137.
19. Предмет психології на сучасному етапі її розвитку / электронный ресурс http://libfree.com/157718094_psihologiyapredmet_psihologiyi_suchasnomu_etapi_rozvitku.html. – Название с экрана
20. Психологія як наука / электронный ресурс <http://ua.coolreferat.com>. – Назва з екрана.
21. Срипченко О. Загальна психологія: навч. посібник / О. Срипченко, Л. Долинська, З. Городнійчук та ін. – К.: А.П.Н., 2001. – 464 с.
22. Структура загальної психології як науки / электронный ресурс <http://www.refine.org.ua/pageid-3778-2.html>. – Назва з екрана.
23. Рубинштейн С. Л. Основы общей психологии / С. Л. Рубинштейн. – СПб.: Питер, 2001. – 720 с.: ил. – (Серия “Мастера психологии”)

ПИТАННЯ ДЛЯ САМОПЕРЕВІРКИ ТА КОНТРОЛЮ ЗАСВОЄННЯ ЗНАНЬ

1. Охарактеризуйте етапи становлення психології як науки.
2. Що є предметом психології? Які групи психічних явищ вона вивчає?
3. Надайте характеристики функцій психології.
4. Які основні завдання стоять перед сучасною психологією?
5. Назвіть основні принципи наукового вивчення психології. Чим зумовлена поява психіки у живих істот?
6. Охарактеризуйте основні напрямки, школи та концепції вивчення психології.
7. Що є об'єктом вивчення у біхевіористичній психології?
8. На яких засадах базується структурна психологія?

9. У чому полягає сутність концепції психоаналізу?
10. Охарактеризуйте галузі психології.

КОНТРОЛЬНІ ТЕСТИ

1. Що є предметом психології?

А. Людське суспільство і людина з її вчинками, цінностями, оцінками й відносинами у суспільстві.

Б. Закономірності розвитку і проявів психічних явищ та їх механізми.

В. Професійна й інтелектуальна компетентність, вміле використання яких на практиці свідчать про професійну майстерність фахівця й особистості.

2. Завданням психології є:

А. Навчитися розуміти сутність психічних явищ і їхні закономірності; навчитися управляти ними; використовувати отримані знання з метою підвищення ефективності тих галузей практики; бути теоретичною основою практики психологічної служби.

Б. Ведення юридичної справи; складання юридичних документів; юридичне консультування; тлумачення нормативно-правових актів; правове виховання, правова агітація та пропаганда правових знань.

В. Суворе правове регулювання діяльності по розслідуванню злочинів; право та обов'язок застосування влади від імені закону; необхідність діяти в стислі терміни.

ТЕМИ РЕФЕРАТІВ

1. Етапи становлення психології як науки.
2. Взаємозв'язок принципів і методів психологічної науки.
3. Побудова і використання тестів.
4. Роль психології в оптимізації професійної діяльності.
5. Психологія майбутнього.
6. Вплив мислителів античності на розвиток психології.

СПИСОК РЕКОМЕНДОВАНОЇ ЛІТЕРАТУРИ:

1. Дружинина В. Н. Психология [учебник для гуманитарных вузов] / В. Н. Дружинина. – СПб: «Учебник нового века», 2001. – 656 с.
2. Костюк Г. С. Психологія / Г. С. Костюк. — К.: Рад. шк., 1968. – 345 с.
3. М'ясоїд П. А. Загальна психологія / П. А. М'ясоїд. – К.: Вища школа, 1998. – 289.
4. Петровский А. В. Хрестоматия по психологии / А. В. Петровский. – М., 1977. – С. 53-74, С. 113-121, С. 134-137.
5. Срипченко О. Загальна психологія: навч. посібник / О. Срипченко, Л. Долинська, З. Городнійчук та ін. – К.: А.П.Н., 2001. – 464 с.
6. Рубинштейн С. Л. Основы общей психологии / С. Л. Рубинштейн – М.: Педагогика, 1989. – 278 с.
7. Google [Электронный ресурс]: поиск картинок; <http://www.google.com.ua/search> – название с титул. экрана.

ГЛАВА 1.2.

ПСИХІКА ТА СВІДОМІСТЬ

Психіка – функція мозку, яка полягає у відображенні об'єктивної дійсності в ідеальних образах, на основі яких регулюється життєдіяльність організму. Вивченням мозку займаються різні науки. Його будову досліджує анатомія, а його складну діяльність із різних боків вивчають нейрофізіологія, медицина, біофізика, біохімія, нейрокібернетика.

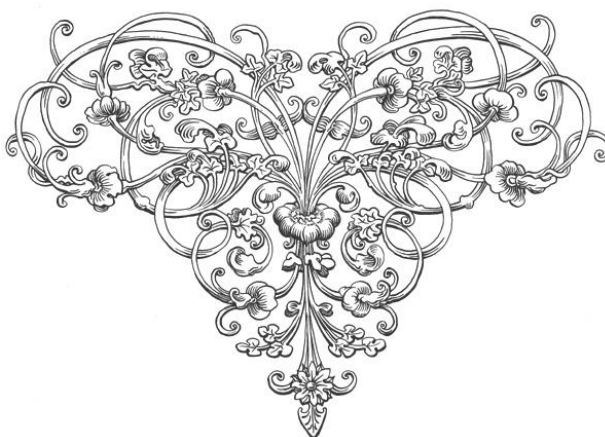
Психологія вивчає ту властивість мозку, що полягає у психічному відображенні матеріальної дійсності, в результаті якого формуються ідеальні образи реальної дійсності, необхідні для регуляції взаємодії організму з навколишнім середовищем. Психіка є продуктом діяльності кори великих півкуль головного мозку. Ця діяльність називається вищою нервовою діяльністю. Свідомість – вищий етап розвитку психіки, її виникнення обумовлене трудовою діяльністю в умовах колективного спілкування.

Мета даної глави: надати знання про психіку та свідомість людини, їх структуру.

Мета вивчення глави:

1. **Освітня** – сформувані у курсантів і студентів знання основних характеристик особливостей психіки, свідомості та самосвідомості.
2. **Практична** – сприяти розвитку умінь визначати захисні психологічні механізми людини.
3. **Розвивальна** – розвивати уміння здійснювати розмежування між свідомістю, самосвідомістю та підсвідомістю.
4. **Виховна** – розкрити шляхи до самовдосконалення.

Ключові поняття глави: психіка, психічний образ, аналізатор, свідомість, підсвідомість; психічні процеси, властивості, явища, стани; несвідоме, сон, емоції, психічні явища: стани, процеси, властивості.

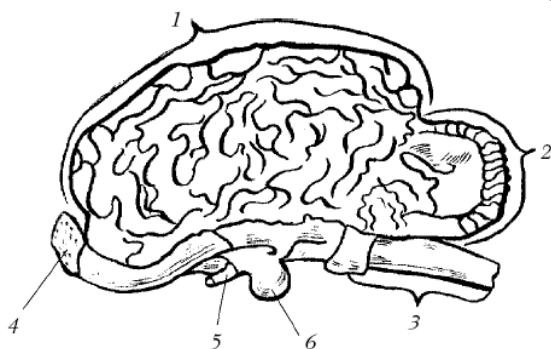


1.2.1. РОЗВИТОК ПСИХІКИ У ФІЛОГЕНЕЗІ

Психіка є продуктом діяльності кори великих півкуль головного мозку. Ця діяльність називається вищою нервовою діяльністю. Відкриті І. М. Сеченовим (1829 – 1905 рр.) й І. П. Павловим (1849 – 1936 рр.) та їхніми послідовниками принципи і закони вищої нервової діяльності є природничою основою сучасної психології.

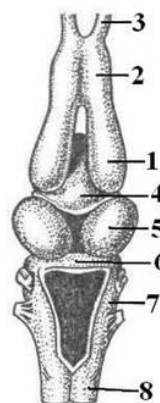
Ускладнення психіки та збільшення можливостей до пристосування прямо пов'язані з розвитком у ході еволюції нервової системи. Існує пряма залежність між рівнем розвитку нервової системи живої істоти і складністю її взаємодії із зовнішнім світом [4].

Вчені проводили досліди з рибами і мавпами та вчили їх розрізняти геометричні фігури. Виявилось, що риби не гірше, ніж мавпи, можуть вчитися відрізняти квадрат від трикутника – вони швидко плывуть до того зображення, біля якого їм треба смикнути за намистинку, щоб отримати нагороду (корм). Але якщо експериментатор змінював колір геометричної фігури з чорного на червоний, то усе навчання треба було починати спочатку. Для риби чорний і червоний квадрати – це абсолютно різні фігури. Для собаки ж усі квадрати об'єднані в клас «квадрат», усі трикутники – в клас «трикутник». Навіть цуценя, яке ледве навчилося ходити, так само добре розрізняє фігури, як і дорослий собака. Будова мозку у риби і собаки відрізняється дуже істотно – мозок собаки має борозни, звивину і кору, мозок риби зупинився на рівні проміжних структур.



Головний мозок собаки:

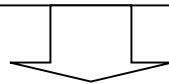
- 1 – великі півкулі; 2 – мозочок;
- 3 – довгастий мозок;
- 4 – нюхові цибулини;
- 5 – зоровий нерв;
- 6 – гіпофіз.

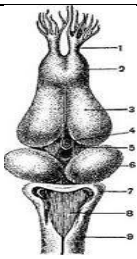
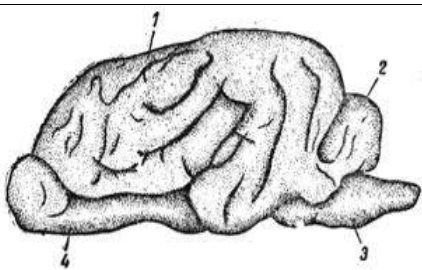
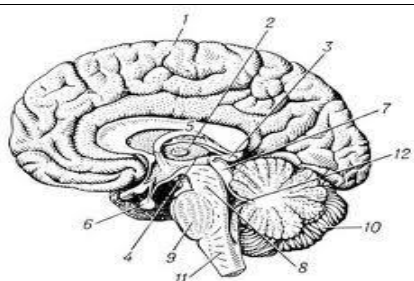


Головний мозок жаби:

- 1 – півкулі переднього мозку;
- 2 – нюхові долі; 3 – нюхові нерви;
- 4 – проміжний мозок; 5 – середній мозок;
- 6 – мозочок; 7 – довгастий мозок; 8 – спинний мозок.

Будова мозку у тварин різних видів неоднакова. У предків ссавців, як і у сучасних рептилій, кора великих півкуль була дуже слабо диференційована. Але на шляху від рептилеподібних попередників до сучасних ссавців сталося значне збільшення кори мозку в порівнянні з іншими структурами, які, звичайно, теж піддалися змінам за розмірами, формами, об'ємам. При цьому міра збільшення кори мозку відрізняє приматів від інших ссавців, а людину – від інших приматів. Співвідношення площі кори мозку у миші, макаки і людини 1: 100: 1000, а співвідношення об'ємів кори головного і спинного мозку у щурів і людини – 31: 35 і 77: 2 [2].



Мозок жаби	Мозок макаки	Мозок людини
		

Одним із найцікавіших показників нервової системи людини є її мінливість. Зокрема, це характерно для головного мозку людини. Він розрізняється у чоловіків і жінок, у різних рас, етнічних груп і навіть усередині однієї сім'ї. Ці відмінності дуже стійкі. Вони зберігаються з покоління в покоління і можуть бути важливою характеристикою мінливості мозку людини як біологічного виду.

Вага мозку у новонароджених складає приблизно 350 г, у дорослих чоловіків – у середньому 1400 г, а у жінок – близько 1250 г. Мозок досягає максимальної ваги між 18-ма і 30-ма роками. Дослідники зібрали колосальний матеріал і виявили, що кожна раса має «свою» середню вагу мозку: європеїдна – 1375 г., монголоїдна – 1332 г., негроїдна – 1244 г., австралоїдна – 1185 г.

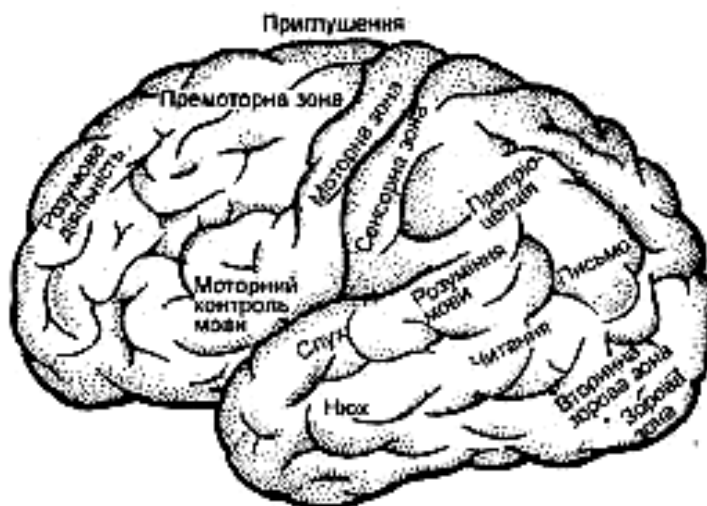
Існує стійка вагова й анатомічна різниця між чоловічим і жіночим мозком. Ось середні показники ваги мозку в Європі: чоловіка – 1375 г., жінки – 1245 г. Маса головного мозку людини непостійна. Вона міняється упродовж усього життя. Відразу після народження головний мозок поступово збільшується. У європейців початку XX століття він досягав максимальної маси до 20-річного віку. Між 20-ма і 50-ма роками маса мозку залишається постійною, а після 50-ти років починає поступово зменшуватися. Це зменшення складає приблизно 30 г. на кожні подальші десять років життя. Між 50-ма і 85-90-ма роками він може складати 100-200 г. В наш час найбільша маса головного мозку у більшості європейських народів і американців відзначається в 25 років. Цікаво, що у японців мозок досягає максимальної маси в період від 30-ти до 40-ка років [17].

Кора головного мозку людини є цілісно працюючим органом, хоча окремі її частини (області) функціонально спеціалізовані (наприклад, потилична область кори здійснює складні зорові функції, лобово-скронева – мовленнєві, скронева – слухові). Найбільша частина рухової зони кори головного мозку людини пов'язана з регуляцією руху органу праці (руки) і органів мовлення.

Усі відділи кори мозку взаємозалежні: вони з'єднані із відділами мозку, що лежать нижче, які здійснюють найважливіші життєві функції. Підкоркові утворення, регулюючи уроджену безумовно-рефлекторну діяльність, є областю тих процесів, що суб'єктивно відчуються у вигляді емоцій (вони, за виразом І. П. Павлова, є «джерелом сили для клітин кори»).

У мозку людини є всі ті структури, що виникали на різних етапах еволюції живих організмів. Вони містять у собі «досвід», накопичений у процесі всього еволюційного розвитку. Це свідчить про загальне походження людини і тварин [4].

Функціональні зони кори
головного мозку людини



До кори великих півкуль головного мозку надходить інформація від великої кількості різноманітних високоспеціалізованих рецепторів, здатних уловлювати найзначніші зміни в зовнішньому і внутрішньому середовищі.

Рецептори, розташовані в шкірі, реагують на зміни в зовнішньому середовищі. У м'язах і сухожиллях знаходяться рецептори, які сигналізують у мозок про ступінь натягнення м'язів, рухи суглобів. Є рецептори, які реагують на зміни хімічного і газового складу крові, тиску, температури тощо. У рецепторі подразнення перетворюються на нервові імпульси. Чутливими нервовими шляхами імпульси проводяться до відповідних чутливих зон кори головного мозку, де і формується специфічне відчуття – зорове, нюхове тощо.

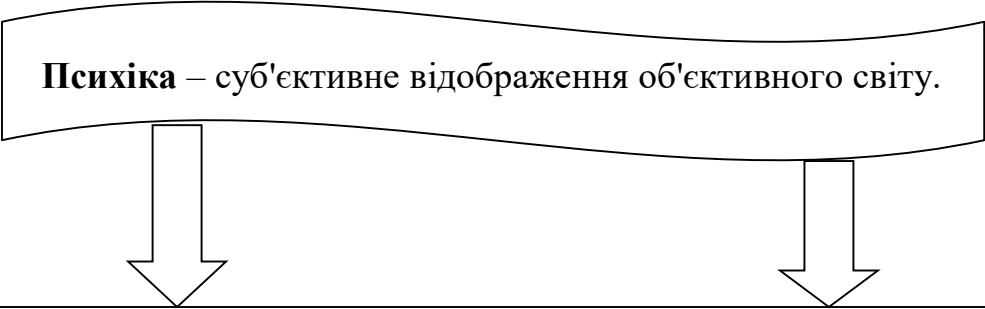
Функціональну систему, що складається з рецептора, чутливого провідного шляху і зони кори, куди проектується даний вид чутливості, І.П. Павлов назвав аналізатором.

У нашій свідомості діяльність аналізаторів відображає зовнішній матеріальний світ. Це дає можливість пристосовуватися до умов середовища шляхом зміни поведінки [4].

1.2.2. ПСИХІКА ЛЮДИНИ ТА ЇЇ СТРУКТУРА

Психіка – це властивість високоорганізованої матерії (мозку) відображати об'єктивну реальність на основі сформованого при цьому психічного образу, що дозволяє регулювати діяльність і поведінку людини; – це суб'єктивне відображення об'єктивного світу [13].

Психіка – суб'єктивне відображення об'єктивного світу.



```
graph TD; A[Психіка – суб'єктивне відображення об'єктивного світу.] --> B[Психічне відображення світу людини, пов'язане із її суспільною природою, яке опосередковується суспільно виробленими знаннями. Психіка, як відображаюча здатність, є й у тварин. Але вищою формою психіки є свідомість людини, яка виникла у процесі суспільно-трудоваї практики. Свідомість нерозривно пов'язана із мовленням. Завдяки свідомості людина довільно регулює свою поведінку. Свідомість не фотографічно відбиває явища дійсності. Вона розкриває об'єктивні внутрішні зв'язки між явищами. Змістом психіки є ідеальні відображення об'єктивно існуючих явищ. Але ці відображення виникають у різних людей своєрідно. Вони залежать від минулого досвіду, знань, потреб, інтересів, психічного стану і т.д. Інакше кажучи, психіка – це суб'єктивне відображення об'єктивного світу. Однак суб'єктивний характер відображення не означає, що це відображення неправильне; перевірка суспільно-історичної й особистісної практики забезпечує об'єктивне відображення навколишнього світу [11, 13]. Психіка містить у собі не тільки психічні образи, але і позаобразні компоненти – загальні ціннісні орієнтації особистості, змісти і значення явищ, розумової дії [5].];
```

Психічне відображення світу людини, пов'язане із її суспільною природою, яке опосередковується суспільно виробленими знаннями. Психіка, як відображаюча здатність, є й у тварин.

Але вищою формою психіки є свідомість людини, яка виникла у процесі суспільно-трудоваї практики. Свідомість нерозривно пов'язана із мовленням. Завдяки свідомості людина довільно регулює свою поведінку.

Свідомість не фотографічно відбиває явища дійсності. Вона розкриває об'єктивні внутрішні зв'язки між явищами.

Змістом психіки є ідеальні відображення об'єктивно існуючих явищ. Але ці відображення виникають у різних людей своєрідно. Вони залежать від минулого досвіду, знань, потреб, інтересів, психічного стану і т.д. Інакше кажучи, психіка – це суб'єктивне відображення об'єктивного світу. Однак суб'єктивний характер відображення не означає, що це відображення неправильне; перевірка суспільно-історичної й особистісної практики забезпечує об'єктивне відображення навколишнього світу [11, 13].

Психіка містить у собі не тільки психічні образи, але і позаобразні компоненти – загальні ціннісні орієнтації особистості, змісти і значення явищ, розумової дії [5].

Наукове трактування психіки зводиться до наступних основоположень [4]:

Психіка виникла на певній стадії розвитку матерії – стадії появи тваринних організмів – і становить собою відображально-регуляційний механізм адаптивної поведінки. У процесі еволюційного розвитку тварин, їх нервової системи розвивалася.

Вищий етап розвитку психіки – свідомість, виникнення якої обумовлене трудовою діяльністю людини в умовах колективного спілкування.

Психіка людини формується в її активній діяльності. Закономірності психіки – перехід зовнішньої взаємодії з предметами у психічний образ і психічного образу – в регульовану нею дію.

Психіка опосередкована діяльністю мозку, але сама по собі вона – явище ідеальне та обумовлене соціокультурними чинниками.

Психічні явища мають певну структуру і системну організацію.

Особливості психіки [7]:

Психічне відображення має активний характер, пов'язане із пошуком та підбором способів дій, що відповідають умовам. середовища.

Психічне відображення має випереджальний характер, забезпечує функцію передбачення в діяльності та поведінці.

Кожний психічний акт є результатом дії об'єктивного через суб'єктивне, через людську індивідуальність, що накладає відображення своєрідності на її психічне життя.

У процесі активної діяльності психіка постійно удосконалюється й розвивається.

Функції психіки [4, 7]:

регуляція індивідуальної поведінки на основі віддзеркалення зовнішньої *реальності* і співвідношення її з потребами людини:

психічна реальність побудована складно, але її умовно можна розділити на екзопсихіку, ендопсихіку й інтропсихіку. Екзопсихікою називається та частина психіки людини, яка відображає зовнішню по відношенню до її організму реальність. Наприклад, ми вважаємо джерелом зорових образів не наш орган зору, а предмети зовнішнього світу.

Ендопсихіка – це частина психічної реальності, що відображає стан нашого організму. До ендопсихіки відносяться потреби, емоції, відчуття комфорту і дискомфорту.

Але є великий клас явищ, які відрізняються і від ендопсихічних, і від екзопсихічних. Це інтропсихічні явища. До них відносяться думки, вольові зусилля, фантазії, сни. Їх важко віднести до деяких станів організму і неможливо вважати джерелом зовнішньої реальності. Інтропсихічні процеси і явища можна вважати «власне психічними процесами».

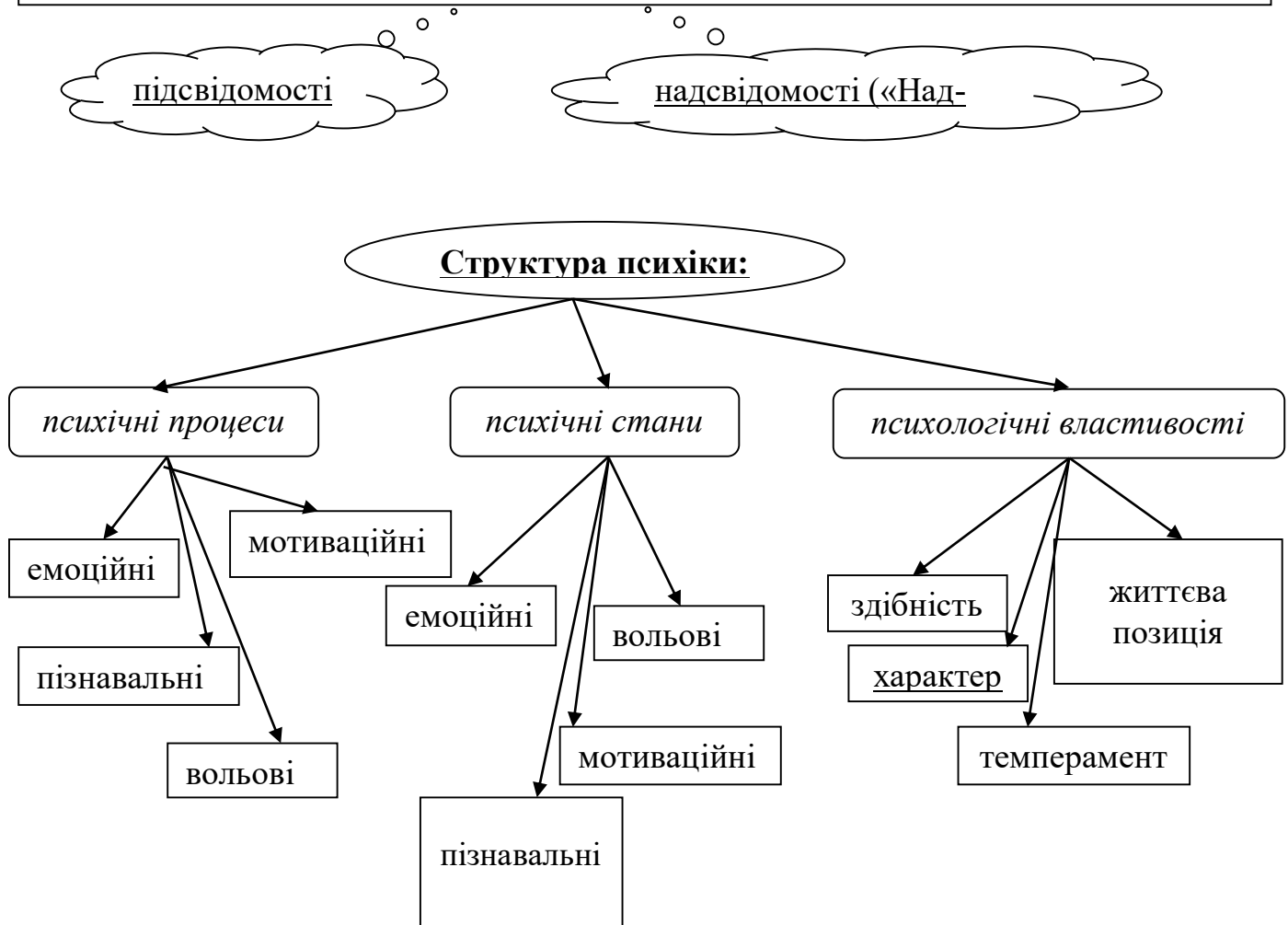
регуляція поведінки і діяльності:

психічні процеси, що забезпечують регуляцію поведінки, вони дуже всілякі і різноманітні. Мотиваційні процеси забезпечують спрямованість поведінки і рівень її активності. Процеси планування забезпечують створення способів і стратегій поведінки, висунення мети на основі мотивів і потреб. Процеси ухвалення рішень визначають вибір мети діяльності і засобів її досягнення. Емоції забезпечують віддзеркалення наших стосунків до реальності, механізм «зворотного зв'язку» і регуляцію внутрішнього стану.

комунікативна:

комунікативні процеси забезпечують передачу інформації від однієї людини до іншої, координацію спільної діяльності, встановлення стосунків між людьми. Мовлення і невербальне спілкування – основні процеси, що забезпечують комунікацію. При цьому, головним процесом, поза сумнівом, слід вважати мовлення, яке розвинене лише у людей.

Психіка властива людям і тваринам. Однак, психіка людини, як вища форма психіки, позначається ще і поняттям «свідомість». Але поняття психіки ширше, ніж поняття свідомість, тому що психіка містить у собі *сфери* [8]:



3

ПСИХІЧНІ ЯВИЩА

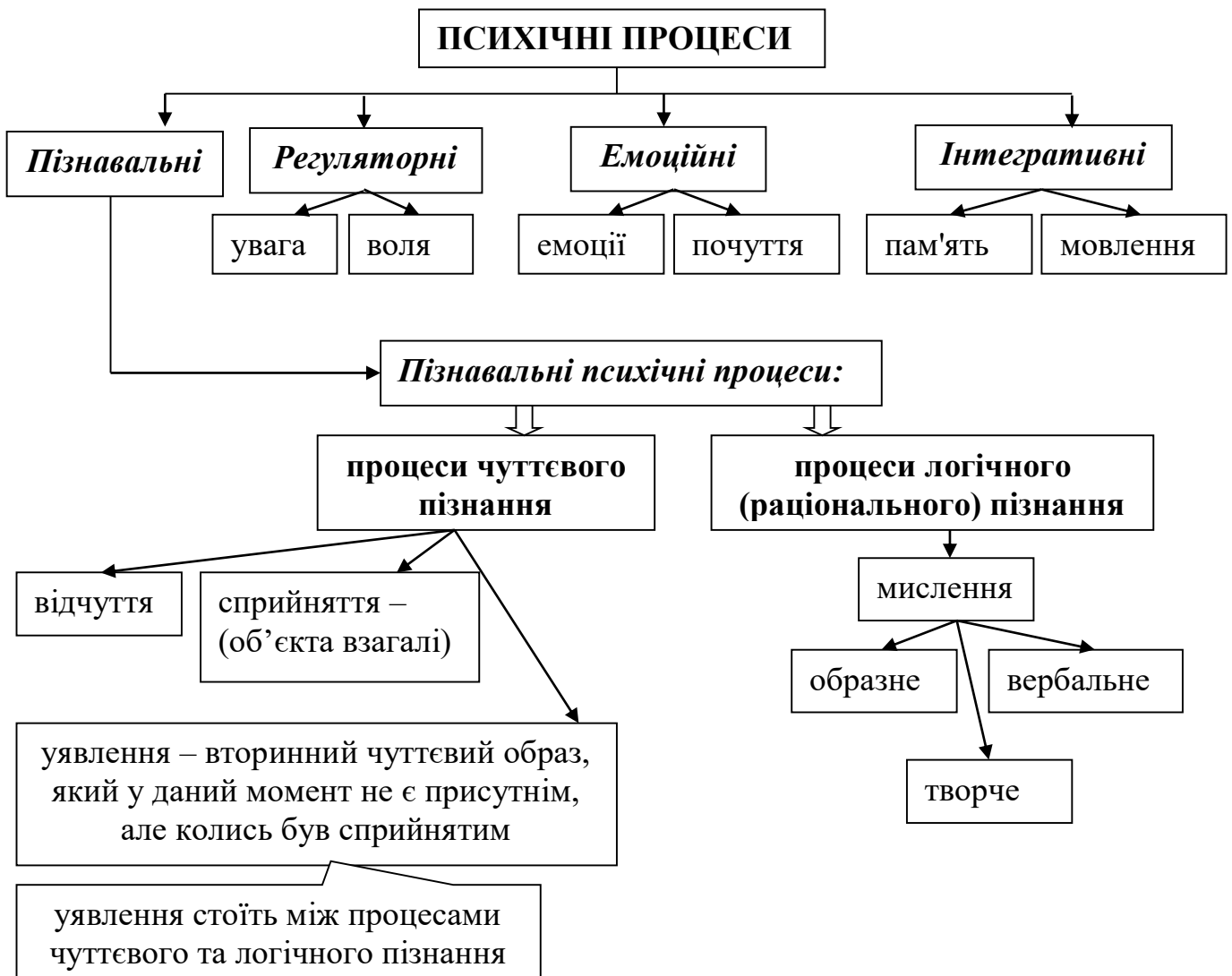
це регулятори, відповіді мозку на зовнішні та внутрішні подразники (реакції на дії навколишнього середовища та стан організму), які призводять до активності людини, опосередковуються іншими психічними явищами (почуття, воля, пам'ять тощо) і проявляються в різноманітній поведінці людини. Світ психічних явищ – це сукупність всіх процесів, станів та властивостей, які відображають основний зміст психіки людини і які вивчає психологія як специфічна галузь знань. Всі психічні явища діляться на три групи: психічні процеси, психічні стани та психічні властивості. Вони розрізняються за тривалістю протікання, так:

психічні процеси	короткострокові
психічні стани	більш тривалі
психічні властивості	довготривалі та стійкі

ПСИХІЧНІ ПРОЦЕСИ

становлять собою вихідну групу психічних явищ, на основі яких формуються психічні образи. **Психічні процеси** – це динамічне відображення дійсності в різних формах психічних явищ. **Різновидами психічних процесів є:**

емоційні	це специфічна форма психічного відображення суб'єктивного ставлення людини до предметів або явищ у формі безпосереднього переживання приємного або неприємного. Емоційні процеси роблять світ психічних явищ більш насиченим, більш різноманітним і більш своєрідним. <i>Емоції і почуття</i> є формами переживання людиною свого ставлення до дійсності, формами прояву (актуалізації) емоційних процесів, органічно пов'язані між собою. Але за своїм змістом і формою переживання вони не тотожні;
пізнавальні	це психічні процеси, за допомогою яких людина пізнає світ (відчуття, сприйняття, пам'ять, мислення, уява, увага, уявлення, мовлення);
вольові	це психічні процеси як свідомої так несвідомої цілеспрямованої регуляції людиною своєї діяльності та поведінки з метою досягнення поставлених цілей (воля);
мотиваційні	це сукупність психологічних процесів, які спрямовують поведінку людини (потяг, потреба, мотив).



ПСИХІЧНІ СТАНИ	
– це тимчасова психічна діяльність, що обумовлена її змістом і ставленням людини до цього змісту.	
Види психічних станів виділяють у залежності від таких параметрів:	
А) переважних форм психіки:	
<i>емоційні</i>	емоційний тон відчуттів, емоційний відгук на явища дійсності, настрій, конфліктні емоційні стани – стрес, афект, фрустрація;
<i>пізнавальні</i>	проявляються в різних рівнях уважності, працездатності;
<i>вольові</i>	ініціативність, цілеспрямованість, рішучість, наполегливість (їхня класифікація пов'язана зі структурою складної вольової дії;
<i>мотиваційні</i>	бажання, прагнення, інтереси, пристрасті;
Б) впливу на особистість:	
<i>позитивні</i>	підсилюють активність людини; спонукають до підтримки позитивної події;
<i>негативні</i>	спонукають дії, які спрямовані на усунення контакту з негативною подією; дезорганізують ту діяльність, яка приводить до її виникнення, але організовують дії, спрямовані на зменшення та усунення шкідливих впливів;
<i>стенічні</i>	підштовхують до вчинків, висловів, збільшують напругу сил (радість, страх, злість);
<i>астенічні</i>	характеризуються пасивністю, бездіяльністю (страждання, неспокій, страх);
В) глибини (глибокі, поверхневі);	
Г) часу протікання (короткочасні, затяжні, тривалі та ін.);	
Д) ступеня усвідомленості (усвідомлені та неусвідомлені);	
Є) залежно від ролі особистості і ситуації у виникненні психічних станів (особистісні та ситуативні);	
Ж) залежно від причин, що їх викликають;	
З) залежно від міри адекватності об'єктивності обстановки, що викликала їх (адекватні, неадекватні).	

Психічний стан становить собою відносно стійку інтеграцію всіх психічних проявів людини при певній її взаємодії з дійсністю. Проявляється в загальному функціональному рівні психічної активності в залежності від спрямованості діяльності людини в даний момент і її особистісних особливостей.

Психічні стани впливають на протікання психічних процесів та, повторюючись часто, набираючи стійкість, можуть включитися до структури особистості в якості її специфічної властивості. На сьогодні немає єдиного погляду на проблему станів, оскільки їх можна розглядати у двох аспектах. Вони є одночасно як зрізами динаміки особистості, так і інтегральними реакціями особистості, обумовленими її відносинами, поведінковими потребами, цілями активності й адаптивності в оточуючому середовищі.

ВЛАСТИВОСТІ ПСИХІЧНИХ СТАНІВ

цілісність	характеризує у певний проміжок часу всю психічну діяльність загалом, виражає конкретне взаємовідношення всіх компонентів психіки;
рухливість	полягає в їх мінливості, в наявності стадій протікання (початок, певна динаміка і кінець);
відносна стійкість	їх динаміка менш виражена, ніж у психічних процесів (пізнавальних, вольових, емоційних);
різноманіття	полягає у багатомірності та залежить від усієї ситуації особистісної життєдіяльності людини у кожний конкретний час;
полярність	кожному психічному стану людини відповідає протилежний стан (упевненість – невпевненість, активність – пасивність, фрустрація – толерантність тощо).

ПСИХІЧНІ ВЛАСТИВОСТІ

– це типові для даної людини особливості її психіки, особливості реалізації її психічних процесів.

Психічні властивості більш-менш стійкі індивідуальні психологічні особливості, які проявляються у поведінці та визначають людину як особистість, відмінну від інших людей. *До психічних властивостей* слід віднести:

життєву позицію особистості	систему інтересів, переконань, ідеалів, установок – які визначають вибірковість і рівень активності людини;
темперамент	систему природних властивостей особистості, – рухливість, врівноваженість поведінки й тонус активності, – які обумовлюють динамічну сторону поведінки;
здібності	систему інтелектуально-вольових і емоційних властивостей, – які визначають творчі можливості особистості;
характер	систему стійких індивідуально-психологічних якостей (їх особливостей, властивостей, ознак).

Таким чином, структура психічної діяльності особистості є динамічною, складною і багатогранною. Усі її компоненти взаємопов'язані та взаємообумовлені. Із розвитком особистості відбуваються зміни і в її психологічній структурі.

Водночас, структура кожної особистості є відносно стійкою. Вона містить типові для індивіда системи психічних процесів, станів та властивостей, які характеризують її як людину, від якої можна очікувати в тих або інших ситуаціях життя цілком певних вчинків і дій.

Отже, кожна людина є єдністю стійкого і мінливого, і тільки така організація дає змогу людині бути самою собою, виявляти гнучкість і вести спосіб життя, який є адекватний умовам.

1.2.3. СВІДОМЕ ТА НЕСВІДОМЕ

Свідомість – це функція головного мозку людини, яка полягає у відображенні об’єктивних властивостей предметів і явищ навколишнього середовища, процесів, що відбуваються у ньому, своїх дій, у передбаченні та прогнозуванні їх наслідків, а також у регулюванні взаємозв’язків людини із природою і соціальною дійсністю [7]. **Свідомість людини є найвищим рівнем психіки**, її виникнення обумовлене трудовою діяльністю в умовах колективного спілкування.

ЕТАПИ РОЗВИТКУ ПСИХІКИ:

інстинкти	навички	інтелектуальна поведінка	підвищена здатність організму людини виживати у боротьбі за самозбереження
-----------	---------	--------------------------	--

Складові частини свідомості (пізнання суб’єкта і об’єкта):

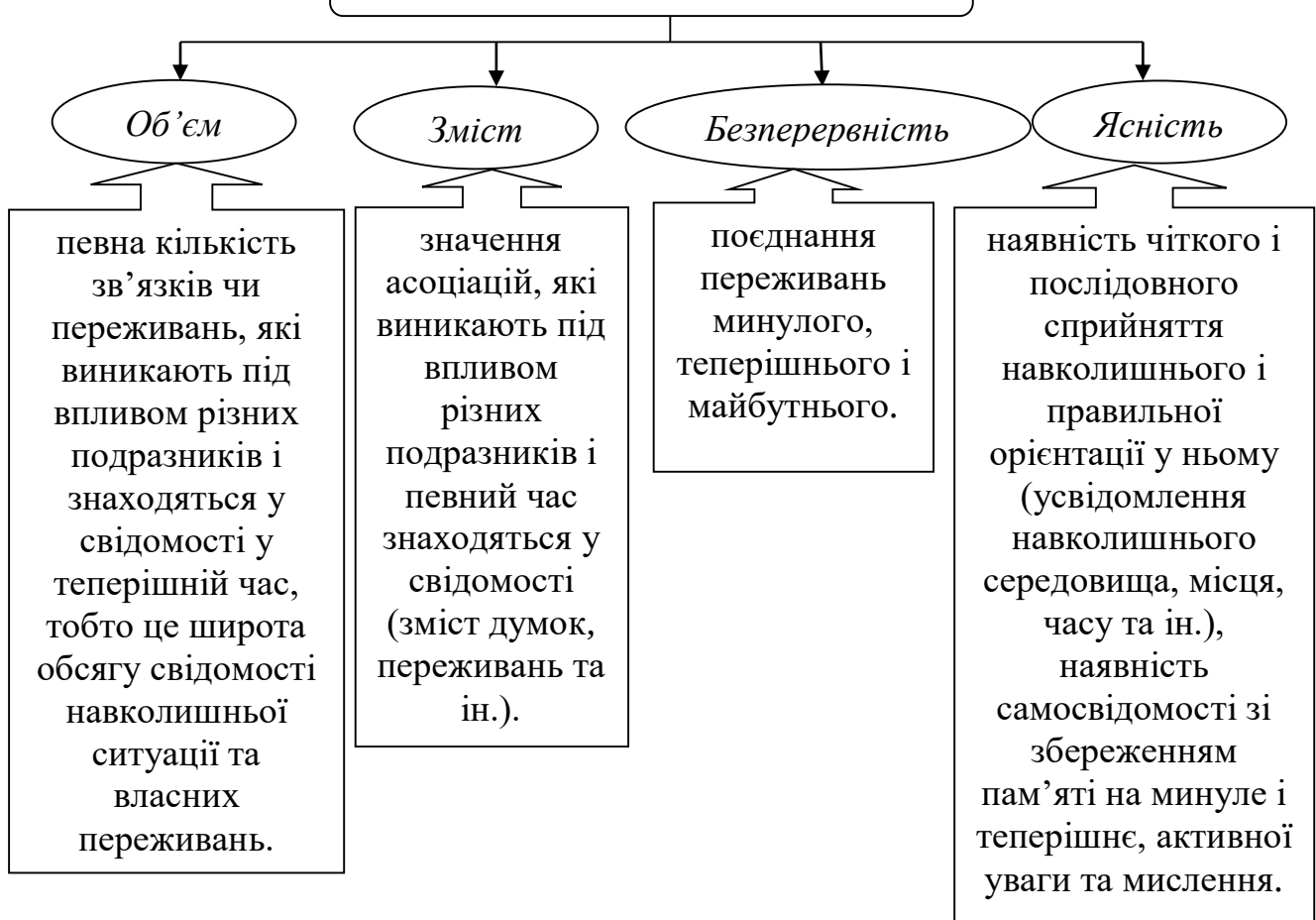
самосвідомість

усвідомлення свого «Я» –
аутопсихічне орієнтування

усвідомлення
навколишнього

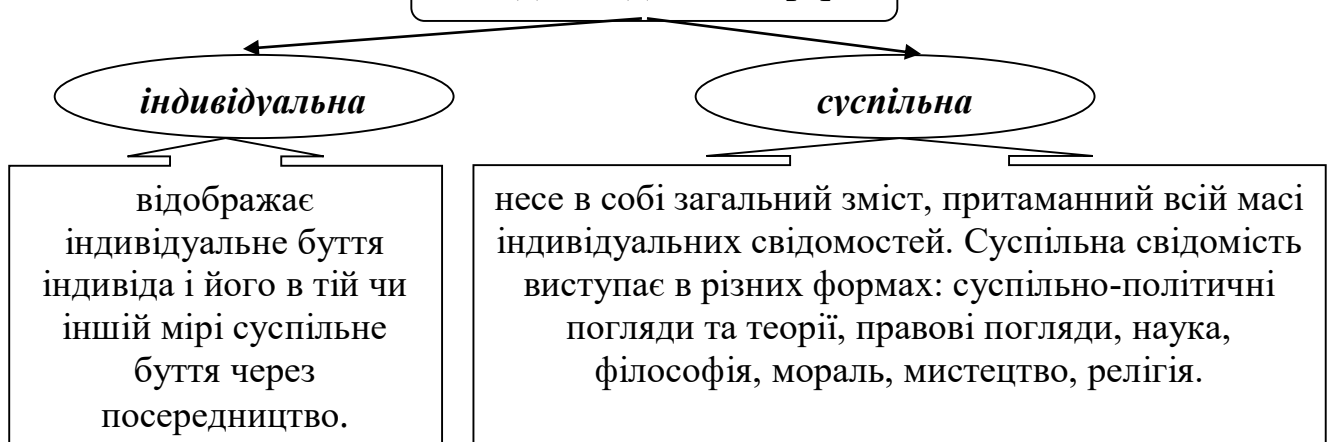
(«не-Я») – аллопсихічне
орієнтування у місці, часі,
просторі, оточуючих особах,
предметах і явищах

Властивості свідомості [14, 15]:



Ясність свідомості відповідає сучасному терміну «рівень бадьорості». Рівень бадьорості має добові коливання: сягає максимуму між 10-ма і 16-ма годинами, потім знижується на 2-3 години (о 16-18 годині) і незначно підвищується між 19-22-ма годинами, не досягаючи початкового рівня. Цю закономірність добових коливань рівня бадьорості необхідно враховувати при розподілі добового навантаження, оскільки вони супроводжуються змінами багатьох сторін психічної діяльності (уваги, пам'яті, осмислення, швидкості і точності рухових реакцій та ін.).

Види свідомості [7]:



Етапи формування свідомості (Г.К. Ушаков (1901-



Найнижчий рівень психіки утворює підсвідоме

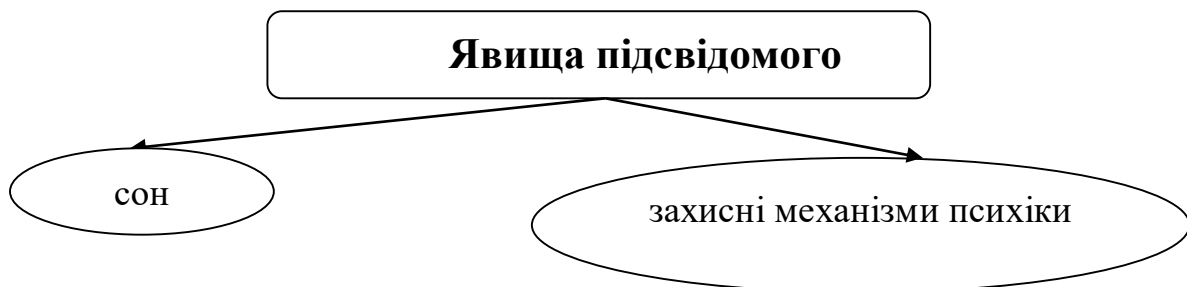
Підсвідоме – це сукупність психічних процесів і станів, які зумовлені впливами (стимулами), що не усвідомлюються людиною. Становить собою форму відображення свідомості, при якій втрачається повнота орієнтування у часі і місці дії, порушується мовне регулювання поведінки, неможливий цілеспрямований контроль людиною своїх дій і оцінювання їх наслідків. До підсвідомого відносять психічні явища, що виникають у сні, зворотні реакції на субпорогові подразники; рухи, які в минулому були свідомими, але завдяки повторенню стали автоматизованими і тому-більше неусвідомленими; деякі спонукання до діяльності, коли відсутнє усвідомлення мети. До підсвідомого відносять і деякі патологічні феномени: марення, галюцинації. Підсвідоме – це настільки ж специфічний психічний прояв, притаманний людині, як і свідомість; воно детерміноване суспільними умовами існування і виступає як часткове, недостатньо адекватне відображення світу мозком людини [7].

Нейрофізіологічні основи свідомих і підсвідомих процесів

Фізіологічною основою ясної свідомості, за І. П. Павловим, є оптимальна активність на даний момент певної ділянки кори великих півкуль мозку, що переміщується по її поверхні, із негативною індукцією по периферії. Повний об'єм ясної свідомості забезпечується лише об'єднаним функціонуванням усіх відділів головного мозку.

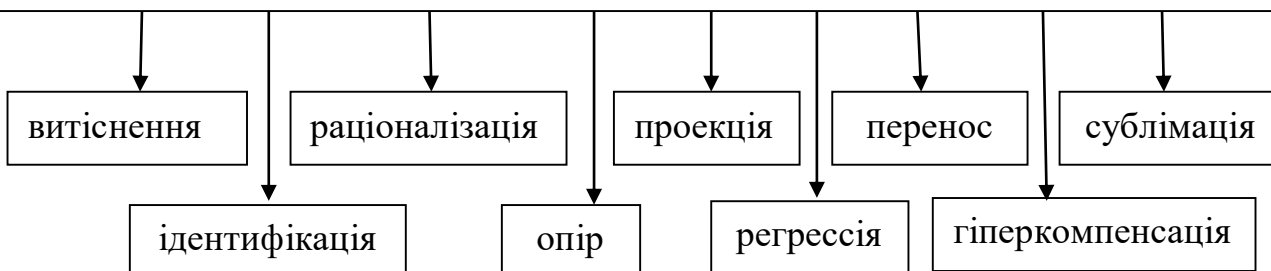
Вся інформація, що потрапляє до мозку, спочатку аналізується на підсвідомому рівні, за участю невеликого об'єму нервових елементів кори і підкоркової ділянки, достатніх для даної ситуації. У цьому випадку виникають рефлексорні автоматизовані реакції, максимально енергетично «економні» і швидкі. На підсвідомому рівні здійснюються усі інстинктивні реакції (самозбереження – напад, втеча, продовження роду), автоматизовані дії на зразок добре засвоєних професійних і побутових навичок та ін., а також так звані помилки на слові, ляпсуси, психологічні захисні механізми особи. Ми здатні охопити ясною свідомістю лише маленьку частину усього об'єму інформації з навколишнього світу, несвідомо ми реагуємо та відзначаємо значно більше ніж усвідомлюємо. Об'єм нашої свідомості обмежений здатністю зберігати сліди максимум семи одиниць інформації у будь-який момент часу. – «Ми формуємо звички і тим самим звільняємо себе для того, щоб помічати інші речі». За даними деяких авторів, не менш ніж 70% наших життєвих процесів здійснюється підсвідомо [10].

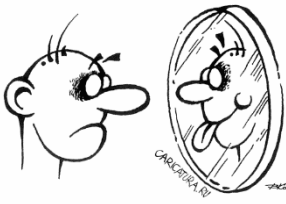
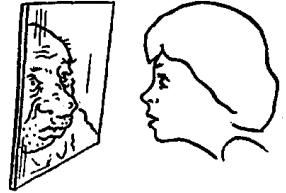
Між свідомими і підсвідомими процесами існує динамічна рухома рівновага, яка визначається характером взаємовідносин суб'єкта із дійсністю, його життєвим досвідом, історичним досвідом людства, а також станом ЦНС.



ЗАХИСНІ МЕХАНІЗМИ ПСИХІКИ

Значний внесок у вивчення підсвідомих психічних процесів у структурі цілісної психічної діяльності був зроблений вітчизняними вченими: І. М. Сеченовим (1829 – 1905 рр.), І. П. Павловим (1849 – 1936 рр.), Д. Н. Узнадзе (1887 – 1950 рр.), В. М. Мясіщевим (1902 – 1978 рр.), Г. В. Гершуні (1827 – 1932 рр.), В. Є. Рожновим (1918 – 1998 рр.) та іншими. Початок вивченню підсвідомих захисних психологічних механізмів поклав З. Фрейд (1856 – 1939 рр.), який визначав їх як засоби вирішення конфлікту між свідомістю та підсвідомістю і спрямування енергії лібідо у соціально прийнятні форми діяльності, захист від внутрішніх і зовнішніх конфліктів, компроміс між конфліктними імпульсами з усуненням внутрішнього напруження [14]. Виокремлюють такі **захисні механізми психіки**:



Витіснення 	забезпечує усунення неприйнятних потягів, почуттів, бажань і думок із свідомості у підсвідоме. Те, що було витіснене, не руйнується: при послабленні механізму пригнічення воно частково сягає рівня свідомості і викликає почуття тривоги та інші захисні реакції (специфічні сновидіння, раціоналізацію, проекцію тощо) [14].
Заперечення 	це спроба не приймати за реальність небажані для себе події. Примітна здатність у таких випадках «пропускати» у своїх спогадах неприємні пережиті події, замінюючи їх вигадкою. Як захисний механізм, заперечення полягає у відволіканні уваги від хворобливих ідей і почуттів, але не робить їх абсолютно недоступними для свідомості.
Раціоналізація	один із найбільш загальних механізмів установлення почуття власної гідності та ліквідації почуття провини. Забезпечує раціональне («розумне») пояснення вчинків, справжні мотиви яких залишаються неосмисленими. Це

	неусвідомлене прагнення до самовиправдання, пошук причин і мотивів своїх вчинків у зовнішньому середовищі, звинувачення, наприклад навколишніх у своїй хворобі, у своїх невдачах та ін. [14].
Регресія 	це повернення до дитячих, ранніх форм поведінки. До цього типу захисних механізмів вдаються, як правило, незрілі, інфантильні особистості. Однак і нормальні дорослі в ситуаціях психічного перевантаження можуть використовувати цей захисний механізм. Приклади регресії – це такі реакції на травмуючі переживання або ситуації, як плач, «надутися» і ні з ким не розмовляти і т.д.
Ідентифікація 	забезпечує досягнення внутрішнього психічного заспокоєння шляхом співставлення (ідентифікації) себе з будь-ким (мати, ідентифікуючи себе зі своєю дитиною, говорить замість «вона, йому» – «ми, нам»; бажання, щоб діти досягли у житті того, до чого прагнув, але не досяг сам). Формами ідентифікації є емпатія (здатність до проєкції себе у ситуацію та почуття інших, здатність відчувати і розуміти стан іншої людини), <i>реакції підліткової ідентифікації</i> – прагнення максимально бути схожим на лідера групи чи естрадного кумира [14].
Заміщення (перенос) 	механізм, при якому недосяжна (неприйнятна) мета (емоція, об'єкт, наприклад, людина) заміщується підсвідомо більш прийнятними і досяжними. Так забезпечується задоволення підсвідомого потягу до будь-чого чи будь-кого, почуття переноситься з актуального об'єкта на його заміслювач. Особливо часто переносяться з однієї особи на іншу ставлення (вороже, нігілістичне) та почуття (любові, ненависті) [14].
Гіперкомпенсація 	компенсація наявної чи уявної фізичної або психічної неповноцінності людини, при якій людина намагається подолати її, докладаючи для цього значно більші зусилля, ніж потрібно. Стимул до розвитку даного стану з'являється, якщо людина досягає значних результатів на шляху до досягнення поставленої мети; проте, зайва гіперкомпенсація може заподіяти шкоду їй.
Проекція	засіб захисту, при якому власні неусвідомлені риси, потяги і мотиви (агресивні, несхвальні – ненависть, страх, нечесність) приписуються іншим, ніби проєктуються на них.

	Людина при цьому відчуває себе невинною і жертвою іншого. Механізм проєкції часто буває причиною упередженого і ворожого ставлення до інших осіб, на яких проєктуються власні негативні тенденції, і легко призводить до розвитку взаємного відчуження [20].
Сублімація 	становить собою зняття внутрішньої напруги за допомогою спрямування нереалізованої енергії на досягнення соціально прийнятних цілей, або в інше русло.
Формування реакції 	становить собою різкий перехід до протилежного для заперечення неприйнятного бажання чи почуття. При цьому первинне бажання або почуття безпосередньо не переживається: негайно включається в роботу механізм помилкової особистості, і натомість переживається сильне протилежне бажання або почуття. Реакція формується майже миттєво, без якого би то не було відчуття зусилля.

Людина живе і функціонує в різних станах свідомості.

ВАРІАНТИ ЗМІНЕНОЇ СВДОМОСТІ [6]

Сон	періодичний функціональний стан мозку й усього організму, зі своїми специфічними якісними особливостями діяльності нервової системи.
Сон характеризується неповним зупиненням свідомої діяльності і зниженням активної взаємодії із навколишнім середовищем. Сон є циклічним. За фізіологічними проявами він поділяється на дві фази – повільну і швидку (парадоксальну). Кожен цикл складається з окремих стадій повільного і швидкого сну. Тривалість одного циклу – 1,5-2 години. За ніч може спостерігатися до 3-х – 5-ти циклів.	
Гіпноз	становить собою стан зміненої свідомості, чи транс, у який людина вводиться іншою людиною (гіпнотизером) за допомогою навіювання.
Відмінною рисою гіпнотичного стану також є виняткова концентрація уваги на навіюванні гіпнотизера і реалізації цього навіювання. Людина здатна підтримувати сенсорний і руховий контакт із навколишнім світом. Вона здатна слухати і розуміти мову, розмовляти, рухатися. Але ця здатність цілком підконтрольна волі гіпнотизера.	
Сомнамбулізм (лунатизм)	становить собою форму складної поведінки, що здійснюється у сні зовні виглядає цілеспрямованою, але людиною не усвідомлюється. Людина може вставати із ліжка і робити

	стереотипні й координовані рухи із відкритими очима. Її зіниці звужені, погляд застиглий. Сомнамбулізм вважається досить розповсюдженим явищем (близько 2% усіх людей періодично ходять у сні). Він найчастіше зустрічається у дитячому і підлітковому віці. Найбільш частою причиною сомнамбулізму є функціональні розлади нервової системи.
Прояви сомнамбулізму, як правило, починаються через 1-1,5 години після засипання у фазі «повільного» сну. Спонтанного переходу зі стану сомнамбулізму у стан бадьорості не відбувається. Він звичайно завершується поверненням до нормального фізіологічного сну через 10-15 хвилин (рідше – через 20-50 хвилин). Після пробудження спогади про те, що відбувалося в стані сомнамбулізму, відсутні.	
Транс	це функціональний стан психіки, у якому змінюється ступінь контролю свідомості над обробкою інформації. Він викликається штучним шляхом. Вважається, що він несе сприятливі наслідки для здоров'я, як психічного, так і фізичного. Транс дозволяє відмовитися від усього зовнішнього, матеріального та зосередитися на своєму внутрішньому світі і переживаннях.

ВИСНОВКИ ДО ГЛАВИ

Психіка – це системна властивість високоорганізованої матерії, яка полягає в активному відбитку суб'єктом об'єктивного світу, побудові і використанні його в поведінці і діяльності.

Давно помічено, що психічні явища тісно пов'язані з роботою мозку людини. Ця думка була сформульована ще в першому тисячоріччі до нової ери Алкмеоном Кротонським (VI ст. до н.е.) і підтримувалася Гіппократом (близько 460 – 377 р. до н.е.). В історії розвитку психологічних знань психіка залишалася безсумнівною, розвиваючись і заглиблюючись у міру одержання нових даних про роботу мозку і нових результатів психологічних досліджень.

Психіка є продуктом діяльності кори великих півкуль головного мозку. Ця діяльність називається вищою нервовою діяльністю. Відкриті І. М. Сеченовим і І. П. Павловим та їхніми послідовниками принципи і закони вищої нервової діяльності є природничою основою сучасної психології.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Брезенский А. Психология / электронный ресурс <http://www.proza.ru/2011/05/16/75>. – Название с экрана.
2. Гаврилов В. Сравнительная психофизиология // Основы психофизиологии: Учеб. пособ. / Отв. ред. Ю. И. Александров. – М.: Инфра-М, 1997. – 430 с. – С. 384-396.
3. Годфруа Ж. Что такое психология / Ж. Годфруа. – М.: Мир, 1992. – 496 с.
4. Дружинина В. Н. Психология [учебник для гуманитарных вузов] / В. Н. Дружинина. – СПб: «Учебник нового века», 2001. – 656 с.
5. Ильясов И. И. О теории и практике в психологии / И. И. Ильясов, Н. Н. Орехов // Вопр. психологии. — 1989. — № 4. – С.135-140.

6. Кокун О. М. Психофізіологія : навчальний посібник. – К.: Центр навчальної літератури, 2006. – 184 с.
7. Максименко С. Д. Загальна психологія / С. Д. Максименко, В. О. Соловієнко. – Київ: МАУП, 2000. – 256 с.
8. Миллер Г. А. и др. Планы и структура поведения / Г. А. Миллер, Е. Галантер, К. Х. Прибрам. — М.: Прогресс. 1965.
9. М'ясоїд П. А. Загальна психологія / П. А. М'ясоїд. – К.: Вища школа, 1998.
10. Немов Р. С. Психология / Р. С. Немов. – М.: Просвещение, 1995. – 496 с.
11. Поняття про психіку / електронний ресурс <http://works.tarefer.ru/70/100511/index.html>. – Назва з екрана.
12. Петровский А. В. Общая психология / Под ред. А. В. Петровского. – М.: Издательский центр Академия, 1977. – 512 с.
13. Психологія – особлива наука / електронний ресурс <http://ua.coolreferat.com>. – Назва з екрана.
14. Свідоме й несвідоме в психіці людини / електронний ресурс <http://referatu.com.ua/referats/23/41534>. – Назва з екрана.
15. Скрипченко О. Загальна психологія: навч. посібник / О. Скрипченко, Л. Долинська, З. Городнійчук та ін. – К.: А.П.Н., 2001. – 464 с.
16. Рубинштейн С. Л. Основы общей психологи / С. Л. Рубинштейн – М.: Педагогика, 1989. – 278 с.
17. Савельев С. В. Изменчивость мозга // Хрестоматия по анатомии центральной нервной системы / Российское Психологическое Общество. – М.: Изд-во РПО, 1998.
18. Скрипченко О. В. Довідник з педагогіки і психології [навч. посібник для викладачів, аспірантів та студентів] / О. В. Скрипченко, Т. М. Лисянська, Л. О. Скрипченко. – К., 2000. – 465 с.
19. Полушария большого мозга. Функции полушарий, признаки нарушений высших психических функций / електронний ресурс <http://coma.su/content/view/20/30/>. – Название с экрана.
20. Довідник з біології Людина та її здоров'я: Нервова система, головний мозок / електронний ресурс subject.com.ua/biology/shans/115.html. – Назва з екрана.
21. Google: поиск картинок / електронний ресурс <http://www.google.com.ua/search> – Название с экрана.

ПИТАННЯ ДЛЯ САМОПЕРЕВІРКИ ТА КОНТРОЛЮ ЗАСВОЄННЯ ЗНАНЬ

1. Наукова та життєва психологія, парапсихологія як джерела знань про психіку.
2. Розвиток наукових знань про природу психіки.
3. Виникнення та історичний розвиток людської свідомості.
4. Що таке нейронаука?
5. Який існує зв'язок між нейрофізіологією і психологією?
6. Які основні функції психіки?
7. Що таке свідомість?
8. Що таке несвідоме і яка його роль в регуляції поведінки?

9. Як побудований мозок людини? У чому суть дії мозку людини як єдиної функціональної системи?

10. Які захисні механізми особистості ви знаєте?

КОНТРОЛЬНІ ТЕСТИ

1. Під психічними властивостями розуміють...

А. Стійкі утворення, що забезпечують певний якісно-кількісний рівень діяльності й поведінки, типовий для даної людини.

Б. Багаторівневу ієрархічну структуру, яка відображає всі основні сторони професійної діяльності, а також особистісні якості і навички, що реалізуються в цій діяльності.

В. Відносини між суб'єктами соціальної взаємодії, які характеризуються їх протидією на основі протилежно спрямованих мотивів або суджень.

2. Що відноситься до властивостей свідомості?

А. Шлях, спосіб чи засіб досягнення сутності предмета пізнання.

Б. Висока згуртованість і стабільність складу, ідентифікація особистості з групою;

В. Об'єм; зміст; безперервність; ясність.

ТЕМИ РЕФЕРАТІВ

1. Наукова психологія в моєму житті.

2. Наступність у розумінні природи психіки від давнини до нашого часу.

3. Системність психічної діяльності у роботі мозку.

4. Роль праці у виникненні людської свідомості.

5. Захисні механізми психіки людини.

СПИСОК РЕКОМЕНДОВАНОЇ ЛІТЕРАТУРИ

1. Дружинина В. Н. Психология [учебник для гуманитарных вузов] / В. Н. Дружинина. – СПб: «Учебник нового века», 2001. – 656 с.

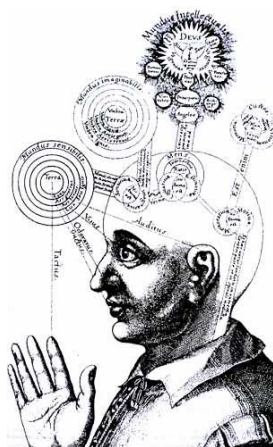
2. Костюк Г. С. Психологія / Г. С. Костюк. — К.: Рад. шк., 1968. – 345 с.

3. М'ясоїд П. А. Загальна психологія / П. А. М'ясоїд. – К.: Вища школа, 1998. – 289.

4. Петровский А. В. Хрестоматия по психологии / А. В. Петровский. – М., 1977. – С. 53-74, С. 113-121, С. 134-137.

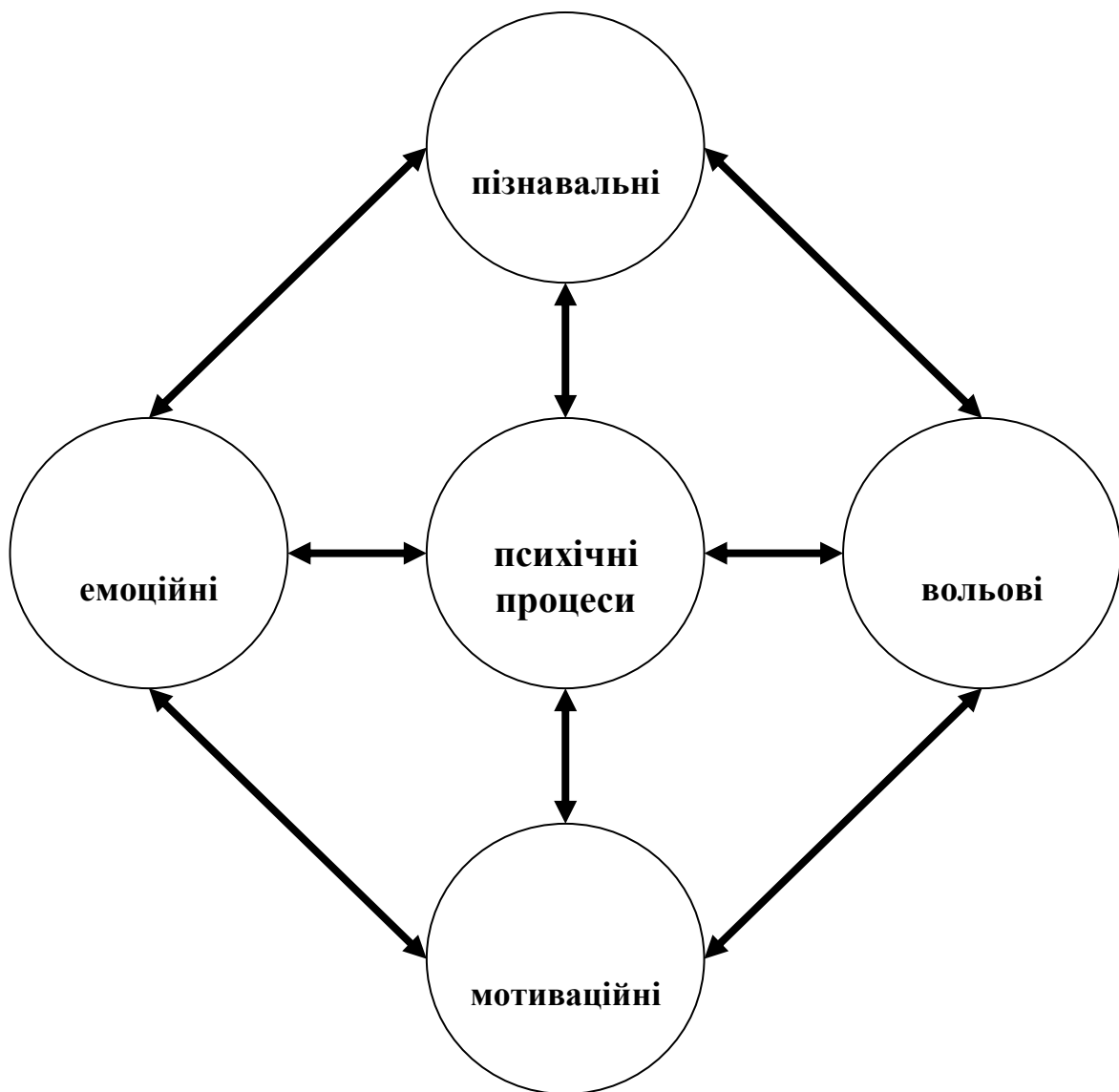
5. Срипченко О. Загальна психологія: навч. посібник / О. Срипченко, Л. Долинська, З. Городнічук та ін. – К.: А.П.Н., 2001. – 464 с.

6. Рубинштейн С. Л. Основы общей психологии / С. Л. Рубинштейн – М.: Педагогика, 1989. – 278 с.



РОЗДІЛ II

ПСИХІЧНІ ПРОЦЕСИ



ГЛАВА 2.1.

ПІЗНАВАЛЬНІ ПСИХІЧНІ ПРОЦЕСИ

Пізнавальна діяльність – процес відображення у мозку предметів та явищ дійсності. До психічних пізнавальних процесів належать: відчуття, сприйняття, увага, пам'ять, уява, мислення, мовлення та ін.

Відображення реальності у людській свідомості може відбуватися на рівні чуттєвого та абстрактного пізнання. 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 сприйняття. Вищою формою пізнання людиною є абстрактне пізнання, яке відбувається за участю процесів мислення та уяви. Істотною особливістю мислення та уяви є опосередкований характер відображення ними дійсності, зумовлений використанням раніше здобутих знань, досвіду, міркуваннями, побудовою гіпотез тощо. Об'єктом пізнання у процесах мислення та уяви є внутрішні, безпосередньо не наявні у відчуттях об'єктів, закономірності явищ та процеси.

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

У даній главі характеризуються базові психічні пізнавальні процеси, які відображають діяльність особистості на усіх етапах життєдіяльності. Таким чином, знаючи психічні пізнавальні процеси, їх класифікацію можна ефективніше знаходити спільну мову із людьми.

Мета даної глави: надати знання про психічні пізнавальні процеси (відчуття, сприйняття, увага, пам'ять, мислення, уява, мовлення) та їх особливості.

Мета вивчення глави:

1. **Освітня** – сформулювати у курсантів та студентів знання основних психічних пізнавальних процесів, їх характеристики, особливості, види та структуру.

2. **Практична** – сприяти розвитку умінь ефективного спілкування із людьми, використовуючи знання про психічні пізнавальні процеси та їх класифікацію.

3. **Розвивальна** – розвивати пам'ять, увагу, мовлення.

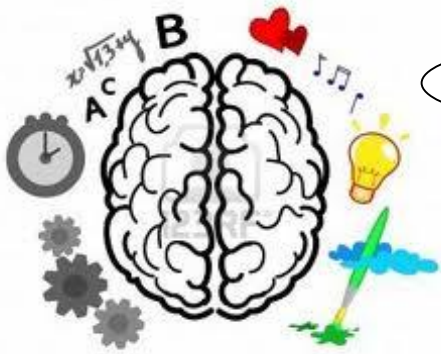
4. **Виховна** – розкрити шляхи до самовдосконалення.

Ключові поняття глави: психіка, психічний образ, аналізатор, психічні пізнавальні процеси: відчуття, сприйняття, пам'ять, увага, уява, мислення, мовлення, ілюзії; міжпівкульна асиметрія головного мозку та ін.

2.1.1. ВІДЧУТТЯ

Уся інформація із зовнішнього та внутрішнього середовища потрапляє до людини внаслідок процесів *відчуття* та *сприйняття*. Відчуття і сприйняття є початковою ланкою, першим ступенем пізнавальної діяльності людини або ж етапом чуттєвого пізнання, живого споглядання реальної дійсності [8].

Анатомо-фізіологічний апарат, спеціалізований для сприйняття подразників, І. П. Павлов (1849 – 1936 рр.) назвав аналізатором. Фізіологічний механізм відчуття становить собою цілісну рефлекторну дугу, яка здійснює прямий та зворотний зв'язок між центральним і периферичним відділами аналізатора. Окрім аналізатора, рефлекторний апарат містить у собі сукупність командних нейронів, мотонейронів і спеціалізовані нейрони-модулятори, які змінюють ступінь збудження нейронів [2].



Аналізатор

це складний функціонально єдиний нейронний механізм аналізу зовнішніх та внутрішніх подразників. Він розпочинається рецептором на периферії і закінчується у корі головного мозку. Коркові зони різних аналізаторів перекривають один одного: серед них розрізняють ядерну зону і розсіяні елементи у різних ділянках кори [2].

У залежності від виду чутливості розрізняють аналізатори:

зоровий

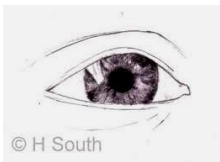
слуховий

нюховий

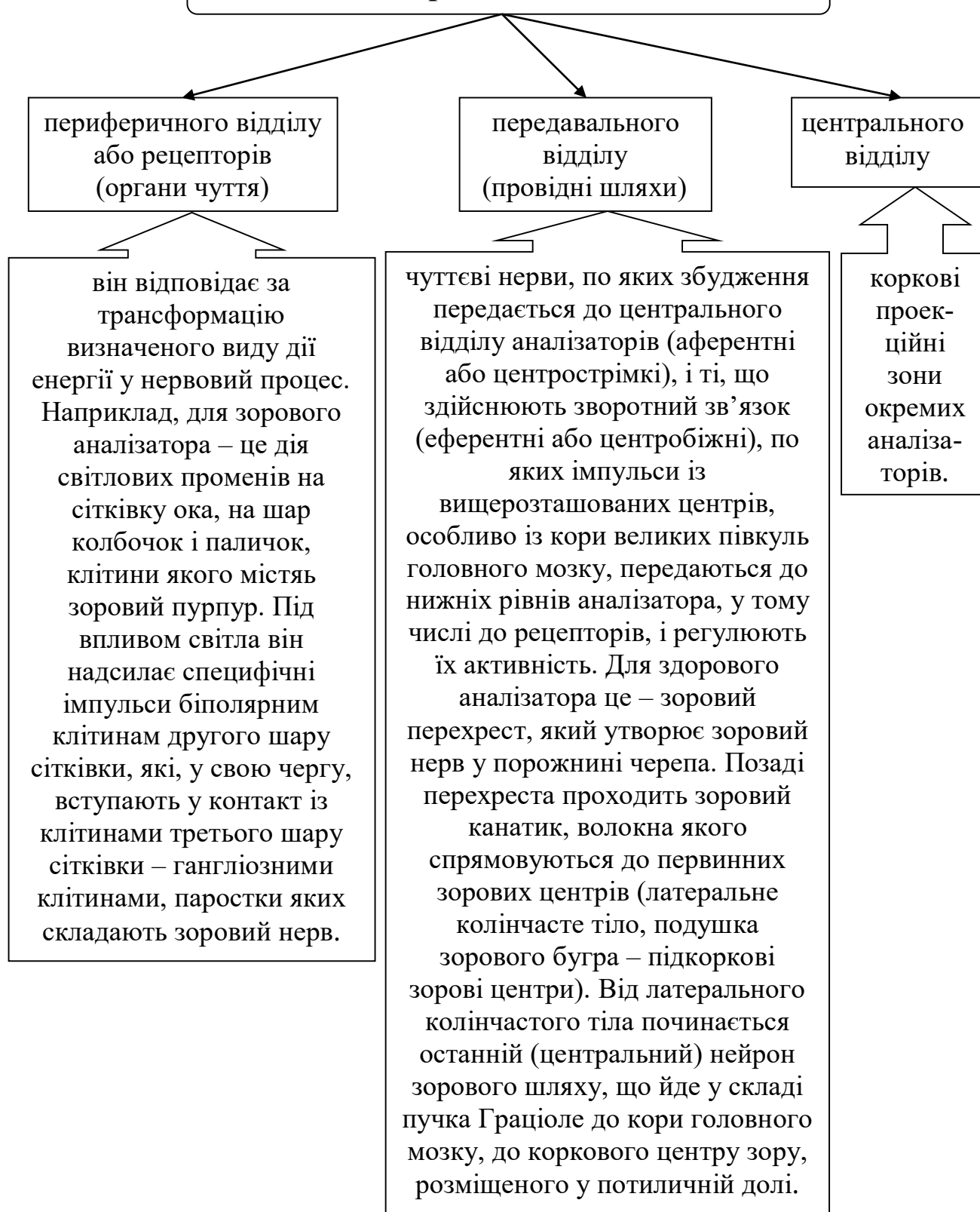
дотиковий

смаковий

руховий



Аналізатор складається із [2, 9]:



Аналізатор – єдина функціональна система, до якої, крім периферичного чутливого утвору (рецептора), що сприймає певні подразнення, входять нервові волокна, які передають збудження до центральної нервової системи, а також центр у корі головного мозку, в якому збудження перетворюється у відчуття [11].

Відчуття

– це психічний процес відображення окремих властивостей предметів або явищ при безпосередній їх дії на органи чуття [2].

Чутливість – це здатність відчувати вплив на рецепторний апарат різних екзо- і ендогенних факторів [2].

КЛАСИФІКАЦІЯ ВІДЧУТТІВ [2, 3, 7, 9]:

1. За наявністю або відсутністю безпосереднього контакту із подразником:	
<i>контактні</i>	смакові, больові, тактильні;
<i>дистантні</i>	зорові, слухові, нюхові.
2. За місцем розташування рецепторів:	
<i>екстероцепція</i>	(екстеро + лат. саріо – приймати, сприймати), сприйняття організмом роздратувань, що потрапляють із зовнішнього середовища;
<i>інтероцепція</i>	(лат. interior внутрішній + саріо – брати, приймати;) процес виникнення, проведення і перероблення у центральній нервовій системі інформації, що виникає у результаті збудження інтерцепторів;
<i>пропріоцепція</i>	здатність сприймати положення і переміщення у просторі власного тіла або його окремих сегментів.
3. За часом виникнення в ході еволюції:	
<i>давня чуттєвість</i>	контактна, больова;
<i>нова чуттєвість</i>	дистантна, зорова.
4. За видом аналізатора (по модальності подразника):	
<i>зорові</i>	фоторецептори сітчатки ока;
<i>слухові</i>	слухові рецептори кортієва органу;
<i>нюхові</i>	нюхові рецептори у порожнині носа;
<i>смакові</i>	смакові рецептори ротової порожнини;
<i>дотикові</i>	дотикові рецептори тіла;
<i>статичні</i>	відображають статику тіла, його рівновагу, положення тіла в просторі;
<i>кінестетичні</i>	(від грец. kinesis – рух и aesthetos – чуттєвий) відчуття руху окремих частин тіла;
<i>температурні</i>	вид шкірних відчуттів, які виявляються перш за все у відчуттях тепла й холоду;
<i>больові</i>	відчуття, що характеризують такі дії, які можуть призвести до порушення цілісності організму, супроводжувані негативним емоційним забарвленням (серцебиття, розширення зіниць);
<i>органічні</i>	відчуття спраги, нудоти, голоду;
<i>вібраційні</i>	відображають коливання навколишнього середовища.

Психофізика відчуттів

Психіка починається із відчуттів: якби ми могли пам'ятати себе в утробі матері, у нашій пам'яті, напевно, виникли б тільки відчуття: незрозумілі звуки, кольорові плями, вібрації, похитування.

Оскільки первинним, елементарним психічним досвідом можна вважати відчуття, то науковцям передусім хотілось зрозуміти, яким чином фізична стимуляція перетворюється у відчуття. Демокрит, наприклад, вважав, що ми відчуваємо зовнішній світ за допомогою маленьких, слабких копій об'єктів, які, згідно його теорії, входять у тіло через органи чуття і переносяться духами по деяким порожнистим трубкам у чутливу частину мозку, де вони якимось чином викликають відчуття [5].

Пороги відчуття [9,13]:

абсолютний поріг

– це така величина стимулу (фізичного подразника), при якій починає виникати відчуття.

диференціальний поріг

– величина фізичної відмінності між стимулами, за якої ми починаємо їх розрізняти. Діти схожі на батьків. Іноді ми не можемо відрізнити голос сина від голосу батька, в усякому разі, у перші секунди телефонної розмови. Людям важко налаштувати гітару: налаштовуючи одну струну до іншої, вони не чують різниці у звучанні, але особи із консерваторною освітою говорять, що треба ще підтягнути на чверть тону. Отже, є така величина фізичної відмінності між стимулами, за якої ми починаємо їх розрізняти. Ця величина носить назву диференціального порогу, або порогу диференціальної чутливості.

Попри те, що абсолютний і диференціальний пороги мають явно різні характеристики, за цими поняттями стоїть загальний принцип, або, як говорять у науці, одне й те ж припущення. Передбачається, що сенсорний ряд – діапазон наших відчуттів – дискретний (преривчастий): до певних меж відчуття є, а потім зникає. Причому, ця точка зору поширюється як на абсолютний поріг, так і на диференціальний [4].

ЗАГАЛЬНІ ВЛАСТИВОСТІ ВІДЧУТТІВ [2]:	
<i>Адаптація</i>	– пристосування чутливості до постійно діючого подразника, яке проявляється підвищенням чи зниженням порогів. Адаптація більш висока до нюхових, тактильних, світлових подразників, значно нижча – до больових сигналів.
<i>Взаємодія і сенсibilізація</i>	– зміна чутливості однієї із систем аналізаторів під дією іншої системи, що обумовлено корковими зв'язками між аналізаторами. Слабкі сигнали із будь-якої системи аналізаторів підвищують чутливість іншої системи, а сильні – знижують. Наприклад, відомо, що дитину, яка плаче, можна заспокоїти, якщо відволікати її увагу за допомогою сильнішого подразника. При яскравому освітленні звук відчувається голосніше. З іншого боку, деякі люди під час роботи вмикають радіо, що грає неголосно; при навчанні читання людей із поганим зором використовують неголосне цокання годинника. <i>Сенсibilізація</i> – підвищення чутливості у результаті взаємодії відчуттів.
<i>Контраст</i>	(одночасний або послідовний) – зміна інтенсивності відчуттів під впливом попереднього або супровідного подразника. При одночасній дії двох подразників виникає одночасний контраст. Широко відомим є явище послідовного контрасту: після холодного слабкий тепловий сигнал здається гарячим, відчуття кислого підвищує чутливість до солодкого.
<i>Синестезія</i>	– ірадіація відчуттів із одного аналізатора на інший зі збудженням невласивої даному аналізатору модальності відчуття. Наприклад, під впливом звуків можуть виникнути світлові відчуття, колір може викликати відчуття холоду. Деякі композитори (А. М. Скрябін, М. К. Чурльоніс), поети (А. Рембо) мали кольоровий слух. Поширена в наш час так звана світломузика базується на злитті музики та кольору для одержання більш сильного естетичного враження, відчуття неподільності, цілісності музики і кольору.

ТИПИ ПОРУШЕНЬ ВІДЧУТТІВ:
1) Зміна порога чутливості
зниження або підвищення його рівня по відношенню до норми.
2) Сенестопатії
це проектування якихось відчуттів всередину тілесного «Я» (термічні відчуття – гаряче, холод; відчуття руху рідин – пульсація, переливання, закупорка судин; відчуття пересування, натягнення і т. д.). Соматичні болі на відміну від сенестопатій завжди локалізовані, мають стереотипний зміст, пов'язані з анатомічними межами і розташуванням органів. Болі, які виникають при ураженні нервів або судин (парестезії), на відміну від сенестопатій проектуються на поверхню шкіри або з'являються при певних рухах.

2.1.2. СПРИЙНЯТТЯ

Сприйняття

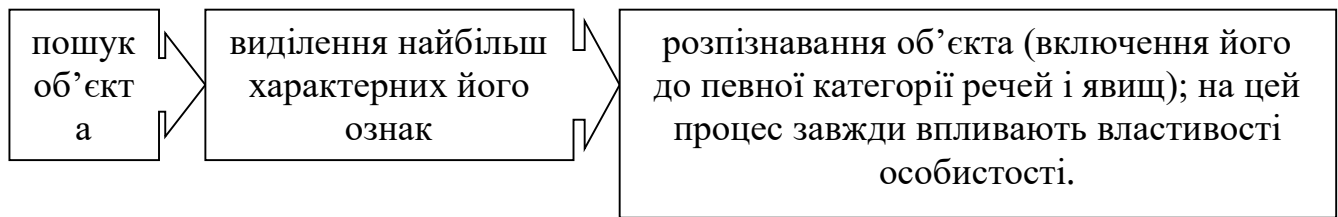
– психічний процес відображення у свідомості людини предметів та явищ у цілому, тобто у сукупності їх властивостей, при безпосередній дії на органи чуття. Сприйняття – це синтез комплексу наявних відчуттів із уявленням.

Сприйняття, як і відчуття, є осмисленим і активним процесом, результатом аналітико-синтетичної діяльності мозкових відділів аналізаторів. Будь-яке сприйняття має моторний компонент (дотик, рух очей): людина сприймає світ у діяльності, протягом праці, тим самим поглиблюючи і вдосконалюючи сприйняття. Протягом набуття досвіду сенсорний і руховий апарати з'єднуються у єдину систему (І. М. Сеченов) [16].

Класифікація сприйняття [9]:

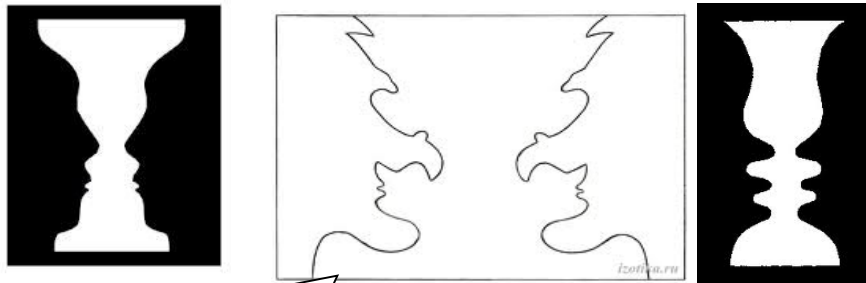


Етапи цілеспрямованого сприйняття:



ВЛАСТИВОСТІ СПРИЙНЯТТЯ [2, 9]:

Предметність	– усвідомлене виділення і співставлення отриманих із зовнішнього світу відомостей до світу взагалі.
Цілісність	– здатність об'єднувати у ціле окремі елементи предмета протягом процесу сприйняття. Залежить від досвіду людини (системи набутих понять).
Вибірковість	– перевага у виділенні одних предметів серед інших. Залежить від властивостей предмета («фігури» відносно «фону»), суб'єктивних установок, минулого досвіду.
Осмисленість	– розуміння суті того, що ми сприймаємо, із позиції набутих знань, накопиченого досвіду. Це дає можливість підключити нові знання до системи сформульованих раніше.
Активність	– здатність до стійкого, ефективного, планомірного, цілеспрямованого сприйняття («спостережливість»).



Коли ми дивимося на це зображення, нам видно то вазу, то два людські профілі; у кожен момент що-небудь одне. Такого роду пастки змушують замислитися: за рахунок чого у нормальних умовах існування ми послідовно і досить стійко сприймаємо один об'єкт за фігуру, а інший – за фон? Дослідження показують (Weisstein N., Wong E., 1986), що сприйняття об'єкта як фігури пов'язане із відносно детальнішим аналізом інформації у порівнянні із сприйняттям об'єкта як фону, простіше кажучи, фігура – це те, на що ми в даний момент звертаємо переважну увагу.

Образи сприйняття характеризуються цілісністю. Це означає, що в них представлена деяка зв'язана картина, образ предмета або події. Ми не сприймаємо дерево за вікном як сукупність овальних об'єктів зеленого кольору, що знаходяться на чорних товстих вертикальних лініях і тонких чорних лініях, більшість з яких знаходиться під деяким нахилом. Ми бачимо дерево: стовбур, гілки і листя. Цю особливість сприйняття особливо підкреслювали представники школи гештальтпсихології, основна теза якої полягала в тому, що психічні образи, і, зокрема, образи сприйняття, – це щось більше, ніж проста сума елементів. Образ сприйняття є деякою організацією стимулів [5].

Теорія рефлекторного відображення
(І. М. Сеченов (1829 – 1905 рр.), І. П. Павлов (1849 – 1936 рр.),
домінанти – О. О. Ухтомський (1875 – 1942 рр.)

Фізіологічною основою сприйняття є взаємодія різних систем аналізаторів чи окремих частин одного й того ж аналізатора, із утворенням на цій основі умовних рефлексів на комплексні подразники. Як наслідок, у людини виникає більш-менш складний образ предмета або явища у цілому. Відбувається не просте фотографічне відображення певного об'єкта, але й відображення його у динаміці (за допомогою процесів збудження та гальмування), у часі і в просторі, із розумінням змісту та певним емоційним ставленням до суб'єкта сприйняття (позитивним чи негативним, притягуючим чи відштовхуючим, викликаючим відчуття задоволення чи страху). Образи, що формуються протягом сприйняття, осмислюються, конкретизуються та узагальнюються із попереднім досвідом у вигляді знань та уявлень.

Однією із необхідних умов нормальної психічної діяльності людини є певний мінімум подразників, котрі надходять до мозку із органів чуття (І. М. Сеченов). Клінічно підтверджено, що людина, яка не отримує необхідної кількості подразників внаслідок патології органів чуття, засинає або ж заглиблюється у забуття і нічого не пам'ятає, що відбувається з нею

181



Вікові особливості сприйняття:

Уявлення – головний компонент дитячого сприйняття, уяви та фантазій. Дітям властива надзвичайна яскравість та образність уявлень (ейдетизм), тому їм важко відрізнити образи уявлень від безпосередньо сприйнятого.

У зв'язку з яскравістю уявлення, жвавістю фантазії, нестійкою увагою і недостатнім розвитком логічного мислення сприйняття дітей відрізняється від сприйняття дорослого: 1) поверховістю; 2) фрагментарністю; 3) яскравим емоційним забарвленням.

Уявлення відрізняються: 1) меншим узагальненням; 2) більшою конкретністю [1].

Розвиток сприйняття дитини в онтогенезі

Новонароджений у зв'язку із недосконалістю своєї ЦНС бачить світ перевернутим (як у фотоапараті). Однак, із перших же днів свого життя він не лише спостерігає за цим світом, але й відчуває його на дотик. Внаслідок цього виникають і удосконалюються зв'язки між зоровим, шкірним та м'язово-руховим аналізатором і формується звичайне для людини сприйняття навколишнього:

15 день – фіксує погляд на предметах, що рухаються;

8 тижнів – зупиняє погляд на нерухомих предметах;

3 місяці – повертає голову до того, хто говорить; розпочинаються кольорові сприйняття; виникає сприйняття як образ предмета; слідкує очима за предметами, що рухаються;

1 рік – сприйняття простору обмежується власним тілом. Сприйняття слова як цілісного звукового і смислового комплексу; розуміє просте речення, хоча не знає змісту складових слів;

1,5 роки – відрізняє своє дзеркальне відображення від тіла;

2 роки – активно маніпулює словами у зв'язку із об'єктами і діями; добре сприймає прості геометричні форми;

3 роки – використовує уявлення «простору в просторі», починає диференціювати «праве – ліве»;

4-5 років – візуальне відображення складних форм ускладнене;

після 6-ти років – дослідження форм предметів лише очима, розвиток просторового уявлення.

У зрілому та похилому віці відбувається зниження смакової, нюхової, больової та тактильної чутливості, залишаючись на межі нижнього показника норми. Знижується здатність до акомодатії із розвитком далекозорості, звужується поле зору. Знижується слух до рівня глухуватості, особливо – на розрізнення мови, мовлення. На пізніх етапах старості звужуються діапазони усіх сенсорних систем організму [5, 9].

ТИПИ ПОРУШЕНЬ СПРИЙНЯТТЯ:	
I. ПСИХОСЕНСОРНІ РОЗЛАДИ	
виникають у людей, починаючи із дошкільного віку, і виявляються у двох формах:	
1. Спотворене сприйняття об'єктів зовнішнього світу:	
тобто їх величини і розмірів, форми, сталості кольорової гами, просторового положення і стійкості, кількості й цілісності, відчуття уповільнення або прискорення плину часу.	
2. Спотворене сприйняття власного тіла:	
порушення схеми тіла, положення його частин, ваги, обсягу тощо.	
II. АГНОЗІЯ	
це ускладнене упізнавання предметів і звуків, яке пов'язане із порушеннями процесу синтезу (узагальнення) ознак у процесі конструювання цілісного образу реальності. У цілому агнозія пов'язана зі змінами змістовної сторони сприйняття. Вона розвивається внаслідок ураження кори головного мозку і найближчих підкіркових структур (вторинних і третинних зон слухового, зорового і тактильного аналізаторів). Чутливість зберігається, а от здатність до аналізу і синтезу інформації втрачається. Зазвичай, агнозія має тривалий затяжний характер (триває від кількох тижнів до кількох років). Слід розрізняти справжні агнозії і псевдоагнозії .	
Псевдоагнозія	
це коли при збереженні зорової, слухової і шкірно-кінестетичної аналізаторних систем, порушується вибірковість протікання гностичної діяльності, контроль за її результатами та загальне осмислення ситуації. Порушення сприйняття за типом псевдоагнозії спостерігаються і при різних психічних захворюваннях (шизофренії, алкогольних психозах, старечої деменції та ін.), а також при ураженні передніх відділів мозку (лобових часток і пов'язаних із ними підкіркових структур).	

услышать



2.1.3. УВАГА

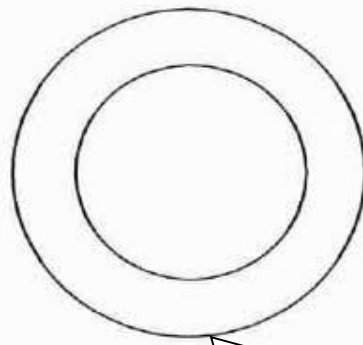
Увага

– це *спрямованість* і *зосередженість* психічної діяльності людини на об'єкти та явища зовнішнього світу (зовнішньо спрямована увага), а також на думки, почуття і процеси, які діють всередині нього (всередину спрямована увага) [9].

Під *спрямованістю* психічної діяльності слід мати на увазі її вибірковий характер, тобто виділення із оточення значущих для суб'єкта конкретних предметів, явищ або вибір певного роду психічної діяльності. До поняття спрямованості входить також і збереження діяльності на певний проміжок часу. Недостатньо тільки вибрати ту або іншу діяльність, щоб бути уважним, – потрібно утримати цей вибір, зберегти його. Наприклад, ви можете легко зосередити свою увагу на рішенні певної задачі, але якщо ви не зможете зберегти у полі своєї уваги об'єкт відповідної діяльності, то навряд чи ви зможете вирішити це завдання.

Під *зосередженістю*, передусім, мається на увазі більша чи менша заглибленість у діяльність. Чим складніше завдання, тим більшою має бути інтенсивність і напруженість уваги. З іншого боку, зосередженість пов'язана із відверненням від усього стороннього. Інакше, коли вам не вдається відволіктися від стороннього, рішення задачі ускладнюється.

Спрямованість та зосередженість тісно пов'язані між собою. Одне не може існувати без іншого. Коли ви направляєте на що-небудь свою увагу, то одночасно із цим ви зосереджуєтесь на цьому. І навпаки, коли ви зосереджуєтесь на чому-небудь, то ви направляєте на це свою психічну діяльність. Проте, незважаючи на тісний зв'язок між ними, ці поняття не є тотожними. Спрямованість пов'язана із переходом від одного заняття до іншого, а зосередження – із поглибленістю у зайняття.



Для того, щоб зрозуміти, яку роль відіграє увага у психічній діяльності людини, уявіть собі, що ви дивитеся на якусь групу предметів. Одні предмети, які знаходяться в центрі вашого зорового поля, сприйматимуться вами найвиразніше, інші, що знаходяться на периферії вашого зорового поля, – менш виразно.

Якщо уявити нашу свідомість графічно, то слід намалювати два кола: одне в іншому. Велике коло називатиметься зоною неясної свідомості, а мале коло – зоною ясної і виразної свідомості, або зоною уваги [4].

ВИДИ УВАГИ:

МИМОВІЛЬНА

є найбільш простим видом уваги. Її часто називають пасивною, або вимушеною, оскільки вона виникає і підтримується незалежно від свідомості людини. Діяльність захоплює людину сама по собі, в силу своєї захопливості, цікавості або несподіванки. Проте таке розуміння причин виникнення мимовільної уваги дуже спрощене.

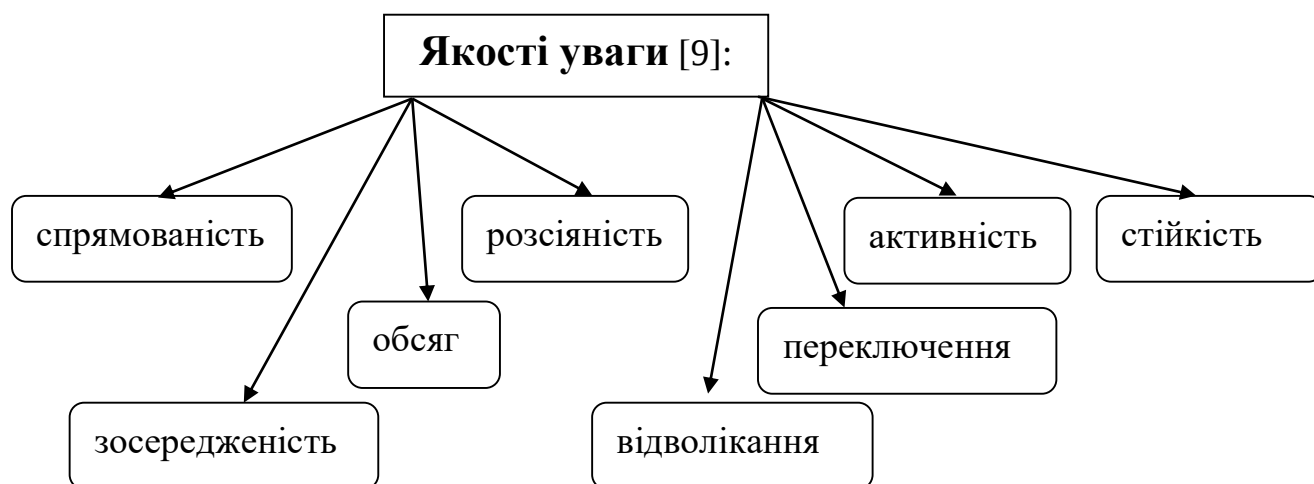
Зазвичай, при виникненні мимовільної уваги ми маємо справу з цілим комплексом причин. У цей комплекс входять різні фізичні, психофізіологічні і психічні причини.

ДОВІЛЬНА

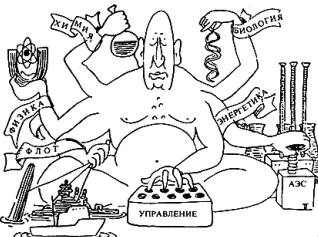
скеровується свідомою метою. Цей вид уваги тісно пов'язаний із волею людини і був вироблений у результаті трудових зусиль, тому її називають ще вольовою, активною, навмисною. Приймавши рішення зайнятися якою-небудь діяльністю, ми виконуємо це рішення, свідомо направляючи нашу увагу навіть на те, що нам нецікаве, але цим ми вважаємо за потрібне зайнятися. Основною функцією довільної уваги є активне регулювання протікання психічних процесів.

Увага характеризує узгодженість різних ділянок функціональної структури дії і визначає успішність виконання цієї дії (наприклад, швидкість і точність розв'язання завдання).

Розподілу уваги між двома і більше видами діяльності, швидкого переключення її із однієї діяльності на іншу, потребує велика кількість спеціальностей за професійним спрямуванням, у тому числі лікарських: праця хірурга, лікаря швидкої допомоги, реаніматолога та ін. [17].



Спрямованість уваги 	здатність до тривалого утримання у свідомості образів певних об'єктів. Останніми можуть бути предмети і явища, що знаходяться у зоні безпосередньої рецесії, або образи, поняття, уявлення, які виникають у свідомості під час інтелектуальної роботи (роздуми, уява та ін.). Спрямованість уваги пов'язана із довільним або мимовільним протіканням інтелектуальних процесів, що мають виборчий характер. Ця властивість пов'язана із вибором об'єктів свідомої діяльності і їх кількістю уваги (об'єм уваги).
Розсіяність уваги	це тенденція до підвищеного відволікання, нестійкості уваги (неуважності).
Активність уваги	спрямування уваги на певний об'єкт, який у даний проміжок часу є основним.
Стійкість уваги 	здатність довгий час концентрувати увагу на виконанні однієї будь-якої задачі, на певному матеріалі, об'єкті. Чим більш одноманітні дії, тим більшого напруження уваги потребується. Стійкість уваги є тим вищою, чим менше моментів, які відволікають (больові відчуття, хвилювання). Має значення також ставлення до роботи, яка виконується.

Обсяг уваги 	кількість об'єктів, які можуть бути охоплені увагою одночасно. Обсяг у різних людей різний. Звичне оточення сприяє підвищенню обсягу уваги в роботі, незнайоме – знижує його.
Відволікання уваги 	це неможливість досить стійко зосередитись на сприйманні чого-небудь, коли сторонні сигнали відволікають людину від виконання поставленої мети. Часто це спостерігається при втомленні, виснаженні нервової системи різного генезу, при домінуванні емоційно насичених думок (у стані афекту). Наприклад, читаючи у стані втомлення, деякий час можна читати «механічно», не вникаючи в зміст прочитаного.
Зосередженість уваги 	здатність концентруватися на сприйманні певного предмета чи явища (ступінь заглиблення у певну діяльність). Залежить від особливостей особистості, фізичного здоров'я та характеру діяльності, на яку спрямована увага. Чим більш складний, незвичайний матеріал та чим вища зацікавленість, тим вища зосередженість, аж до зникнення реакції на інші подразники, навіть на ті, які виходять із власного тіла.
Переключення уваги	це вміння переміщувати увагу із одного об'єкта на інший. Залежить, як правило, від загального стану людини та від об'єкта його діяльності.

 П. Я. Гальперин (1902-1988 рр.) На думку вченого:	- увага є одним із моментів орієнтаційно-дослідної діяльності і є психологічною дією, спрямованою на зміст образу, думки, іншого феномену, наявного в даний момент у психіці людини; - головна функція уваги – контроль над змістом дії, психічного образу та ін. У кожній дії людини наявна орієнтовна, виконавча і контрольна частини. Ця остання і представлена увагою; - на відміну від дій, спрямованих на виробництво певного продукту, діяльність контролю, або уваги, не має окремого результату; - увага як самостійний акт виділяється лише тоді, коли дія стає не лише розумовою, але і скороченою. При цьому не кожен контроль слід розглядати як увагу; - якщо розглядати увагу як діяльність психічного контролю, то усі конкретні акти уваги – і довільні і мимовільні – є результатом формування нових розумових дій;
--	---

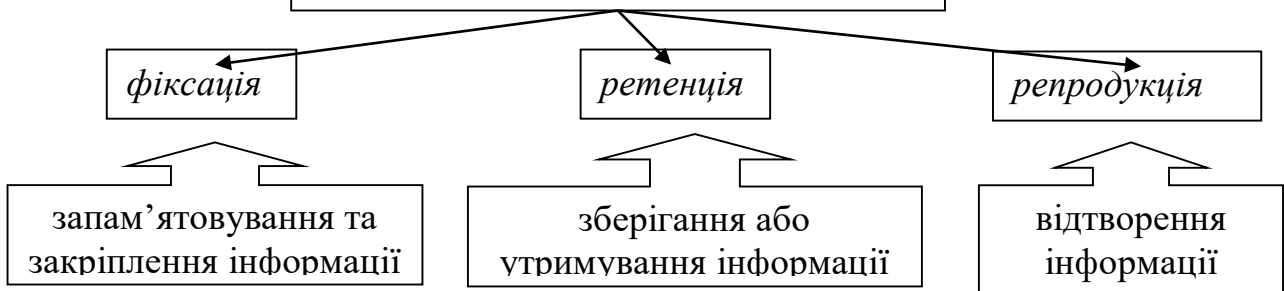
	- довільна увага є планомірно здійснюваною увагою, тобто формою контролю, яка виконується за заздалегідь складеним планом або зразком.
ТИПИ ПОРУШЕНЬ УВАГИ:	
Апрозексія	повна відсутність уваги, її випадання. Тобто нездатність зберігати увагу (особа не може виконати завдання до кінця, незібрана під час його виконання).
Неуважність	порушення стійкості уваги. Існує два варіанти неухважності: 1-й варіант: неухважність – легке переключення, слабка концентрація уваги. Цей тип неухважності зустрічається при астенії в ослаблених людей зі соматичними захворюваннями, у дітей із невротичними станами, а також на початкових етапах різних психічних розладів. 2-й варіант: слабка концентрація уваги при зниженні переключення. Цей тип неухважності пов'язаний із постійним або тимчасовим зниженням рухливості нервових процесів, спостерігається у хворих із церебральним атеросклерозом у літньому віці, при хронічному алкоголізмі і наркоманії та на пізніх стадіях шизофренії.
Звуження	зменшення уваги за обсягом і розподіл її між кількома об'єктами; патологічне зосередження, обумовлене слабкістю його розподілу. Зустрічається при пухлинах головного мозку і при невротичних розладах.
Гіперметаморфоз	підвищена відволікаємість, надмірна рухливість уваги, постійний перехід від одного виду діяльності до іншого.
Виснаженість	астенічне зниження, нестійка із забрудненим зосередженням нетривала увага. Прогресуюче ослаблення інтенсивності уваги в процесі роботи. Виявляється при різкому зниженні якості і темпу виконання завдання. Швидка виснаженість уваги властива хворим із травмами черепа та іншими органічними захворюваннями мозку, а також із реактивними прикордонними станами і посттравматичними станами.
Інертність	(малорухливість), застрягання, «присипання», патологічна фіксація, порушення переключення уваги (погляд в одну точку при шизофренічному ступорі). Неможливість своєчасного переключення або патологічна фіксація уваги.
Загальмованість	в'ялість уваги, зниження її активності, коли, наприклад, при депресії хворий не може попри своє бажання слідкувати за зовнішніми подіями.
Однобічне спрямування	спрямованість уваги на щось одне, наприклад, на своє здоров'я (хворий думає тільки про свою хворобу при іпохондричних розладах психіки).

2.1.4. ПАМ'ЯТЬ

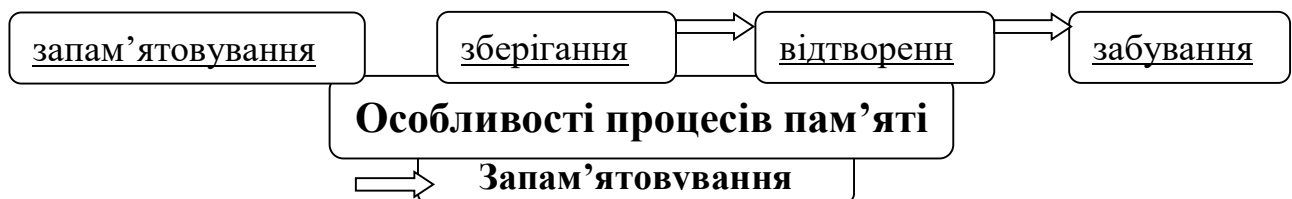
Пам'ять

– психічний процес відбиття, збереження та послідовного відтворення і впізнавання всього того, що раніше було сприйняте, пережите або зроблене, тобто відображення минулого досвіду людини [9].

Якості або процеси пам'яті [9]:



Пам'ять пов'язує минуле суб'єкта із його теперішнім та майбутнім і є пізнавальною функцією, яка лежить в основі розвитку та навчання. У різних формах вона зустрічається на всіх рівнях життя і містить не лише процеси збереження індивідуального досвіду, але й механізми передачі спадкової інформації.



В експериментальній психології для оцінювання запам'ятовування, її продуктивності і тривалості використовується дві парадигми: запам'ятовування з першого разу і запам'ятовування після багатократних повторів (насичене).

Пам'ять вибіркова. Міцність запам'ятовування залежить від: установки на міцність запам'ятовування (наприклад, на час); запам'ятати назавжди, надовго або на короткий строк; спрямованості інтересів; емоційної значущості інформації, що сприймається; багаторазового повторення матеріалу, ритмічності заучування; фізичного і психічного здоров'я людини: запам'ятовування менш продуктивне при виснаженні нервової системи внаслідок перенесених захворювань, довготривалого фізичного або психічного перенапруження; сили подразника та тривалості його дії, але до певних меж, тому що існує поріг фізіологічної витривалості аналізаторів: при надзвичайно сильному подразненні розвивається захисне гальмування і запам'ятовування погіршується [5, 18].

Види запам'ятовування [5, 10]:



– це здатність зберегти, утримати сприйняту інформацію. Кажучи про хорошу чи погану пам'ять, зазвичай, мають на увазі здатність надійно втримати кількісно великий обсяг даних, понять, уявлень, визначень, досвіду і таке інше.

Блок зберігання має свої власні закономірності і детермінанти. Все, що успішно пройшло через запам'ятовування, зовсім не обов'язково успішно зберігається. Із досвіду відомо, що деякі події (начебто «неважливі») раптом несподівано спливають в актуальному спогаді або роблять прихований вплив на інші когнітивні процеси (почуття мови – на запам'ятовування слів цієї мови). Це називається продуктивністю зберігання [9].

Типи зберігання [5, 9]

короткочасна пам'ять

властиве утримання інформації у пам'яті від кількох секунд до 1-2-ух діб.

Проявом короткочасної пам'яті є той випадок, коли випробовуваного просять прочитати слова або надають для їх запам'ятовування дуже мало часу (біля однієї хвилини), а потім просять відразу відтворити те, що він запам'ятав. Природно, що люди розрізняються за кількістю слів, які запам'ятовуються. Це відбувається тому, що вони мають різний об'єм короткочасної пам'яті.

Короткочасна пам'ять відіграє дуже важливу роль у житті людини. Завдяки їй переробляється значний об'єм інформації: відразу ж зникає непотрібна і залишається потенційно корисна. Внаслідок цього не відбувається перевантаження пам'яті.

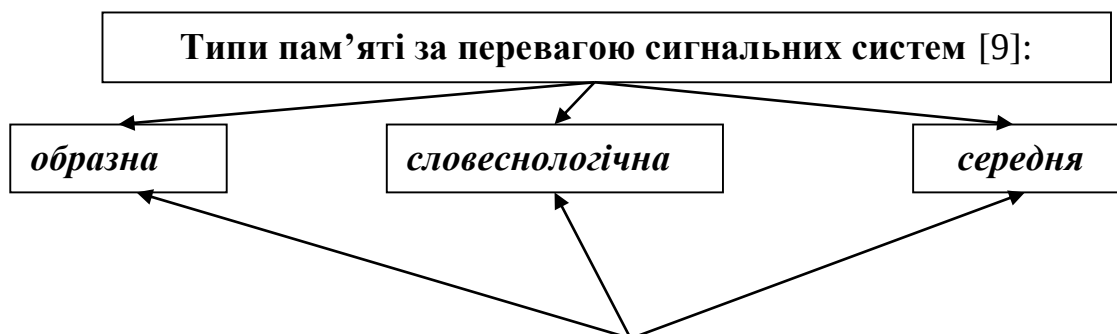
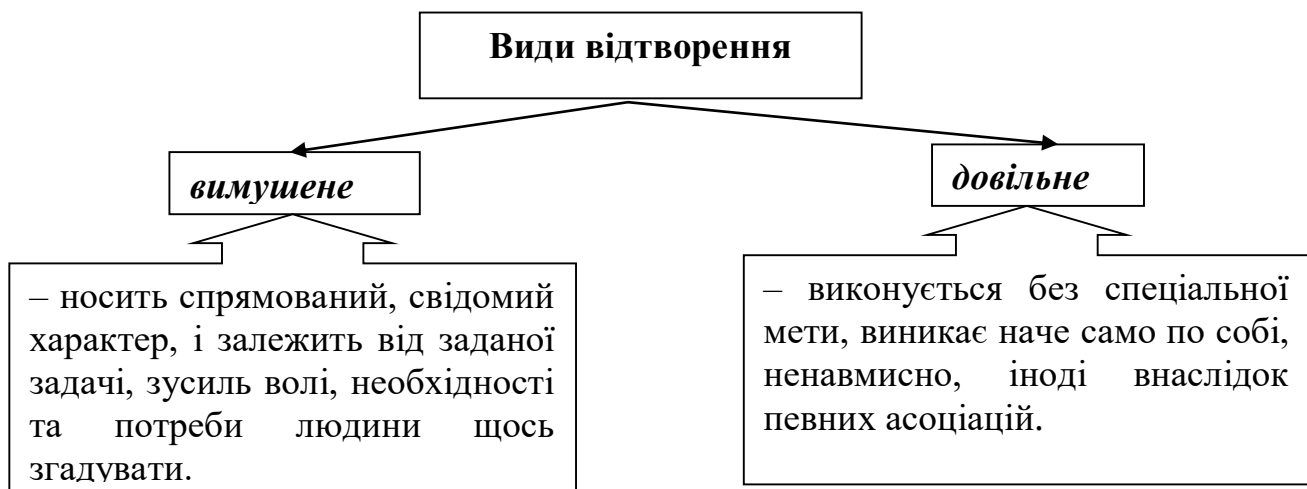
довготривала пам'ять

Якщо інформація сприймається протягом 40-60-ти хвилин і більше, вона переходить у блоки довготривалої пам'яті. У довготривалу пам'ять надходить лише 28% інформації, яку заучують. Тому, чим більший обсяг матеріалу заучування, тим більший обсяг його надійно утримується у пам'яті, тобто поряд із конспектом необхідно користуватися підручником, в якому матеріал викладено більш детально.

Оперативна пам'ять є ніби посередником між короткочасною та довготривалою пам'яттю, відбираючи інформацію із короткочасної пам'яті перед відсиланням у довготривалу. Оперативне запам'ятовування як один із способів досягнення мети дозволяє лікарю співставити виявлені у хворого симптоми і швидко зробити відповідні терапевтичні призначення.

Відтворення

– це виділення із запасів пам'яті необхідної інформації, оживання у свідомості минулих почуттів, думок, поривань, сприйнятих раніше. При відтворенні інформації у пам'яті нерідко відбувається співставлення із тим, що сприймається у даний момент, і, у випадку знаходження подібності відбувається впізнавання – слабка форма відтворення, що полегшує запам'ятовування матеріалу [9].



Фізіологічною основою різниці між образною та словесно-логічною пам'яттю є особливості співвідношення сигнальних систем: перевага при запам'ятовуванні першої сигнальної системи формує образний тип пам'яті, перевага другої сигнальної системи дає у результаті словесно-логічну пам'ять. Найліпшим є середній тип пам'яті.

Наочно-образне запам'ятовування спрямоване на інформацію, яка надходить через органи почуттів, тобто конкретні образи, що тісно пов'язані із емоціями. Цей тип найбільш притаманний дітям. Словесно-логічний тип пам'яті оснований на використанні словесних визначень, логічних зв'язків, затаврування та зберігання думки, визначеної словами. У осіб із урівноваженими сигнальними системами обидва види пам'яті розвинені приблизно однаково.

Забування

– зникнення із пам'яті слідів того, що запам'яталось. Перед тим, як піти із пам'яті, подія втрачає зв'язок із теперішнім. Частіше за все забувається другорядне, більш надійно, довше і повніше зберігається суттєве, основне. Забування, крім того, може бути викликане втомою, перенапругою і проходить нерівномірно [9].

Забування проявляється у двох основних формах

неможливість пригадати

невірне пригадування

Рівні забування

1) відтворююча
пам'ять

2) пам'ять, що
упізнає

3) полегшуюча
пам'ять

Наприклад, учень вивчив вірш. Якщо через деякий час він може відтворити його безпомилково – це перший рівень пам'яті, найвищий; якщо він не може відтворити завчене, але легко упізнає вірш у книзі або на слух – це другий рівень пам'яті; якщо ж учень не в змозі самостійно ні згадати, ні упізнати вірш, але при повторному заучуванні йому буде потрібно менше часу для повного відтворення, ніж вперше, – це третій рівень.

Нині відомі чинники, які впливають на швидкість протікання процесів забування. Так, забування протікає швидше, якщо матеріал недостатньо зрозумілий. Крім того, забування відбувається швидше, якщо матеріал нецікавий людині, не пов'язаний безпосередньо із її практичними потребами. Цим пояснюється той факт, що дорослі люди краще пам'ятають те, що відноситься до їхньої професії, що пов'язано із їхніми життєвими інтересами, а школярі добре пам'ятають матеріал, який їх захоплює, і швидко забувають те, що їх не цікавить.

Встановлено, що через 0,5 години після заучування у пам'яті залишається 60 % сприйнятої інформації, через 1 день – 34 %, через 3 дні – 25 %, а через 30 днів – лише 21 %. Забування найбільш інтенсивне у перші години та дні заучування (навчання), а потім уповільнюється і стає малопомітним [9].

ТИПИ ПОРУШЕНЬ ПАМ'ЯТІ [9]:	
амнезія	– розлад пам'яті у вигляді порушення здатності запам'ятовувати, зберігати і відтворювати інформацію.
Види амнезій:	
ретроградна амнезія	порушення пам'яті, при якому неможливо відтворити інформацію, набуту до епізоду порушення свідомості, кий стався з людиною;
антероградна амнезія	труднощі відтворення стосуються часу після епізоду порушеної свідомості;
антероретроградна амнезія	порушення пам'яті, при якому неможливо відтворити інформацію, набуту до та після епізоду порушення свідомості.
Часткові порушення пам'яті (порушення пам'яті часткового характеру): (виникають на базі емоційних порушень, формуючи відповідно депресивний та маніакальний спектр симптомів):	
гіпомнезія	зниження пам'яті;
гіпермнезія	підвищення пам'яті.
Парамнезії:	
конфабуляції	обмани пам'яті, при яких нездатність закарбовувати події і відтворювати їх призводить до відтворення видуманих подій;
псевдоремінісценції	порушення хронології в пам'яті, при якому окремі події минулого переносяться в теперішнє;
криптомнезії	розлади пам'яті, при яких людина присвоює чужі думки, дії собі.



2.1.5. МИСЛЕННЯ

Мислення

– процес опосередкованого узагальненого пізнання предметів та явищ матеріального світу, їх найбільш суттєвих властивостей та відносин. Це друга і вища ступінь пізнання і засіб перетворення дійсності [9].

Мислення відображає дійсність опосередковано, тому що:

а) фізіологічно ґрунтується на діяльності кори головного мозку, яка, в свою чергу, здійснюється шляхом взаємодії 1-ої та 2-ої сигнальних систем;

б) завдяки мисленню людина пізнає не лише те, що може бути прямо і безпосередньо сприйняте органами відчуття, але й те, що приховане від прямого сприйняття, і те, що може бути сприйнятим якісно по-іншому за допомогою низки операцій мислення внаслідок аналізу, порівняння, узагальнення;

в) процес та результат мислення дорослої людини завжди здійснюються за допомогою мовного відображення.

Матеріальною оболонкою думок, засобом обміну думками є мова із її граматичною, логічною будовою та словниковим запасом [8].

ОПЕРАЦІЇ МИСЛЕННЯ [5, 6, 9]:

Аналіз	здатність подумки роз'єднувати образ на складові частини, елементи, із виділенням тих чи інших його сторін, властивостей, зв'язків, стосунків.
Синтез	здатність до об'єднання подумки окремих елементів і частин, виділених аналізом, і створення цілісного образу.
Порівняння	знаходження тотожності та різноманіття між об'єктами, із опиранням на минулий досвід.
Абстрагування	здатність уявляти властивості об'єктів, відволікаючись від самих об'єктів чи від певних їх деталей, спрощуючи таким чином і схематизуючи дійсність.
Узагальнення	виділення загального, головного, характерного для певного кола явищ, із виключенням другорядного.
Конкретизація	перехід від зрозумілих та узагальнень до окремих явищ, які були виявлені, зрозумілі.
Класифікація	здатність до групування об'єктів та явищ у класи.
Систематизація	здатність подумки розташовувати класи, предмети та явища у певній послідовності.

Складові елементи мислення [9]:

Поняття

Судження

Умовивід

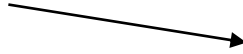


Схема послідовного рішення мисленнєвих завдань [9]:

1. *Умови* (мотив) для виникнення процесу мислення – проблемні ситуації протягом процесів практичної діяльності. Джерелом та основою є відчуття, сприйняття, уявлення.

2. *Відповідь* – виникнення процесу мислення (задум). Прийоми мислення – аналіз, синтез, порівняння та ін., реалізуються методами індукції, дедукції, аналогій за законами формальної логіки – тотожності, виключення третього, достатніх основ.

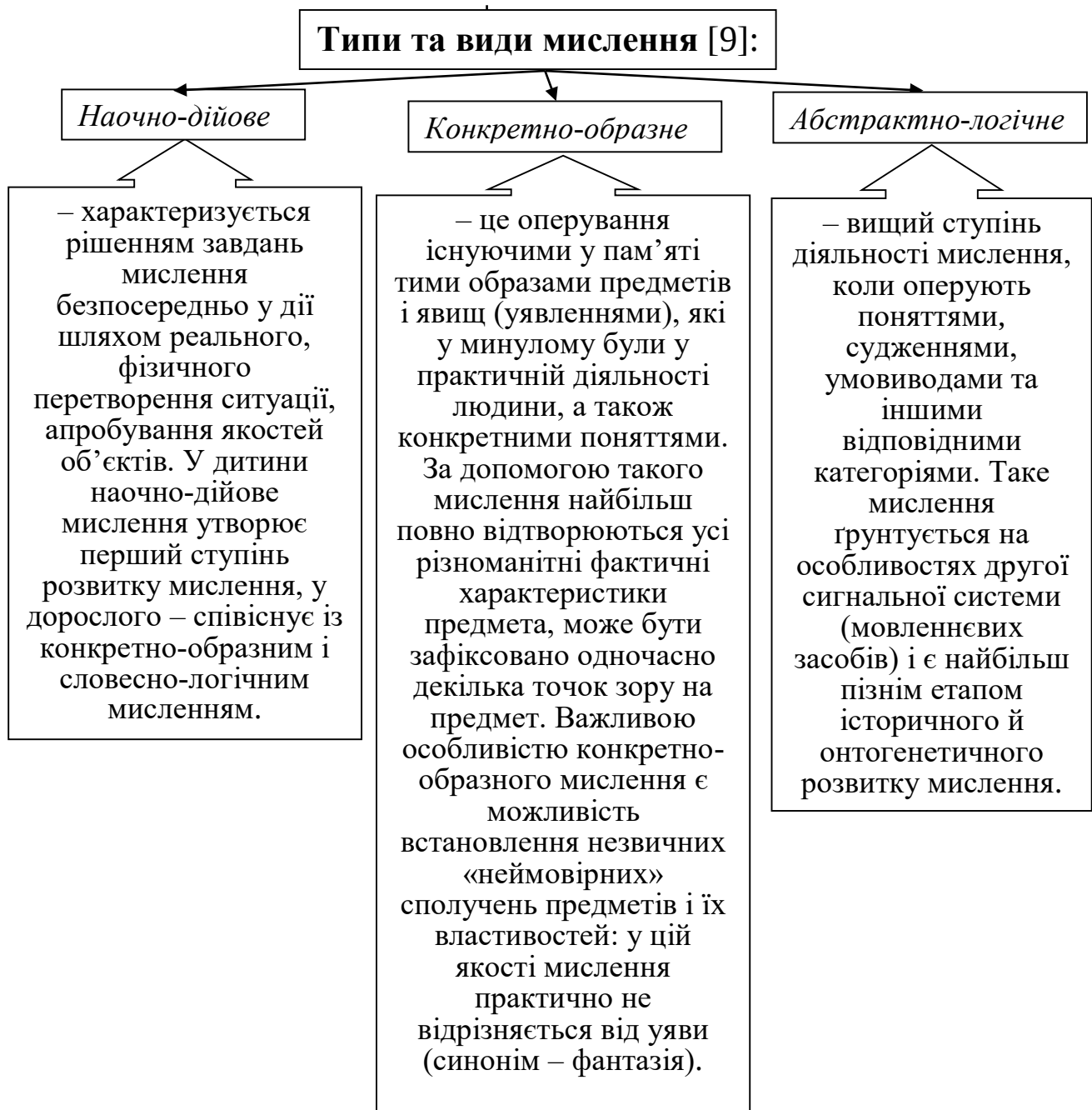
3. *Наслідок* – продукти мислення. Реалізуються у формі понять, суджень, умовиводів у вигляді внутрішньої мови, яка має відповідний зміст, але є згорнутою та граматично аморфною. Надалі думка кодується у словесні смислові символи.

4. *Перевірка правильності результатів мислення* – зовнішня (експресивна) мова, руховий акт (вчинок).

Види мислення за ступенем новизни і оригінальності:

Репродуктивне

Продуктивне



ОСНОВНІ ХАРАКТЕРИСТИКИ МИСЛЕННЯ [9]:

<i>глибина</i>	уміння проникнути у сутність складних процесів і явищ об'єктивного світу, передбачити наступний розвиток подій,
----------------	---

	знайти правильні шляхи і потрібні рішення, не звертаючись за допомогою до інших;
самостійність	здатність до залучення і використання особистих мисленнєвих, вольових та інтелектуальних ресурсів для вирішення поставленого завдання, без запозичення (плагіату) чужих ідей;
критичність	уміння об'єктивно оцінювати свої і чужі думки та дії;
гнучкість	уміння змінювати встановлений план рішення задачі у відповідності зі змінами оточуючого середовища;
послідовність	стрункність мислення та його етапи;
швидкість	швидкість перебігу процесів мислення;
цілеспрямованість	здатність спрямовувати мислення у певному напрямку;
продуктивність	здатність мислити за межі встановлених стандартів.



ТИПИ ПОРУШЕНЬ МИСЛЕННЯ [9, 12]:	
I. За темпом:	
прискорення	збільшення кількості асоціацій за одиницю часу;
сповільнення	зменшення кількості асоціацій за одиницю часу.
II. За стрункністю:	
розірваність	немає зв'язку між думками, реченнями;
беззв'язність	немає зв'язку між словами;
інкогеренція або «словесний салат»	немає зв'язку між складами слів;
вербігерація	стереотипне повторення одних і тих самих фраз чи словосполучень;
паралогічне мислення	умовивід, який будується протилежно до логічного;
амбітендентність мислення	одночасне виникнення взаємовиключних ідей;
перерва або закоркування мислення	«шперрунги», блокада розумової діяльності, яка виникає епізодично.

III. За цілеспрямованістю:	
<i>резонерство</i>	безплідне мудрування;
<i>патологічна деталізація</i>	«тупцювання» навколо неіснуючих обставин;
<i>персеверація</i>	«застрягання» на одній асоціації;
<i>аутистичне мислення</i>	спрямоване лише на внутрішній світ хворого з ігноруванням зовнішніх подій;
<i>символізм</i>	висновки, які будуються на випадкових асоціаціях.
IV. За продуктивністю:	
<i>нав'язливі ідеї</i>	думки, які виникають поза волею хворого і сприймаються ним як хворобливі);
<i>надцінні ідеї</i>	переоцінка реальних фактів, із емоційним підпорядкуванням цим ідеям інших побутових думок;
<i>марення</i>	неправильне судження, яке не піддається корекції і зумовлене хворобою мозку;
<i>патологічне</i>	виникнення незвичних слів, зрозумілих лише хворому.

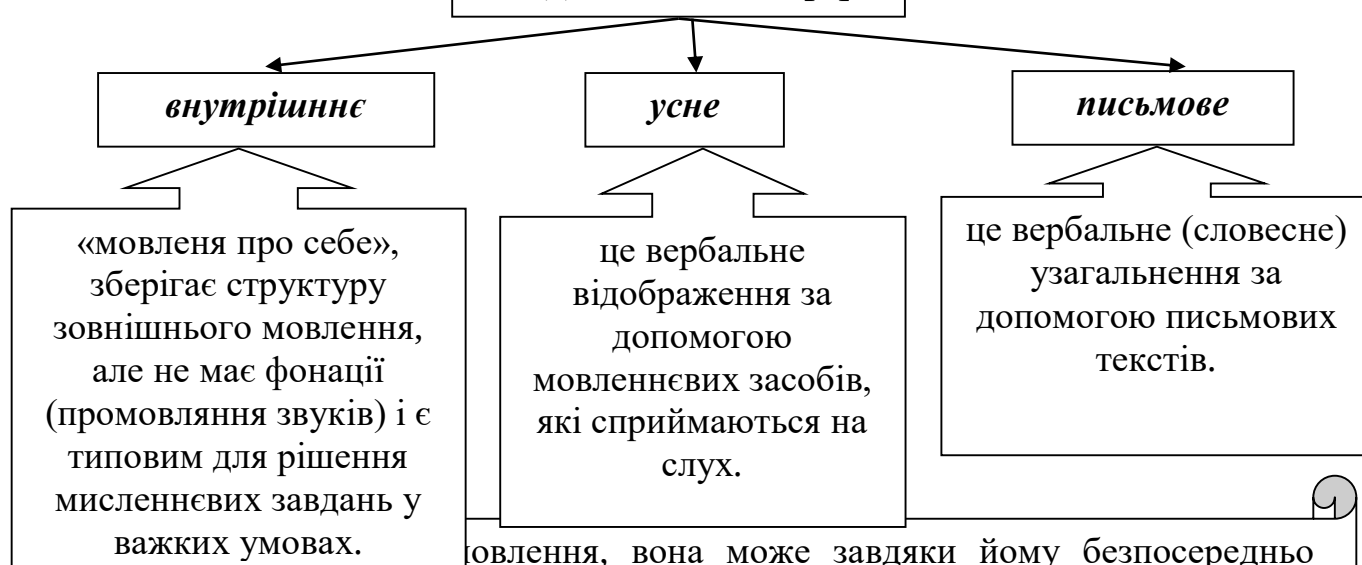


2.1.6. МОВЛЕННЯ

Мовлення

– це система знаків спілкування людей із обміном думками, що опосередкована словом. У мовленні наявні процеси відображення і сприйняття дійсності із метою спілкування, регуляції, контролю особистої діяльності. Мовлення є засобом відображення самосвідомості, передавання і зберігання інформації у поколіннях (суспільного досвіду). Воно перебуває у тісному взаємозв'язку із мисленням, свідомістю, пам'яттю, емоціями тощо [9].

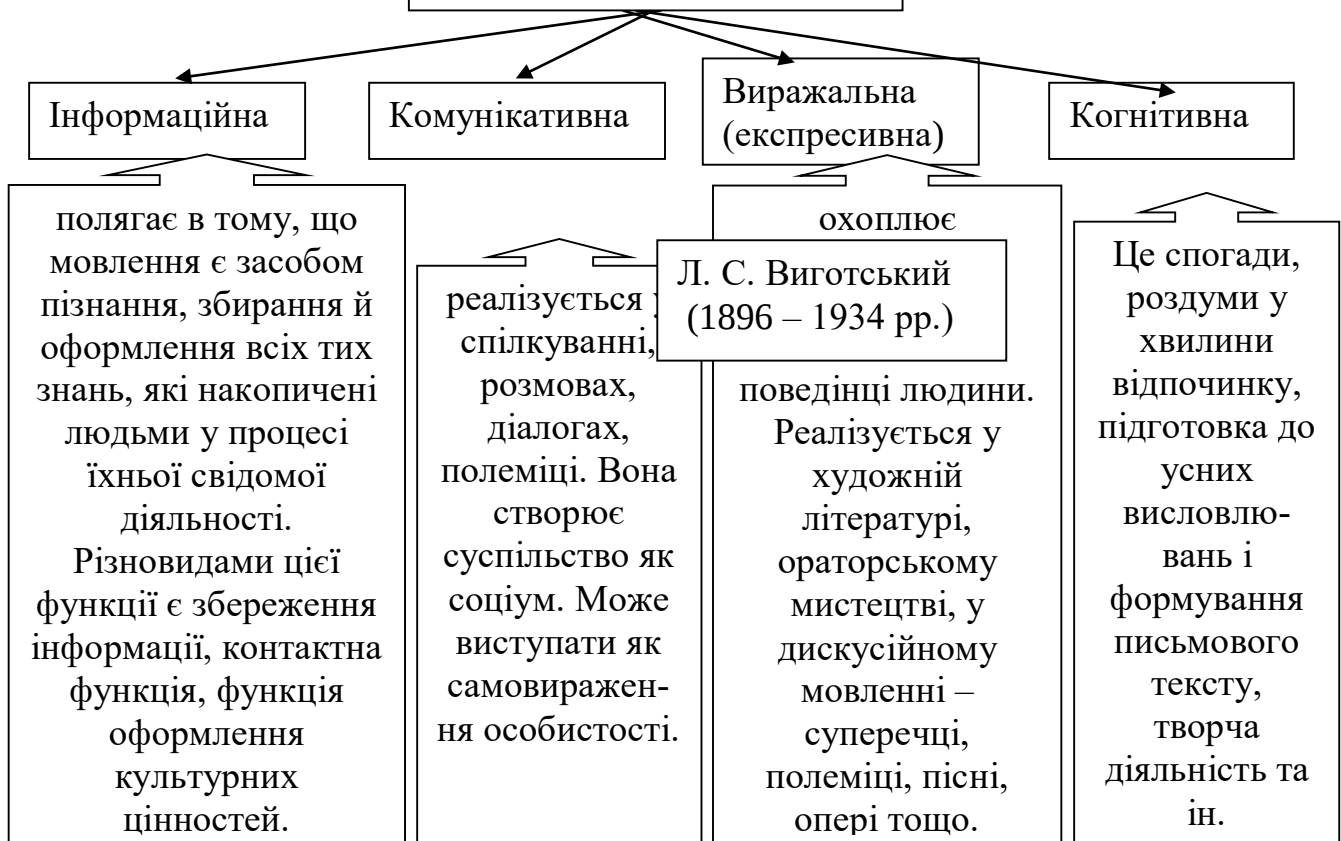
Види мовлення [9]:



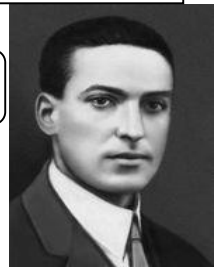
Мовлення, вона може завдяки йому безпосередньо звертатися до свого колишнього досвіду, і ця здатність доволіно звертатися у минуле істотно відрізняє людську пам'ять від пам'яті тварин.

Природний об'єм пам'яті людини не такий великий: безпосередньо ми можемо утримати 7-8 пред'явлених предметів, слів або цифр. Але якщо за допомогою мовлення ми укладемо ці предмети у відому систему, то ми зможемо запам'ятати 40-60 або 100 предметів. Ця мовленнєва організація слідів пам'яті із розміщенням їх у відому логічну систему є прекрасним прикладом того, як за допомогою мовленнєвого зв'язку можна організувати й істотно розширити межі нашої пам'яті, виводячи її далеко за межі природних обсягів.

Функції мовлення [3]:



«Думка ніколи не дорівнює прямому значенню слова»



«Спілкування, не опосередковане мовою чи якоюсь іншою системою знаків або засобів, як воно спостерігається серед тварин, робить можливим спілкування лише найбільш примітивного типу та в найбільш обмежених розмірах... Щоб передати певне переживання чи зміст свідомості іншій людині, немає іншого шляху, окрім віднесення цього змісту до певного класу, певної групи явищ, а це потребує узагальнення. Таким чином, вищі, властиві людині форми психологічного спілкування можливі лише завдяки тому, що людина за допомогою мислення узагальнено відображає дійсність».



ТИПИ МОВЛЕНЕВИХ ПОРУШЕНЬ [9]:	
афонія	– тимчасова втрата голосу на фоні функціонального порушення (перевтома, захисна реакція у хворих на істерію);
дизартрія	– порушення вимови деяких мовленнєвих звуків. Характерна змазаність, неясність, носовий набряк мовлення;
заїкання	– порушення плавності, чільності мовлення, яке багато хто із лікарів вважає своєрідною формою неврозу (логоневрозу), на користь чого свідчить велика залежність ступеня і стійкості заїкання від того, як ставиться хворий до свого дефекту;
афазія	– порушення сприйняття усного мовлення, читання, письма і т.д.;
алексія	– порушення читання;
аграфія	– порушення письма.



2.1.7. УЯВА

Уява

– психічний пізнавальний процес відтворення у психіці людини предметів та явищ, які вона сприймала коли-небудь раніше, а також створення нових образів, предметів та явищ, яких раніше вона ніколи не сприймала, шляхом перебудови наявних уявлень.

ФУНКЦІЇ УЯВИ полягають у [1] :

- моделюванні кінцевого результату діяльності й тих засобів, які необхідні для її виконання;
- створенні програми поведінки людей, коли проблемна ситуація невизначена;
- створенні образів, які не програмують діяльність, а підміняють її;
- створенні образів об'єктів із опорою на схеми, графіки, карти, фотознімки території, описи тощо;
- створенні принципово нових предметів та явищ тощо.

ВИДИ УЯВИ [15].

За метою розрізняють такі види уяви:

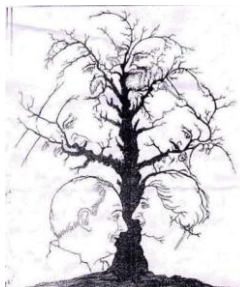
Мимовільна	створення нових образів не спрямовується спеціальною метою уявити певні предмети чи події. Мимовільна уява зумовлюється потребами і почуттями.
Довільна	скеровується спеціальною метою створити образ певного об'єкта, можливої ситуації.

За динамікою розрізняють такі види уяви:

Активна	завжди спрямована на виконання творчого або логічного завдання. Процес збереження інформації у головному мозку має динамічний характер, тобто відбувається поступова зміна змісту матеріалу і взаємопереміщення його елементів. Цей процес відображає активну уяву. Звідси – інтуїція, прозріння. Активна уява спрямована переважно назовні, визначається і контролюється волею і може бути відтворюючою (репродуктивною) або творчою.
Пасивна	протікає без постановки мети, виявляється у хворобливих фантазіях, маренні, ілюзії – в ілюзії життя, де людина говорить, діє уявно. Пасивна уява може викликатися людиною довільно. Це – <i>марення</i> , тобто образи, які не спрямовані на втілення їх в життя. Якщо марення переважають в уяві людини, то це свідчить про її пасивність, бездіяльність, а можливо, і дефективність розвитку особистості. Для виникнення пасивної уяви велике значення має емоційний стан людини. Пасивна мимовільна уява виникає у стані афекту, під час сну.

За характером (або результативністю) діяльності розрізняють такі види уяви:	
Відтворююча, репродуктивна	базується на створенні образів предметів, явищ, які наявні у дійсності, або відтворенні наочної картини чи картини подумки на основі опису (із визначеним ступенем точності).
Творча	базується на самостійному створенні образів об'єктів, які не існують у наш час, або відтворенні оригінальної модифікації вже наявного об'єкта, явища. Це нестандартний образ раніше описаного, прочитаного, сприйнятого. Творча уява активізується там, де людина відкриває щось нове, знаходить нові способи праці, створює нові, оригінальні, цінні для суспільства матеріальні та духовні цінності.
<i>Творча і репродуктивна уява</i> взаємопов'язані й переходять одна в одну.	
За змістом діяльності розрізняють такі види уяви:	
Художня	переважають чуттєві (зорові, слухові тощо) образи, надзвичайно детальні та яскраві. Різні види художньої уяви мають свої специфічні особливості, які проявляються при створенні образів художньої уяви, коли переважає той чи інший аналізатор: слуховий – у композитора, зоровий – художника тощо.
Технічна	створює образи просторових відношень у вигляді геометричних фігур із застосуванням їх у різних комбінаціях подумки.
Наукова	втілюється у плануванні й проведенні експериментальних досліджень та вмінні будувати гіпотези, узагальнювати емпіричний матеріал тощо. Наукова уява допомагає знайти нові, ще невідомі ланки у системі фактів. Уява відтворює образ предметів та явищ, які сприймалися раніше, чи створює нові образи та ситуації, які раніше не виникали. Тобто механізм роботи уяви базується на основі тих образів, що має людина, але ці образи постають у нових неочікуваних зв'язках і сполученнях.
Особливим видом уяви є:	
Мрія	– це уява бажаного майбутнього. Мрії відносяться до типу активних видів уяви. За ступенем перетворення дійсності мрії найчастіше бувають продуктивними. Мрія від мрійності відрізняється тим, що вона більш реалістична і більшою мірою здійсненна. Мрійність є цілком нормальним психічним станом, який являє собою фантазію, пов'язану із бажанням ідеалізувати майбутнє. Це пасивний і продуктивний вид уяви.
<i>Особливості мрії:</i> - людина завжди створює образ бажаного; - вона не включена безпосередньо у діяльність людини і не дає відразу ж практичних результатів; - спрямована в майбутнє, в той час як деякі інші види уяви працюють із минулим; - образи мрії відрізняються емоційною насиченістю, яскравим характером, і в той же час відсутністю розуміння конкретних шляхів до здійснення мрії.	

СПОСОБИ СТВОРЕННЯ ОБРАЗІВ УЯВИ [1]:	
Аглютинація	(від лат. agglutinare – склеювати) – створення нового образу шляхом сполучення елементів, узятих із різних уявлень. Наприклад, образ русалки у казках, де голова і тулуб жінки, а хвіст – риби. Цей прийом не набув великого поширення, оскільки образи важко втілюються у предметні речі. А втім, приклади матеріалізації таких образів у реальному житті маємо – це танк, бойова машина піхоти, амфібія тощо.
Гіперболізація	збільшення предмета (велетень Гуллівер, літаки «Мрія», Ан-74).
Літота	зменшення об'єкта, предмета (хлопчик – мізинчик). Ці прийоми використовують у народних казках, фантастичних творах.
Підкреслення	акцентування якоїсь частини образу чи певній якості (шаржі, карикатури).
Схематизація	образ уяви, коли розбіжності зменшуються, а риси схожості виходять на перший план (орнамент, елементи якого художник узяв із рослинного світу).
Типізація	виокремлення істотного в однорідних фактах і втілення їх у конкретних образах.
Комбінування	сполучення елементів у новій, більш-менш незвичній комбінації.
Алегоризація	використання образу у переносному значенні. Образ є лише умовно обраним знаком якогось явища дійсності.
Метафоризація	побудова метафор. Метафора є глибшим уявним відображенням явища, ніж алегорія, оскільки між метафоричним образом та його значенням існує певна подібність, аналогія.
Символізація	використання символів, є найглибшою за значенням, сутнісним наповненням техніки уяви. Розуміння мови символів допомагає людині свідомо отримувати послання від власного несвідомого (сон). Символ відрізняється від знака тим, що він є не умовно обраним для позначення, а глибинно, сутнісно єдиним із тим, що він позначає. На відміну від поняття, символ має необмежений обсяг значення. Вираженню через символи підлягає тільки загальнолюдське, що належить до самого способу існування людини.

ТИПИ ПОРУШЕНЬ УЯВИ:	
І. ІЛЮЗІЇ	від (лат. illusio - обман, омана) це викривлене сприйняття реально існуючих предметів або явищ. Ілюзії вперше виділені в якості самостійного обману сприйняття і відокремлені від галюцинацій Ж. Ескіролем у 1817 р. 

ПРИЧИНИ ВИНИКНЕННЯ ІЛЮЗІЙ:

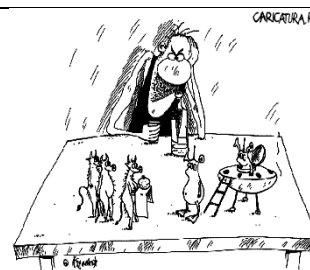
1) при незвичайних зовнішніх умовах сприйняття об'єктів, причому органи чуття суб'єкта, який сприймає, функціонують нормально (напр. «оптичний обман»);

2) при незвичайних (патологічних, афективних, наркотичних) станах фізіологічних механізмів суб'єкта; під впливом болю, речовин або афектів (особливо страху, очікування, надії), свідомість формує спотворене уявлення про об'єкти дійсності або сприймає їх неадекватним чином. У даному випадку ілюзію слід відрізняти від галюцинації, яка виникає під час відсутності зовнішніх об'єктів.

Ілюзії *психічного або патологічного типу* обумовлені причинами психологічного характеру, і полягають у різних порушеннях діяльності людини в галузі уваги, чуттєвого тону, пам'яті, виразного сприйняття асоціативного ряду.



II. ГАЛЮЦИНАЦІЇ
(лат. hallucinatio марення, бачення; синонім: істинні галюцинації, обмани почуттів, мніме сприйняття)



це одна із форм порушень чуттєвого пізнання, коли патологічні сприйняття виникають без існування реального об'єкта чи подразника.

ПРИЧИНИ ВИНИКНЕННЯ ГАЛЮЦИНАЦІЙ:

Галюцинації виникають як після структурних пошкоджень головного мозку, так і при порушеннях фізіологічних процесів у корі головного мозку. Вони виникають у результаті ураження структур або фізіологічних механізмів вищої нервової діяльності, в яких відбувається переробка та кодування інформації. Зміна біохімії мозку у результаті порушення локального кровообігу або дії токсичних речовин, втраті аферентного потоку інформації через пошкодження периферичних відділів системи сприйняття – все це призводить до появи галюцинацій, які фактично заміщують втрачену інформацію про реальність, відновлюючи або зберігаючи цілісність її образів у свідомості.

Виникненню галюцинацій сприяє відокремлення нейронної активності: ті механізми центральної нервової системи, які «відповідальні» за зір, слух, мовлення, дотик, нюх і смак, при блокуванні або зміні відповідного аферентного потоку починають самостійно продукувати схожі образи з метою збереження цілісного і осмисленого сприйняття реальності.

Виникають галюцинації при шизофренії, епілепсії, пухлинах головного мозку, алкогольному психозі, інфекційних захворюваннях, сифілісі мозку, герпетичному енцефаліті, церебральному атеросклерозі, отруєнні наркотиками (кокаїн, ЛСД, мескалін). Галюцинації виникають при гіпотермії.

ВИСНОВКИ ДО ГЛАВИ

Психічні пізнавальні процеси відбуваються у голові людини і відбиваються динамічно у психічних явищах, що змінюються: відчуттях, сприйнятті, уяві, пам'яті, мисленні, мовленні, увазі та ін. Для того, щоб задовольняти свої потреби, спілкуватися, грати, навчатися і працювати, людина повинна сприймати світ, звертати увагу на ті чи інші моменти або компоненти діяльності, уявляти те, що їй потрібно зробити або запам'ятати, обмірковувати, висловлювати судження. Отже, без участі психічних процесів людська діяльність неможлива, вони виступають як її невід'ємні внутрішні моменти.

У сучасній психології прийнято вважати, що психічні процеси тісно взаємозалежні й, суворо кажучи, зливаються у одне цілісне явище за назвою «психіка». Поділ психіки на психічні процеси умовний, він не має теоретичного обґрунтування.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Варій М. Й. Загальна психологія: Навчальний посібник (2-ге видан., випр. і доп) / М. Й. Варій. – К.: «Центр учбової літератури», 2007. – 968 с.
2. Відчуття та сприйняття у психології / електронний ресурс <http://referatu.net.ua/referats/23/41535>. – Назва з екрану.
3. Википедия / электронный ресурс <http://ru.wikipedia.org/wiki/>. – Название с экрана.
4. Гиппенрейтер Ю. Б. Введение в общую психологию: Курс лекций / Ю. Б. Гиппенрейтер. — М.: Изд-во МГУ, 1988. — 340 с.
5. Дружинина В. Н. Психология [учебник для гуманитарных вузов] / В. Н. Дружинина. – СПб: «Учебник нового века», 2001. – 656 с.
6. Конуп О. Ф. Тренування уваги, пам'яті, логічного оперативного мислення, інтуїції [Тренінговий комплекс] / О. Ф. Конуп. – Одеса: ОЮІ ХНУВС, 2009. – 101 с.
7. Маклаков А. Г. Общая психология / А. Г. Маклаков. – СПб.: Питер, 2008. – 583 с.
8. Максименко С. Д. Психологія у соціальній та педагогічній практиці / Максименко С. Д. – К., 1998. – 536 с.
9. Методичні вказівки з самостійної підготовки до практичних занять з медичної психології [Г. Т. Сонник, О. О. Зайцев, А. М. Скрипников та ін]. – Полтава, 2001. – 254 с.
10. Полушария большого мозга. Функции полушарий, признаки нарушений высших психических функций / электронный ресурс <http://coma.su/content/view/20/30/>. – Название с экрана.
11. Психологический практикум / электронный ресурс <http://www.dedeve.narod.ru/praktikum/index.htm> – Назва з екрану.
12. Пізнавальний процес – психічний процес, за допомогою якого людина пізнає світ / електронний ресурс <http://posibnyky.vntu.edu.ua/psihologiya/r222.htm> – Название с экрана.
13. Пізнавальні процеси психіки особистості / електронний ресурс <http://posibnyky.vntu.edu.ua/psihologiya/r222.htm> – Назва з екрану.
14. Рубинштейн С. Л. Основы общей психологи / С. Л. Рубинштейн – М.: Педагогика, 1989. – 278 с.

15. Сергєєнкова О.П. Загальна психологія: навч. посіб / Сергєєнкова О.П., Столярчук О.А., Коханова О.П., Пасєка О.В. – К.: ТОВ «Центр учбової літератури». – 2012. – 296 с. Сергєєнкова О.П. Загальна психологія - Бібліотека українських підручників

16. Скрипченко О. Загальна психологія: навч. посібник / О. Скрипченко, Л. Долинська, З. Городнійчук та ін. – К.: А.П.Н., 2001. – 464 с.

17. Скрипченко О. В. Довідник з педагогіки і психології [навч. посібник для викладачів, аспірантів та студентів] / О. В. Скрипченко, Т. М. Лисянська, Л. О. Скрипченко. – К., 2000. – 465 с.

18. Google: поиск картинок / электронный ресурс <http://www.google.com.ua/search> – Название с экрана.

ПИТАННЯ ДЛЯ САМОПЕРЕВІРКИ ТА КОНТРОЛЮ ЗАСВОЄННЯ ЗНАНЬ

1. Які психічні пізнавальні процеси ви знаєте?
2. Що таке відчуття?
3. Назвіть класифікацію відчуття.
4. Які відмінності є між відчуттям і сприйняттям?
5. Які види сприйняття та відчуття ви знаєте?
6. Назвіть форми порушення відчуття та сприйняття.
7. Що таке увага?
8. Які види уваги ви знаєте?
9. Які форми порушення уваги ви знаєте?
10. Назвіть поняття пам'яті.
11. Які види пам'яті ви знаєте?
12. Що таке мислення?
13. Які форми та види мислення ви знаєте?
14. Охарактеризуйте мовлення.
15. Охарактеризуйте уяву.

КОНТРОЛЬНІ ТЕСТИ

1. Чутливість це...:

А. Стійкі утворення, що забезпечують певний якісно-кількісний рівень діяльності й поведінки, типовий для даної людини.

Б. Здатність відчувати вплив на рецепторний апарат різних екзо- і ендогенних факторів.

В. Відносини між суб'єктами соціальної взаємодії, які характеризуються їх протидією на основі протилежно спрямованих мотивів або суджень.

2. До загальних властивостей відчуттів відноситься:

А. Пороги; адаптація; взаємодія і сенсibilізація; контраст; синестезія.

Б. Пізнається здатність особистості приймати роль іншої людини, уявляти, як її сприймають партнери по спілкуванню і відповідно конструювати власні дії.

В. Здатність людини відображати світ і себе зі знанням, підкоряти свою поведінку людським поняттям і законам.

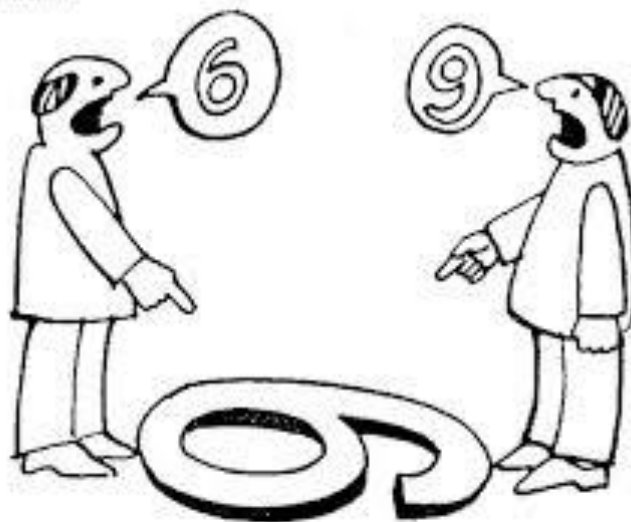
ТЕМИ РЕФЕРАТІВ

1. Відчуття та сприймання як процеси безпосереднього чуттєвого відображення.
2. Класичні та сучасні теорії уваги.
3. Основні психотехнічні прийоми керування увагою та її урахування правником.
4. Психологічні фактори, які впливають на відволікання уваги.
5. Психологічні закономірності пам'яті.
6. Експериментальні методи дослідження пам'яті.
7. Основні фактори, які впливають на продуктивність пам'яті та їх розвиток у майбутнього правника.
8. Психологічна характеристика мислення.
9. Роль уявлення в діяльності правника.

СПИСОК РЕКОМЕНДОВАНОЇ ЛІТЕРАТУРИ

1. Дружинина В. Н. Психология [учебник для гуманитарных вузов] / В. Н. Дружинина. – СПб: «Учебник нового века», 2001. – 656 с.
2. Костюк Г. С. Психология / Г. С. Костюк. — К.: Рад. шк., 1968. – 345 с.
3. М'ясоїд П. А. Загальна психологія / П. А. М'ясоїд. – К.: Вища школа, 1998. – 289.
4. Петровский А. В. Хрестоматия по психологии / А. В. Петровский. – М., 1977. – С. 53-74, С. 113-121, С. 134-137.
5. Срипченко О. Загальна психологія: навч. посібник / О. Срипченко, Л. Долинська, З. Городнійчук та ін. – К.: А.П.Н., 2001. – 464 с.
6. Рубинштейн С. Л. Основы общей психологии / С. Л. Рубинштейн – М.: Педагогика, 1989. – 278 с.
7. Полушария большого мозга. Функции полушарий, признаки нарушений высших психических функций / электронный ресурс <http://coma.su/content/view/20/30/>. – Название с экрана.

Psychology
an interdisciplinary



ГЛАВА 2.2.

ЕМОЦІЙНІ ПСИХІЧНІ ПРОЦЕСИ

Емоції дозволяють оцінювати вплив на організм різноманітних, особливо пошкоджуючих чинників, виконуючи майже миттєву інтеграцію всіх функцій організму, внаслідок чого визначається корисність чи шкідливість діючого чинника. Виникненню будь-якої потреби завжди передує емоція незадоволення, що посилюється при кожній невдалій спробі задоволення потреби, якщо результат вчинку не досягнув поставленої мети.

Біологічне значення негативних емоцій у цьому випадку полягає у тому, що вони спонукають організм до подолання перешкод, які заважають задоволенню потреб. Задоволення потреб спричиняє виникнення позитивної емоції (задоволення, радості та ін.). Позитивні емоції виконують функцію «нагороди» за успіхи у діяльності, спрямованої на задоволення наявних проблем людини, а також дозволяють організму швидко оцінити задоволення потреб. Вони пов'язані із механізмами сенсорного насичення, широко наведеними у процесах задоволення статевих, харчових та інших потреб.

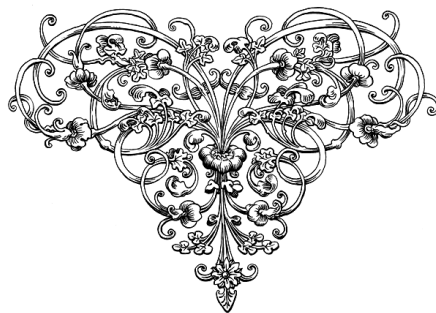
Вищі емоції (почуття) виникають при задоволенні або незадоволенні духовних потреб і мають яскраво виражений суспільний характер, що свідчить про відношення людини як суспільної істоти до різних сторін і явищ життя.

Мета даної глави: ознайомити курсантів та студентів із структурою емоцій у нормі, видами почуттів.

Мета вивчення глави:

1. **Освітня** – сформувати у курсантів та студентів знання основних характеристик емоцій та почуттів.
2. **Практична** – сприяти розвитку умінь переборювати власні негативні емоції.
3. **Розвивальна** – розвивати уміння розрізняти емоції та почуття співрозмовника.
4. **Виховна** – розкрити шляхи для самовдосконалення щодо вмінь контролювати власні негативні емоції та почуття.

Ключові поняття глави: емоції: протопатичні, епікритичні, реактивні, негативні, нейтральні, стенічні, астенічні, патологія емоцій, афект: фізіологічний, патологічний, простий та аномальний, почуття, класифікація почуттів.



2.2.1. ЕМОЦІЇ

До емоційних процесів людини належать емоційні переживання у формі емоцій та почуттів.

Емоції

виникають внаслідок впливу зовнішніх чи внутрішніх подразників і виявляються у формі безпосередніх переживань (задоволення чи незадоволення, радість, страх, гнів тощо) [3].

Емоції людини соціально детерміновані. На них, як і на поведінку людини, впливають норми моралі і права певної суспільно-економічної формації. Тому вищі форми емоцій виникають на підставі *соціальних* (моральних) та *духовних* (естетичних, інтелектуальних) потреб.

Емоції виникають за рахунок первинної активації емоційних структур мозку. Збудження одних структур викликає появу позитивних емоцій, які організм намагається посилити, продовжити, повторити. Активація інших структур супроводжується негативними емоціями, які організм намагається ліквідувати чи ослабити [4].

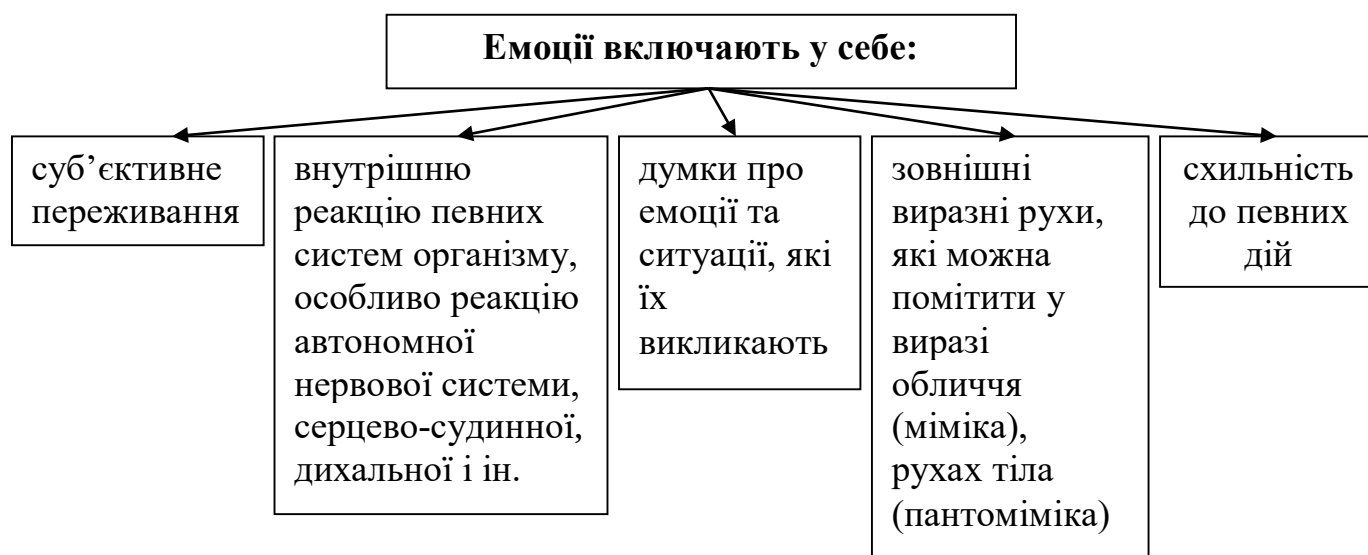
Сильні емоції пов'язані із зміною кровообігу: у стані страху, гніву людина блідне, тому що кров відтікає від зовнішніх покривів шкіри. Від сорому чи збентеження людина червоніє: кров приливає до обличчя. Страх посилює потовиділення, серце починає посилено битися, чи, навпаки, «завмирає». При гніві і радості збільшується частота дихання. Емоції проявляються і у виражених рухах: міміці (виражені рухи обличчя) і пантоміміці (виражені рухи усього тіла – поза, жести), а також у так званій вокальній (голосовій) міміці (інтонація, виражені паузи, підвищення чи зниження голосу, смислові наголоси). Для вираження найбільш складних і глибоких емоцій людство створило мистецтво: музику, живопис, скульптуру, поезію. Твори мистецтва, відображаючи великі почуття художників, письменників, композиторів, завжди бентежать, викликають у людей відповідні емоційні реакції [4].

Емоції, як складний процес, здійснюються фізіологічно діяльністю корково-підкіркових структур головного мозку. У процесі інтеграції емоцій першорядна роль належить гіпоталамусу – своєрідному диспетчерському пункту. Збудженням гіпоталамуса та центрів симпатичної і парасимпатичної нервової системи, які містяться у ній, пояснюється і сам факт появи емоцій, і їхні якісні особливості. Ось чому, всяка емоційна реакція супроводжується вираженими змінами пульсу, артеріального тиску, частоти дихання, кровопостачанням органів, біохімічними показниками та іншим, що може відігравати роль об'єктивних ознак емоцій.

Емоції, пов'язані із потребами людини [5]	співвідношення емоцій і потреб найбільш виразно представлене в інформаційній теорії емоцій П. В. Симонова (1926 – 2002 рр.). Відповідно до цієї теорії, емоції розглядаються як похідні від якості та інтенсивності актуальних потреб і ймовірних характеристик середовища. Ця залежність виражається наступною формулою: $E = P(I_c - I_n)$,
де E – емоція, її сила і знак; P – величина актуальної потреби; I_c – інформація, наявна в даний момент часу; I_n – інформація, необхідна для задоволення існуючої потреби.	
Таким чином, якщо $P = 0$, тобто потреба відсутня, то емоції не виникають; у разі, якщо $I_c = I_n$, людина володіє всією необхідною для задоволення потреби інформацією, емоції також не виникають (людина просто задовольняє наявну потребу). Емоція сягає максимальних значень за відсутності інформації, при цьому вона має негативний знак (всім знайомий стан страху, тривоги перед невідомістю або стан незадоволення, у разі неможливості задоволення харчової потреби). При надлишкові інформації, коли $I_c > I_n$, виникають позитивні емоції або заспокоєння, розслаблення. Таким чином, людина постійно порівнює інформацію про те, що потрібно для задоволення потреби, із тим, чим вона володіє, і залежно від цього, відчуває різні емоції, які здійснюють регуляцію поведінки.	

ВЛАСТИВОСТІ ЕМОЦІЙ [5]:	
суб'єктивний характер	одна і та ж подія у різних людей викликає різні емоції;
полярність	емоції мають позитивний і негативний знак: задоволення – незадоволення, смуток – веселощі та ін.);
фазність характеру емоцій в їх динаміці із кількісною стороною	у межах одного і того ж емоційного стану (однієї модальності) чітко виявляються коливання його інтенсивності за типом напруги – розрядки і збудження – заспокоєння.

КОМПОНЕНТИ ЕМОЦІЙ [5]:	
фізіологічний	представляє зміни фізіологічних систем, які виникають при емоціях (зміна частоти серцевих скорочень, частоти дихання, зрушення в обмінних процесах, гормональні та ін.);
психологічний	власне переживання (радість, горе, страх та ін.);
поведінковий	експресія (міміка, жести) і різні дії (втеча, боротьба та ін.);
Перші два компоненти емоцій – це внутрішні їх прояви, які «замикаються» всередині організму. Вихід назовні і розрядка надмірної емоційної енергії здійснюється завдяки третьому компоненту – поведінці.	



КЛАСИФІКАЦІЯ ЕМОЦІЙ [4, 6, 7]:	
I. За філогенетичним розвитком (чи за складністю):	
Протопатичні	або нижчі емоції – підкоркові, таламічні, філогенетично більш стародавні, елементарні (задоволення почуття голоду, спраги, статевих відчуттів). Пов'язані із інстинктами, первісними потягами та їх задоволенням.
Епікритичні	чи вищі емоції («почуття») – є корковими, притаманними лише людям, філогенетично більш молодими: виникають протягом соціального життя, суспільних відносин, трудової діяльності. До них відносяться інтелектуальні (цікавості, відчуття нового тощо), моралі (патріотизм, відчуття обов'язку, совість), естетичні (відчуття прекрасного).
Зазвичай, у людини вищі емоції переважають над нижчими і мають вирішальну роль у житті.	
II. За суб'єктивним тоном (які сприймаються як суб'єктивно приємні, неприємні чи нейтральні):	
Позитивні 	задоволення, радість, впевненість, захоплення, гордість, довіра, симпатія, повага, вдячність, ніжність, зворушення, зловтіха, безпеки.
Негативні 	незадоволення, горе, туга, печаль, відчай, смуток, тривога, страх, жалість, переляк, образа, прикрість, гнів, обурення, ненависть, неприязнь, заздрість, злоба, злість, нудьга, ревності, жаж, невпевненість, недовіра, розгубленість, ярість, відраза, зневага, розчарованість, сором і небажання каяття, нетерплячість, гіркота.
Нейтральні	цікавість, здивування, подив, байдужість.
Особиста і суспільна оцінка як позитивних, так і негативних емоцій не завжди співпадають. Такі емоції як докора, сум, сором сприймаються людиною як	

неприємні, іноді навіть тяжкі стани, але із суспільної точки зору - вони корисні, необхідні і, отже, позитивні, оскільки сприяють моральному зростанню особистості. Так само і емоції ненависті, гніву, відрази отримують позитивну оцінку, якщо спрямовані на антисуспільні явища.

III. За впливом на тонус організму і життєдіяльність:

Стенічні від грець. «stenos» – сила	підвищують тонус організму.
Астенічні «astenos» – слабкість	знижують тонус організму.

Деякі емоції можуть виявитися як у стенічній, так і в астенічній формі, в залежності від типу нервової системи і вольових якостей людини. Наприклад, горе може викликати безпорадний, пригнічений стан, людина ніби ціпеніє, а у іншої людини – горе може виявитися у бурхливій реакції. Страх може паралізувати одну людину, послабити її духовні сили, а у іншої – мобілізує фізичні і розумові сили, робить її кмітливою і винахідливою, її дії робить швидкими і точними. Бурхлива радість – емоція стенічна, оскільки вона викликає у людей приплив сил і потяг до діяльності. Радість тиха і спокійна зазвичай розслаблює.

IV. За механізмами виникнення:

Реактивні	виникають як реакція на зовнішній стимул. Наприклад, почуття радості – як реакція на приємну звістку, почуття туги чи відчаю – при звістці про трагічну для людини подію.
Вітальні	пов'язані зі зміною біотонусу організму, функціонування систем, які беруть участь у реалізації емоційних реакцій.

Емоції можуть виникати як на основі внутрішніх потреб (ендогенний шлях), так і внаслідок зовнішніх подразників чи пізнання суб'єктом певних подразнень зовнішнього середовища (екзогенний шлях), тобто на основі механізмів пам'яті.

V. За своєю природою

Базові	вони є вродженими і становлять основу для формування складніших емоційних процесів, станів та емоційно-особистісних якостей. До них належать: <i>радість, горе, страх, гнів, подив, відраза</i> . Певною мірою базові емоції притаманні вищим тваринам.
---------------	---

Базова емоція є рефлекторною психовегетативною реакцією, пов'язаною з проявами суб'єктивного ставлення (переживання) до ситуації, її результату (події) і доцільної поведінки в конкретних обставинах. *Для первинних емоцій характерні:*

- 1) чітко виражена інтенсивність (сильно виявлене переживання людиною радості, горя, страху тощо);
- 2) обмежена тривалість, зумовлена часом безпосередньої дії причини або згадування про неї;
- 3) усвідомлення причини появи емоції;
- 4) зв'язок із конкретним об'єктом, обставиною (прослуховування конкретного музичного твору, читання конкретної книги, зустріч із людиною, придбання конкретної речі);
- 5) полярність (протилежні за якістю переживань емоції утворюють пари: радість і сум, гнів і страх, насолода і відраза).

Вторинні	засновані вони на складніших процесах, супроводжуються значними фізіологічними змінами і в різних комбінаціях поєднують базові.
Серед вторинних емоцій виокремлюють: 1) <i>альтруїстичні</i> - виникають на основі потреби у сприянні, допомозі, заступництві за інших людей; 2) <i>комунікативні</i> – їх джерело потреба у спілкуванні. Однак не кожна емоція, яка виникає при спілкуванні, є комунікативною; 3) <i>глоричні</i> (лат. gloria - слава) – пов'язані з потребою в самоствердженні, славі, прагненням здобути визнання, пошану. Породжують їх реальне або уявлюване «пожинання лаврів», коли людина стає предметом загальної уваги і милування. В іншому разі, в неї виникають негативні емоції. Проявляються в почуттях ураженого самолюбства, гордості і переваги, бажанні взяти реванш, задоволенні тим, що людина ніби виросла у власних очах; 4) <i>практичні</i> – їх передумова – це зв'язок з успішністю або неуспішністю діяльності, бажанням домогтися успіху в роботі, наявністю труднощів. Виражаються в почуттях напруги, захоплення роботою, милуванні результатами своєї праці, приємній утомі, задоволенні, що день минув не даремно; 5) <i>пугнічні</i> (лат. pugna - боротьба) – у їх основі лежить потреба подолання небезпек, яка «заряджає» на боротьбу. Спонукають до цього бажання гострих відчуттів, захоплення небезпекою, ризиком, спортивний азарт, «спортивна злість», межева мобілізація можливостей; 6) <i>романтичні</i> – пов'язані із прагненням до всього незвичайного, таємничого, незвіданого; їх ознаки - очікування «світлого дива», почуття щасливої долі, особливої значущості; 7) <i>інтелектуальні</i> – їх зумовлює не просто потреба в новій інформації, а прагнення впорядкувати її, досягти «пізнавальної гармонії». А. Ейнштейн називав це «втечею від здивування» («когнітивною гармонією»); 8) <i>естетичні</i> – відображають потребу людини в гармонії, прекрасному. Автономно вони не виникають, оскільки в них переплітаються різні емоції; 9) <i>гедоністичні</i> (грец. hodonē - насолода) – пов'язані із задоволенням потреби в тілесному і душевному комфорті; 10) <i>акізитивні</i> (франц. acquisition - придбання) – найчастіше переживають їх люди з вираженим інтересом до нагромадження, колекціонування, придбання речей.	
VI. За джерелом походження емоцій, це ті, які (за В. О. Леонтьєвим): ➤ пов'язані із задоволенням – незадоволенням особистих потреб людини; ➤ виникають у результаті порівняння деякого об'єкта, самого себе або своїх дій зі своїми ж нормами, стандартами, правилами, переконаннями; ➤ виникають у результаті порівняння об'єкта із громадськими правилами і нормами; ➤ виникають у зв'язку із чужими потребами; ➤ виникають на основі взаємних відносин із іншими людьми; ➤ виникають на основі презирства.	

В. В. Бойко виділяє стійкі <i>індивідуальні стереотипи емоційної поведінки</i> [5]:	
Ейфорична активність зовні	характеризується тим, що емоційна енергетика перетворюється у позитивні психічні стани і вчинки, спрямовані на справу, на оточуючих. Ейфорична активність зовні проявляється у творчій конструктивній активності, партнерстві, дружній взаємодії, відкритості позитивних емоцій, умінні радіти, веселитися.
Рефрактерна активність всередину	енергетичний потенціал звертається до самого індивіда і блокує чи гальмує його поведінку або деякі психічні прояви. Рефрактерна активність всередину проявляється у прагненні до розміреного способу життя, вибіркості контактів, застряганні на афективних станах, підозрілості, недовірливості, небажанні показати свої переживання.
Дисфорічна активність зовні, енергетика зовнішніх впливів	виливається у негативні поведінкові акти і психічні стани, спрямовані на довкілля, на інших людей. Дисфорічна активність зовні характеризується проявом негативних і деструктивних почуттів (злості, ненависті, ворожості) у відносинах із оточуючими. Залежно від обставин і оцінки ситуації, у людини може спрацювати одна із трьох форм перетворення емоційної енергії, у той же час у кожного є домінуючий стереотип.

ЕТАПИ ЕМОЦІЙНОГО ПРОЦЕСУ [5]:

Емоційне збудження, що визначає мобілізаційні зрушення в організмі, зростає швидкість і інтенсивність протікання психічних, моторних, вегетативних процесів. В окремих випадках збудливість може, навпаки, зменшитися.



Емоційне оцінювання – позитивна емоція виникає тоді, коли подія оцінюється як позитивна, негативна – коли вона оцінюється як погана. Позитивна емоція спонукає до дій підтримки позитивної події, негативна – спонукає до дій, які спрямовані на самоусунення.

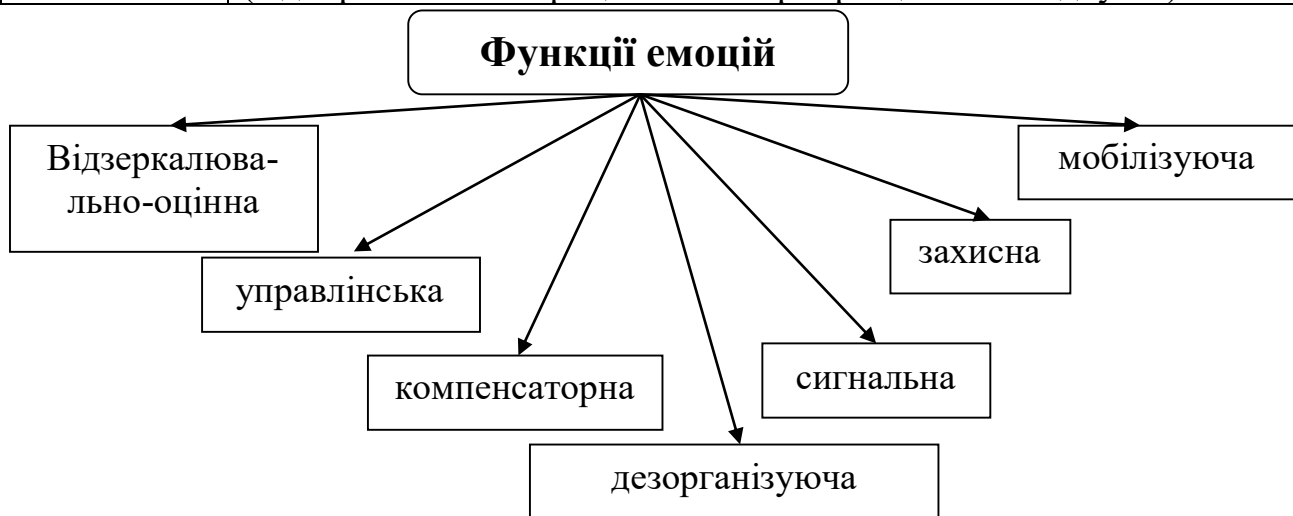


Емоційно-вольова саморегуляція – від повної мобілізації та контролю власних емоцій, до повної дезорієнтації та безконтрольності.

Емоції супроводжують відчуття і сприймання у вигляді [5]:

Емоційного тону відчуття	нижчий рівень вродженого (безумовно-рефлекторного) емоційного реагування, що забезпечує оцінювання біологічних подразників, які впливають на організм людини через виникнення задоволення або незадоволення. Він є наслідком уже наявного фізіологічного процесу (відчуття). Для нього характерне реагування на властивості об'єктів, процесів чи явищ: приємний або неприємний запах
---------------------------------	---

	хімічних речовин, смак продуктів; приємний чи неприємний звук, поєднання кольорів, що дратує чи милує око. Для виникнення емоційного тону відчуттів необхідний фізичний контакт із подразником.
Емоційного тону вражень	естетичне задоволення або незадоволення, насолода або відраза, які супроводжують враження людини від предметів, явищ чи ситуацій, інтелектуальної діяльності, спілкування. Розумову насолоду, задоволення Платон зараховував до вищих задовolenь, бо вони не мають нічого спільного з нижчими задовolenнями і стражданнями. Емоційний тон вражень не зводиться до конкретної емоції. Емоційний тон вражень супроводжується емоційним тоном відчуттів і відповідними фізіологічними змінами в організмі людини (відображають інтероцептивні і пропріоцептивні відчуття).



ФУНКЦІЇ ЕМОЦІЙ [3]:	
Відзеркалювально-оцінна	це означає, що на одну й ту ж подію різні люди можуть абсолютно по-різному емоційно реагувати. Наприклад, у вболівальників програш їх улюбленої команди викличе розчарування, прикрість, а у вболівальників же команди суперника – радість. А певний витвір мистецтва може викликати у різних людей прямо протилежні емоції. Емоції допомагають оцінювати не лише минулі або такі, що відбуваються зараз дії і події, але і майбутні, включаючись у процес імовірного прогнозування (передчуття задоволення, коли людина йде у театр, або очікування неприємних переживань після іспиту, коли студент не встиг до нього як слід підготуватися).
Управлінська	емоції важливі для управління поведінкою людини, будучи одним із психофізіологічних механізмів цього управління. Адже виникнення того або іншого ставлення об'єкта впливає на мотивацію, на процес ухвалення рішення про дію або вчинок, а супроводжуючі емоції, фізіологічні зміни впливають на якість діяльності, працездатність людини.
Захисна	попереджає людину про реальну або уявну небезпеку, сприяючи тим самим кращому продумуванню ситуації, що

	виникла, ретельнішому визначенню вірогідності досягнення успіху або невдачі.
Мобілізуюча	сприяє мобілізації сил організму.
Компенсаторна	полягає у відшкодуванні інформації, якої бракує для ухвалення рішення або винесення судження про що-небудь.
Сигнальна	пов'язана із дією людини або тварини на інший живий об'єкт. Емоція, як правило, має зовнішнє вираження (експресію), за допомогою якого людина або тварина повідомляє іншим про свій стан.
Дезорганізуюча	коли негативні емоції заважають досягненню мети.

Емоції представлені в психіці людини у вигляді таких феноменів [5, 7]:	
1. Емоційні реакції	
являють собою короточасні реакції на певний об'єкт, ситуацію або подію. Вони базуються на первинних потребах, як правило, пов'язані із діючими обставинами, вони короточасні і адекватні ситуації, наприклад, реакція переляку на крик.	
2. Емоційні стани (детальніше у підрозділі 3.1)	
більш тривалі і стійкі, ніж емоційні реакції. Вони узгоджують потреби й цілеспрямованість людини з її можливостями і ресурсами у кожному конкретний момент часу. Для емоційних станів характерна зміна нервово-психічного тону.	
3. Емоційні властивості	
найбільш стійкі характеристики людини, що визначають індивідуальні особливості емоційного реагування, типові для конкретної людини. До них відносяться: емоційна збудливість, емоційна лабільність, емоційна в'язкість, емоційна чуйність і емпатія, емоційне огрубіння, алекситимія.	
Емоційна лабільність	мінливість емоцій, за різними, часто самими незначними причинами. Емоції коливаються у дуже широкому діапазоні від сентиментальності і розчулення до сльозливості і легкодухості.
Емоційна монотонність	характеризується одноманітністю, нерухомістю емоційних реакцій, відсутністю емоційного відгуку на події.
Емоційна в'язкість	супроводжується фіксацією афекту й уваги на якихось значущих об'єктах. (Замість того, щоб відреагувати, особистість зосереджується на образах, невдачах, хвилюючих темах).
Емоційна ригідність	негнучкість, жорсткість і обмежений діапазон емоційного реагування.
Емоційне огрубіння	нездатність визначати доречність і дозувати емоційні реакції. Виявляється у тому, що особистість втрачає стриманість, делікатність, такт, стає настирливою, розгальмованою, хвалькуватою.
Алекситимія	знижена здатність або важкість у вербалізації емоційних станів. Вона характеризується труднощами у визначенні та описі власних емоційних станів, переживань; ускладненнями у проведенні відмінностей між почуттями і тілесними відчуттями; зниженням

	здатності до символізації; фокусуванні особистості у більшій мірі на зовнішніх подіях, ніж на внутрішніх переживаннях.
Емоційна чуйність і емпатія	проявляється в тому, що людина легко, гнучко і швидко емоційно реагує на дії зовнішнього середовища. Коли об'єктом емоційної чуйності стають люди, у особи проявляється особлива властивість - емпатія. Під емпатією розуміють здатність входити в стан іншої людини, співпереживати, співчувати їй. Основу емпатії становить емоційна чуйність, сенситивність, чутливість, а також інтуїція, увага та спостережливість. Емпатичні здібності складають основу професійно-важливих якостей у соціальних професіях, тобто скрізь, де є спілкування, розуміння, взаємодія.
4. Почуття	
це специфічні людські узагальнені переживання у формі ставлення до когось або чогось, які детермінуються потребами (детальніше у п.2.2.2).	

ТИПИ ПОРУШЕНЬ ЕМОЦІЙ [7]:	
1. Розлади емоційних станів і властивостей:	
1.1. <i>Порушення вираженості (сили) емоцій:</i>	
➤ <i>Сензитивність</i> (емоційна гіперестезія) – підвищена емоційна чутливість, вразливість. Може бути вродженою особистісною властивістю, особливо вираженою при психопатіях. ➤ <i>Емоційна холодність</i> – нівелювання вираженості емоцій у вигляді рівного, холодного ставлення до всіх подій, незалежно від їх емоційної значущості. Виявляється у психопатів та при шизофренії. ➤ <i>Емоційна тупість</i> – слабкість, збіднення емоційних проявів і контактів, збідніння емоцій, що доходить до байдужості. Зустрічається у рамках шизофренічного дефекту. ➤ <i>Апатія</i> – байдужість, повна відсутність емоцій, при якій не виникають бажання і спонукання. Найчастіше спостерігається чуттєве притуплення, при якому емоції стають тьманими, бідними. Переважною емоцією хворих є байдужість. Зустрічається при шизофренії (дефект) і грубих органічних ураженнях головного мозку, а так само може бути провідним проявом депресивного синдрому. Апатія, як прояв депресії, частіше характеризується емоцією байдужості зі звуженням кола інтересів, або їх повним зникненням, зменшенням або втратою бажань, спонукань і потреб, хворі говорять про нудьгу, лінь, безвольність, душевну млявість, болісну безініціативність.	
1.2. <i>Порушення адекватності емоцій:</i>	
➤ <i>Емоційна амбівалентність</i> – одночасне співіснування антогоністичних емоцій, що обумовлюють непослідовність мислення і неадекватність поведінки. Симптом, що зустрічається при шизофренії. ➤ <i>Емоційна неадекватність</i> – виникнення емоції, яка не відповідає якісно та змістовно її подразнику, парадоксальність емоцій (пацієнт із сумним обличчям розповідає про приємні враження). Так само зустрічається при шизофренії.	
1.3. <i>Порушення стійкості емоцій:</i>	

➤ *Емоційна лабільність* – патологічно нестійкі емоції, які легко змінюються на протилежні у зв'язку зі зміною ситуації. Вона характерна для астенічного синдрому, крім того, може зустрічатися в рамках емоційно-вольових розладів при патології особистості.

➤ *Експлозивність* – підвищена емоційна збудливість, при якій легко виникає переживання досади, гніву, аж до люті, з агресивними вчинками. Може виникнути з незначного приводу. Експлозивність характерна для емоційно-вольових розладів при патології особистості, органічних (травматичних) ураженнях головного мозку.

➤ *Легкодушність* – стан легкої зміни емоцій від незначного приводу (від сльозливості до сентиментальності з розчуленням). Може супроводжуватися примхливістю, дратівливістю, стомлюваністю. Спостерігається при судинному ураженні головного мозку, при соматогеній астенії.

2. Порушення емоційних реакцій

Афект



(від лат. affectus – душевне хвилювання, пристрасть) – це надмірне нервово-психічне перезбудження, що несподівано виникає у гострій конфліктній ситуації, проявляється у тимчасовій дезорганізації свідомості (її звуженні) і крайньої активізації імпульсивних реакцій [1].

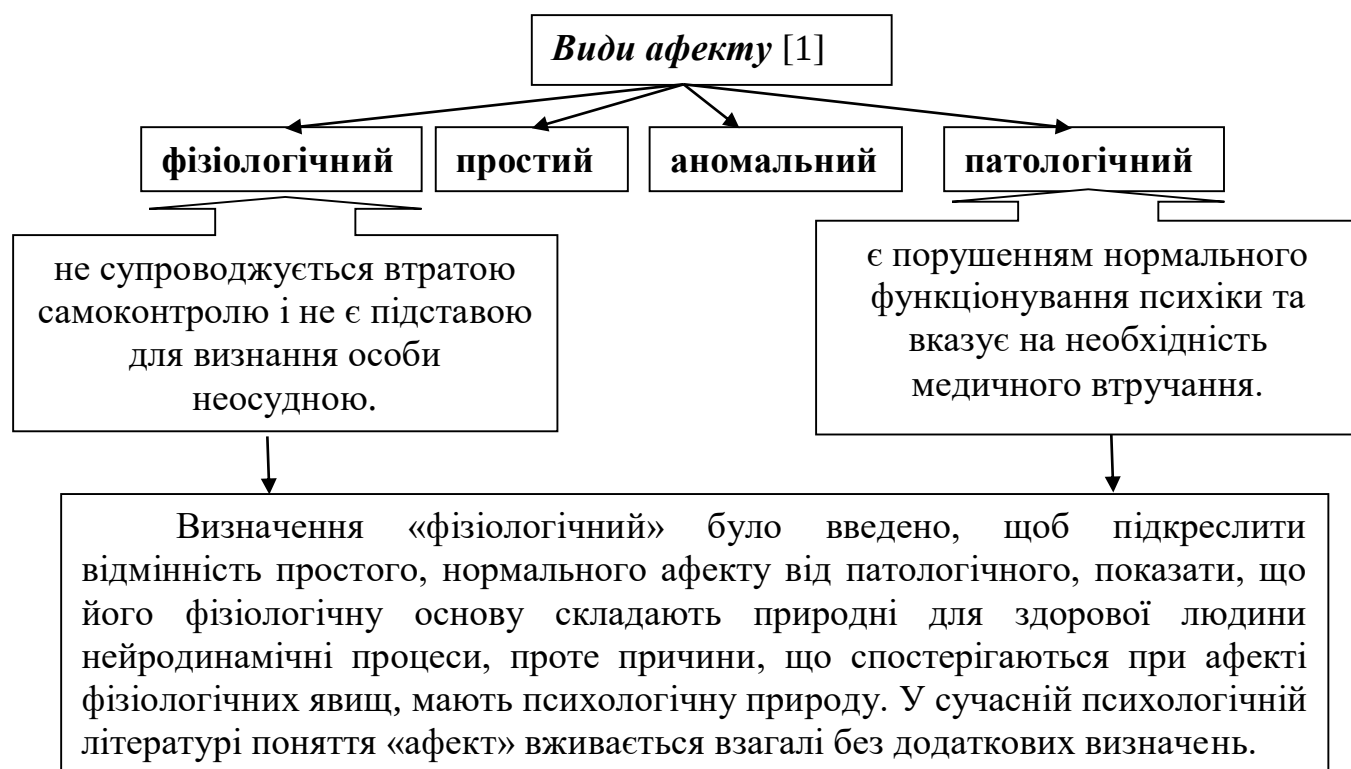
Стан афекту характеризується значним порушенням свідомої регуляції дій людини. Поведінка людини при афекті регулюється не заздалегідь обдуманною метою, а тим почуттям, яке повністю охоплює особу і викликає імпульсивні, підсвідомі дії.

У стані афекту порушується найважливіший механізм діяльності – вибірковість у виборі поведінкового акту, різко змінюється звична поведінка людини, деформуються її установки, життєві позиції, порушується здатність до встановлення взаємозв'язків між явищами, у свідомості починає домінувати яке-небудь одне, часто спотворене, уявлення [3].

Фізіологія афекту

Початок перебігу афекту супроводжується змінами з боку вегетативних реакцій (зміна пульсу і дихання, спазм периферичних кровоносних судин, прояв поту та інші), різко вираженими змінами у довільно-руховій сфері (гальмування, збудження або перезбудження, порушення координації рухів). На цьому ефекті ґрунтується принцип роботи детектора брехні, що реєструє велику кількість фізіологічних показників організму. Сильний афект зазвичай порушує нормальний перебіг вищих психічних процесів – сприйняття і мислення, іноді викликає звуження свідомості або її затьмарення.

ГОЛОВНІ ХАРАКТЕРИСТИКИ АФЕКТІВ [1]:	
інтенсивність (сила)	від найбільш слабких і контрольованих свідомо до патологічних, які повністю виключають можливість свідомого контролю;
валентність	афекти бувають позитивними чи негативними. З причини своєї біологічної функції (швидка організація поведінки суб'єкта) афекти не бувають амбівалентними;
стенічність	у залежності від впливу на <i>активність</i> , афекти поділяються на:
стенічні – спонукають до активної діяльності, мобілізують сили людини (гнів, лють);	астенічні – розслаблюють або паралізують сили (безсилля, жах та ін.);
зміст	афекти навіть однієї валентності можуть відрізнятися за змістом. Наприклад: гнів, захват, переляк та ін.;
афективні сліди	пережитий стан афекту залишає сильні стійкі «афективні сліди» у довготривалій пам'яті та визначає вибірковість наступної поведінки по відношенню до ситуацій та їх елементів, які раніше викликали афект. Комплекси таких слідів («афективні комплекси») справляють істотний вплив на розвиток і функціонування психіки, особистість і її поведінку – навіть відносно далекі за змістом слова-подразники викликають за асоціацією елементи афективних комплексів. Повторення ситуацій, яке викликає той чи інший негативний афективний стан, веде до акумуляції афекту, що може розрядитися в бурхливій, некерованій афективній поведінці («афективний вибух», «кумулятивний афект»).



ВИДИ АФЕКТУ [13]:	
Простий	є короткочасним розладом психічної діяльності непсихотичного рівня, який виникає раптово під впливом зовнішніх факторів, виявляється емоціями гніву, страху, звуженням свідомості, руховим збудженням і діями, спрямованими проти подразника. Основними відмінностями (які, до речі, свідчать про меншу вираженість (глибину)) простого афективного стану є: а) збереженість здатності особи, яка перенесла афективний стан, описати, ідентифікувати емоцію, яку вона зазнала (пережила) на висоті афекту (тобто констатацію у себе на той час емоції гніву, страху, злості, люті тощо); б) відсутність окресленої 3-ї фази афективного стану, тобто відсутність вираженого психофізичного виснаження.
Аномальний	афективний стан, що виникає у особи із наявним непсихотичним психічним розладом. Введення у наукову літературу поняття «аномальний афект» передбачало звуження меж визначення фізіологічного афекту, із виключенням із нього афективних реакцій, що характеризуються зміненими закономірностями розвитку та аномальними механізмами перебігу, у залежності від біологічного та психологічного «ґрунту», на якому виникає афективна реакція.
Фізіологічний	короткочасний хворобливий розлад психічної діяльності непсихотичного рівня, що виникає раптово під впливом зовнішніх факторів, виявляється недиференційованою емоцією, звуженням свідомості, руховим збудженням і діями, спрямованими проти подразника. Характерними ознаками фізіологічного афекту є: надзвичайність реакції особи; фазність перебігу близька до патологічного афекту; раптовість виникнення (несподіваність для суб'єкта), яка має об'єктивні ознаки і відчувається суб'єктивно; звуження свідомості із розладом цілісності сприймання, обмеження здатності керувати своїми діями, їх агресивність; невідповідність характеру і результату цих дій причині, яка їх викликала, тобто їх неадекватність; зв'язок дій і афективних переживань із психотравмуючим фактором; раптовість виходу внаслідок психічного виснаження; часткова амнезія вчиненого.
Патологічний	короткочасний хворобливий розлад психіки (гострий афективний психоз), що виникає раптово під впливом зовнішніх факторів і виявляється у глибокому затьмаренні свідомості, бурхливому руховому збудженні і діях, спрямованих проти

	подразника та має певну фазність перебігу (підготовчу, вибухову та заключну стадії афективного стану). Наявність у особи на період скоєння злочину стану патологічного афекту, тобто гострого психотичного розладу, який віднесено до виключних станів, виключає здатність особи усвідомлювати свої дії та керувати ними.
--	---

Оскільки при афекті спостерігається не тільки порушення в емоційній сфері, а й порушення свідомості і волі особи, які виявляються у втраті здатності правильно сприймати реальну дійсність, об'єктивно оцінювати обставини і контролювати власні дії, можна говорити про афекти не тільки як про психологічну, а й про психічну аномалію. Виходячи з цього, правильніше стан афекту встановлювати в процесі не психологічної, а психолого-психіатричної експертизи [14].

При діагностиці афекту в процесі психолого-психіатричної експертизи дуже важливо не тільки встановлювати початок афекту, його ознаки, а й виділяти його етапи.

У судовій практиці частіше зустрічаються **афекти гніву і страху (підвиди фізіологічного афекту)**. Кожен із них хоча і може бути викликаний однаковими приводами, але виконують у психіці різну роль [8]:

Афект гніву відноситься до захисного рефлексу і носить агресивний характер. Він пов'язаний із неприязним ставленням до об'єкта (найчастіше до людини), який у тій чи іншій формі протистоїть прагненням і смакам особи. Самозахисний характер афекту гніву полягає у тому, що людина відчуває потребу в емоційній розрядці шляхом агресії як засобі встановлення оптимального стану.

Афект страху викликається ситуаціями, які створюють значну загрозу (дійсну або уявну) найбільш важливим благам людини. Він пов'язаний із безумовним оборонним рефлексом. Дії, скоєні у цьому стані, носять суто оборонний характер і спрямовані на усунення безпеки та на захист. Якщо людина злякавшись, перебільшила межі необхідної оборони, то можна говорити про необережний характер дій. Злочини, пов'язані із перевищенням меж необхідної оборони, є умисними.

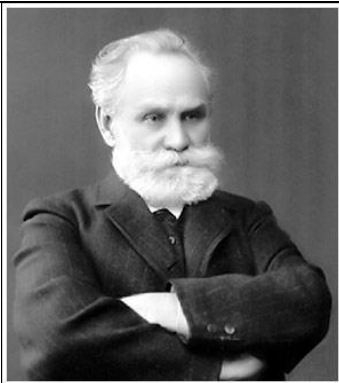
Стан афекту впливає на кваліфікацію злочину і міру покарання, цей стан підлягає доведенню і для його встановлення потрібно проведення судово-психіатричної експертизи.

Під час **фізіологічного афекту** частково зберігається психічний зв'язок між об'єктом і суб'єктом суспільно небезпечних дій. Афект фізіологічний встановлюється судово-психіатричною експертизою і є медичною підставою для визнання особи обмежено осудною. Під **обмеженою осудністю** треба розуміти такий стан психіки, при якому під час вчинення злочину здатність усвідомлювати свої дії – бездіяльність (усвідомлювати фактичну сторону та суспільну небезпечність діяння) та (або) керувати ними була суттєво обмежена внаслідок хронічного або тимчасового хворобливого розладу психічної діяльності, який проявляється переважно розумовою недостатністю, афективними або вольовими розладами.

2.2.2. ПОЧУТТЯ

Почуття

— вираження людиною довготривалого оціночного ставлення



*І. П. Павлов
(1849 – 1936 рр.)*

Фізіологічною основою почуттів є динамічні стереотипи, тобто утворені за життя системи тимчасових нервових зв'язків. «Тут виникають почуття важкості та легкості, бадьорості та стомленості, задоволення і прикрості, радості, торжества й відчаю тощо. Мені здається, що часто такі почуття при зміні звичайного способу життя, при припиненні звичайних занять, при втраті близьких людей... мають своє фізіологічне підґрунтя значною мірою у зміні, порушенні старого динамічного стереотипу й у складності становлення нового» (І. П. Павлов). У виникненні та перебігу почуттів велику роль відіграє друга сигнальна система в її взаємодії із першою.

ФУНКЦІЇ ПОЧУТТІВ [5]:

мотиваційна	почуття мотивують поведінку;
сигнальна	почуття надають інформацію про значимість чогось;
спонукальна	почуття спрямовують до діяльності, дії, вчинків;
оцінна	почуття допомагають визначити значимість всього, що відбувається;
синтезу	почуття відображають різноманітність подразників у вигляді цілих і структурних утворень;
експресивна	почуття забезпечують невербальну комунікацію.

КЛАСИФІКАЦІЯ ПОЧУТТІВ [5, 7, 12].

Почуття класифікують за:

Модальністю:

<i>позитивні</i> (радість, гордість)	<i>негативні</i> (сум, гнів, сором)	<i>нейтральні</i> (байдужість)
---	--	-----------------------------------

Інтенсивністю:

<i>сильні</i>	<i>слабкі</i>	<i>помірні</i>
---------------	---------------	----------------

Тривалістю:

<i>короткотривалі</i>	<i>довготривалі</i>
-----------------------	---------------------

Глибиною:

<i>глибокі</i>	<i>поверхневі</i>
----------------	-------------------

Усвідомленістю:

<i>усвідомлені</i>	<i>неусвідомлені</i>
--------------------	----------------------

Виконуваними функціями:					
мотивувальні	сигнальні	оцінні	спонукальні	синтезу	експресивні
Генетичним походженням:					
ті, які пов'язані із нервовими механізмами органів чуття та задатками					
Складністю:					
прості	складні	амбівалентні (одночасне переживання протилежних емоцій і почуттів (радості і горя, задоволення й відрази))			
Чинниками виникнення:					
об'єктивно обумовлені – належать загальні умови виникнення та існування психічного; їх розкривають характеристики об'єкта, суб'єкта та їх взаємодії.			суб'єктивно обумовлені – відноситься все, що стосується внутрішнього світу суб'єкта відображення: його темперамент, характер, здібності і спрямованість, попередні враження;		
Умовами свого розвитку:					
шляхом навчання		шляхом виховання		шляхом самовиховання	
Об'єктивними переживаннями, які:					
виникають у результаті функціонування наших органів чуття – чуттєві переживання, тобто кольору, звуку, запаху, смаку тощо		становлять явища більш високої категорії – наші ідеї про істину, прекрасне, добро і зло. Відповідно до цього розрізняють дві великі групи почуттів: ➤ сенсорні, тобто почуття, які виникають у результаті сприйняття кольору, запаху і тому подібних об'єктивних змістів і пережиті у зв'язку з ними; ➤ вищі, тобто почуття, які виникають у результаті переживання певної думки, певної естетичної цінності (художнього твору чи принади природи) або якоїсь поведінки (інтелектуальні, естетичні і моральні).			
Впливом на організм:					
стенічні (підвищують активність особистості)			астенічні (знижують активність особистості)		
Формами:					
напоказ		завуальовані		приховані	
Предметним змістом психічних процесів, з якими вони пов'язані:					
пізнавальні		емоційні		мотиваційні	
				вольові	
Потребами:					
такі, що спонукають поведінку			такі, що гальмують поведінку		
Ступенем узагальненості предметного змісту:					
конкретні (наприклад, до дитини, твору)		узагальнені (до дітей, до музики)		абстрактні (почуття справедливості, трагічного і т.д.)	
Силою прагнення до об'єкта:					
пристрасті – сильні, стійкі, тривалі почуття, які породжують неослабну енергію, спрямовану на досягнення єдиної мети або об'єкта (предмета) пристрасті. Предметом пристрасті можуть бути самі різні галузі знання і діяльності людини. Об'єктом пристрасті може бути людина іншої статі, певні речі, які викликають непереборне прагнення до володіння ними.				інтереси – здатність людини швидко загоратися і так само швидко гаснути, тобто коли людина сьогодні пристрасно прагне до одного, а завтра – вже до чогось іншого.	

Рівнями прояву у будові психічного:				
<i>А) нижчі</i> – пов'язані із задоволенням чи незадоволенням фізичних або фізіологічних потреб людини;				
<i>Б) вищі:</i>				
моральні	естетичні	інтелектуальні або пізнавальні	батьківські	духовні

ВИДИ ВИЩИХ ПОЧУТТІВ [3, 8]:	
Моральні	це почуття, в яких виявляється стійке ставлення людини до суспільних подій, людей, самої себе; їх джерелом є спільне життя людей, їхні взаємини, боротьба за досягнення суспільно важливої мети. Коли людина, виходячи із почуття обов'язку, усвідомлює правоту своїх вчинків, вона переживає стан спокійної совісті – велике моральне задоволення і радість, які дають людині силу і впевненість у правоті своїх дій.
Моральні почуття – класифікують за спрямованістю до: а) тварин – почуття прихильності, любові, байдужості, ненависті; б) інших людей – відносяться у першу чергу почуття товариськості, дружби, любові, які відображають різний ступінь спрямованості до певних людей, потреба у спілкуванні із ними. Сюди слід віднести почуття жалості, заздрості, ревності і інші прояви ставлення до людини; в) діяльності – ставлення до своїх обов'язків, почуття обов'язку, совісті; г) соціальних установ; д) держави; е) певного класу; ж) самого себе.	
Духовні	такі, що відбивають духовний світ людини та пов'язані із аналізом, осмисленням і оцінкою того, що відбувається.
Інтелектуальні	становлять собою емоційний відгук, ставлення особистості до пізнавальної діяльності в широкому її розумінні. Вони пов'язані із розумовою, пізнавальною активністю людини, постійно супроводжують її і виражають ставлення людини до своїх думок, процесу і наслідків інтелектуальної діяльності. Рівні розвитку інтелектуальних почуттів: цікавість, допитливість, цілеспрямованість, стійкий інтерес до певної галузі знань, захоплення пізнавальною діяльністю.
Праксичні (від грец. praxis – досвід, практика)	це переживання людиною свого ставлення до діяльності. Вони виникають у практичній діяльності. Людина реагує на різні види діяльності - трудову, навчальну, спортивну. Це виявляється в захопленні, задоволенні діяльністю, у творчому підході, радості від успіхів або незадоволенні, байдужому ставленні до неї.
Естетичні	це почуття краси явищ природи, праці, гармонії барв, звуків, рухів і форм. Їх джерелом є твори мистецтва, музика, живопис, скульптура, художня проза і поезія, а також твори архітектури і досягнення в області технічних споруд. Вищі рівні розвитку естетичного почуття виявляються в почуттях прекрасного, потворного, трагічного, комічного.

2.2.3. ЗАГАЛЬНІ ТА ІНДИВІДУАЛЬНІ ЗАКОНОМІРНОСТІ ЕМОЦІЙ І ПОЧУТТІВ

Загальні та індивідуальні закономірності емоцій і почуттів [4, 11, 15]:

ЕМОЦІЇ	ПОЧУТТЯ
Емоції можуть <i>заміщатися</i> . Так, невдача в одній діяльності може компенсуватися успіхом у іншій діяльності.	Почуття до одного об'єкта, переносяться певною мірою на увесь клас однорідних об'єктів. Таким чином, однією із закономірностей почуттів є їх <i>узагальненість</i> і можливість <i>перенесення</i> .
Одна із закономірностей емоцій – їх <i>перемикання</i> . Емоції, незадоволення відносно одного об'єкта, можуть переноситися на інші об'єкти (усім знайоме явище «відшкодування зла на слабкому»).	<i>Притуплюваність</i> почуттів під впливом тривало діючих подразників. Улюблена пісня набридає, якщо її постійно й усюди чуєш; жарт, повторюваний занадто часто, не викликає сміху. Дії, що викликають нові почуття, зазвичай, віддається перевага над звичними обридлими діями.
У низці випадків, емоції взаємно несумісні – амбівалентні, виникає внутрішньоособистісна конфліктна ситуація. (Так, у батька-алкоголіка любов до сім'ї протиборствує із ненавистю до неї, коли його позбавляють можливості вживати алкоголь.) Конфлікт між протилежними почуттями вичерпується різними способами: витісненням почуттів під яким-небудь «виправдувальним» приводом, спотворенням окремих уявлень.	Різні почуття, що виникають при дії подразників, <i>зіставляються</i> і впливають один на одного, взаємодіють. Почуття досади від неетичного вчинку однієї особи посилюється, якщо воно протиставляється благородному вчинку іншої, у тій же ситуації. Задоволення сильніше відчувається слідом за незадоволенням. Чим важче доля героя роману, тим радісніше сприймається благополучний результат його пригод. Це контраст почуттів.
	Одна із закономірностей почуттів – їх <i>сумація</i> . Почуття, які систематично викликаються тим або іншим об'єктом, накопичуються, підсумовуються. Так, в результаті сумації почуття у нас зміцнюються любов і повага до батьків, друга,

	рідних місць. Накопичення негативних переживань може призвести до афекту, дуже сильної реакції із приводу зовні незначної події. У результаті сумації почуттів підвищується емоційна чутливість до тих або інших подій.
Емоції і почуття мають зовнішнє вираження – <i>експресію</i>. Зовні емоції і почуття виражаються рухами м'язів обличчя (міміка), м'язів тіла (пантоміміка, жести, поза, осанка), змінами тону голосу, темпу мовлення. Уважніше вдивіться в картини Рєпіна, Федотова, Сурикова й інших майстрів живопису. Їх талант дуже вірно зафіксував зовнішнє вираження складних людських почуттів – муки і страждання, жалю і печалі, гумору і веселощів. Печаль або смуток супроводжуються розслабленням скелетних м'язів (зігнута спина, опущені руки, схилена на груди голова), уповільненням і невпевненістю рухів. У міміці ці почуття виражаються зведенням брів, опусканням куточків рота, появою характерних складок на лобі, від носа до куточків рота. Інше вираження емоцій радості: м'язовий тонус підвищений, осанка пряма, плечі розгорнуті, рухи енергійні і точні, брови в спокійному стані. Велика група мімічних м'язів особи створює типові емоційні вирази. При цьому, активність лівої півкулі відбивається на правій частині обличчя, а активність правої півкулі – на його лівій частині. Ліва і права частини обличчя по-різному виражають реакції на емоційні чинники. Робота правої півкулі виражається в емоційній безпосередності лівої половини обличчя. Тут можна побачити «дійсне» відчуття. На правій же половині обличчя емоції виражаються більш проконтрольованим лівою («раціональною») півкулею мозку.	
Навіть просте спостереження показує, що емоції і почуття людини відносно <i>стійкі і мінливі</i>. Навіть протягом одного дня людина може одночасно або послідовно переживати різні емоції і почуття. І це тому, що на неї впливають різні життєві ситуації, кожна з яких чинить свою дію: одні з них викликають радість, інші – занепокоєння, а треті – прикрість. При цьому різні переживання протікають не просто паралельно, а взаємно впливають один на одного, то послабляючи, то посилюючи один одного.	
Взаємодіючи один з одним, емоції можуть «<i>поєднуватись</i>», утворюючи складні почуття. Зовнішня сторона цього явища добре відображена, наприклад, в пісні «День Перемоги», в словах – «радість зі сльозами на очах». Тут мається на увазі складна, єдина емоція, яка синтезує почуття радості, печалі і горя. Буває і так, що при зміні ситуації протилежні емоції і почуття змінюють один одного. Так, Каренін випробовував до Ганни поперемінно то любов, то ревності, то ненависть, то презирство.	

Емоції і почуття – *динамічні* явища, що розвиваються. Від слабого переживання вони зростають до дуже сильного хвилювання, після чого відбувається стримування емоцій до повного їх зникнення, зокрема, в силу адаптації або навпаки настає перехід в афективний стан. Але буває і так, що одна емоція, за законом послідовної індукції, змінюється іншою, наприклад: гнів - соромом, розкаяттям або депресивним станом. Печаль за звичайних умов переходить у відчай або гнів, але при затримці може поступово перетворитися у смуток і розчулення. Як правило, емоція середньої інтенсивності змінюється рівним настроєм того ж знаку. Радість – життєрадісним настроєм, гнів – станом роздратування і т. д.

ВИСНОВКИ ДО ГЛАВИ

Різноманітні реакції організму на ситуацію пов'язані із виникненням емоцій. Існує інстинктивна координація між актом сприймання і реакціями організму.

Негативні емоції можуть викликати різні психічні розлади, заміну складних дій легшими, простішими. Ця дезорганізація зумовлюється активною реакцією суб'єкта відповідно до ситуації. Емоційна реакція може бути адекватною ситуації, але рівень її організації – нижчим, ніж заведено в даній культурі. Організуюче і дезорганізуюче значення емоції не тотожне. Дезорганізація може бути корисною в певній ситуації (заплакати, щоб вплинути на іншу людину; виявити наполегливість у подоланні труднощів).

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Великий тлумачний психологічний словник /Ребер Артур (Penguin). Том 1 (А-О); Пер, з англ. - М.: Вече, ФСЄ, 2000. - 592 с.
2. Википедия / электронный ресурс <http://ru.wikipedia.org/wiki/> - Назва з екрана.
3. Дружинина В. Н. Психология [учебник для гуманитарных вузов] / В. Н. Дружинина. – СПб: «Учебник нового века», 2001. – 656 с.
4. Емоції та почуття в психології / электронный ресурс <http://referatu.com.ua/referats/23/41539>. - Назва з екрана.
5. Емоції, почуття, переживання / электронный ресурс <http://mediclab.com.ua/index.php?newsid=30156>. – Назва з екрана.
6. Еникеев М. И. Общая и социальная психология / М. И. Еникеев. – М.: Норма, 2002. – 624 с.
7. Крылов В. И. Электронный ученик «Психиатрия и наркология» / электронный ресурс <http://www.s-psy.ru/obucenie/kurs-psihiatrii/5-kurs-lecebnyj-fakultet/elektronnyj-ucebnik-po-psihiatrii/tema-no6-rasstrojstva-emocij-/rasstrojstva-emocij-v-i-krylov> – Название с экрана.
8. Кримінально-правове значення афекту / электронный ресурс http://refs.co.ua/63149-Ugolovno_pravovoe_znachenie_affekta.html. - Назва з екрана.
9. Максименко С. Д. Психологія у соціальній та педагогічній практиці / Максименко С. Д. – К., 1998. – 536 с.

10. Методичні вказівки з самостійної підготовки до практичних занять з медичної психології [Г. Т. Сонник, О. О. Зайцев, А. М. Скрипніков та ін]. – Полтава, 2001.- 254 с.

11. М'ясоїд П. А. Загальна психологія / П. А. М'ясоїд. – К.: Вища школа, 1998. – 289.

12. Психологический словарь / электронный ресурс <http://psychology.net.ru/dictionaries/psy.html?word=1075>. – Название с экрана.

13. Стрес. Засоби подолання стресу / электронный ресурс <http://posibnyky.vntu.edu.ua/psihologiya/r242.htm>. – Назва з екрана.

14. Фізіологічний афект — одна з підстав визнання особи обмежено осудною / электронный ресурс <http://www.info-prensa.com/article-101.html>. - Назва з екрана.

15. Эмоции и чувства (реферат) / электронный ресурс <http://www.riferats.ru/obuch-emoc.php>. - Назва з екрана.

16. Google: поиск картинок, фото; / электронный ресурс <http://www.google.com.ua/search> – Назва з екрана.

ПИТАННЯ ДЛЯ САМОПЕРЕВІРКИ ТА КОНТРОЛЮ ЗАСВОЄННЯ ЗНАНЬ

1. Сформулюйте визначення психічного стану.
2. Назвіть, що таке емоції?
3. Які є функції емоцій?
4. Класифікація емоцій.
5. Поняття почуттів.
6. Назвіть види емоцій.
7. Характеристика афекту.
8. Які види афекту ви знаєте?
9. Афект та його урахування в діяльності юриста.
10. Розвиток емоцій і почуттів в онтогенезі.
11. Чим емоції відрізняються від почуттів?
12. Які пояснення механізмів виникнення емоцій висунені ученими?
13. Які способи управління своїми емоціями ви знаєте?
14. Що таке вищі почуття? На які групи вони діляться?

КОНТРОЛЬНІ ТЕСТИ

1. За філогенетичним розвитком емоції бувають:
 - А. Конструктивні; організаторські; комунікативні; виховні.
 - Б. Комунікативні; перцептивні; інтерактивні.
 - В. Протопатичні; епікритичні.
2. Інтелектуальні почуття – це...:
 - А. Шлях, спосіб чи засіб осягнення сутності предмета пізнання.
 - Б. Відсутність уваги й інтересу до співрозмовника; зневага фактами.
 - В. Пізнавальна активність людини, постійно супроводжують її і виражаються ставленням людини до своїх думок, процесу і наслідків інтелектуальної діяльності (сумнів, подив, задоволення, впевненість).

ТЕМИ РЕФЕРАТІВ

1. Психологічні особливості емоцій та почуттів.
2. Теорії емоцій – погляди психологів.
3. Загальні властивості емоцій і почуттів.
4. Вплив емоцій та почуттів на професійну діяльність.
5. Функції афективної сфери в житті особистості.
6. Афект – характеристика, види та вплив на кваліфікацію злочину.

СПИСОК РЕКОМЕНДОВАНОЇ ЛІТЕРАТУРИ

1. Дружинина В. Н. Психология [учебник для гуманитарных вузов] / В.Н. Дружинина. – Спб: «Учебник нового века», 2001. – 656 с.
2. Загальна психологія - Скрипченко О. В. / електронний ресурс http://pidruchniki.ws/16340322/psihologiya/vidi_emotsiy_pochuttiv - Назва з екрана.
3. Емоції та почуття в психології / електронний ресурс <http://referatu.com.ua/referats/23/41539>. - Назва з екрана.
4. Еникеев М. И. Общая и социальная психология / М. И. Еникеев. – М.: Норма, 2002. – 624 с.
5. Максименко С. Д. Психологія у соціальній та педагогічній практиці / Максименко С.Д. – К., 1998. – 536 с.
6. Методичні вказівки з самостійної підготовки до практичних занять з медичної психології [Г. Т. Сонник, О. О. Зайцев, А. М. Скрипников та ін]. – Полтава, 2001.- 254 с.



ГЛАВА 2.3. МОТИВАЦІЙНІ ПСИХІЧНІ ПРОЦЕСИ

Становлення та розвиток особистості безумовно пов'язані із потребами, які безпосередньо обумовлюються підтримкою існування людини як біологічного виду. У процесі життєдіяльності, взаємодії із соціальним середовищем, потреби не тільки розвиваються, поглиблюються, а й з'являються нові, не пов'язані безпосередньо із тими, що уже є – соціальними потребами у спілкуванні, отриманні нової інформації тощо.

Потреби (біологічні) нерозривно поєднані із потягами, які впливають на поведінку індивіда та обумовлюють спрямованість особистості.

Розкриття сутності поняття мотивації дає можливість зрозуміти, що саме і як забезпечує активність й спрямованість поведінки та які фактори виступають у ролі спонуки і підтримки поведінкової активності на певному рівні. Серед цих факторів на першому місці стоять потреби. Потреби – це переживання необхідності у певних умовах, без яких людина не буде нормально розвиватися, жити (їжа, вода, світло, затишок тощо).

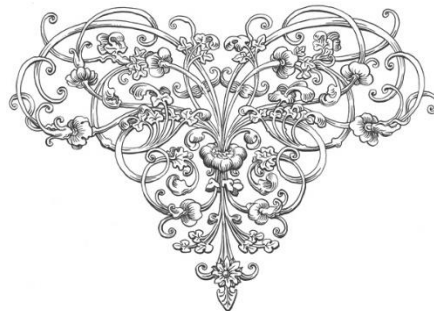
Потреби, потяги пов'язані із наявністю внутрішнього відчуття незадоволення, «неспокою», з об'єктивним дефіцитом того, що необхідно людині для їх усунення. А мотивація безпосередньо спрямовує та наставляє людину на шлях самовдосконалення.

Мета даної глави: ознайомити курсантів та студентів із загальними особливостями потреб, потягів і мотивів.

Мета вивчення глави:

1. **Освітня** – сформувати у курсантів та студентів знання основних характеристик потреб, потягів і мотивів.
2. **Практична** – сприяти розвиткові умінь визначати зв'язок потреб як основу потягів та мотивів.
3. **Розвивальна** – розвивати уміння визначати мотивацію особистості за певними потребами та потягами.
4. **Виховна** – розкрити шляхи для самовдосконалення.

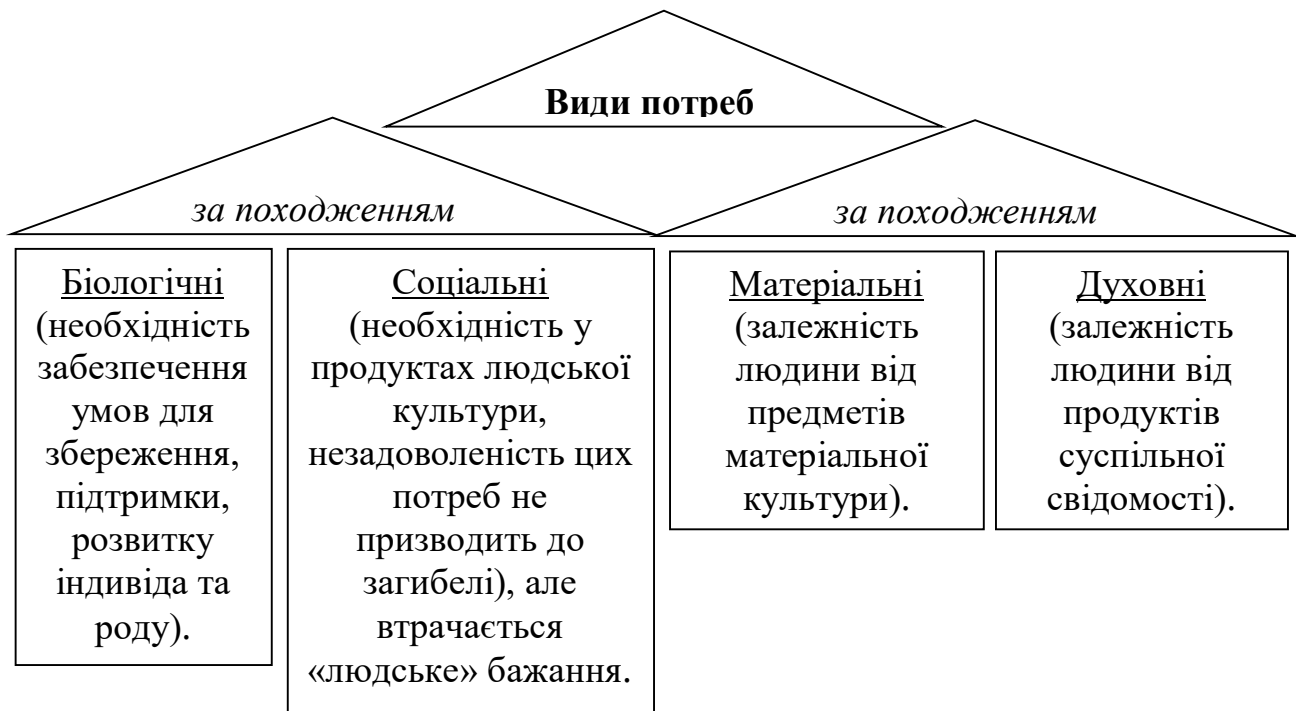
Ключові поняття глави: потреби, потяги, мотиви, мотивація, ієрархія базових людських потреб, біологічні, соціальні, матеріальні та духовні потреби й ін.



2.3.1. КЛАСИФІКАЦІЯ ПОТРЕБ І ЕФЕКТОРНО-ВОЛЬОВИХ ПРОЯВІВ

ПОТРЕБИ

– це переживання необхідності у певних умовах, без яких людина не буде нормально розвиватися, жити (їжа, вода, світло, затишок тощо). Потреби пов'язані із наявністю внутрішнього відчуття незадоволення, «неспокою», з об'єктивним дефіцитом того, що необхідно людині для їх усунення.



Потреби закріплюються у процесі їх задоволення. Задоволена потреба спочатку згасає, але потім виникає із більшою інтенсивністю. Слабкі потреби у процесі їх багатократного задоволення стають стійкішими.

Потреба стає основою поведінкового акту лише у тому випадку, якщо для її задоволення є або можуть бути створені засоби і умови (предмет діяльності, знаряддя діяльності, знання і способи дії). Чим різноманітніші засоби задоволення цієї потреби, тим міцніше вони закріплюються.

Виникнення певних актуальних потреб, їх актуалізація організовує психіку на постановку відповідних цілей. При цьому, зовнішні дії вибірково охоплюються домінуючою мотиваційною активністю індивіда [5].

Потреба, яка проявляється у потязі до чого-небудь, визначає спонукаючий мотив, мотивацію усіх видів активності людини. Це об'єктивна необхідність, яку відчуває людина з метою збереження себе як живої системи, самовідтворення та забезпечення різних видів активності.

Згідно із теорією А. Маслоу, всі ці потреби можна розташувати у строгій ієрархічній послідовності у вигляді піраміди, в основі якій лежать первинні потреби, а вершиною є вторинні.

Значення такої ієрархічної побудови полягає у тому, що пріоритетними для людини є потреби нижчих рівнів, і це позначається на її мотивації. Іншими словами, у поведінці людини більш визначаючим є задоволення потреб спочатку низьких рівнів, а потім, у міру задоволення цих потреб, стають стимулюючим чинником і потреби більш високих рівнів.

Ієрархія базових людських потреб за А. Маслоу

1 рівень – фізіологічний (потреба виживання – їжа, вода, повітря, сексуальна потреба, сон), тобто уроджена мотивація, закладена в генах людини. Поки ці потреби, у широкому змісті цього слова, не будуть задовольнятися, навряд чи виникнуть інші, тобто не буде переходу на інший рівень потреб.

2 рівень – безпеки і захищеності (потреба в безпеці – самозахисті (security). Повинний бути одяг і дах над головою. Людина прагне уникати небезпечних місць. Усе, що вона робить, робить для своєї безпеки - будує будинки, шие одяг, вирощує врожай, зберігає, страхує його, – і усе це пов'язано з безпекою людини.

3 рівень – соціальний (потреби спілкування, приєднання до суспільства, життя в суспільстві – безпека моральна), це поняття передбачає почуття приналежності особи до чогось чи когось або почуття, що її приймають інші, почуття соціальної взаємодії, прихильності і підтримки.

4 рівень – поваги (вкл. особисті досягнення, повага з боку навколишніх, потреба у визнанні (Recognition)). Власна гідність залежить від того, як оцінюють особу в суспільстві. Людина хоче мати пошану в суспільстві. Ім'я людини – основа її життя і цінність.

5 рівень – самовираження, самоактуалізації – поєднує потреби, пов'язані із прагненням людини до розвитку та розкриттям своїх здібностей, талантів, задатків, до розвитку особистості та прихованого в ній потенціалу. Задоволення цієї групи потреб – це процес саморозвитку особистості, постійного внутрішнього руху, постійного «вростання» у соціальний простір.

Потреба, із нейрофізіологічної точки зору, – це стала домінанта стійкого збудження цільових механізмів головного мозку, які пов'язані із регуляцією необхідних поведінкових актів. Потреба, яка виникла, викликає мотиваційне збудження відповідних нервових центрів, спонукаючи організм до означеного виду діяльності. Все нові і нові потреби, які виникають результатом діяльності, є являються основним стимулом як розвитку окремих особистостей, так і історичного прогресу людства у цілому.

КЛАСИФІКАЦІЯ ПОТРЕБ І ЕФЕКТОРНО-ВОЛЬОВИХ ПРОЯВІВ [9, 10]**1. Біологічні або інстинктивні (нижчі) потреби:**

<i>а) харчування</i>	потреба у їжі, воді та ін.;
<i>б) розмноження</i>	материнський та батьківський інстинкт та ін.;
<i>в) самозбереження</i>	збереження цілісності організму та ін.

Вони ґрунтуються на інстинктах (потреба в їжі т. ін.). Впродовж формування особистості людини (починаючи із дитячого віку) під дією виховання і навчання задоволення біологічних потреб набуває соціально-припустимих і свідомих форм.

2. Соціальні (вищі) потреби:

<i>а) моральні</i>	емоційного резонансу – співчуття, потреба працювати, допомагати людям, належати до групи, займати в ній певне місце та наслідувати її норми – ієрархічну тощо;
<i>б) естетичні</i>	потреба сприйняття прекрасного, творчості, гармонійних взаємовідносин із природою, людьми та ін.;
<i>в) інтелектуальні</i>	потреба у пізнанні нового – винахідницька, розв’язання невирішених проблем і завдань, мотивація до навчання та ін.

Вони виникають під час виховання спрямованості особистості до самовдосконалення, зайняття певного місця у суспільстві, до праці, професійної підготовки, формування моральних установок і світогляду, до поваги з боку оточуючих та інших етичних, естетичних й інтелектуальних потреб.

3. Ефекторно-вольові прояви:

<i>а) інстинктивні рушійні акти</i>	підкорюються біологічним потребам; інстинкт – це складний ланцюговий безумовний рефлекс, який спрямований на задоволення біологічних потреб організму (харчування, самозбереження). Він є основою виникнення простих та складних невимушених (інстинктивних) рухів;
<i>б) довільні (вольові) прості і складні дії та вчинки</i>	вчинки, що здійснюються із використанням вольових проявів; довільні дії – свідомі цілеспрямовані вольові дії, засновані на минулому досвіді і спрямовані на пристосування людини до навколишнього середовища, на досягнення свідомо поставленої мети;
<i>в) автоматизовані дії</i>	здійснюються автоматично, машинально. Автоматизовані дії – прості і складні рухові акти, довільні за походженням, які протягом тренування набувають автоматизованого, неконтрольованого розумом характеру. Навички – це автоматизовані фрагменти свідомої діяльності, набуті шляхом частого повторення будь-яких дій. Формування навичок призводить до скорочення зайвих рухів і напруження, об’єднання цілої низки частоповторюваних дій в одне ціле.

2.3.2. ПОТЯГ ЯК ФОРМА ПОТРЕБИ

Оскільки до біологічних потреб включений момент динамічної напруги або більш чи менш гострий емоційний тон, то вони постають у вигляді **потягів**.

Потяг – це органічна потреба, виявлена органічною (інтероцептивною) чутливістю. Як відображення органічної потреби, потяг має соматичне джерело виникнення – подразнення зсередини організму. Загальна особливість потягів – імпульсивне напруження. Як більш або менш тривале, потяг породжує імпульс до дії.

Потяг є лише однією із багатьох форм потреби. Це початковий етап в усвідомленні потреби, і сам потяг зовсім не обов'язково мусить «застрягнути» на рівні органічної чутливості. Спрямування, яке виражається у потягах, породжується потребою у чомусь, що перебуває поза індивідом. І будь-яка динамічна тенденція містить у собі усвідомлений зв'язок із чимось, що знаходиться ззовні.

У потягах на перший план виступає все-таки інформація зсередини, від внутрішнього – до зовнішнього; в інших випадках, навпаки, ця двобічна залежність або співвідношення виникає, скеровується спочатку ззовні всередину.

Теорія потягів З. Фрейда (1856 – 1939 рр.)

Потяг за З. Фрейдом – це основний стимул людської діяльності, який «підпорядковується принципу насолоди, тобто автоматично регулюється відчуттям задоволення або незадоволення».

Вчений розрізняв дві групи потягів (сексуальні та агресивні). Важливо наголосити, що, вважаючи сексуальний потяг основним у розвитку особистості, З. Фрейд трактував сексуальність досить широко. На його думку, це все, що надає тілесне задоволення. Для маленької дитини – це пестощі, торкання, погладжування тіла, поцілунки, задоволення від теплої ванни, багато чого іншого, без чого життя неможливе, що кожна дитина отримує у більшій чи меншій мірі від матері. Інфантильна дитяча сексуальність передуює дорослій сексуальності, але повністю не визначає сексуальні переживання дорослого.

За З. Фрейдом, потяги стають джерелом активності людини, породжують її поведінку. Потяги ніби ведуть за собою людину, приводячи її у стан підвищеної збудливості та підтримуючи активність доти, доки це прагнення не буде задоволено. Вони породжуються організмом, з'являються із його глибин. Об'єкт, на який спрямований потяг, не усвідомлений, тому він видається несуттєвим. Оскільки потяг діє не ззовні, а зсередини організму, «втечею неможливо звільнитися від його дії». У ньому є щось фатальне. З. Фрейд говорить про «долю потягів», котрі визначають «долю людини».

Не відкидаючи роль потягів у виникненні поведінкової активності, російський психолог В. С. Мерлін наполягає та наголошує на специфічному характері прояву людських потягів:

1. Вони майже ніколи не діють ізольовано, самі по собі, і майже завжди пов'язані та взаємодіють із набутими мотивами (сексуальні потяги трансформуються у любов, де об'єкт відіграє величезне значення).

Винятком є дії людини, які визначаються тільки потягом, без будь-якого впливу індивідуальних та естетичних спонук. Дуже показовою у цьому відношенні є поведінка людей у екстремальних ситуаціях, пов'язаних із загрозою життю людини. Багато прикладів можна знайти у художній літературі, фільмах тощо, коли одні люди в таких ситуаціях не втрачають людської подобу і свої дії підпорядковують набутим мотивам, а інші – діють виключно під впливом біологічних потреб та потягів.

2. Потяги контролюються в більшій чи меншій мірі свідомістю. Людина – господар своїх потягів, а не їхній раб.

Міра контролю над потягами визначається цінностями людини, переконаннями. Здатність володіти та керувати своїми потягами не є вродженою. Вона формується та розвивається починаючи від народження.

3. Потяги можуть зливатися із іншими набутими мотивами в єдиний цілісний мотив, у якому неможливо розрізнити його складові частини. Стародавня індійська формула кохання звучить так: «Потреби душі породжують дружбу, потреби розуму породжують повагу, потреби тіла породжують сексуальне бажання, а все разом породжує любов».

Теорія потягів В. С. Мерліна (1898 – 1982 рр.)

Для періоду раннього дитинства характерна інфантильно-гедоністична мотивація: дитина не передбачає наслідків свого вчинку, прагне до негайного задоволення потреби і отримання насолоди. У віковий період від 7-ми до 11-ти років переважає егоцентрично-утилітарна мотивація діяльності. При цьому, з'являється здатність відмовляти собі у задоволенні дрібних, миттєвих бажань заради задоволення егоїстичних потреб у майбутньому. У дітей 12-15-ти років і старших переважає альтруїстичний рівень мотивації. Щоправда, часто зустрічається псевдоальтруїзм, при якому альтруїстичний зміст діяльності поєднується із досягненням корисливих цілей. При справжньому альтруїзмі людина отримує глибоке задоволення від своєї високоморальної поведінки і не може діяти інакше.

Воля як психічна функція розвивається пізно, остаточно формуючись приблизно до 20-ти років, тому виявлення розладів волі більшістю пояснюється віковим етапом формування психіки дитини.

2.3.3. МОТИВ ТА МОТИВАЦІЯ

МОТИВ

(від фр. *motif*, від середньовічної латини *motivus*, від лат. *motus* – прикметник минулого часу дієслова *movēre* – рухати(ся)) – багатозначний термін, що використовується у двох головних значеннях [1]:

Внутрішня рушійна сила, що спонукає людину до дії.

Фрагмент загальної картини або об'єкта, що багаторазово повторюється із деякими змінами.

Мотив є свідомим, підпорядкованим певній цілі. Мотив зберігається у довгостроковій пам'яті людини. Здійснюючи однакові за формою вчинки, люди можуть керуватися різними, а іноді навіть суперечними мотивами.

Групи мотивів [3]:

прості

до яких відносять
потяги, бажання,
хотіння.

складні

до яких відносять
інтереси,
схильності, ідеали.

випадкові

до яких відносять
почуття, звички й
афекти.

Мотивація із психофізіологічної точки зору

обумовлена актуалізованою потребою порушення певних нервових структур (функціональних систем), які викликають спрямовану активність організму. До них можуть відноситися харчова, статевая, пізнавальна, захисна й інші види мотивації.

Мотивація із психологічної точки зору

– це система факторів, які обумовлюють та спрямовують поведінку людини (потреби, мотиви, наміри, цілі, світогляд (переконання, установки, інтереси, ідеали тощо)).

Мотивація – внутрішня рушійна сила, яка спонукає людину до дії або певного типу поведінки, пов'язана із її органічними та культурними потребами [6,7]:

те, що пов'язане зі стимулюванням людини до дії;

те, що формується на основі потреб, безпосередньо пов'язаних із метою діяльності;

те, що спонукає до діяльності;

для чого діяльність здійснюється;

заради чого особистість намагається здійснювати мету;

те, що викликає активність у людини;

те, що визначає різні явища і стани, які викликають потреби, інтереси, потяги, емоції, установки, ідеали;

те, що виконує функції стимулювання людини до дій і діяльності;

орієнтування людини у напрямку дій;

забезпечення спрямованості до дій та розв'язання певної задачі;

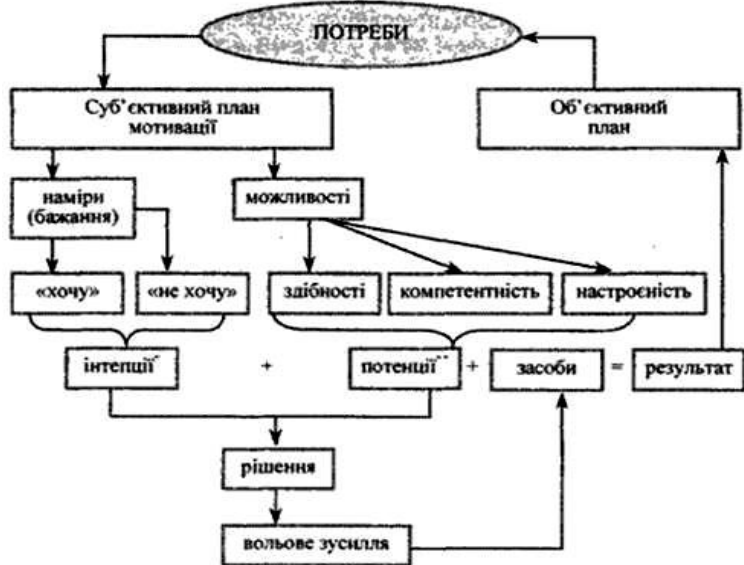
суб'єктивне явище, пов'язане зі стимулами;

мотиви, що минули (саме в них першочергово виявляється спрямованість особистості).

ВИДИ МОТИВАЦІЇ [4, 5]:

Зовнішня (екстенсивна)	це мотивація, не пов'язана зі змістом певної діяльності, але обумовлена зовнішніми по відношенню до суб'єкта обставинами.
Внутрішня (інтенсивна)	це мотивація, пов'язана не із зовнішніми обставинами, а із самим змістом діяльності.
Позитивна	це мотивація, що ґрунтується на позитивних стимулах. Приклад: конструкція «якщо я наведу лад на столі, я отримаю цукерку» або «якщо я буду гарно поводитись, то отримаю цукерку» є позитивною мотивацією.
Негативна	це мотивація, що ґрунтується на негативних стимулах. Приклад: конструкція «якщо я наведу лад на столі, то мене не покарають» або «якщо я буду гарно поводитись, то мене не покарають» є негативною мотивацією.
Стійка	це мотивація, що ґрунтується на потребах людини, оскільки вона не вимагає додаткового підкріплення.
Нестійка	це мотивація, що потребує постійного підкріплення.

Структура мотивації



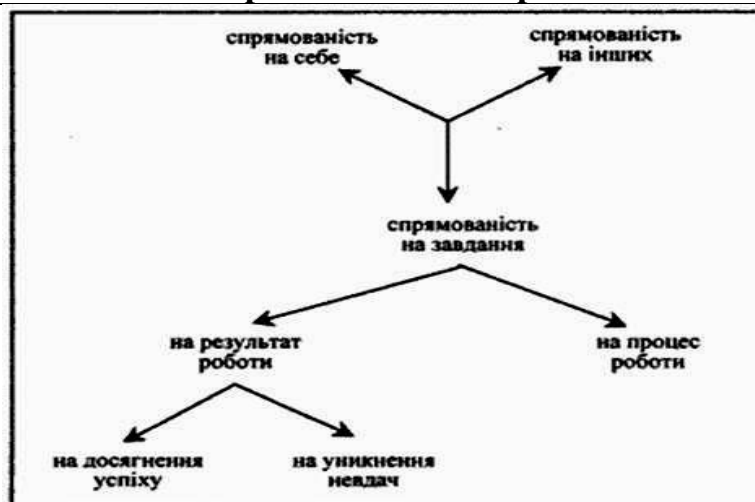
Інтенсивність актуальної (що діє «тут і тепер») мотивації залежить від сили мотиву й інтенсивності ситуативних детермінант мотивації.

Мотивація — це сукупність усіх чинників, які спонукають людину до активної діяльності та призводять до успіху [8].

Спрямованість як характеристика діяльності людини показує на те, до чого вона прагне, здійснюючи певні дії. Мотив виступає причиною встановлення тих чи інших цілей.

Мотиваційна поведінка означає не тільки інноваційну діяльність, а й характер поведінки співробітника у колективі, ставленні до колег, керівництва, до навколишнього середовища.

Вектори мотивації до роботи



Терміном «мотивація» в сучасній психології позначаються як мінімум два психічні явища:

1) **сукупність стимулів**, що викликають активність індивіда і визначальну її активність, тобто систему чинників, детермінуючих поведінку;

2) **процес утворення, формування мотивів**, характеристика процесу, який стимулює і підтримує поведінкову активність на певному рівні.

Виникнення, тривалість і стійкість поведінки, її спрямованість і припинення після досягнення мети, налагодження на майбутні події, підвищення ефективності, смислова цілісність окремо взятого акту – все вимагає мотиваційного пояснення.

Отже, психічні процеси особистості безпосередньо обумовлені потребами, потягами та мотивами. Потреби людини суб'єктивно переживаються нею як бажання, потяг або прагнення до чогось. Сигналізуючи про виникнення потреб та про їхнє задоволення, ці переживання регулюють діяльність людини, стимулюючи або послаблюючи її.

ВИСНОВКИ ДО ГЛАВИ

Розглядаючи особистість як суб'єкт діяльності, доводиться констатувати те, що вона перетворює, створює предметну дійсність, в тому числі й саму себе, вступаючи в активне ставлення до свого досвіду, до своїх потенційних мотивів, до свого характеру, здібностей і до продуктів своєї діяльності.

Отже, особистість слід було б розглядати як сукупність смислових ставлень людини в світі та суспільстві, які набуваються в процесі життя та забезпечують орієнтування в ньому.

Кожне ставлення несе в собі могутній мотиваційний заряд, витoki якого містяться у сфері потреб людини. Мотиваційні тенденції є «енергетичним» компонентом ставлення, який визначає його силу та значення. В процесі формування ставлення поповнюється багатьма змістовними, інформаційними характеристиками, які визначають його індивідуальну своєрідність та місце в свідомості людини.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Адлер А. Практика и теория индивидуальной психологии: лекции по введению в психотерапию для врачей, психологов и учителей / А. Адлер. – М.: Прогресс, 1995. – 296 с. (пер. с нем.)
2. Википедия / электронный ресурс <http://ru.wikipedia.org/wiki/>. – Название с экрана.
3. Колесніченко Л. А. Основи психології та педагогіки: Навч.-метод. посібник для самост. вивч. дисц. / Л. А. Колесніченко, Л. Л. Борисенко – К.: КНЕУ, 2002. – 157 с.
4. Ключков А. К. КРІ и мотивация персонала. Полный сборник практических инструментов / А. К. Ключков. – Эксмо, 2010. – 60 с.
5. Конспект лекцій «Інноваційний менеджмент». Сутність мотивації в системі управління персоналом / електронний ресурс ↑ <http://library.if.ua/book/4/519.html>. – Назва з екрана.
6. Маслоу А. Г. Мотивация и личность / А. Г. Маслоу. – СПб.: Евразия, 1999. – 478 с.
7. Леонтьев А. Н. Деятельность. Сознание. Личность / А. Н. Леонтьев. – М., Смысл, Академия, 2005. – 352 с.
8. Мотив и мотивация: восемь основных проблем / Х. Хекхаузен // Хекхаузен Х. Мотивация и деятельность. – М.: Педагогика, 1986. – Т. 1. – С. 33-48.)
9. Рубинштейн С. Л. Основы общей психологии / С. Л. Рубинштейн. – СПб.: Питер, 2002/ – 720 с. (Серия "Мастера психологии") (2-е изд. (1946г.))
10. Цільмак О. М. Складові дефініції «установка» / О. М. Цільмак // Соціальна психологія. – 2011. – № 3. – С.29-35.

ПИТАННЯ ДЛЯ САМОПЕРЕВІРКИ ТА КОНТРОЛЮ ЗАСВОЄННЯ ЗНАНЬ

1. Охарактеризуйте мотиви.
2. Чим відрізняється мотив від мотивації?
3. Охарактеризуйте структуру мотивів.
4. Охарактеризуйте вектори мотивації до роботи.

5. Що таке потяги?
6. Надайте змістовне тлумачення категоріям «потяги» та «потреби».
7. Види потреб.
8. Ієрархія базових людських потреб за А. Маслоу.
9. Надайте класифікацію потреб і ефекторно-вольових проявів.
10. Чим відрізняються між собою мотиви, потяги та потреби і що, на вашу думку, є першоосновою?

КОНТРОЛЬНІ ТЕСТИ

1. Стійка мотивація – це...:
А. Мотивація, що ґрунтується на потребах людини, оскільки вона не вимагає додаткового підкріплення.
Б. Мотивація, що потребує постійного підсилення.
В. Мотивація, пов'язана не із зовнішніми обставинами, а із самим змістом діяльності.
2. Що відноситься до випадкових мотивів:
А. Відносять почуття, звички й афекти.
Б. Інтереси, схильності, ідеали.
В. Потяги, бажання, хотіння.

ТЕМИ РЕФЕРАТІВ

1. Вплив мотивації на становлення особистості.
2. Теоретичні засади потягів особистості.
3. Потреби: характеристика, структура та види.
4. Теорії мотивації.

СПИСОК РЕКОМЕНДОВАНОЇ ЛІТЕРАТУРИ

1. Колесніченко Л. А. Основи психології та педагогіки: Навч.-метод. посібник для самост. вивч. дисц. / Л. А. Колесніченко, Л. Л. Борисенко – К.: КНЕУ, 2002. – 157 с.
2. Клочков А. К. КРІ и мотивация персонала. Полный сборник практических инструментов / А. К. Клочков. – Эксмо, 2010. – 60 с.
3. Конспект лекцій «Інноваційний менеджмент». Сутність мотивації в системі управління персоналом / електронний ресурс <http://library.if.ua/book/4/519.html>. – Назва з екрана.
4. Маслоу А. Г. Мотивация и личность / А. Г. Маслоу. – СПб.: Евразия, 1999. – 478 с.
5. Леонтьев А. Н. Деятельность. Сознание. Личность / А. Н. Леонтьев. – М., Смысл, Академия, 2005. – 352 с.
6. Мотив и мотивация: восемь основных проблем / Х. Хекхаузен // Хекхаузен Х. Мотивация и деятельность. – М.: Педагогика, 1986. – Т. 1. – С. 33-48.)

ГЛАВА 2.4.

ВОЛЬОВІ ПСИХІЧНІ ПРОЦЕСИ

Воля людини виражається у тому, наскільки вона здатна переборювати перешкоди та труднощі на шляху до мети, керувати своєю поведінкою, підпорядковувати свою діяльність певним задачам.

Переборення перешкод і труднощів вимагає від людини так званого вольового зусилля – особливого стану нервового напруження, що мобілізує фізичні, інтелектуальні і моральні сили людини. Відомі випадки, коли вольове зусилля затримувало втрату свідомості і навіть смерть.

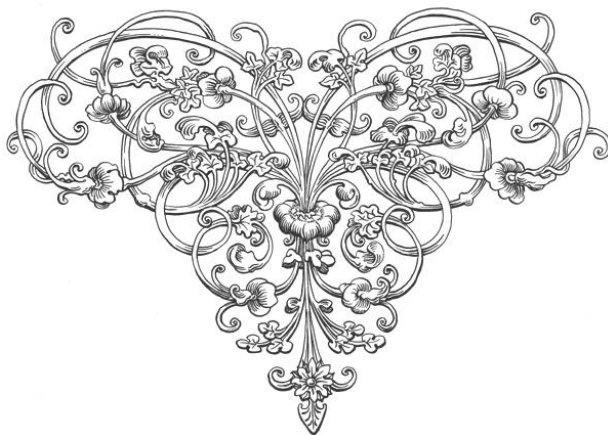
Вольову діяльність та вольові стани не можна зводити до активності організму і ототожнювати із нею. Адже активність властива і тваринам. Вони задовольняють свої біологічні потреби, пристосовуючись до умов життя, виявляють тривалий вплив на оточуючу природу, але це відбувається без будь-якого свідомого наміру з їх боку і є чимось випадковим по відношенню до самих тварин. Воля у людини виникла і сформувалася під впливом суспільної трудової діяльності в міру того, як вона, опановуючи закони природи, перетворювала їх своїми планомірними діями.

Мета даної глави: ознайомити курсантів і студентів із поняття та змістом ефекторно-вольової сфери й характеристиками волі.

Мета вивчення глави:

1. *Освітня* – сформувати у курсантів і студентів знання основних особливостей волі, вольових станів та її складових.
2. *Практична* – сприяти розвиткові вольових процесів та якостей.
3. *Розвивальна* – розвивати вольові якості та процеси.
4. *Виховна* – формувати здатність до самовдосконалення

Ключові поняття глави: потреби, ефекторно-вольові прояви, вольові якості та процеси.

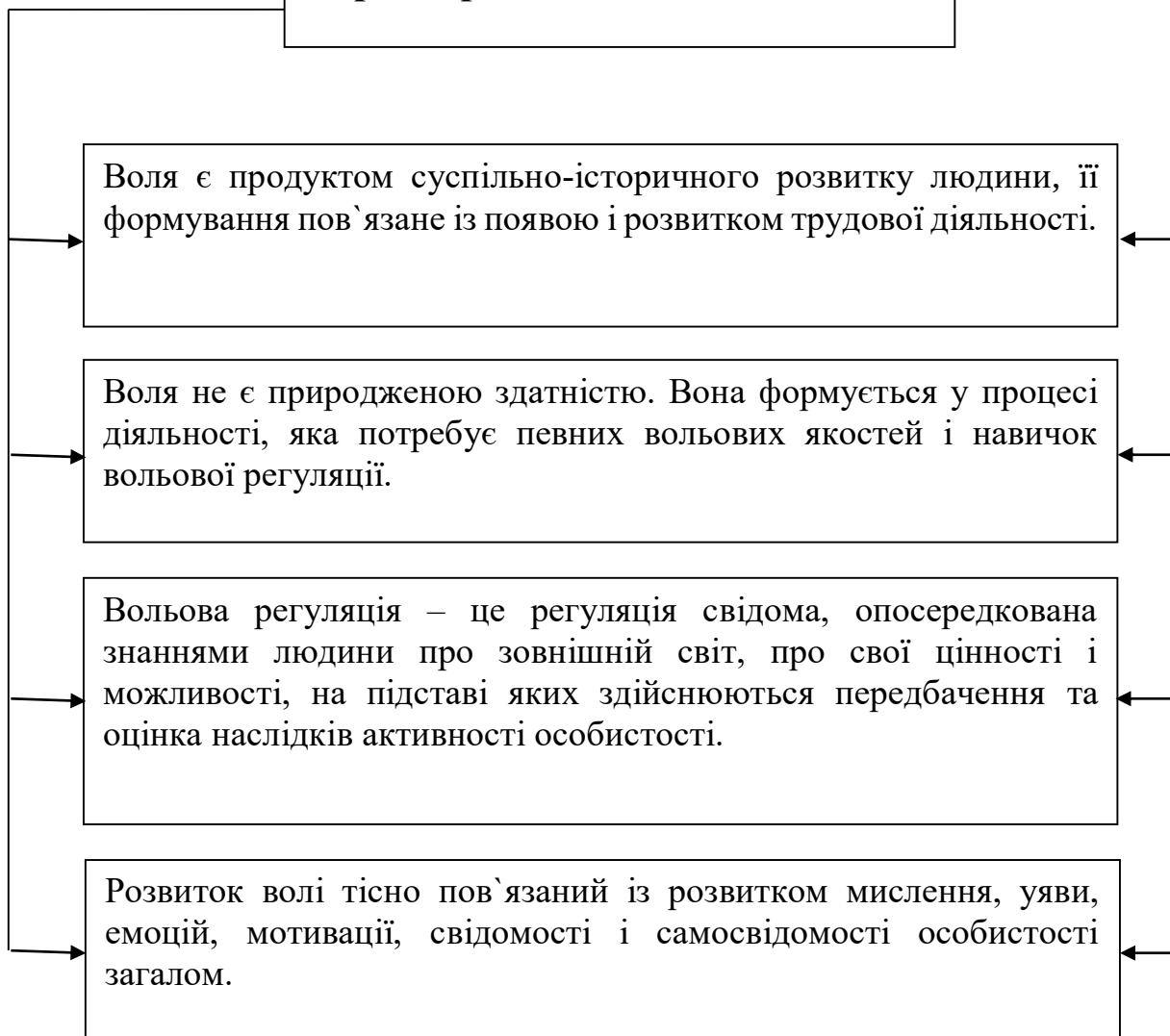


2.4.1. ВОЛЯ ТА ЇЇ ПРОЯВИ

Воля – це

- здатність людини до свідомого і цілеспрямованого регулювання своєї діяльності і вчинків, пов'язаних із подоланням труднощів і перешкод;
- свідома саморегуляція поведінки, умисна мобілізація поведінкової активності для досягнення цілей, що усвідомлюються суб'єктом як необхідність і можливість [3];
- здатність людини до самодетермінації і саморегуляції;
- соціально опосередкований механізм регуляції людської поведінки: спонукання до вольових дій, яке здійснюється на основі соціально сформованих понять і уявлень [3].

Характерні особливості волі [10]:





ТИПИ ВОЛЬОВИХ ПОРУШЕНЬ:
I. ТІ, ЯКІ СПРИЧИНЕНІ ПОРУШЕННЯМИ МОТИВАЦІЙНОЇ СФЕРИ
1.1. Посилення вольової активності
<i>гіпербулія</i>
надмірне посилення вольової діяльності, загальної активності і спонукань, тобто це стан психіки, для якого характерне значне підвищення активності хворого, що виявляється у рухливості незвичній для тієї чи іншої конкретної людини.
1.2. Послаблення вольової активності
<i>а) гіпобулія</i>
зниження вольової активності, тобто це стан психіки, який виявляється у зниженні бажань і спонукань до діяльності.
<i>б) абулія</i>
повна відсутність вольової діяльності, бажань, збайдужіння, тобто патологічне порушення психічної регуляції дій.
1.3. Перекручення вольової активності
<i>парабулія</i>
патологія поведінки, яка впливає з порушення механізмів формування мотивів. Мотив при цьому не формується або є неадекватним внутрішній природі потреби.
II. ТІ, ЯКІ СПРИЧИНЕНІ РУХОВИМИ ПОРУШЕННЯМИ:
2.1. Підвищення рухового збудження
<i>Гіперкінезії - рухові збудження.</i>

2.2. Пригнічення рухового збудження
<i>а) гіпокінезія</i>
рухове пригнічення, що супроводжується збідненням та уповільненням рухів
<i>б) апраксія</i> (від грецьк. apraxia - бездіяльність)
порушення цілеспрямованої дії при збереженні елементарних рухів, що складають її. Хворий втрачає здатність користуватися предметами за призначенням, наприклад, не може одягтися, запалити сірника тощо.
<i>в) ступор</i> (від лат. stupor- заціпеніння)
при різних психічних захворюваннях виникають тяжкі психопатологічні розлади, які супроводжуються пригніченням психічної активності, що виявляється у повній нерухливості, зниженні всіх видів чутливості, відсутності мовлення
2.3. Перекрученість рухового збудження
Імпульсивні явища (пізньолат. impulsivus -спонукальний, від impellere — збуджувати, спонукати, приводити в рух)
Різновиди імпульсивних явищ:
<i>а) імпульсивні дії</i>
відбуваються без контролю свідомості раптово, безмотивно, виконуються автоматично, без боротьби мотивів (звичайно це агресивні дії), дії майже автоматичні. Виникають при глибокому порушенні психічної діяльності. Вони характеризуються стрімкістю, і безглуздістю, наприклад, при кататоническом порушенні у хворих шизофренією. Трапляються при наявності станів потьмарення свідомості – образних маяченнях, кататонічному збудженні, меланхолічному раптусі. Хворі можуть раптом наносити удари незнайомим, випадковим особам, вчиняти тяжкі руйнівні дії тощо.
<i>б) розлади звичок і нахилів</i>
гостро час від часу виникаючі прагнення, що опановують свідомістю та підкоряють собі все поведження хворого, всі його думки й бажання. Вони характеризуються неодолимістю, критичне відношення до них відсутнє, хворі не в змозі їм протистояти. Спогади про час їх дії неповні, непослідовні, уривчасті. В деяких випадках імпульсивний потяг після завершення його реалізації можливе після попереднього дисфоричного афекту (наприклад, при психопатіях), та може навіть критично усвідомлюватися як ненормальне явище, але без можливості це здолати.
ІІІ. ПОРУШЕННЯ У СФЕРІ ІНСТИНКТІВ
Потяг визначається потребами, це складне явище, воно формується на основі безумовних рефлексів - інстинктів, які опосередковуються корою півкуль великого мозку і відбиваються у вольовій діяльності. Крім інстинктивних потреб, потяг включає в себе потреби вищого рівня. <i>Перекручення потягу</i> торкається різних інстинктів (харчового, статевого, самосбереження).

2.4.2. НЕЙРОФІЗІОЛОГІЧНІ ОСНОВИ ВОЛІ



І. П. Павлов (1849 – 1936 рр.) відмічав, що вольові дії – результат сумарної роботи усього мозку.

Фізіологічні механізми вольової регуляції діяльності не локалізовані у яких-небудь окремих структурах мозку. Вони є складними функціональними системами. Акцептори дії людини функціонують в її понятійній сфері. Нейрофізіологічною основою волі є системна робота всього мозку, але центральне значення в цій системі мають лобові доли кори великих півкуль.

У складі мозку людини можна виділити три основні функціональні блоки, спільна робота яких лежить в основі свідомої діяльності:

1) блок, що регулює тонус мозку, його безсонний стан (ретиккулярна формація й інші підкіркові утворення).

2) блок отримання, переробки і зберігання інформації.

3) блок програмування, регулювання і контролю психічної діяльності (лобові доли кори).

Фізіологічні основи волі передбачають:

- діяльність рухових центрів, що знаходяться у лобних долях великих півкуль головного мозку і відповідають за регуляцію безпосередньо дій людини;
- роботу II сигнальної системи, яка забезпечує усвідомлення та регуляцію цільового і мотиваційного компонентів вольової дії;
- низку складних умовнорефлекторних зв'язків, які виробляються під впливом набуття життєвого досвіду внаслідок соціалізації людини.

2.4.3. ВІКОВІ ОСОБЛИВОСТІ РОЗВИТКУ ВОЛІ

РОЗВИТОК І ФОРМУВАННЯ ВОЛІ

Формування вольових особливостей розпочинається із оволодінням дитиною вільними рухами у маніпуляціях з іграшками і доступними речами. Власне вольова поведінка виховується при виконанні дитиною елементарних дій, пов'язаних із подоланням перешкод і таких, які диктуються необхідністю (коли доводиться робити не те, що бажається, а те, що треба). Велике значення мають систематичні вимоги дорослих, які уміло ставлять дитину перед необхідністю долати різні посильні перешкоди і труднощі: починаючи із простих навичок (акуратність, самообслуговування та ін.), виконання найпростіших трудових доручень, коли дитина робить щось для себе і для інших, у колективних іграх, коли доводиться підкорятися колективові, правилам гри, стримувати безпосередні потяги [1, 7, 8].

Воля, як і більшість інших вищих психічних процесів, формується у ході вікового розвитку людини. Так, у *новонародженої* дитини переважають рефлексорні рухи, а також деякі інстинктивні дії. Вольові, свідомі дії починають формуватися значно пізніше. Причому, перші бажання дитини характеризуються значною нестійкістю. Бажання швидко змінюють один одного і дуже часто носять невизначений характер. Лише на *четвертому* році життя бажання набувають більш-менш стійкого характеру. У цьому ж віці у дітей вперше відзначається виникнення боротьби мотивів. Наприклад, діти *дворічного* віку після деяких коливань можуть робити вибір між декількома можливими діями. Проте вибір, здійснюваний залежно від мотивів морального порядку, стає можливим для дітей не раніше кінця *третього* року життя. Це відбувається лише тоді, коли дитина вже може контролювати свою поведінку. Для цього потрібні, з одного боку, досить високий рівень розвитку, а з іншого – деяка сформованість моральних установок. І те, й інше складається під впливом навчання і виховання, у процесі постійної взаємодії із дорослими. Характер моральних установок, які формуються, значною мірою залежить від моральних установок дорослого, оскільки в перші роки життя дитина прагне наслідувати дії дорослих [2].

Вольова діяльність школяра розвивається під впливом навчання, коли виробляються вміння:

- 1) керувати своєю психічною діяльністю;
- 2) робити розумові зусилля для оволодіння знаннями, запам'ятовувати потрібний, але часом важкий і малоцікавий матеріал;
- 3) обов'язково закінчувати роботу, доводячи її до кінця;
- 4) керувати своєю поведінкою: виконувати те, що вимагається, що не завжди співпадає із тим, чого хочеться.

Воля виховується у процесі подолання труднощів, тому прагнення окремих батьків прибрати усі труднощі із життєвого шляху дитини не сприяє розвитку волі, умінню долати їх. Виховання відповідальності, обов'язку – важлива умова виховання волі. Розвиток волі може відіграти позитивну роль у компенсації різноманітних дефектів, патологічних ускладнень розвитку. Іноді завдяки величезній волі до життя людина може подолати біль, слабкість, страждання і надати вирішальну допомогу медикам у лікуванні.

Дослідження показують, що батьки, прагнучи дати дитині всебічний розвиток і при цьому пред'являють до неї досить високі вимоги, можуть розраховувати на те, що у дитини не буде серйозних проблем із вольовою регуляцією діяльності. Такі недоліки вольової поведінки дітей як капризи і упертість, які спостерігаються у ранньому дитинстві, відбуваються через здійснювані батьками помилки у вихованні волі дитини. Якщо батьки у всьому прагнуть догоджати дитині, задовольняють кожне її бажання, не пред'являють вимог, які повинні беззастережно нею виконуватися, не привчають стримувати себе, то, швидше за все, згодом у дитини спостерігатиметься недостатність вольового розвитку.



2.4.4. ВОЛЬОВІ ДІЇ ТА ПРОЦЕСИ

Власне вольові дії

— це дії, скеровані на досягнення свідомо поставлених цілей і пов'язані із подоланням труднощів.

Основні ознаки власне вольових дій [10]:

- 1) свідоме подолання перешкод на шляху до досягнення мети;
- 2) наявність конкуруючих (суперечливих) мотивів;
- 3) наявність вольового зусилля.

Загальні характеристики вольових дій:

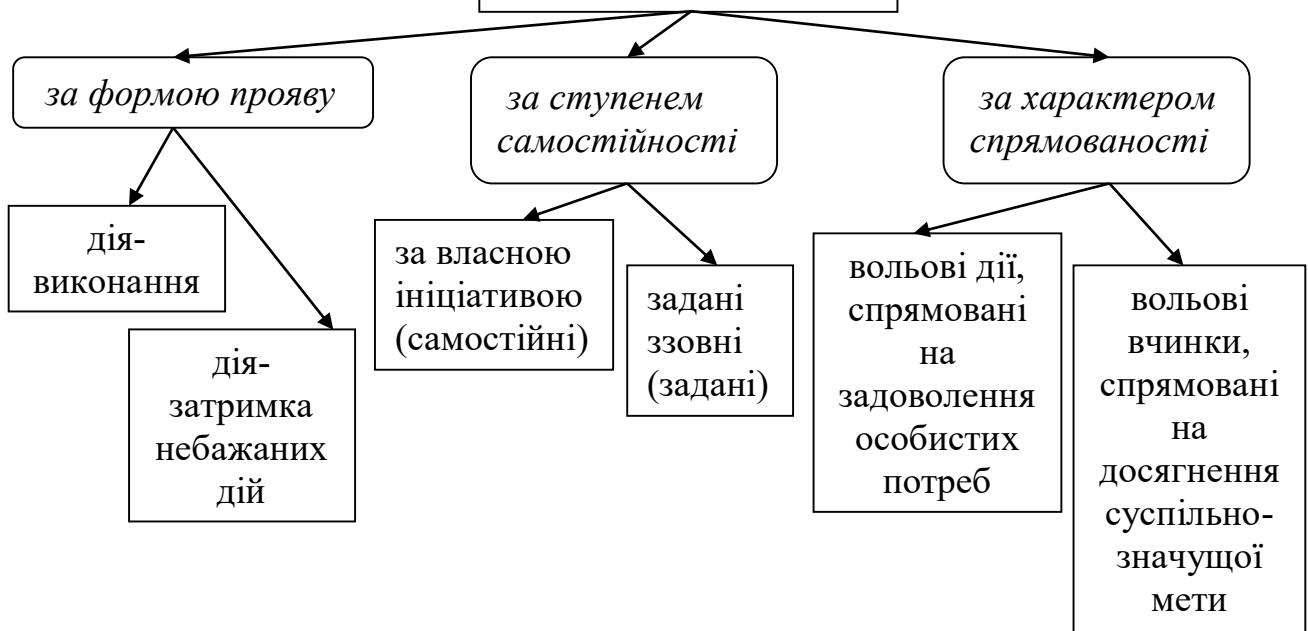
вони є усвідомленими, цілеспрямованими, умисними, вчиненими за власним свідомим рішенням;

вони зумовлені як зовнішніми (соціальними), так і внутрішніми (власними) чинниками, тобто завжди існують підстави, за якими дії мають виконуватися;

вони можуть мати дефіцит спонукання чи гальмування або з самого початку, або в процесі їх здійснення;

вони можуть забезпечуватися допоміжним спонуканням чи гальмуванням за рахунок зміни сутності дії і закінчуватися досягненням мети.

Види вольових дій

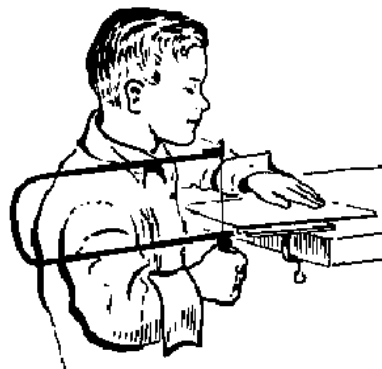




Вольові дії можуть бути простими і складними.

Здійснюючи *прості вольові дії*, людина без вагань наближається до поставленої мети, їй зрозуміло, чого і яким чином вона досягатиме. Вибір мети, прийняття рішення щодо виконання дії певним чином здійснюється без боротьби мотивів.

Складні вольові дії потребують значного напруження сил, терпеливості, наполегливості й здійснюються у певній послідовності. У даній структурі вольової дії можна виокремити два етапи – *підготовчий* та *виконавчий*.



I. Підготовчий етап

Спонування, розуміння мети і бажання досягти її

Кожна дія людини здійснюється з певної причини (мотив) і для чогось (мета). Будь-яка вольова дія, оскільки вона є цілеспрямованою, завжди починається із встановлення і більшою чи меншою мірою усвідомлення мети дії. Мета – це те, чого людина намагається досягти за допомогою дії.

Вона передбачає:

а) усвідомлення значення мети. Усвідомлюючи, що поставлена мета має не лише власне, а й велике суспільне значення, людина стає здібною до подолання значних труднощів;

б) усвідомлення досяжності мети: постановка цілей, котрих не можна досягти, виробляє звичку не доводити розпочату справу до кінця.

Із іншого боку, легкодоступні цілі не розвивають волю, не виробляють уміння боротися із труднощами, долати перешкоди. Мета повинна бути доступною, але потребувати значних зусиль для її досягнення. Лише такі цілі розвивають дійсно вольову поведінку.

Мета залежить від світогляду людини, її життєвих установок, інтересів, особливостей особистості. Таким чином, вольова дія завжди здійснюється зовнішнім впливом. Але труднощі психічного життя людини, труднощі зовнішніх впливів, які можуть бути віддаленими та другорядними, часто не допомагають усвідомити об'єктивні причини тих чи інших вольових дій. Це і створює ілюзію свободи волі, незалежності людських вчинків від зовнішніх втручань [10].

Усвідомлення можливостей досягти мети

Досягнення мети іноді не потребує особливих зусиль, але частіше пов'язане із подоланням труднощів та перешкод, які бувають:

а) зовнішніми – це об'єктивні, незалежні від людини перешкоди (протидія інших людей, природні перешкоди);

б) внутрішніми – залежать від самої людини (небажання робити те, що потрібно, наявність протилежних бажань, пасивність, поганий настрій, звичка діяти необдуманно, лінощі, відчуття страху, відчуття хибного самолюбства та ін.).

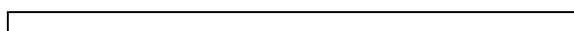
Для вірного оцінювання вольової дії необхідно знати і мотиви, які призвели до встановлення даної мети, спонукали людину до дії [3].

Боротьба мотивів і вибір

Мотиви бувають нижчого (егоїстичні бажання) та вищого рівня (суспільного порядку, відчуття повинності). Підготовчий етап вольового акту



II. Виконавчий етап



2.4.5. ВОЛЬОВІ ЯКОСТІ ЛЮДИНИ

ВОЛЬОВІ ЯКОСТІ

– це відносно стійкі, незалежні від конкретної ситуації психічні утворення, що засвідчують досягнутий особистістю рівень свідомої саморегуляції поведінки, її влади над собою. Їх слід класифікувати на:

Базальні якості

Системні якості

БАЗАЛЬНІ ВОЛЬОВІ ЯКОСТІ

Такі вольові якості як енергійність, терпеливість, витримка та сміливість відносять до базальних (первинних) якостей особистості. Функціональні прояви цих якостей є односпрямованими регуляторними діями свідомості, що набирають форми вольового зусилля.

<i>енергійність</i>	– здатність вольовим зусиллям швидко піднімати активність до необхідного рівня;
<i>терпеливість</i>	– уміння підтримувати шляхом допоміжного вольового зусилля інтенсивність роботи на заданому рівні за умов виникнення внутрішніх перешкод (наприклад, при втомі);
<i>витримка</i>	– це здатність вольовим зусиллям швидко гальмувати (послаблювати, уповільнювати) дії, почуття та думки, які заважають здійсненню прийнятого рішення;
<i>сміливість</i>	– це здатність зберегти якість діяльності при виникненні небезпеки (для життя, здоров'я чи престижу). Інакше кажучи, сміливість пов'язана із умінням протистояти страху і йти на виправданий ризик задля визначеної мети.

СИСТЕМНІ ВОЛЬОВІ ЯКОСТІ

<i>рішучість</i>	– це здатність своєчасно приймати обгрунтовані, стійкі рішення і без вагань переходити до їх впровадження;
<i>цільеспрямованість</i>	– це підпорядкування поведінки стійкій життєвій меті, готовність та рішучість віддати усі сили і вміння для її досягнення, планомірне, неухильне її досягнення. Із цієї перспективної мети виходять окремі підпорядковані цілі як необхідні складові на шляху досягнення основної мети; усе зайве, непотрібне відкидається;
<i>самостійність</i>	– підпорядкування поведінки власним поглядам та переконанням, протистояння примусу до дій, які не співпадають із переконаннями. Однак, самостійна людина не відкидає будь-яку чужу думку, але свідомо розглядає сторонні поради і вказівки, оцінює їх, і, якщо вони розумні, приймає;

наполегливість	– це здатність доводити до кінця прийняте рішення, досягати поставленої мети, переборювати перешкоди на шляху до неї: при невдачах наполегливий не втрачає духу, він стає рішучим у досягненні наміченого та веде пошук нових шляхів і засобів. Наполегливість особливо проявляється при складній, важкій, нудній роботі. Схожою, але заперечною якістю володіє впертість. Якщо наполеглива людина намагається досягти мети, позитивний характер якої зрозумілий, то впертий переслідує нерозумні цілі, часто розуміє свою неправоту, але продовжує відстоювати помилкову точку зору, керуючись бажанням будь-якою ціною наполягти на своєму. Впертість лише маскує слабку волю, оскільки вперта людина неспроможна перебороти себе, відмовитися від дій, помилковість котрих часто розуміє сама;
мужність	– більш складне поняття, яке передбачає наявність не лише сміливості, але й наполегливості, витримки навіть за смертельної небезпеки; впевненості у собі, у правоті своєї справи (наприклад, мужність воїнів, які віддали своє життя заради Батьківщини). Мужність може проявлятися у наполегливій праці. Протилежна, заперечна якість – боязкість: страх за себе, своє життя керує діями несміливої людини, яка внаслідок цього може легко зрадити своєму обов'язкові;
дисциплінованість	– це свідоме підпорядкування своєї поведінки суспільним правилам.

ВИСНОВКИ ДО ГЛАВИ

Вольова діяльність – це особлива форма активності людини. Вона полягає у тому, що людина здійснює владу над собою, контролює власні імпульси і у разі необхідності – гальмує їх. Вольову діяльність не можна зводити до активності організму й ототожнювати з нею, адже активність властива і тваринам. Вони задовольняють свої біологічні потреби, пристосовуючись до умов життя, виявляють тривалий вплив на оточуючу природу, але це відбувається без будь-якого свідомого наміру з їхнього боку і є чимось випадковим по відношенню до самих тварин.

Воля та вольові процеси людини виробились у процесі її суспільного та історичного розвитку, у трудовій діяльності. Живучи і працюючи, люди поступово навчилися ставити собі певні цілі і свідомо добиватися їх реалізації. У боротьбі за існування, долаючи труднощі, напружуючи свої сили чи стримуючи себе, людина виробила у собі різні якості волі. Чим важливіші були ті цілі, які ставили собі люди в житті, і чим більше вони їх усвідомлювали, тим активніше вони добивалися їх реалізації.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Гиппенрейтер Ю. Б. Введение в общую психологию: Курс лекций / Ю. Б. Гиппенрейтер. – М.: Изд-во МГУ, 1988. – 340 с.
2. Дружинина В. Н. Психология [учебник для гуманитарных вузов] / В. Н. Дружинина. – СПб: «Учебник нового века», 2001. – 656 с.
3. Еникеев М. И. Общая и социальная психология / М. И. Еникеев. – М.: Норма, 2002. – 624 с.
4. Костюк Г. С. Психология / Г. С. Костюк. – К.: Рад. шк., 1968. – 345 с.
5. Лурия А. Р. Лекции по психологии / А. Р. Лурия. – СПб.: Изд-во Питер, 2006. – 320 с.
6. Маклаков А. Г. Общая психология / А. Г. Маклаков. – СПб: Питер, 2003. – 592 с.
7. Немов Р. С. Психология / Р. С. Немов. – М.: Просвещение, 1995. – 496 с.
8. Петровский А. В. Общая психология / Под ред. А. В. Петровского. – М.: Издательский центр Академия, 1977. – 512 с.
9. Петровский А. В. Хрестоматия по психологии / А. В. Петровский. – М., 1977. – С. 53-74, С. 113-121, С. 134-137.
10. Поняття про волю / електронний ресурс <http://referat.repetitor.ua>. – Назва з екрана.
11. Срипченко О. Загальна психологія: навч. посібник / О. Срипченко, Л. Долинська, З. Городнійчук та ін. – К.: А.П.Н., 2001. – 464 с.
12. Савчин М. В. Загальна психологія / Вольові процеси і вольові стани . Електронний ресурс: http://zaochka.net/catalog_p_8_p_145.html - Назва з екрану.
13. Google поиск картинок, фото; / електронний ресурс <http://www.google.com.ua/search> – Название с экрана.

ПИТАННЯ ДЛЯ САМОПЕРЕВІРКИ ТА КОНТРОЛЮ ЗАСВОЄННЯ ЗНАНЬ

1. Назвіть класифікацію потреб.
2. Надайте поняття терміну воля.
3. Назвіть вольові якості людини.
4. Які ви знаєте історичні етапи становлення волі?
5. Що таке самооцінка?
6. У чому виражаються вікові особливості волі?
7. Охарактеризуйте нейрофізіологічні основи волі.
8. Які розлади ефекторно-вольової сфери ви знаєте?
9. Етапи вольового процесу.
10. Вікові особливості волі. Розвиток і формування волі.

КОНТРОЛЬНІ ТЕСТИ

1. До розладів ефекторно-вольової сфери відносяться:
А. Стереотипи; відсутність уваги й інтересу до співрозмовника; зневага фактами.
Б. Гіпербулія; гіпобулія; ступор; апраксія; імпульсивні дії.
В. Конфліктність; аморальна спрямованість; інформативність.

2. Основні ознаки вольових дій:

А. Складний внутрішній світ й актуалізація цієї складності; складної і розвинутої ієрархії потреб і мотивів; високого рівня розвитку почуттів і цінностей; складно організованої і розвинутої когнітивної структури, здатності індивіда до самоаналізу і саморефлексії.

Б. Сукупність індивідуальних, природжених психологічних рис особистості, які залишаються порівняно постійними при різноманітних мотивах та меті діяльності людини і проявляються через її реакцію на життєві ситуації.

В. Свідоме подолання перешкод на шляху до досягнення мети; наявність конкуруючих (суперечливих) мотивів; наявність вольового зусилля.

ТЕМИ РЕФЕРАТІВ

1. Стадії вольових процесів.
2. Вольові властивості особистості, які виявляються на стадії прийняття рішення у вольовому акті.
3. Вольові процеси та їх характеристика.
4. Воля: загальні особливості та вплив на професійну діяльність особистості.

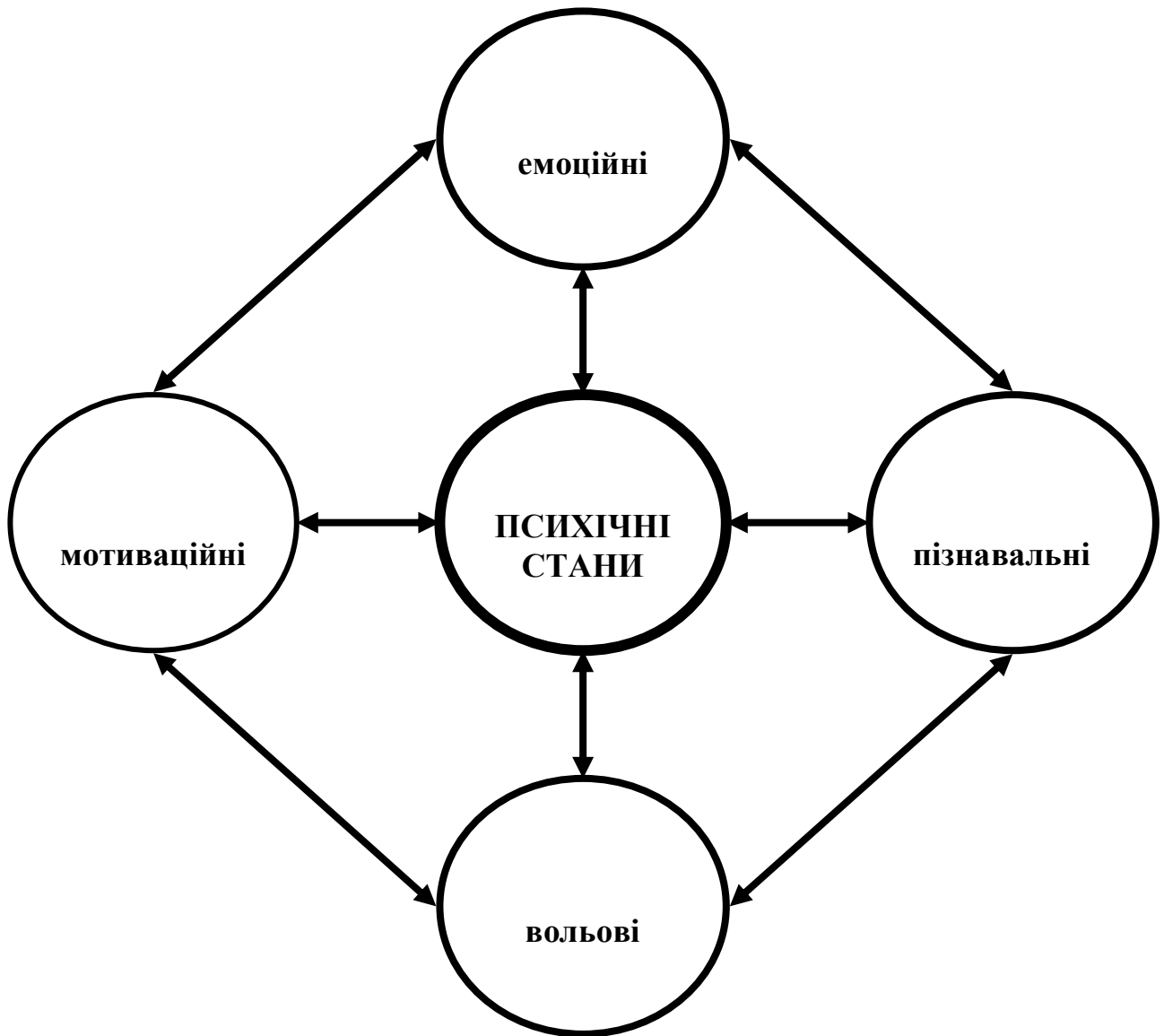
СПИСОК РЕКОМЕНДОВАНОЇ ЛІТЕРАТУРИ

1. Дружинина В. Н. Психология [учебник для гуманитарных вузов] / В. Н. Дружинина. – СПб: «Учебник нового века», 2001. – 656 с.
2. Еникеев М. И. Общая и социальная психология / М. И. Еникеев. – М.: Норма, 2002. – 624 с.
3. Маклаков А. Г. Общая психология / А. Г. Маклаков. – СПб: Питер, 2003. – 592 с.
4. Лурия А. Р. Лекции по психологии / А. Р. Лурия. – СПб.: Изд-во Питер, 2006. – 320 с.



РОЗДІЛ III

ПСИХІЧНІ СТАНИ



ГЛАВА 3.1.

ЕМОЦІЙНІ СТАНИ

Психіка особистості пластична та динамічна, тому поведінка людини у певний проміжок часу залежить від того, які саме особливості психічних станів проявляються у даний визначений час. При цьому емоційні стани, в яких може знаходитись людина, зазвичай, впливають і на психічні процеси, які взаємопов'язані між собою. Тому важливим тут є виявлення саме конфліктних станів та їх вплив як на внутрішній стан особистості, так і на зовнішню поведінку.

У психології існує чисельна кількість станів, які відносяться до емоційних, але проаналізувавши та систематизувавши основні теорії та підходи, ми визначили найбільш впливові та основні – стрес, фрустрація, агресія, страх, тривога, пристрасть, настрій, депресія, горе, страждання та закоханість. Ми описали саме ці стани, оскільки вважаємо, що майбутні правоохоронці та правознавці повинні бути ознайомлені із особливостями їх перебігу, оскільки вони часто можуть зустрічатися при здійсненні професійних функцій.

Мета даної глави: ознайомити курсантів та студентів із загальними особливостями, характеристиками, класифікаціями таких емоційних станів як стрес, фрустрація, агресія, тривога, страх, настрій, депресія, горе, страждання та закоханість.

Мета вивчення глави:

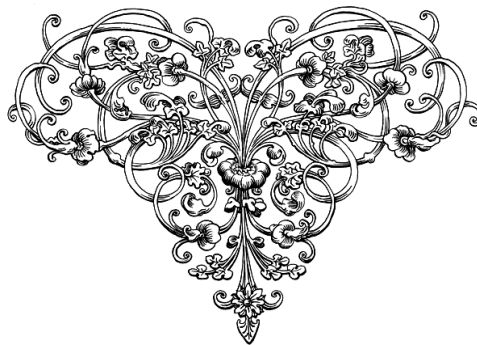
1. **Освітня** – сформувати у курсантів та студентів знання основних характеристик стресу, фрустрації, агресії, страху, тривоги, пристрасті, настрою, депресії, горя, страждання та закоханості.

2. **Практична** – сприяти розвиткові умінь визначати стан агресії в залежності від особливостей її видів.

3. **Розвивальна** – розвивати уміння встановлювати лінію поведінки при спілкуванні в залежності від емоційного стану особистості.

4. **Виховна** – розкрити шляхи для самовдосконалення.

Ключові поняття глави: стрес, фрустрація, агресія, страх, метод баражування, фобія, тривога, пристрасть, настрій, дисфорія, ейфорія, депресія, горе, страждання, закоханість та ін.



3.1.1. СТРЕС

Стрес (від англ. stress – напруга) – викликане надсильною дією нервово-психічне перенапруження, адекватна реакція на яке раніше не сформована, але має бути знайдена в ситуації, що склалася [3].



Г. Сельє
(1907 – 1982 рр.)

Г. Сельє висунув гіпотезу, що старіння є результатом усіх стресів, яким піддавався організм упродовж свого життя. Старіння відповідає «фазі виснаження» загального адаптаційного синдрому, що у певному сенсі є прискореною версією нормального старіння. Будь-який стрес, особливо викликаний марними зусиллями, залишає після себе незворотні хімічні зміни, які зумовлюють ознаки старіння у тканинах. Успішна діяльність, якою б вона не була, залишає менше наслідків старіння, отже, за Г. Сельє, можна довго й щасливо жити, якщо обрати придатну для себе роботу й добре з нею справлятися.

Виникнення і переживання стресу залежить не стільки від об'єктивних, скільки від суб'єктивних чинників, від особливостей самої людини, оцінювання нею ситуації, зіставлення своїх сил і особливостей із тим, що вимагається.

ПРИЧИНИ СТРЕСОВОГО НАПРУЖЕННЯ [12]:

1. Набагато частіше вам доводиться робити не те, що хотілося б.
2. Вам постійно бракує часу – не встигаєте нічого зробити.
3. Ви постійно хочете спати.
4. Ви бачите надто багато кольорових снів, особливо коли дуже втомилися за день.
5. Ви дуже багато палите та/або споживаєте більше ніж звичайно алкогольних напоїв.
6. Вам майже нічого не подобається.
7. У вас постійні конфлікти, як вдома, так і на роботі.
8. Відчуваєте незадоволеність життям і жити взагалі не хочеться.
9. З'являється комплекс неповноцінності.
10. Вам немає з ким поговорити про свою проблему, ніхто вас не розуміє.
11. Ви не відчуваєте поваги до себе.
12. У вас є певне хронічне захворювання або постійно турбує біль.
13. Ви незадоволені своїм особистим та сексуальним життям.

Із практичної точки зору, надлишковий стрес, будучи надмірною психологічною чи фізіологічною напругою, викликає психосоматичні захворювання. У кожної людини виникають різні реакції організму на стрес: не може адаптуватися, врівноважено реагує, стрес не дає ніяких наслідків.

ОЗНАКИ СТРЕСОВОЇ НАПРУГИ [12, 15]:	
<i>Поведінкові зміни при стресах:</i>	
• неможливість зосередитись на будь-чому;	
• занадто часті помилки у роботі;	
• пасивність;	
• апатія і знижений інтерес до міжособистісних стосунків;	
• дратівливість;	
• розгубленість;	
• дуже швидке або повільне мовлення;	
• робота не надає колишнього задоволення;	
• втрата почуття гумору;	
• різко зростає кількість викурених цигарок;	
• зростає потяг до алкогольних напоїв.	
<i>Фізіологічні зміни при стресах:</i>	
• прискорення серцебиття і дихання;	
• підвищення артеріального тиску;	
• можливі помилки у сприйнятті, пам'яті, увазі, мисленні;	
• постійне відчуття втоми;	
• загальна загальмованість;	
• безпричинні болі у голові, спині, шлунку;	
• постійне відчуття голоду або навпаки – втрата апетиту;	
• безсоння або сонливість.	

При слабкому стресі подібних порушень не спостерігається, а навпаки, виникає загальна фізична зібраність і організованість, активація діяльності, ясність і чіткість думок, винахідливість. До повторних стресів людина поступово звикає, пристосовується (адаптується) швидше – представники сильного типу нервової системи [4, 5].

У повсякденному житті Г. Б. Сельє розрізняє
два типи стресу:

еустрес

дистрес

пов'язаний із бажаним ефектом і здійснює мобілізуючу дію на поведінку.

пов'язаний із небажаним ефектом і який справляє негативний, шкідливий вплив.

Будь-яка несподіванка, що порушує звичний перебіг життя, може стати *стресором* або причиною *стресу*. При цьому не мають значення зміст самої ситуації та ступінь її об'єктивної загрози. Важливим є саме суб'єктивне ставлення до неї [11].

Стресор

це фактор, який викликає стан стресу.

Виокремлюють стресори:

Фізіологічні

– які впливають на фізіологічний стан людини.

Психологічні

– які впливають на психічний стан.

Психологічні стресори поділяються на:

Інформаційні

– виникає у ситуаціях інформаційних перевантажень, коли людина не виконує завдання, не встигає приймати правильні рішення у належному темпі.

Емоційні

– виявляється у ситуаціях загрози, небезпеки, гніву, образи та ін.

Г. Сельє (1907 – 1982 рр.) довів, що у розвитку стресової реакції можна виділити три стадії:

Стадія **тривожності** – відбуваються біологічні реакції, які зумовлюють можливість боротьби або втечі. Мобілізація організму для зустрічі із загрозою. Із погляду фізіології, це згущення крові, підвищення тиску, збільшення печінки тощо.

Стадія **резистентності** – підвищується стійкість та протидія організму до надзвичайних подразників. У людини на цій стадії активізується розумова та м'язова діяльність, мобілізується воля та бажання подолати незвичні обставини або надзвичайну ситуацію. Якщо дія стресора на цій стадії припиняється або стає меншої сили, зміни, які він викликав, поступово нормалізуються.

Стадія **виснаження** – втома, фізичні проблеми призводять до хвороб і навіть до загибелі організму. Ті самі реакції, які дозволяють опиратися короткочасним стресорам (підсилення енергії напруження м'язів, недопущання ознак болю, припинення травлення, високий тиск крові), за тривалої дії шкідливі.

3.1.2. ФРУСТРАЦІЯ

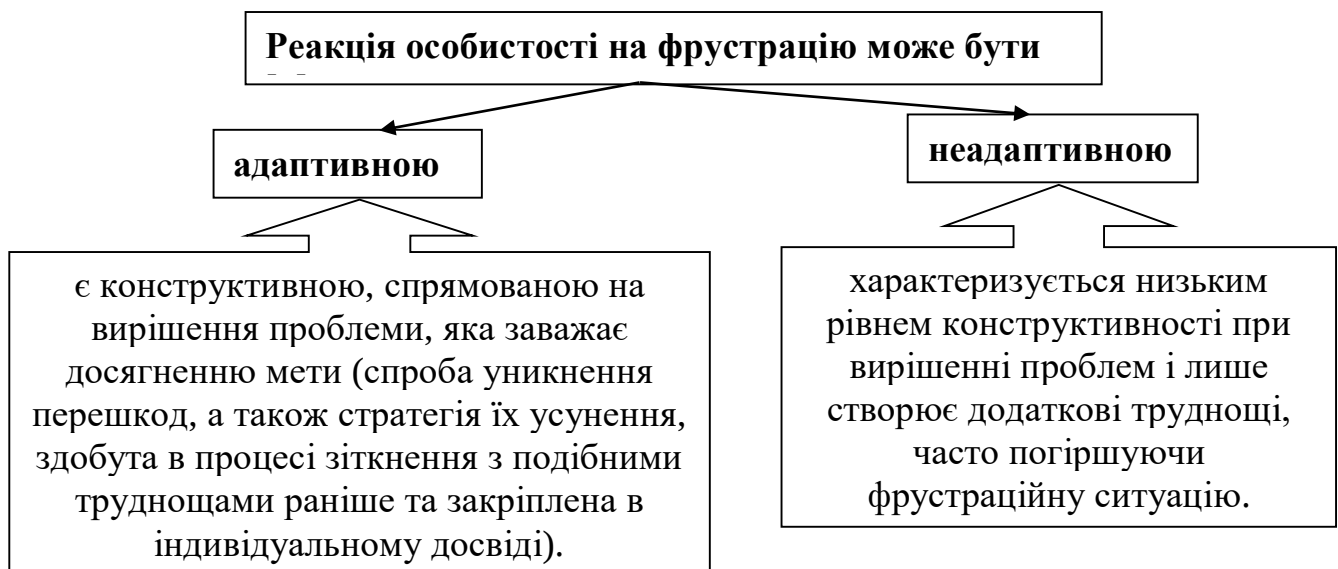
Фрустрація

(від лат. frustratio – невдача, обман) – конфліктний негативно-емоційний стан, який виникає у зв'язку із крахом надій, несподівано виниклими непереборними перешкодами на шляху досягнення високозначимих цілей [4].



Історично проблема фрустрації пов'язана із роботами З. Фрейда і його послідовників, які вбачали однозначний зв'язок між фрустрацією і агресією. У рамках біхевіористських теорій, фрустрація визначалася С. Розенцвейгом як зміна або загальмовування реакції за певних умов, при перешкоді діяльності.

Нині багато авторів використовують поняття фрустрації і психологічного стресу як синоніми; деякі обґрунтовано розглядають фрустрацію як окрему форму психічного стресу. Правомірно також розглядати фрустрацію у контексті міжособистісного функціонування, і з цієї точки зору для дослідників становить інтерес сфера міжособистісних конфліктів і труднощів, які можуть виникати в найрізноманітніших життєвих ситуаціях, у тому числі і у повсякденних [9].



СКЛАДОВІ ФРУСТРАЦІЇ [7]	
За проявами фрустрації можливі такі реакції особистості:	
<i>толерантність</i> (терпливість, витривалість)	тобто стан, коли фрустратор не викликає фрустрацію. Може проявлятися у формі спокійної, розсудливої поведінки; у посиленому напруженні, докладанні зусиль для стримування небажаних імпульсивних реакцій у формі бравати як способу приховати озлобленість, смуток чи зневіру;
<i>агресія</i>	це стенічна реакція, яка часто супроводжується втратою самоконтролю, проявляється переважно у забіякуватості, грубоощах, нахабності або може бути у формі прихованої недобррозичливості чи озлобленості;
<i>фіксація</i>	це стенічний, але ригідний стан (стереотипна поведінка, вперте продовження попередньої діяльності, навіть якщо вона марна чи навіть небезпечна) або «прикутість до фрустратора» (тривалі негативні переживання, аналізування фрустраційної ситуації) чи особлива форма фіксації – вередлива поведінка;
<i>«втеча»</i>	у цікаву діяльність як спосіб відволіктись, забути про дію фрустратора;
<i>регресія</i>	це повернення до більш примітивних, інколи інфантильних форм поведінки, або зниження ефективності діяльності;
За спрямованістю фрустраційні реакції можуть бути:	
<i>екстрапунітивними</i>	якщо індивід агресивно звинувачує в своїх труднощах зовнішні перешкоди та оточуючих осіб;
<i>інтрапунітивними</i>	(реакції самозвинувачення) чи імпунітивними (спроби особистості примиритись із ситуацією).

Стан <i>фрустрації</i> виникає не відразу. Для його появи потрібно перебороти так званий <i>фрустраційний поріг</i> . Його визначає низка моментів:	
•повторення незадоволення: при повторному незадоволенні (невдачі) відбувається його підсумування із емоційним наслідком від колишньої невдачі;	
•глибина незадоволення: чим сильнішою була потреба, тим нижчий поріг фрустрації;	
•емоційна збудливість: чим вона вища, тим нижчий фрустраційний поріг;	
•рівень домагань людини, її звичка до успіху: чим довше людина не зазнавала невдачі, тим нижчий поріг;	
•етап діяльності: якщо перешкода виникає на початку діяльності, агресія виражена слабше, ніж коли невдача захопила людину у самому кінці.	

Фрустрацію спричиняють і внутрішні конфлікти. Курт Левін виокремив такі три їхні типи:

- конфлікт рівнозначних позитивних можливостей: у людини є дві чи більше привабливі мети, але їх неможливо досягти одночасно; особливість цього типу конфліктів полягає у тому, що за будь-якого вибору людина все-таки залишиться у виграші, тому цей конфлікт викликає слабку фрустрацію;

- конфлікт рівнозначних негативних можливостей, або ситуація «із двох бід...», коли людині доводиться вибирати із двох непривабливих перспектив; за будь-якого вибору вона виявиться у програші, тому фрустрація при цьому типі конфлікту буває найдужчою, і часто реакцією на неї є спроба втечі від неї, а якщо це неможливо, - виникає гнів;

- конфлікт позитивно-негативних можливостей або «проблема вибору»: у мети є як позитивний, так і негативний бік (хочеться з'їсти булочку або тістечко, але не хочеться товстішати тощо). Цей тип конфлікту трапляється в житті найчастіше. Під час розв'язання цих конфліктів спочатку переважає позитивна тенденція – людина піддається бажанню, але потім виникає побоювання у зв'язку із можливими неприємностями, і в міру наближення до мети ця негативна тенденція підсилюється й може призвести до відмови від досягнення мети. При цьому типі конфліктів фрустрація буває середньої сили.

Фрустрація може вплинути і на діяльність людини. В одних випадках вона мобілізує її для досягнення віддаленої за часом мети, підвищує силу мотиву, а інших – демобілізує. У цьому разі людина прагне відійти від конфліктної ситуації (заборонену або недосяжну мету реалізовує подумки чи тільки частково або вирішує схоже завдання) чи загалом відмовляється від діяльності.



3.1.3. АГРЕСІЯ

Агресія – це ініціативна або захисна, навмисна або ненавмисна, корислива або некорислива, усвідомлювана або неусвідомлювана, активна або пасивна, пряма або непрямая поведінка особистості, яка може проявлятися у вигляді [15]:



тим інтересам;
тості;
вних відчуттів (гніву, люті,
і, у фізичному і психічному
нападу;
від жорстокості та бажання

як поведінка, але і як [15]:

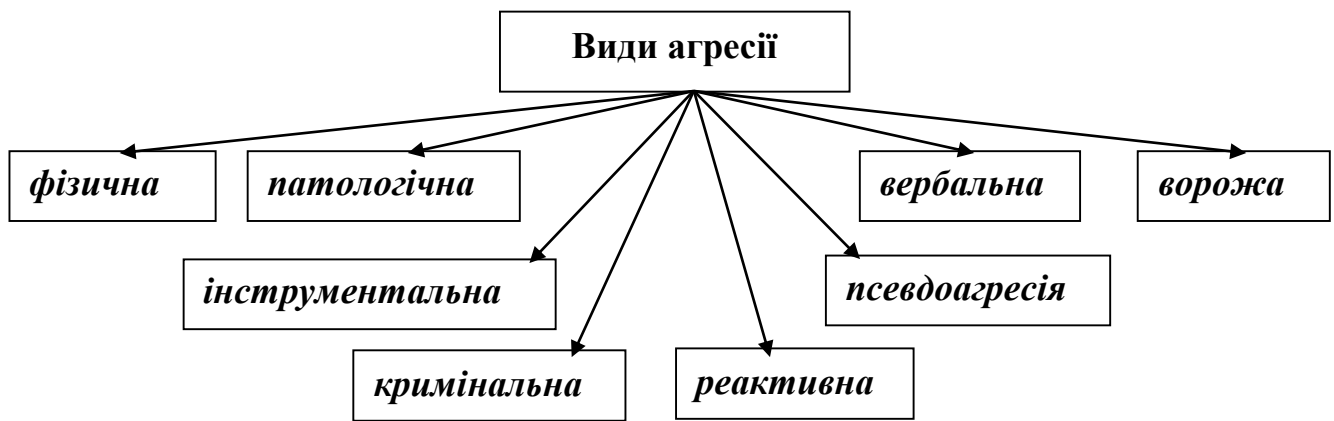
но стійка
вність
вої системи

потреба в
отриманні певних
почуттів,
відчуттів і емоцій

поточний
психічний
стан

ведінка буває:

<i>активна</i>	<i>пасивна</i>	<i>пряма</i>	<i>непряма</i>
активні агресивні дії та вчинки особистості проти об'єкта (особи або предмета) своєї агресії.	відмова особистості виконувати якісь функції, вимоги або завдання.	безпосередньо спрямована проти певного об'єкта (особи, предмета) агресії.	дії, які побічно спрямовані проти іншої особи (плітки, злісні жарти), та дії, які характеризуються відсутністю спрямованості і невпорядкованістю (вибухи люті, що проявляються в тупотінні ногами, стуканні кулаком по столу тощо).



ВИДИ АГРЕСІЇ [15]:	
1. Фізична агресія. За формою вона може бути:	
<i>активна – пряма</i>	– це використання фізичної сили проти об'єкта фрустрації або проти предмета, який належить об'єкту фрустрації;
<i>активна – пряма – захисна</i>	– це використання особою фізичної сили проти об'єкта фрустрації, із метою захисту власного життя і здоров'я (оточуючих) та припинення нестерпних страждань;
<i>активна – непряма</i>	– це використання фізичної сили проти особи, яка не є об'єктом фрустрації;
<i>активна – замінююча</i>	– це використання фізичної сили проти предмета, який не належить об'єкту фрустрації;
<i>пасивна – пряма</i>	– це прагнення фізично не дозволити іншій людині досягти бажаної мети або зайнятися бажаною діяльністю (наприклад, сидяча демонстрація);
<i>пасивна – непряма</i>	– це відмова від виконання необхідних вимог чи завдань (наприклад, відмова звільнити територію під час сидячої демонстрації).
2. Інструментальна агресія – використання предметів як засобів досягнення певної мети. За формою, із нашої точки зору, варто виділити таку інструментальну агресію:	
<i>активна – пряма</i>	– це використання предметів як засобів досягнення певної мети, тобто нанесення іншій людині ударів холодною зброєю; нанесення побоїв або поранень за допомогою вогнепальної зброї тощо;
<i>активна – пряма – оборонна</i>	– це використання особою предметів, зброї проти об'єкта фрустрації, з метою припинення його посягань на життя та здоров'я, власне чи оточуючих;
<i>активна – непряма</i>	– це, наприклад, встановлення мін-пасток, змова із найманим убивцею з метою знищення ворога;
<i>пасивна – пряма</i>	– це нанесення ударів холодною зброєю неживим предметам, які уособлюють образ фрустратора (лялька, опудало, фотографія тощо);
<i>пасивна – непряма</i>	– нанесення ударів холодною зброєю неживим предметам як засіб вираження негативних почуттів проти фруструючої ситуації.
3. Вербальна агресія. За формою можна виділити такі її види:	
<i>активна – пряма</i>	– безпосередня словесна образа, приниження або злісні висловлювання на адресу об'єкта фрустрації; вираження негативних почуттів через форму (сварка, лемент, вереск) або через зміст вербальних реакцій (погроза, проклін, лайка) об'єкту фрустрації;

<i>активна – непряма</i>	– наприклад, поширення злісного наклепу або пліток про іншу людину;
<i>активна – замінююча</i>	– це вираження негативних почуттів, спрямованих на адресу фрустратора, сторонньому суб'єкту через зміст вербальних реакцій (погроза, проклін, лайка);
<i>пасивна – пряма</i>	– відмова розмовляти з іншою людиною, відповідати на її запитання тощо;
<i>пасивна – непряма</i>	– відмова дати певні словесні пояснення (наприклад, відмова висловитися на захист людини, яку безпідставно критикують).
4. Ворожа агресія – виражається у діях, метою яких є заподіяння шкоди, болю і страждань об'єкту агресії. Рушійними силами ворожої агресії є почуття образи, заздрість та ненависть до оточуючих, підозрілість, недовіра й обережність стосовно людей.	
<i>активна – пряма</i>	– це ворожий безпосередній вплив на кривдника (ворога), який виражається у прямих словесних образах й приниженнях, у фізичному впливі на кривдника (наприклад, воєнні дії однієї держави з іншою, боротьба одного угруповання з іншим, бійка тощо);
<i>активна – непряма</i>	– це непрямий вплив на кривдника (скарги на кривдника присутнім, близьким йому людям; змова зі сторонньою особою з метою помсти своєму ворогу, захоплення заручників);
<i>пасивна – пряма</i>	– це безпосередня відмова від спілкування із кривдником через почуття помсти і ворожості, відмова у допомозі кривднику, відмова від виконання необхідних завдань, що якимось пов'язані із кривдником тощо;
<i>пасивна – непряма</i>	– це відмова від взаємодії або від спілкування з кривдником через почуття помсти без певних словесних пояснень іншим людям.
Серед підвидів ворожої агресії слід виокремити:	
<i>психологічну</i>	– за характером прояву психологічна агресія буває злоякісною та доброякісною. Під злоякісною (неправомірною) психологічною агресією слід розуміти свідомий (прямий або непрямий) негативний неправомірний психологічний вплив на психіку особистості, метою якого є задоволення агресором своєї потреби у приниженні, образі суб'єкта помсти або особи, яка заміщає його, а також заподіяння психологічного болю для досягнення певної корисливої мети. Правомірна психологічна агресія – це свідомий (прямий або непрямий) психологічний вплив на особистість правопорушника, метою якого є досягнення певної правової мети – припинення злочину, який передбачається, на стадії його виникнення;
<i>негативізм</i>	– це позбавлений розумних підстав опір суб'єкта впливам на нього. У психології це поняття визначає невмотивований опір чужому впливу. Негативізм виникає як захисна реакція на впливи, які вступають у протиріччя з потребами суб'єкта. У цьому випадку відмова від виконання вимог є способом виходу з конфлікту і звільненням з-під травмуючого впливу;
<i>політичну</i>	– озброєний напад однієї держави на іншу з метою захоплення чужих територій чи насильницької зміни влади. Формами

	політичної агресії є війна, тероризм, ідеологічні етнічні зіткнення, геноцид.
5. Патологічна агресія проявляється при психічних відхиленнях або захворюваннях, нервово-психічних розладах – не у продуктивних діях, у а деструктивному ставленні до самого себе або до інших. Серед форм патологічної агресії слід виділити мазохізм, садизм, садомазохізм, некрофілію (сексуальну й несексуальну), педофілію, гентерофілію, аутоагресію тощо.	
6. Реактивна або афективна агресія – це сильний, відносно короткочасний руховий і вісцеральний прояв агресії в критичних умовах при нездатності суб'єкта знайти адекватний вихід з небезпечних раптових ситуацій.	
7. Псевдоагресія – це дії, в результаті яких може бути заподіяна шкода, але яким не передували злі наміри. Серед видів псевдоагресії слід виділити: ненавмисну, ігрову й агресію як самоствердження.	
8. Кримінальна або протиправна агресія – це девіантна поведінка індивіда, що суперечить соціально прийнятним нормам і правилам існування людей у суспільстві. Формами прояву кримінальної агресії є вбивство, поранення, жорстокість, нанесення іншій особі моральних і тілесних ушкоджень, згвалтування, заподіяння шкоди здоров'ю, різні форми психічного й фізичного примушення до скоєння певних дій тощо.	

За кількістю учасників агресивних дій, агресія буває:		
індивідуальна	групова	масова, або натовпу
безпосередня агресивна поведінка особистості.	агресивна група осіб, із загальними поглядами та переконаннями, об'єднаних спільною метою.	скупчення агресивно налаштованих людей, які пов'язані спільними ідеями психологічної безнадійності ситуації, що склалася навколо них; натовп характеризується «зарядженням».

Психологічні особливості агресії [15]

цілісність	хоча агресивність належить переважно до емоційної сфери психіки, однак вона характеризує психічний стан особистості в цілому за певний проміжок часу;
динаміка і відносна стійкість проявів	агресивна поведінка мінлива: вона має початок, динаміку та кінець;
індивідуальна своєрідність і типовість	психічний стан агресії нерозривно пов'язаний з індивідуальними особливостями особистості, її моральними, вольовими та іншими рисами;
різноманітність проявів	агресія буває цілеспрямованою або дифузною, активною або пасивною, прямою або непрямою, фізичною або вербальною тощо;
полярність	кожному психічному стану відповідає протилежний. Так, агресії протистоїть егресивність (протилежне агресії поняття, втеча від вирішення конфліктних ситуацій, від виконання складних завдань, від відповідальних доручень, тобто невміння особистості проявити адекватну агресію).

	Перехід з одного стану в протилежний особливо яскраво проявляється в незвичайних (екстремальних) умовах;
<i>прямий та безпосередній зв'язок із психічними процесами і властивостями особистості</i>	агресія виникає в результаті діяльності мозку, що відображає дійсність, проте не дзеркально, а пристрасно, як писав С. Л. Рубінштейн. Психічний стан служить для неї тлом, який сприяє прояву особливостей особистості чи маскуванню їх.

Психологічними детермінантами виникнення агресії є вплив відповідних провокуючих об'єктивних та суб'єктивних чинників і факторів, серед них слід виділити [16]:

Індивідуально-психологічні:

- властиві особистості негативні риси характеру (негативізм, жадібність, жорстокість, хитрість, заздрісність, інтелектуальна неповноцінність, слабка воля, емоційна нестійкість, ригідність, підозрілість тощо);
- деструкція особистості, патологія рис характеру;
- особистісні негативні установки (знецінення моральних, правових, естетичних і етичних норм, ексцентричні переконання (наприклад, параноїдальні ідеї) тощо), відсутність позитивних життєвих прагнень і цілей;
- інтенсивний негативний настрій із невідреагованими емоціями (гніву, люті, образи, злості тощо).

Психофізіологічні:

- перевага моторного рухового компонента над розумовим і сенсорним;
- невротичні реакції;
- перевага процесів збудження над процесами гальмування тощо;
- нездатність витримувати тривале емоційне напруження;
- нездатність до тривалого напруження сенсорних систем в умовах монотонії.

Психофізичні:

- важкі хронічні та соматичні захворювання;
- психічне й фізичне перевтомлення;
- черепно-мозкові травми (ушкодження визначених ділянок головного мозку (амігдали), вентромедіальних ядер гіпоталамуса) тощо.

Психолого-педагогічні:

- психологічна некомпетентність особи;
- відсутність індивідуального підходу до особистості;
- неадекватність виховних заходів;
- байдужість, нетактовність, дратівливість по відношенню до особистості з боку її оточення;
- заниження оцінки діяльності та блокування особистісного зростання;
- відмова у своєчасній допомозі особистості та нерозуміння її емоційного стану;
- навчання агресивному поведінню;
- зловживання батьками покаранням, їх жорстоке ставлення тощо.

Соціально-психологічні фактори:

- несприятливі умови взаємодії особи зі своїм найближчим оточенням, у родині та у професійній діяльності;
- прагнення уникнути тиску обов'язків та вимог;
- образа на долю та конкретних людей;

- важкий емоційний клімат у родині (алкоголізація близьких, нерозуміння з боку інших, систематичні конфлікти тощо).

3.1.4. ТРИВОГА

Тривога – це:

- негативно забарвлений емоційний стан, що виражає відчуття невизначеності, очікування негативних подій, важко визначене передчуття чогось;
- емоційна відповідь на можливу психічну загрозу [4].



ТРИВОГА ВІДЧУВАЄТЬСЯ НА РІВНЯХ:

<i>поведінковому</i>	- напруга; - стурбованість, хвилювання, нервозність, передчуття невдачі; - невизначеність, безсилля, неможливість прийняти рішення; - самотність, безпомічність, незахищеність; - втрата можливості концентруватися на чомусь, окрім небезпеки, що наближається.
<i>фізіологічному</i>	- часте дихання; - збільшення хвилинного об'єму циркуляції крові; - підвищення артеріального тиску та прискорення пульсу; - зростання загальної збудженості; - уповільнення травлення; - припинення слиновиділення, сухість у роті; - зниження порогів чутливості, нейтральні стимули отримують негативне забарвлення.

Кожній людині властивий певний рівень тривожності, що сприймається нею по-різному. Загострення тривожності може бути пов'язане із конкретними ситуаціями чи подіями (фобічна тривога) або виникати спонтанно.

Тривожність проявляється у схильності людини переживати найрізноманітніші ситуації, як такі, що їй чим-небудь загрожують та відчувати при цьому незвичайний страх і неспокій, який не спрямований на певний предмет або явище. Тривожність тим вища, чим:

- а) людина більше розмірковує про можливу особисту невдачу у відповідальній справі, ніж про саму справу;
- б) людина намагається уникати різних життєвих помилок, навіть незначних, наприклад, схильність неодноразово перевіряти ще раз результати своїх дій (може вернутися додому з половини шляху, щоб перевірити чи замкнені двері, чи вимкнене світло, вода, газ тощо);
- в) особа важче переносить різні очікування: в чергах, транспорті тощо;
- г) людина невпевнена у собі і у своїх діях, легше впадає у сум, недовірлива, схильна завчасно виконувати навчальні завдання, має підвищену відповідальність і навіть певна «занудність» при виконанні громадських доручень тощо.

3.1.5. СТРАХ

Страх – це внутрішній стан, обумовлений загрозою реального або передбачуваного лиха. Із точки зору психології вважається негативно забарвленим емоційним процесом [4].



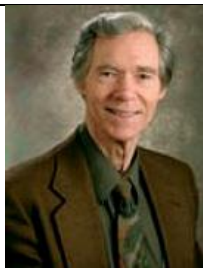
ГРУПИ СТРАХІВ:		
біологічні	соціальні	екзистенційні
страхи, безпосередньо пов'язані із загрозою життю людині.	боязні і побоювання за зміну свого соціального статусу.	пов'язані із самою сутністю людини, характерні для всіх людей.

Виходячи із цього принципу, страх пожежі відноситься до першої категорії, страх публічних виступів – до другої, а страх смерті – до третьої. Між тим, є й проміжні форми страху, що стоять на межі двох розділів. До них, наприклад, відноситься страх хвороб.

Людині властиво боятися небезпечних тварин, ситуацій і явищ природи. Страх, який виникає із цього приводу, носить генетичний або рефлексний характер. У першому випадку реакція на небезпеку записана на генетичному рівні, у другому (заснована на власному негативному досвіді) – записується на рівні нервових клітин. В обох випадках є сенс проконтролювати корисність подібних реакцій за допомогою розуму і логіки. Можливо, що дані реакції загубили своє корисне значення і лише заважають людині жити щасливо. Наприклад, є сенс із обережністю ставитися до змій, і безглуздо боятися павуків; можна цілком обґрунтовано побоюватися блискавок, але не грому, який не може заподіяти шкоди. Якщо подібні страхи заподіюють людині незручність, можна постаратися перебудувати свої рефлекси.

Страхи, які виникають у ситуаціях, небезпечних для життя і здоров'я, носять охоронну функцію, і тому вони корисні. Страхи ж перед медичними маніпуляціями можуть завдати шкоди здоров'ю, оскільки завадять людині вчасно встановити діагноз або провести лікування [4].





*К. Ізард
(Carrol
Izard,
1923 р.)*

Страх – це емоційний стан, який відображає захисну біологічну реакцію людини чи тварини під час переживання реальної або уявної небезпеки для їхнього здоров'я й благополуччя [9].

Отже, для людини як біологічної істоти виникнення страху не лише доцільне, а й корисне. Однак для людини як соціальної істоти страх часто стає перешкодою для досягнення поставлених нею цілей.

Стан страху є досить типовим для людини, особливо в екстремальних видах діяльності й за наявності несприятливих умов і незнайомої ситуації. У багатьох випадках механізм появи страху в людини є умовно-рефлекторним, у результаті випробуваного раніше болю чи якоїсь неприємної ситуації. Можливий і інстинктивний вияв страху. Причиною страху може бути і наявність чогось загрозливого, і відсутність того, що дає безпеку (наприклад, матері для дитини).

К. Ізард поділяє причини страху на зовнішні (зовнішні процеси й події) і внутрішні (потяги і гомеостатичні процеси, тобто потреби, і когнітивні процеси, виявлення людиною небезпеки під час спогаду або передбачення). У зовнішніх причинах він виокремлює культурні детермінанти страху, якіє результатом винятково вчення (наприклад, сигнал повітряної тривоги) [4].

ГРУПИ НЕБЕЗПЕК, ЯКІ СПРИЧИНЮЮТЬ СТРАХ [10]:

реальні	уявні	престижні
об'єктивно загрозливі здоров'ю й благополуччю особистості.	які об'єктивно не загрожують особистості, але вона сприймає їх як загрозу добробуту.	які загрожують похитнути авторитет особистості в групі.

ФОРМИ ВИЯВУ СТРАХУ

Невпевненість (сумнів)

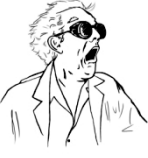


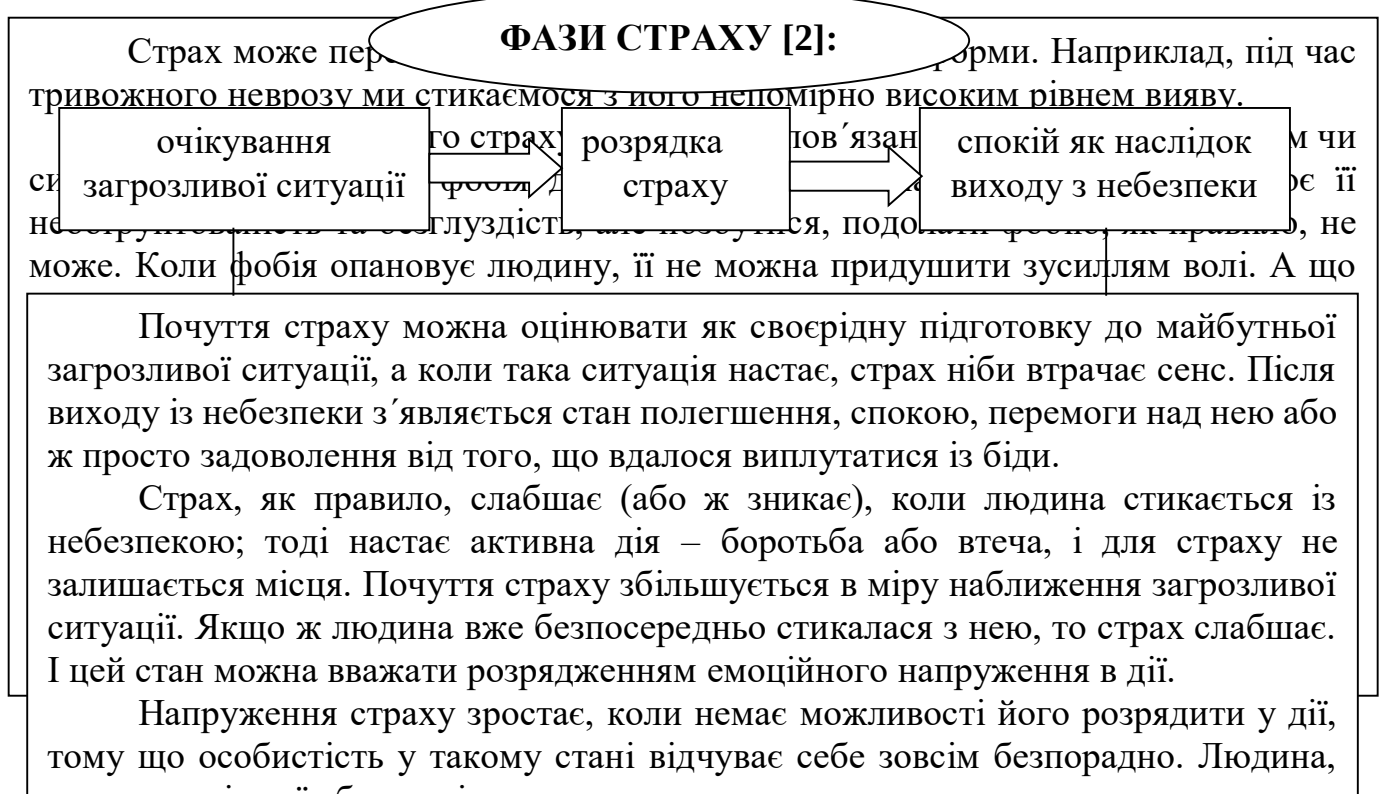
це оцінка ймовірності здійснення тієї або іншої події, коли відсутня достатня інформація, необхідна для прогнозування. Невпевненість у своїх силах може спричинити й побоювання за успіх здійснюваної діяльності, але самим побоюванням, і тим більше страхом, вона не є.

Розгубленість



це інтелектуальний стан, якому властива втрата логічного зв'язку між здійснюваними або планованими діями. Порушується сприйняття ситуації, аналіз й оцінка, внаслідок чого ускладнюється прийняття розумних рішень. Тому розгубленість характеризують недоцільні дії чи повна бездіяльність. Вона може супроводжувати паніку, але не є переживанням небезпеки, хоча може бути її наслідком.

Острах	це ситуативна емоція, яка пов'язана із певною й очікуваною небезпекою, тобто з уявленнями людини про можливі небажані й неприємні наслідки її дій або розвитку.
Побоювання	– це суто людська форма переживання небезпеки, яка з'являється на підставі аналізу ситуації, що виникла, зіставлення й узагальнення явищ і прогнозування ймовірності небезпеки або ступеня ризику. Це інтелектуальна емоція, «розумний страх», пов'язаний із передбаченням небезпеки.
Переляк 	особливою, філо- і онтогенетично першою формою страху є переляк або «несподіваний страх». Переляк, як зазначав І. І. Сеченов, – явище інстинктивне, воно виникає у відповідь на сильний звук, який зненацька з'являється. Переляк виявляється в трьох формах: заціпеніння, панічної втечі й безладного м'язового порушення. Йому притаманна короткочасність перебігу: заціпеніння швидко минає і може змінитися руховим порушенням.
Боязкість 	– це слабко виражена емоція страху перед новим, невідомим, невипробуваним, незвичним, котра іноді може мати ситуативний характер, але найчастіше – узагальнений. Її характеризують гальмівними впливами на поведінку і дії людини, що призводить до скутості рухів і звуження обсягу уваги (вона прикута до власного внутрішнього стану і меншою мірою спрямована на зовнішню ситуацію, від чого дії стають нецілеспрямованими й безпомічними).
Жах 	це найінтенсивніші форми вираження страху; може призвести до панічного стану. Людина у паніці тікає від небезпеки не тому, що у результаті гальмування кори головного мозку розгальмовується підкірка, а тому що заражається емоцією страху від інших людей, часом не розуміючи навіть самої небезпеки.



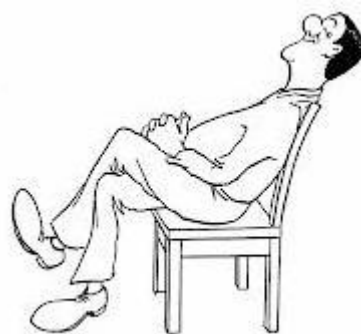
Для переборювання людиною різних видів страху насамперед необхідно сформулювати у неї сильний, стійкий і міцний морально-психічний стереотип, що характеризує силу, стійкість, міцність і надійність її поглядів, позицій, почуттів, переконань, ставлень, цінностей та інтересів, а також визначає духовно-психологічне й морально-практичне ставлення до світу, народу, себе, обов'язку, гідності, честі, виконання завдань професійної діяльності тощо.

Мотиваційне ядро морально-психічного стереотипу створює відповідний морально-психічний потенціал, який допомагає людині в складних і важких ситуаціях (у бою, під дією вогню противника, в екстремальних умовах тощо) протистояти страху, виявляти вибірковість дій і волі.

Наприклад, бійці, які перебували під вогнем противника і у зіткненні із його живою силою або в екстремальній ситуації, тільки завдяки своїй свідомій регуляції поведінки здатні подолати психічні труднощі, зокрема й страх. Одним із важливих аспектів свідомої регуляції є розвиток самосвідомості, тобто тієї функції свідомості, яка пов'язана з аналізом, контролем над власною системою мотивів, формуванням і закріпленням розумних і подоланням небажаних [2].

3.1.6. НАСТРІЙ

Настрій — це загальний емоційний стан (позитивний або негативний) людини, який своєрідно забарвлює на певний час її діяльність, поведінку та характеризує її життєвий тонус.

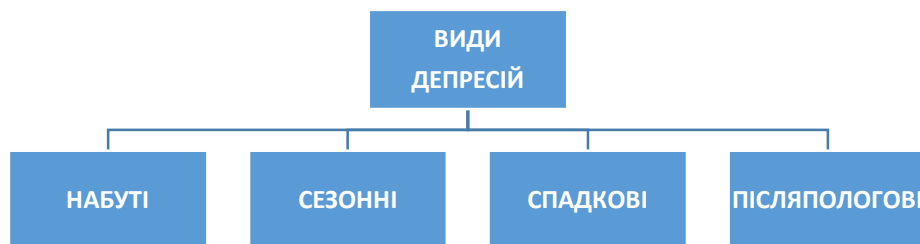


Дисфорія (від грец. *δυσφορέω* – страждати, мучитись, досадувати) – форма хворобливо-зниженого настрою, яка характеризується злістю, хмурістю, дратівливістю, почуттям неприязні до оточуючих.

Ейфорія (також - евфорія, походить з гр. *εφορία*) – стан, який характеризується відчуттям надсильного душевного піднесення, звичайно сукупно із оптимізмом та підвищеною активністю.

3.1.7. ДЕПРЕСІЯ

Депресія (від лат. «Depressio» – придушення, пригнічення) – головне порушення настрою, що означає стан людини, описаний як занепад душевних і фізичних сил.



ЕМОЦІЙНІ, ФІЗІОЛОГІЧНІ, ПОВЕДІНКОВІ ТА РОЗУМОВІ ПРОЯВИ ДЕПРЕСІЇ [1]	
Емоційні прояви депресії	- туга, страждання, пригноблення, подавлений настрій, розпач; - тривога, почуття внутрішнього напруження, очікування лиха; - дратівливість; - почуття провини, часті самозвинувачення; - невдоволення собою, зниження впевненості у собі, зниження самооцінки; - зниження або втрата здатності переживати задоволення від раніше приємних занять; - зниження інтересу до навколишнього; - втрата здатності переживати які-небудь почуття (у випадках глибоких депресій); - депресія часто сполучається із тривогою про здоров'я й долю близьких, а також зі страхом здатися неспроможним у громадських місцях.
Фізіологічні прояви депресії	- порушення сну (безсоння, сонливість); - зміни апетиту (його втрата або переїдання); - порушення функції кишечника (запори); - зниження сексуальних потреб; - зниження енергії, підвищена стомлюваність при звичайних фізичних й інтелектуальних навантаженнях, слабкість; - болі й різноманітні неприємні відчуття в тілі (наприклад, у серці, в області шлунка, у м'язах).

Поведінкові прояви депресії	- пасивність, труднощі залучення в цілеспрямовану активність; - уникнення контактів (схильність до самоти, втрата інтересу до інших людей); - відмова від розваг; - алкоголізація й зловживання психоактивними речовинами, які дають тимчасове полегшення.
Розумові прояви депресії	- труднощі зосередження, концентрації уваги; - труднощі прийняття рішень; - перевага похмурих, негативних думок про себе, про своє життя, про світ у цілому; - похмуре, песимістичне бачення майбутнього з відсутністю перспективи, думки про безглуздість життя; - думки про самогубство (у важких випадках депресії); - наявність думок про власну непотрібність, незначимість, безпорадність; - сповільненість мислення.
Для постановки діагнозу «депресія» необхідно, щоб частина перерахованих симптомів зберігалася не менше двох тижнів. Депресію потрібно лікувати!	

У теорії диференційованих емоцій депресію розглядають як комплекс фундаментальних емоцій, що охоплюють емоцію страждання, різні комбінації гніву, відрази, зневаги, ворожості, страху, провини, сором'язливості. Враховують також роль інших афективних чинників, таких як зниження сексуальної потреби, збільшення втоми, погіршення фізичного стану.



3.1.8. ГОРЕ

Горе це:

- сильне негативне переживання при втратах;
- процес, за допомогою якого людина працює із болем втрати, знову знаходячи почуття рівноваги і повноти життя;
- процес необхідний, і його не можна вважати проявом слабкості, так як це спосіб, за допомогою якого людина відновлюється після втрати.



СТАДІЇ ГОРЯ:

Назва стадії	Тривалість	Емоційні та поведінкові прояви:
1. Шоку і заперечення втрати	проходить через п'ять-шість тижнів, але може тривати і довше	- у перші 48 годин – шок від перенесеної втрати і відмова повірити у те, що сталося; - може супроводжуватися відчуттям «занепаду» та емоційного та / або фізичного виснаження; - особа одночасно «і знає, і не знає» про те, що трапилося; - живе начебто на «автопілоті».
	6-8 тижнів після втрати	- припиняється дія заперечення, знімаються всі наслідки шоку і усвідомлюється реальність втрати; - переживання таких емоцій як роздратування, страх, гнів, ворожість, каяття; - втрата впевненості у собі; - відчуття самотності, власної неадекватності; - зміни сну; - панічний страх; - зміни в апетиті, які супроводжуються значними втратами або набором ваги; - періоди нез'ясовного плачу; - втома і загальна слабкість; - м'язовий тремор;

		- різкі зміни настрою; - нездатність зосередитися і / або згадати; - зміни сексуальної потреби / активності; - недостатня мотивація; - фізичні симптоми страждання; - підвищена потреба говорити про втрачену людину; - сильне бажання усамітнитися.
2. Агресії	У наступні 3 - 4 місяці після втрати	- підвищується подразливість; - знижується толерантність щодо фрустрації; - вербальне і фізичне вираження гніву, відчуття емоційної регресії, - зростання соматичних скарг (особливо інфекційного та простудного характеру, через пригніченість імунної системи).
3. «Торги»	У наступні 3 - 4 місяці після втрати	- звертання до Бога, до будь-яких вищих сил, з метою укласти угоду – я буду / не буду робити певні вчинки, дії, тільки нехай все повернеться до колишнього стану; - змінює у якості «плати» свою поведінку, - робить пожертвування; - може вирішити присвятити час і сили тому, що пов'язане з причиною горя.
4. Депресія	6 місяців	- безпорадність, безнадійність; - сняться яскраві сни (чи вони марять наяву), в яких бачать і / або чують близьких людей, які пішли від них; - переживання почуття провини і страху: іноді вина реальна, часто надумана або перебільшена; - побоювання того, що ніколи більше не випробує радості або веселощів;
5. Прийняття втрати		
Виліковування пам'яті	до року	- живе між хорошими і поганими спогадами; - більш щасливі моменти виявляються занадто хворобливими, і так може тривати багато місяців, поки не наступить примирення;
Прощання із втратою	1,5 - 2 роки	- відбувається «емоційне прощання» із втраченою людиною, усвідомленням того, що оскільки цю людину забути неможливо, то більше немає необхідності наповнювати болем втрати все своє життя; - зникають із словникового запасу слова «важка втрата» і «горе».
Прийняття	2 та більше років	- біль вщухає, і, врешті-решт, до рани можна доторкатися, згадувати і прийняти, як вже прожите; - з'являється відчуття внутрішньої опори; - повертаються сили й емоції всього спектру; - починає замислюватися про майбутнє.

Горе – це глибокий сум із приводу втрати когось або чогось коштовного, необхідного.

Причинами горя можуть бути:

- тривала розлука чи втрата (смерть, розрив любовних стосунків) людини, до якої є прихильність; у разі смерті близької людини, втрачається роль батька, матері, сина, друга тощо, тобто відбувається руйнування звичних функціональних зв'язків;
- серйозна власна хвороба чи каліцтво близької людини;
- втрата коштовного майна, втрата джерела засобів до існування; це означає втрату джерела задоволення, радості, благополуччя.

3.1.9. СТРАЖДАННЯ

Страждання – це:

негативний емоційний стан, який виникає на ґрунті отриманої інформації (достовірної чи недостовірної) про неможливість задовольнити важливі життєві потреби, які до цього моменту уявлялися більш або менш можливими.



Поняття «страждання» і «біль» часто плутають (використовують як синоніми), однак вони становлять два зовсім різних феномени. Страждання – більш широке поняття, яке передбачає велику кількість різних аспектів та має багато різних причин, однією з яких і є біль. Не всяка біль викликає страждання і не всяке страждання виражається у вигляді болю або співіснує разом із болем, походить від болю.

СТРАЖДАННЯ ОБУМОВЛЕНЕ:

- 1) загрозою або пошкодженням інтегративної цілісності «Я» («себе»), відображає дисоціацію між тим, що індивід очікує від себе, і тим, ким він є насправді (страждання через незадоволення собою, власним зовнішнім виглядом, втрату віри у себе тощо);
- 2) нездійсненими очікуваннями відносно себе з боку інших людей (страждання через зраду, втрату кохання, друга, дитини тощо);
- 3) неможливістю реалізувати себе у діяльності (страждання через втрату роботи, розчарування у діяльності, нездатність знайти себе у діяльності тощо);
- 4) неможливістю задовольнити власні потреби або потреби важливих для себе людей;
- 5) хворобою людини (каліцтвом тощо);
- 6) очікуванням смерті (при діагностуванні смертельної хвороби – онкологічної, СНІД тощо);
- 7) очікуванням покарання (при скоєнні деліктів, правопорушень або злочинів) тощо.

ДІАГНОСТИЧНІ КРИТЕРІЇ СТРАЖДАННЯ:

1) зовнішні ознаки:	2) фізіологічні ознаки:
- опущені плечі, голова; - скорботний вираз обличчя; - помутнілі очі; - поперечні зморшки на лобі; - опущені губи; - занепад духу; - жалісливий голос; - зневіра; - збентеження; - самотність та ізоляція.	- часті зітхання; - втрата апетиту; - втрата сну; - загальна загальмованість; - повільність реакцій на подразник; - повільність мислення та мовлення; - неможливість зосередитися на іншому.
На соціальному і психологічному рівнях страждання сигналізує, що індивіду погано. Вираз страждання викликає емпатію і бажання допомогти, тому страждання також відіграє об'єднувальну роль у соціальних відносинах.	

Cassell [E. Cassell, 2004] вважає, що страждання є наслідком відчуття неминучого руйнування особистості або суттєвої частини особистості.

Страждання – це придушення переживань. Коли ми переживаємо щось таке, з чим наша психіка не може впоратися, ми несвідомо звужуємо «канал» сприйняття, в якому виникло це переживання. Це наш спосіб придушення цього переживання. Так створюються психічні блоки і затиски. Саме таке придушення приносить страждання, за типом подавленого душевного болю.

У цей час психічна енергія, неначе наштовхується на блок, який ми створили на її шляху. Впираючись у цей блок, енергія накопичується і підсилює наш душевний біль. Зазвичай, замість того щоб розслабитися і звільнити життєву енергію, рухатися вільно, ми знову починаємо придушувати цей біль, тоді виникає «тупий біль», завалюючи його новим каскадом блоків. Тобто, «споконвічне переживання», яке ми не змогли прийняти, після першого придушення, викликає притуплений біль, потім вже на цей притуплений біль ми навалюємо другу порцію блоків, геть позбавляючи себе одного із психічних каналів сприйняття.

Страждання – це глибинний афект, який відіграє свою роль в еволюції людини і продовжує виконувати важливі біологічні та психологічні функції. Страждання і сум можна розглядати як синоніми. Розглядаючи сум як форму страждання, вчені вважають страждання більш продуктивним почуттям, що призводить людину до активних дій.

3.1.10. ЗАКОХАНІСТЬ



Закоханість – це:
дуже сильний, бурхливий, недовготривалий
емоційний стан.

НЕЙРОФІЗІОЛОГІЧНІ ОСНОВИ ЗАКОХАНОСТІ:

Залозами нашого тіла виділяються «феромони», запах яких стимулює вироблення *ендорфінів*, *амфетамінів*, тобто гормонів кохання, та *допамінів* і *норепінефринів* – гормонів закоханості.

Отже, вироблення того чи іншого гормону сприяє народженню різних емоційних станів та почуттів.

ДІАГНОСТИЧНІ ОЗНАКИ ЗАКОХАНОСТІ:

1) Зовнішні ознаки:	2) Фізіологічні ознаки:
- сяючі очі; - погляд відсторонений; - легка посмішка; - легкість ходи; - підвищений настрій; - стан оглушеності; - почервоніння при зустрічі з коханим.	- часті зітхання; - втрата апетиту; - безсоння; - загальна загальмованість; - повільність реакцій на подразник; - неможливість зосередитися; - прискорення серцебиття при зустрічі з коханим.
3) Внутрішні відчуття закоханого: - нав'язливі думки про кохану людину, неможливість позбутися їх; - образ коханого обожнюється, бачиться крізь «рожеві окуляри»; - завищене почуття власної гідності; - нестерпне прагнення бути разом; - різкі перепади настрою; - коханому приписуються усілякі позитивні якості.	

Платон у своєму трактаті «Про любов» досить фундаментально розкриває **особливості та властивості поведінки закоханих:**

1) у закоханих присутнє поєднання *смівості та слабкості* [Phaedr. 231c-d]. Суб'єкти закоханості, з однієї точки зору, ладні на все, аби догодити предмету закоханості, на всі його забаганки і бажання, проте водночас, коли їм щось не вдається зробити заради тих, у кого вони закохані, настільки засмучуються і тужать, що не знаходять собі місця.

2) головний момент у дискурсі закоханості – це побачення та діалог [Phaedr. 232b]. Діалог закоханих – це не просто буденна розмова, а діалог, в якому народжується Ти і Я. Без діалогу закоханість не може існувати, адже це буде монолог. Діалог не лише між тілами, але й між душами, за який люблячі несуть повну відповідальність як ні перед чим іншим. У діалозі створюється особлива якість людей, які вже не можуть існувати один без одного, але існують вже як Ми.
3) закохані дуже позитивно ставляться один одного, проте коли минає почуття, вони розкаюються в цьому [Phaedr. 231a]. Особистість, в яку ми закохані, стає для нас втіленням всього людства, вона є для нас «єдиною, милою». Ми не можемо по-іншому ставитися до такої особистості. Адже саме ця людина надає нам сенс існування і всього, що нас оточує. Жоден індивід, який би він близький нам не був (батьки, діти, сестри / брати, друзі), не може «дати» те, що нам дарує та особа, в яку ми палко закохані.
4) в закоханості люблячі дуже вразливі, особливо з боку інших людей [Phaedr. 232c, Rhet. II 2, 1379a 20-25]. Закохані частіше страждають від жорстокості своїх коханих, від нерозуміння.
5) той, хто закоханий, повинен бути готовий багато працювати, до жертвовності заради тієї (того), кого любить, а іноді і до страждання [Phaedr. 231b, 233c]. Любов сама собі висуває неминуче випробування, тому що вона виходить за рамки існуючої ціннісно-нормативної системи. Трагічність любові знаходить своє найбільш яскраве виявлення в її кінці: або вмирає любов, або вмирає та, яку люблять.
6) почуття закоханості розповсюджуються не лише на саму особистість та її образ, але й на все те, що оточує її, до чого торкається рука коханої [Phaedr. 73d, Rhet. I 11, 1370b 20-22]. Це пояснюється тим, що предмет любові стає для нас «всім світом, усім всесвітом». Звідси для нас стає цінним не лише сама особистість, а все, що її оточує, до чого вона має справу, чому присвячує своє існування в цьому світі, всі близькі, які є близькими і рідними її душі та серцю.
7) закохані бояться, щоб хтось із них побачив іншого в девіантній чи аморальній поведінці [Symp.178, Phaedr. 233b]. Цим аспектом Платон зазначає про те, що закохані намагаються не чинити чогось лихого. Вже істинна закоханість (не лише тілесна пристрасть) передбачає вигнання зла із свого серця і налаштування своєї свідомості лише на добродіяння. Закоханість за природою несумісна зі злом та не вимагає злочинів типу «заради любові», бо тоді ж ми втрачаємо це прекрасне і світле почуття в собі і до нас самих.

ВІДМІННОСТІ МІЖ КОХАННЯМ ТА ЗАКОХАНІСТЮ:	
закоханість	кохання
Закоханість – це володіти (брати): «Вона мені сподобалась, я хочу, щоб вона була моя».	Любов – це дар давати та віддавати.
Закоханість є першою сходинкою до справжнього кохання (але лише першою сходинкою).	Кохання – це не тоді коли ви дивитесь один на одного, а коли ви дивитесь в один бік. (Екзюпері).

Закоханість може виникати миттєво, навіть з першого погляду, – раз – і все. Гормони в голову вдарили – і ось він ідеал... Але як скоро закоханість з'являється, так скоро може і зникнути.	Кохання не приходить одразу, воно росте поступово, неначе маленьке пташеня, яке спершу відігривається та висиджується мамою у яйці. Так само кохання відігривається та настоюється (як хороше вино) на дружбі, симпатії, взаємоповазі та розумінні.
При закоханості ми спочатку бачимо перед собою прямо-таки ідеал краси та досконалості, але коли починаємо пізнавати кохану людину, то вона виявляється зовсім не такою вже ідеальною, і раптом закоханість кудись зникає. Ну, а далі вже починаються сварки, скандали, взаємні претензії, вияснення стосунків і так далі, і тому подібне. При закоханості з самого початку ми насправді закохуємось не у іншу людину, а у якийсь свій ідеал (фактично самого себе), і цей ідеал просто проектуємо на іншу людину, а вона ж може бути зовсім, не такою, якою ми собі її уявили (та і не має бути такою).	Як пташенятко, яке щойно вилупилось з яйця та активно пізнає довкілля, а також росте, стає більшим та сильнішим, кохання росте та міцніє, коли ми пізнаємо (і приймаємо) усі якості людини, яку кохаємо.
При закоханості довіри до партнера не існує. Через це часто виникають ревності. Взагалі ревності не мають нічого спільного з коханням, і якщо у любовних стосунках ревності є місце, тоді це лише закоханість.	При коханні партнери повністю і у всьому довіряють один одному, почуваються впевнено та захищено, адже знають, що кохають одне одного, а кохання може все подолати, стерпіти, зрозуміти, пробачити.
Вогник закоханості хоч і буває палкий, але лишень з'являється певні неприємності та перешкоди, як він одразу згасне.	Вогник кохання палає завжди і ніщо не може його загасити.
Вогник закоханості може душу обпекти...	Вогник кохання дуже теплий і м'який, він зігріває душу.
Закоханість дуже нетерпляча, хоче все і відразу та багато, багато, багато ...	Кохання вміє чекати, нікуди не спішить, але й не зволікає.
Закоханість передусім дбає за себе та свої інтереси. Частенько закоханість – це коли ми у свій егоїзм впускаємо ще когось, окрім себе.	Кохання завжди зосереджується на коханій людині, передусім дбає за неї. Кохання не має жодних домішків егоїзму.
При закоханості сексуальні стосунки – чи не найважливіші.	Статевий потяг та фізичний контакт займають лишень невелику (однак важливу) частину їхніх стосунків.

Психологом Робертом Стернбергом розроблена «Трикутна теорія кохання», в основі якої лежать три компоненти кохання :		
близькість	пристрасть	зобов'язання
включає в себе почуття причетності, єдності і зв'язаності	включає в себе і закоханість, і сексуальну привабливість	рішення залишатися з партнером, у перспективі мати спільні досягнення і плани на майбутнє

На думку Роберта Стернберга є такі форми кохання:	
Відсутність кохання	«становить собою просту відсутність всіх трьох компонентів кохання. Відсутність кохання характеризує переважну більшість наших особистих взаємовідносин, повсякденну взаємодію».
Симпатія / дружба	терміни використані тут у нетривіальному сенсі. Краще відносити їх до набору почуттів у стосунках, які можна справедливо характеризувати як дружбу. Людина відчуває близькість, пов'язаність і теплоту по відношенню до іншої, без почуття сильної пристрасті чи довгострокових зобов'язань» .
Закоханість	«з'являється разом із відчуттям пробудження пристрасті й за відсутності близькості і зобов'язань». Романтичні стосунки часто починаються як нерозважливе кохання і перетворюються на романтичну любов, коли з часом з'являється близькість. Без появи близькості чи зобов'язань закоханість може раптово зникнути.
Пусте кохання	характеризується зобов'язаннями без близькості і пристрасті. Більш сильне кохання може перероджуватися у пусте кохання. У шлюбах за домовленістю відносини подружжя можуть розпочинатись як пусте кохання і переходити в іншу форму, демонструючи як «пусте кохання не обов'язково є кінцевою стадією тривалих стосунків... [але] скоріше початком ніж кінцем».
Романтичне кохання	постає з поєднання таких компонентів любові як близькість і пристрасть ... романтичні закохані не тільки мають фізичне тяжіння один до одного, а й пов'язані емоційно», однак між ними відсутні стійкі зобов'язання.

Поєднання близькості, пристрасті і зобов'язань			
	Близькість	Пристрасть	Зобов'язання
Відсутність кохання			
Симпатія/Дружба	x		
Закоханість		x	
Пусте кохання			x
Романтичне кохання	x	x	
Дружнє кохання	x		x
Фатальне кохання		x	x
Досконале кохання	x	x	x

ВИСНОВКИ ДО ГЛАВИ

Таким чином, сучасна психологія розглядає емоційний стан як відносно самостійний аспект характеристики особливості особистості. Для багатьох людей окремі особисті і професійні конфлікти обертаються важкою психічною травмою, гострим душевним стражданням, яке не проходить, та відображаються на психічному стані. Індивідуальна психічна вразливість особи залежить від її моральної структури, ієрархії цінностей, які вона надає різним життєвим явищам. У деяких людей елементи моральної свідомості можуть бути незбалансовані.

Певні люди можуть бути високочутливі до пригнічення їх честі і гідності, несправедливості, нечесності, інші – до зазіхань на їх матеріальні інтереси, престиж, внутрішньогруповий статус. У цих випадках емоційні стани можуть переростати у глибокі кризові стани особи. Саме тому вивчення даних станів (стрес, фрустрація, агресія, страх, тривога, пристрасть, настрої, депресія, горе, страждання та закоханість) сприятиме попередженню таких наслідків.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Боротьба з депресією / електронний ресурс <http://joywoman.ru/page/borotba-z-depressiyeju>. – Назва з екрана.
2. Варій М. Й. Загальна психологія: навчальний посібник / Варій М. Й. / 2-ге видан., випр. і доп. – К.: «Центр учбової літератури», 2007. – 968 с.
3. Великий тлумачний психологічний словник /Ребер Артур (Penguin). Том 1 (А-О); Пер. з англ. – М.: Вече, ФСС, 2000. – 592 с.
4. Вікіпедія / електронний ресурс <http://ru.wikipedia.org/wiki/> – Назва з екрана.
5. Дружинина В. Н. Психология [учебник для гуманитарных вузов] / В. Н. Дружинина. – СПб: «Учебник нового века», 2001. – 656 с.
6. Кримінально-правове значення афекту / електронний ресурс http://refs.co.ua/63149-Ugolovno_pravovoe_znachenie_affekta.html. - Назва з екрана.
7. Левитов Н. Д. Фрустрация как один из видов психических состояний / Н. Д. Левитов // Вопросы психологии. – 1967. – № 6 – С.118 –129.
8. Первомайський В. Б., Ілейко В. Р., Каніщев А. В. Критерії діагностики та експертної оцінки короточасних афективних станів у судово-психіатричній практиці // Архів психіатрії. – 2009. – Т. 15, № 1. – С. 55–59. <http://www.psychiatry.ua/articles/paper314.htm>
9. Психологический словарь / электронный ресурс <http://psychology.net.ru/dictionaries/psy.html?word=1075>. – Название с экрана.
10. Психолгія (навчальний посібник) / електронний ресурс <http://schoollib.com.ua/psychologiya/5/37.html>. - Назва з екрану.
11. Скрипченко О. В. Довідник з педагогіки і психології [навч. посібник для викладачів, аспірантів та студентів] / О. В. Скрипченко, Т. М. Лисянська, Л. О Скрипченко. – К., 2000. – 465 с.
12. Стадії стресу / електронний ресурс <http://uk.wikipedia.org/wiki/>. – Назва з екрана.
13. Стрес. Засоби подолання стресу / електронний ресурс <http://posibnyky.vntu.edu.ua/psihologiya/r242.htm>. – Назва з екрана.

14. Фізіологічний афект — одна з підстав визнання особи обмежено осудною / електронний ресурс <http://www.info-prensa.com/article-101.html>. - Назва з екрана.

15. Цільмак О. М. Психологічні детермінанти проявів агресії у працівників органів внутрішніх справ: дис... канд. психол. наук: 19.00.06 / Олена Миколаївна Цільмак ; Київський юридичний ін-т МВС України. – К., 2004. – 312 арк. – арк. 205-228.

16. Цільмак О. М. Професійно-психологічна підготовка працівників підрозділів міліції на транспорті. [Текст] / О. М. Цільмак // Підручник. – Одеса: ОДУВС, 2012. – 143 с. – з іл.

17. Щербатих Ю. В. Психофізіологічні та клінічні аспекти страху, тривоги і фобій / Ю. В. Щербатих, Є. І. Івлєва - Витоки, 1998. – 282 с.

18. Google: поиск картинок, фото; / электронный ресурс <http://www.google.com.ua/search> – Название с экрана.

19. Sternberg Robert J. A triangular theory of love // *Psychological Review*. — Т. 93. — (1986) (2) С. 119–135.

ПИТАННЯ ДЛЯ САМОПЕРЕВІРКИ ТА КОНТРОЛЮ ЗАСВОЄННЯ ЗНАНЬ

1. Сформулюйте визначення емоційного стану.
2. Який взаємозв'язок емоційних станів людини із психічними процесами і властивостями особистості?
3. У чому полягає індивідуальна своєрідність і типовість, різноманіття і полярність емоційних станів людини?
4. Охарактеризуйте конфліктні стани особистості.
5. Характеристика стресу.
6. Надайте характеристику стадій стресових станів.
7. Характеристика фрустрації.
8. Які види фрустрації ви знаєте?
9. Характеристика агресії.
10. Які види агресії ви знаєте?
11. Характеристика страху.
12. Форми виявлення страху.
13. Характеристика тривоги.
14. Характеристика настрою.
15. Які види настрою ви знаєте?
16. Характеристика депресії.
17. Характеристика горя та страждання.
18. Характеристика закоханості.

КОНТРОЛЬНІ ТЕСТИ

1. Дисфорія – це...:

А. Емоційний стан, що характеризується відчуттям надсильного душевного піднесення, звичайно сукупно із оптимізмом та підвищеною активністю.

Б. Форма хворобливо-зниженого настрою, яка характеризується злістю, хмурістю, дратівливістю, почуттям неприяності до оточуючих.

В. Загальний емоційний стан людини, який своєрідно забарвлює на певний час її діяльність, поведінку та характеризує її життєвий тонус.

2. Пристрасть – це...:

А. Форма хворобливо-зниженого настрою, що характеризується злістю, хмурістю, дратівливістю, почуттям неприяності до оточуючих.

Б. Загальний емоційний стан людини, який своєрідно забарвлює на певний час її діяльність, поведінку та характеризує її життєвий тонус.

В. Запал, сильна захопленість, сильний потяг до чогось або когось (до певної справи, заняття, свого ідеалу).

ТЕМИ РЕФЕРАТІВ

1. Стреси у житті людини: причини виникнення і шляхи подолання.

2. Особливості переживання стану фрустрації.

3. Закоханість як емоційний стан.

СПИСОК РЕКОМЕНДОВАНОЇ ЛІТЕРАТУРИ

1. Боротьба з депресією / електронний ресурс <http://joywoman.ru/page/borotba-z-depresiyeju>. - Назва з екрана.

2. Варій М. Й. Загальна психологія: навчальний посібник / Варій М. Й. / 2-ге видан., випр. і доп. – К.: «Центр учбової літератури», 2007.- 968 с.

3. Дружинина В. Н. Психология [учебник для гуманитарных вузов] / В.Н. Дружинина. – СПб: «Учебник нового века», 2001. – 656 с.

4. Кримінально-правове значення афекту / електронний ресурс http://refs.co.ua/63149-Ugolovno_pravovoe_znachenie_affekta.html. - Назва з екрана.

5. Левитов Н. Д. Фрустрация как один из видов психических состояний / Н.Д. Левитов // Вопросы психологии. – 1967. – № 6 – С.118 –129.

6. Первомайський В. Б., Ілейко В. Р., Каніщев А. В. Критерії діагностики та експертної оцінки короткочасних афективних станів у судово-психіатричній практиці // Архів психіатрії. — 2009. — Т. 15, № 1. — С. 55–59. <http://www.psychiatry.ua/articles/paper314.htm>

7. Цільмак О. М. Психологічні детермінанти проявів агресії у працівників органів внутрішніх справ: дис... канд. психол. наук: 19.00.06 / Олена Миколаївна Цільмак ; Київський юридичний ін-т МВС України. - К., 2004. - 312 арк. - арк. 205-228.

8. Цільмак О. М. Професійно-психологічна підготовка працівників підрозділів міліції на транспорті. [Текст] / О. М. Цільмак // Підручник. – Одеса: ОДУВС, 2012. – 143 с. – з іл.

ГЛАВА 3.2.

МОТИВАЦІЙНІ, ВОЛЬОВІ ТА ПІЗНАВАЛЬНІ СТАНИ

Поведінка будь-якої людини детермінується сприйняттям об'єкта під впливом мотивації. Дане сприйняття відбувається різнопланово, залежно від значущості конкретного стимулу для людини. Тому у такому випадку слід визначати мотиваційні стани, які виникають внаслідок багаторазових змін цінностей, мети, очікувань організму, доступності відповідних реакцій, суперечливих мотивів, несвідомих факторів.

Мотивація пов'язана із вольовою життєдіяльністю, тому оцінка не лише спрямованості до певної діяльності, але й спроможність зорієнтувати внутрішні зусилля на виконання, є адекватним способом дослідження особистості.

Життєдіяльність людини припускає активне дослідження об'єктивних закономірностей навколишньої дійсності. Пізнання світу, побудова його образу необхідні для повноцінної орієнтації у ньому, задля досягнення людиною власних цілей. Пізнавальна діяльність становить особливий бік життя людини.

Пізнавальна активність визначається як стан, що передує діяльності і породжує її, як міра діяльності, як риса, якість особистості, як умова розвитку та результат виховання. Пізнавальна активність розглядається у тісному зв'язку із самостійністю; пізнавальною діяльністю; спілкуванням із дорослими та однолітками; розумінням. Вона обумовлюється однією із провідних особливостей психічного розвитку людини – її індивідуальністю.

Пізнання предметів і явищ об'єктивної дійсності, психічного життя людини здійснюється всіма психічними пізнавальними процесами та забезпечується її вольовими та мотиваційними станами. Підґрунтям розумового пізнання світу, яким би складним воно було, є чуттєве пізнання. Разом із тим сприймання, запам'ятовування, відтворення та інші процеси – неможливі без участі в них розумової діяльності, переживань і вольових прагнень. Але кожний із цих процесів має певні закономірності й постає у психічній діяльності або як провідний, або як допоміжний.

Мета даної глави: ознайомити курсантів та студентів зі змістом мотиваційних, пізнавальних та вольових станів.

Мета вивчення глави:

1. **Освітня** – сформувати у курсантів та студентів знання основних особливостей та характеристик мотиваційних, пізнавальних та вольових станів.
2. **Практична** – сприяти розвитку власних мотиваційних, пізнавальних та вольових станів.
3. **Розвивальна** – розвивати мотиваційні, пізнавальні та вольові стани у повсякденній та професійній діяльності.
4. **Виховна** – формувати здатність до самовдосконалення.

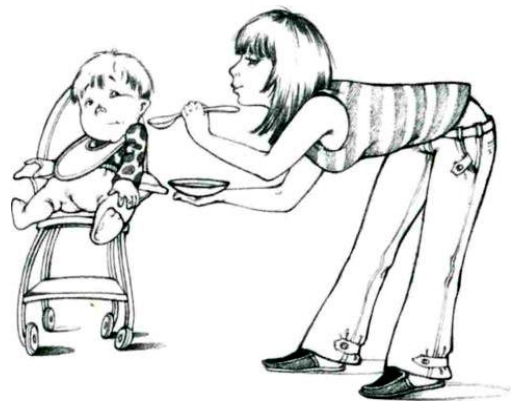
Ключові поняття глави: мотиваційні, пізнавальні та вольові стани, зацікавленість, зосередженість, допитливість, натхнення, сумнів, бажання, прагнення, пристрасть та ін.

3.2.1. МОТИВАЦІЙНІ СТАНИ

Мотивація поведінки завжди емоційно насичена, так як те, до чого ми прагнемо, нас емоційно хвилює. Мотиваційні стани ґрунтуються на спрямованості й світогляді людини та детермінуються її потребами. Вони не існують відокремлено, а тісно пов'язані із вольовими, емоційними та пізнавальними психічними станами. Мотиваційні стани спрямовують особу на досягнення певних цілей для задоволення фізіологічних або психологічних потреб.

Видами мотиваційних станів є бажання, прагнення та пристрасть.

Бажання – це мотиваційний стан, при якому потреби співвіднесені із конкретним предметом їх задоволення. Бажання є усвідомленою потребою і потягом до чогось конкретного. Так як бажання усвідомлене, воно має спонукальну силу, загострює усвідомлення мети дії та побудову її плану. Цей вид мотиваційного стану характеризується усвідомленням не тільки своєї потреби, але й можливих шляхів її задоволення [1].



Групи бажань:		
природні (наприклад, бажання задовольнити голод або сховатися від негоди).	необхідні (пов'язані із честолюбством, славою, владою, перевагою над іншими людьми).	ті, що пов'язані із прагненнями (підвищеним емоційним тяжінням до об'єкта бажання).

Бажання є суб'єктивною характеристикою мотиваційного стану, в якому ключовим переживанням суб'єкта виступає його цілезорієнтованість. Бажання слід розуміти як імпульс до досягнення будь-якої мети, ідеалу, мрії.

Прагнення – це наполегливий потяг та бажання чого-небудь добитися, що-небудь здійснити; тобто спрямованість до чогось.

Прагнення виникає тоді, коли в структуру бажання включається компонент волі. Тому прагнення часто розглядається у якості цілком певного спонукання до діяльності.

Різновидом прагнення є **пристрасть**.



Пристрасть – це:

- стійке емоційне прагнення до певного об'єкта, потреба у якому домінує із усіх інших потребам і надає відповідну спрямованість всій діяльності людини;

- глибокий, інтенсивний і дуже стійкий емоційний та мотиваційний стан особистості, який захоплює людину цілком і повністю, володіє нею і спрямовує всі її прагнення, помисли і вчинки в один напрям, зосереджує їх на одній меті;

- запал, сильна захопленість, сильний потяг до чогось або когось (до певної справи, заняття, свого ідеалу);

- сплав емоцій, мотивів, почуттів, сконцентрованих навколо певного виду діяльності чи людини (предмета, об'єкта) [1].

ВИДИ ПРИСТРАСТІ:

позитивна	негативна
Пов'язана із високоморальними мотивами і має не тільки особистий, а й громадський характер.	Має егоїстичну спрямованість і при її задоволенні людина ні з чим не рахується і часто здійснює антигромадські аморальні вчинки.
Пристрасне захоплення наукою, мистецтвом, громадською діяльністю, захистом природи і т. п. робить життя людини змістовним і цікавим.	Пристрасне захоплення азартними іграми, алкогольними, наркотичними або психотропними речовинами впливають на життя людини та підкоряють її.

На думку французького філософа XVII століття Ф. де Ларошфуко: «У людському серці відбувається безперервна зміна пристрастей, і згасання однієї із них майже завжди означає торжество іншої».



Пристрасть – дуже стійке ефективне прагнення до певного об'єкта, потреба в якому домінує над усіма іншими потребами і надає відповідну спрямованість всій життєдіяльності людини.

Пристрасть може бути пов'язана із задоволенням матеріальних і духовних потреб. Об'єктом пристрасті можуть бути різного вигляду речі, предмети, явища, люди, якими особистість прагне володіти за будь-яку ціну.

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.

Таким чином, мотиваційні стани особистості ґрунтуються на таких **мотивуючих факторах**:

- **потребах і інстинктах** як джерелах психічної активності;
- **мотивах**, які визначають спрямованість поведінки, діяльності;
- **емоціях**, які є суб'єктивними переживаннями (прагнення, бажання і т.п.);
- **установках**, що здійснюють регуляцію поведінки.

У життєдіяльності людини беруть участь одночасно декілька мотивів, із яких один є провідним, а інші – підпорядкованими, другорядними, які можуть відігравати роль у додатковій її стимуляції. Провідні мотиви визначають суб'єктивний особистісний сенс життєдіяльності людини. Від мотивів суттєво відрізняється мотивування – пояснення своїх дій, вчинків. Мотивування може не співпадати із мотивами і навіть цілеспрямовано спотворювати їх.



3.2.2. ВОЛЬОВІ СТАНИ

Вольові стани – тимчасові психічні стани, які є оптимальними внутрішніми умовами, що забезпечують успішне подолання особистістю перешкод та труднощів [2].

Видами вольових станів є: мобілізація, готовність, зосередженість, активність, відвага, рішучість, наполегливість, терплячість, стриманість, цілеспрямованість та інші. Ці стани зумовлені життєвими обставинами та особистістю. Вольовий стан не тотожний волі і вольовим якостям. Його може пережити і безвольова людина.

ВИДИ ВОЛЬОВИХ СТАНІВ:

Готовності



Йому передуює виникнення цільової домінанти, яка спрямовує свідомість людини на досягнення результату. Він означає готовність боротися із труднощами майбутньої діяльності, виявити максимум вольових зусиль, не допустити розвитку несприятливого емоційного стану, спрямувати свідомість не на переживання значущості майбутньої діяльності, очікування успіху чи невдачі, а на контроль своїх дій. За такого стану особистість самоналаштована на цілковиту мобілізацію можливостей, які забезпечують досягнення результату [2].

Мобілізації



переводить інформацію із довготривалої пам'яті в оперативну, необхідну для ефективної діяльності, а також активізує розумові процеси (прискоренням оперативного мислення), загострює сприйняття адекватних і неадекватних стимулів, створює впевненість в успіху. Незначна невпевненість свідчить про адекватне сприйняття людиною труднощів майбутньої діяльності. Оптимальне співвідношення «впевненості – невпевненості» у кожній людини індивідуальне. Вольова мобілізація за необхідності включає емоційні механізми. Сприяє їй чітко сформульоване (керівником, педагогом, тренером) завдання [2].

Зосередженості



пов'язаний із навмисною концентрацією уваги на процесі діяльності, яка забезпечує ефективність сприймання, запам'ятовування, мислення, швидкість реагування на сигнали, якісний контроль за діями тощо.

Незібраність (неуважність) є протилежним мобілізаційній готовності станом. У процесі розв'язання завдання вона виявляється у великій кількості зайвих рухів [2].

Самовладання	передбачає збереження ясності думки, володіння емоціями в складній ситуації, здатність керувати своїми діями у стані стресу.
Наполегливості 	передбачає стан стійких, активних, енергійних дій при подоланні перешкод. Наполегливість особливо яскраво виявляється тоді, коли людина знаходиться у проблемній ситуації, коли є труднощі, перепони на шляху до досягнення мети. Наполеглива особистість правильно оцінює обставини, знаходить у них те, що допомагає досягненню мети. Така особистість здатна до тривалого і неослабного напруження енергії, неухильного руху до поставленої мети.
Відваги 	полягає у збереженні стійкості організації психічних функцій без зниження якості діяльності. Цей стан виникає у разі виникнення небезпеки (для життя, здоров'я чи престижу). Тобто, сміливість пов'язана із умінням протистояти страху і йти на виправданий ризик задля визначеної мети.
Рішучості 	виражає готовність до дії, яка, окрім емоційного й інтелектуального аспектів, передбачає специфічне переживання. Сутністю цього стану є готовність почати здійснювати прийняте рішення, ініціювати дію за наявності ризику, ймовірності неприємних наслідків. Виникає одночасно із прийняттям рішення, а не раніше за нього. З наближенням у часі і просторі до бажаного об'єкта рішучість може знижуватися, якщо людина невпевнена в успіху, і навіть переходити у нерішучість. Важливим фактором рішучості є здатність до самодисципліни, звичка ініціювати дію, вчинки без непотрібних сумнівів (наприклад, вставати зранку) [2].
Терплячості 	це стан протидії несприятливим чинникам. Воля у даному випадку виявляє свою ініціюючу функцію, спонукаючи людину зберігати актуальний стан всупереч ситуації, що склалася.
Цілеспрямованості 	полягає у керуванні особистості своїми діями і вчинками для досягнення поставлених цілей, які зумовлені твердими переконаннями. Цілеспрямована особистість завжди спирається на загальну, часто віддалену мету і підпорядковує їй свою конкретну мету.

Стриманості



за такого вольового стану поведінка підкоряється розумному контролю. Вона може бути вираженням самодисципліни, вихованості людини, а може свідчити про боягузтво (наприклад, людина не відповіла рішуче начальникові, тому що побоялася його помсти). Вольовий стан виражається у стримуванні за допомогою вольового зусилля негайного задоволення [2].

Це стан вольового напруження у стриманні спонукань, що з'являються при виникненні певних емоційних станів (радості, злості, гніву тощо). Стриманість як «миттєвий» стан може бути вираженням самодисципліни, вихованості людини, а може відображати її боягузтво, але в будь-якому разі це вольовий стан, який долає потребу за допомогою вольового зусилля.

Вольові процеси і вольові стани визначають вольову поведінку людини. Стійка їх повторюваність зумовлює розвиток та формування у особистості вольових якостей.



3.2.3. ПІЗНАВАЛЬНІ СТАНИ

Пізнавальні стани – це єдність чуттєвої та раціональної сторін складного й суперечливого процесу освоєння дійсності, проникнення людського розуму у сутність речей. Пізнавальні стани пов'язані із пізнавальною діяльністю та сприяють відображенню у мозку людини предметів, явищ, подій, ситуацій, процесів дійсності.

РІЗНОВИДИ ПІЗНАВАЛЬНИХ СТАНІВ

Зацікавленість



стан, пов'язаний із здійсненням пізнавальної діяльності, та який є її спонукуванням. Це прояв пізнавальної цікавості до певних предметів, явищ, подій, ситуацій, процесів дійсності та сутності.

Натхнення



стан особистості, який виражається у насназі, прагненні до творчості, він обумовлюється комплексом пізнавальних, емоційних та вольових компонентів.

Натхнення виражається у творчому підйомі; загостренні сприйняття; підвищеній здатності відтворення раніше закріпленого; зростанні потужності уяви; виникненні цілої низки комбінацій оригінальних вражень; вияв великої кількості думок і легкості знаходження суттєвого; повній зосередженості і зростанні фізичної енергії, які призводять до дуже високої працездатності, психічного стану радості творчості і нечутливості до втоми.

Натхнення – це завжди єдність таланту особистості, її знань і кропіткої щоденної праці.

Зосередженість



концентоване сприйняття чого-небудь, яке посилюється у результаті ясності і виразності на певний період, переважаючи над усім іншим. Бути зосередженим, значить бути сприйнятливим до безлічі тонкощів, які відбуваються у повсякденному житті й у процесі пізнання, і відповідно, реагувати більш правильно на дані тонкощі, діяти у згоді із правильно отриманою інформацією по відношенню до себе і оточуючих, до об'єктів та предметів пізнання.

Допитливість 	це прагнення людини дізнатися про те нове, із чим вона зустрічається у житті; прагнення розібратися в основних, раніше невідомих їй явищах та причинах.
Сумнів 	невпевненість у істинності чого-небудь, відсутність твердої віри в когось або щось. У такому стані може з'явитись інша версія можливої поведінки, яка може бути кориснішою ніж здається та сприятиме більш детальному пізнанню чогось або когось.
Мрійливість 	створення уявою, думками певних обставин та ситуацій, які мають домінуюче значення для особистості. Він сприяє пізнанню, оскільки особа зосереджена на об'єкті, що має важливе значення і якому приділяє достатньо велику увагу.
Спантеличенність 	психічний стан, що поєднує емоційний (наприклад, подив, страх) і когнітивний (нерозуміння) компоненти. Саме такий стан надає можливість більш детального та ґрунтовного осмислення й пізнання невідомого.

ВИСНОВКИ ДО ГЛАВИ

Таким чином, мотиваційні, вольові й емоційні стани зумовлюють поведінку людини й сприяють пізнанню закономірностей навколишньої дійсності та її перетворенню.

Сутність та явище пізнання дозволяє особистості досягнути внутрішній стан, визначити власні приховані особливості, можливості та перспективи. Це дозволяє людині узагальнювати безліч фактів і подій, пізнавати навіть ті речі, із якими вона безпосередньо не зустрічалась.

Пізнавальні, мотиваційні й вольові стани спрямовують діяльність на дослідження нової інформації та її практичної реалізації, що поєднуються мотиваційною спрямованістю і вольовим зусиллям.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Википедия / электронный ресурс <http://ru.wikipedia.org/wiki/>. – Название с экрана.
2. Савчин М. В. Загальна психологія / Вольові процеси і вольові стани . Електронний ресурс: http://zaochka.net/catalog_p_8_p_145.html - Назва з екрана.

ПИТАННЯ ДЛЯ САМОПЕРЕВІРКИ ТА КОНТРОЛЮ ЗАСВОЄННЯ ЗНАНЬ

1. Надайте визначення поняття «мотиваційний стан».
2. Надайте визначення поняття «вольовий стан».
3. Надайте визначення поняття «пізнавальний стан».
4. Які пізнавальні стани ви знаєте?
5. Які мотиваційні стани ви знаєте?
6. Назвіть різновиди вольових станів.
7. У чому полягає відмінність вольових станів від пізнавальних?
8. У чому полягає відмінність мотиваційних станів від пізнавальних?
9. У чому полягає відмінність емоційних станів від пізнавальних?

КОНТРОЛЬНІ ТЕСТИ

1. Пізнання – це...:
 - А. Єдність чуттєвої та раціональної сторін складного й суперечливого процесу освоєння дійсності, проникнення людського розуму у сутність речей.
 - Б. Відбиток свідомістю людини неминучого у чуттєвих і логічних формах.
 - В. Процес пізнання особливостей професійної діяльності; отримання професійно важливих знань, вмінь та навичок, розвитку та формування професійної компетентності.
2. Пізнавальні стани – це...:
 - А. Єдність чуттєвої та раціональної сторін складного й суперечливого процесу освоєння дійсності, проникнення людського розуму у сутність речей.
 - Б. Використання отриманих знань у практичній діяльності.
 - В. Відбиток свідомістю людини неминучого у чуттєвих і логічних формах.

ТЕМИ РЕФЕРАТІВ

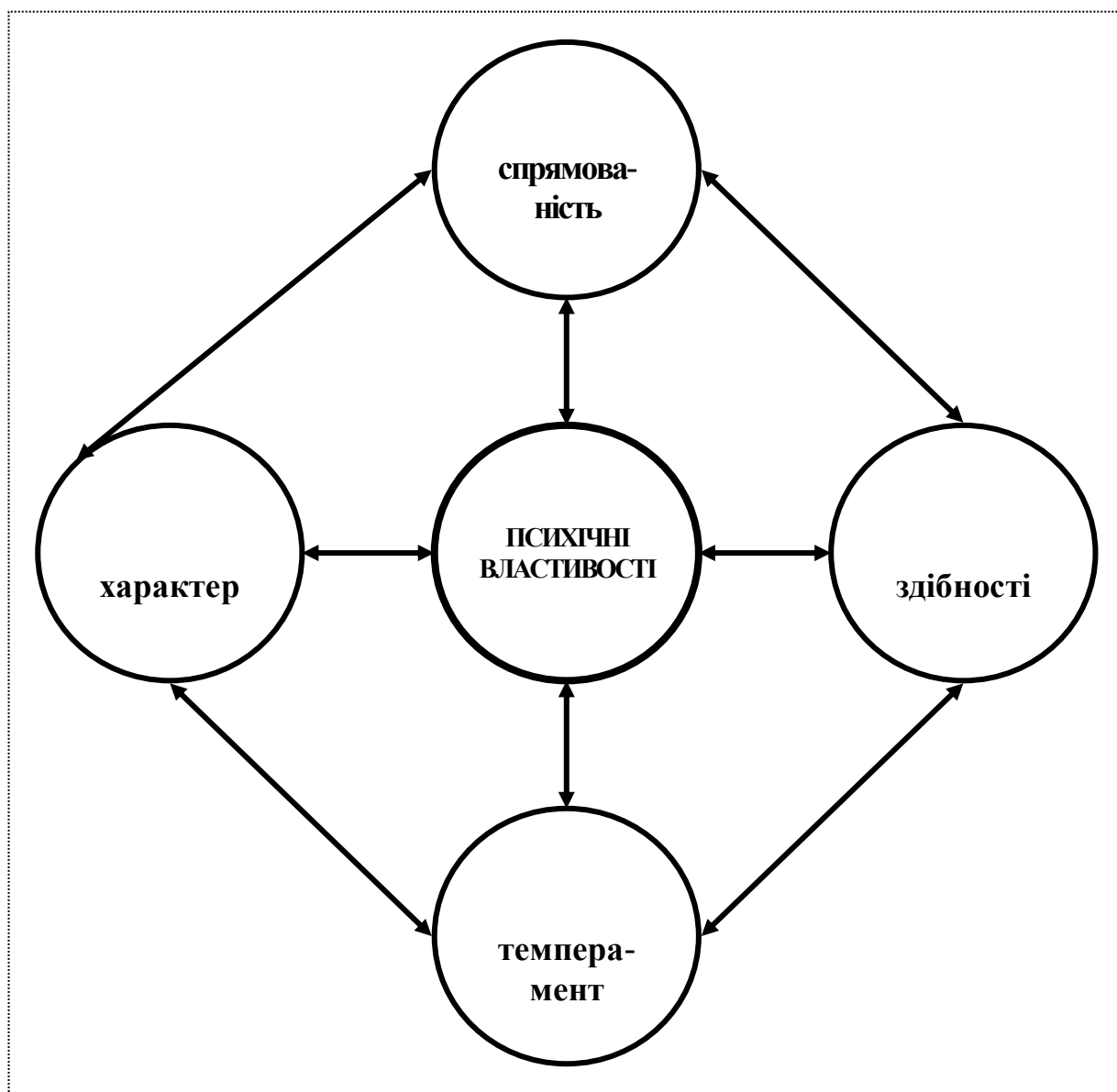
1. Вплив пізнавальних станів на ефективність професійної діяльності.
2. Вплив мотиваційних станів на ефективність професійної діяльності.
3. Вплив вольових станів на ефективність професійної діяльності.
4. Пізнавальні стани особистості: характеристика та види.
5. Взаємозв'язок пізнавальних та вольових станів особистості.

СПИСОК РЕКОМЕНДОВАНОЇ ЛІТЕРАТУРИ

1. Великий тлумачний психологічний словник / Ребер Артур (Penguin). Том 2 (П–Я); Пер, з англ. – М.: Вече, ФСЄ, 2000. – 592 с.
2. Савчин М. В. Загальна психологія / Вольові процеси і вольові стани . Електронний ресурс: http://zaochka.net/catalog_p_8_p_145.html - Назва з екрана.

РОЗДІЛ IV

ПСИХІЧНІ ВЛАСТИВОСТІ



ГЛАВА 4.1.

ЗДІБНОСТІ

Коли говорять про здібності людини, то мають на увазі її можливості у тій чи іншій сфері діяльності. За інших рівних умов (рівень підготовленості, знання, навички, вміння, витрачений час, розумові та фізичні зусилля) здатна людина отримує максимальні результати у порівнянні із менш здібними людьми.

Найвищим рівнем розвитку і прояву здібностей є обдарованість, талант та геніальність. Талановиті і геніальні люди досягають у практиці, творчості, мистецтві, науці нових результатів, які мають велике суспільне значення. Геніальна людина створює щось оригінальне, що відкриває нові шляхи у галузі наукових досліджень, виробництва, мистецтва, літератури. Талановита людина також творить, вносить своє, але в межах вже визначених ідей, напрямів, способів дослідження.

Здібності не притаманні людині як властивості, які надаються з народження. Вони формуються протягом життя та діяльності. Прийнято вважати, що формування здібностей проходить на основі задатків, вроджених анатомо-фізіологічних особливостей людини, насамперед, центральної нервової системи. При цьому розрізняють вроджені та спадкові задатки. Але здібності розвиваються людиною та удосконалюються.

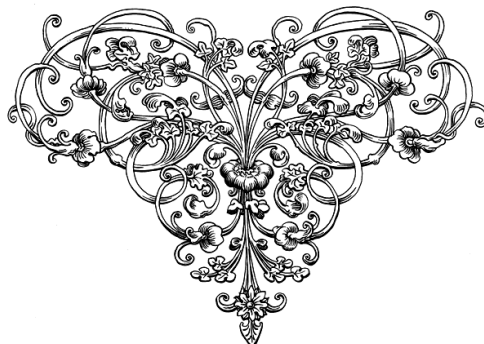
У даній главі характеризуються основні характеристики здібностей: теоретична основа, структура, види, рівні; визначаються обдарованість, геніальність та талановитість – як вищий рівень здібностей.

Мета даної глави: надати знання загальної характеристики здібностей особистості.

Мета вивчення глави:

1. **Освітня** – сформувати у курсантів та студентів знання про здібності, їх види, рівні та складові.
2. **Практична** – сприяти розвиткові власних здібностей.
3. **Розвивальна** – розвивати особисті репродуктивні та творчі здібності з метою їх використання у правознавчій та правоохоронній сфері.
4. **Виховна** – розкрити шляхи для самовдосконалення.

Ключові поняття глави: здібності, загальні, потенційні, актуальні, спеціальні природні та специфічні людські здібності, обдарованість, геніальність, талант та ін.



4.1.1.ЗДІБНОСТІ ТА ЇХ ХАРАКТЕРИСТИКА

ЗДІБНОСТІ

– це індивідуально-психологічні особливості людини, які відповідають умовам успішного виконання тієї чи іншої діяльності, а саме – набуття знань, умінь і навичок та використання їх у праці.

Аналізуючи різноманітні варіанти існуючих підходів до дослідження здібностей, їх можна звести до **трьох основних типів** [1]:

У першому випадку під здібностями розуміється сукупність різних психічних процесів та станів. Це найбільш широке та давнє тлумачення терміна «здібності».	Із точки зору другого підходу, під здібностями розуміють високий рівень розвитку загальних і спеціальних знань, умінь, навичок, котрі забезпечують успішне виконання людиною різних видів діяльності. Дане визначення з'явилося і було прийнятим у психології XVIII – XIX століть та досить часто зустрічається у наш час.	Третій підхід базується на твердженні про те, що здібності – це щось таке, що не зводиться до <i>знань</i> , умінь, навичок, але забезпечує їх швидке набуття, закріплення та ефективне використання на практиці.
---	--	---



Б. М. Теплов
(1896 – 1965 рр.)

Слід зазначити, що у вітчизняній психології експериментальні дослідження здібностей найчастіше будуються на основі останнього зі згаданих підходів. Найбільший внесок у розвиток таких досліджень вніс відомий російський психолог **Б. М. Теплов** (1896 – 1965 рр.).

Б. М. Теплов виділив наступні **три основні ознаки поняття «здібність»**:

- по-перше, це індивідуально-психологічні особливості, які відрізняють одну людину від іншої; тому ніхто не буде говорити про здібності там, де мова йде про властивості, по відношенню до яких всі люди є рівними;
- по-друге, це не будь-які індивідуальні особливості взагалі, а лише такі, які мають відношення до успішності виконання якої-небудь діяльності чи діяльностей; такі властивості, як, наприклад, запальність, в'ялість, повільність, які, безсумнівно, є індивідуальними особливостями деяких людей, проте, зазвичай, не називаються здібностями, тому що не розглядаються як умови успішності виконання яких-небудь діяльностей;
- по-третє, це поняття не зводиться до тих знань, навичок, умінь, які вже є у даної людини.

Розвиток здібностей особистості залежить, по-перше, від вроджених задатків індивіда, які визначають рівень потенційних можливостей; по-друге, від конкретних умов його виховання та навчання. Існують так звані сенситивні періоди, коли розвиток тієї чи іншої здібності проходить найбільш швидко та легко. Якщо у такий період не було достатнього підкріплення відповідної діяльності, то із кожним наступним роком шанси розвитку певної здібності чи здібностей значно знижуються. Згідно із дослідженнями науковців, у формі відповідних задатків здібності передаються по спадковості, при цьому загальні здібності успадковуються краще, ніж спеціальні, а навчальні (репродуктивні) – краще, ніж творчі [1].

Таким чином, **здібності** – це індивідуально-психологічні властивості особистості, які визначають міру успішності виконання або засвоєння тієї чи іншої діяльності. Існують два провідних фактори розвитку здібностей – це *спадковість* (у формі задатків) та вплив *соціального середовища* (через навчання та виховання). У зв'язку із великою кількістю різноманітних здібностей і з метою їхньої наукової систематизації науковці створили декілька різних класифікацій.

Класифікація здібностей

природні здібності

біологічно зумовлені, пов'язані із природженими задатками, що формуються на їх базі, при наявності елементарного життєвого досвіду через механізми навчання типу умовно-рефлекторних зв'язків;

специфічні людські здібності,

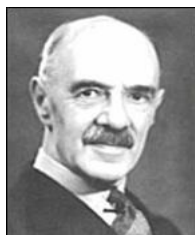
які мають суспільно-історичне походження і забезпечують життя та розвиток у соціальному середовищі. Специфічні людські здібності, у свою чергу, поділяються на:

загальні, якими визначаються успіхи людини у самих різних видах діяльності і спілкування (розумові здібності, розвинені пам'ять і мовлення, точність і тонкість рухів рук тощо).

спеціальні, визначальні успіхи людини в окремих видах діяльності і спілкування, де необхідні особливого роду задатки і їх розвиток (здібності математичні, технічні, літературно-лінгвістичні, художньо-творчі, спортивні тощо).

Ці здібності, як правило, можуть доповнювати і збагачувати одна одну.

Ч. Е. Спірмен
(1863 – 1945 рр.)



вчений експериментально виявив у структурі загальних здібностей три основні фактори:

<i>Лінгвістичний (вербальний)</i>	<i>Механічний (зорово-просторовий)</i>	<i>Числовий (формально-знаковий)</i>
обумовлює успішність і легкість оперування суб'єкта насамперед різноманітним вербальним матеріалом, а саме: його уміння визначати значення слів, здатність розуміти тексти та інтерпретувати прислів'я, проводити словесні аналогії та будувати судження, розвиток його поняттєвого мислення і т.д.	пов'язаний із мисленнєвим маніпулюванням наочно-зоровими образами у тривимірному просторі, а також зі сприйманням просторових відношень об'єктивної реальності.	обумовлює результативність та ефективність мисленнєвих операцій із числами та іншими штучними знаками, а також легкість переходу у процесі здійснення цих операцій від відображення конкретно-предметної форми опрацьованої інформації до відображення її формалізованої узагальненої структури.

Така співвіднесеність розглянутих факторів із основними сферами мисленнєвої діяльності людини дозволяє зробити висновок, що поведінкові і вербальні здібності визначають успішність і легкість осмисленого оволодіння предметами гуманітарного циклу: літературою, рідною та іноземною мовами, а також історією. Зорово-просторові здібності – оволодіння географією, біологією, фізикою і хімією (природничо-математичний цикл), а числові – насамперед, арифметикою (у старших класах – алгеброю).

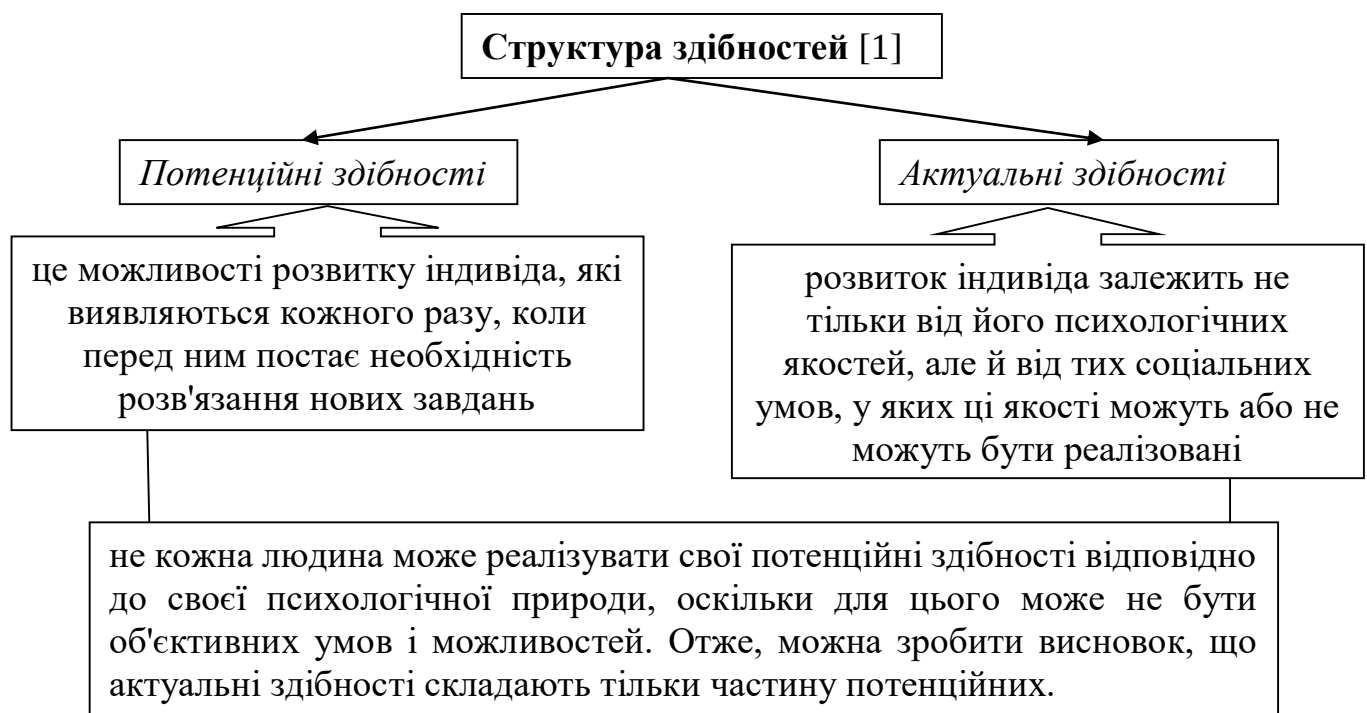
Дружинін В. Н. (1955 – 2001 рр.) розглядає також порядкову черговість формування даних факторів загальних здібностей в **онтогенезі** та прояви їхнього взаємозв'язку під час цього формування. Поведінково-соціальні здібності є загальною базою для розвитку усіх інших спеціальних здібностей людини. Вони розвиваються на їх основі у такому порядку: вербальні, потім – зорово-просторові, а останні – формально-знакові. Можна помітити, що розвиток здібностей дітей у такому напрямку визначає можливості поступового переходу від взаємодії спочатку лише із насиченим поведінково-емоційним кодом інформації із багатим конкретно-фактологічним матеріалом до діяльності із максимально однозначною, абстрагованою та узагальненою інформацією із чітким знаково-символічним кодом [3]. Залежно від індивідуальності генетичних комбінації і впливів середовища різні люди мають відмінні структури індивідуальних здібностей, що виражається, насамперед, у тому, які фактори і з якими рівнями розвитку входять до її складу.

4.1.2. СТРУКТУРА ЗДІБНОСТЕЙ

Природа людських здібностей

Тут передусім мова повинна йти про природу так званих соціальних здібностей, біологічна основа яких досі точно не встановлена. Це вищі, культурно зумовлені здібності. Умовами і передумовами їх розвитку є, насамперед, обставини життя людини: життя у суспільстві, наявність соціально-культурного середовища, створеного штучною працею багатьох поколінь людей; навчання у дитинстві користуванню відповідними предметами, наприклад, музичними інструментами; участь у цілому ряді складних, високоорганізованих видів діяльності і спілкування; наявність кола людей, які спроможні передати необхідні знання, уміння і навички за допомогою ефективних засобів і методів навчання та виховання; відсутність у людини з народження жорсткої запрограмованості поведінки, наявність незрілості мозкових структур із їх властивістю до подальшого формування шляхом навчання і виховання.

Анатомо-фізіологічною основою соціальних здібностей, коли вони стають розвиненими, виступають так звані функціональні органи нервово-м'язової системи.



Рівні розвитку здібностей [1]:

репродуктивний

виявляє високі уміння засвоювати знання, володіти діяльністю і здійснювати її відповідно до зразка, що пропонується.

творчий

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 у 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.

Людина, яка здатна до різних видів діяльності і спілкування, володіє загальною **обдарованістю**.

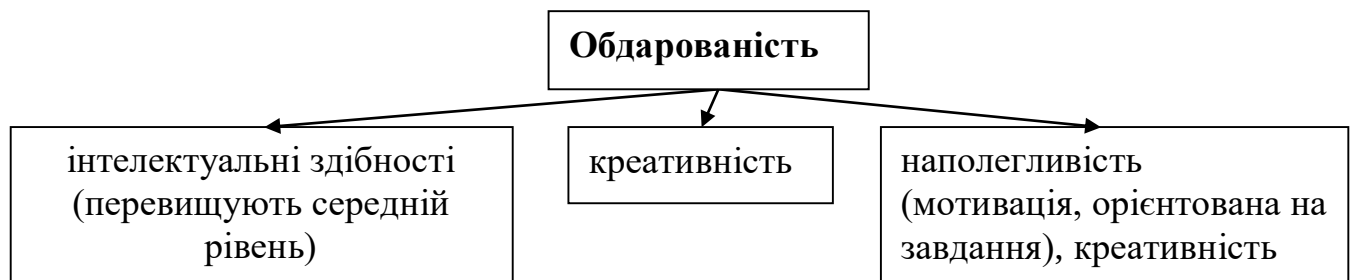


4.1.3. ОБДАРОВАНІСТЬ, ТАЛАНТ ТА ГЕНІАЛЬНІСТЬ

Обдарованість

це єдність загальних здібностей, що зумовлює діапазон її інтелектуальних можливостей, рівень і своєрідність діяльності й спілкування.

Обдарованість – це найвищий рівень розвитку здібностей, якого людина досягає повністю віддаючись творчій діяльності. Якісна відмінність обдарованості від високого рівня здібностей полягає у тому, що обдарованість стає для особистості системоутворюючою рисою, вона визначає не лише способи діяльності людини, а й її систему цінностей, характер соціальної взаємодії, спрямованість особистісного розвитку [5]. Навряд чи є продуктивною і взагалі можливою тестова ідентифікація обдарованості, заснована на вимірюванні окремих показників розвитку здібностей. Такі показники як феноменальна пам'ять, висока креативність, високий інтелект можуть існувати за повної відсутності обдарованості. Значні досягнення у діяльності – ось чи не єдиний вагомий критерій розпізнавання обдарованості.



Найбільш характерний варіант концепції обдарованості запропонований Г. Доманом. Пропонуючи поняття «фізичний інтелект», вчений акцентує увагу на шести важливих функціях, які виділяють психоневрологи:

- 1) рухові вміння (хода);
- 2) мовленнєві вміння (бесіда);
- 3) мануальні вміння (письмо);
- 4) візуальні вміння (читання і спостережливість);
- 5) слухові вміння (прослуховування і розуміння);
- 6) тактильні навички (відчуття і розуміння).

Термін «обдарована» вперше вжитий А. Трєєм у 1839 р. у розумінні слова «геній». Стосовно обдарованості існує дві точки зору. Перша – соціальна: більшість людей від народження однаково наділені розумом, і різниця здібностей зумовлена умовами життя (Дж. Локк, К. А. Гельвецій); обдарованість – поширене явище (В. П. Єфроїмсон). Друга – генетична: обдарованість є вродженим, досить рідкісним явищем, що успадковується навіть через покоління (Ф. Гальтон, Р. Стернберг). Суперечність цих поглядів зникає, якщо вважати, що потенційна обдарованість по відношенню до різних видів діяльності притаманна багатьом дітям, тоді як актуальну обдарованість демонструє лише незначна частина дітей. До того ж пластичність психічних властивостей дитини змінюється на різних етапах її розвитку. Обдарованість у певній діяльності може виникати стихійно й далі розвиватись за сприятливих умов або затухати за несприятливих.

Талант

це вищий рівень здібностей людини до певної діяльності. Це поєднання здібностей, які дають людині змогу успішно, самостійно й оригінально виконати певну складну трудову діяльність.



Обдарованість і здібності людей відрізняються не в кількісному, а у якісному відношенні. Якісні відмінності обдарованості виражаються не тільки у тому, що одна людина обдарована в одній сфері, а інша – у другій, а й у рівні сформованості обдарованості. Пошук у здібностях якісних відмінностей – важливе завдання психології. Дослідження обдарованості полягає не у ранжуванні людей за рівнем обдарованості, а у розробленні способів наукового аналізу якісних особливостей обдарованості та здібностей. Основне питання не у тому, наскільки обдарована чи здібна конкретна людина, а в тому, якими є її обдарованість, здібності [6].

Перші ознаки таланту можуть виявитись вже у дитячому віці, разом із тим, талант може проявитись і пізніше. Талант може проявитись у різних сферах людської діяльності: в галузях музики, літератури, природничих наук, техніки, спорту, в організаторській і педагогічній діяльності, у різноманітних видах виробництва.

Розвиток і формування таланту значною мірою залежить від суспільно-історичних умов життя і діяльності людини.

Для розвитку таланту велике значення мають працьовитість і наполегливість. Для талановитих людей характерна потреба у занятті певним видом діяльності, яка часом виявляється у пристрасті до обраної справи.

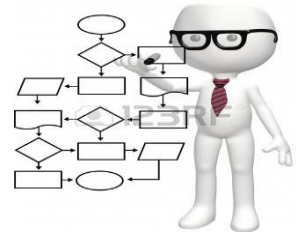
Вирізняються певні **типи таланту**, якими володіють люди у тій чи іншій мірі. На початку 1980-х років **Говард Гарднер** написав книгу «Рамки розуму», у якій він визначив сім типів таланту, інтелекту:

<i>вербально-лінгвістичний</i>	відповідає за здатність писати і читати, властивий журналістам, письменникам і юристам;
<i>цифровий</i>	характерний для математиків;
<i>просторовий</i>	властивий дизайнерам та художникам;
<i>фізичний</i>	ним наділені спортсмени і танцюристи, ці люди легше навчаються на практиці;
<i>особистісний</i>	його також називають емоційним; відповідає за те, що людина говорить сама собі;
<i>міжособистісний</i>	люди із цим талантом часто стають політиками, ораторами, торговцями, акторами;
<i>навколишнього середовища</i>	цим талантом бувають наділені дресирувальники, землероби.

Про наявність таланту слід робити висновок за результатами діяльності людини, які мають відрізнятися принциповою новизною, оригінальністю підходу. Талант особистості спрямований її потребою у творчості.

Геніальність

– найвищий рівень творчих проявів особистості, втілюється у творчості, що має історичне значення для життя суспільства [4].



Для генія характерні творча продуктивність, оволодіння культурною спадщиною минулого і водночас, рішуче подолання старих норм і традицій. Геніальна особистість своєю творчою діяльністю сприяє прогресивному розвитку суспільства.

Талановиті люди відрізняються від геніальних величчю і суспільною значущістю проблем, які вони вирішують. Геній – дуже рідкісне явище. Виражаючи потреби суспільства, він творить самостійно й оригінально, шукаючи відповіді на такі питання, яких інші люди часто й не помічають. Своєю діяльністю геній сприяє прогресивному розвитку всього суспільства.

Таку роль в історії вітчизняної науки і культури відіграла творчість М. В. Ломоносова, Д. І. Менделєєва, І. П. Павлова та ін. Геніям властива надзвичайна творча активність, бережливе ставлення до культурних надбань минулого і водночас – рішуче подолання застарілих поглядів і традицій. Вони усвідомлюють швидше за інших людей найактуальніші проблеми свого часу і силою свого розуму знаходять нові шляхи їх вирішення.

Генії є і титанами праці. Т. Едісон стверджував, що геній — це один відсоток таланту і 99 відсотків праці. Цю думку поділяв і Л. М. Толстой.

ВИСНОВКИ ДО ГЛАВИ

Реалізація та самореалізація здібностей особистості є вирішальним критерієм рівня і розвитку суспільства та держави у цілому. Кожна людина індивідуальна і здібності, відповідно, відображають її характер, спрямованість або захопленість та зацікавленість. Однак вони залежать і від бажання, постійних тренувань і самовдосконалювання особистості у певній галузі. Поряд зі здібностями, розглядається обдарованість, геніальність та талант, які є невід'ємними критеріями компетентної творчої особи, спроможної бути висококваліфікованою у певній галузі.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Винославська О. В. Психологія: Навч. посіб. / О. В. Винославська О. А. Бреусенко-Кузнєцов, В. Л. Зливков та ін.; За наук. ред. О. В. Винославської. - Київ: Фірма «ІНКОС».
2. Википедия / электронный ресурс <http://ru.wikipedia.org/wiki/>. – название с экрана.
3. Дружинина В. Н. Психология [учебник для гуманитарных вузов] / В. Н. Дружинина. – СПб: «Учебник нового века», 2001. – 656 с.
4. Здібності: психологічна характеристика, структура, види – електронний ресурс <http://www.ukrreferat.com/index.php?referat=51577&pg=7>. – Назва з екрана.
5. Здібності, творчість, обдарованість: теорія, методика, результати досліджень / За ред. В. О. Моляко, О. Л. Музики. – Житомир: Вид-во Рута, 2006. – 320 с.
6. Здібності, обдарованість, талант – електронний ресурс http://pidruchniki.ws/12931222/psihologiya/zdibnosti_obdarovanist_talant. – Назва з екрана.
7. Обдарованість і талант – електронний ресурс http://subject.com.ua/psychology/psyho_pedagog/index.html. – Назва з екрана.

ПИТАННЯ ДЛЯ САМОПЕРЕВІРКИ ТА КОНТРОЛЮ ЗАСВОЄННЯ ЗНАНЬ

1. Проаналізувавши визначення «здібностей», спробуйте надати власне тлумачення цього терміну.
2. Охарактеризуйте основні види здібностей людини, встановіть зв'язок між ними.
3. Обдарованість, задатки, здібності, геніальність – як розрізнити і пов'язати ці поняття?
4. Охарактеризуйте природу індивідуально-психологічних відмінностей людей і їх здібностей?
5. Роль задатків у розвитку спеціальних здібностей.
6. Які умови і передумови формування людських здібностей?
7. Охарактеризуйте свої власні здібності.
8. Охарактеризуйте поняття функціонального органу як анатомо-фізіологічної основи людських здібностей.

9. Охарактеризуйте, у чому полягає геніальність.
10. Охарактеризуйте, у чому полягає талант.

КОНТРОЛЬНІ ТЕСТИ

1. Талант – це ...:

А. Найвищий рівень творчих проявів особистості, втілюється у творчості, який має історичне значення для життя суспільства.

Б. Вищий рівень здібностей людини до певної діяльності. Це поєднання здібностей, які дають людині змогу успішно, самостійно й оригінально виконати певну складну трудову діяльність.

В. Єдність загальних здібностей, що зумовлює діапазон її інтелектуальних можливостей, рівень і своєрідність діяльності та спілкування.

2. Обдарованість – це ...:

А. Вищий рівень здібностей людини до певної діяльності. Це поєднання здібностей, які дають людині змогу успішно, самостійно й оригінально виконати певну складну трудову діяльність.

Б. Найвищий рівень творчих проявів особистості, втілюється у творчості, що має історичне значення для життя суспільства.

В. Єдність загальних здібностей, що зумовлює діапазон її інтелектуальних можливостей, рівень і своєрідність діяльності та спілкування.

ТЕМИ РЕФЕРАТІВ

1. Розвиток здібностей: що для цього необхідно і чи є у них межі?
2. Взаємозв'язок здібностей, таланту та геніальностей.
3. Геніями народжуються чи стають?
4. Здібності особистості та їх вплив на професійну діяльність.

СПИСОК РЕКОМЕНДОВАНОЇ ЛІТЕРАТУРИ

1. Винославська О. В. Психологія: Навч. посіб. / О. В. Винославська О. А. Бреусенко-Кузнєцов, В. Л. Зливков та ін.; За наук. ред. О. В. Винославської. - Київ: Фірма «ІНКІОС».
2. Дружинина В. Н. Психология [учебник для гуманитарных вузов] / В. Н. Дружинина. – Спб: «Учебник нового века», 2001. – 656 с.
3. Здібності, творчість, обдарованість: теорія, методика, результати досліджень / За ред. В. О. Моляко, О. Л. Музики. – Житомир: Вид-во Рута, 2006. – 320 с.
4. Здібності, обдарованість, талант – електронний ресурс http://pidruchniki.ws/12931222/psihologiya/zdibnosti_obdarovanist_talant . – Назва з екрана.

ГЛАВА 4.2.

ТЕМПЕРАМЕНТ

Біологічно склалося так, що не існує людей із однаковими шкірними візерунками на пальцях рук, на дереві немає абсолютно однакового та одноманітного листя. Так само у природі не існує абсолютно однакових особистостей – кожна людина неповторна та індивідуальна.

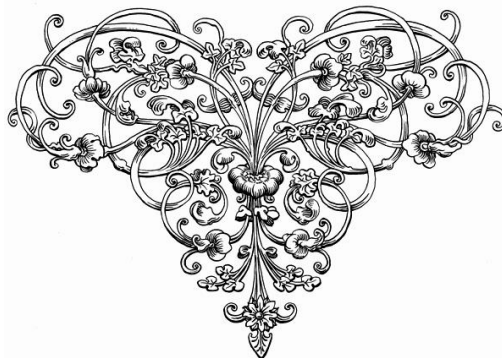
Проте людина не народжується особистістю. Нею вона стає поступово. Але ще раніше, ніж людина стане особистістю, у неї спостерігаються індивідуальні особливості психіки, котрі дуже консервативні, стійкі та утворюють у кожній людині своєрідний психічний ґрунт, на якому згодом, залежно від її особливостей, зростають властивості особи, притаманні тільки цій людині. Це означає, що психіка дитини не схожа на гладку дошку, де можна писати будь-які візерунки, і що у процесі виховання й навчання дитини потрібно спиратися на наявні у неї від народження властивості. Ці властивості у всіх різні. Одні – швидкі, непосидючі, кмітливі, поривчасті, галасливі. Інші, навпаки – повільні, спокійні, врівноважені, незворушні. Слід зазначити, що ці відмінності торкаються не змісту особистості, а деяких зовнішніх проявів. Ось ця сторона характеризує і поняття «темперамент».

Мета даної глави: надати курсантам та студентам знання про темперамент, його властивості та типи.

Мета вивчення глави:

1. **Освітня** – сформувати у курсантів та студентів знання основних характеристик темпераменту.
2. **Практична** – розвивати уміння визначати типи темпераменту співрозмовника за його властивостями.
3. **Розвивальна** – розвивати психодіагностичні уміння.
4. **Виховна** – виховувати прагнення до пізнання себе та самовдосконалення.

Ключові поняття глави: темперамент, сангвінік, холерик, меланхолік, флегматик, амбіверт, врівноважений, сенситивність, реактивність, пластичність, ригідність, тривожність, опір, екстровертність, інтровертність, емоційна збудливість, темп реакції.



4.2.1. ІСТОРІЯ ВЧЕНЬ ПРО ТЕМПЕРАМЕНТ

Темперамент

(від лат. *temperans* – змішувати у належних співвідношеннях, підігрівати, охолоджувати, уповільнювати, керувати) характеризує динамічний бік психічних реакцій людини – її темп, швидкість, ритм, інтенсивність. На однакові за змістом і метою дії подразники кожна людина реагує по-своєму, індивідуально [1].

Існує три підходи при поясненні природи темпераменту:

гуморальний

належність людини до певного типу темпераменту обумовлена відносним переважанням у її організмі однієї із чотирьох рідин: крові, слизу, жовчі, чорної жовчі – Гіппократ Гераклідович (бл. 460 – бл. 377 рр. до н. е.) та ін.

*соматично-
типологічний або
конституціональний*

залежність властивостей психічних механізмів від будови і функціонування організму – Е. Кречмер (1888 – 1964 рр.), У. Шелдон (1899 – 1977 рр.) та ін.

фізіологічний

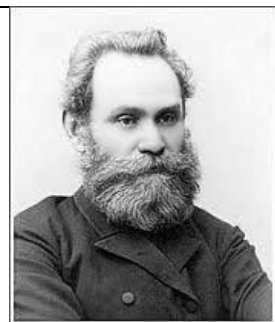
розглядається залежність темпераменту від типу нервової системи – І. П. Павлов (1849 – 1936 рр.), Б. М. Теплов (1896 – 1965 рр.), В. Д. Небиліцин (1930 –



*Гіппократ
Гераклідович* (бл. 460 –
бл. 377 рр. до н. е.)



Е. Кречмер
(1888 – 1964 рр.)



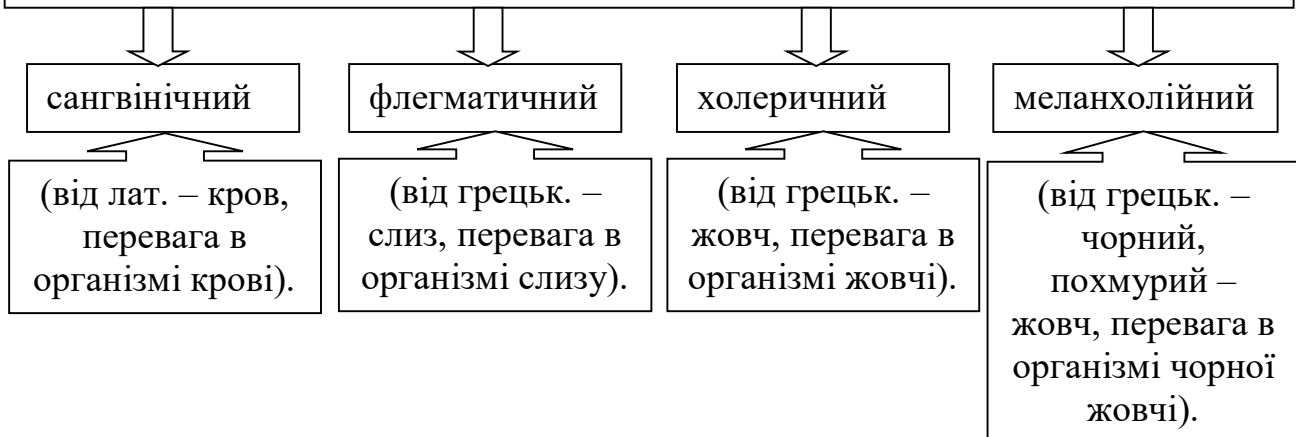
І. П. Павлов
(1849 – 1936 рр.)

Гуморальний підхід вивчення темпераменту

Гіппократ Гераклідович
(бл. 460 – бл. 377 рр. до н. е.)

Вчення про темперамент започатковане славнозвісним давньогрецьким лікарем і філософом Гіппократом. Він та його послідовники (римський лікар Гален та ін.) відстоювали гуморальну теорію (від лат. humor – рідина, соки організму – кров, флегма, жовч), згідно із якою темперамент спричиняє перевагу в організмі певної рідини. Гіппократ вважав, що життєдіяльність організму визначається співвідношенням між *кров'ю*, *жовчю* та *слизом* (лімфа, флегма).

На основі цього погляду сформувалося вчення про **чотири типи темпераменту** [4]:

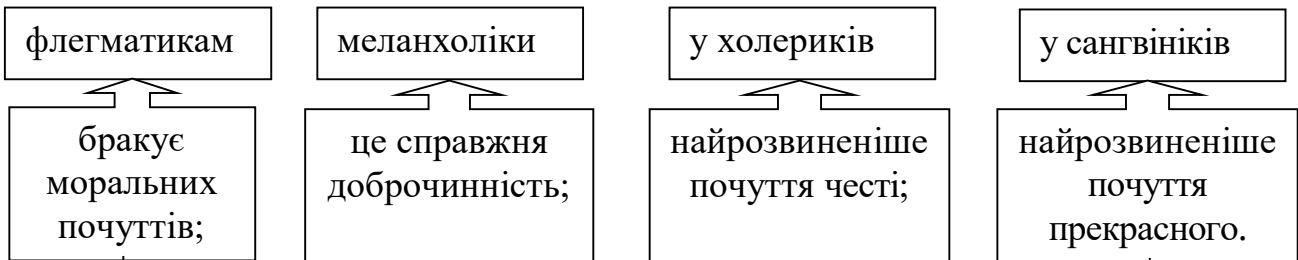


Сьогодні це вчення цікаве тільки з історичного погляду. Але описані Гіппократом Гераклідовичем характерні риси темпераменту досить точно визначають особливості окремих типів темпераменту. І. П. Павлов (1849 – 1936 рр.), розглядаючи проблему темпераменту, писав, що геніальний спостерігач людини – Гіппократ Гераклідович (бл. 460 – бл. 377 рр. до н. е.) у класифікації темпераментів підійшов до істини найближче.

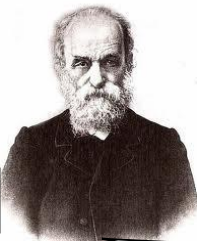
І. Кант (1724 – 1804 рр.)



Німецький філософ-ідеаліст І. Кант (1724 – 1804 рр.), поділяючи погляди на темперамент представників *гуморальної теорії*, вперше дав своєрідну психологічну характеристику темпераментів. Він вважав, що:



Але І. Кант у своєму розумінні темпераменту плував його риси із характером.



П. Ф. Лесгафт (1837 – 1909 рр.)

Вітчизняний вчений, лікар і педагог П. Ф. Лесгафт (1837 – 1909 рр.) пояснював темперамент особливостями кровообігу, які залежать від діаметра отвору та товщини й гнучкості стінок судин. Калібр судин і товщина їх стінок, на його на думку, зумовлює швидкість і силу кровообігу. Невеликий діаметр судин відповідає сангвінічному темпераменту, великий діаметр та товсті стінки його судин – меланхолійному, а великий діаметр і тонкі стінки судин – флегматичному.

Попри те, що деякі дослідники вважають гуморальну теорію наївною, слід зазначити, що її представники першими зрозуміли психосоматичну єдність індивіда, тобто єдність душі й тіла. Слід зазначити, що Гіппократ був матеріалістом у поглядах, тому пояснював психосоматичну єдність матеріальної основою – сумішшю «соків» в організмі індивіда.

На початку ХХ ст. увагу дослідників привела залежність проявів властивостей темпераменту від будови тіла.

Соматично-типологічний або конституціональний підхід до вивчення темпераменту

Е. Кречмер
(1888 – 1964 рр.)

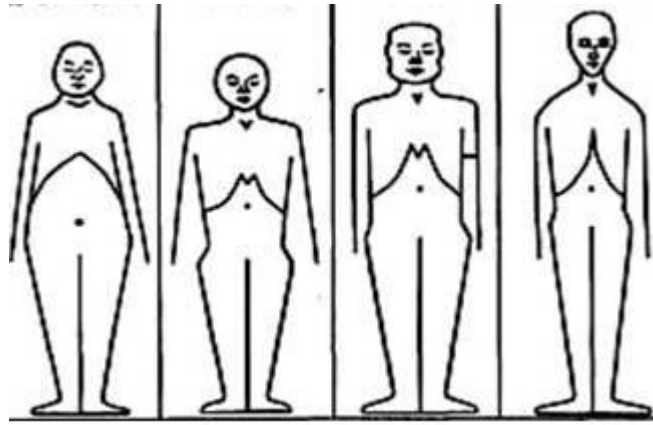
з'єднав психіатрію і антропологию, в результаті чього з'явилися такі конституційні типи: *астенік*, *пикнік*, *атлетик* і *диспластик*. Крім всього цього, спираючись на типи будови людського тіла, він виокремив відповідні типи темпераменту – *шизотимік*, *іксотимік* і *циклотимік*.

Конституційні типи особистості

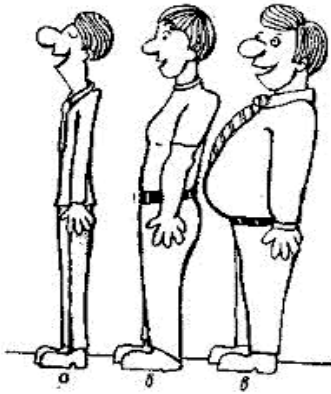
<i>Астенік</i>	людина невеликої, дрібної статури, із плоскою грудною кліткою, вузькими плечима, подовженими і худими кінцівками, витягнутим обличчям, але дуже гарно розвиненою нервовою системою, головним мозком. З дитинства астеніки дуже слабкі та ніжні, вони швидко ростуть, не виявляючи впродовж усього життя схильності до збільшення об'єму м'язів або жирового прошарку.
<i>Пікнік</i>	відрізняється масивним тілом і тенденцією до утворення жирових прошарків на торсі при слабкому руховому апараті. Середній зріст, статна фігура, м'яке широке обличчя на короткій масивній шиї, живіт.
<i>Атлетик</i>	у нього міцний скелет, виражена мускулатура, пропорційна міцна статура. Він характеризується сильним розвитком скелета і мускулатури, пружною шкірою, потужною грудною кліткою, широкими плечима, упевненою осанкою.
<i>Диспластик</i>	це людина із неправильною статурою.

Відповідні типи темпераменту

<i>Шизотимік</i>	це замкнута і вперта людина, егоїст із перепадами настрою, важко адаптуються. Астенічна статура підходить шизотиміку.
<i>Іксотимік</i>	це спокійна, маловразлива, дріб'язкова, стримана в усіх проявах людина, у неї невисока гнучкість мислення, важко пристосовується до зміни обстановки. Атлетична статура підходить іксотиміку.
<i>Циклотимік</i>	це весела, емоційна людина, яка легко йде на контакт. Пікнічна статура підходить циклотиміку.



В. Шелдон (1899 – 1977 рр.)



Відомий американський психолог В. Шелдон (1899 – 1977 рр.) також запропонував *морфологічну теорію* темпераменту, за якою виділяються три основних типи соматичної конституції («соматотипи»): ендо-, мезо- і екторморфний.

ендоморфний тип

характерні м'якість та округлість зовнішнього вигляду, слабкий розвиток кісткової та м'язової систем – йому відповідає вісцеротонічний темперамент із схильністю до комфорту, із чуттєвим потягом, розслабленістю та повільною реакцією.

мезоморфний тип

властиві жорстка і різка поведінка із переважанням кістково-м'язової системи, атлетичність і сила. Із цим типом пов'язаний соматотонічний темперамент, якому притаманні любов до пригод, схильність до ризику, жадання м'язових дій, активність, сміливість, агресивність.

ектоморфний тип

характеризується витонченістю і тендітністю тіла, відсутністю виразної мускулатури. Цьому соматотипу відповідає церебротонічний темперамент, якому властиві слабо виявлена товариськість, схильність до усамітнення, підвищена реактивність.

Гуморальний та конституціональний підходи вивчення темпераменту мають серйозні недоліки. Вони відстоюють як першооснову темпераменту, а також системи організму, які не мають для цього потрібних властивостей. Крім того, ці теорії стирають межі між темпераментами здорового та хворого організму, пояснюють темперамент лише біологічними чинниками, а тому розкривають не все у його сутності.

Але зовсім ігнорувати ці теорії у поясненні проявів темпераменту не можна. Відомо, що порушення функції гуморальної та ендокринної систем організму зумовлюють деякі психопатії, які позначаються на особливостях типів темпераменту, наприклад, шизофренічні, маніакально-депресивні психози, невмотивовані настрої, психостенії та ін. [10].

Фізіологічний підхід до вивчення темпераменту

Природжені біологічні особливості не визначають фатально індивідуальних якостей особистості. Багатьма спеціальними психологічними та фізіологічними дослідженнями доведено, що природжене змінюється залежно від умов життя і виховання. І. П. Павлов у відомій «Відповіді фізіолога психологам» зауважував, що завдяки надзвичайно високій пластичності вищої нервової діяльності, ніщо в ній не залишається нерухомим, непіддатливим, а все завжди може бути досягнуте, змінюватися на краще, аби тільки були створені відповідні умови.

Б. М. Теплов
(1896 – 1965 рр.)



В. Д. Небиліцин
(1930 – 1972 рр.)

У працях психологів Б. М. Теплова (1896 – 1965 рр.), В. Д. Небиліцина (1930 – 1972 рр.) та інших вчених було встановлено, що структура властивостей нервової системи є складнішою, а кількість основних комбінацій цих властивостей значно більша, ніж це вважалося раніше. Однак для практичного психологічного вивчення особистості достатньо розподілу на чотири основні типи темпераменту.

Нервова теорія І. П. Павлова

Основа темпераменту – це властивості центральної нервової системи, врівноваженість і рухливість процесів збудження і гальмування. Поєднання цих властивостей створює певний тип нервової системи, який обумовлює і тип темпераменту, тобто індивідуальні особливості протікання психічних процесів. Дослідження властивостей нервової системи, здійснені у межах нервової теорії темпераменту, довели складність їх структури, зумовлену багатоаспектністю роботи мозку.

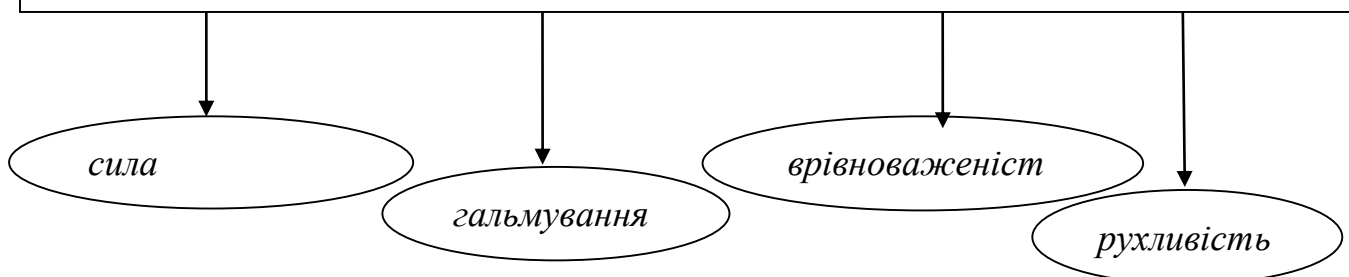
І. П. Павлов та його співробітники, вивчаючи умовно-рефлексні реакції собак, звернули увагу на індивідуальні відмінності у їх поведінці, які проявляються насамперед у швидкості й точності утворення умовних реакцій, їх інтенсивності.

У результаті тривалих досліджень було встановлено, що в основі індивідуальних відмінностей лежать фізіологічні властивості нервових процесів.

Відсутність необхідних знань не дозволяла дати у той час справжню наукову основу вчень про темпераменти, та лише дослідження вищої нервової діяльності тварин і людини, проведені І. П. Павловим, встановили, що фізіологічною основою темпераменту є сполучення основних властивостей нервових процесів.

Послідовники й учні І. П. Павлова зазначили, що найбільш значимим відкриттям І. П. Павлова було не вчення про темперамент чи другу сигнальну систему, а відкриття ним загальних властивостей нервових процесів – збудження і гальмування.

І. П. Павлов, вивчаючи особливості вироблення умовних рефлексів у собак, звернув увагу на індивідуальні відмінності у їх поведінці й у протіканні умовно-рефлекторної діяльності. Ці відмінності виявлялися, насамперед, у таких аспектах поведінки як швидкість і точність утворення умовних рефлексів, а також в особливостях їх загасання. Ця обставина дала можливість І. П. Павлову висунути гіпотезу про те, що вони не можуть бути пояснені тільки розмаїтістю експериментальних ситуацій, і що в їх основі лежать деякі фундаментальні властивості нервових процесів – порушення і гальмування. До цих властивостей відносяться:



Властивості нервових процесів за І. П. Павловим:

<i>Сила збудження</i>	<i>Сила гальмування</i>	<i>Врівноваженість</i>	<i>Рухливість</i>
Відображає працездатність нервової клітинки. Вона виявляється у функціональній витривалості, тобто у здатності витримувати тривале або короточасне, але сильне порушення, не переходячи при цьому у протилежний стан гальмування.	розуміється як функціональна працездатність нервової системи при реалізації гальмування і виявляється у здатності до утворення різних гальмових умовних реакцій, таких як вгасання і диференціювання	рівновага процесів збудження і гальмування. Відношення сили обох процесів вирішує, чи є даний індивід врівноваженим або неуврівноваженим, коли сила одного процесу перевершує силу іншого.	виявляється у швидкості переходу одного нервового процесу в інший. Рухливість нервових процесів виявляється у здатності до зміни поведінки відповідно до мінливих умов життя. Мірою цієї властивості нервової системи є швидкість переходу від однієї дії до іншого, від пасивного стану до активного, і навпаки.

Виділені І. П. Павловим властивості нервових процесів створюють визначені системи, комбінації, які на його думку, є типом нервової системи, або типом вищої нервової діяльності, який складається із характерної для окремих індивідів сукупності основних властивостей нервової системи – сили, урівноваженості і рухливості процесів, розрізняючи сильні і слабкі типи. Подальшою підставою розподілу служить врівноваженість нервових процесів, але тільки для сильних типів, які поділяються на врівноважені і неуврівноважені, при цьому неуврівноважений тип характеризується перевагою збудженням над гальмуванням. Сильні урівноважені типи поділяються на рухливу й інертні, коли підставою розподілу є рухливість нервових процесів.

І. П. Павлов розумів тип нервової системи як вроджений, який відносно слабо піддається змінам під впливом оточення і виховання. На його думку, властивості нервової системи утворюють фізіологічну основу темпераменту, що є психічним проявом типу нервової системи. Типи нервової системи, встановлені у дослідженнях на тварин, І. П. Павлов запропонував поширити і на людей.

Типи нервової системи за І. П. Павловим за тільки по кількості, але і за основними характеристиками відповідають 4-ом класичним типам темпераменту:

Тип вищої нервової діяльності	Особливості нервових процесів			
	сила	врівноваженість	рухливість	тип темпераменту
Невтримний	сильний	неуврівноважений	рухливий	холерик
Живий	сильний	врівноважений	рухливий	сангвінік
Спокійний	сильний	врівноважений	інертний	флегматик
Хворобливий	слабкий	неуврівноважений	загальмований	меланхолік



Б. Г. Ананьєв
(1907 – 1972
рр.)

Темперамент, як писав Б. Г. Ананьєв, належить до первинної форми вищого психічного синтезу, який характеризує особистість. Але він не визначає змістову сторону особистості – її світогляд, ціннісні орієнтації, спрямованість спонукальної сфери. Люди різних темпераментів мають одну й ту ж соціально-моральну цінність. Одночасно, темперамент може як сприяти формуванню певних рис особистості, так і не сприяти їх формуванню (воля, мислення). Це пов'язано із тим, що середовище, виховні впливи, іноді навіть одні й ті ж педагогічні прийоми виявляють зовсім різну, іноді прямо протилежну дію на учнів, які володіють різним темпераментом.



Б. Й. Цуканов
(1946 – 2007
рр.)

За дослідженнями Б. Й. Цуканова (м. Одеса), порядок розташування відомих типів темпераменту відповідає запропонованому Гіппократом Гераклідовичом (бл. 460 – бл. 377 рр. до н. е.) (холерик – сангвінік – меланхолік – флегматик), а не І. П. Павловим (холерик – сангвінік – флегматик – меланхолік), Г. Ю. Айзенком (1926 – 1997 рр.) (колова схема: холерик – сангвінік – флегматик – меланхолік – холерик).

Б. Й. Цуканов виділяє чотири «t-типи», які відповідають чотирьом класичним типам темпераменту, і додає до них ще один, проміжний, середній, або, як він назвав його, «врівноважений» тип. Ці п'ять типів віддалені один від одного на 0,1 сек. ($t=0,7$ сек. – холерики; $t=0,8$ сек. – сангвініки; $t=0,9$ сек. – врівноважені; $t=1,0$ сек. – меланхоліки; $t=1,1$ сек. – флегматики). У індивідів із такими значеннями «t-типів» ступінь вираженості показників «екстраверсія – інтраверсія», «емоційна стабільність – невротизм», «збудження – гальмування» «рухливість» сягають найбільшого, середнього або найнижчого рівня.

«Індивіди з $t=0,9$ сек. знаходяться начебто на умовному нулі, в якому функції займають середні рівні збудження і гальмування, вони виявляють себе як амбіверти і названі вченим «врівноважені». Примітно, що до відкриття цього типу темпераменту майже близько підійшов І. П. Павлов, однак порушення ним природного порядку організації типів темпераменту не дало змогу відкрити його.

Ю. Й. Цукановим був підрахований кількісний склад типологічних груп. Найбільше у людській популяції виявилось сангвіноїдів (у т.ч. й «чистих» сангвініків) – 44 %. Друга за чисельністю група – меланхолоїди, яких нараховується 29 %. Третя за обсягом – холероїди, їх 14 %. Четверта у цьому ряду – група флегматоїдів, їх 9 %. А найменшою є група врівноважених, яких зустрічається всього 4 %. Можна вважати, що ці числа вказують на вірогідність зустрічі із представниками того чи іншого типу темпераменту в репрезентативній людській вибірці рівня.

Отже, темперамент не є зовнішнім проявом у поведінці, наприклад, в особливостях моторики та емоційності, а органічно вплітається у структуру особистості, забезпечуючи їй найкращий спосіб рівноваги із зовнішнім середовищем. Відтак, недоречно розглядати темперамент окремо від особистості.

4.2.2. ПСИХОЛОГІЧНІ ВЛАСТИВОСТІ ТЕМПЕРАМЕНТУ

ВЛАСТИВОСТІ ТЕМПЕРАМЕНТУ [11]:	
Чутливість або сензитивність	про неї судять по тому, яка найменша сила зовнішнього впливу необхідна для того, щоб у людини виникла та чи інша психічна реакція-відповідь (репліка, емоція, рух, міміка тощо), з якою швидкістю ця реакція виникає. Іншими словами, якою має бути сила впливу, щоб до людини «дійшло».
Реактивність	(величина відповіді, реакції на вплив, на репліку). Ця властивість виявляється у тому, із якою силою і енергією людина реагує на той чи інший вплив (критичне зауваження, погрозу, різкий неочікуваний звук). Про людину із високою реактивністю говорять: «Спочатку зробить, а потім поміркує», «заводиться із півоберту», а із низькою реактивністю: «Сім раз відміряє, а тільки потім відрізає», «не розумієш чи зрадив, чи засмутився». <i>Реактивність у людини тим вища, чим людина:</i> а) більше готова відповідати, не подумавши, на будь-яке запитання, і тому часто вона відповідає невпопад; б) у прикrostі і роздратуванні легше та частіше «виходить із себе», проявляє запальність, вступає у конфлікт; в) захоплюючись якоюсь розповіддю, швидше приходить у стан крайнього збудження, перебиває розповідь різними вигуками, виявляє нетерплячість.
Активність протилежна властивість – пасивність	про цю властивість судять по тому, із якою мірою активності (енергійності) людина впливає на зовнішній світ, долає перешкоди при досягненні мети. До цієї властивості відносять цілеспрямованість та наполегливість у досягненні мети, зосередженість уваги під час тривалої роботи тощо. <i>Активність тим вища, чим людина:</i> а) більш енергійна у подоланні труднощів та перешкод на шляху до досягнення мети; б) довше зберігає бадьорість і не «опускає руки» у важких умовах і ситуаціях; в) більш схильна доводити розпочату справу до кінця.
Співвідношення реактивності та активності	одні люди діють переважно під впливом випадкових зовнішніх або внутрішніх причин («забажалось»), інші свідомо визначають лінію своєї поведінки.
Темп реакції	швидкість перебігу психічних процесів і реакцій (рухи, мовлення, винахідливість, швидкість розуму тощо). <i>Темп реакції тим вищий, чим:</i> а) швидкіші та енергійніші рухи; б) швидше, впевненіше розмовляє людина; в) швидше відповідає на запитання, згадує щось.
Емоційна збудливість протилежна властивість –	про емоційну збудливість судять із того, якої слабкості вплив необхідний для виникнення емоційного відгуку (позитивного чи негативного), і з якою швидкістю він виникає. <i>Емоційна збудливість у особи тим вища, чим:</i>

емоційна стікість	а) швидше та виразніше реагує (зміна виразу обличчя, жестикуляції тощо) на підтримку теплим словом, дисциплінуючий вплив; б) легше викликати посмішку, сміх, пожвавлення жартом чи дотепним словом; в) швидше і виразніше проявляє почуття радості та задоволення, коли досягла чогось, наприклад оволоділа навчальною навичкою.
Екстраверто- ваність протилежна властивість – інтроверто- ваність	екстраверсія – це спрямованість психічної активності особистості назовні, до якої спонукають враження, які зумовлені впливом зовнішніх обставин у даний момент. Інтроверсія – це спрямованість психічної активності особистості всередину, ніби на себе, що спонукається враженнями, які мали місце у минулому або думки про майбутнє. Іншими словами, вплив навколишньої обстановки, зовнішні враження, все те, що відбувається у даний момент і у даному місці, великою мірою визначають поведінку екстраверта. Поведінка ж інтроверта переважно залежить від його внутрішнього світу: почуттів, думок, образів того, що з ним було чи ще буде; людина ніби заглиблена у себе, у минуле і майбутнє. <i>Екстравертованість тим вища, чим людина:</i> а) із більшою зацікавленістю сліdkує за тим, що відбувається навколо неї в дану хвилину, менше схильна заглиблюватися у спогади, «заходити» у себе; б) їй більше подобається виконувати «живу» роботу (з ким-небудь про щось домовлятися, комусь щось показати, пояснити тощо); в) легше запам'ятовує обличчя людей, деталі і факти з чиеї-небудь біографії, різні справи, що відбуваються у класі, групі, а гірше – зміст теорії, формули тощо.
Ригідність протилежна властивість – пластичність	вони проявляються у тому, наскільки людина пристосовується до зовнішніх впливів (пластичність) або, навпаки, важко пристосовується до умов, наскільки інертна і млява її поведінка, звички, судження (ригідність). <i>Ригідність проявляє себе тим більше, чим:</i> а) з більшими труднощами людина звикає до нових людей (наприклад, після того, як вперше прийшла у бригаду, студентську групу, клас) та з більшими труднощами відвикає від старих друзів, приятелів по навчанню (довго згадує, розповідає про них); б) повільно відвикає від попередніх життєвих умов, оточуючих предметів; із великими труднощами розстається зі своїми речами (листами, фотографіями, звичним одягом), не любить змінювати розташування меблів у помешканні, предметів на своєму робочому місці тощо); в) важче і повільніше відбувається переключення із одних дій на інші, важче змінити місце свого постійного перебування, але

	після того, як звикне до нової дії, нової роботи, здатна до тривалого її виконання, навіть якщо ця робота їй не цікава; г) важче виробляє рухові навички; д) повільніше і важче відбувається переключення із однієї емоції на іншу. Про пластичність треба говорити все навпаки.
--	--

За конкретним психологічним змістом охарактеризовані вище психологічні властивості темпераменту дуже відмінні.

Кожна психологічна властивість темпераменту:

а) рано проявляється у дитинстві (деякі дослідники темпераменту відзначають, що критерії раннього дитинства – одні із найбільш надійних у розпізнаванні рис темпераменту);

б) характеризує міру динамічної напруги і ставлення до людей, світу, себе, діяльності (до процесу, а не до результату);

в) стійка протягом тривалого періоду життя людини (не змінюється або проявляється дуже мала зміна відносної величини);

г) універсально проявляється у всіх сферах діяльності та життєдіяльності (незалежно від зміни життєвих ситуацій);

д) не залежить від змісту діяльності та поведінки;

е) є спадковою;

є) чим органічніше пов'язаний темперамент із характером, тим гармонійнішою, розкутішою є людина.

У зарубіжній психології, зокрема, у дослідженнях К. Гілфорда, виділено прояви темпераменту, які проявляються у психіці та діяльності людини.

Насамперед, це безпосередні, прямі прояви (фактори першого порядку: емоційність – сила «Я»; збудливість (емоційна незрілість); власність; динамізм; сила – «над-Я» (сумління); комунікативність; емоційна вразливість; конформізм; параноїдальні тенденції, циклотимія-шизотимія; егоцентризм; наївність; скупість; радикалізм – консерватизм; задоволеність; упевненість в собі – почуття неповноцінності; терпимість – критичний дух; серйозність – веселість, безтурботність.

Крім того, виділені більш віддалені, не безпосередні прояви темпераменту (фактори другого порядку): екстраверсія – інтроверсія; тривожність – інтеграція (приспособованість); емоційна лабільність; здатність до адаптації, до своєї тілесної конституції [7].

4.2.3. ПСИХОЛОГІЧНА ХАРАКТЕРИСТИКА ТИПІВ ТЕМПЕРАМЕНТУ

В. С. Мерлін (1898 – 1982 рр.)



До властивостей темпераменту слід віднести тільки ті індивідуально-психологічні особливості, які задовольняють усю сукупність виділених ознак. В. С. Мерлін розробив наступну схему опису психологічних проявів темпераменту [5]:

Холерик
(сильний, невірноважений, рухливий)



Мала *сензитивність* (чутливість), висока *реактивність*, переважає над активністю. Тому він неприборканий, нетерплячий, гарячковитий, менш *пластичний* і більш *ригідний*, ніж сангвінік. Звідси велика стійкість прагнень та інтересів, велика наполегливість, труднощі у переключенні уваги, швидкий психічний темп.

Флегматик
(сильний, врівноважений, інертний)



Низька *сензитивність*, малоемоційний. Його важко розсмішити, розгнівати або засмутити. Коли всі у класі голосно сміються з якої-небудь причини, він залишається незворушливим. При великих неприємностях залишається спокійним. Міміка бідна, рухи невиразні. Відзначається працездатністю, *активністю*, терплячістю, витримкою, самовладанням. Повільний темп рухів і мовлення. Повільно зосереджує увагу. Із труднощами перебудовує навички і звички. *Інтровертований*. Дуже важко сходиться із новими людьми, із труднощами відгукується на зовнішні враження.

Меланхолік
(слабкий, неврівноважений,



Висока *сензитивність*, підвищена *чутливість* (невисокі пороги відчуттів: зауважує на дуже слабкі звуки та світлові подразники). Незначний привід може викликати сльози в очах. Надмірно образливий, болісно чутливий. Мала *реактивність*. Міміка і рухи невиразні. Голос тихий. Може заплакати навголос. Понижена *активність*. Незначні труднощі змушують опускати руки, неенергійний, ненаполегливий, легко втомлюється і малопрацездатний. Легко відволікається і має нестійку увагу. Повільний психічний тон. *Ригідний*. *Інтровертований*.

Сангвінік
(сильний, врівноважений, рухливий)



Понижена *сензитивність*, високий *порог чутливості* (на дуже слабкі звуки і світлові подразники не зауважує), підвищена *реактивність*. Із незначного приводу голосно сміється, несуттєво може дуже розсердити. Жваво і з великим збудженням відгукується на все, що оволоділо його увагою. Жива міміка та виразні рухи. Швидко зосереджує увагу.

Підвищена *активність*. Дуже енергійний та працездатний, може довго працювати, не втомлюючись, енергійно береться за нову справу. Активність і реактивність врівноважені. Його легко дисциплінувати. Він добре стимулює прояви своїх почуттів і мимовільні реакції. Швидкі рухи, швидкий темп мовлення, швидко переключається на нову роботу. Швидко думає, винахідливий.

Висока *пластичність*. Почуття, настрої та прагнення дуже мінливі. Швидко переключається із однієї роботи на іншу. Швидко засвоює і перебудовує навички. Має гнучкий розум.

Екстравертований. Більшою мірою відгукується на зовнішні враження, ніж на образи та уявлення про минуле та майбутнє.

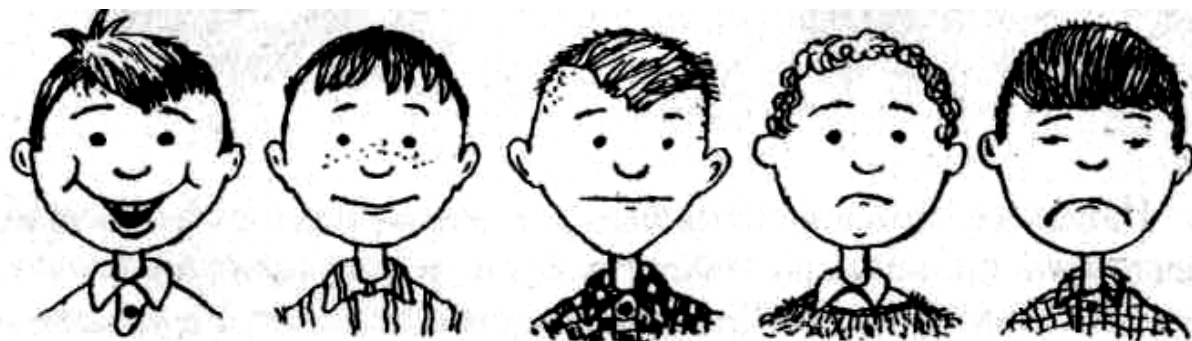
Відповідно до теорії Б. Й. Цуканова, врівноважений тип темпераменту характеризується такими властивостями:

***Врівноважений
(амбіверт)***

Сензитивний, чутливий, помірна міміка та рухи, середня пластичність, активність, енергійність та працездатність. Повільно зосереджує увагу, розмірковує перед тим, як братися за нову справу, поступово переключається на нову роботу. Активність і реактивність врівноважені. Дисциплінований. Рухи, темп мовлення – повільні. Почуття, настрій та прагнення врівноважені. Він не завжди легко сходиться із новими людьми і звикає до нових вимог та обставин. Амбіверт. Відгукується як на зовнішні враження, так і на образи й уявлення про минуле та майбутнє.

РІВНІ ПРОЯВУ ВЛАСТИВОСТЕЙ У РІЗНИХ ТИПАХ ТЕМПЕРАМЕНТУ

Психічні властивості	типи темпераменту:				
	Холерик	Сангвінік	Меланхолік	Флегматик	Врівноважений
швидкість психічних реакцій	дуже висока	висока	низька	дуже низька	середня
сила психічних реакцій	дуже велика	врівноважена	велика	низька	врівноважена
екстраверсія або інтроверсія	екстраверт	екстраверт	інтроверт	інтроверт	амбіверт
пластичність	дуже висока	висока	занижена	низька	середня
ригідність	дуже низька	низька	висока	дуже висока	середня
емоційна збудливість	дуже висока	помірна	висока	низька	помірна
емоційна стійкість	дуже низька	висока	низька	дуже висока	середня
сила емоцій	дуже велика	помірна	велика	слабка	помірна
чутливість	дуже висока	помірна	висока	низька	помірна
реактивність	дуже висока	помірна	низька	дуже низька	помірна
активність	дуже висока	помірна	занижена	низька	помірна
темپ реакції	дуже швидкий	швидкий	повільний	дуже повільний	помірний



ВИСНОВКИ ДО ГЛАВИ

Отже, темперамент – це природжені особливості тієї або іншої людини, які визначають те, як протікатимуть її психічні процеси. Саме від темпераменту залежатиме, як особа відреагує на ту або іншу ситуацію. Існує декілька видів темпераментів – сангвінік, холерик, флегматик, меланхолік та врівноважений.

Тут слід зазначити, що темпераменти у чистому вигляді зустрічаються досить рідко, як правило, у кожній людині вони є присутніми у тих або інших пропорціях. Так само не слід порівнювати темперамент і характер, адже перший, – це лише тип нервової системи. Проте, темперамент не пов'язаний зі смаками особи, її переконаннями і поглядами.

Якщо оцінити характеристики типів темпераментів, то можна зробити висновок, що у кожному із них є як позитивні, так і негативні властивості. Так, сангвінік – емоційний і відрізняється доброю працездатністю, але спонукання його нестійкі, так само нестійка і його увага. Меланхолік відрізняється меншою працездатністю і великою тривожністю, зате він тонко відчуває, як правило, обережний і обачний. Відповідно, не існує «поганих» та «хороших» темпераментів – кожен хороший у одних умовах і поганий – у інших. Від темпераменту не залежать установки, світогляди і переконання людини, зміст її інтересів.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Википедия / электронный ресурс <http://ru.wikipedia.org/wiki/>. – Название с экрана.
2. Загальна психологія: Підручник / О. В. Скрипченко, Л. В. Долинська, З. В. Огороднійчук та ін. – К.: Каравела, 2009. - 464 с.
3. Загальна характеристика темпераменту / электронный ресурс <http://ua.textreferat.com/referat-10555-2.html>. – Назва з екрана.
4. Маклаков А. Г. Общая психология [Учебник для вузов] / А. Г. Маклаков. – СПб.: Питер, 2006. – 583 с: ил. – (Серия «Учебник нового века»).
5. Мерлин В. С. Очерк интегрального исследования индивидуальности / В. С. Мерлин. – М.: Просвещение, 1986. – 254 с.
6. Рибалка В. В. Індивід та особистість у психологічній теорії часу Бориса Цуканова / В. В.Рибалка // Психологія і суспільство. – 2006. – № 3. – С.32-57.
7. Савчин М. В. Загальна психологія: навчальний посібник / М. В. Савчин (У двох частинах. Частина I.). – Видавнича фірма «Відродження», 1998. – 159 с.
8. Темперамент / электронный ресурс <http://studentbooks.com.ua/content/view/1279/51/1/4/>. – Назва з екрана.

9. Темперамент и характер / электронный ресурс
<http://www.vuiithelp.ru/files/1442.html>. – Название с экрана.

10. Темперамент та основні його типи / електронний ресурс
<http://studentu5.com/index.php?work=1080&page=2>. – Назва з екрана.

11. Темперамент і характер, їх прояви у мовленні / електронний ресурс
<http://www.bestreferat.ru/referat-218808.html>. – Назва з екрана.

12. Трофімов Ю. Л. Психологія / Ю. Л. Трофімов, В. В. Рибалка, П. А. Гончарук та ін. – К.: Либідь, 2001. – 558 с. (за ред. Ю. Л. Трофімова).

13. Фізіологічні основи темпераменту / електронний ресурс
<http://ua.textreferat.com/referat-10555-2.html>. – Назва з екрана.

ПИТАННЯ ДЛЯ САМОПЕРЕВІРКИ ТА КОНТРОЛЮ ЗАСВОЄННЯ ЗНАТЬ

1. Якими властивостями перебігу психічної діяльності характеризується темперамент?

2. Чи є екстровертованість або інтровертованість особистості закономірним проявом певного типу темпераменту?

3. Чи можна стверджувати, що темперамент безпосередньо впливає на формування рис характеру людини?

4. Які поєднання властивостей вищої нервової діяльності І. П. Павлов зробив засадовими стосовно поділу темпераментів на типи?

5. Як пов'язані між собою характер і темперамент?

6. Охарактеризуйте види темпераменту і властивості вищої нервової діяльності, які відповідають їм.

7. У чому полягає дослідження Б. Й. Цуканова та його вплив на сучасне розуміння темпераменту?

8. Охарактеризуйте типи темпераменту.

9. Зазначте основні психологічні особливості темпераменту.

10. Вплив історичного розвитку вчень про темперамент на сучасний погляд даного явища.

КОНТРОЛЬНІ ТЕСТИ

1. Що характеризує темперамент?

А. Суб'єктивний стан людини і тварини, який виникає внаслідок впливу зовнішніх чи внутрішніх подразників і виявляється у формі безпосередніх переживань (задоволення чи незадоволення, радість, страх, гнів тощо).

Б. Динамічний бік психічних реакцій людини – їх темп, швидкість, ритм, інтенсивність.

В. Складну психічну функцію, направлену на здійснення цілеспрямованої діяльності людини у залежності від окремих мотивів і зумовлену внутрішніми потребами та вимогами навколишнього середовища.

2. Сангвініку властиві:

А. Конструктивні; організаторські; комунікативні; виховні особливості.

Б. Висока нервово-психічна активність, різноманіття міміки та рухів, емоційність, вразливість, лабільність.

В. Інстинктивні рушійні акти; довільні (вольові) прості і складні дії та вчинки; автоматизовані дії.

ТЕМИ РЕФЕРАТІВ

1. Психологічна характеристика темпераменту у сучасній психології.
2. Види суперечностей та їхня роль у вченнях про темперамент.
3. Історичні та сучасні погляди на вивчення темпераменту.
4. Вплив темпераменту на професійне становлення особистості.

СПИСОК РЕКОМЕНДОВАНОЇ ЛІТЕРАТУРИ

1. Википедия / электронный ресурс <http://ru.wikipedia.org/wiki/>. – Название с экрана.
2. Загальна психологія: Підручник / О. В. Скрипченко, Л. В. Долинська, З.В. Огороднійчук та ін. – К.: Каравела, 2009. - 464 с.
3. Мерлин В. С. Очерк интегрального исследования индивидуальности / В. С. Мерлин. – М.: Просвещение, 1986. – 254 с.
4. Рибалка В.В. Індивід та особистість у психологічній теорії часу Бориса Цуканова / В. В. Рибалка // Психологія і суспільство. – 2006. – № 3. – С.32-57.
5. Савчин М. В. Загальна психологія: навчальний посібник / М. В. Савчин (У двох частинах. Частина I.). – Видавнича фірма «Відродження», 1998. – 159 с.
6. Темперамент / электронный ресурс <http://studentbooks.com.ua/content/view/1279/51/1/4/>. – Назва з екрана.

холерик	сангвінік	врівноважени й	меланхолик	флегматик
				

ГЛАВА 4.3. ХАРАКТЕР

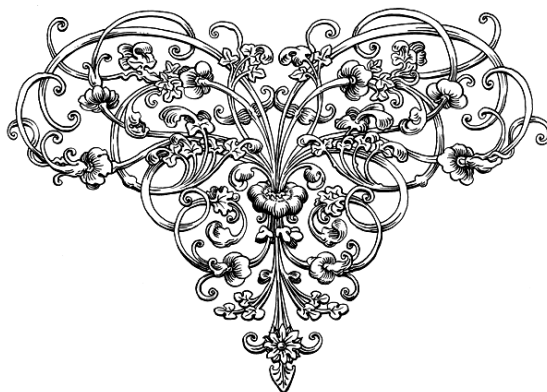
У попередній главі ми встановили, що в основі темпераменту лежать природні динамічні особливості нервової системи людини, тоді як характер значною мірою зумовлений суспільним життям людини, оточенням, соціальним досвідом. Характеризуючи будь-яку людину, можна сказати, чи вона є принциповою чи безпринциповою, щирою чи лицемірною, скромною чи зарозумілою, сміливою чи боягузливою, альтруїстичною або егоїстичною тощо. Це означає, що характер інтегрує у собі різноманітні психологічні якості особистості, які можуть бути притаманні тій чи іншій особистості. Проте, вирішальне значення у характері належить морально-вольовим якостям, зокрема, здатності долати перешкоди, душевний та фізичний біль; наполегливості, самостійності, рішучості, дисциплінованості, оскільки вони зумовлюють типові для особистості особливості діяльності і соціальної поведінки.

Мета даної глави: надати курсантам та студентам знання про характер та його складові.

Мета вивчення глави:

1. **Освітня** – сформувати у курсантів та студентів знання основних положень вчень про характер та його структуру.
2. **Практична** – сприяти розвиткові умінь визначати складові характеру.
3. **Розвивальна** – розвивати уміння встановлювати взаємозв'язок темпераменту та характеру й висловлювати власну думку щодо цих аспектів.
4. **Виховна** – виховувати прагнення пізнання себе та бажання самовдосконалення.

Ключові поняття глави: характер, тип характеру, якості, властивості, ознаки, особливості, риси, атрибути та ін.



4.3.1. ІСТОРІЯ ВЧЕНЬ ПРО ХАРАКТЕР

Термін «характер» інтерпретується у сучасній психології далеко не однозначно, тому існує безліч його визначень, і щоб встановити єдине вірне тлумачення, розглянемо передусім історичне становлення вчень про характер.

IV-III ст. до н.е.

Теофраст

(бл. 370 р. до н.е. – бл.
288 – 285 р. до н.е.)



Теофраст вперше дав визначення поняття «характер». Під цим словом він розумів сліди у поведінці людини, залишені суспільством. Ці сліди є якостями особи, які отримуються, формуються у людини в процесі її життя. Характер – це соціальна фізіологія особи.

Саме Теофраст є автором однієї із перших в історії європейської культури праць, присвячених класифікації характерів, це трактат «Характери», який містив опис 31-го типу характерів за домінуючою у характері тієї чи іншою якістю.

XVII ст.

Ж. Лабрюйєр
(1645 – 1696 рр.)



У XVII ст. майбутній член Французької академії Ж. Лабрюйєр публікує дослідження «Характери або вдачі нашого часу», помістивши на початку своєї книги «Характери» Теофраста. У ній наведено 1120 характерологічних особливостей особистості, розподілених за главами, відповідними обставинами, у яких виявляються ці характери: «Місто», «Двір», «Вельможі», «Государ» і т. д. Для самого автора дослідження мало етико-психологічний, повчальний і сатиричний сенс. Ж. Лабрюйєр розкриває першопричини пороків і слабкостей, дозволяє передбачати те, що люди говоритимуть і робитимуть, вчить не дивуватися поганим і легковажним вчинкам, якими заповнене життя.

Таким чином, вже із самого початку формування вчень про характер, слово «характер» означає соціально-етичне обличчя людини.

XVIII ст.

І. К. Лафатер
(1741 – 1801 рр.)



У XVIII ст. великого поширення набуває «Фізіогноміка» І. К. Лафатера. Він розглядає характер як породження і втілення долі, пов'язує його із соціальним походженням («аристократичний характер»), переконаний у можливості визначення типу характеру за будовою виразом обличчя.

XIX ст.

Ф. Й. Галль
(1758 – 1828 рр.)



На основі багатокількісних анатомічних досліджень і спостережень над різними групами людей Ф. Й. Галль дійшов висновку, що центри душевного життя зосереджені не у шлуночках мозку, як тоді вважалося, а локалізовані у мозковій звивині.

О. Бен
(1818 – 1903 рр.)



один із родоначальників сучасної характерології. О. Бен розділив характери на емоційні, вольові й інтелектуальні [2].

Т. Рібо
(1839 – 1916 рр.)



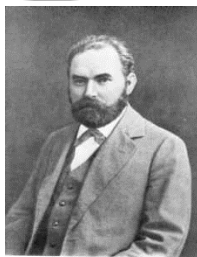
В значній мірі під впливом О. Бена розвинув свою концепцію характеру французький психолог Т. Рібо. За основу визначення типів характеру він поклав дві психічні функції: відчуття і волю, відвівши інтелекту роль лише як додатковому чиннику. Для поняття характер, по Т. Рібо, істотні дві ознаки: єдність і стійкість. Відповідно, він ділить всі характери на два класи: чутливі і вольові. Кожен із цих класів містить декілька підкласів. Клас вольових характерів розподіляється на два, за параметром сили: посередньо активні і дуже активні.

Крім того, Т. Рібо встановлює третій, додатковий клас – апатичні характери, які відрізняються слабкою активністю, слабкими відчуттями, але діяльнішим розумом. Цей клас ділиться на два підкласи: чисто апатичний тип («мало чутливості, мало діяльності, мало розуму»), другий підклас – залежно від напрямку сильно вираженого розуму – ще раз ділиться на практичні і спекулятивні характери.

До змішаних типів він відносить апатично-активні («обачливі»), чутливо-діяльні, апатично-плотські і помірні характери. Із числа згаданих «чистих» типів Т. Рібо виключає «аморфні» і «нестійкі» характери. Це придбані характери. У них немає нічого природженого, вони пластичні і піддаються всякому впливові. Вони є продуктами виключно обставин, середовища, виховання, впливу людей, предметів, що їх оточують. Їх дуже багато – легіон. Нестійкі характери, на його думку, це покидьки і осідання цивілізації, вони не володіють єдністю і постійністю і тому не можуть бути включені до класифікації.

XX ст.

О. Ф. Лазурський
(1874 – 1917 рр.)



Він написав монографію «Нарис науки про характери». На його думку, характер – це сукупність основних схильностей; він разом із темпераментом утворює ядро особи. У свою чергу, особа розглядається ним як складна функціональна єдність, яка включає ендопсихіку (природжений компонент, хоча і змінний за життя, нервово-психічний) і екзопсихіку (придбаний компонент, який обумовлений зовнішніми впливами і виражає стосунки особи).

В. Л. Штерн
(1871 – 1938 рр.)



Під характером розумів не особливості окремих галузей психіки, а властивості цілісної особи. Ці властивості розумів як схильності і стосунки.

Боротьба поглядів на трактування «терміну» характер існує і сьогодні, тому ми надалі систематизуємо вчення та уніфікуємо єдине, більш об'єктивне та всеохоплююче його визначення та сутність.

З 40-50-х років у радянській психології спостерігається різкий підйом інтересу до проблеми характеру. Свідченням цьому служать чотири докторські дисертації, що трактують тему про характер з різних сторін, але у всіх випадках досить широко: І. В. Страхова «Эмоциональные компоненты характера школьника в связи с общей характерологией» (1940), М. Д. Левітова «Проблема характера в психологии» (1942), В. С. Філатова «Учение о характере и его формировании в условиях социалистического общества» (1952), О. Г. Ковальова «Типические особенности характера старшего школьника» (1953).

Оглядова стаття В. О. Крутецкого «Проблема характера в советской психологии» (1960) містить в собі ретельно проаналізований підсумок всього зробленого радянськими психологами з проблеми характеру. Цей аналіз завершується вказівками на перспективи подальших досліджень, які повинні бути спрямовані на вирішення різних питань.

Однак після зазначеного періоду підвищеного інтересу до характерології в радянській науці відбулося достатньо різко виражене падіння інтересу, хоча глава «Характер» продовжує займати своє місце в підручниках і навчальних посібниках з психології.

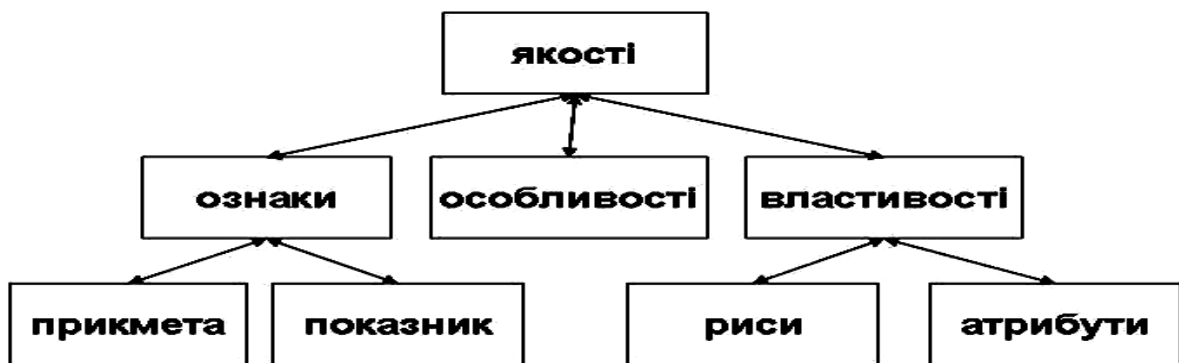
4.3.2. СКЛАДОВІ ХАРАКТЕРУ

Характер

– це сукупність постійних індивідуально-психологічних *якостей* людини, які виявляються в її діяльності та суспільній поведінці, ставленні до колективу, до інших людей, до праці, до навколишньої дійсності, до об'єктів матеріального і духовного світу та до самої себе.

I

ЯКОСТІ		
(англ. quality) – це сукупність істотних <i>ознак</i> , <i>особливостей</i> і <i>властивостей</i> особистості, які відрізняють її від інших і надають їй визначеність та індивідуальність.		
<u>Ознака</u>	<u>Особливість</u>	<u>Властивість</u>
(англ. sign/indication) – це прикмета, показник особистості, за якими можна її визначити (де <i>прикмета</i> – відмінна ознака чого-небудь, <i>показник</i> – ступінь, до якого зводиться певна ознака).	(англ. feature) – це індивідуальні специфічні особистісні відмінності якості.	(англ. property) – спосіб прояву певної сторони якості.



Якості характеру можна розподілити на [5]:

основні (провідні)

які задають загальну спрямованість розвитку усього комплексу його проявів

другорядні

які зумовлені основними

Знання провідних якостей характеру дозволяє зрозуміти суть людини, передбачити її основні поведінкові прояви.

Властивості

<i>Атрибути</i>	<i>Риси</i>
(англ. attribute) – це невід'ємні складові, без яких людину не можна уявити і без яких вона не може існувати (темперамент, спрямованість).	(англ. trait) – це стійкі конструкти, які проявляються у поведінці особи. Рис характеру дуже багато – у тлумачному словникові російської мови С. І. Ожегова надано понад 1,5 тис. слів для їх позначення. Окремі риси характеру залежать одна від одної, пов'язані одна із одною, відображають ставлення людини до різних сторін дійсності і утворюють цілісну організацію, яку називають структурою характеру.

Властивість

Найбільш загальні **властивості** характеру розташовуються по осях [5]:

сила

слабкість

це енергія, з якою людина прагне досягти поставлених цілей

твердість

м'якість

проявляється у послідовності дій і завзятості людини, у свідомому відстоюванні поглядів та прийнятих рішень

цілісність

суперечливість

це єдність психічного складу людини, незалежність проявів рис характеру від ситуацій, відсутність розбіжностей у поглядах, єдність слова та діла

широта

вузькість

вказує на гармонійний розвиток розумових, моральних, емоційно-вольових якостей особистості, різнобічність її прагнень і захоплень

Класифікація якостей характеру:	
1. Первинні якості	
Вибудовуються із різних психічних процесів і станів, тобто ці якості мають вихідний функціональний початок та пов'язані із пізнавальними, емоційними, комунікативними функціями людини. Вони формуються на ранніх етапах онтогенезу та регулюють рівень активності і поведінки людини.	
Пізнавальні	– які містять у собі відношення людини до пізнання тієї чи іншої інформації, творчості. До них відносяться: допитливість, спостережливість, винахідливість, ініціативність, передбачливість, гнучкість, кмітливість, проникливість, дедукція, рефлексивність, компетентність, обміркованість, розсудливість та ін.
Вольові	– які реалізують різні відношення людини до труднощів, подолання перешкод, у завершенні розпочатої діяльності. Вони є стрижнем характеру, до них відноситься підгрупа, яка обумовлює загальну регуляцію поведінки (організованість, пунктуальність, внутрішня організованість та ін.) та підгрупа, яка забезпечує силу вольової дії і подолання перешкод (сміливість, рішучість, мужність, самоконтроль та самовладання в різних ситуаціях, наполегливість, цілеспрямованість). <i>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.</i>
Емоційні	– які виражають ступінь прийняття або неприйняття себе чи інших людей, а також зовнішніх або внутрішніх впливів тих чи інших об'єктів. До них відносяться: ранимість, чутливість, тривожність, недовірливість, гнівливість, агресивність, а також веселість, оптимізм, життєрадісність, захопленість.
2. Вторинні якості	
Цей клас складають морально смислові вторинні якості характеру, вони найбільш тісно пов'язані із суспільними відносинами людини. Вони формуються на пізніх етапах онтогенезу, коли людина входить у ширший діапазон виконання різних видів діяльності. До цього класу входять групи якостей які виражають <i>відношення до:</i>	
Себе	до них відносять такі якості: самокритичність, скромність, самолюбство, зазнайство, егоцентричність, гордість. У кожної людини є установка по відношенню до самої себе – «Я-концепція». Образ власного «Я» складається із низки компонентів: когнітивного – образ зовнішності, моральні якості, психічні особливості, соціальна значущість; емоційного – самоповага, самовдоволення, самоприпинення та ін; притягально-вольового – бажання самоствердження, визнання гідності іншими індивідами. Поряд із реальним «Я» існує «Я» ідеальне і «Я» динамічне, котре саморозвивається.
Об'єктів матеріального та духовного світу. До них відносять: акуратність, ощадливість, щедрість, скупість і ін.	
Природи	До них відносяться: турботливість, дбайливість, бережливість.

Діяльності	До них відносяться:
а) <i>мотиваційні</i> – які спонукують, направляють та підтримують діяльність. До них слід віднести: прагнення та бажання виконувати якісно діяльність, потреба у досягненні успіху;	
б) <i>інструментальні</i> – які визначають стиль та манеру виконання діяльності. До них відносяться: працьовитість, ініціативність, сумлінність, а також безвідповідальність, хаотичність, недисциплінованість.	
Людей	До цієї групи якостей слід віднести підгрупи:
а) <i>соціально спрямовані</i> – які визначають соціальну взаємодію людини. До них відносяться: патріотизм, суспільна та громадська активність; громадянська морально-етична зрілість, справедливість, уважність, колективізм тощо. А також – байдужість, невігластво, неповага;	
б) <i>комунікативні</i> – які виражають ставлення людини до процесів міжособистісної взаємодії. До них відносяться: контактність, товариськість, відкритість, доступність, дипломатичність, тактовність та доброзичливість, упевненість та невимушеність у спілкуванні, толерантність, а також – аутизм, замкнутість, закритість, сором'язливість;	
в) <i>лідерські</i> – які реалізують прагнення людини до влади, тобто переваги над іншими. До них слід віднести: самостійність, авторитетність, харизматичність, діловитість, винахідливість, готовність брати на себе відповідальність та приймати нестандартні рішення тощо. А також – зверхність, наглисть тощо;	
г) <i>моральні</i> – які забезпечують соціалізацію людини. До них відносяться: дисциплінованість, відповідальність, добросовісність, чесність, надійність, професійна етика, розвинута правосвідомість.	
Визнана індивідом <i>система відносин до інших людей може зводитися до чотирьох основних ціннісно-орієнтовних схем</i> [3]:	
1. <i>«Я хороший і всі люди хороші»</i> – притаманна соціально адаптованим особистостям, які відрізняються доброзичливістю, високою соціальною комунікативністю, життєрадісністю, адекватним рівнем домагань, психічною стійкістю у важких ситуаціях. Це високосоціалізований, психічно стійкий тип особистості. Системоутворюючими якостями його характеру, а, отже, і поведінки, є соціальне ідентифікування, альтруїзм, загострене почуття соціальної відповідальності. Поведінка такої особистості характеризується відкритістю, чесністю, послідовністю.	
2. <i>«Я поганий, а всі люди хороші»</i> – притаманна людям зі зниженим рівнем домагань, нерішучим, які постійно сумніваються у своїх можливостях, котрі виявляють психічну нестійкість у важких ситуаціях, затрудняються у встановленні соціальних контактів. Як правило, це люди зі слабким типом нервової діяльності.	
3. <i>«Я хороший, а всі люди погані»</i> – притаманна людям із завищеним рівнем домагань. Зарозумілість, егоїзм, твердість, яка переходить у жорстокість, привласнення собі права до виключних вчинків – такі відмінності характеру людей даної орієнтації.	
4. <i>«Я поганий і всі люди погані»</i> – така позиція невинуватих песимістів, які очікують від життя одних неприємностей. Як і попередній, цей тип соціальної орієнтації породжує конфлікти особистості із соціальним середовищем. Не сподіваючись на краще у реальному житті, людина із такою життєвою концепцією іде у світ мрій, безплідних мрій і нереальних надій.	

Індивідуально-психологічні якості особи можна
структурно-логічно класифікувати за:

1) *тривалістю:*

короткочасні

тимчасові

довготривалі

постійні

2) *значимістю:*

домінуючі

підпорядковані

відставлені

3) *стійкістю:*

фіксовані

первинні, лабільні

4) *характером:*

позитивні

негативні (руйнівні)

нейтральні

5) *способом функціонування:*

життєво-
практичні

теоретичні

ригідні

акцентуйовані

патологічні

6) *способом формування:*

зовнішньо-
детерміновані

особистісно-
детерміновані

СТРУКТУРНО-ЛОГІЧНА КЛАСИФІКАЦІЯ ЯКОСТЕЙ		
1) за тривалістю:		
короткочасні	виникають та виявляються під впливом імпульсивного спонукання;	
тимчасові	виникають та виявляються ситуативно;	
довготривалі	виявляються протягом певного відрізка часу та можуть змінюватися під впливом об'єктивних та суб'єктивних факторів;	
постійні	виявляються протягом життя особи;	
3) за значимістю:		
домінуючі	(центральні, фокальні) якості – ті, які перебувають у центрі та характеризують особу. Вони актуальні зараз і тепер;	
підпорядковані	(другорядні, периферійні) – які мають мало зв'язків, а тому легше і швидше піддаються змінам. Вони не є головними, однак сприяють прояву якостей, які домінують;	
відставлені	які не використовуються, але вони є, вони актуалізуються під впливом внутрішніх та зовнішніх факторів;	
3) за стійкістю:		
фіксовані	ті, що є незмінними протягом життя;	
первинні, лабільні	ті, що змінюються під впливом об'єктивних та суб'єктивних факторів;	
4) за характером прояву:		
позитивні	негативні (руйнівні)	нейтральні
5) за способом функціонування:		
життєво-практичні	базуються на здоровому глузді, великому та різноманітному повсякденному досвіді;	
теоретичні	базуються на філософській обґрунтованості життєдіяльності;	
ригідні	є незмінними та призводять до стереотипності, дотичності дій та поведінки;	
акцентуйовані	загострені провідні індивідуально-психологічні якості. Коли кількісне проявлення тієї чи іншої риси характеру досягає граничних величин і виявляється у крайній межі норми, виникає акцентуація характеру (крайній варіант норми як результат посилення окремих рис);	
патологічні	викривленні, перекрученні якості індивіда в наслідок його психічного захворювання;	
6) за способом формування:		
зовнішньо-детерміновані	ті, що сформувалися під впливом зовнішнього середовища, а також традицій, культури та норм соціальної життєдіяльності;	
особистісно-детерміновані	ті, що сформувалися під впливом обраних особою зразків, правил та засобів життєдіяльності.	

На формування якостей характеру впливає низка таких чинників:

біологічно обумовлені

тобто особливий прояв вищої нервової діяльності, підґрунтям якої є природжені особливості нервової системи, своєрідні сполучення яких (сила, врівноваженість, рухливість) виявляються у різних типах темпераменту. Індивідуально-психологічні якості набувають певного ступеня динамічного прояву завдяки темпераменту. Але слід пам'ятати, що природжений тип нервової системи із перших днів життя перебуває під впливом суспільних умов життя, виховання, які накладають відбиток на їх функціонування.

соціальні

умови виховання, навчання, трудової діяльності. Вони організовують обставини життя і спрямовують у потрібному напрямку життєві впливи, підкріплюють їх, створюють відповідне ставлення до навколишньої дійсності особистості, яка формується. Разом із тим, соціальні чинники гальмують негативні впливи, перешкоджають закріпленню небажаних звичок і рис поведінки особи.

особистісні

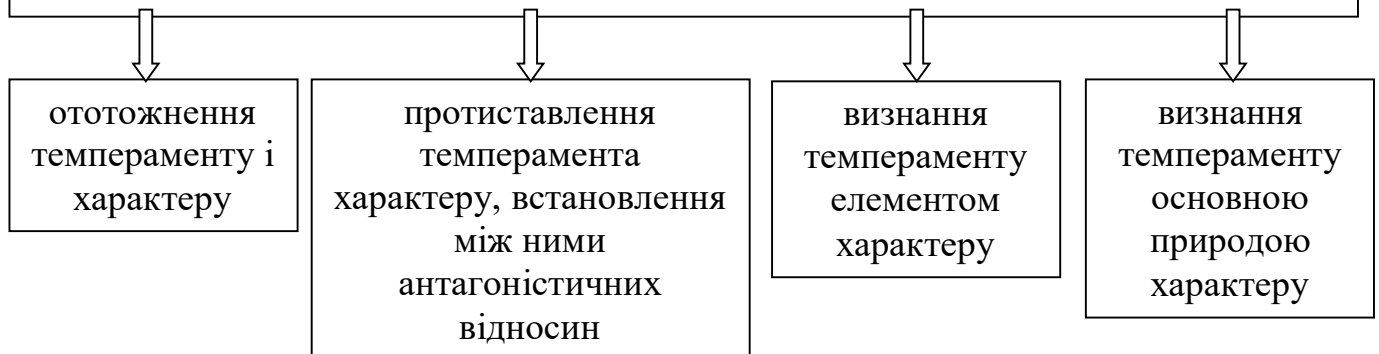
світогляд
та
мотивація.



4.3.3. ВЗАЄМОЗВ'ЯЗОК ХАРАКТЕРУ ТА ТЕМПЕРАМЕНТУ

Виходячи із матеріалістичного розуміння людських явищ, слід зазначити, що загальним для характеру і темпераменту, є залежність від фізіологічних особливостей людини. Формування характеру істотно залежить від властивостей темпераменту, більш тісно пов'язаного із властивостями нервової системи. Крім того, риси характеру виникають тоді, коли темперамент вже досить розвинений. Характер розвивається на основі темпераменту. Темперамент визначає для характеру такі риси як врівноваженість або труднощі входження у нову ситуацію, рухливість чи інертність реакції і т.д. Проте, темперамент не визначає характер. У людей із однаковими властивостями темпераменту можуть бути абсолютно різні характеру.

Питання про співвідношення темпераменту і характеру ставилося багатьма психологами. **Науковці О. Г. Ковальов (1913 – 2004 рр.) та В. М. Мясіщев (1893 – 1973 рр.) виділили чотири групи позицій щодо нього [4]:**



Ототожнення темпераменту і характеру

Е. Кречмер (1888 – 1964 рр.), виводячи темперамент із особливостей тілесної конституції, по суті, ототожнює його із характером особистості. Ця точка зору досить поширена у західній психології, де темперамент не виділяється як самостійне поняття, а виступає у якості синоніма понять «особистість» і «характер».

У вітчизняній психології близькі погляди поділяв О. Ф. Лазурський (1874 – 1917 рр.), який практично ототожнював темперамент і характер, і відносив їх до ендопсихіки, що характеризує вроджений запас фізичних і духовних сил. Він вважав, що ендопроявлення виражають внутрішні, суб'єктивні співвідношення між психофізіологічними елементами даної особистості, і в той же час, вони завжди пов'язані з індивідуальними особливостями центральної нервової системи.

Протиставлення темперамента характеру, встановлення між ними антагоністичних відносин

Прихильники даної точки зору відзначають, що темперамент становить собою вроджену первинну реакцію особистості, а характер – це прояв вторинної, придбаної у досвіді реакції. Між первинної реакцією, що утворює «первинну індивідуальність», і вторинною реакцією, або «вторинною індивідуальністю», виникає антагонізм. Друга гальмує першу.

Цієї ж точки зору дотримується Н. Д. Левітов (1890 – 1972 рр.), який вважає, що темперамент не входить у характер і останній знаходиться в антагоністичних відносинах із першим. На думку автора, розвиток особистості здійснюється як подолання темпераменту характером, перетворення першого під впливом другого. Особистість роздвоюється, окремі її властивості протиставляються одна одній.

Д. В. Єрмолович (1951 р.н.) теж не ототожнює темперамент і характер. Він вказує на поєднання властивостей темпераменту, які забезпечують гармонійність у розвитку індивідуальності [4].

Визнання темпераменту елементом характеру

Ця точка зору визначається І. П. Павловим (1849 – 1936 рр.). Темперамент є природженим конституціональним видом нервової діяльності тварини – генотип. Але оскільки тварина із дня народження зазнає найрізноманітніших впливів навколишньої обстановки, на які вона неминуче повинна відповідати певними діями, які часто закріплюються нарешті на все життя, то остаточна нервова діяльність тварини є сплавом рис та змін, зумовлених зовнішнім середовищем.

У Е. Кречмера (1888 – 1964 рр.) немає відмінності між темпераментом і характером, а це, звичайно, груба помилка «Ми тепер вже наполягаємо на тому, що є вроджені якості людини, а з іншого боку – і ті, які набуваються за обставин життя. Якщо мова йде про вроджені якості, то це тип нервової системи, а якщо йде справа про характер, то це буде суміш природжених особливостей, спрямованостей, які набулись протягом життя під впливом життєвих вражень.

Сила нервової системи (темперамент) – вроджена властивість, характер (форма поведінки) – складається із індивідуально набутих навичок [4].

Визнання темпераменту основною природою характеру

І, нарешті, прихильники четвертої точки зору (Л. С. Виготський (1896 – 1934 рр.), С. Л. Рубінштейн (1889 – 1960 рр.), Б. Г. Ананьєв (1907 – 1972 рр.) та ін.) розглядають темперамент як вроджену основу характеру, як динамічну сторону характеру і особистості. За Л. С. Виготським, наприклад, темперамент є передумовою, а характер – кінцевим результатом виховного процесу. Вчені, які дотримуються цієї точки зору, вважають темперамент ядром характеру, його незмінною частиною, на відміну від самого характеру, що змінюється протягом життя.

В. М. Русалов вважає за необхідне розрізняти темперамент і характер, так як їх формально-динамічні характеристики мають різні аспекти узагальнення, а також різне співвідношення зі змістовними властивостями психіки. Якщо узагальнення відбувається за рахунок спільності усіх структурних і функціональних біологічних властивостей (гуморальні, соматичні і нервові підсистеми організму), ми маємо справу із темпераментом; якщо в основі лежать динамічні та змістовні характеристики спонукань, мотивів, то таке психічне утворення слід віднести до характеру [4].

4

Властивості темпераменту і якості характеру органічно пов'язані і взаємодіють один з одним у цілісному єдиному вигляді людини, утворюючи нероздільний зв'язок – інтегральну характеристику її індивідуальності.

Незважаючи на те, що характер відносять до індивідуальних особливостей особистості, у структурі характеру можна виділити риси, загальні для певної групи людей. Навіть у самої незвичайної людини можна знайти якусь рису (наприклад, незвичайність, непередбачуваність поведінки), володіння якої дозволяє віднести її до групи людей із аналогічною поведінкою.

У даному випадку потрібно говорити про типові риси характеру. Н. Д. Левітов (1890 – 1972 рр.) вважає, що тип характеру – це конкретне вираження в індивідуальному характері рис, загальних для деякої групи людей.

Характер не з'являється при народженні, він формується у процесі життєдіяльності людини, як представника певної групи, певного суспільства. Тому, характер людини – це завжди продукт суспільства, чим і пояснюється подібність і відмінність у характерах людей, які належать до різних груп.

В індивідуальному характері відбиваються різноманітні типові риси: національні, професійні, вікові. Типові риси нерідко фіксуються повсякденною свідомістю у різних установах і стереотипах. Своєрідними переломлюючими у національних особливостях виявляються типові риси, властиві дошкільнятам, підліткам, літнім людям і т.д., неважко описати типовий характер лікаря, військового, у той же час кожен типовий характер має свої індивідуальні риси [4].

ВИСНОВКИ ДО ГЛАВИ

Якщо говорять, що особа «із характером», то це означає, що в ній присутні такі якості як послідовність, самостійність, воля, незалежність від обставин, цілеспрямованість, а також наполегливість і завзятість. А безхарактерну людину вважають такою, що пливе за течією, не проявляє ніяких вольових якостей і є залежною від обставин.

Формування характеру багато у чому залежить від способу життя індивіда. Характер особи визначається у звичках, манері поведінки, діях і вчинках. Вчинки мають бути завжди свідомими, обдуманими та мати виправдання.

Характер може бути пов'язаний не лише із темпераментом, але і з багатьма іншими властивостями індивіда – мотивацією, здібностями, волею і спрямованістю. У характері індивіда можна виділити деякі окремі якості, які утворюють в єдності цілісну структуру характеру.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Взаимосвязь темперамента и характера / электронный ресурс <http://bbcont.ru/psychologies/vzaimosvyaz-temperamenta-i-haraktera.html>. - Название с экрана.
2. Гинецинский В. И. Пропедевтический курс общей психологии [Учебное пособие] / В. И. Гинецинский. – СПб.: Изд-во С.-Петерб. ун-та, 1997. – 342 с.
3. Еникеев М. И. Общая и социальная психология / М. И. Еникеев. – М.: Норма, Инфра-М, 1999 – с624 с.
4. Ковалев А. Г., Мясищев В. Н. Психологические особенности человека / А. Г. Ковалев, В. Н. Мясищев. – Л.: Изд-во ЛГУ, 1957. (Т. 1. Характер)
5. Психологія: Навчальний посібник / О. В. Винославська, О. А. Бреусенко-Кузнєцов, В. Л. Зливков та ін.; За наук. ред. О. В. Винославської. – К.: Фірма «ІНКОС», 2005. – 352 с.
6. Характер и его роль в профессиональной деятельности / электронный ресурс <http://works.tarefer.ru/70/100128/index.html>. – Название с экрана.
7. Цільмак О. М. Загальна структурно-логічна модель психограми оперуповноваженого. [Текст] / О. М. Цільмак // Південноукр. правничий часопис. – 2010. – № 4. – С. 223-227

ПИТАННЯ ДЛЯ САМОПЕРЕВІРКИ ТА КОНТРОЛЮ ЗАСВОЄННЯ ЗНАНЬ

1. Чи вплинули історичні аспекти вчень про характер на його розуміння у теперішній час?
2. Надайте визначення терміну «характер».
3. Охарактеризуйте якості та їх складові.
4. Охарактеризуйте класифікацію рис характеру.
5. Назвіть чинники, які впливають на формування характеру.
6. Чи можна стверджувати, що темперамент безпосередньо впливає на формування рис характеру людини?
7. Які риси особистості поєднує в собі характер?
8. Які компоненти можна виокремити в структурі характеру?
9. Якими є умови формування характеру?

10. Як пов'язані між собою характер і темперамент?

КОНТРОЛЬНІ ТЕСТИ

1. Характер – це...:

А. Підпорядкування поведінки стійкій життєвій меті, готовність та рішучість віддати усі сили і вміння для її досягнення, планомірне, неухильне її досягнення.

Б. Різка сутичка протилежно спрямованих цілей, інтересів, позицій, думок чи поглядів опонентів або суб'єктів взаємодії; сприймана несумісність дій або цілей.

В. Сукупність постійних індивідуально-психологічних якостей людини, які виявляються в її діяльності та суспільній поведінці, ставленні до колективу, інших людей, праці, навколишньої дійсності та до самої себе.

2. Компоненти характеру:

А. Спрямованість; переконання; розумові риси; емоції; воля; темперамент; повнота; цілісність; визначеність; сила.

Б. Методи наукового дослідження, методи психологічного впливу на особистість: спостереження, експеримент, вивчення продуктів діяльності, тестування та діяльність.

В. Ступінь важливості мети, цілей, котрі людина ставить перед собою.

ТЕМИ РЕФЕРАТІВ

1. Природа характеру.

2. Психологічна характеристика особистості у сучасній психології.

3. Наукові підходи у вивченні характеру.

4. Вплив характеру на професійну діяльність особистості.

5. Види суперечностей та їх роль у становленні характеру й волі особистості.

СПИСОК РЕКОМЕНДОВАНОЇ ЛІТЕРАТУРИ

1. Взаимосвязь темперамента и характера / электронный ресурс <http://bbcont.ru/psychologies/vzaimosvyaz-temperamenta-i-haraktera.html>. – Название с экрана.

2. Гинецинский В. И. Пропедевтический курс общей психологии [Учебное пособие] / В.И. Гинецинский. – СПб.: Изд-во С.-Петербур. ун-та, 1997. – 342 с.

3. Еникеев М. И. Общая и социальная психология / М. И. Еникеев. – М.: Норма, Инфра-М, 1999 – 624 с.

4. Психологія: Навчальний посібник / О. В. Винославська, О. А. Бреусенко-Кузнєцов, В. Л. Зливков та ін.; За наук. ред. О. В. Винославської. – К.: Фірма «ІНКОС», 2005. – 352 с.

5. Цільмак О. М. Професіогенез компетентності фахівців кримінальної міліції: теорія та практика [Текст] : монографія / О. М. Цільмак ; Одес. держ. ун-т внутр. справ. – О. : ОДУВС, 2011. – 432 с. : рис., табл. – Бібліогр.: с. 384-431.

ГЛАВА 4.4.

СПРЯМОВАНІСТЬ

Спрямованість більшості людей, як правило, відбувається у соціальному просторі й часі. До руху, активності їх спонукають потреби, потяги, цілі, життєдіяльнісні установки, інтереси, переконання, світогляд, ідеали та інші чинники. Але не кожна мета, яка ставиться людиною, стає чинником, що підштовхує її до дії. Лише та мета, яка має для людини привабливу силу, може впродовж певного періоду життя спрямовувати її психічну активність, розмірковування, думки. У особи з'являється досить сильна внутрішня потреба у дії, виникає могутнє спонукання, яке штовхає її до відповідного вчинку.

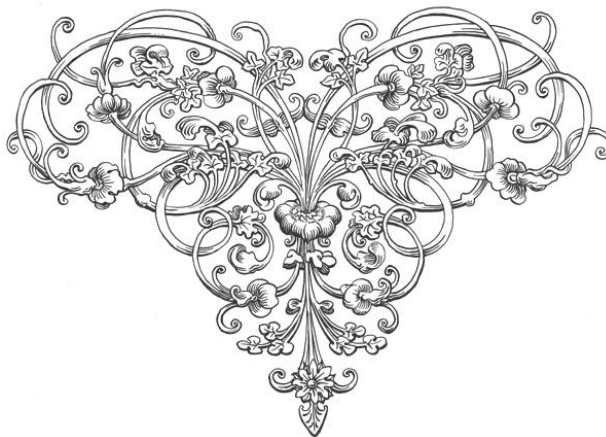
У даній главі характеризуються базові елементи спрямованості особистості: життєдіяльнісні установки, інтереси, переконання, світогляд, ідеали.

Мета даної глави: надати знання про складові елементи спрямованості особистості, які впливають на поведінку людини.

Мета вивчення глави:

1. **Освітня** – сформувати у курсантів та студентів знання про цілі, життєдіяльнісні установки, інтереси, переконання, світогляд, ідеали.
2. **Практична** – сприяти розвитку правозастосовчої спрямованості.
3. **Розвивальна** – розвивати особистісні життєдіяльнісні установки.
4. **Виховна** – розкрити шляхи для самопізнання та самовдосконалення.

Ключові поняття глави: аксіоми, властивості, життєдіяльнісні установки, ідеали, переконання, норми, світогляд та ін.



4.4.1. СВІТОГЛЯД

Світогляд

- це сукупність системи знань, переконань, вірувань, настроїв, прагнень, надій, цінностей, ідеалів, установок і т.д., які є регулятором особистісного ставлення до інших, себе, об'єктів і предметів матеріального та духовного світу [2];
- це форма суспільної самосвідомості людини, через яку вона сприймає, осмислює, оцінює світ, визначає своє місце у ньому [11];
- це інтегральне духовне утворення, яке спонукає до практичної дії, до певного способу життя та думки [11].

СКЛАДОВІ СВІТОГЛЯДУ [10]:

Інтереси	це конкретна форма усвідомленої потреби, реальна причина розвитку індивідуально-психологічних якостей у особи, яка спрямована на задоволення цієї потреби.
Цінності	це відносно стійке та соціально обумовлене ставлення особистості до певних індивідуально-психологічних якостей людини та виокремлення для себе найбільш значущих та важливих для життя і діяльності.
Переконання	визначає довгострокову спрямованість поведінки людини, її непохитність у досягненні поставлених цілей і впевненість у справедливості і важливості справи, яка виконується.
Ідеали	це еталон, взірць для особи, тобто ті індивідуально-психологічні якості, які вона хоче розвинути у собі.
Установки	суб'єктивний вибір та прийняття за основу власної життєдіяльності світоглядних аксіом і норм.

ТИПИ СВІТОГЛЯДУ [2]:

міфологічний	для поглядів властивий синкретизм, тотемізм, фетишизм, магія тощо;
релігійний	особлива форма усвідомлення світу, яка не потребує обґрунтування і доказів;
науковий	усвідомлення світу через отримання істинних знань, відкриття об'єктивних законів світу і передбачення тенденцій його розвитку;
мистецький	форма суспільної свідомості, яка відображає дійсність у конкретно-чуттєвих образах, відповідно до певних естетичних ідеалів;
філософський	форма пізнання світу, яка вивчає найзагальніші суттєві характеристики і фундаментальні принципи реальності й пізнання, буття людини, відносин людини і світу.



ЗМІСТ СВІТОГЛЯДУ ВИЗНАЧАЮТЬ [11]:	
досвід	(індивідуальний, сімейний, груповий, національний, клановий, суспільний, загальнолюдський), на основі якого формується світовідчуття – основа світогляду;
знання	(досвідні, емпіричні та теоретичні), на основі яких формується світорозуміння;
мета	яка усвідомлюється через універсальні форми діяльності, такі як: нужда – потреба – інтерес – мета – засоби – результати – наслідки. На її основі формується світоспоглядання;
цінності	(щастя, любов, істина, добро, краса, свобода тощо), на основі яких формуються переконання, ідеали людини та складається її світосприйняття;
принципи	(монізм, плюралізм, скептицизм, догматизм), на основі яких складаються основні способи світобачення.

За критерієм загальності виділяються такі види світогляду:				
індивідуальний	груповий			загальнолюдський
	професійний	національний	класовий	
За ступенем історичного розвитку:				
античний	середньовічний	ренесансний	новочасний	
За ступенем теоретичної «зрілості»:				
стихійно-повсякденний		теоретичний		

СТИХІЙНО-ПОВСЯКДЕННИЙ	ТЕОРЕТИЧНИЙ
включає навички, звичаї і традиції, які передаються із покоління у покоління, і пізнання досвіду кожного конкретного індивіда. Він допомагає людині орієнтуватися у складних життєвих обставинах. Цей рівень світогляду не відрізняється глибокою продуманістю, систематичністю, обґрунтованістю. У ньому нерідкі внутрішні суперечності, стійкі забобони.	претендує на теоретичну обґрунтованість як змісту, так і способів досягнення узагальнених знань про дійсність, а також норм, цінностей і ідеалів, які визначають цілі, засоби й характер діяльності людей. Науковець бачить своє завдання у тому, щоб зробити світогляд предметом теоретичного аналізу, спеціального вивчення, піддавши його критичній оцінці.

КОМПОНЕНТИ СВІТОГЛЯДУ:	
пізнавальний	базується на узагальнених знаннях — повсякденних, професійних, наукових і т.д. Він представляє конкретно-наукову й універсальну картину світу, систематизуючи й узагальнюючи результати індивідуального і суспільного пізнання, стилі мислення того або іншого співтовариства, народу або епохи;
ціннісний-нормативний	включає цінності, ідеали, переконання, вірування, норми, директивні дії і т.д. Одне з головних призначень світогляду полягає не тільки у тому, щоб людина опиралася на якісь суспільні знання, але й у тому, щоб вона могла керуватися певними суспільними регуляторами;
емоційно-вольовий	базується на емоційно-вольовому освоєнні, перетворенні на особисті погляди, переконання, вірування, а також виробленні певної психологічної установки на готовність діяти;
практичний	готовність людини до певного типу поведінки в конкретних обставинах; проектує і стимулює певний тип поведінки.



4.4.2. ЖИТТЄДІЯЛЬНІСНІ УСТАНОВКИ

Установка як соціально-психологічний феномен відіграє велике значення у життєдіяльності людини. Термін «установки» часто використовують для опису і пояснення поведінки та внутрішньої суті людини. Установки диктують індивіду орієнтири у його соціальному середовищі, сприяють пізнанню навколишнього світу, організовують його та поліпшують адаптацію до умов життєдіяльності. Вони забезпечують тісний взаємозв'язок між пізнанням і емоціями, між пізнанням і поведінкою, а також прогнозують наслідки соціальної взаємодії.

Установка

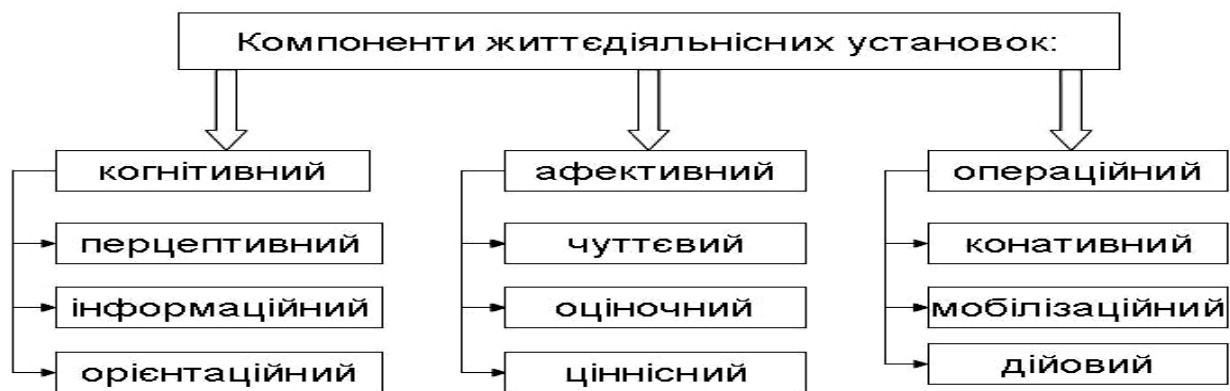
– це суб'єктивний вибір та прийняття за основу власної життєдіяльності світоглядних аксіом і норм. Отже, аксіома та норма є складовими установки, яка, у свою чергу, є структурним компонентом світогляду людини.

Аксіома	Норма
(від грец. «ахіѳта» – це загальноприйняте, безперечне; або «ахіѳ» – вважаю гідним, наполягаю, вимагаю) – це те, що для суб'єкта не потребує жодних доведень, тому що є особистісно- та загальноприйнятим.	(від лат. «норма» – керуючий початок, правило, зразок) – це обрані особою зразки, правила та засоби життєдіяльності.

Слід зазначити, що норми та аксіѳи бувають	
<i>індивідуальними</i>	тобто такі, які особа самостійно обирає та приймає для себе за основу;
<i>сімейними</i>	які властиві певній сім'ї;
<i>груповими</i>	ті, які властиві певній групі;
<i>колективними</i>	ті, які властиві певному колективу;
<i>етнічними</i>	ті, які є загальноприйнятими для певної етнічної групи;
<i>загальнодержавними</i>	ті, які є загальноприйнятими та закріплені на законодавчому рівні.

У залежності від процесу виникнення, реалізації, фіксації або зміни життєдіяльнісних установок можна виділити:

установки-норми	установки-цїлі	установки-цїнності
– регулюють і пояснюють інтереси, уподобання та поведінку індивіда; обґрунтовують і узаконюють необхідність досягнення певних цїлей.	– вказують на мету, якої прагне досягнути індивід, та засоби її досягнення.	– це ідеали індивіда, до яких він прагне, та які є для нього дуже важливими.



У структурі життєдіяльнісних установок можна виділити такі **основні компоненти**

1) когнітивний

– базується на узагальнених повсякденних, професійних, наукових і т.д. знаннях, їх суб'єктивній оцінці та виборі суб'єктивних світоглядних норм та аксіом. До складу цього компоненту слід віднести такі елементи:

<i>перцептивний</i> (англ.perceptual)	результат процесу сприйняття світоглядних норм та аксіом, який забезпечує побудову предметного образу певного виду установки;
<i>інформаційний</i>	ступень обізнаності особи щодо певних світоглядних норм та аксіом;
<i>орієнтаційний</i>	розмаїття світоглядних норм та аксіом щодо тактики та засобів дій у різних ситуаціях та їх наслідків тощо;

2) афективний (affect)

– емоційне реагування особистості на об'єкти установки. Він містить у собі такі елементи:

<i>чуттєвий</i>	відчуття симпатії або антипатії до об'єкта установки;
<i>оціночний</i>	акумулює у собі суб'єктивну й об'єктивну оцінку світоглядних аксіом та норм життєдіяльності та визначає лінію поведінки індивіда тощо;
<i>ціннісний</i>	відношення до світу і до самого себе на основі певної ієрархії світоглядних норм та аксіом;

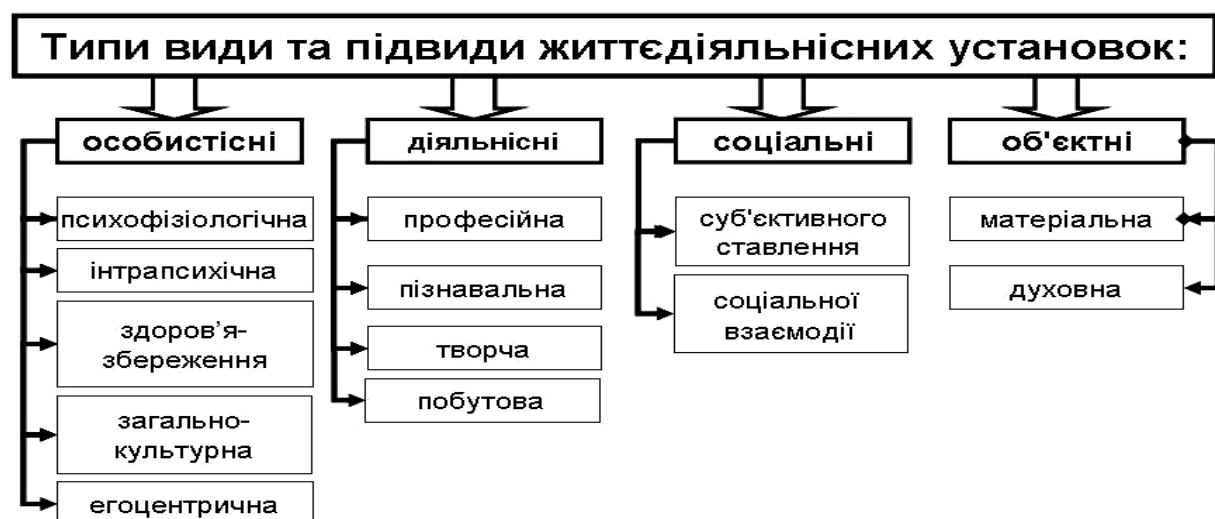
3) операційний

– відбір та реалізація світоглядних норм й аксіом у процес життєдіяльності. Він містить у собі такі елементи:

<i>конативний</i> (від лат conatus – спроба, спрямованість)	мотиваційна та вольова регуляція поведінки під час реалізації аксіом і норм;
<i>мобілізаційний</i>	готовність діяти певним чином та дотримуватися соціально прийнятих аксіом і норм життєдіяльності;
<i>дійовий</i>	власне процес застосування суб'єктивно обраних норм і аксіом у життєдіяльність.

Напрями установок [1]:

переваги над зовнішнім світом – стикаючись із основними життєвими завданнями, вона спрямовує особистість у агресивному або



Типи, види та підвиди життєдіяльнісних установок [9]:	
до складу <i>особистісної життєдіяльнісної установки</i> входять такі <i>види</i> , як	
<i>егоцентрична</i>	це суб'єктивні норми та аксіоми стосовно себе, свого образу «Я»;
<i>інтрапсихічна</i>	(лат. <i>intra</i> – усередині + грец. <i>psyche</i> – душа, тобто те, що виникає усередині психіки) – це обрані особою та прийняті для себе суб'єктивні світоглядні норми й аксіоми стосовно власної життєдіяльності, характерологічних особливостей, стереотипів поведінки тощо;
<i>психофізіологічна</i>	це неусвідомлені та усвідомлені аксіоми й норми, які забезпечують життєдіяльність індивіда (неусвідомлена установка на виживання, задоволення потреб організму);
<i>здоров'язбереження</i>	це обрані особою та прийняті для себе суб'єктивні норми та аксіоми стосовно власного здоров'я (установка на витіснення психотравмуючих подій, дотримання здорового способу життя);

загальнокультурна	це обрана особою та прийнята для себе сукупність загальноприйнятих культурних, етнічних норм і аксіом, які інтегруються, вбудовуються в поведінку особистості.
До складу соціальної (аттитюд) життєдіяльної установки входять такі види :	
суб'єктивного ставлення	це обрані та прийняті для себе норми й аксіоми стосовно відношення до інших. До цього виду установки входять такі основні підвиди , як: суб'єктно-етнічна, суб'єктно-об'єктна, суб'єктно-групова, суб'єктно-професійна, суб'єктно-соціальна. Кожен із цих підвидів характеризується обраними особою та прийнятними для себе суб'єктивними нормами й аксіомами стосовно: ❖ певних етнічних груп та форм відношення до них (негативне, нейтральне, позитивне, етнічного культу та винятковості, ворожнече, дружнє та ін.) – <i>суб'єктно-етнічна</i>; ❖ відношення до певних осіб – <i>суб'єктно-об'єктна</i>; ❖ відношення до певних угруповань – <i>суб'єктно-групова</i>; ❖ відношення до представників певних професій – <i>суб'єктно-професійна</i>; ❖ відношення до соціуму у цілому – <i>суб'єктно-соціальна</i>,
соціальної взаємодії	це обрані особою та прийняті для себе суб'єктивні норми та аксіоми стосовно власної взаємодії із соціальним середовищем. До цього виду установки входять такі підвиди , як: соціальної інтеграції, рольова, соціальної стратегії, нормативна, соціальної комунікації. Кожен із цих підвидів характеризується обраними особою та прийнятими для себе суб'єктивними нормами й аксіомами стосовно: ❖ сімейних та соціальних програм рольової взаємодії із соціумом – <i>рольова установка</i>; ❖ засобів взаємодії із соціальним середовищем – <i>соціальної стратегії</i>; ❖ форм соціальної поведінки (правомірна, неправомірна, девіантна, делінквентна, адиктивна) – <i>нормативна установка</i>; ❖ встановлення та підтримки міжособистісних контактів – <i>соціальної комунікації</i> (від лат. communicatio — зв'язок, повідомлення).
До діяльної установки слід віднести такі види , як: пізнавальний, професійний, творчий та побутовий. Кожен із цих видів характеризується обраними особою та прийнятими для себе суб'єктивними нормами та аксіомами стосовно:	
процесу навчання та пізнання –	<i>пізнавальна установка</i>
нестандартного, креативного підходу до вирішення різноманітних завдань –	<i>творча установка</i>
стосовно побутового життя –	<i>побутова установка</i>
професійної діяльності та реалізації себе у ній –	<i>професійна установка</i>
До складу об'єктної життєдіяльної установки слід віднести матеріальні та духовні види . Кожен із цих видів характеризується обраними та прийнятими для себе суб'єктивними нормами й аксіомами стосовно:	
об'єктів матеріального світу, їх функціональних можливостей та відношення до них (споживче, колекціонування, бережливе, руйнівне, нефункціональне тощо) –	<i>матеріальні установки</i>
духовного світу (релігії, музики, поезії) та відношення до них –	<i>духовні установки</i>

Виникнення життєдіяльнісних установок у індивіда детерміновано як зовнішніми (соціальними, соціально-психологічними), так і внутрішніми (психологічними, біологічними) факторами, які є їх чинниками. Під їх впливом життєдіяльнісні установки виникають, реалізуються, фіксуються або змінюються, вдосконалюються або залишаються незмінними, набувають актуальності або відходять на другорядний план. До цих факторів слід віднести:

- пережиті індивідом стресові ситуації;
- обраний індивідом для наслідування ідеал-кумир;
- сімейні традиції та переконання;
- загальнодержавні норми;
- культурні, релігійні, етнічні та соціальні традиції;
- умови та форми виховання, навчання і праці тощо;
- якості та здібності індивіда (наприклад, підозрілість, цілеспрямованість, наполегливість та ін.);
- особливості психічних пізнавальних процесів (наприклад, ригідність, інертність, лабільність, статечність мислення);
- тип темпераменту (наприклад, у флегматиків більш фіксовані життєдіяльнісні установки, у холериків – нестійкі);
- акцентуації характеру (наприклад, фіксовані основні життєдіяльнісні установки відмічені у педантичного, ригідного, епілептоїдного типів);
- мотивацію;
- готовність (через неї визначається установка, яка забезпечує стійкий, цілеспрямований характер протікання успішної професійної діяльності);
- набуті знання та досвід;
- психофізичні вади;
- вік;
- стать та ін.



Таким чином, формування життєдіяльнісних установок – це процес, спрямований на результат, тобто фіксацію установок. Установча поведінка – це результат цього процесу.

4.4.3. ІНТЕРЕС

Інтерес

(англ. interest) – відношення потреби або мотиваційний стан, який спонукає до пізнавальної діяльності та розгортається переважно у внутрішньому плані. В умовах формування пізнавальної діяльності зміст інтересу може все більше збагачуватися, долучаючи до себе нові зв'язки предметного світу. Емоційний і вольовий моменти інтересу виступають специфічно – як інтелектуальна емоція і зусилля, пов'язані із подоланням інтелектуальних труднощів. Інтерес тісно пов'язаний із власне людським рівнем освоєння дійсності у формі знань.

Задоволення інтересу не веде до його згасання, а викликає нові інтереси, які відповідають більш високому рівню пізнавальної діяльності [2].

Інтерес – це вибіркове ставлення особистості до об'єкта, в силу його життєвого значення й емоційної привабливості. Інтереси виникають на основі потреб. Потреба виражає необхідність, інтерес виражає особисту приязнь до якоїсь діяльності.

І. П. Павлов розглядав інтерес як такий, що активізує стан кори головного мозку. Робота, яка відповідає інтересам, здійснюється легко і продуктивно.

Інтерес – єдина мотивація, яка здатна зробити роботу приємним заняттям протягом великого відрізка часу. Він у повній мірі необхідний для творчості.

Людина відчуває інтерес до того, що нове чи відмінне від раніше побаченого чи почутого, але вона активізується також при усвідомленні нових можливостей. Зміна середовища чи відкриті нові можливості можуть бути пов'язані із чимось, що знаходиться всередині людини, завдяки увазі, пам'яті і мисленню.

Інтерес активується і підтримується змінами і новизною. Він відіграє важливу роль у довгому збереженні стосунків між людьми.

У соціології виокремлюються такі *типи інтересів* особистості [7]:

- *інтерес-ставлення*;
- *інтерес-дія* (як практичний вияв інтересу шляхом участі людини у певному виді діяльності);
- *інтерес-установка* (сформоване при довготривалій дії спрямоване ставлення);
- *інтерес-орієнтація* (виділення одного інтересу як головного із низки інших).

Ставлення людини до інтересів та цінностей характеризують мотиви (мотивація). Вони характеризують людину насамперед як суб'єкта. Це усвідомлена потреба особи у досягненні певних цілей, бажаних умов діяльності.

Класифікація інтересів [8]:						
1) за носієм:						
загальнонародні або суспільні		колективні			особисті	
2) за змістом:						
навчальні	трудові	професійні	наукові	побутові	соціальні	естетичні
3) за сферою дії і спрямуванням:						
матеріальні			духовні			
4) за соціальною значущістю:						
корінні	основні		другорядні		менш значущі	
5) за відношенням окремих колективних та індивідуальних інтересів до інтересів суспільного розвитку:						
загальні		суспільні			приватні	
6) за часом дії:						
постійні	стійкі	тривалі	поточні	короткотривалі	тимчасові	нестійкі
7) за відношенням до розвитку суспільства у цілому (сприяють чи гальмують суспільний розвиток):						
прогресивні			реакційні			
8) за відповідністю природі, тобто дійсною щодо стану самого суб'єкта, носія інтересів:						
реальні	справжні		видумані чи ілюзорні		помилкові	
9) за глибиною:						
глибокі			неглибокі			
10) за особливостями впливу:						
дійовий інтерес, який спонукає до діяльності		пасивний інтерес, коли особистість не виявляє наполегливих спроб задовольнити свій інтерес, припиняє свою діяльність за наявності найменших перешкод.				

Головними властивостями інтересів людини є їх – широта, глибина та стійкість.



4.4.4. ПЕРЕКОНАННЯ

Переконання [2]

впевненість без жодного відтінку сумніву, але часто із емоційним забарвленням; встановлена думка, прийняте вірування. Як об'єкт, переконання – доктрина чи твердження, в яке хтось твердо вірить.

У науці, практиці й побуті термін «переконання» використовується у двох його значеннях [4]:

система поглядів, уявлень, яких я дотримуюсь, з якими я погоджуюсь, які я ототожнюю із собою, оскільки вважаю їх продуктом власної діяльності, які мають під собою певну аргументацію і можуть бути логічно доведені

певний спосіб впливу, який передбачає аргументоване і логічно витримане доведення істинності того чи іншого положення, думки, оцінки

Аристотель Стагірський
(384 – 322 рр. до н. е.).

«риторика є мистецтвом відкриття, у конкретному випадку, доступних методів переконання»; та розрізняв три види переконання:

логічний спосіб
переконання

емоційний спосіб
переконання

етичний спосіб
переконання

Роберт Чалдіні у своїй книзі про переконання визначив шість «знарядь впливу»:

Симпатія (уподобання): люди люблять тих, хто їх любить, або кого вони самі люблять.

Взаємність: люди відплачують по природі.

Суспільний доказ: люди слідуєть прикладу інших подібних.

Послідовність: люди діють до своїх чітких зобов'язань.

Авторитет: люди рахуються з експертами.

Недостача: люди хочуть більше того, що вони можуть мати менше.



(народився
24 квітня
1945 року
в США)

Отже, переконання – це:

- знання, які мають спонукаючу силу;
- система усвідомлених потреб, які спонукають діяти людину відповідно до своїх поглядів, принципів, світогляду;
- це система знань, пропущених через почуття.

Часто людина знає про певну норму, але не дотримується її. Тому не кожне поняття має переконуючу силу, а лише те, яке пов'язане із емоційною сферою.

Переконання є спонукальною силою поведінки, що змушує переживати свої вчинки.

Переконання мають велике значення у соціальній характеристиці особистості. Буває, що людина когось критикує, а поводить так само. Це свідчить, що її переконання не є керівництвом до дії. Якщо знання й переконання утворюють упорядковану й внутрішньо організовану систему поглядів, вони становлять *світогляд особистості*.



4.4.5. ІДЕАЛ

ІДЕАЛ [2]

(лат. *Idealis*, від грец. *ἰδέα* – образ, ідея) – вища цінність; як найкращий, завершений стан того або іншого явища; зразок особистих якостей, здібностей; вища норма етичної особи; вищий ступінь етичного уявлення про благо і належність; досконалість у відносинах між людьми; найбільш довершений устрій суспільства, вища абсолютна істина, довершений взірець, Бог.

Категорія ідеалу має глибоке соціальне значення. Упродовж століть «прогресивні класи» у боротьбі проти «віджитих форм суспільних відносин» черпали свій ентузіазм у високих ідеалах свободи, рівності, братства.



Ідеал може виступати сукупністю норм поведінки; іноді це образ, який втілює найбільш цінні і в цьому сенсі привабливі людські риси, – образ, який служить зразком. Ідеал людини далеко не завжди є її відображенням, що ідеалізується; ідеал іноді може знаходитися навіть у компенсаторно-антагоністичному відношенні до реального вигляду людини; у ньому може бути особливо підкреслене те, що людина цінує і чого їй якраз бракує.

Ідеал не є тим, ким людина є насправді являється, а є тим, ким вона хотіла би бути; не те, якою вона є насправді, а те, якою вона бажає бути. Але було б, очевидно, неправильно зовні протиставляти належне й існуюче, те, що людина є, і те, чого вона бажає: те, що людина бажає, теж є показовим для того, що вона є, її ідеал – для неї самої.

Ідеал людини – це передбачене втілення того, ким особа може стати. Це кращі тенденції її розвитку, які, втілюючись в образі-зразкові, стають стимулом і регулятором цього розвитку [6].

Іноді ідеалом слугує узагальнений образ, як синтез основних, особливо значимих і цінних якостей. Часто ідеалом виступає певна конкретна історична особа, в якій ці риси особливо повно і яскраво вживалися. Так, наприклад, Й. В. Сталін висуває В. І. Леніна в якості ідеалу, який повинен направляти поведінку радянських людей, служити їм мірилом і зразком.

В ідеалах людини яскраво проявляється її загальна спрямованість. Проявляючись в них, людина через них і формується.

ВИСНОВКИ ДО ГЛАВИ

Спрямованість особистості – це система стійких інтересів, схильностей, переконань, ідеалів, світогляду тощо, визначальних основних напрямів поведінки. Спрямованість завжди соціально обумовлена і формується в онтогенезі у процесі навчання і виховання, постає як властивість особистості.

Дослідження інтересів, ідеалів, установок і тенденцій, взагалі спрямованості особи дає відповідь на питання: чого людина хоче, до чого вона прагне? Але слідом за питанням «Чого людина хоче?» природно і закономірно настає інше: «А що вона може взагалі?» Це питання про її здібності, дарування, обдарованість.

СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Адлер А. Практика и теория индивидуальной психологии: лекции по введению в психотерапию для врачей, психологов и учителей / А. Адлер. – М.: Прогресс, 1995. – 296 с. (пер. с нем.)
2. Википедия / электронный ресурс <http://ru.wikipedia.org/wiki/>. – название с экрана.
3. Колесніченко Л. А. Основи психології та педагогіки: Навч.-метод. посібник для самост. вивч. дисц. / Л.А/ Колесніченко, Л.Л. Борисенко – К.: КНЕУ, 2002. – 157 с.
4. Переконання як засіб впливу / електронний ресурс <http://www.ukrreferat.com/index.php?referat=32475>. – Назва з ерана.
5. Психологія: Навчальний посібник / Винославська О. В., Бреусенко-Кузнецов О.А., Зливков В. Л., Апішева А. Ш., Васильєва О. С. – К.: Фірма "ІНКОО", 2005. – 351 с
6. Рубинштейн С. Л. Основы общей психологии / С. Л. Рубинштейн. – СПб.: Питер, 2002/ – 720 с. (Серия "Мастера психологии") (2-е изд. (1946 г.))
7. Сірий Є. В. Соціологія: загальна теорія, історія розвитку, спеціальні та галузеві теорії / Є. В. Сірий. – К.: Атіка, 2004. – 480 с.
8. Сивак Т. В. Багатозначність категорії «інтерес» у державному управлінні. // Актуальні проблеми державного управління, педагогіки та психології. – електронний ресурс http://www.nbuv.gov.ua/portal/soc_gum/Apdup/2011_1/1-4-13.pdf. - Название с экрана.
9. Цильмак А. Н. Типология жизнедеятельностных установок. [Текст] /А. Н. Цильмак // Электронный журнал: Психологическая наука и образование PSYEDU.ru – Портал психологических изданий PsyJournals.ru -2012. – № 1 -

Електрон. дан. (1 файл). – Режим доступа :
http://psyjournals.ru/psyedu_ru/2012/n1/50199.shtml - Название с экрана.

10. Цільмак О. М. Складові дефініції «установка». [Текст] / О. М. Цільмак // Соціальна психологія. – Київ, 2011. - № 3 (47). - С. 29-35

11. Філософія: Навчальний посібник / За ред. Надольного І. Ф. – К., 1998.

ПИТАННЯ ДЛЯ САМОПЕРЕВІРКИ ТА КОНТРОЛЮ ЗАСВОЄННЯ ЗНАНЬ

1. У чому полягає сутність спрямованості особистості?
2. Які типи та види життєдіяльнісних установок ви знаєте?
3. Що таке інтереси?
4. Що таке переконання?
5. Що таке ідеали?
6. Як впливає спрямованість особистості на зовнішню поведінку людини?
7. Здійсніть співвідношення ідеалів та інтересів.

КОНТРОЛЬНІ ТЕСТИ

1. Переконання – це ...:

А. Вірування без жодного відтінку сумніву, але часто із емоційним забарвленням; встановлена думка, прийняте вірування.

Б. Особливість психологічного спілкування завдяки вербальному та невербальному спілкуванню, спрямоване на відстоювання певної точки зору.

В. Впевнення іншої особи у правдивості вказаної інформації чи наданих свідчень по справі.

2. Установка – це ...:

А. Вірування без жодного відтінку сумніву, але часто з емоційним забарвленням; встановлена думка, прийняте вірування.

Б. Вища цінність; якнайкращий, завершений стан того або іншого явища; зразок особистих якостей, здібностей; вища норма етичної особи.

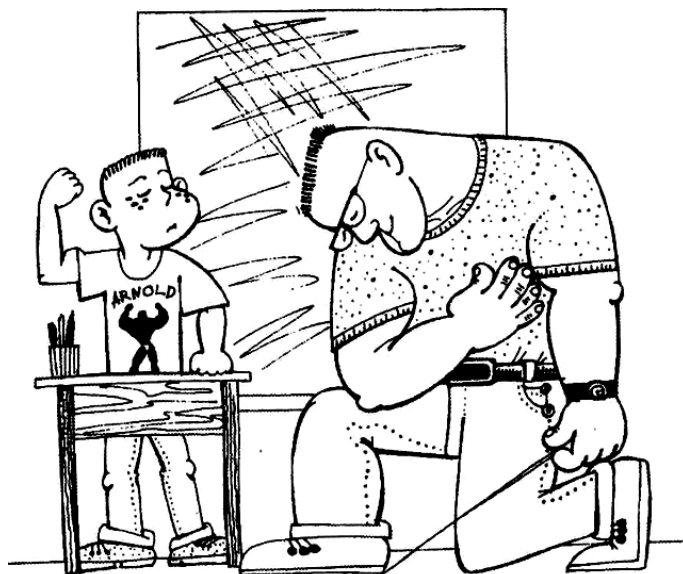
В. Суб'єктивний вибір та прийняття за основу власної життєдіяльності світоглядних аксіом і норм.

ТЕМИ РЕФЕРАТІВ

1. Структура спрямованості особистості.
2. Структурні взаємозв'язки видів спрямованості особистості.
3. Роль життєдіяльнісних установок у розвитку суспільства.
4. Ідеали: характеристика, види та значення у житті людини.
5. Світогляд: структурні компоненти та загальна характеристика.

СПИСОК РЕКОМЕНДОВАНОЇ ЛІТЕРАТУРИ

1. Колесніченко Л. А. Основи психології та педагогіки: Навч.-метод. посібник для самост. вивч. дисц. / Л. А/ Колесніченко, Л. Л. Борисенко – К.: КНЕУ, 2002. – 157 с.
2. Психологія: Навчальний посібник / Винославська О. В., Бреусенко-Кузнєцов О. А., Зливков В. Л., Апішева А. Ш., Васильєва О. С. – К.: Фірма "ІНКОС", 2005. – 351 с
3. Рубинштейн С. Л. Основы общей психологии / С. Л. Рубинштейн. – СПб.: Питер, 2002/ – 720 с. (Серия "Мастера психологии") (2-е изд. (1946 г.))
4. Цільмак А. Н. Типология жизнедеятельностных установок. [Текст] /А. Н. Цільмак // Электронный журнал: Психологическая наука и образование PSYEDU.ru – Портал психологических изданий PsyJournals.ru – 2012. – № 1 – Електрон. дан. (1 файл). – Режим доступа : http://psyjournals.ru/psyedu_ru/2012/n1/50199.shtml - Название с экрана.
5. Цільмак О. М. Складові дефініції «установка». [Текст] / О. М. Цільмак // Соціальна психологія. – Київ, 2011. – № 3 (47). – С. 29-35



ПІСЛЯМОВА

На сучасному етапі державотворення виникає потреба суспільства та держави у висококваліфікованих, конкурентоспроможних фахівцях, які після отримання вищої освіти із сукупністю теоретичних та практичних знань, вмінь і навичок безболісно приступлять до виконання професійних обов'язків.

У багатьох європейських країнах сьогодні переглянуто та внесено зміни до навчальних програм, спрямованих на створення підґрунтя для того, щоб основні результати навчання базувались на досягненні курсантами, студентами та слухачами необхідних компетентностей.

Психологічна та аутопсихологічна компетентність є однією із складових професіоналізму. Вона запобігає виникненню грубих, неправомірних помилок, іноді за наслідками дуже важких та загрозливих, як для соціуму, так і безпосередньо для правоохоронця та правознавця.

Психологічна та аутопсихологічна компетентність охоплює особистісну, соціальну й професійну сфери особистості та дозволяє їй орієнтуватися в будь-якій соціальній ситуації, приймати вірні рішення, досягати поставленої мети, ефективно вирішувати завдання у правозастосовній діяльності. Вона запобігає деформації «Я» і тому позитивно впливає на адекватність картини світу, самооцінку, регуляцію професійної діяльності особистості. Чим вищий рівень психологічної та аутопсихологічної некомпетентності, тим вищою є вірогідність деформації «Я», проявів девіантної (делінквентної, кримінальної, адиктивної) поведінки, зі всіма подальшими наслідками. Високий рівень психологічної та аутопсихологічної компетентності правоохоронців та правознавців забезпечить високий рівень правозастосовчої діяльності, ефективну взаємодію в системах «людина-людина», «людина-колектив», «людина-соціальні групи»; «суб'єкт - об'єкт діяльності» тощо.

Психологічне пізнання відбувається на різних рівнях узагальнення – від практичного до теоретичного, і навпаки, шляхом з'ясування ситуативних, мотиваційних особливостей; дійових і післядійових психічних феноменів.

Кожен фахівець повинен не лише знати свою професію, але й розумітися у людях, вміти створювати сприятливий психологічний клімат у колективі, налагоджувати міжособистісні стосунки тощо. Тому психологічні знання необхідні для глибшого розуміння себе та інших; для пристосування до змін у навколишньому середовищі; впливу на інших людей; підвищення ефективності власної професійної діяльності; для самовдосконалення та найповнішого використання власного особистісного потенціалу.

Навчально-наочний посібник «Психологія: схеми, таблиці та коментарі» має на меті формування та розвиток у майбутніх правоохоронців і правознавців структурованого та чіткого уявлення про психіку людини, її механізми та закономірності розвитку. Він буде корисним як студентам, курсантам та слухачам ВНЗ, психологам, викладачам та всім тим хто цікавиться психологією.

ПИТАННЯ ДО ЗАЛІКУ

1. Погляди Гіппократа, Платона, Аристотеля та їх вплив на розвиток психології.
2. Свідомість як предмет психології. Погляди Декарта, Локка.
3. Поведінка як предмет психології.
4. Предмет та основні завдання психології.
5. Принципи психології.
6. Школи, напрямки та концепції у психології.
7. Функції психології як науки.
8. Розвиток психіки у філогенезі.
9. Визначення психіки. Основні її функції.
10. Структура психіки.
11. Свідомість: характеристика, складові.
12. Властивості свідомості.
13. Нижчий рівень психіки.
14. Захисні механізми психіки.
15. Загальна характеристика психічних пізнавальних процесів.
16. Характеристика відчуттів.
17. Класифікація відчуттів.
18. Характеристика екстероцептивних відчуттів.
19. Характеристика інтероцептивних відчуттів та їх значення у роботі юриста.
20. Характеристика пропріоцептивних відчуттів.
21. Значення рухів у формуванні відчуттів.
22. Характеристика сприйняття.
23. Визначення сприйняття. Порівняльна характеристика відчуттів і сприйняття.
24. Характеристика уваги.
25. Дві групи факторів, які викликають увагу.
26. Характеристика довільної уваги.
27. Характеристика мимовільної уваги.
28. Характеристика післядовільної уваги.
29. Види уваги. Основні особливості уваги.
30. Характеристика уявлення.
31. Характеристика мислення.
32. Характеристика мовлення.
33. Характеристика пам'яті.
34. Характеристика основних теорій пам'яті.
35. Характеристика основних видів пам'яті.
36. Характеристика процесів пам'яті. Індивідуальні відмінності у пам'яті людей.
37. Визначення пам'яті та її значення в життєдіяльності людини.
38. Типи пам'яті та їх психологічна характеристика.
39. Емоції – характеристика, класифікація.
40. Функції емоцій.
41. Почуття – особливості та види.
42. Загальні й індивідуальні закономірності емоцій і почуттів.
43. Складові конфліктних станів.
44. Характеристика стресу.
45. Визначте ознаки стресової напруги.

46. Характеристика афекту.
47. Надайте характеристику діагностичним критеріям видів афекту.
48. Характеристика фрустрації.
49. Афект та його урахування у діяльності юриста.
50. Характеристика агресії.
51. Визначте види агресії.
52. Характеристика страху.
53. Охарактеризуйте форми виявлення страху.
54. Характеристика тривоги.
55. Характеристика пристрасті.
56. Характеристика настрою.
57. Визначте види настрою.
58. Характеристика депресії.
59. Характеристика горя.
60. Загальні особливості потреб, потягів і мотивів.
61. Потреби: поняття, види та особливості.
62. Теорія потягів.
63. Мотив та мотивація: характеристика, види, структура.
64. Загальні особливості волі.
65. Нейрофізіологічні основи волі.
66. Психологічні теорії волі.
67. Воля: поняття та функції.
68. Характеристика вольових дій та процесів.
69. Характеристика видів вольових якостей людини.
70. Вікові особливості розвитку волі.
71. Психічні властивості людини: характеристика та складові.
72. Історія вчень про темперамент.
73. Характеристика психологічних властивостей темпераменту.
74. Характеристика типів темпераменту.
75. Рівні прояву властивостей у різних типів темпераменту.
76. Характеристика історичних вчень про характер.
77. Складові характеру.
78. Класифікація рис характеру.
79. Індивідуально-психологічні якості особи.
80. Характеристика зв'язку характеру та темпераменту.
81. Особливості спрямованості особистості.
82. Характеристика світогляду та його складових.
83. Життєдіяльнісні установки – поняття, типи, види, складові.
84. Інтерес: поняття та класифікація.
85. Характеристика переконання.
86. Характеристика ідеалів.
87. Загальні особливості здібностей особистості.
88. Здібності: поняття, типи та класифікація.
89. Структура здібностей.
90. Характеристика обдарованості, таланту та геніальності.

СПИСОК ВИКОРИСТАНОЇ ЛІТЕРАТУРИ

Монографії:

1. Мороз Л. І. Теоретичні засади та організація психологічного тренінгу в органах внутрішніх справ / Л. І. Мороз; [Монографія]. – К.: Вид. ПАЛИВОДА А. В., 2005. – 228 с.
2. Цільмак О. М. Професіогенез компетентності фахівців кримінальної міліції: теорія та практика [Текст] : монографія / О. М. Цільмак ; Одес. держ. ун-т внутр. справ.: ОДУВС, 2011. – 432 с. : рис., табл. – Бібліогр.: с. 384–431. – 300 экз.
3. Цільмак О.М. Особистісні життєдіяльнісні установки та їх психологічна характеристика. / О.М. Цільмак // Фундаментальные и прикладные психологические исследования в практиках ведущих научных школ: реалии и перспективы: [междунароная коллективна монография] / [коллектив авторов]; под редакцией акад. Л.Ф. Бурлачука, акад. Т.П. Висковатовой, проф. В.М. Синельникова. – Макеевка:МЭГИ-Institution Is Certified by International Education Society, London, Great Britain, Донецк: Світ Книги, 2012 – С. 129-162 (764с.)

Підручники та навчальні посібники:

1. Бучило Н. Ф. Філософія. Навчальний посібник / Н. Ф. Бучило, О. Н. Чумаков – М.: Знання, 1998. – 453 с.
2. Варій М. Й. Загальна психологія: навчальний посібник / М. Й. Варій / 2-ге видан., випр. і доп. – К.: «Центр учбової літератури», 2007. – 968 с.
3. Гаврилов В. Сравнительная психофизиология (Основы психофизиологии: Учеб. пособ. / Отв. ред. Ю. И. Александров) / В. Гаврилов. – М.: Инфра-М, 1997. – 430 с. – С. 384–396.
4. Гинецинский В. И. Пропедевтический курс общей психологии [Учебное пособие] / В. И. Гинецинский. – СПб.: Изд-во С.-Петербур. ун-та, 1997. – 342 с.
5. Гиппенрейтер Ю. Б. Введение в общую психологию: Курс лекцій / Ю. Б. Гиппенрейтер. – М.: Изд-во МГУ, 1988. – 340 с.
6. Дружинина В. Н. Психология / В. Н. Дружинина; [учебник для гуманитарных вузов]. – СПб: «Учебник нового века», 2001. – 656 с.
7. Еникеев М. И. Общая и социальная психология / М. И. Еникеев. – М.: Норма, 2002. – 624 с.
8. Кокун О. М. Психофізіологія: навчальний посібник О. М. Кокун /. – К.: Центр навчальної літератури, 2006. – 184 с.
9. Костюк Г. С. Психологія / Г. С. Костюк. – К.: Рад. шк., 1968. – 345 с.
10. Корнєв М. Н., Соціальна психологія / М. Н. Корнєв., А. Б. Коваленко [Підручник]. – К., 1995. – 304 с.
11. Лурия А. Р. Лекции по психологии / А. Р. Лурия. – СПб.: Изд-во Питер, 2006. – 320 с.
12. Макарова Л. Л. Загальна психологія / Л. Л. Макарова, В. М. Синельников; [методичні розробки семінарських занять: Навчальний посібник] / – К.: Центр навчальної літератури, 2005. – 200 с.
13. Маклаков А. Г. Общая психология / А. Г. Маклаков; [учебник для вузов];. – СПб.: Питер, 2006. – 583 с: ил. – (Серия «Учебник нового века»).
14. Максименко С. Д. Психологія у соціальній та педагогічній практиці / Максименко С. Д. – К., 1998. – 536 с.

15. М'ясоїд П. А. Загальна психологія / П. А. М'ясоїд; [навчальний посібник]. – К.: Вища школа, 1998. – 289 с.
16. Немов Р. С. Психологія / Р. С. Немов. — М.: Просвещение, 1995. – 496 с.
17. Орбан–Лембрик Л. Е. Соціальна психологія / Л. Е. Орбан–Лембрик; [Посібник]. – К.: Академвидав, 2003. – 448 с. (Альма – матер).
18. Павелків Р. В. Загальна психологія / Р. В. Павелків [Підручник]. – К.: Кондор, 2009. – 576 с.
19. Петровский А. В. Общая психология / Под ред. А. В. Петровского. – М.: Издательский центр Академия, 1977. – 512 с.
20. Петровский А. В. Введение в психологию / А. В. Петровский. – М.: Академия, 1996. – 496 с.
21. Психологія: Навчальний посібник / О. В. Винославська, О. А. Бреусенко-Кузнєцов, В. Л. Зливков та ін.; За наук. ред. О. В. Винославської. – К.: Фірма «ІНКОС», 2005. – 352 с.
22. Рубинштейн С. Л. Основы общей психологии / С. Л. Рубинштейн – М.: Педагогика, 1989. – 278 с.
23. Савчин М. В. Загальна психологія: навчальний посібник / М. В. Савчин (У двох частинах. Частина І.). – Видавнича фірма «Відродження», 1998. – 159 с.
24. Сірий Є. В. Соціологія: загальна теорія, історія розвитку, спеціальні та галузеві теорії / Є. В. Сірий. – К.: Атіка, 2004. – 480 с.
25. Скрипченко О. В. Довідник з педагогіки і психології [навч. посібник для викладачів, аспірантів та студентів] / О. В. Скрипченко, Т. М. Лисянська, Л. О. Скрипченко. – К., 2000. – 465 с.
26. Скрипченко О. Загальна психологія / О. Скрипченко, Л. Долинська, З. Городнійчук та ін.; [навчальний посібник]. – К.: А.П.Н., 2001. – 464 с.
27. Трофімов Ю. Л. Психологія / Ю. Л. Трофімов, В. В. Рибалка, П. А. Гончарук та ін. – К.: Либідь, 2001. – 558 с. (за ред. Ю. Л. Трофімова).
28. Філософія: Навчальний посібник / За ред. Надольного І. Ф. – К., 1998.
29. Цільмак О. М. Професійно–психологічна підготовка працівників підрозділів міліції на транспорті / О. М. Цільмак // Підручник. – Одеса: ОДУВС, 2012. – 143с. – з іл.

Навчально–методичні посібники:

1. Адлер А. Практика и теория индивидуальной психологии: лекции по введению в психотерапию для врачей, психологов и учителей / А. Адлер. – М.: Прогресс, 1995. – 296 с. (пер. с нем.)
2. Колесніченко Л. А. Основы психологии та педагогіки: Навч.–метод. посібник для самост. вивч. дисц. / Л. А. Колесніченко, Л. Л. Борисенко – К.: КНЕУ, 2002. – 157 с.
3. Конуп О. Ф. Тренування уваги, пам'яті, логічного оперативного мислення, інтуїції [Тренінговий комплекс] / О. Ф. Конуп. – Одеса: ОЮІ ХНУВС, 2009. – 101 с.
4. Левитов Н. Д. Фрустрация как один из видов психических состояний / Н. Д. Левитов // Вопросы психологии. – 1967. – № 6 – С.118–129.
5. Методичні вказівки з самостійної підготовки до практичних занять з медичної психології / Г. Т. Сонник, О. О. Зайцев, А. М. Скрипніков та ін. – Полтава, 2001. – 254 с.

6. Петровский А. В. Хрестоматия по психологии / А. В. Петровский. – М., 1977. – С. 53–74, С. 113–121, С. 134–137.

Дисертації:

1. Цільмак О. М. Психологічні детермінанти проявів агресії у працівників органів внутрішніх справ: дис... канд. психол. наук: 19.00.06 / Олена Миколаївна Цільмак ; Київський юридичний ін-т МВС України. – К., 2004. – 312 арк. – арк. 205–228.

Науково-популярна література:

1. Вебер М. Избранные произведения / М Вебер. – М., 1990. – С.717-718,728-729.

2. Великий тлумачний психологічний словник / Ребер Артур (Penguin). Том 1 (А–О); Пер, з англ. – М.: Вече, ФСЄ, 2000. – 592 с.

3. Годфруа Ж. Что такое психология / Ж. Годфруа. – М.: Мир, 1992. – 496 с.

4. Здібності, творчість, обдарованість: теорія, методика, результати досліджень / В. О. Моляко, О. Л. Музика. – Житомир: Вид-во Рута, 2006. – 320 с.

5. Ключков А. К. КРІ и мотивация персонала. Полный сборник практических инструментов / А. К. Ключков. – М.: Эксмо, 2010. – 60 с.

6. Ковалев А. Г., Мясищев В. Н. Психологические особенности человека / А. Г. Ковалев, В. Н. Мясищев. – Л.: Изд-во ЛГУ, 1957. (Т. 1. Характер)

7. Лапшина В.Л. Искусство делового общения работников органов внутренних дел / В. Л. Лапшина, В. И. Москавец. – Харьков, Национальный университет внутренних дел, 2004. – 84 с.

8. Леонтьев А. Н. Деятельность. Сознание. Личность / А. Н. Леонтьев. – М., Смысл, Академия, 2005. – 352 с.

9. Лурия А. Р. Эволюционное введение в психологию / А. Р. Лурия. – М.: Изд-во МГУ, 1975. – 243 с.

10. Маслоу А. Г. Мотивация и личность / А. Г. Маслоу. – СПб.: Евразия, 1999. – 478 с.

11. Мерлин В. С. Очерк интегрального исследования индивидуальности / В. С. Мерлин. – М.: Просвещение, 1986. – 254 с.

12. Миллер Г. А. и др. Планы и структура поведения / Г. А. Миллер, Е. Галантер, К. Х. Прибрам. — М.: Прогресс. 1965.

13. Мотив и мотивация: восемь основных проблем / Х. Хекхаузен // Мотивация и деятельность. – М.: Педагогика, 1986. – Т. 1. – С. 33–48.)

14. Пиз Аллан Язык телодвижений / Аллан Пиз; [перевод с англ. Н. Е. Котляр]. – Нижний Новгород: «Ай кью». – 2002, 237 с.

15. Савельев С. В. Изменчивость мозга // Хрестоматия по анатомии центральной нервной системы / Российское Психологическое Общество. — М.: Изд-во РПО, 1998.

16. Фаст Дж. Язык тела / Дж. Фаст; [перевод с англ. Н. Е. Котляр]. – М.: Вече, Персей, АСТ, 1997. – 429 с.

17. Щербатих Ю. В. Психофізіологічні та клінічні аспекти страху, тривоги і фобій / Ю. В. Щербатих, Є. І. Івлєва – Витоки, 1998. – 282 с.

Періодичне видання:

1. Ильясов И. И. О теории и практике в психологии / И. И. Ильясов, Н. Н. Орехов // *Вопр. психологии.* – 1989. – № 4. – С.135–140.

2. Критерії діагностики та експертної оцінки короточасних афективних станів у судово–психіатричній практиці / В. Б. Первомайський, В. Р. Ілейко, А. В. Канищев // *Архів психіатрії.* – 2009. – Т. 15, № 1. – С. 55–59.

3. Рибалка В. В. Індивід та особистість у психологічній теорії часу Бориса Цуканова / В. В. Рибалка // *Психологія і суспільство.* – 2006. – № 3. – С.32–57.

4. Цільмак О. М. Загальна структурно–логічна модель психограми начальника кримінальної міліції / О. М. Цільмак // *Наука і освіта : Науково–практичний журнал Південного наукового Центру АПН України.* – 2011. – № 3. – С. 99–102.

5. Цільмак О. М. Складові дефініції «установка» / О. М. Цільмак // *Соціальна психологія.* – Київ, 2011. – № 3 (47). – С. 29–35.

6. Цильмак А. Н. Типология жизнедеятельностных установок /А. Н. Цильмак // *Электронный журнал: Психологическая наука и образование PSYEDU.ru – Портал психологических изданий PsyJournals.ru* –2012. – № 1 – Електрон. дан. (1 файл). – Режим доступа : http://psyjournals.ru/psyedu_ru/2012/n1/50199.shtml – Название с экрана.

Електронні ресурси:

1. Брезенский А. Психология / электронный ресурс <http://www.proza.ru/2011/05/16/75>. – Название с экрана.

2. Боротьба з депресією / электронный ресурс <http://joywoman.ru/page/borotba-z-depresiyeju>. – Назва з екрана.

3. Взаимосвязь темперамента и характера / электронный ресурс <http://bbcont.ru/psychologies/vzaimosvyaz-temperamenta-i-haraktera.html>. – Название с экрана.

4. Википедия / электронный ресурс. <http://ru.wikipedia.org/wiki/>. – Название с экрана.

5. Відчуття та сприйняття у психології / электронный ресурс <http://referatu.net.ua/referats/23/41535>. – Назва з екрану.

6. Довідник з біології Людина та її здоров'я: Нервова система, головний мозок [Электронный ресурс]: subject.com.ua/biology/shans/115.html. – Назва з екрана.

7. Завдання і місце психології в системі наук / электронный ресурс <http://ekomedtd.com.ua/vvedennya-v-zagalnu-psixologiyu/item/zavdannya-i-misce-psihologii-v-sistemi-nauk.html>. – Назва з екрана.

8. Загальна характеристика темпераменту / электронный ресурс <http://ua.textreferat.com/referat-10555-2.html>. – Назва з екрана.

9. Здібності, обдарованість, талант – электронный ресурс http://pidruchniki.ws/12931222/psihologiya/zdibnosti_obdarovanist_talant . – Назва з екрана.

10. Здібності: психологічна характеристика, структура, види – электронный ресурс <http://www.ukrreferat.com/index.php?referat=51577&pg=7>. – Назва з екрана.

11. Емоції та почуття в психології / электронный ресурс <http://referatu.com.ua/referats/23/41539>. – Назва з екрана.

12. Емоції, почуття, переживання / электронный ресурс <http://mediclab.com.ua/index.php?newsid=30156>. – Назва з екрана.

13. Історія розвитку психології / електронний ресурс <http://ukrefs.com.ua/pedagogika/78572-Istoriya-razvitiya-psihologii-kak-nauki.html>. – Назва з екрана.

14. Конституційні типології людської психіки електронний ресурс <http://pro-psixology.ru/edinstvo-mira-i-problema-razvitiya-psixiki/19-konstitucionnye-tipologii-chelovecheskoj-psixiki.html>. – Названня с екрана.

15. Конспект лекцій «Інноваційний менеджмент». Сутність мотивації в системі управління персоналом / електронний ресурс ↑ <http://library.if.ua/book/4/519.html>. – Назва з екрана.

16. Критическая психология / електронний ресурс <http://psylist.net/slovar/10a48.htm>. – Названня с екрана.

17. Кримінально-правове значення афекту / електронний ресурс <http://refs.co.ua/63149-Ugolovno-pravovoe-znachenie-afekta.html>. – Назва з екрана.

18. Крылов В. И. Электронный учебник «Психиатрия и наркология» / електронний ресурс <http://www.s-psy.ru/obucenie/kurs-psihiatrii/5-kurs-lecebnyj-fakultet/elektronnyj-ucebnik-po-psihiatrii/tema-no6-rasstrojstva-emocij-/rasstrojstva-emocij-v-i-krylov> – Названня с екрана.

19. Невербальне спілкування / електронний ресурс <http://pidruchniki.ws/16990619/menedzhment/neverbalne-spilkuvannya> – Назва з екрана.

20. Невербальне спілкування: слова – не головне / електронний ресурс <http://a-yak.com/neverbalne-spilkuvannya-slova-ne-golovne>. – Назва з екрана.

21. Обдарованість і талант – електронний ресурс http://subject.com.ua/psychology/psyho_pedagog/index.html. – Назва з екрана.

22. Переконання як засіб впливу / електронний ресурс <http://www.ukrreferat.com/index.php?referat=32475>. – Назва з екрана.

23. Пізнавальний процес – психічний процес, за допомогою якого людина пізнає світ / електронний ресурс <http://posibnyky.vntu.edu.ua/psihologiya/r222.htm> – Назва з екрана.

24. Пізнавальні процеси психіки особистості / електронний ресурс <http://posibnyky.vntu.edu.ua/psihologiya/r222.htm> – Назва з екрана.

25. Поняття про волю / електронний ресурс <http://referat.repetitor.ua>. – Назва з екрана.

26. Поняття про психіку / електронний ресурс <http://works.tarefer.ru/70/100511/index.html>. – Назва з екрана.

27. Практикум по психологии / електронний ресурс <http://psylist.net/praktikum/>. – Названня с екрана.

28. Предмет психології на сучасному етапі її розвитку / електронний ресурс http://libfree.com/157718094_psihologiyapredmet_psihologiyi_suchasnomu_etapi_rozvitku.html. – Названня с екрана

29. Психологія – особлива наука / електронний ресурс <http://ua.coolreferat.com>. – Назва з екрана.

30. Психологія спілкування і між особистісні відносини в колективі / електронний ресурс <http://ua.textreferat.com/referat-10694-1.html>. – Назва з екрана.

31. Психолгія (навчальний посібник) / електронний ресурс <http://schoollib.com.ua/psychologiya/5/37.html>. – Назва з екрану.

32. Психологический практикум / электронный ресурс <http://www.dedeve.narod.ru/praktikum/index.htm> – Название с экрана.

33. Психологический словарь / электронный ресурс <http://psychology.net.ru/dictionaries/psy.html?word=1075>. – Название с экрана.

34. Полушария большого мозга. Функции полушарий, признаки нарушений высших психических функций / электронный ресурс <http://coma.su/content/view/20/30/>. – Название с экрана.

35. Психологія як наука / электронный ресурс <http://ua.coolreferat.com>. – Назва з екрана.

36. Практикум: «Коммуникации, как средство управления профессиональным развитием педагогов» / электронный ресурс <http://nsportal.ru/detskii-sad/raznoe/praktikum-kommunikacii-kak-sredstvo-upravleniya-professionalnym-razvitiem>. – Название с экрана.

37. Предмет психології на сучасному етапі її розвитку / электронный ресурс http://libfree.com/157718094_psihologiyapredmet_psihologiyi_suchasnomu_etapi_rozvitku_u.html. – Название с экрана

38. Роль невербального спілкування при роботі з людьми (реферат) / электронный ресурс <http://www.ukrreferat.com/index.php?referat=47005&pg=13>. – Название с экрана

39. Родина И. М. Урок психологии «Темперамент и профессия» [Электронный ресурс]. – Режим доступа: <http://www.eidos.ru/journal/2012/0629-05.htm>.

40. Свідоме й несвідоме в психіці людини / электронный ресурс <http://referatu.com.ua/referats/23/41534>. – Назва з екрана.

41. Сивак Т. В. Багатозначність категорії «інтерес» у державному управлінні. // Актуальні проблеми державного управління, педагогіки та психології. – электронный ресурс http://www.nbuv.gov.ua/portal/soc_gum/Ardup/2011_1/1-4-13.pdf. – Название с экрана.

42. Стадії стресу / электронный ресурс <http://uk.wikipedia.org/wiki/>. – Назва з екрана.

43. Стрес. Засоби подолання стресу / электронный ресурс <http://posibnyky.vntu.edu.ua/psihologiya/r242.htm>. – Назва з екрана.

44. Структура загальної психології як науки / электронный ресурс <http://www.refine.org.ua/pageid-3778-2.html>. – Назва з екрана.

45. Темперамент / электронный ресурс <http://studentbooks.com.ua/content/view/1279/51/1/4/>. – Назва з екрана.

46. Темперамент и характер / электронный ресурс <http://www.vuiithelp.ru/files/1442.html>. – Название с экрана.

47. Темперамент та основні його типи / электронный ресурс <http://studentu5.com/index.php?work=1080&page=2>. – Назва з екрану.

48. Темперамент і характер, їх прояви у мовленні / электронный ресурс <http://www.bestreferat.ru/referat-218808.html>. – Назва з екрана.

49. Фізіологічний афект — одна з підстав визнання особи обмежено осудною / электронный ресурс <http://www.info-prensa.com/article-101.html>. – Назва з екрана.

50. Фізіологічні основи темпераменту / электронный ресурс <http://ua.textreferat.com/referat-10555-2.html>. – Назва з екрану.

51. Формирование группового поведения в организации / электронный ресурс http://www.libma.ru/delovaja_literatura/organizacionnoe_povedenie_praktikum/p5.php. – Название экрана.

52. Характер и его роль в профессиональной деятельности / электронный ресурс <http://works.tarefer.ru/70/100128/index.html>. – Название с экрана.

53. Эмоции и чувства (реферат) / электронный ресурс <http://www.riferats.ru/obuch-emoc.php>. – Название экрана.

54. Google / электронный ресурс <http://www.google.com.ua/search>. – Название экрана.

СПИСОК РЕКОМЕНДОВАНОЇ ЛІТЕРАТУРИ

Базова література:

1. Варій М. Й. Психологія / М. Й. Варій. – Київ: Центр учбової літератури, 2007. – 288 с.
2. Велитченко Л.К., Цільмак О.М. Психологія особистості: тексти і методики [Текст] : навч. посіб. / уклад. Л. К. Велитченко, О. М. Цільмак; ред. Л. К. Велитченко; Південноукраїнський держ. педагогічний ун-т ім. К.Д.Ушинського, Одеський держ. ун-т внутрішніх справ. - О. : Букаєв Вадим Вікторович, 2008. - 209 с. - Бібліогр.: с. 205-208. - ISBN 978-966-2070-24-8
3. Крісько В. Г. Психология и педагогика / В. Г. Крісько. – Москва: Омега-Л, 2007 – 368с.
4. Максименко С. Д. Загальна психологія / С. Д. Максименко. – К: Центр учбової літератури, 2008. – 272 с.
5. Немов Р.С. Общая психология / Р. С. Немов. – СПб: Питер, 2007. – 304 с.
6. Столяренко Л. Д. Основы психологии / Л. Д. Столяренко. – Ростов н/Д: Феникс, 2003. – 672 с.
7. Тимохина О. Психология убеждения: о психологических приемах в переговорном процессе / О. Тимохина // Юридическая практика. – 2010. – № 46. – С.8-10.
8. Трофімова Ю. Л. Психологія / Ю. Л. Трофімова. – К: Либідь, 2005. – 560 с.
9. Цільмак О. М. Професійно–психологічна підготовка працівників підрозділів міліції на транспорті / О. М. Цільмак // Підручник. – Одеса: ОДУВС, 2012. – 143с. – з іл.

Допоміжна література:

1. Дружинина В. Н. Психология / В. Н. Дружинина; [учебник для гуманитарных вузов]. – СПб: «Учебник нового века», 2001. – 656 с.
2. Еникеев М. И. Общая и социальная психология / М. И. Еникеев; [учебник]. – М.: Норма, 2002. – 624 с.
3. Костюк Г. С. Психологія / Г.С. Костюк; [учебник]. – К.: Рад. шк., 1968. – 345 с.
4. Маклаков А. Г. Общая психология / А. Г. Маклаков; [Учебник для вузов];. – СПб.: Питер, 2006. – 583 с: ил. – (Серия «Учебник нового века»).
5. М'ясоїд П. А. Загальна психологія / П. А. М'ясоїд; [навчальний посібник]. – К.: Вища школа, 1998. – 289 с.
6. Макарова Л. Л. Загальна психологія / Л. Л. Макарова, В. М. Синельников; [методичні розробки семінарських занять: Навчальний посібник] / – К.: Центр навчальної літератури, 2005. – 200 с.
7. Пиз Аллан. Язык телодвижений / Аллан Пиз; [перевод с англ. Н. Е. Котляр]. – Нижний Новгород: «Ай кью». – 2002, 237 с.
8. Фаст Дж. Язык тела / Дж. Фаст; [перевод с англ. Н. Е. Котляр]. – М.: Вече, Персей, АСТ, 1997. – 429 с.
9. Бібліотека українських підручників / електронний ресурс <http://pidruchniki.ws/index.ph>. – Назва з екрана.

10. Невербальне спілкування / електронний ресурс http://pidruchniki.ws/16990619/menedzhment/neverbalne_spilkuvannya. – Назва з екрана.

11. Невербальне спілкування: слова – не головне / електронний ресурс <http://ayak.com/neverbalne-spilkuvannya-slova-ne-golovne>. – Назва з екрана.

12. Практикум по психологии / электронный ресурс <http://psylist.net/praktikum/>. – Назване с екрана.

13. Роль невербального спілкування при роботі з людьми (реферат) / електронний ресурс <http://www.ukrreferat.com/index.php?referat=47005&pg=13>. – Назва з екрана.



ПОКАЖЧИКИ

агресія	5, 145, 157, 159, 160-163.
афект	5, 52, 82,, 113, 114, 127, 145, 149, 150-154, 162, 174, 175, 257.
бажання	51, 52, 60, 61, 125, 127, 141, 172, 177-179, 208, 216.
відчуття	4, 8, 66, 67, 69-71, 98-100, 113, 117, 147, 152, 154, 170-173, 175, 231.
воля	5, 128, 129, 142, 143, 163, 182, 216, 224, 225, 257.
властивості	6, 8, 15, 33, 44, 51, 53, 54, 143, 187, 188, 196, 199, 205, 206, 208, 226, 256, 257.
здібності	7, 54, 224, 240, 243, 244, 246, 252, 253, 258.
інтерес	6, 52, 54, 115, 123, 127, 143, 147, 170, 171, 226-228, 230, 235, 236, 240, 241, 257.
мовлення	8, 66, 95, 99, 147, 256.
мотив	5, 8, 40,51, 59, 60, 64,99, 117, 123, 125, 126, 127, 134, 135, 143, 177, 180, 257.
мотивація	5, 117, 123-125, 127, 177. 178, 224, 235, 257.
мислення	4, 8, 13, 31, 34, 37, 51, 66, 90, 92, 94, 98-100, 171, 181, 185, 192, 220, 229, 246, 256.
пам'ять	4, 51, 66, 83, 86-88, 245, 249.
пізнання	11, 12, 14, 15, 31, 51, 66, 115, 177, 184-186, 188, 208, 215, 233, 255
почуття	4, 22, 23, 59, 61, 101, 103, 104, 108-110, 112-115, 139, 147, 161, 170, 200, 238, 256.
потяг	5, 8, 21, 51, 52, 59, 60, 103, 1145, 117, 121, 125, 126, 147, 179, 226.
потреба	33, 51, 53, 117, 119, 120, 121, 124, 125, 127, 178, 180, 216, 226, 235.
процес	4, 8, 15, 31, 32, 44, 41, 53, 54, 65, 66, 81, 92, 98, 99, 101, 117, 128, 133, 134, 142, 143, 145, 163, 166, 175, 177, 181, 184, 196, 199, 205, 215, 231, 246, 256.
світогляд	6, 8, 123, 197, 206, 226-232, 238, 240, 241, 257.
сприйняття	4, 8, 31, 51, 66, 69, 72, 73, 78, 95, 98, 99, 120, 149, 152, 177, 181, 231, 256.
спрямованість	6, 81, 110, 117, 125, 179, 180, 197, 200, 224, 227, 240, 241, 252.
стан	5, 6, 8, 44, 51-54, 59, 60, 62, 82, 103, 107, 110, 112, 114, 115, 128, 144, 145, 148, 150, 151, 157, 162, 166, 174, 177, 178, 180-186.
стрес	5, 34, 52, 145, 146-148, 174, 175, 182, 257.
темперамент	6, 8, 13, 31, 54, 188, 196-208, 221, 224, 225, 257.
характер	4, 6, 8, 15, 31, 54, 205, 208-224.
увага	4, 5, 66, 79, 82, 98.
установка	180, 216, 232, 233.
фрустрація	5, 52, 53, 145, 156, 158, 174.
емоції	4, 44, 101 ,102, 106, 107, 112- 114, 151-153, 256.
якості	5, 8, 32, 53, 128, 139, 142, 173, 179, 182, 201, 208, 214, 216, 220, 224, 227, 257.

Навчальне видання

Пасько Ольга Миколаївна
Цільмак Олена Миколаївна

ПСИХОЛОГІЯ: **схеми, таблиці, коментарі**

навчально-наочний посібник

Підп. до друку 28.04.2013. Формат 60х90/16. Папір офсетний.

Гарн. «Times» Друк цифровий. Ум. друк. арк. 30,24.

Наклад 100 пр.

Видавець Букаєв Вадим Вікторович

вул. Пантелеймонівська 34, м. Одеса, 65012.

Свідоцтво суб'єкта видавничої справи ДК № 2783 від 02.03.2007 р.

Тел. 0949464393, 0487431393 email - bukaev@gmail.com