

**Міністерство транспорту та зв'язку України
Державний департамент з питань зв'язку та інформатизації
Одеська національна академія зв'язку ім. О.С. Попова**

Кафедра філософії та українознавства

Шиліна Н.Є.

ОСНОВИ ПСИХОЛОГІЇ

**Модуль І. Психологічна характеристика особистості людини
та її місця в системі міжгрупових відносин**

**Навчально-методичний посібник
для студентів усіх спеціальностей**

Рекомендовано до друку Вченою
Радою ННІ проблем інформаційного
суспільства Одеської національної
академії зв'язку ім. О.С. Попова
Протокол №2 від 19.10.07.

Одеса – 2007

Рецензент: кандидат психологічних наук, доцент Одеської державної академії будівництва і архітектури *Єрмакова С.С.*

Шиліна Н.Є. Основи психології: Навчально-методичний посібник для студентів усіх спеціальностей. – Одеса: ОНАЗ ім. О.С. Попова, 2007. – С. 128.

У посібнику викладено матеріал до вивчення курсу, який розділений на заліковий та змістові модулі; окреслено тематику лекційних та семінарських занять із чітким визначенням кредитів; викладено текст повного курсу лекцій із визначенням завдань для самостійного опрацювання; запропоновано літературу для більш поглибленого вивчення курсу; подано критерії та тести перевірки знань та вмінь студентів згідно вимогам щодо необхідної компетенції, яку повинен здобути студент наприкінці оволодіння курсу.

Видання адресоване студентам усіх спеціальностей та викладачам ВНЗів.

Схвалено на засіданні кафедри
філософії та українознавства
Одеської національної академії
зв'язку ім. О.С. Попова
Протокол № 1 від 30.08.07.

ЗМІСТ

ПЕРЕДМОВА.....	5
Зміст дисципліни “Основи психології”	5
Структура залікового модуля.....	5
Зміст змістових модулів.....	6
Тематичний план лекцій, семінарів та тем, винесених на самостійне вивчення з курсу “Основи психології”	8
Рекомендації щодо організації самостійної роботи студентів.....	9
Рекомендації щодо науково-дослідницької діяльності студентів.....	9
Тести для перевірки знань і вмінь студентів з програми модуля №1 з курсу “Основи психології”	12
Перелік знань та вмінь, які повинні набути студенти в процесі вивчення матеріалу модуля №1 з основ психології.....	18
 КОНСПЕКТ ЛЕКЦІЙ З КУРСУ “ОСНОВИ ПСИХОЛОГІЇ”	19
Тема 1. Психологія. Її предмет і завдання.	
Місце психології в науках про людину.....	19
1. Психологія як наука. Її предмет вивчення й завдання.....	19
2. Основні галузі психології.....	20
3. Історичні етапи розвитку науки.....	22
Тема 2. Психологія діяльності й пізнавальних процесів.	
Відчуття, сприйняття, увага.....	25
1. Поняття й будова людської діяльності, види й розвиток людської діяльності. Діяльність і психічні процеси.....	25
2. Поняття про відчуття.....	28
3. Сприйняття, його види й властивості.....	30
4. Увага. Види уваги.....	32
Тема 3. Пам’ять, мислення та уява.....	37
1. Загальне уявлення про пам’ять, види пам’яті та їхні особливості.....	37
2. Закони пам’яті.....	40
3. Природа й види мислення, особливості творчого мислення.....	42
4. Уява й творчість.....	48
Тема 4. Психологія особистості.....	56
1. Поняття особистості, теорії особистості.....	56
2. Психологічні характеристики особистості і її структура.....	63
3. Здібності, задатки й індивідуальні відмінності людей.....	67
4. Обдарованість, геніальність, талант.....	71
Тема 5. Темперамент.....	75
1. Поняття темпераменту, теорії темпераменту.....	75
2. Типи темпераментів, взаємозв’язок темпераменту з особистістю.....	78
3. Темперамент і діяльність.....	80

Тема 6. Характер.....	86
1. Поняття характеру.....	86
2. Структура характеру.....	87
3. Акцентуація характеру.....	87
Тема 7. Воля, емоції, мотивація.....	97
1. Поняття про волю, структура вольового акту.....	97
2. Види й роль емоцій у житті людини, психічні емоційні стани.....	99
3. Мотив і мотивація.....	107
Тема 8. Психологія спілкування.....	113
1. Поняття і види спілкування.....	113
2. Техніка та прийоми спілкування.....	115
Тема 9. Поняття групи та міжгрупові відносини у суспільстві.....	119
1. Поняття малої групи і колективу.....	119
2. Самопочуття особистості в групі.....	122
ЛІТЕРАТУРА.....	126

ПЕРЕДМОВА. ЗАГАЛЬНА ХАРАКТЕРИСТИКА КУРСУ “ОСНОВИ ПСИХОЛОГІЇ”

Центральним предметом вивчення навчального курсу “Основи психології” є, насамперед, людина, а власне її “істинна природа” та сутність “Я” у цілому та психіка людини як першооснова її діяльності, поведінки та адаптації у соціальному просторі зокрема. Предмет курсу “Основи психології” носить загальноосвітній характер і вивчається студентами усіх спеціальностей ОНАЗ ім. О.С. Попова. Матеріал побудовано відповідно Болонській конвенції, а саме системі академічних кредитів, аналогічної ECTS (Європейській кредитно-трансферній системі).

На вивчення дисципліни виділяється 1 кредит; модулів – 1: “Психологічна характеристика особистості людини та її місця в системі міжгрупових відносин”; змістових модулів – 3; загальна кількість годин – 54, з них: лекцій – 18 год., практичних занять – 18 год., самостійна робота – 18 год. Семестри – 1, вид контролю – залік, іспит (для студентів економічних спеціальностей).

Вивчення курсу “Основи психології” дає можливість студентам глибше пізнати як самих себе, так і інших людей, розібратись у складних внутрішньоособистісних протиріччях, ознайомитись з психічними явищами, навчитись керувати своїм емоційним станом, ознайомитись з різними системами міжособистісної взаємодії людей в групах та навчитись впроваджувати в безпосереднє спілкування з оточуючими набуті комунікативні навички та вміння.

Мета курсу – допомогти студентам пізнати та диференціювати різноманітні явища внутрішнього світу, регулювати свою поведінку в залежності від ситуації спілкування, набуті комунікативних знань та засвоїти шляхи активного впровадження навиків міжособистісної взаємодії у практику ділового та професійного спілкування.

ЗМІСТ ДИСЦИПЛІНИ “ОСНОВИ ПСИХОЛОГІЇ”

Модуль 1: Психологічна характеристика особистості людини та її місця в системі міжгрупових відносин (1 кредит, 54 години).

СТРУКТУРА ЗАЛІКОВОГО МОДУЛЯ 1

Психологічна характеристика особистості людини та її місця в системі міжгрупових відносин (1 кредит, 54 год.).

Змістовий модуль	Лекції (год.)	Практичні заняття	Самостійна робота
1. Історичні етапи становлення психології. Психологія пізнавальних процесів	6	6	6
2. Психологія особистості: загальна психологічна характеристика. Розвиток особистості	8	8	8
3. Психологія міжгрупових відносин у суспільстві	4	4	4
Разом модуль 1, год.	18	18	18

Зміст змістових модулів (лекційних годин)

1.1. Історичні етапи становлення психології. Психологія пізнавальних процесів (6 год.).

Психологія. Її предмет і завдання. Місце психології в науках про людину	2
Психологія діяльності й пізнавальних процесів. Відчуття, сприйняття, увага	2
Пам'ять, мислення та уява	2

1.2. Психологія особистості: загальна психологічна характеристика. Розвиток особистості (8 год.).

Особистість	2
Темперамент	2
Характер	2
Воля, емоції, мотивація	2

1.3. Психологія міжгрупових відносин у суспільстві (4 год.).

Психологія спілкування	2
Поняття групи та міжгрупові відносини у суспільстві	2
Разом	18

Теми практичних занять з курсу “Основи психології”

№ пп	Теми занять	Кількість год.
1	Історичні етапи становлення психології як науки від античності до сьогодення. Сучасний стан психологічної думки	2
2	Порівняльна характеристика психіки людини і тварини. Форми відображення навколишнього світу	2
3	Пізнавальна сфера людини як основа досконалого пристосування та перетворення оточуючої дійсності	2
4	Теорії особистості людини: огляд та аналіз різних психологічних шкіл, напрямів та сучасних досліджень	2
5	Психофізіологічні відмінності людей: теорії, класифікація та загальні характеристики	2
6	Взаємозв'язок індивідуальних особливостей людини з її діяльністю та поведінкою	2
7	Емоційна та мотиваційна сфери, їх зв'язок із суб'єктивним станом благополуччя людини. Поняття волі	2
8	Спілкування як складний багатоаспектний процес взаємодії людини з навколишнім світом	2
9	Особистість в системі групової та міжгрупової взаємодії	2
	Разом	18

Методи навчання

Лекції з використанням технічних засобів, карт, таблиць та інших засобів наочності; практичні заняття із застосуванням різноманітних педагогічних засобів і прийомів; підготовка і захист реферату; підготовка і виступ з докладом; конспектування тем, винесених на самостійне вивчення у робочому зошиті.

Методи оцінювання

Поточний контроль знань: усне опитування, модульні контрольні роботи, тестування, залік (або іспит). Оцінювання здійснюється за національною шкалою та шкалою ОНАЗ (100 бал.)

Література до курсу

Основна література

1. М'ясоїд П.А. Загальна психологія. – К., 2002.
2. Немов Р.С. Психологія. В 3 кн. – Кн.1. – М., 2002.
3. Психологія / За ред. Ю.О. Трофімова. – К., 2003.
4. Радугин А.А. Психологія. – М., 2003.
5. Столяренко Л.Д. Основы психологии. – Ростов-на-Дону, 2002.
6. Столяренко Л.Д., Столяренко В.Е. Психология и педагогика для технических вузов. – Ростов-на-Дону, 2002.

Додаткова література

1. Ананьев Б. Г. Людина як предмет пізнання. – Л., 1968.
2. Андреева Г.М. Социальная психология. – М., 1988.
3. Божович Л. И. Проблемы формирования личности. – М., 1995.
4. Видинеев Н.В. Природа интеллектуальных способностей человека. – М., 1989.
5. Выготский Л.С. Собр. соч.: В 6 т. – Т. 3. – М., 1983.
6. Гальперин П.Я., Котик Н.Р. До психології творчого мислення // Питання психології. – 1982. – № 5. – С. 80-84.
7. Гиппенрейтер Ю.Б. Введение в общую психологию. – М., 1998.
8. Запорожец А.В. Избранные психологические труды: В 2-х т. – Т. 1. – М., 1986.
9. Леонтьев А.Н. Деятельность. Сознание. Личность. – М., 1982.
10. Леонтьев А.Н. Избранные психологические произведения: В 2-х т. – Т. 2. – М., 1983.
11. Леонтьев А. Н. Проблемы розвитку психіки. – М., 1981.
12. Леонтьев А.Н. Проблемы развития психики. – М., 1981.
13. Лурия А. Р. Эволюционное введение в психологию. – М., 1975.
14. Лурия А.Р. Язык и мышление. – М., 1979.
15. Рубинштейн С.Л. Основы общей психологии: В 2 т. – Т. 1. – М., 1989.
16. Смирнов А. А. Избранные психологические труды: В 2 т. –Т. 1. – М., 1987.
17. Хрестоматия по истории психологии: Период открытого кризиса: начало 10-х–середина 30-х годов XX в. – М., 1980.
18. Ярошевский М.Г. Психология в XX столетии: Теоретические проблемы развития психологической науки. – 2-е изд. – М., 1974.

ТЕМАТИЧНИЙ ПЛАН ЛЕКЦІЙ, СЕМІНАРІВ ТА ТЕМ, ВИНЕСЕНИХ НА САМОСТІЙНЕ ВИВЧЕННЯ КУРСУ “ОСНОВИ ПСИХОЛОГІЇ”

Тематика лекційних занять модуля 1

№ п/п	Теми занять	Кількість год.
1	Психологія. Її предмет і завдання. Місце психології в науках про людину	2
2	Психологія діяльності й пізнавальних процесів. Відчуття, сприйняття, увага	2
3	Пам'ять, мислення та уява	2
4	Психологія особистості	2
5	Темперамент	2
6	Характер	2
7	Воля, емоції, мотивація	2
8	Психологія спілкування	2
9	Поняття групи та міжгрупові відносини у суспільстві	2
	Разом	18

Тематика практичних занять модуля 1

№ п/п	Теми занять	Кількість год.
1	Історичні етапи становлення психології як науки від античності до сьогодення. Сучасний стан психологічної думки	2
2	Порівняльна характеристика психіки людини і тварини. Форми відображення навколишнього світу	2
3	Пізнавальна сфера людини як основа досконалого пристосування та перетворення оточуючої дійсності	2
4	Теорії особистості людини: огляд та аналіз різних психологічних шкіл, напрямів та сучасних досліджень	2
5	Психофізіологічні відмінності людей: теорії, класифікація та загальні характеристики	2
6.	Взаємозв'язок індивідуальних особливостей людини з її діяльністю та поведінкою	2
7	Емоційна та мотиваційна сфери, їх зв'язок із суб'єктивним станом благополуччя людини. Поняття волі	2
8	Спілкування як складний багатоаспектний процес взаємодії людини з навколишнім світом	2
9	Особистість у системі групової та міжгрупової взаємодії	2
	Разом	18

Теми та проблеми для самостійного вивчення

Самосвідомість. “Я-концепція”.

Вікова періодизація розвитку людини та її взаємозв'язок з динамікою її психічного розвитку

Психофізіологічні основи розвитку людської психіки.

Сучасні школи та напрямки розвитку психологічної науки.

Стрес. Його вплив на людину. Основні заходи запобігання стресових ситуацій.

Теорії волі.

Вплив малої групи на розвиток особистості індивіда.

Людина як суб'єкт пізнання, спілкування та діяльності.

Мислення, емоції і мотивація: проблеми зв'язку мислення, його продуктів з реальністю.

Природа індивідуальних відмінностей в здібностях людей.

Місце характеру в загальній структурі особистості.

Рекомендації щодо організації самостійної роботи студентів

Для досягнення поставлених завдань щодо оволодіння курсом “Основи психології” цикл аудиторних занять має доповнюватися роботою студентів як в аудиторіях (практичні та семінарські заняття), так і в позааудиторний час (вдома чи в бібліотеці).

Студенти мають опрацювати самостійно:

а) лекційний матеріал доповнити детальним опрацюванням запропонованих тем, поглибленим вивченням окремих питань;

б) підготувати реферати, короткі повідомлення, доповіді за заданою тематикою на семінарські заняття, а також на науково-практичні студентські конференції;

в) підготуватися до модульних контрольних робіт;

г) підготуватись до заліку.

Результати ефективності самостійної роботи визначаються якістю підготовки рефератів та інших видів оформлення науково-дослідної роботи, та під час контролю знань за тестами або за контрольними запитаннями.

Рекомендації щодо науково-дослідницької діяльності студентів

Науково-дослідницька діяльність студентів (НДДС) вищих навчальних закладів України є одним із основних факторів підготовки висококваліфікованих кадрів відповідного профілю, одним із найважливіших засобів підвищення якості підготовки і виховання спеціалістів з вищою освітою, здатних творчо застосовувати в практичній діяльності найновіші досягнення науково-технічного прогресу.

Поняття “науково-дослідницька діяльність студентів” включає в себе два взаємопов'язаних елементи:

1) навчання студентів елементам дослідницької діяльності, організації та методики наукової творчості;

2) наукові дослідження, що здійснюють студенти під керівництвом професорів і викладачів за загальнокафедральною, загальнофакультетською чи вузівською науковою проблемою.

Для НДДС вищих навчальних закладів характерним є єдність цілей і напрямів навчальної, наукової і виховної роботи, тісна взаємодія всіх форм і методів наукової роботи студентів, що реалізуються в навчальному процесі та позанавчальний час. Це забезпечує їхню участь у науковій діяльності протягом усього періоду навчання, тісно пов'язану як із науково-дослідницькою діяльністю, що проводиться підрозділами ВНЗ, так і з громадською діяльністю.

Зміст і структура НДДС забезпечує послідовність її засобів і форм відповідно до логіки і послідовності навчального процесу, що зумовлює спадкоємність її методів і форм від курсу до курсу, від кафедри до кафедри, від однієї дисципліни до іншої, від одних видів занять до інших, поступове зростання обсягу і складності набутих студентами знань, умінь, навичок у процесі виконання ними наукової роботи. Реалізована в комплексі науково-дослідницька діяльність студентів забезпечує вирішення таких основних завдань:

формування наукового світогляду, оволодіння методологією і методами наукового дослідження;

надання допомоги студентам у прискореному оволодінні спеціальністю, досягненні високого професіоналізму;

розвиток творчого мислення та індивідуальних здібностей студентів у вирішенні практичних завдань;

прищеплення студентам навичок самостійної науково-дослідницької діяльності;

розвиток ініціативи, здатності застосувати теоретичні знання у своїй практичній роботі, залучення найздібніших студентів до розв'язання наукових проблем, що мають суттєве значення для науки і практики.

Науково-дослідницька діяльність студентів – це системне утворення, яке має свою структуру, зміст і форми. Найпоширенішими формами науково-дослідницької діяльності студентів є підготовка рефератів та доповідей.

Вимоги до підготовки реферату, доповіді

Реферат (лат. *referre* – доповідати, повідомляти) – короткий виклад змісту одного або декількох документів з певної теми.

Обсяг реферату визначається специфікою теми і змістом документів, кількістю відомостей, їх науковою цінністю або практичним значенням. Його обсяг коливається від 500 до 2500 знаків, тобто 20 – 24 сторінок.

Є багато видів рефератів. Студенти найчастіше мають справу з інформативними і розширеними, або зведеними, рефератами.

Інформативний реферат найповніше розкриває зміст документа, містить основні фактичні та теоретичні відомості. В такому рефераті мають бути зазначені: предмет дослідження і мета роботи; наведені основні результати; викладені дані про метод і умови дослідження; відбиті пропозиції автора щодо застосування результатів; наведені основні характеристики нових технологічних процесів, технічних виробів, нова інформація про відомі явища, предмети та ін. Інформаційний реферат розміщують у первинних документах (книги, журнали, збірники наукових праць, звіти про науково-дослідну роботу та ін.) та у вторинних документах (реферативні журнали і збірники, інформаційні карти та ін.).

Розширений, або зведений (багатоджерельний, оглядовий), реферат містить відомості про певну кількість опублікованих і неопублікованих документів з однієї теми, викладених у вигляді зв'язного тексту.

Зразок структури реферату:

ВСТУП

РОЗДІЛ I. Історія та теорія питання.

РОЗДІЛ II. Вирішення проблеми в сучасних умовах.

ВИСНОВКИ

ЛІТЕРАТУРА

Реферат починається з викладу сутності проблеми. Слід уникати зайвих фраз. У вступі обґрунтовуються актуальність теми, її особливості, значущість з огляду на соціальні потреби суспільства та розвиток конкретної галузі науки або практичної діяльності.

У розділі I наводяться основні теоретичні, експериментальні дослідження з теми, зазначається, хто з учених минулого вивчав дану проблему, які ідеї висловлював. Визначаються сутність (основний зміст) проблеми, основні чинники (фактори, обставини), що зумовлюють розвиток явища або процесу, який вивчається. Наводиться перелік основних змістових аспектів проблеми, які розглядалися вченими. Визначаються недостатньо досліджені питання, з'ясовуються причини їх слабого розроблення.

У розділі II дається поглиблений аналіз сучасного стану процесу або явища, тлумачення основних поглядів і позицій щодо проблеми. Особлива увага приділяється виявленню нових ідей та гіпотез, експериментальним даним, новим методикам, оригінальним підходам до вивчення проблеми. У цьому розділі подається аналіз практики. Висловлюються власні думки щодо перспектив розвитку проблеми.

У висновках подаються узагальнені умовиводи, ідеї, думки, оцінки, пропозиції науковця.

До списку літератури включають публікації переважно останніх 5–10 років. Особливу цінність мають роботи останнього року.

У додатках наводяться формули, таблиці, схеми, якщо вони суттєво полегшують розуміння роботи.

Вибір теми реферату слід узгоджувати з кафедрою і науковим керівником. Тема має допомогти дипломнику та аспіранту у визначенні методології свого дослідження.

Обсяг розширеного реферату – 20-24 сторінки.

Виклад матеріалу в рефераті має бути коротким і стислим. Слід використовувати синтаксичні конструкції, властиві мові наукових і технічних документів, уникати складних граматичних зворотів.

У рефераті слід використовувати стандартизовану термінологію, уникати незвичних термінів і символів або пояснювати їх при першому згадуванні в тексті. Терміни, окремі слова і словосполучення можна замінювати аббревіатурами і прийнятими текстовими скороченнями, значення яких зрозуміле з контексту.

Доповідь (повідомлення) є найбільш поширеною формою усного оприлюднення наукових.

Доповідь – документ, в якому викладаються певні питання, даються висновки, пропозиції. Вона призначена для усного (публічного) прочитання та обговорення.

Розрізняють такі види доповідей:

звітні (узагальнення стану справ, ходу роботи за певний час);

поточні (інформація про хід роботи);

на наукові теми.

Наукова доповідь – це публічно виголошене повідомлення, розгорнутий виклад певної наукової проблеми (теми, питання).

Структура тексту доповіді практично аналогічна плану статті.

Структура тексту доповіді:

I. Вступ. Зазначають підстави, причини, проблемну ситуацію, що зумовили необхідність написання доповіді.

II. Основна частина, де аналізується нинішній стан проблеми, наводяться аргументи, обґрунтовується основна ідея автора.

III. Підсумкова частина містить висновки, рекомендації, пропозиції.

ТЕСТИ ДЛЯ ПЕРЕВІРКИ ЗНАНЬ І ВМІНЬ ОБОВ'ЯЗКОВОЇ ЧАСТИНИ ПРОГРАМИ МОДУЛЯ №1 З КУРСУ “ОСНОВИ ПСИХОЛОГІЇ”

Тест 1.

I. Що таке психологія:

а) "Психологія" – наука, яка вивчає явища, закономірності й механізми психіки;

б) “Психологія” – наука про психічні властивості й стани особистості;

в) “Психологія” – наука, що вивчає природу людини, методи її навчання та виховання.

II. Розкрийте значення психологічних знань у житті сучасної людини.

Тест 2.

I. Що є предметом вивчення психології?

а) сутність людського осмислення реальності, механізми пізнання й взаємодії з навколишнім світом;

б) психічні процеси (пізнавальні, емоційний і вольові), психічні властивості (потреби, інтереси, здібності, темперамент, характер) і стану особистості;

в) психіка й закономірності її прояву та розвитку, факти й механізми психіки як образа дійсності, на основі й за допомогою якого здійснюється керування поведінкою і діяльністю, що завжди мають у людини особистісний характер.

II. Розкрийте зв'язок психології з іншими науками гуманітарного циклу?

Тест 3.

I. Що ми відносимо до пізнавальних психічних процесів?

а) потреби, інтереси, здібності, темперамент, характер;

б) відчуття, сприйняття, пам'ять, увага, уява, мислення, мова;

в) окремі форми й види психічної діяльності (відчуття окремих властивостей предметів, сприйняття предметів в усій сукупності їхніх властивостей).

II. Охарактеризуйте вікову динаміку розвитку психічних функцій людини.

Тест 4.

I. Як називаються галузі психологічних наук, що мають загальне значення для розуміння та пояснення психології й поведінки людей незалежно від того, хто вони і якою конкретно діяльністю займаються:

а) загальні;

б) фундаментальні;

в) прикладні;

г) базові.

II. Охарактеризуйте один з перших психологічних поглядів - "анімізм"?

Тест 5.

I. У середині XIX ст. з'являється теорія еволюції, що анатомічно зблизила людину й тварин, показавши спільність їхнього тілесного пристрою. Хто автор цієї теорії?:

а) Р. Кеттел;

б) В. Вундт;

в) Ч. Дарвін;

г) Э. Фромм;

д) Ж. Піаже.

II. Основні історичні етапи розвитку психологічної думки.

Тест 6.

I. Назвіть основні напрями зарубіжної психологічної думки.

II. З другої половини XIX ст. у психологію входить науковий лабораторний експеримент. Хто ж був творцем першої у світі лабораторії експериментальної психології:

а) Р. Кеттел;

б) В. Вундт;

в) Ч. Дарвін;

г) Э. Фромм;

д) Ж. Піаже.

Тест 7.

I. Розкрийте суть біхевіоризму.

II. На початку XX ст. кількість тестів, використовуваних у психології, стало стрімко зростати. Хто першим запропонував серію тестів, спрямованих на вивчення особистості?:

- а) Р. Кеттел;
- б) В. Вундт;
- в) Ч. Дарвін;
- г) Э. Фромм;
- д) Ж. Піаже.

Тест 8.

I. Назвіть провідних вітчизняних і російських психологів, які проводили дослідження в другій половині XX ст.

II. Розкрийте поняття “діяльності”:

а) діяльність – це розмаїтість і швидкість рухів, можливість переміщатися в просторі на різні відстані;

б) діяльність – це специфічний вид активності людини, спрямований на досягнення свідомо поставлених цілей;

в) діяльність – це різноманітна людська активність.

Тест 9.

I. Розкрийте суть гештальпсихології.

II. Перелічте основні види людської діяльності:

- а) трудова, творча, навчальна, ігрова;
- б) ігрова, навчальна, професіональна, інтелектуальна;
- в) рухова, інтелектуальна, фізіологічна.

Тест 10.

I. Яким терміном визначається відображення в корі головного мозку окремих властивостей предметів й явищ навколишнього світу, що впливають у цей момент на мозок людини?:

- а) сприйняття;
- б) пам'ять;
- в) відчуття.

II. Гуманістична психологія та її представники.

Тест 11.

I. Огляд сучасних теорій особистості.

II. Що таке сприйняття?:

- а) сприйняття – це відбиття властивостей предмета;
- б) сприйняттям називають відбиття в корі головного мозку предметів й явищ, що діють на аналізатори людини;
- в) сприйняттям називають відбиття минулого досвіду людини .

Тест 12.

I. Психодинамічний напрямок у теоріях особистості (теорія особистості за З. Фрейдом).

II. Увага – це ...?:

- а) процес свідомого або несвідомого (напівсвідомого) відбору однієї інформації, що надходить через органи почуттів, й ігнорування іншої;
- б) процес засвоєння інформації за допомогою органів сприйняття;
- в) процес концентрації на предметі сприйняття.

Тест 13.

I. Дайте визначення пам'яті як пізнавального процесу:

- а) пам'ять – це здатність до одержання, зберігання й відтворенню життєвого досвіду (20 балів);
- б) пам'ять – це придбання знань, формування вмінь і навичок (0 балів);
- в) пам'ять – це певний слід від вражень, які людина одержує про навколишній світ (10 балів).

II. Індивідуальна психологія Адлера.

Тест 14.

I. Назвіть види пам'яті за часом зберігання інформації:

- а) довільна, позадовільна;
- б) миттєва, короткочасна, оперативна, довготривала й генетична пам'ять;
- в) зорова, слухова, нюхова, дотикова.

II. Структура особистості за К. Юнгом.

Тест 15.

I. Назвіть види пам'яті за переважаючим у процесах запам'ятовування, збереження й відтворення матеріалу аналізатором:

- а) довільна, позадовільна;
- б) миттєва, короткочасна, оперативна, довготривала й генетична пам'ять;
- в) зорова, слухова, нюхова, дотикова.

II. Его-психологія та її представники в теорії особистості (Е. Фром).

Тест 16.

I. Дайте визначення терміна “амнезія”:

- а) порушення пам'яті;
- б) короткочасні або тривалі втрати різних видів пам'яті;
- в) погіршення процесу запам'ятовування.

II. Соціокультурна теорія особистості (Карел Хорні).

Тест 17.

I. Дайте визначення мислення:

- а) мислення – вища форма відбиття мозком навколишнього світу, найбільш складний психічний процес;
- б) мисленням називають відбиття в корі головного мозку предметів і явищ, що діють на аналізатори людини;
- в) мислення – це складна аналітико-синтетична діяльність кори великих півкуль головного мозку.

II. Диспозиційний напрямок у теоріях особистості.

Тест 18.

I. Назвіть основні види мислення за генезисом розвитку:

- а) дискурсивне (аналітичне) й інтуїтивне;
- б) теоретичне (понятійне) і практичне (наочно-образне);
- в) словесно-логічне (понятійне) й абстрактно-логічне (образне).

II. Когнітивний напрямок у теоріях особистості (Д. Келлі).

Тест 19.

I. За ступенем розгорнутості розрізняють мислення:

- а) дискурсивне (аналітичне) й інтуїтивне;
- б) теоретичне (понятійне) і практичне (наочно-образне);
- в) словесно-логічне (понятійне) й абстрактно-логічне (образне).

II. Розкрийте поняття свідомості.

Тест 20.

I. Як називається уявне розчленовування предмета або явища на утворюючі його частини, виділення окремих ознак і властивостей?:

- а) синтез;
- б) конкретизація;
- в) аналіз.

II. Охарактеризуйте поняття безсвідомого.

Тест 21.

I. Уява має чотири основні види. Перелічте їх:

- а) активна, пасивна, продуктивна і репродуктивна;
- б) активна, пасивна, образна і предметна;
- в) образна, предметна, аналітична і синтетична.

II. Розкрийте поняття творчого мислення.

Тест 22.

I. Як називають фантастичні бачення, що не мають майже ніякого зв'язку з навколишньою людиною дійсністю?:

- а) фантазіями;
- б) галюцинаціями;
- в) сновидіннями;
- г) мріями.

II. Розкрийте поняття інтелекту.

Тест 23.

I. Яким поняттям ми визначаємо людину в сукупності її соціальних, придбаних якостей?:

- а) особистість;
- б) індивід;
- в) індивідуальність.

II. Свідомість і самосвідомість. Взаємозв'язок і відмінність цих понять.

Тест 24.

I. Яке поняття за визначенням містить у собі лише ті індивідні й особистісні властивості людини, таке їхнє поєднання, яке відрізняє дану людину від інших людей?:

- а) особистість;
- б) індивід;
- в) індивідуальність.

II. Фактори, які впливають на формування особистості людини.

Тест 25.

1. Дайте визначення поняттю “здібності”:

а) здібності – це продуктивна активність людини, що веде до створення матеріальних і духовних цінностей;

б) здібності – властивості людини, які розуміють як сукупність усіляких психічних процесів і станів;

в) здібності являють собою високий рівень розвитку загальних і спеціальних знань, умінь і навичок, що забезпечують успішне виконання людиною різних видів діяльності.

II. Соціалізація та індивідуалізація особистості.

Тест 25.

I. Які ви знаєте види задатків?:

а) вроджені та придбані;

б) природні та соціальні;

в) суспільні та індивідуальні.

II. Мотиваційна сфера людини.

Тест 26.

I. Дайте характеристику поняття “темперамент”?:

а) темперамент – це індивідуальні особливості людини, що визначають динаміку його психічної діяльності й поведінки;

б) темперамент – це вид психічної діяльності, що визначає характер людини;

в) темперамент – це наявність певних рис характеру в людини.

II. Взаємозв’язок самооцінки людини та рівня її домагань.

Тест 27.

I. Що таке характер?:

а) характер – це індивідуальні особливості людини, що визначають динаміку її психічної діяльності й поведінки;

б) характер – це сукупність стійких рис особистості, що визначають відношення людини до людей, до виконуваної роботи;

в) характер – це комплекс здібностей людини до певного виду діяльності.

II. Розкрийте поняття “Образу “Я” людини.

Тест 28.

I. Наведіть відомі вам авторські типології характерів.

II. Воля – це...:

а) свідомо організації й саморегуляції людиною своєї діяльності й поведінки, спрямована на подолання труднощів при досягненні поставлених цілей;

б) регуляція людиною своїх емоцій і поведінки;

в) оцінка своїх можливостей для досягнення поставленої мети.

Тест 29.

I. Психічне відображення у формі безпосереднього переживання життєвого змісту явищ і ситуацій – це...:

а) настрій;

б) стрес;

в) емоції;

г) почуття.

II. Назвіть невербальні прийоми спілкування.

Тест 30.

I. Що таке спілкування?:

- а) двосторонній обмін інформацією між живими істотами;
- б) тип контакту між живими істотами;
- в) використання мови як пізнавального процесу для передачі інформації;
- г) психологічний процес, властивий тільки людським індивідам.

II. Міжособистісні конфлікти. Причини виникнення і засоби попередження їх.

Тест 31.

I. Які з перерахованих утворень є малими групами?:

- а) нації;
- б) родина;
- в) держава;
- г) шкільний клас.

II. Обдарованість, геніальність, талант. Взаємозв'язок цих понять.

Тест 32.

I. Під самопочуттям особистості в групі розуміється:

- а) той загальний психологічний стан, емоційний і моральний настрій, який домінує у неї в результаті тривалого перебування в даній групі;
- б) психологічний клімат у групі;
- в) стан фізичного здоров'я індивіда в групі.

II. Невербальне спілкування.

ПЕРЕЛІК ЗНАНЬ ТА ВМІНЬ, ЯКІ ПОВИННІ НАБУТИ СТУДЕНТИ В ПРОЦЕСІ ВИВЧЕННЯ МАТЕРІАЛУ МОДУЛЯ №1

Студент повинен знати:

Предмет психології, історичні етапи розвитку науки, методи психології; пізнавальні процеси (відчуття, сприймання, увага, пам'ять, мислення, уява), вольові та емоціональні процеси; пізнавальні особливості особистості (характер, темперамент, мотивація); психологію особистості, її структуру, основні теорії особистості; психологію спілкування: види, типи, засоби та прийоми; знати поняття малої та великої груп, основи міжособистісного спілкування та міжгрупової взаємодії, види конфліктів та стратегії їх подолання.

Студент повинен вміти:

Проводити тестування, визначати за допомогою тестів тип темпераменту людини, спрямованість її характеру, провідні мотиви діяльності та поведінки, оцінювати рівень розвитку пізнавальних процесів людини; вміти застосовувати психодіагностичні методики для виявлення емоційного стану людини, рівня самооцінки та рівня домагань; оволодіти основними прийомами та технікою спілкування, комунікативними вміннями і навичками; вміти виявляти структуру групи за допомогою методу соціометрії; виявляти міжособистісні конфлікти в групах та доречно застосовувати відповідні стратегії виходу з них.

КОНСПЕКТ ЛЕКЦІЙ З КУРСУ “ОСНОВИ ПСИХОЛОГІЇ”

Тема 1: ПСИХОЛОГІЯ. ЇЇ ПРЕДМЕТ І ЗАВДАННЯ. МІСЦЕ ПСИХОЛОГІЇ В НАУКАХ ПРО ЛЮДИНУ

План

- 1. Психологія як наука. Її предмет, вивчення і завдання.**
- 2. Основні галузі психології.**
- 3. Історичні етапи розвитку науки.**

1. Психологія як наука. Її предмет, вивчення і завдання

Психологія як наука має особливі якості, які відрізняють її від інших дисциплін. Як систему перевірених знань психологію знають деякі, в основному тільки ті, хто нею спеціально займається, вирішуючи наукові й практичні завдання. Разом з тим як система життєвих явищ психологія знайома кожній людині. Вона представлена їй у вигляді власних відчуттів, образів, явищ пам'яті, мислення, мови, волі, уяви, інтересів, мотивів, потреб, емоцій, почуттів і багато чого іншого. Основні психічні явища ми безпосередньо можемо виявити в самих себе й побічно спостерігати в інших людей.

Психологія – назва науки, що вивчає явища, закономірності й механізми психіки; утворилась шляхом злиття грецьких слів “псюхе” (душа) і “логос” (навчання, слово) і означає “наука про душу”.

Що ж є предметом вивчення психології? Насамперед – це психіка людини й тварин, що включає в себе багато суб'єктивних явищ. За допомогою одних, таких, наприклад, як відчуття й сприйняття, увага й пам'ять, уява, мислення й мову, людина пізнає світ. Тому їх часто називають *пізнавальними процесами*. Інші явища регулюють її спілкування з людьми, безпосередньо управляють діями й учинками. Їх називають *психічними властивостями й станами* особистості, і включають у себе потреби, мотиви, цілі, інтереси, волю, почуття й емоції, нахили й здібності, знання й свідомість. Крім того, психологія вивчає людське спілкування й поведінку, їхню залежність від психічних явищ й, у свою чергу, залежність формування й розвитку психічних явищ від них.

Психічними процесами називають окремі форми й види психічної діяльності. Розрізняють пізнавальні психічні процеси, спрямовані на пізнання людиною навколишньої дійсності. Це відчуття окремих властивостей предметів (колірні, звукові, смакові, нюхові й інші відчуття), сприйняття предметів в усій сукупності їхніх властивостей, пам'ять, мислення, уява. До психічного відносяться також емоційні процеси (почуття) і вольові процеси й дії. При цьому поняття “процес” підкреслює динаміку явища.

Психічними властивостями особистості називають найбільш суттєві й стійкі психічні особливості людини (її потреби, інтереси, здібності, темперамент, характер і т.д.). Іншими словами, до психічних властивостей

особистості відносяться якості розуму, емоційної й вольової сфери, що закріпилися в характері, темпераменті, здібностях, поведінці людини.

Психічні стани – це особлива характеристика психічної діяльності людини за певний період часу. Психічні стани викликаються зовнішньою ситуацією, самопочуттям, індивідуальними особливостями людини й впливають на її поведінку протягом певного періоду (наприклад, стану стомлення, дратівливості, активності й т.д.). Поняття “стан” характеризує статику явища (на відміну від процесів) і визначається проявом почуттів, уваги, волі, мислення й т.д.

Людина не просто проникає у світ за допомогою своїх пізнавальних процесів. Вона живе й діє в цьому світі, творячи його для себе з метою задоволення своїх матеріальних, духовних й інших потреб, робить певні вчинки. Для того щоб зрозуміти й пояснити людські вчинки, ми звертаємося до такого поняття, як особистість.

У свою чергу психічні процеси, стани й властивості людини, особливо в їхніх вищих проявах, навряд чи можуть бути усвідомлені до кінця, якщо їх не розглядати залежно від умов життя людини, від того, як організована її взаємодія з природою й суспільством (діяльність і спілкування), що є предметом сучасних психологічних досліджень.

Психічні процеси, властивості й стани людини, її спілкування й діяльність розділяються й досліджуються окремо, в дійсності вони тісно пов'язані один з одним і становлять єдине ціле, називане життєдіяльністю людини.

Психологія, таким чином, вивчає психічні процеси, властивості й стани особистості. Це наука про психіку й закономірності її прояву й розвитку, про факти й механізми психіки як складеного в мозку образу дійсності, на основі й за допомогою якого здійснюється керування поведінкою і діяльністю, що завжди мають у людини особистісний характер.

2. Основні галузі психології

Сучасна психологія являє собою складну систему різних галузей цієї науки, що виділилися в процесі її історичного розвитку, але тісно взаємозалежних між собою.

Фундаментальною основою розвитку всіх галузей і розділів психологічної науки є *загальна психологія*. Це особлива назва, уживана для характеристики найбільш загальних закономірностей, які виявляє психологія, методів вивчення, якими користується ця наука, теоретичних принципів, яких вона дотримується, основних наукових понять, що увійшли в її термінологію.

Сьогодні психологія являє собою досить розгалужену систему наук. У ній виділяється багато галузей, що являють собою напрямки наукових досліджень, що відносно самостійно розвиваються.

Їх у свою чергу можна поділити на *фундаментальні* й *прикладні*, *загальні* й *спеціальні*. Фундаментальні, або базові, галузі психологічних наук мають загальне значення для розуміння й пояснення психології й поведінки людей

незалежно від того, хто вони і якою конкретно діяльністю займаються. Ці області покликані давати знання, однаково необхідні всім, кого цікавлять психологія й поведінка людей. Через таку універсальність ці знання іноді поєднують терміном “загальна психологія”.

Прикладними називають галузі науки, досягнення яких використовуються на практиці. Загальні галузі ставлять і вирішують проблеми, однаково важливі для розвитку всіх без винятку наукових напрямків, а спеціальні – виділяють питання, що представляють особливий інтерес для пізнання однієї або декількох груп явищ.

Розглянемо деякі фундаментальні й прикладні, загальні й спеціальні галузі психології, пов’язані з освітою.

Вікова психологія – галузь психологічної науки, що вивчає вікову динаміку психіки людини. Розділами вікової психології є: дитяча психологія, психологія молодшого школяра, психологія підлітка, психологія юності, психологія дорослої людини, психологія старості (геронтопсихологія).

Диференціальна психологія – галузь психології, що вивчає психологічні відмінності як між індивідами, так і між групами людей, причини й наслідки цих відмінностей.

Педагогічна психологія – галузь психології, що вивчає психологічні проблеми навчання й виховання.

Політична психологія – галузь психології, що вивчає психологічні компоненти (настрої, думки, почуття, ціннісні орієнтації й т.п.) політичного життя суспільства, які формуються й проявляються на рівні політичної свідомості націй, класів, соціальних груп, урядів, індивідів і реалізуються в їх конкретних політичних діях.

Психологія праці – наука, що вивчає психологічні закономірності формування конкретних форм трудової діяльності й відношення людини до праці. Об’єкт психології праці – діяльність індивіда у виробничих умовах й умовах відтворення його робочої сили.

Психологія управління – галузь психології, що вивчає психологічні закономірності управлінської діяльності. Її основне завдання – аналіз психологічних умов й особливостей управлінської діяльності з метою підвищення ефективності та якості роботи в системі управління.

Соціальна психологія – галузь психології, що вивчає закономірності поведінки й діяльності людей, обумовлені фактом їхнього входження в соціальні групи, а також психологічні характеристики цих груп.

Економічна психологія – галузь психологічної науки, що вивчає психологічні явища, пов’язані з виробничими відносинами людей.

Крім того, розрізняють й інші галузі психології: авіаційну, військову, інженерну, виправну, історичну, космічну, медичну, спеціальну, порівняльну, експериментальну, юридичну психологію, зоопсихологію, нейропсихологію, парапсихологію, патопсихологію, психогенетику, психолінгвістику, психологічну антропологію, психологію мистецтва, науки, полових розбіжностей, релігії, спорту, творчості й т.д.

3. Історичні етапи розвитку науки

В історичному розвитку психології як науки можна виокремити чотири етапи.

I етап – психологія як наука про душу. Таке визначення психології було дано понад двох тисяч років назад. Наявністю душі намагалися пояснити всі незрозумілі явища в житті людини.

II етап – психологія як наука про свідомість. Виникає у XVII ст. у зв'язку з розвитком природничих наук. Здатність думати, відчувати, бажати назвали свідомістю. Основним методом вивчення вважалось спостереження людини за самою собою й описування фактів.

III етап – психологія як наука про поведінку. Виникає у XX столітті. Задача психології – ставити експерименти і спостерігати за тим, що можна безпосередньо побачити, а саме: поведінку, вчинки, реакції людини (мотиви, що викликають вчинки, не враховувались).

IV етап – психологія як наука, що вивчає об'єктивні закономірності, прояви і механізми психіки.

Історія психології як експериментальної науки починається в 1879 році у зв'язку з заснуванням німецьким психологом Вільгельмом Вундтом в Лейпцизі першої в світі експериментальної психологічної лабораторії.

Людина є органічною частиною і природи, і суспільства. Тому психологія має тісні зв'язки з багатьма науками: соціальними, біологічними – з усіма, які тою або іншою мірою стосуються людини. Так само, як неможливо зрозуміти психіку й поведінку сучасної людини без глибокого знання її біологічних основ, будови і законів функціонування організму, важко розраховувати на їхнє розуміння без знання соціальних наук, зокрема історії.

Стосовно людини аналіз історії є джерело для розуміння її сучасного стану, у тому числі психології й поведінки. Людина як особливий біологічний організм виділилася серед інших живих істот приблизно 1,7 мільйонів років тому, і протягом цього історичного періоду люди опанували мовою й змінили своє сприйняття, увагу, уяву, мислення й пам'ять. Отже, для того щоб зрозуміти, як з'явилася сучасна людина з усіма її психологічними якостями, необхідно звернутися до історії людства, у першу чергу до історії розвитку матеріальної й духовної культури.

Без знання історії суспільства важко зрозуміти психологію відносин людей у сучасному світі. Ці відносини також склалися століттями. Філософські навчання, релігійні вірування, звичаї, традиції, ритуали, багато чого іншого, що характеризує психологію сучасних народів і націй, є продукт їх тривалого історичного розвитку. Передаючись із покоління в покоління, досягнення людської культури формують у процесі їхнього засвоєння психологію сучасних людей як особистостей і суб'єктів пізнання й творчого перетворення світу. Сама сформована система навчання й виховання – сімейного, шкільного, соціального, інтелектуального, трудового, морального, фізичного й т.п. – також виступає як підсумок тривалої історії.

Зв'язок психології та історії може бути зовнішнім і внутрішнім. Зовнішні зв'язки цих наук мають місце тоді, коли кожна з них для вирішення власних проблем звертається до іншої з метою використання її даних. Так, історика може зацікавити психологічна характеристика людей, які жили в ту або іншу епоху, їхні погляди, культура, звичаї, традиції й т.п. Психолог у свою чергу може звернутися до історії для вирішення своїх завдань, розглядаючи психологію людей як історичний факт.

Є приклади ще більш глибокого синтезу історії і психології в створенні загальної наукової теорії. Одним з них є теорія культурно-історичного розвитку вищих психічних функцій людини, розроблена Л.С.Виготським. У ній автор показав, що головні історичні досягнення людства, у першу чергу мова, знаряддя праці, знакові системи, стали потужним фактором, що значно просунув уперед філогенетичний й онтогенетичний психологічний розвиток людей. Користуючись усім цим, людина навчився керувати власною психікою й поведінкою, зробивши їх довільними й опосередкованими знаряддями своєї свідомості й волі.

Іншим не менш відомим прикладом такого роду зв'язку є використання в психології так названого історичного методу. Суть його полягає в тому, що для розуміння природи, поведінки та законів будь-якого психологічного явища треба простежити його філо- і онтогенетичний розвиток від елементарних до більш складних форм, не обмежуватися аналізом найбільш розвинених форм. Наприклад, щоб зрозуміти мовленнєве мислення людини, необхідно виявити джерела мислення й мови, установити етапи їхнього роздільного існування, поєднання й спільного розвитку. Для того щоб усвідомити, що являють собою вищі форми людської уваги або пам'яті, необхідно розглянути їхній поетапний розвиток з раннього дитинства у дітей.

Основні поняття до теми:

Психологія – назва науки, що вивчає явища, закономірності й механізми психіки; утворилась шляхом злиття грецьких слів "псюхе" (душа) і "логос" (навчання, слово) і означає "наука про душу".

Психічні процеси – це окремі форми й види психічної діяльності.

Психічні властивості особистості – це найбільш суттєві й стійкі психічні особливості людини (її потреби, інтереси, здібності, темперамент, характер і т.д.).

Психічні стани – це особлива характеристика психічної діяльності людини за певний період часу.

Вікова психологія – галузь психологічної науки, що вивчає вікову динаміку психіки людини.

Педагогічна психологія – галузь психології, що вивчає психологічні проблеми навчання й виховання.

Політична психологія – галузь психології, що вивчає психологічні компоненти (настрої, думки, почуття, ціннісні орієнтації й т.п.) політичного життя суспільства, які формуються й проявляються на рівні політичної

свідомості націй, класів, соціальних груп, урядів, індивідів і реалізуються в їх конкретних політичних діях.

Психологія праці – наука, що вивчає психологічні закономірності формування конкретних форм трудової діяльності й відношення людини до праці. Об'єкт психології праці – діяльність індивіда у виробничих умовах й умовах відтворення його робочої сили.

Психологія управління – галузь психології, що вивчає психологічні закономірності управлінської діяльності. Її основне завдання – аналіз психологічних умов й особливостей управлінської діяльності з метою підвищення ефективності та якості роботи в системі управління.

Соціальна психологія – галузь психології, що вивчає закономірності поведінки й діяльності людей, обумовлені фактом їхнього входження в соціальні групи, а також психологічні характеристики цих груп.

Економічна психологія – галузь психологічної науки, що вивчає психологічні явища, пов'язані з виробничими відносинами людей.

Питання для самоперевірки:

1. Що є предметом вивчення психології?
2. Який історичний зв'язок між психологією та філософією?
3. Як змінювався предмет вивчення психології історично?
4. Які напрями психології і психологічні школи вам відомі?

Теми рефератів та докладів:

1. Предмет і завдання психології як науки.
2. Різновиди методів дослідження в психології.
3. Розвиток психології як вчення про душу.
4. Розвиток психологічної думки у XVII—XVIII ст.
5. Розвиток психології як вчення про поведінку.
6. Основні школи та напрямки сучасної психології.
7. Традиційність зв'язків між психологією та філософією, причини їх виникнення та збереження.

Література до теми:

1. Корнилова Т. В. Введение в психологический эксперимент. – М., 1997.
2. Немов Р.С. Психология. В 3-х кн. – Кн.1. – М., 2002.
3. Методы исследования в психологии: квазиэксперимент. – М., 1998.
4. Психологія/За ред. Ю.А. Трофімова. – К., 2003.
5. Розин В. М. Психология: теория и практика. – М., 1997.

Тема 2: ПСИХОЛОГІЯ ДІЯЛЬНОСТІ Й ПІЗНАВАЛЬНИХ ПРОЦЕСІВ. ВІДЧУТТЯ, СПРИЙНЯТТЯ. УВАГА

План

1. Поняття й будова людської діяльності, види й розвиток людської діяльності. Діяльність і психічні процеси.
2. Поняття про відчуття.
3. Сприйняття, його види й властивості.
4. Увага. Види уваги.

1. Поняття й будова людської діяльності, види й розвиток людської діяльності. Діяльність і психічні процеси

Діяльність – це специфічний вид активності людини, спрямований на досягнення свідомо поставлених цілей, пов'язаних із задоволенням її потреб та інтересів, на виконання вимог до неї з боку суспільства.

У будь-якій діяльності можна виділити такі компоненти (етапи): постановку мети, планування роботи, виконання роботи, перевірку результатів, підведення підсумків, оцінку роботи.

Діяльність людини принципово відрізняється від активності тварин. Якщо активність тварин викликана природними потребами, то діяльність людини здебільшого породжується й підтримується штучними потребами, що виникають завдяки привласненню досягнень культурно-історичного розвитку людей сьогодення й попередніх поколінь. Це – потреби в пізнанні (науковому і художньому), творчості, у моральному самовдосконаленні та ін.

Форми й способи організації людської діяльності також відрізняються від активності тварин. Майже всі вони пов'язані зі складними руховими уміннями й навичками, яких немає у тварин, – уміннями й навичками, набутими в результаті свідомого цілеспрямованого організованого навчання. Уже з раннього дитинства дітей спеціально навчають користуватися предметами домашнього побуту (ложка, одяг, стілець, стіл, мило, зубна щітка, олівець, папір і т.п.), різними інструментами, вони починають засвоювати та підкорятись логіці предметів, з якими мають справу. Виникає предметна діяльність, що відрізняється від природної активності тварин.

Діяльність відрізняється не тільки від активності, але й від поведінки. Поведінка не завжди цілеспрямована, не має на меті обов'язкового створення певного продукту, носить найчастіше пасивний характер. Діяльність завжди цілеспрямована, активна, націлена на створення деякого продукту. Поведінка людини здебільшого спонтанна і хаотична, на відміну від неї діяльність є організованою та систематичною.

Діяльність людини має наступні основні характеристики: мотив, мету, предмет, структуру й засоби.

Мотивом діяльності називається те, що спонукує до неї, заради чого вона здійснюється. Як мотив звичайно виступає конкретна потреба, що у ході й за допомогою даної діяльності задовольняється.

Мотиви людської діяльності можуть бути різноманітними: органічними, функціональними, матеріальними, соціальними, духовними. Органічні мотиви спрямовані на задоволення природних потреб організму (у людини – на створення найбільш сприятливих для неї умов). Такі мотиви пов'язані з ростом, самозбереженням і розвитком організму. Це – виробництво продуктів харчування, житла, одягу й т.п.

Функціональні мотиви задовольняються за допомогою різного роду культурних форм активності, наприклад, ігор і занять спортом.

Матеріальні мотиви спонукують людину до діяльності, спрямованої на створення предметів домашнього побуту, різних речей та інструментів, безпосередньо у вигляді продуктів, що обслуговують природні потреби.

Соціальні мотиви породжують різні види діяльності, яка спрямована на те, щоб зайняти певне місце в суспільстві, одержати визнання й повагу з боку оточуючих людей.

Духовні мотиви лежать в основі тих видів діяльності, які пов'язані із самовдосконаленням людини.

Як мета діяльності виступає її продукт. Він може являти собою реальний фізичний предмет, який створює людина: певні знання, уміння й навички, яких набуває людина в ході діяльності, творчий результат (думка, ідея, теорія, твір мистецтва).

Мета діяльності не рівнозначна її мотиву, хоча іноді мотив і мета діяльності можуть збігатися.

Предметом діяльності називається те, з чим вона безпосередньо має справу. Так, наприклад, предметом пізнавальної діяльності є всякого роду інформація; предметом навчальної діяльності – знання, уміння й навички, предметом трудової діяльності – створюваний матеріальний продукт.

Усяка діяльність має певну структуру. У ній зазвичай виділяють дії й операції як основні складові діяльності. Дією називають частину діяльності, що має цілком самостійну, усвідомлену людиною мету. Наприклад, дією, що включається в структуру пізнавальної діяльності, можна назвати одержання книги, її читання; діями, що входять до складу трудової діяльності, можна вважати знайомство із завданням, пошук необхідних інструментів і матеріалів, розробку проекту, технології виготовлення предмета й т.п.; діями, пов'язаними із творчістю, є формулювання задуму, поетапна його реалізація в продукті творчої роботи.

Операцією називають спосіб здійснення дії. Скільки є різних способів виконання дії, стільки можна виділити різних операцій.

Як засоби здійснення діяльності для людини виступають ті інструменти, якими вона користується, виконуючи ті або інші дії й операції.

Мотивація діяльності в ході її розвитку не залишається незмінною. Так, наприклад, у трудовій або творчій діяльності згодом можуть з'явитися інші мотиви, а колишні відійти на другий план.

Під час розвитку людини відбувається і зміна мотивації її діяльності. Якщо людина змінюється як особистість, то мотиви її діяльності перетворюються. Розвиток людини характеризується рухом мотивів у бік їх все більшого самовдосконалення (від органічних до матеріальних, від матеріальних до соціальних, від соціальних до творчих, від творчих до моральних).

У сучасної людини є безліч різних видів діяльності, число яких приблизно відповідає кількості наявних потреб (з урахуванням її діяльності). Оскільки людська діяльність визначається наявною потребою, то для виокремлення основних видів діяльності людини необхідно звернутись до її основних потреб.

Серед видів діяльності виділяються: трудова (результатом якої є створення суспільно корисного продукту), творча (дає новий оригінальний продукт високої суспільної цінності), навчальна (спрямована на накопичення знань, умінь і навичок, необхідних для освіти і наступної трудової діяльності) і ігрова (засіб пізнання навколишнього світу за допомогою сюжетних і рольових ігор).

Умінням називають засвоєний людиною спосіб виконання діяльності. Уміння набуваються на практиці за допомогою вправ. *Навичкою* називають таку дію, у складі якої окремі операції стали автоматизованими в результаті багаторазових вправ. Розрізняють навички *рухові* (моторні) та *інтелектуальні* (в галузі розумової роботи – наприклад, навички правопису). Фізіологічною основою навички є динамічний стереотип, що сформувався в мозку людини.

Звичкою називають потребу людини робити певні дії. Звичка – це навичка, що стала потребою. Навичка дає можливість успішного здійснення дій, звичка – спонукання робити ці дії. Розрізняють звички *побутові* (наприклад, гігієнічні) і *моральні* (наприклад, увічливість).

У діяльності виражається особистість людини, й одночасно діяльність формує її особистість.

Людська діяльність тісно пов'язана зі спілкуванням, разом вони утворюють нерозривну єдність. Засобом спілкування є мова – система словесних знаків, за допомогою якої існує, засвоюється й передається суспільно-історичний досвід. Спілкування виступає як обмін інформацією (мова – вербальна комунікація; міміка, жести, паузи й т.п. – невербальна), як міжособистісна взаємодія (сукупність зв'язків і взаємовпливів людей, яка складається в процесі їхньої спільної діяльності), як розуміння людьми один одного (сприйняття й оцінка людини людиною).

Оскільки людське спілкування є історично набутою формою взаємодії людей у суспільстві, то діяльність, пов'язана із ним, відбувається в умовах соціального контролю, який здійснюється на основі соціальних норм – прийнятих у суспільстві зразків поведінки, що регламентують взаємодію і взаємовідносини людей.

Психічні процеси – сприйняття, увага, уява, пам'ять, мислення, мова – виступають як найважливіші компоненти будь-якої людської діяльності, вони органічно поєднуються один з одним і включаються у будь-які види людської взаємодії. Для того щоб задовольняти свої потреби, людина повинна адекватно сприймати світ, зосереджувати свою увагу на ті або інші моменти або

компоненти діяльності, уявляти кінцевий результат своєї праці, запам'ятовувати, обмірковувати, висловлювати судження. Отже, без участі психічних процесів людська діяльність неможлива, вони виступають як її невід'ємні внутрішні моменти.

Сприйняття в процесі практичної діяльності набуває своїх найважливіших людських якостей. У діяльності формуються його основні види: сприйняття глибини, напрямку і швидкості руху, часу й простору. Практичне маніпулювання дитини з різноманітними предметами відкриває їй той факт, що предмети й простір мають певні виміри: ширину, висоту, глибину. У результаті людина навчається сприймати й оцінювати форми.

Уява теж пов'язана з діяльністю. По-перше, людина не в змозі представити або уявити таке, що не виступало в досвіді, не було елементом, предметом, умовою або моментом певної діяльності.

Ще більшою мірою це стосується пам'яті, причому до двох її основних процесів одночасно: до запам'ятовування й відтворення.

Мислення в ряді своїх форм ідентично практичній діяльності (один із видів мислення власне і заснований на предметно-практичній діяльності і має назву – практичне наочно-дійове мислення). У більш розвинених формах мислення – образному і логічному – діяльнісний момент виступає в ньому у вигляді внутрішніх розумових дій і операцій. Мова також являє собою особливого роду діяльність, і часто, характеризуючи її, користуються словосполученням “мовна діяльність”.

2. Поняття про відчуття

Відчуття вважаються найпростішими з усіх психічних явищ. Здатність до відчуттів є у всіх живих істот, які мають нервову систему.

Відчуття – це відображення в корі головного мозку окремих властивостей предметів і явищ навколишнього світу, що діють на даний момент на мозок людини. Зв'язок мозку із зовнішнім світом здійснюється через аналізатори (зорові, слухові, нюхові, тактильні й ін.).

Розрізняють відчуття *зовнішні* та *внутрішні*, в залежності від станів організму, які вони відображають. Відчуття не існують незалежно один від одного, а постійно взаємодіють між собою задля більш повного віддзеркалення зовнішнього світу з усіма його стимулами та власне внутрішнього світу людини.

Тобто види відчуттів відображають своєрідність тих стимулів, які їх породжують. Ці стимули пов'язані з різними видами енергії та викликають відповідні відчуття різної якості: зорові, слухові, шкірні (відчуття дотику, тиску, болю, тепла, холоду й ін.), смакові, нюхові.

Інформація із внутрішніх органів безперервним потоком надходить у мозок, повідомляючи йому про стани внутрішнього середовища, таких, як наявність у ній біологічно корисних або шкідливих речовин, температура тіла, хімічний склад наявних у ньому рідин, тиск тощо. У людини є, окрім того, декілька специфічних видів відчуттів, які несуть у собі інформацію про час,

прискорення, вібрацію, деякі інші порівняно рідкі явища, які мають певне життєве значення.

Інформація про зовнішній світ та внутрішній стан організму надходить безперервним потоком у головний мозок людини, де відбувається постійний аналіз та оброблення сигналів. Переробляючи цю інформацію, мозок людини приймає рішення, дає команди і контролює їхнє виконання.

Далеко не всі існуючі види енергії, навіть якщо вони життєво значимі, людина сприймає у вигляді відчуттів. До деяких з них, наприклад, радіаційної, вона психологічно нечутлива взагалі. Сюди ж можна віднести інфрачервоні та ультрафіолетові промені, радіохвилі, які знаходяться за межами діапазону, що викликає відчуття, незначні коливання тиску повітря, які не сприймаються слуховим аналізатором. Отже, людина у вигляді відчуттів одержує невелику, найбільш значиму частину тієї інформації й енергії, які впливають на її організм.

Розглянемо класифікацію відчуттів, запропоновану Ч. Шерінгтоном. Він виокремив:

1. Екстерорецептивні відчуття. Ці відчуття виникають під впливом зовнішніх подразників на рецептори, які розташовані на поверхні тіла, зовні. В залежності від органів чуття, аналізатора, на який спрямована дія подразника, відчуття поділяються на слухові, зорові, нюхові, смакові та тактильні.

Нюх – вид чутливості, що призводить до специфічного відчуття запаху. Це одне з найбільш давніх, простих, але життєво важливих відчуттів. Нервові волокна, що відходять від нюхових рецепторів, безпосередньо попадають у головний мозок.

Зона кори головного мозку, відповідальна за сприйняття відповідних подразників також є й найбільш давньою, і чим нижче на еволюційному етапі розвитку знаходиться жива істота, тим більший простір у масі головного мозку займає ця зона. У риб, наприклад, вона охоплює практично всю поверхню півкуль, у собак – близько однієї її третини, у людини її відносна частка в обсязі всіх мозкових структур дорівнює приблизно одній двадцятій частини.

Наступний вид відчуттів – *смакові* – має чотири основні модальності: солодке, солоне, кисле й гірке. Всі інші відчуття смаку являють собою різноманітні поєднання цих чотирьох основних.

Шкірна чутливість, або *дотик*, – це найбільш широко представлений і розповсюджений вид чутливості. Усім нам знайоме відчуття, яке виникає під час дотику певного предмета до поверхні шкіри, не являє собою елементарного дотикального відчуття. Воно є результат складного комбінування чотирьох інших, більше простих видів відчуттів: тиску, болю, тепла й холоду, причому для кожного з них існує специфічний вид рецепторів, нерівномірно розташованих у різних ділянках шкірної поверхні. Наявність таких рецепторів можна виявити практично на всіх ділянках шкіри.

2. Пропріорецептивні (кінестетичні) відчуття. Вони відображають рух та відносне положення тіла у просторі за допомогою рецепторів, розташованих у м'язах та суглобах.

Кінестетичні відчуття і відчуття рівноваги забезпечують керування рухами, оцінку напрямку й швидкості руху, величину відстані. Вони формуються автоматично, надходять у мозок і регулюють рух на підсвідомому рівні. Рецептори статичної чутливості знаходяться у вестибулярному апараті внутрішнього вуха. Різкі та часті зміни положення тіла відносно площини земної поверхні можуть призводити до появи запаморочення.

3. Інтерорецептивні (органічні) відчуття. Виникають під час відображення обмінних процесів в організмі за допомогою спеціалізованих рецепторів. Ці відчуття створюють органічне відчуття (самопочуття) людини.

Породжують відчуття звичайно електромагнітні хвилі, що знаходяться у межах значного але обмеженого діапазону.

Помітимо, що тривалі і сильні впливи фізичних стимулів на наші органи чуття здатні викликати певні порушення в їхньому функціонуванні. Наприклад, під впливом сильного світла протягом тривалого часу око сліпне; під впливом на орган слуху тривалих і сильних звуків, амплітуда коливань яких перевищує 90 дБ, може наступити тимчасова втрата слуху.

Однією із характеристик органів чуття (аналізаторів) є *пороги відчуттів*. Серед них розрізняють.

Нижній поріг відчуттів – це мінімальна сила подразника, який викликає ледве помітне відчуття. Сигнали, інтенсивність яких нижче означеної, людиною не сприймаються.

Верхній поріг – максимальна величина подразника, яку здатний адекватно сприймати аналізатор. Інтервал між двома означеними показниками носить назву – *діапазон чутливості*.

Розрізняють також *диференційний поріг*. Це найменша величина різниці між подразниками, коли вони відчуються ще як різні.

Оперативний поріг розрізнення сигналів – це величина різниці між сигналами, за якої точність і швидкість розрізнення досягають максимуму. Оперативний поріг у 10-15 разів вище диференційного.

Тимчасовий поріг – мінімальна тривалість дії подразника, необхідна для виникнення відчуття.

Просторовий поріг визначається мінімальним розміром ледве помітного відчуття.

Всі види відчуттів виникають у результаті впливу відповідних стимулів-подразників на органи чуття. Однак відчуття виникає не відразу, як тільки потрібний стимул почав діяти. Між початком дії подразника й появою відчуття проходить певний час. Він називається *латентним порогом*.

3. Сприйняття, його види й властивості

На відміну від відчуттів, які не сприймаються як властивості предметів, конкретних явищ або процесів, що відбуваються поза і незалежно від нас, сприйняття завжди виступає як суб'єктивне відображення у вигляді предметів.

Сприйняттям називають відображення в корі головного мозку предметів й явищ, що діють на аналізатори людини. Сприйняття відображає предмет у

цілому, у сукупності його властивостей. Серед видів сприйняття розрізняють зорові, слухові, дотикові. До основних особливостей сприйняття відносяться: роль минулого досвіду, вибірковість (те, що знаходиться в центрі уваги під час сприйняття, називають об'єктом сприйняття, все інше – тлом), предметність (віднесення відомостей, які одержані із зовнішнього світу, до цього світу), свідомість (свідомо сприймати предмет – значить подумки назвати його).

Відмінність сприйняття в його розвинених формах від відчуттів полягає в тому, що підсумком виникнення відчуття є деяке почуття (наприклад, відчуття яскравості, гучності, солоного, висоти звуку, рівноваги й т.п.), у той час як у результаті сприйняття складається образ, що включає комплекс різних взаємозалежних відчуттів, приписуваних людською свідомістю предмету, явищу, процесу.

Окремі відчуття ніби “прив’язані” до специфічних аналізаторів, і досить буває впливу стимулу на їхні периферичні органи - рецептори, щоб відчуття виникло. Образ, що складається в результаті процесу сприйняття, припускає взаємодію, скоординовану роботу відразу декількох аналізаторів.

Відповідно, як говорилося раніше, виділяють зорове, слухове, дотикове сприйняття. Чотири аналізатори – зоровий, слуховий, шкірний і м’язовий - найчастіше виступають як провідні в процесі сприйняття.

Предметність, цілісність, константність і категоріальність (свідомість й визначеність) – це основні властивості образу, який складається в процесі й результаті сприйняття.

Предметність – це здатність людини сприймати світ не у вигляді набору не пов’язаних один з одним відчуттів, а у формі відокремлених один від одного предметів, які мають властивості, що викликають дані відчуття.

Цілісність сприйняття виражається в тому, що образ предметів, які сприймаються, не даний у повністю готовому вигляді з усіма необхідними елементами, а ніби подумки добудовується до деякої цілісної форми на основі невеликого набору елементів. Це відбувається й у тому випадку, якщо деякі деталі предмета людиною безпосередньо в цей момент часу не сприймаються.

Константність визначається як здатність сприймати предмети відносно постійними за формою, кольором і величиною, ряду інших параметрів незалежно від мінливих фізичних умов сприйняття.

Категоріальність людського сприйняття виявляється в тому, що воно носить узагальнений характер, і кожен предмет сприйняття ми позначаємо словом-поняттям, відносимо до певного класу.

Нерідко під час сприйняття контурних і штрихованих зображень, а також відповідних елементів реальних предметів у людини можуть виникати зорові ілюзії. Ілюзії – це неправильне, викривлене сприйняття.

Сприйняття величини предметів залежить від того, які параметри їхнього зображення на сітківці ока. Якщо людина не в змозі правильно оцінити відстань до предметів, то ті з них, які насправді перебувають далеко й, отже, утворюють на сітківці невеликі зображення, сприймаються людиною як маленькі, хоча насправді можуть бути досить великими. Ті об’єкти, зображення яких на сітківці ока збільшуються, також суб’єктивно сприймаються як зростаючі, хоча

в дійсності збільшення їхнього розміру може не відбуватися. Однак якщо людина в стані правильно оцінити відстань до об'єкта, то в дію вступає закон константності, відповідно до якого видима величина об'єкта мало змінюється під час невеликих змін у відстані до нього або не змінюється зовсім. Те ж саме відбувається в тому випадку, якщо людині відомо, що сам об'єкт мало змінюється, а варіюється тільки величина його зображення на сітківці.

У сприйнятті величини предметів беруть участь м'язи очей й руки. Чим більше скорочуються або розслаблюються м'язи, що простежують предмет за його контуром або поверхнею, тим більшим здається людині й сам предмет.

Про психофізіологічний механізм сприйняття руху говорить автокінетичний ефект. Це явище являє собою ілюзорний рух у темряві нерухомого джерела світла. Автокінетичний ефект виникає в багатьох людей у тому випадку, якщо нерухоме джерело в зоровому полі є єдиним видимим об'єктом, тобто якщо його положення неможливо ідентифікувати в просторі, порівняти й оцінити щодо будь-якого іншого видимого об'єкта.

Механізм сприйняття людиною часу часто пов'язують із так званим механізмом “біологічного годинника” – певною послідовністю й ритмікою біологічних обмінних процесів, які відбуваються в організмі людини. Серед найбільш значимих показників вважають ритм серцевої діяльності й метаболізм (обмінні процеси) тіла.

4. Увага. Види уваги

Увага – це процес свідомого або несвідомого (напівсвідомого) відбору однієї інформації, що надходить через органи чуття, та ігнорування іншої.

Увага людини має п'ять основних властивостей: *стійкість, зосередженість, переключення, розподіл й обсяг.*

Стойкість уваги проявляється в здатності протягом тривалого часу зберігати стан уваги на певному об'єкті, предметі діяльності, не відволікаючись. Стойкість уваги може визначатися різними причинами. Одні з них пов'язані з індивідуальними фізіологічними особливостями людини, зокрема із властивостями її нервової системи, загальним станом організму в даний момент часу; інші характеризують психічні стани (збудженість, загальмованість і т.п.), треті співвідносяться з мотивацією (наявністю або відсутністю інтересу до предмета діяльності, його значимістю для особистості), четверті – із зовнішніми обставинами здійснення діяльності.

Люди зі слабкою нервовою системою або в стані перезбудження можуть досить швидко стомлюватися, ставати імпульсивними. Людина, що не дуже добре почуває себе фізично, також, як правило, характеризується нестійкою увагою. Відсутність інтересу до предмета сприяє частому відволіканню уваги від нього, і, навпаки, наявність інтересу зберігає увагу в підвищеному стані протягом тривалого періоду часу. В обстановці, яка характеризується відсутністю зовні відволікаючих моментів, увага буває досить стійкою. При наявності безлічі сильно відволікаючих подразників вона коливається, стає

недостатньо стійкою. У житті характеристика загальної стійкості уваги найчастіше визначається поєднанням усіх цих факторів, разом узятих.

Зосередженість уваги (протилежна якість – неуважність) проявляється у відмінностях, які є в ступені концентрування уваги на одних об'єктах і його відволіканні від інших. Людина, наприклад, може зосередити свою увагу на читанні цікавої книги, займаючись будь-якою захоплюючою справою і не помічати нічого, що відбувається навколо. При цьому її увага може бути сконцентрована на певній частині тексту, який вона читає, навіть на окремій пропозиції або слові, а також більш-менш розподілена по всьому тексту. Зосередженість уваги іноді називають концентрацією, і ці поняття розглядаються як синоніми.

Переключення уваги розуміється як її перенесення з одного об'єкта на інший, з одного виду діяльності на інший. Дана характеристика людської уваги проявляється в швидкості, з якою вона може переносити свою увагу з одного об'єкта на інший, причому таке перенесення може бути як мимовільним, так і довільним. У першому випадку індивід мимоволі переносить свою увагу на щось таке, що його випадково зацікавило, а в другому – свідомо, зусиллям волі змушує себе зосередитися на будь-якому, навіть не дуже цікавому для нього об'єкті. Переключення уваги, якщо вона відбувається на мимовільній основі, нерідко сприяє тимчасовому відпочинку організму, аналізатора, збереженню й відновленню працездатності нервової системи й організму в цілому.

Розподіл уваги – її наступна характеристика. Вона полягає в здатності розподілити увагу на значному просторі, паралельно виконувати кілька видів діяльності або робити кілька різних дій. Протягом усього періоду людина може без зусиль повернутися до продовження перерваної діяльності.

Розподіл уваги залежить від психологічного й фізіологічного стану людини. При стомленні, у процесі виконання складних видів діяльності, що вимагають підвищеної концентрації уваги, область її розподілу звичайно звужується.

Обсяг уваги – це така її характеристика, що визначається кількістю інформації, одночасно здатної зберігатися в сфері підвищеної уваги (свідомості) людини. Чисельна характеристика середнього обсягу уваги людей – 5-7 одиниць інформації. Вона звичайно встановлюється за допомогою досвіду, у ході якого людині на дуже короткий час пред'являється значна кількість інформації. Те, що вона за цей час встигає помітити, і характеризує її обсяг уваги.

Існує декілька класифікацій уваги. За однією з них увагу поділяють на різні види за своїм походженням та способом здійснення. Виділяють *мимовільну, довільну та післядовільну* увагу.

Мимовільна увага виникає та підтримується незалежно від цілей, які стоять перед людиною. Діяльність в такому випадку захоплює людину сама по собі і залежить від властивостей подразника (сили й несподіванки подразника, його новизни, незвичайності, контрастності, рухливості об'єкта). Людина мимоволі віддається яскравим стимулам, предметам та явищам, наприклад, відволікається від роботи, почувши по радіо цікаву новину.

Ні відміну від мимовільної *довільна* увага керується свідомою метою. Вона тісно пов'язана з волею людини і сформувалось в результаті трудових зусиль. Таку увагу з цієї причини іноді називають ще вольовою, активною. Людина, приймаючи рішення зайнятись будь-якою діяльністю, виконує її, свідомо направляючи увагу на те, що потрібно, хоча можливо і не цікаво в даний момент. Основною функцією довільної уваги є активне регулювання протіканням психічних процесів. Причини довільної уваги носять не біологічну, а соціальну основу, тобто довільна увага не є вродженою, а формується в процесі спілкування дитини з дорослими.

Третій вид уваги – *післядовільна* увага. Така увага пов'язана із свідомими цілями і підтримується свідомими інтересами, як і довільна. Але, на відміну від неї, тут відсутні або практично відсутні вольові зусилля, як і у випадку з мимовільною увагою. Прикладом такої уваги може бути розв'язання математичної вправи. На початку розв'язання вправа може і не захоплювати учня, але через необхідність зробити це йому потрібно докладати певних вольових зусиль для утримання уваги на об'єкті. З часом, коли завдання захоплює учня, він перестає відволікатись, процес розв'язання стає цікавим, і увага з довільної переходить у післядовільну.

За іншою класифікацією розрізняють увагу *зовнішню* (яка спрямована на навколишні предмети та явища) і *внутрішню* (яка спрямована на власні думки, почуття, переживання); *мимовільну* (яка виникає без усякого наміру, без заздалегідь поставленої мети й залежить від особливостей діючих на людину подразників) та *довільну* (яка виникає внаслідок свідомо поставленої мети і потребує певного вольового зусилля); *чуттєву* (пов'язану з емоціями і вибірковою роботою органів чуття) та *інтелектуальну* (пов'язану із зосередженістю й спрямованістю думки) увагу.

Основні поняття до теми:

Діяльність – це специфічний вид активності людини, спрямований на досягнення свідомо поставлених цілей, пов'язаних із задоволенням її потреб та інтересів, на виконання вимог до неї з боку суспільства.

Мотив діяльності – це те, що спонукує до неї, заради чого вона здійснюється.

Уміння – це засвоєний людиною спосіб виконання діяльності.

Навичка – це така дія, у складі якої окремі операції стали автоматизованими в результаті багаторазових вправ.

Звичка – це потреба людини робити певні дії.

Відчуття - це відображення в корі головного мозку окремих властивостей предметів і явищ навколишнього світу, що діють на даний момент на мозок людини.

Екстероцептивні відчуття – це відчуття, які виникають під впливом зовнішніх подразників на рецептори, що розташовані на поверхні тіла, зовні.

Пропріоцептивні (кінестетичні) відчуття – це відчуття, які відображають рух та відносне положення тіла у просторі за допомогою рецепторів, розташованих у м'язах та суглобах.

Інтероцептивні (органічні) відчуття – це відчуття, які виникають під час відображення обмінних процесів в організмі за допомогою спеціалізованих рецепторів.

Нижній поріг відчуттів – це мінімальна сила подразника, який викликає ледве помітне відчуття.

Верхній поріг відчуттів – максимальна величина подразника, яку здатний адекватно сприймати аналізатор.

Диференційний поріг – це найменша величина різниці між подразниками, коли вони відчуються ще як різні.

Оперативний поріг розрізнення сигналів – це величина різниці між сигналами, за якої точність і швидкість розрізнення досягають максимуму.

Тимчасовий поріг – мінімальна тривалість дії подразника, необхідна для виникнення відчуття.

Просторовий поріг визначається мінімальним розміром ледве помітного відчуття.

Латентний поріг – проміжок часу від моменту подання сигналу до моменту виникнення відчуття.

Сприйняття – ці відображення в корі головного мозку предметів і явищ, що діють на аналізатори людини.

Предметність сприйняття – це здатність людини сприймати світ не у вигляді набору не пов'язаних один з одним відчуттів, а у формі відокремлених один від одного предметів, які мають властивості, що викликають дані відчуття.

Цілісність сприйняття – це характеристика, яка виражається в тому, що образ предметів, які сприймаються, не даний у повністю готовому вигляді з усіма необхідними елементами, а ніби подумки добудовується до деякої цілісної форми на основі невеликого набору елементів.

Константність сприйняття – це характеристика, яка визначається як здатність сприймати предмети відносно постійними за формою, кольором і величиною, ряду інших параметрів незалежно від мінливих фізичних умов сприйняття.

Категоріальність сприйняття – це характеристика, яка виявляється в тому, що воно носить узагальнений характер, і кожен предмет сприйняття ми позначаємо словом-поняттям, відносимо до певного класу.

Ілюзії – це неправильне, викривлене сприйняття.

Увага – це процес свідомого або несвідомого (напівсвідомого) відбору однієї інформації, що надходить через органи чуття, та ігнорування іншої.

Стійкість уваги – це характеристика уваги, яка проявляється в здатності протягом тривалого часу зберігати стан уваги на певному об'єкті, предметі діяльності, не відволікаючись.

Зосередженість уваги (концентрація) – це характеристика уваги, яка проявляється у відмінностях, які є в ступені концентрування уваги на одних об'єктах і його відволіканні від інших.

Переключення уваги – це її перенесення з одного об'єкта на інший, з одного виду діяльності на інший.

Розподіл уваги – це здатність розподілити увагу на значному просторі, паралельно виконувати кілька видів діяльності або робити кілька різних дій.

Обсяг уваги – це така її характеристика, що визначається кількістю інформації, одночасно здатної зберігатися в сфері підвищеної уваги (свідомості) людини.

Питання для самоперевірки:

1. Розкрийте поняття й будову людської діяльності.
2. Які види людської діяльності вам відомі?
3. Як діяльність людини пов'язана з психічними процесами?
4. Дайте поняття відчуття як найпростішого рівня відображення дійсності.
5. Які види й властивості сприйняття вам відомі?
6. Яка роль уваги в житті людини? Функції і види уваги?

Теми рефератів та докладів:

1. Специфіка людської діяльності.
2. Психічні процеси як форми діяльності.
3. Роль и види чуттєвості (відчуття) у людини.
4. Види та властивості сприйняття.
5. Поняття та розвиток уваги.
6. Увага та її психологічні властивості.
7. Взаємозв'язок відчуття і сприйняття.

Література до теми:

1. Величковский Б.М., Зинченко В.П., Лурия А.Р. Психология восприятия. – М., 1973.
2. Логвиненко А.Д. Психология восприятия: Учебно-методическое пособие для студентов факультетов психологии государственных университетов. – М., 1987.
3. Лурия А.Р. Внимание и память. – М., 1975.
4. Лурия А.Р. Ощущения и восприятие. – М., 1975.
5. Столяренко Л.Д. Основы психологии. – Ростов-на-Дону, 2002.

Тема 3: ПАМ'ЯТЬ, МИСЛЕННЯ ТА УЯВА

План

1. Загальне уявлення про пам'ять, види пам'яті та їхні особливості.
2. Закони пам'яті.
3. Природа й види мислення, особливості творчого мислення.
4. Уява й творчість.

1. Загальне уявлення про пам'ять, види пам'яті та їхні особливості

У мозок людини надходить постійний потік інформації з навколишнього середовища. Враження, які людина одержує при цьому, залишають певний слід, зберігаються, закріплюються, а при необхідності й можливості – відтворюються. Ці процеси називаються *пам'яттю*.

Пам'ять лежить в основі усіх психічних процесів, є фундаментальною основою здібностей людини, умовою її наuczіння, придбання знань, формування вмінь і навичок. Без пам'яті неможливе нормальне функціонування ні особистості як біологічної та соціальної істоти, ні суспільства в цілому, історичний розвиток якого базувався на здобутках минулого, що передавались із покоління в покоління завдяки здатності людства до запам'ятовування. Завдяки своїй пам'яті як здатності до усвідомлювання себе як особистості в суспільно-історичному та культурному розвитку, вдосконаленню її основних процесів людина виділилася із тваринного світу, досягла тих висот, на яких вона зараз перебуває, та завдяки постійному поліпшенню цієї функції забезпечує подальший прогрес людства.

Пам'ять можна визначити як здатність до одержання, зберігання та відтворення життєвого досвіду.

Пам'ять є в усіх живих істот, але найбільш високого рівня свого розвитку вона досягає в людини завдяки її особливим мнемічним можливостям, якими не володіє жодна жива істота у світі. У долюдських організмів є тільки два види пам'яті: генетична й механічна. Перша проявляється в передачі генетичним шляхом з покоління в покоління життєво необхідних біологічних, психологічних і поведінкових властивостей. Друга виступає у формі здібності до наuczіння, до набуття певного життєвого досвіду, зберігається у самому організмі і зникає разом з ним.

В пам'яті як психічному процесі можна виділити такі *процеси*.

Відображення починається на стадії миттєвої пам'яті, поглиблюється під час передавання інформації у короткочасну пам'ять та закріплюється в довготривалій пам'яті, де відбувається аналіз та ідентифікація інформації.

Наступний процес – *збереження*. Це накопичення матеріалу у пам'яті. Проте інформація завжди відтворюється на основі тієї структури, у складі якої вона запам'ятовувалась. Такий процес носить назву *відтворення*.

Для найбільш ефективної роботи пам'яті необхідний процес забування. За допомогою забування людина звільняється від численної кількості конкретних деталей та полегшує собі можливість узагальнення.

Пам'ять людини поділяється на певні види. Існує декілька критеріїв для класифікації видів людської пам'яті. За часом збереження матеріалу виокремлюють *миттєву*, *короткочасну*, *оперативну*, *довготривалу* й *генетичну* пам'ять. За переважаючим у процесах запам'ятовування, збереження і відтворення матеріалу аналізатором виділяють *рухову*, *зорову*, *слухову*, *нюхову*, *дотикову*, *емоційну* та інші види пам'яті. За характером участі волі в процесах запам'ятовування інформації пам'ять поділяється на *мимовільну* і *довільну*.

Розглянемо їх детальніше. *Миттєва*, або іконічна, пам'ять пов'язана з утриманням точної і повної картини тільки що сприйнятого органами чуття, без будь-якої переробки отриманої інформації. Ця пам'ять – безпосереднє відображення інформації органами чуття. Її тривалість від 0,1 до 0,5 с. Миттєва пам'ять являє собою повне залишкове враження, що виникає від безпосереднього сприйняття стимулів. Це – пам'ять-образ.

Короткочасна пам'ять являє собою спосіб збереження інформації протягом короткого проміжку часу. Тривалість утримання мнемічних слідів тут не перевищує декількох десятків секунд, у середньому близько 20 (без повторення). В короткочасній пам'яті зберігається не повний, а лише узагальнений образ сприйнятого, його найбільш суттєві елементи. Ця пам'ять працює без попередньої свідомої установки на запам'ятовування, проте з установкою на наступне відтворення матеріалу.

Оперативною називають пам'ять, розраховану на збереження інформації протягом певного, заздалегідь заданого терміну, у діапазоні від декількох секунд до декількох днів. Строк збереження відомостей цієї пам'яті визначається завданням, що постало перед людиною, і розрахований тільки на вирішення даного завдання. Після цього інформація може зникати з оперативної пам'яті. Цей вид пам'яті за тривалістю збереження інформації і своїх властивостей займає проміжне положення між короткочасною й довготривалою.

Довготривала – це пам'ять, здатна зберігати інформацію протягом практично необмеженого терміну. Інформація, що потрапила у сховища довготривалої пам'яті, може відтворюватися людиною скільки завгодно раз без втрати. Більше того, багаторазове і систематичне відтворення даної інформації тільки закріплює її сліди в довготривалій пам'яті.

Генетичну пам'ять можна визначити як таку, у якій інформація зберігається в генотипі, передається й відтворюється з покоління в покоління. Основним біологічним механізмом запам'ятовування інформації в такій пам'яті є відповідні генні структури. Генетична пам'ять у людини – єдина, на яку ми не можемо впливати через навчання й виховання.

Що стосується задіяного в процесах запам'ятовування, збереження та відтворення інформації аналізатора, то *зорова* пам'ять пов'язана насамперед зі збереженням і відтворенням зорових образів. Даний вид пам'яті передбачає розвинену в людини здатність до уяви. На ній заснований, зокрема, процес

запам'ятовування та відтворення матеріалу: те, що основане на зорових уявленнях людини, як правило, легше запам'ятовується і відтворюється.

Слухова пам'ять – це запам'ятовування і точне відтворення різноманітних звуків, наприклад музичних, мовних. Особливим різновидом мовної пам'яті становить словесно-логічна, яка тісно пов'язана зі словом, думкою й логікою. Даний вид пам'яті характеризується тим, що людина, яка володіє нею, швидко й точно може запам'ятати зміст подій, логічних міркувань або певного доказу, зміст тексту, що читає тощо. Цей зміст вона може передати власними словами, причому досить точно.

Рухова пам'ять являє собою запам'ятовування і збереження, а за необхідності і відтворення з достатньою точністю різноманітних складних рухів. Вона бере участь у формуванні рухових, зокрема трудових і спортивних, умінь і навичок. Вдосконалення ручних рухів людини прямо пов'язане із цим видом пам'яті.

Емоційна пам'ять – це пам'ять на переживання. Вона бере участь у роботі всіх видів пам'яті, але особливо проявляється в людських відносинах. На емоційній пам'яті безпосередньо заснована міцність запам'ятовування матеріалу: те, що в людини викликає емоційні переживання, запам'ятовується нею без особливої складності і на більш тривалий термін.

Дотикова, нюхова, смакова та інші види пам'яті особливої ролі в житті людини не відіграють, і їхні можливості порівняно із зоровою, слуховою, руховою й емоційною пам'яттю обмежені. Їхня роль в основному зводиться до задоволення біологічних потреб або потреб, пов'язаних з безпекою й самозбереженням організму.

За характером участі волі в процесах запам'ятовування та відтворення матеріалу, як зазначалось вище, пам'ять ділять на *мимовільну* й *довільну*. У першому випадку мають на увазі таке запам'ятовування і відтворення, яке відбувається автоматично і без особливих зусиль із боку людини, без постановки нею перед собою спеціального мнемічного завдання (на запам'ятовування, збереження або відтворення). У другому випадку таке завдання обов'язково присутнє, а сам процес запам'ятовування або відтворення вимагає вольових зусиль.

Порушення пам'яті відбуваються з різноманітних причин, і в різних людей протікають по-різному. Розглянемо основні порушення пам'яті людей.

По-перше, це *персеверації*. Під час перевтоми, а особливо це проявляється перед сном, з'являються нав'язливі повторення. Повторюватись можуть будь-які фрази, найчастіше римовані, строки з пісень, іноді зорові образи або монотонні рухи (наприклад, стан людини після тривалої подорожі на поїзді). Таке порушення може зустрічатись у абсолютно здорових людей під час перевтоми або кисневому голодуванні через порушення механізмів збудження в певних ділянках кори головного мозку, але найчастіше персеверації є симптомом певного відхилення від норми, наприклад неврозу.

Гіпомнезія – послаблення пам'яті, яке може бути пов'язане з віковим фактором, з мозковими захворюваннями або є вродженим.

Гіпермнезія – це, навпаки, загострення процесів пам'яті, як-от: різке зростання об'єму, стійкості запам'ятовування.

Парамнезія – оманливе впізнавання – особливий стан мозку людини, коли вона під час зустрічі з незнайомими об'єктами сприймає їх як знайомі. Це порушення пов'язане зі зміненим станом свідомості (дежавю, жамевю). Такі порушення спостерігаються як під час перевтоми, так і в стані підвищеної тривожності або неврози.

Амнезія – значне зниження або втрата певних видів пам'яті.

За динамікою протікання мнемічних процесів амнезії діляться на *ретроградну*, *антероградну*, *ретардіровану*. *Ретроградна* амнезія являє собою забування минулих подій; *антероградна* – неможливість запам'ятовування на майбутнє; *ретардірована* амнезія – вид зміни пам'яті, пов'язаний зі збереженням у пам'яті подій, пережитих під час хвороби, і наступним їхнім забуванням. Ще один вид амнезій – *прогресивна* – проявляється в поступовому погіршенні пам'яті аж до її повної втрати. При цьому спочатку втрачається те, що хитливо в пам'яті, а потім і більше міцні спогади.

2. Закони пам'яті

Ряд цікавих фактів, що розкривають особливості механізмів запам'ятовування, умови, за яких воно відбувається краще або гірше, виявив у своїх дослідженнях О.О.Смірнов. Він встановив, що дії запам'ятовуються краще, ніж думки, а серед дій, у свою чергу, стійкіше запам'ятовуються ті, які пов'язані з подоланням перешкод, у тому числі й самі ці перешкоди.

Розглянемо основні закони, здобуті в руслі різних теорій пам'яті.

Закон мотивованого забування за З.Фрейдом. Засновник психоаналізу З.Фрейд значну увагу приділив аналізу механізмів забування, які трапляються в повсякденному житті. Він стверджував, що в багатьох випадках забування в його основі лежить мотив небажання пам'ятати, тобто людина за своєю природою має здатність до забування психологічно неприємного.

Прикладами мотивованого забування, за З.Фрейдом, є випадки, коли людина мимоволі втрачає речі, пов'язані з тим, що вона хоче забути, і забуває про ці речі, щоб вони не нагадували їй про психологічно неприємні обставини. Досить часто таке мотивоване забування проявляється в невиконанні неприємних дій і обіцянок, коли вони пов'язані зі спогадами, що породжують негативні емоційні переживання або із внутрішніми протиріччями, пов'язаними зі ставленням людини до конкретної особистості (наприклад, людина “забуває” відправити листа).

Багато цікавих фактів, що стосується пам'яті людини, було встановлено в дослідженнях, автори яких керувалися гештальттеорією пам'яті. Один з них був відкритий Б.В.Зейгарник і одержав назву *ефект Зейгарник*. Він полягає в наступному: якщо людям запропонувати серію завдань і одні з них дозволити довести до кінця, а інші перервати незавершеними, то виявляється, що згодом піддослідні майже у два рази частіше згадують незавершені завдання, аніж завершені до моменту переривання. Пояснюється дане явище так. При

одержанні завдання у піддослідного з'являється потреба виконати його, що підсилюється в процесі виконання завдання. Ця потреба повністю реалізує себе, коли завдання виконане, і залишається незадоволеною, якщо воно не доведено до кінця.

Німецький вчений Г.Еббінгауз одержав ряд цікавих даних. Він, зокрема, вивів наступні закономірності запам'ятовування, встановлені в дослідженнях, де для запам'ятовування використовувались безглузді склади та інший слабо організований у смисловому плані матеріал:

На запам'ятовування значно впливає фактор емоційності. Навіть прості події в житті людини можуть запам'ятовуватися відразу міцно й надовго, якщо вони справляють сильне враження на людину, і згодом під час пригадування можуть виступати у свідомості з виразністю і ясністю.

Більш складні і менш цікаві події людина може переживати десятки разів, але вони в пам'яті надовго не зберігаються.

Людина може об'єктивно правильно відтворювати події, але не усвідомлювати цього і, навпаки, помилятися, але бути впевненою, що відтворює їх правильно. Між точністю відтворення подій і впевненістю в цій точності не завжди існує однозначний зв'язок.

Під час звернення на певну подію особливої уваги досить буває її однократного переживання, щоб надалі точно й у потрібному порядку відтворити по пам'яті його основні моменти.

Збільшення об'єму необхідної для запам'ятовування інформації потребує більшої кількості повторень.

З посиленням уваги до матеріалу, що запам'ятовується, число повторень, необхідних для його вивчення напам'ять, може бути зменшено, причому відсутність достатньої уваги не може бути компенсована збільшенням числа повторень.

Повторення матеріалу, якщо він заучується підряд, менш продуктивне для його запам'ятовування, ніж розподіл таких повторень протягом певного періоду часу, наприклад протягом декількох годин або днів.

Нове повторення сприяє кращому запам'ятовуванню того, що було вивчено раніше.

9. Для асоціативного зв'язку вражень та їхнього наступного відтворення особливо важливим є те, чи є вони відокремленими або становлять логічно зв'язане ціле.

10. Під час запам'ятовування довгого ряду найкраще по пам'яті відтворюються його початок і кінець (так званий "ефект краю").

11. Те, що є об'єктом інтересу людини, запам'ятовується без усякої складності. Особливо чітко ця закономірність проявляється в зрілі роки.

12. Рідкі, дивні, незвичайні враження запам'ятовуються краще, ніж звичні, що часто зустрічаються.

13. Будь-яке нове враження, отримане людиною, не залишається в її пам'яті ізольованим, а згодом змінюється, вступивши в асоціативний зв'язок з іншими враженнями, впливаючи на них і, у свою чергу, змінюючись під їхнім впливом.

Т. Рібо, аналізуючи важливі для розуміння психології пам'яті випадки амнезій – тимчасових втрат пам'яті, відзначає ще дві закономірності:

- пам'ять людини пов'язана з її особистістю, причому таким чином, що патологічні зміни в особистості майже завжди супроводжуються порушеннями пам'яті;

- пам'ять у людини втрачається і відновлюється за одним і тим же законом: при втратах пам'яті в першу чергу страждають найбільш складні і недавно отримані враження; при відновленні пам'яті – навпаки: спочатку відновлюються найбільш прості і старі спогади, а потім найбільш складні й недавні (так званий *закон Рібо*).

Відомим є також *ефект ремінісценції*. Це – покращення з часом відтворення матеріалу, який був заучений раніше, без додаткового його повторення. Часто це явище спостерігається при розподілі повторень матеріалу в процесі його заучування, а не при запам'ятовуванні відразу напам'ять. Відстрочене на кілька днів відтворення не рідко дає кращі результати, ніж відтворення матеріалу відразу після його заучування. Ремінісценція пояснюється тим, що згодом логічні, смислові зв'язки, що утворюються усередині матеріалу, що заучується, усталюються, стають більш ясними, виразними. Найчастіше ремінісценція відбувається на 2-3-й день після виучування матеріалу.

Ефективність запам'ятовування іноді знижує інтерференція, тобто змішання однієї інформації з іншою, одних схем пригадування з іншими.

3. Природа й види мислення, особливості творчого мислення

Мислення – це один зі способів пізнання людиною навколишнього середовища. Мислення в його вищих творчих людських формах не зводиться ні до інтуїції, ні до життєвого досвіду. Що ж таке мислення? Які його відмінності від інших способів пізнання людиною дійсності?

Мислення – вища, найбільш узагальнена форма психічного відображення, яка встановлює зв'язки і віносини між пізнавальними об'єктами. Сутність його полягає у відображенні: а) загальних та істотних властивостей предметів і явищ, у тому числі таких, які не сприймаються безпосередньо; б) істотних відносин і закономірних зв'язків між предметами та явищами. В основі процесу мислення лежить складна аналітико-синтетична діяльність кори більших півкуль головного мозку; утворюються другосигнальні тимчасові зв'язки, що опираються на першосигнальні нервові зв'язки.

Мислення являє собою породження нового знання, активну форму творчого відображення й перетворення людиною дійсності. Мислення (в елементарних формах воно є й у тварин) також можна розуміти як одержання нових знань та творче перетворення наявних.

Відмінність мислення від інших психологічних процесів полягає також у тому, що воно майже завжди пов'язане з наявністю проблемної ситуації, завдання, яке потрібно вирішити, й активною зміною умов, в яких це завдання задане.

На практиці мислення як окремий психічний процес не існує, воно незмінно присутнє в усіх інших пізнавальних процесах: у сприйнятті, увазі, уяві, пам'яті, мові. Вищі форми цих процесів обов'язково пов'язані з мисленням, і ступінь його участі в цих пізнавальних процесах визначає їхній рівень розвитку.

У психології прийнята і поширена багаторівнева класифікація видів мислення за різними критеріями. Розглянемо їх докладніше.

За генезисом розвитку розрізняють:

Словесно-логічне (понятійне) мислення – це таке мислення, користуючись яким людина в процесі розв'язання завдання оперує логічними поняттями, виконує дії подумки, безпосередньо не маючи справи з досвідом, одержаним за допомогою органів чуття. Процес розв'язання завдання з початку і до кінця відбувається подумки, людина користується готовими знаннями, отриманими іншими людьми, вираженими в понятійній формі, судженнях, умовиводах. Теоретичне понятійне мислення характерно для наукових теоретичних досліджень.

Абстрактно-логічне (образне) мислення засноване на виокремленні суттєвих властивостей і зв'язків предметів та відволіканні від несуттєвих, матеріалом, який тут використовує людина для розв'язання завдання, є не поняття, судження або умовиводи, а образи. Ці образи або безпосередньо витягуються з довготривалої пам'яті, або творчо відтворюються уявою. Таким мисленням користуються працівники літератури, мистецтва, взагалі люди творчої праці, що мають справу з образами. У ході вирішення розумових завдань відповідні образи подумки перетворюються так, щоб людина в результаті маніпулювання ними змогла безпосередньо побачити розв'язання того завдання, яке цікавить.

Відмінна риса наступного виду мислення – *наочно-образного* – полягає в тому, що розумовий процес у ньому безпосередньо пов'язаний зі сприйняттям мислячою людиною оточуючої дійсності і без неї відбуватися не може. Мислячи образно, людина прив'язана до дійсності, а необхідні для мислення образи представлені в її короткочасній та оперативній пам'яті (на відміну від образів для теоретичного образного мислення).

Дана форма мислення найбільш повно і розгорнуто представлена в дітей дошкільного й молодшого шкільного віку, а в дорослих – серед людей, зайнятих практичною роботою. Цей вид мислення досить розвинений в усіх людей, кому часто доводиться приймати рішення щодо предметів своєї діяльності, лише спостерігаючи за ними, але безпосередньо їх не торкаючись.

Останній за даним критерієм вид мислення – це *наочно-дійове* мислення. Його особливість полягає в тому, що сам процес мислення являє собою практичну перетворюючу діяльність, яку здійснює людина з реальними предметами. Основною умовою розв'язання завдання в цьому випадку є правильні дії з відповідними предметами. Цей вид мислення широко представлений у людей, зайнятих реальною виробничою працею, результатом якої є створення конкретного матеріального продукту.

Слід зазначити, що перераховані види мислення виступають одночасно і як рівні його розвитку. Теоретичне мислення вважається більш завершеним, ніж практичне, а понятійне являє собою більш високий рівень розвитку, ніж образне. Так, в онтогенезі людського розвитку в дитини спочатку формується наочно-дійове мислення, коли вона починає маніпулювати з предметами, у віці 4-5 років з'являється наочно-образне мислення як спосіб образного представлення дійсності. Інші види мислення розвиваються вже в молодшому шкільному віці.

За характером завдань, які вирішує людина, мислення може бути:

Теоретичне. Це мислення на основі теоретичних розмірковувань та узагальнень. Теоретичне мислення – це пізнання законів і правил. Та *практичне* – мислення на основі суджень і умовисновків, заснованих на розв'язанні практичних завдань. Його основним завданням є практичне перетворення дійсності: постановка цілей, створення плану, проекту, схеми.

За ступенем розгорнутості розрізняють:

Дискурсивне (аналітичне) мислення – мислення, яке спирається на логіку розмірковувань, а не на сприймання, воно є розгорнутим у часі, має чітко виокремлені етапи та представлено у свідомості самої людини, яка мислить.

Інтуїтивне мислення – мислення на основі безпосереднього чуттєвого сприйняття і безпосереднього відображення впливів предметів і об'єктів оточуючої дійсності.

Репродуктивне мислення – мислення на основі образів і уявлень, які взяті з певних джерел. *Продуктивне* мислення – мислення на основі творчої уяви.

За засобами мислення розрізняють такі види мислення:

Наочне мислення – мислення на основі образів і уявлень предметів. *Вербальне* мислення – мислення, яке оперує абстрактними знаковими структурами.

За функціями виокремлюють:

Критичне мислення – мислення, спрямоване на виявлення недоліків у судженнях інших людей, та *творче* мислення – мислення, пов'язане з відкриттям принципово нового знання, генерацією власних оригінальних ідей, а не з оцінюванням чужих думок.

Мислення на відміну від інших процесів відбувається згідно певної логіки. Відповідно, у структурі мислення можна виділити наступні *логічні операції*: *порівняння* – це зіставлення предметів чи явищ з метою знайти подібність і відмінності між ними; *аналіз* – уявне розчленовування предмета або явища на утворюючі його частини, виділення окремих ознак і властивостей; *синтез* – уявне поєднання окремих елементів, частин і ознак у єдине ціле; *абстрагування* – уявне виділення суттєвих властивостей і ознак предметів або явищ при одночасному відволіканні від несуттєвих ознак і властивостей; *конкретизація* – уявний перехід від загального до одиничного, яке відповідає цьому загальному; *узагальнення* виступає як поєднання суттєвого (абстрагування) і пов'язування його з класом предметів й явищ.

Окрім логічних операцій мислення існують також *форми (або операції)* мислення. Це: *поняття* – форма мислення, в якій відображаються загальні і

притому суттєві властивості предметів й явищ; *судження* – форма мислення, що містить ствердження або заперечення певного положення щодо предметів, явищ або їхніх властивостей; *умовисновок* – форма мислення, у процесі якої людина, зіставляючи й аналізуючи різні судження, виводить із них нове судження (наприклад, доказ теорем). Розрізняють два види умовисновків: *індуктивні* й *дедуктивні*. *Індукція* – це спосіб міркування від часткових суджень до загальних, встановлення загальних законів і правил на підставі вивчення окремих фактів і явищ. *Дедукція* – це спосіб міркування від загального судження до часткового, пізнання окремих фактів і явищ на підставі знання загальних законів і правил.

Крім звичних, нормальних видів мислення, що приводять до правильних висновків, є особливі розумові процеси, що дають неправильне уявлення про дійсність. Вони виявляються у хворих людей (наприклад, у шизофреніків), а також у тих, хто займає проміжне положення між нормою й патологією або перебуває в стані так званого стану замутненої свідомості (галюцинації, марення, гіпнотичний стан).

Один з видів незвичного мислення одержав назву *аутизма*. Думки людини при аутистичному мисленні підкоряються не логіці й розуму, а афективним потребам.

У багатьох відносинах аутистичне мислення протилежне реалістичному. Реалістичне мислення правильно відображає дійсність, робить поведінку людини розумною, у той час як аутистичне мислення представляє в основному те, що відповідає не об'єкту, а афекту. Метою операцій реалістичного мислення є створення правильної картини світу, знаходження істини. Аутистичне мислення породжує ілюзії, а не істини. Однак аутизм має певну цінність. Він знімає зайву напруженість у людини, заспокоює її, іноді підсилює прагнення до позитивної мети.

Протягом останніх десятиліть особливої актуальності набуло вивчення особливих інтелектуальних здібностей, названих *креативністю* (від лат. *creation* – витвір, творіння). Психологами було витрачено багато зусиль і часу на з'ясування того, як людина вирішує нові, незвичні, творчі завдання. Однак дотепер ясної відповіді на питання про психологічну природу творчості немає. Наука має у своєму розпорядженні тільки деякі дані, що дозволяють частково описати процес вирішення людиною такого роду завдань, охарактеризувати умови, що сприяють і перешкоджають знаходженню правильного рішення.

Було визнано, що креативність залежить від здібності по-різному використовувати дану в завданні інформацію у швидкому темпі. Цю здібність і назвали креативністю як здатність індивіда створювати нові поняття і формувати нові навички. Креативність пов'язують з творчими досягненнями особистості. Основними характеристиками креативності Дж. Гілфорд вважає:

- швидкість думки – кількість ідей, які виникають на одиницю часу;
- гнучкість думки – здатність переключатись з однієї ідеї на іншу;
- оригінальність – здатність виробляти ідеї, які відрізняються від загальноприйнятих поглядів;

- допитливість – чутливість до проблем оточуючого світу, здатність до розробки гіпотез;
- ірелевантність – логічна незалежність реакції від стимулу;
- фантастичність – повна відірваність відповіді від реальності за наявності логічного зв'язку між стимулом і реакцією.

Гілфорд поєднав ці фактори під загальною назвою *дивергентність* мислення, яка виявляється тоді, коли проблема ще повністю не визначена або не розкрита і коли не існує заздалегідь визначеного способу розв'язання (на відміну від *конвергентного* мислення, яке орієнтується на апробовані стандартні шляхи розв'язання).

Що ж заважає людині бути творчою особистістю і проявляти оригінальність мислення? Серйозною перешкодою на шляху до творчого мислення можуть виступати не тільки недостатньо розвинені здібності, але й, зокрема:

Схильність до конформізму, що виражається в домінуючому над творчістю прагненні бути схожим на інших людей, не відрізнятися від них у своїх судженнях і вчинках.

Страх виявитися “білою вороною” серед людей, здатися нерозумним або смішним у своїх судженнях.

Обидві зазначені тенденції можуть виникнути в дитини у ранньому дитинстві, якщо перші її спроби самостійного мислення, перші судження творчого характеру не знаходять підтримки у дорослих людей, які її оточують, викликають у них сміх або осуд, або, що є гіршим, супроводжуються покаранням або нав'язуванням дитині з боку дорослого в якості єдино “правильних” найпоширеніших, загальноприйнятих думок.

3. Страх здатися занадто екстравагантним, навіть агресивним у своєму неприйнятті критики думок інших людей.

В умовах нашої культури досить поширена наступна думка: критикувати людину – значить бути стосовно неї неосвіченою, проявляти до неї неповагу. Цьому ми, на жаль, з дитинства вчимо своїх дітей, зовсім не думаючи про те, що в цьому випадку виховання ввічливості, тактовності, коректності й інших корисних якостей відбувається за рахунок втрати іншої, не менш цінної властивості: сміти, мати і уміти відстоювати, відкрито висловлювати і захищати власну думку, не турбуючись про те, сподобається або не сподобається вона оточуючим.

Страх помсти з боку іншої людини, чию позицію ми критикуємо. Критикуючи людину, ми звичайно викликаємо з її боку відповідну негативну реакцію. Побоювання такої реакції нерідко виступає як перешкода на шляху до розвитку власного творчого мислення.

Завищена оцінка значимості своїх власних ідей. Іноді те, що ми самі придумали або створили, подобається нам більше, ніж думки, висловлювані іншими людьми, причому настільки, що в нас виникає бажання своє нікому не показувати, ні з ким ним не ділитися й залишити при собі.

Високорозвинена тривожність. Людина, якій характерна ця якість, звичайно страждає підвищеною непевністю в собі, проявляє страх відкрито висловлювати свої ідеї.

Є два конкуруючих між собою способи мислення: критичний і творчий. Критичне мислення спрямоване на виявлення недоліків у судженнях інших людей. Творче мислення пов'язане з відкриттям принципово нового знання, з генерацією власних оригінальних ідей, а не з оцінюванням чужих думок. Людина, в якій критична тенденція занадто виражена, приділяє основну увагу критиці, хоча сама б могла творити, і непогано. І навпаки, та людина, у якій конструктивне, творче мислення домінує над критичним, часто виявляється нездатною бачити недоліки у власних судженнях й оцінках.

Вихід із цього положення у тому, щоб у дитини із самого дитинства розвивати як критичне, так і творче мислення, піклуючись про те, щоб вони перебували у рівновазі, супроводжували і періодично змінювали один одного в будь-якому розумовому акті. Якщо людиною висловлюється власна ідея, то вона сама повинна її відразу ж критично осмислити. Якщо оригінальна, нова думка висловлена кимось іншим, то поряд з її критикою необхідно обов'язково пропонувати свою. У житті більшості людей, для того щоб їхня творча віддача була максимальною, необхідно розумне поєднання творчого і критичного мислення.

З поняттям творчості нерозривно пов'язане поняття *інтелекту*. Під ним розуміється сукупність найзагальніших розумових здібностей, які забезпечують людині успіх у розв'язанні різноманітних завдань. Хоча інтелект є одним із найбільш вивчених психологічних понять, у його розумінні є багато відмінностей. Одні вважають інтелект деякою загальною розумовою здібністю, інші думають, що в цьому понятті об'єднані дані про різні розумові здібності.

Для оцінювання рівня розвитку інтелекту зазвичай застосовуються тести інтелекту. У цей час їх розроблено досить багато, і вони призначені для людей різного віку.

Відомим є тест Стенфорд-Біне, який застосовується у роботі з дітьми від 2 до 16 років і містить у собі шкали для оцінки загальної поінформованості, рівня розвитку мовлення, сприйняття, пам'яті, здібностей до логічного мислення. Всі завдання в тесті розподілені за віком. Коефіцієнт інтелекту – кількісний показник його розвитку – визначається шляхом порівняння даних дитини із середніми показниками, що характеризують багатьох дітей її віку. Крім того, за допомогою тесту Стенфорд-Біне можна визначити так званий розумовий вік дитини. Він відповідає тому фізичному вікові, якого в цей час досягла дитина за рівнем свого інтелектуального розвитку.

Ще один відомий тест інтелекту – тест Векслера. Він має два різних варіанти, один із яких застосовується в роботі з дітьми від 4 до 6 років, а інший – під час вивчення дітей у віці від 7 до 16 років. Шкали даного тесту оцінюють володіння словом, уміння виявляти подібність і відмінності між предметами, запам'ятовувати, мислити та інші здібності. У тесті виокремлюються два показники: ВІП – вербальний інтелектуальний показник, який інтегрує результати виконання тих завдань, де використовується

мовлення, і НІП – невербальний інтелектуальний показник, що складається з підсумків виконання завдань, в яких мова практично не вживається. Загальний показник інтелекту за даним тестом – ЗІП – являє собою суму ВІП і НІП.

Серед вчених не склалося єдиної думки про можливості правильної оцінки інтелекту за допомогою тестів. Одні вважають, що тести дають у загальному вірну інформацію про інтелект, інші – що вона може бути перекручена. Дж. Гілфорд, зокрема, експериментально доказав, що досягнення за однією групою тестів зі специфічним набором завдань не завжди відповідають результатам тестування за іншими тестами, де застосовується інший тип завдань.

У зв'язку з цим виникла думка про те, що тести інтелекту вимірюють не стільки загальні інтелектуальні здібності, скільки спеціальні знання, уміння й навички, придбані в процесі навчання.

Однак і повністю заперечувати можливість оцінки рівня інтелектуального розвитку за допомогою тестів не можна. Виявилось, що коефіцієнти інтелекту досить стійкі протягом життя людини, хоча й не залишаються постійними. Сталість тестових показників спостерігається починаючи приблизно із дворічного віку. Результати інтелектуального тестування дитини в одному віці деякою мірою можуть передбачати результати, одержані в наступному віці.

Інтелектуальне тестування, проведене Л.Р. Хармоном у США в 1958 р., показало, що ті люди, які систематично займається розумовою працею, мають більш високі показники інтелекту. За окремими професіями показники розподілилися так: фізики – 140,3%; математики – 138,2%; інженери – 134,8% і т.д. Замикають список люди з дуже високим рівнем інтелектуального розвитку: хіміки (131,5%), біологи (126,1%) і педагоги (123,3%).

Найпоширенішим тестом для вимірювання коефіцієнту інтелекту (IQ) є тест Айзенка, де нормальним показником інтелекту дорослої людини вважається результат близько 100 одиниць.

Низькі тестові показники інтелекту не завжди говорять про слабкі здібності людини. Це – один з найбільш важливих моментів, який необхідно враховувати при визначенні результатів тестування і їхній інтерпретації. Якщо дитина не виконала тестове завдання, то треба бути дуже обережним у визначенні на цій основі перспектив її інтелектуального розвитку.

4. Уява й творчість

Уява відіграє важливу роль у житті людини. Завдяки уяві людина має здатність творити, розумно планує свою діяльність та керує нею. Майже уся людська матеріальна та духовна культура є продуктом уяви і творчості людей. Завдяки уяві людина має здатність до саморозвитку і вдосконалення.

Уява – це здатність представляти відсутній або реально не існуючий об'єкт, утримувати його в свідомості і подумки маніпулювати ним. Цей психічний процес як форма людської психіки стоїть окремо від інших психічних процесів і разом з тим займає проміжне положення між сприйняттям, мисленням і

пам'яттю. Специфіка цієї форми психічного процесу полягає в тому, що уява характерна лише для людини і взаємопов'язана з діяльністю організму.

Володіючи багатую уявою, людина може, так би мовити, жити у різні часи, тобто виходити за межі сьогоденного існування, пригадувати своє минуле та відкривати для себе майбутнє, що не може дозволити собі жодна жива істота, окрім неї. Минуле представлено в образах пам'яті, які довільно відтворюються за допомогою вольових зусиль, майбутнє представлене в мріях та фантазіях.

Уява є основою наочно-образного мислення, що дозволяє людині орієнтуватися в ситуації і вирішувати завдання без безпосереднього втручання практичних дій. Воно багато в чому допомагає йому в тих випадках життя, коли практичні дії або неможливі, або утруднені, або просто недоцільні (небажані).

Від сприймання уява відрізняється образами, які не завжди відповідають реальності, у них є елементи фантазії, вигадки. Якщо уява малює свідомості такі картини, які нічому або мало в чому відповідають в дійсності, то воно зветься фантазії. Якщо, крім того, уява націлена на майбутнє, її називають мрією.

Уява може бути чотирьох основних видів: *активна, пасивна, продуктивна й репродуктивна*.

Активна уява характеризується тим, що, користуючись нею, людина за власним бажанням, зусиллям волі викликає в собі відповідні образи. *Образи пасивної* уяви виникають спонтанно, незалежно від волі і бажання людини. *Продуктивна* уява відрізняється тим, що в ній дійсність свідомо конструюється людиною, а не просто механічно копіюється або відтворюється. Але при цьому в образі вона все-таки творчо перетворюється. У *репродуктивній* уяві ставиться завдання відтворити реальність у тому вигляді, в якому вона є, і хоча тут також присутній елемент фантазії, така уява більше нагадує сприймання або пам'ять, ніж творчість.

З феноменом уяви в практичній діяльності людей насамперед пов'язаний процес художньої творчості. Так, з репродуктивною уявою може бути співвіднесений напрямок у мистецтві – натуралізм, а також частково реалізм.

Джерелом будь-якого напрямку в мистецтві може бути тільки життя, воно ж виступає як первинна база для фантазії. Але ніяка фантазія не здатна винайти щось таке, що людині не було б відомо. У зв'язку із цим саме реальність стає основою творчості ряду майстрів мистецтва, чий політ творчої фантазії вже не задовольняють реалістичні, а тим більше натуралістичні засоби вираження. Але ця реальність пропускається через уяву творців, вони по-новому її конструюють, користуючись різноманітними засобами. У такому випадку уяву називають продуктивною.

З продуктивною уявою в мистецтві ми зустрічаємося і у тих випадках, коли замість відтворення дійсності реалістичним методом автор надає перевагу ірраціональності й фантастичності. Плодом такої уяви є фантастичні твори і романи, де автори звертаються до незвичайних, вигаданих образів, які майже повністю відірвані від реальності. Творчий процес у такому випадку пов'язаний зі свідомими вольовими зусиллями.

Рідше імпульсом творчого процесу стає пасивна уява, тому що “спонтанні”, незалежні від волі автора образи найчастіше є продуктом підсвідомої робо-

ти творця, прихованої від нього самого. Творчий процес тут, як правило, починається з вольового зусилля, тобто з акту уяви, і поступово настільки захоплює автора, що його уява стає спонтанною, і вже не він творить образи, а образи володіють і управляють художником, і він підкоряється їхній логіці.

Робота людської уяви, зрозуміло, не обмежується літературою й мистецтвом. В неменшій мірі вона виявляється в наукових, технічних, інших видах творчості. У всіх цих випадках фантазія як різновид уяви відіграє позитивну роль.

Але окрім видів уяви розрізняють також і її форми. Це – сновидіння, галюцинації, фантазії, марення та мрії. Сновидіння можна віднести до розряду пасивних і мимовільних форм уяви. Справжня їхня роль у житті людини дотепер не встановлена, хоча відомо, що в сновидіннях людина знаходить вираження і задоволення багатьох своїх життєво важливих потреб, які через низку причин не можуть реалізуватись в житті.

Галюцинаціями називають фантастичні видіння, що не мають майже ніякого зв'язку з оточуючою людиною дійсністю, а переживання образів відбувається у відсутності будь-якої зовнішньої стимуляції. Це патологічне порушення перцептивної діяльності, яке полягає у сприйманні об'єктів, які на даний момент безпосередньо не впливають на органи чуття людини. Зазвичай галюцинації – результат тих або інших порушень психіки або роботи організму і супроводжують багато хворобливих станів.

Фантазія – це форма уяви, в якій змінюється образ дійсності, відображеної у свідомості. Для неї характерна транспозиція (перестановка) елементів реальності. Фантазія дозволяє знайти нову точку зору на вже відомі факти і тому має високохудожню і науково-пізнавальну цінність. Фантазії виникають при падінні інтенсивності свідомого, в результаті чого стирається межа між ним і підсвідомим (сон, перевтома).

Марення на відміну від галюцинацій – це цілком нормальний психічний стан, що являє собою фантазію, пов'язану з бажанням більш ідеального майбутнього. *Мрія* – це створення образів бажаного майбутнього, необхідна умова перетворення дійсності, спонукальна причина, мотив діяльності, кінцеве завершення якої виявилось відстроченим. Мрія від марення відрізняється тим, що вона більш реалістична і більшою мірою пов'язана з дійсністю, тобто в принципі здійсненна. Марення і мрії займають в людини досить більшу частину часу, особливо в підлітковому та юнацькому віці. Для більшості людей мрії є приємними думками про майбутнє. У деяких зустрічаються й тривожні бачення, що породжують почуття занепокоєння, провини, агресивності.

Синтез уявлень в означених процесах здійснюються за допомогою різноманітних механізмів. Розглянемо їх детальніше.

Аглютинація – поєднання непокєднуваних в реальності якостей, засобів і частин предметів.

Гіперболізація (або акцентування) – збільшення або зменшення предметів, зміна якості їх частин.

Загострення – підкреслювання певних ознак.

Схематизація – згладжування та зменшення рис подібності між предметами.

Типізація – виокремлення суттєвого, яке повторюється в однотипних явищах і втілення його у конкретних образах.

Мозок людини продовжує функціонувати і тоді, коли в нього не надходить нова інформація, коли він не вирішує ніяких проблем. Саме в цей час і починає працювати уява. Установлено, що людина за своїм бажанням не в змозі припинити потік думок, зупинити уяву.

У житті людини уява виконує ряд специфічних функцій.

Перша з них полягає у представленні дійсності в образах з подальшою можливістю користуватися ними, вирішуючи завдання. Ця функція уяви пов'язана з мисленням й органічно в нього включена.

Друга функція уяви полягає в регулюванні емоційних станів. За допомогою своєї уяви людина здатна хоча б частково задовольняти багато потреб, знімати породжувану ними напруженість. Ця життєво важлива функція особливо підкреслюється і розробляється в психоаналізі.

Третя функція уяви пов'язана з її участю в довільній регуляції пізнавальних процесів і станів людини, зокрема сприйняття, уваги, пам'яті, мови, емоцій. За допомогою образів людина може звертати увагу на потрібні події, одержувати можливість управляти сприйняттям, спогадами, висловлюваннями.

Четверта функція уяви виявляється у формуванні внутрішнього плану дій – здібності виконувати їх у розумі, маніпулюючи образами.

Нарешті, *п'ята* функція – це планування й програмування діяльності, складання таких програм, оцінка їхньої правильності, процесу реалізації.

За допомогою уяви ми можемо управляти багатьма психофізіологічними станами організму, налаштовувати його на майбутню діяльність. Відомі факти, які свідчать про те, що за допомогою уяви, чисто вольовим шляхом людина може впливати на органічні процеси: змінювати ритміку подиху, частоту пульсу, кров'яний тиск, температуру тіла. Дані факти лежать в основі аутотренінгу, який широко використовується для саморегуляції.

За експериментальними даними багатьох досліджень уява і органічні процеси тісним образом взаємозалежні.

У людей з досить багатою фантазією в результаті сильно розвиненої уяви можуть змінюватися органічні процеси, наприклад з'являтися ознаки, які звичайно супроводжують ті або інші емоції (частішання пульсу, збої в подиху, підвищення кров'яного тиску, виділення поту і таке інше). Вони мають місце тоді, коли людина уявляє собі певну ситуацію, наприклад ситуацію погрози для неї. Невгамовна фантазія в особливо чутливих, емоційно невірнісноважених людей може навіть викликати деякі види захворювань, у тому числі і такі серйозні, як серцево-судинні і шлунково-кишкові.

Основні поняття до теми:

Пам'ять – це здатність до одержання, зберігання та відтворення життєвого досвіду.

Миттєва, або іконічна, пам'ять – безпосереднє відображення інформації органами чуття, пов'язане з утриманням точної і повної картини тільки що сприйнятого органами чуття, без будь-якої переробки отриманої інформації.

Короткочасна пам'ять – це спосіб збереження інформації протягом короткого проміжку часу, що включає узагальнений образ сприйнятого, його найбільш суттєві елементи.

Оперативна пам'ять – це пам'ять, розрахована на збереження інформації протягом певного, заздалегідь заданого терміну, у діапазоні від декількох секунд до декількох днів.

Довготривала пам'ять – це пам'ять, здатна зберігати інформацію протягом практично необмеженого терміну.

Генетична пам'ять – це пам'ять, в якій інформація зберігається в генотипі, передається й відтворюється із покоління в покоління.

Персеверації – це нав'язливі повторення.

Гіпомнезія – послаблення пам'яті, яке може бути пов'язане з віковим фактором, з мозковими захворюваннями або є вродженим.

Гіпермнезія – це, навпаки, загострення процесів пам'яті, як-от: різке зростання об'єму, стійкості запам'ятовування.

Парамнезія – оманливе впізнавання – особливий стан мозку людини (пов'язаний зі зміненням станом свідомості), коли вона під час зустрічі з незнайомими об'єктами сприймає їх як знайомі (дежавю, жамевю).

Амнезія – значне зниження або втрата певних видів пам'яті.

Ретроградна амнезія – це забування минулих подій.

Антероградна амнезія – це неможливість запам'ятовування на майбутнє.

Ретардірована амнезія – це вид зміни пам'яті, пов'язаний зі збереженням у пам'яті подій, пережитих під час хвороби, і наступним їхнім забуванням.

Прогресивна амнезія – це порушення, яке проявляється в поступовому погіршенні пам'яті аж до її повної втрати, при якому спочатку втрачається те, що є нестійким в пам'яті, а потім і більш міцні спогади.

Ефект Зейгарник полягає в тому, що якщо людям запропонувати виконати серію завдань, і одні з них дозволити довести до кінці, а інші перервати незавершеними, то через деякий час піддослідні майже в два рази частіше пригадують незавершені завдання, аніж завершені до моменту переривання.

Ремінісценція – це покращення з часом відтворення матеріалу, який був заучений раніше, без додаткового його повторення.

Інтерференція – це явище змішування однієї інформації з іншою.

Мислення – вища форма відображення мозком навколишнього світу, найбільш складний психічний процес.

Словесно-логічне (понятійне) мислення – це таке мислення, користуючись яким людина в процесі розв'язання завдання оперує логічними поняттями, виконує дії подумки, безпосередньо не маючи справи з досвідом, одержаним за допомогою органів чуття.

Абстрактно-логічне (образне) мислення – мислення, засноване на виокремленні суттєвих властивостей і зв'язків предметів і відволіканні від несуттєвих, де матеріалом, який використовує людина для розв'язання завдання, є не поняття, судження або умовиводи, а образи.

Наочно-образне мислення – мислення, суть якого полягає в тому, що розумовий процес у ньому безпосередньо пов'язаний зі сприйняттям мислячою людиною оточуючої дійсності і без неї відбуватися не може.

Наочно-дійове мислення – мислення, особливість якого полягає в тому, що сам процес мислення являє собою практичну перетворюючу діяльність, яку здійснює людина з реальними предметами.

Теоретичне мислення – це мислення на основі теоретичних розмірковувань та узагальнень, пізнання законів і правил.

Практичне мислення – мислення на основі суджень і умовисновків, заснованих на розв'язанні практичних завдань, його основним завданням є практичне перетворення дійсності: постановка цілей, створення плану, проекту, схеми.

Дискурсивне (аналітичне) мислення – мислення, яке спирається на логіку розмірковувань, а не на сприймання, воно є розгорнутим у часі, має чітко виокремлені етапи та представлено у свідомості самої людини, яка мислить.

Інтуїтивне мислення – мислення на основі безпосереднього чуттєвого сприйняття і безпосереднього відображення впливів предметів і об'єктів оточуючої дійсності.

Репродуктивне мислення – мислення на основі образів і уявлень, які взяті з певних джерел.

Продуктивне мислення – мислення на основі творчої уяви.

Наочне мислення – мислення на основі образів і уявлень предметів.

Вербальне мислення – мислення, яке оперує абстрактними знаковими структурами.

Критичне мислення – мислення, спрямоване на виявлення недоліків у судженнях інших людей.

Творче мислення – мислення, пов'язане з відкриттям принципово нового знання, генерацією власних оригінальних ідей, а не з оцінюванням чужих думок.

Дивергентність мислення – це характеристика мислення, яка виявляється тоді, коли проблема ще повністю не визначена або не розкрита і коли не існує заздалегідь визначеного способу вирішення.

Конвергентність мислення – це характеристика мислення, яке орієнтується на апробовані стандартні шляхи розв'язання.

Порівняння – це зіставлення предметів чи явищ з метою знайти подібність і відмінності між ними.

Аналіз – уявне розчленовування предмета або явища на утворюючі його частини, виділення окремих ознак і властивостей.

Синтез – уявне поєднання окремих елементів, частин і ознак у єдине ціле.

Абстрагування – уявне виділення суттєвих властивостей і ознак предметів або явищ при одночасному відволіканні від несуттєвих ознак і властивостей.

Конкретизація – уявний перехід від загального до одиничного, яке відповідає цьому загальному.

Узагальнення – це поєднання суттєвого (абстрагування) і пов'язування його із класом предметів й явищ.

Поняття – форма мислення, у якій відображаються загальні і притому суттєві властивості предметів й явищ.

Судження – форма мислення, що містить ствердження або заперечення певного положення щодо предметів, явищ або їхніх властивостей.

Умовисновок – форма мислення, у процесі якої людина, зіставляючи й аналізуючи різні судження, виводить із них нове судження (наприклад, доказ теорем). Розрізняють два види умовисновків: індуктивні й дедуктивні.

Індукція – це спосіб міркування від часткових суджень до загальних, встановлення загальних законів і правил на підставі вивчення окремих фактів і явищ.

Дедукція – це спосіб міркування від загального судження до часткового, пізнання окремих фактів і явищ на підставі знання загальних законів і правил.

Інтелект – це сукупність найзагальніших розумових здібностей, які забезпечують людині успіх у розв'язання різноманітних завдань.

Уява – це здатність представляти відсутній або реально не існуючий об'єкт, утримувати його в свідомості і подумки маніпулювати ним.

Активна уява – це уява, яка характеризується тим, що, користуючись нею, людина за власним бажанням, зусиллям волі викликає в собі відповідні образи.

Пасивна уява – уява, де образи виникають спонтанно, незалежно від волі і бажання людини.

Продуктивна уява – уява, яка відрізняється творчим перетворенням образів дійсності, яка свідомо конструюється людиною, а не просто механічно копіюється або відтворюється.

Репродуктивна уява – уява, в якій ставиться завдання відтворити реальність у тому вигляді, в якому вона є, і хоча тут також присутній елемент фантазії, така уява більше нагадує сприймання або пам'ять, ніж творчість.

Сновидіння – це пасивна і мимовільна форма уяви.

Галюцинації – це фантастичні видіння, що не мають майже ніякого зв'язку з оточуючою людиною дійсністю, а переживання образів відбувається у відсутності будь-якої зовнішньої стимуляції.

Фантазія – це форма уяви, в якій змінюється образ дійсності, відображеної у свідомості.

Марення – це цілком нормальний психічний стан, що являє собою фантазію, пов'язану з бажанням більш ідеального майбутнього.

Мрія – це створення образів бажаного майбутнього, необхідна умова перетворення дійсності, спонукальна причина, мотив діяльності, кінцеве завершення якої виявилось відстроченим.

Аглотинація – поєднання непоєднуваних в реальності якостей, засобів і частин предметів.

Гіперболізація (або акцентування) – збільшення або зменшення предметів, зміна якості їх частин.

Загострення – підкреслювання певних ознак.

Схематизація – згладжування та зменшення рис подібності між предметами.

Типізація – виокремлення суттєвого, яке повторюється в однотипних явищах і втілення його у конкретних образах.

Питання для самоперевірки.

1. Пам'ять як психічний процес. Розкрийте відмінність пам'яті людини від пам'яті тварин.
2. Назвіть види пам'яті людини та їхні особливості.
3. Які порушення пам'яті в людей вам відомі?
4. Розкрийте закони й ефекти пам'яті.
5. Природа і види мислення, особливості творчого мислення.
6. Уява, творчість та органічні процеси.

Теми рефератів та докладів:

1. Теорії пам'яті в психології.
2. Пам'ять: основні види, процеси та індивідуальні відмінності.
3. Порушення пам'яті та його основні причини.
4. Основні закони та фактори розвитку пам'яті.
5. Сутність мислення та його індивідуальні особливості.
6. Творче мислення, його особливості та значення.
7. Поняття та вимірювання коефіцієнту інтелекту.
8. Уява та її основні види.
9. Уява та індивідуальна творчість.

Література до теми:

1. Аткинсон Р. Человеческая память и процесс обучения. – М., 1980.
2. Вертгеймер М. Продуктивное мышление. – М., 1987.
3. Зинц Р. Обучение и память. – Минск. 1984.
4. Гальперин П.Я., Котик Н.Р. До психології творчого мислення // Питання психології. – 1982. – № 5. – С. 80-84.
5. Дьюн Д. Психология и педагогика мышления. – М., 1997.
6. Кирнос Д. И. Индивидуальность и творческое мышление. – М., 1992.
7. Лурия А.Р. Язык и мышление. – М., 1979.
8. Петухов В.В. Психология мышления: Учебно-методическое пособие. – М., 1987.
9. Холодная М. А. Психология интеллекта. – М., 1997.
10. Штерн В. Умственная одаренность. – СПб., 1997.

Тема 4: ПСИХОЛОГІЯ ОСОБИСТОСТІ

План

1. Поняття особистості, теорії особистості.
2. Психологічні характеристики особистості і її структура.
3. Здібності, задатки й індивідуальні відмінності людей.
4. Обдарованість, геніальність, талант.

1. Поняття особистості, теорії особистості

Особистість (*personality*) походить від латинського слова *persona*, що спочатку означало маску трагічного або комічного характеру, що надягалася актором під час театральної вистави в давньогрецькій драмі. У поняття «особистість» був включений зовнішній, соціальний образ, якого набувала індивідуальність, граючи життєві ролі. «Личина» – суспільна особа, звернена до оточуючих.

На запитання, що таке особистість, психологи відповідають по-різному, і в різноманітності їхніх відповідей, а частково й у розбіжності думок з цього приводу, виявляється складність самого феномена особистості. Кожне з визначень особистості, наявних у літературі (якщо воно включено в розроблену теорію й підкріплено дослідженнями), заслуговує того, щоб врахувати його в пошуках глобального визначення особистості.

Особистість найчастіше визначають як людину в сукупності її соціальних, набутих якостей. Це означає, що до числа особистісних не відносяться такі особливості людини, які за генотипом або фізіологічно обумовлені, ніяк не залежать від життя в суспільстві.

Людина – це, з одного боку, біологічна істота, а з іншого, – істота суспільна. Це істота, яка втілює вищий ступінь розвитку життя, суб'єкт суспільно-історичної діяльності. Людина як суб'єкт і продукт трудової діяльності в суспільстві є системою, в якій фізичне й психічне, генетично обумовлене й прижиттєво сформоване, природне й соціальне утворюють нерозривну єдність.

Індивід (від лат. “*неподільне*”) – це людина як одинична природна істота, представник виду *Homo Sapiens*, носій індивідуально своєрідних рис (задатків, потягів і т.д.). Найбільш загальними характеристиками індивіда є: цілісність психофізіологічної організації, стійкість у взаємодії з навколишнім світом, активність.

Особистість – це та ж людина, але яка розглядається як суспільна істота. Особистість – це системна якість, що здобувається індивідом у предметній діяльності й спілкуванні, що характеризує його з боку включення в суспільні відносини. Характеристика людини з боку її соціально значимих відмінностей від інших людей розглядається як індивідуальність, своєрідність психіки й особистості індивіда, її неповторність. Індивідуальність виявляється в рисах

темпераменту, характеру, в специфіці інтересів, якостей інтелекту, потреб і здібностей індивіда.

У сучасній зарубіжній психології існують різноманітні підходи до визначення поняття особистості. Наприклад:

Карл Роджерс – описував особистість як сутність, яка сприймається суб'єктивно, “серце” наших переживань.

Гордон Олпорт – особистість – внутрішнє дещо, що визначає характер взаємодії людини зі світом.

Ерик Еріксон – особистість як результат подолання психосоціальних криз.

Джордж Келлі – особистість – властивий кожному унікальний спосіб усвідомлення життєвого досвіду.

Реймонд Кеттел – ядро особистісної структури утворюють 16 основних рис.

Альберт Бандура – особистість – складна й безперервна взаємодія індивіда, поведінки й ситуації.

Усі підходи до того або іншого розуміння особистості залежать від теоретичних уявлень автора. Враховуючи те, що теорія – система взаємозалежних ідей, постулатів, принципів, що має на меті пояснення певних спостережень, вона завжди уможлядна за своєю суттю й не може бути правильною або неправильною. Тому теорії особистості – умовиводи або гіпотези про те, що являють собою люди, як себе поводять й чому чинять так, а не інакше. Якби поведінка людини була зрозумілою з точки зору здорового глузду, не було б необхідності в створенні теорій особистості.

Психодинамічний напрямок у теорії особистості

З.Фрейд уперше визначив психіку як поле бою між силами інстинкту, розуму й свідомості. Термін “психодинамічний” вказує саме на цю боротьбу, що не припиняється, між різними аспектами особистості.

З.Фрейд створив: 1. Першу розгорнуту теорію особистості. 2. Систему клінічних спостережень, заснованих на його терапевтичному досвіді й самоаналізі. 3. Оригінальний метод лікування невротичних розладів. 4. Метод лікування тих психічних процесів, які майже неможливо вивчити будь-якими іншими способами.

З.Фрейд звернув увагу на значення несвідомих процесів у поведінці людини. Він вірив у те, що найбільш значимі дії людини спрямовуються імпульсами й спонуканнями, які перебувають цілком поза сферою свідомості. Але неусвідомлений матеріал може виразитися в символічній формі (неусвідомлені спонукання побічно знаходять задоволення в снах, фантазіях, грі й роботі).

Фрейд уважав, що поведінка людини активізується єдиною енергією, відповідно до закону збереження енергії.

Психічна структура особистості за З.Фрейдом

Психіку З. Фрейд розглядав як єдність трьох психічних блоків: Ід, Его, Суперєго.

“Ід” – від лат. “*Воно*” – інстинктивні й вроджені аспекти особистості, виражає первинний принцип людського життя, який вимагає негайної розрядки психічної енергії, що спонукається біологічними процесами. Оскільки “Ід” не відоме почуття страху й тривоги, воно не відчуває потреби в обережності у вираженні своєї мети, тому становить небезпеку для конкретного індивіда й суспільства.

Здатність відтягнути задоволення, якого завжди вимагає “Ід”, виникають тоді, коли маленькі діти починають відокремлювати себе від зовнішнього світу. З появою цього знання виникає друга структура особистості – “ЕГО”. Від лат. “Я” – відповідальне за прийняття раціонального рішення.

Якщо “Ід” діє відповідно до принципу задоволення, то “ЕГО” підкоряється принципу реальності, суть якого – збереження цілісності організму шляхом відстрочки задоволення інстинктів до того моменту, коли буде знайдена розрядка відповідно до обмежень, що накладаються зовнішнім світом. Принцип реальності вносить у нашу поведінку міру розумності.

“Суперєго”. Від лат. “*super*” – понад, і “*ego*” – я. Для нормального функціонування в суспільстві людині потрібна соціалізація, прийняття тієї системи цінностей, норм, етичних норм, сумісних з тими, що прийняті в її оточенні. Протягом цього процесу й формується “Суперєго”. Як морально-етична характеристика особистості, “Суперєго” починає з’являтися тоді, коли дитина розрізняє поняття “правильно” й “неправильно”, “добре” й “погано” (від 3 до 5 років). “Суперєго” вважається сформованим тоді, коли батьківський контроль замінюється самоконтролем.

Розвиток особистості. Психоаналітична теорія розвитку заснована на двох передумовах.

1. Переживання раннього дитинства відіграють важливу роль у формуванні дорослого життя. Основний фундамент особистості, за Фрейдом, формується до 5 років.

2. Людина народжується з певною кількістю сексуальної енергії (лібідо), що потім проходить у своєму розвитку через декілька психосексуальних стадій, які знаходяться в інстинктивних процесах організму.

У терміні “психосексуальний” підкреслюється головний фактор, що визначає розвиток людини – сексуальний інстинкт.

Захисні механізми “Его”. Фрейд виділяв три типи тривоги: *реалістичну*, *невротичну* й *моральну*. Він припускав, що тривога відіграє роль сигналу, що попереджає Его про небезпеку, що наближається від інстинктивних імпульсів.

Реалістична тривога. Це емоційна відповідь на тривогу, наприклад, страх перед випускним іспитом, побоювання реальних небезпек зовнішнього світу, що викликає почуття страху, ослаблення здатності людини ефективно

справлятися із джерелом небезпеки. Реалістична тривога допомагає забезпечити самозбереження.

Невротична тривога. Вона обумовлена страхом того, що “Его” виявиться нездатним контролювати інстинктивні спонукання, особливо сексуальні або агресивні. Тривога заснована на страху, що коли ти зробиш щось жахливе, воно викликає через це важкі негативні наслідки.

Моральна тривога. Его відчуває загрозу покарання з боку “Суперего”, така емоційна реакція називається *моральною тривогою*. Моральна тривога виникає завжди, коли “Ід” прагне до активного вираження аморальних думок або дій, а “Суперего” відповідає на це почуттям провини, сорому, самозвинувачення.

“Суперего” спрямовує поведінку в русло дій, що вписуються в моральний кодекс індивіда. У відповідь “Его” використовує ряд захисних механізмів. Захисні механізми діють неусвідомлено й спотворюють сприйняття реальності людиною. Фрейд визначав захисні механізми “Его” як свідому стратегію, що використовує людина для захисту від відкритого вираження інстинктів “Ід” і зустрічного тиску з боку “Суперего”.

Розглянемо *основні захисні стратегії*.

Витіснення. Процес видалення зі свідомості думок і почуттів, що заподіюють страждання. У результаті дії витіснення людина не усвідомлює своїх тривожних проблем, а також не пам’ятає травматичних минулих подій. Звільнення від тривоги шляхом витіснення не проходить безслідно. Фрейд вважав, що витиснені думки й імпульси не втрачають своєї активності в несвідомому, і для запобігання їхнього прориву у свідомість потрібно постійні витрати психічної енергії. Така втрата ресурсів “Его” може обмежити використання енергії для власного розвитку.

Але постійне прагнення витисненого матеріалу до відкритого вираження може отримувати короткочасне задоволення в сновидіннях, жартах, застереженнях й інших проявах того, що Фрейд назвав «психопатологією повсякденного життя». Це основний і найпоширеніший механізм.

Проекція. Процес, за допомогою якого людина приписує власні неприйнятні думки, почуття й поведінку іншим людям й оточенню. Проекція дозволяє перекладати провину на будь-кого або будь-що за свої недоліки й промахи.

Заміщення. Прояв інстинктивного імпульсу переадресовується від більш загрозливого об’єкта або особистості до менш загрозливого. Справжній об’єкт ворожості заміщується менш загрозливим для суб’єкта. Наприклад, покарана батьками дитина штовхає свою молодшу сестру, ламає або б’є ляльку.

Раціоналізація. Це спосіб “Его” впоратися із тривогою – спотворити реальність таким чином, щоб захистити свою самооцінку. Раціоналізація має відношення до помилкової аргументації, завдяки якій ірраціональна поведінка представляється таким чином, що виглядає цілком розумною і тому виправданою в очах навколишніх.

Протидія. “Его” може захищатися від заборонних імпульсів, виражаючи в поведінці й думках протилежні спонукання. Цей захисний процес

відбувається в два етапи: по-перше, неприйнятний імпульс придушується. По-друге, на рівні свідомості виявляється зовсім протилежний. Протидія особливо помітна в соціально схвалюваній поведінці, що при цьому виглядає перебільшеною і негнучкою.

Регресія. Повернення до дитячих моделей поведінки. Це спосіб пом'якшення тривоги шляхом повернення до раннього періоду життя, більш безпечному й приємному. Прояви регресії у дорослих легко пізнавані: нестриманість, невдоволення, бажання “образитися й не розмовляти”, їзда в автомобілі з нерозважливо високою швидкістю.

Сублімація. Є захисним механізмом, що дає можливість людині з метою адаптації змінити свої імпульси соціально прийнятним чином. Фрейд стверджував, що сублімація сексуальних інстинктів стала головним поштовхом для значних досягнень у західній науці й культурі.

Заперечення. Коли людина відмовляється визнавати, що відбулася неприємна подія, включається захисний механізм – *заперечення*. Відповідно до Фрейда, заперечення найбільш типово для маленьких дітей і людей старшого віку зі зниженим інтелектом.

Альфред Адлер і Карл Густав Юнг

Будучи учнями Фрейда, ці видатні вчені обрали свій шлях створення власних теоретичних систем. Беручи участь у психоаналітичному русі, Адлер й Юнг висловили свою незгоду з тим, що їхній учитель надавав надмірного значення сексуальності й агресивності, вважаючи їх найголовнішими в людському житті.

Адлер дав своїй теорії назву “індивідуальна психологія”. Виходив з того, що жоден прояв життєвої активності не можна розглядати в ізоляції, а тільки у співвідношенні з особистістю в цілому. Головна вимога в індивідуальній психології Адлера – розглядати людину як єдине ціле: у її мисленні, почуттях, діях, свідомому й несвідомому, у кожному прояві особистості.

В основі теорії особистості Адлера лежить обмежена кількість ключових понять і принципів:

1. *Почуття неповноцінності й компенсація* (Адлер спостерігав як люди, які страждають тим або іншим захворюванням, або дефектом, часто намагаються компенсувати ці дефекти шляхом тренування й вправ. Таким чином, вроджена слабкість органа або його недостатнє функціонування може приводити до значних досягнень у житті людини. Але вона ж може викликати й надмірно виражене почуття власної неповноцінності, якщо зусилля, спрямовані на компенсацію дефекту, не приводять до бажаного результату. Цей комплекс виражається в тенденції перебільшувати свої фізичні, інтелектуальні або соціальні здібності. Прийом гіперкомпенсації в кожному разі являє собою перебільшення здорового прагнення переборювати постійне почуття неповноцінності.)

2. *Прагнення до переваги* (досягнення найбільшого з можливого – головний мотив з теорії Адлера. Він був переконаний у тім, що прагнення до

переваги є вродженим і носить безумовний характер, і що ми ніколи від нього не звільнимися, тому що це прагнення і є саме життя.),

3. *Стиль життя* (стиль життя містить у собі унікальне поєднання рис, способів поведінки й звичок, які, взяті в сукупності, вони визначають неповторну картину існування індивіда. З погляду Адлера, стиль життя міцно закріплюється у віці 4 або 5 років, його структура заставляється в дитинстві. Оскільки стиль життя в кожного неповторний, за цим критерієм він виділяє особистісні типи на підставі того, як вирішуються 3 головні життєві задачі: робота, дружба, любов.).

4. *Соціальний інтерес* (Адлер зробив також упор на те, що люди мотивовані ще й соціальними спонуканнями. Їх спонукає до цього вроджений соціальний інстинкт, що змушує відмовлятися від егоїстичних цілей заради блага суспільства, що підкоряє особисті потреби справі соціальної користі.).

5. *Творче “Я”* (люди – не просто результат спадковості й навколишнього середовища. Це вільні творчі істоти, які не тільки реагують на навколишнє середовище, а впливають, змінюють його.).

6. *Порядок народження* (через важливість соціального контексту в теорії розвитку особистості Адлера, має вирішальне значення акцент на порядку народження дітей. Єдина дитина (занадто багато перебуває під опікою матері й очікує такої ж турботи й опіки від інших. Її стиль життя – залежність й егоцентризм.) Перша дитина (до народження другої дитини одержує безмежну любов батьків, потім бореться за колишні позиції. Схильна до лідерства, владна, стійка до виживання.) Середня дитина (ситуація стимулює її перемагати рекорди старшого брата. Має нахили до суперництва й честолюбства.) Молодша дитина (відчуває сильне почуття неповноцінності, незалежності.).

7. *Фікційний фіналізм* (поведінкою людини керують її очікування відносно майбутнього).

Структура особистості за К. Юнгом

Юнг стверджував, що душа (синонім особистості в Юнга) складається із трьох окремих, але взаємозалежних структур: “его”, “особистого несвідомого” й “колективного безсвідомого”.

“Его”. Центр сфери свідомості, що включає в себе почуття, спогади, відчуття, завдяки яким ми відчуваємо свою цілісність.

“Особисте несвідоме”. Те ж, що й несвідоме у Фрейда, плюс комплекси. Наприклад, комплекс влади. Один раз виникнувши, комплекс починає впливати на поведінку людини і її світовідчуття. Але ці комплекси завжди можуть усвідомлюватися.

“Колективне несвідоме”. Зберігання прихованих слідів пам’яті людства й навіть наших людиноподібних предків. Результат нашого загального емоційного минулого. Колективне несвідоме складається з потужних первинних психічних образів (архетипів).

Его – психологія і її представники в теорії особистості (Еріх Фром)

З погляду Еріха Фрома, особистість є продуктом динамічного впливу між уродженими потребами й тиском соціальних норм і правил. Фромм стверджував, що конфлікт між прагненням до волі й прагненням до безпеки являє собою потужну мотиваційну силу в житті людини.

Соціокультурна теорія Карен Хорні

Соціокультурна теорія Карен Хорні має у своїй основі принципи психоаналізу, але основним дискусійним питанням є роль фізичної анатомії в обумовлюванні психологічних відмінностей між чоловіками й жінками. Заперечувала вона й проти теорії інстинктів, вважаючи, що психоаналіз повинен дотримуватися більше широкої соціокультурної орієнтації.

Диспозиційний напрямок у теорії особистості (Гордон Олпорт, Реймонд Кеттел, Ганс Айзенк)

В основі цього напрямку лежать дві основні ідеї:

Багато з людей мають набір рис, що дозволяють реагувати одним і тим самим чином, не залежно від життєвого досвіду в різних ситуаціях (проявляють сталість у поведінці).

Кожна особистість унікальна, немає схожих людей. Найкраще це можна зрозуміти через визначення конкретних рис конкретної людини (ідеографічний підхід).

Біхевіоризм як напрямок у теорії особистості. Предметом вивчення біхевіористів були поведінка, активність людини. Програму біхевіористів очолив Джон Уотсон.

Когнітивний напрямок у теорії особистості: Джордж Келлі

Джордж Келлі, практикуючий медичний психолог, був одним з перших персонологів, хто надавав особливе значення когнітивним процесам як основній рисі функціонування людини. За його теорією, що називається психологія особистісних конструктів, людина виступає як дослідник, учений, що прагне зрозуміти, передбачати, контролювати світ своїх особистих переживань для того, щоб взаємодіяти з ним.

Гуманістичний напрямок у теорії особистості (Абрахам Маслоу)

Як основна модель гуманістична психологія приймає відповідальну людину, що вільно робить вибір серед наданих можливостей. “Я - є мій вибір” (Сартр). Вона підкреслює, що кожний відповідальний за те, хто ми й ким стаємо. “Людина не що інше, як те, чим вона робить себе сама” (Ж.П.Сартр).

Маслоу припустив, що всі потреби людини носять вроджений характер або “інстинктоїдний”, організовані ієрархічно. Концепція Маслоу відома як ієрархія потреб у мотивації людини.

2. Психологічні характеристики особистості і її структура

Кожна персонологічна концепція має справу з відносно незмінними характеристиками, які люди проявляють у різних суспільствах й у різний час. Ці стабільні характеристики становлять основні блоки людської психіки, як атоми або клітки в природничих науках. Простий приклад структурної концепції – риса особистості. Риса розглядається як стійка якість і схильність людини поводитися певним чином у різних обставинах. Гордон Олпорт, Реймонд Кеттел, Г.Айзенк, що вивчали риси особистості, думали, що структуру особистості краще представити в термінах рис, що лежать в основі поведінки.

Інші, як ми переконалися з вищесказаного, воліють описати структуру особистості за допомогою концепції типу особистості. Тип особистості описується за допомогою сукупності різних рис, що утворить самотійну категорію із чітко окресленими межами.

Відзначаються три найважливіші психологічні характеристики особистості: стійкість якостей особистості, єдність особистості, активність особистості. Особистість – дуже складне ціле, але в ній умовно можна виділити три основних блоки. Це спрямованість особистості (система її відносин до навколишнього світу – мотиви, потреби, почуття, інтереси); можливості особистості (здібності); психологічні особливості поведінки особистості (темперамент, характер).

У структурі особистості розрізняють також три складові:

внутрішньоіндивіду (інтраіндивіду) – представлена в будові темпераменту, характеру, здібностей людини;

інтеріндивіду – представлена сукупністю предметних взаємин індивідів;

метаіндивіду (надіндивіду) – представлена “внесками” в інших людей, які індивід вільно або невольно здійснює за допомогою своєї діяльності (цей процес названий “персоналізація”).

Спрямованість особистості

Сукупність стійких мотивів, що орієнтують діяльність особистості й відносно незалежних від наявних ситуацій, називається *спрямованістю особистості*. Спрямованість визначає мету, яку ставить перед собою людина, прагнення, які їй властиві, мотиви, відповідно до яких вона діє.

Мотиви, або спонукальні причини поведінки, є, по суті, конкретними проявами потреб. Потреба усвідомлюється й переживається людиною як нестаток у будь-чому, незадоволеність чимось. При цьому виділяють потреби природні (у їжі, відпочинку, сні, продовженні роду й ін.) духовні (у спілкуванні, знаннях, мистецтві й ін.).

Пізнавальна потреба людини виявляється в інтересах, які являють собою її пізнавальну спрямованість на будь-що, пов’язану з позитивним емоційним відношенням до нього. Інтереси характеризують за їхнім змістом (інтерес до техніки, музики й т.д.), широтою (широкі, вузькі, глибокі і поверхневі), стійкістю й дієвістю (пасивні й активні).

Істотним мотивом поведінки є також *переконання* – система мотивів особистості, що спонукують її поводитися у відповідності зі своїми поглядами, принципами, світоглядом. У цілому, спрямованість особистості можна представити як систему її відносин до себе самої як особистості (спрямованість на себе); до інших людей і взаємодії з ними (спрямованість на взаємодію); до результатів і продуктів праці (ділова спрямованість).

Установка особистості

Основна роль у спрямованості особистості належить усвідомленим мотивам. Однак немаловажливу галузь мотивації людських дій утворюють і неусвідомлювані спонукання, що являють собою певну установку особистості.

Установка особистості – це неусвідомлюваний людиною стан готовності, схильності до діяльності, за допомогою якої може бути задоволена та або інша потреба. Упередженість, що становить сутність багатьох установок, є результатом або недостатньо обґрунтованих висновків з особистого досвіду людини, або некритичного засвоєння стереотипів мислення - стандартизованих суджень, прийнятих у певній суспільній групі. Установки стосовно фактів громадського життя можуть бути позитивними або негативними (наприклад, у націоналістів, расистів).

У структурі установки виділяють три складові підструктури: *когнітивну* (від лат. “пізнання”) – це образ того, що готова пізнати й сприйняти людина; *емоційно-оцінну* – це комплекс симпатій й антипатій до об’єкта установки; *поведінкову* – готовність певним чином діяти відносно об’єкта установки.

Образ “Я”

Відкриття “Я” – переживання наявності свого “Я” – є результатом тривалого процесу формування особистості, що починається в дитячому віці. Образ “Я” - це відносно стійка, усвідомлена, пережита як неповторна система уявлень індивіда про себе, на основі якої він будує свою взаємодію з іншими. Образ “Я” виступає як установка до себе самого, і в самому собі індивід своїми діями й вчинками представлений як в іншому.

Як усіляка установка образ “Я” включає всі три компоненти: *когнітивний* (уявлення про свої здібності, зовнішність, соціальну значимість й т.д.); *емоційно-оцінний* (самоповага, самокритичність, себелюбність, самознищення й т.ін.); *поведінковий*, або *вольовий* (прагнення бути зрозумілим, завоювати повагу, підвищити свій статус, сховати свої недоліки та ін.) “Я – образ” може переживатися як “Я – реальне” (тобто щохвилиenne), “Я – ідеальне” (як орієнтир у самовдосконаленні) і “Я – фантастичне” (відхід від реальності).

Самооцінка особистості

Самооцінка – це оцінка особистістю самої себе, своїх можливостей, якостей і місця серед інших людей. За допомогою самооцінки відбувається регуляція поведінки особистості.

Три головних показники – самооцінка, очікувана оцінка, оцінка особистістю групи – входять у структуру особистості й, хоче людина того чи ні,

вона змушена об'єктивно враховувати ці суб'єктивні індикатори свого соціального самопочуття. При цьому значне підвищення самооцінки особистості пов'язано зі зменшенням показника очікуваної оцінки. Крім того, підвищення оцінки, що дає особистість навколишньому, веде до підвищення реальної оцінки з боку інших. Самооцінка тісно пов'язана з рівнем домагань особистості.

У структуру особистості входить поняття “рівень домагань”. Це бажаний рівень самооцінки особистості (рівень образу “Я”), що виявляється в ступені складності мети, яку індивід ставить перед собою. Дослідження рівня домагань особистості дозволяє краще зрозуміти мотивацію поведінки людини. Самосвідомість особистості, використовуючи механізм самооцінки, чітко реєструє співвідношення власних домагань і реальних досягнень, що наочно представлено в наступній формулі:

$$\text{Самоповага} = \frac{\text{Успіх}}{\text{Домагання}}$$

Психологічний захист особистості

Психологічний захист особистості являє собою особливу регулятивну систему, яку використовує особистість для усунення психологічного дискомфорту, що загрожує “Я – образу”, і збереження його на рівні, бажаному й можливому для даних конкретних обставин.

Механізмами психологічного захисту є агресія, заміщення діяльності, раціоналізація й витиснення (“сховати голову в пісок” і т.д.). Вони розглядались раніше.

Рушійні сили формування й розвитку особистості

Провідну роль у процесах формування й розвитку особистості відіграють навчання й виховання, які здійснюються в групах і суспільстві в цілому. При цьому формування особистості як її розвиток, процес і результат цього розвитку ілюструє психологічний підхід, а формування особистості як її цілеспрямоване виховання – педагогічний.

В історії психології існувало три основних напрямки у вирішенні проблеми щодо рушійних сил, джерел розвитку й становлення особистості: *біогенетична концепція* (розвиток особистості визначається біологічними факторами, переважно спадковістю); *соціогенетична концепція* (розвиток особистості – результат прямих впливів навколишнього соціального середовища); *теорія конвергенції* (механічна взаємодія двох факторів – середовища й спадковості). Однак всі вони мали певні недоліки.

З погляду сучасної психології, рушійні сили розвитку особистості виявляються в протиріччі між потребами людини, що змінюються в діяльності, й реальними можливостями їхнього задоволення. Тому розвиток, відбір і виховання потреб, приведення їх у відповідність із суспільними ідеалами є одним із центральних завдань формування особистості.

Соціалізація особистості

Соціалізація особистості – це процес входження індивіда в соціальне середовище, засвоєння їм соціальних впливів, залучення його до системи соціальних зв'язків. *Соціалізація* – це двосторонній процес, що включає в себе, з одного боку, засвоєння індивідом соціального досвіду шляхом входження в соціальне середовище, з іншого, – процес активного відтворення системи соціальних зв'язків за рахунок його активної діяльності. Перша сторона - це характеристика того, як середовище впливає на людину, друга – характеризує процес впливу людини на соціальне середовище за допомогою своєї діяльності.

Процес соціалізації, таким чином, є процес формування, становлення й розвитку особистості. Виділяють три середовища соціалізації особистості: *діяльність, спілкування й пізнання*. Процес соціалізації має свої стадії. Дотрудова стадія охоплює період життя людини до початку трудової діяльності й включає два етапи: ранню соціалізацію (від народження до надходження в школу) і стадію навчання. Трудова стадія охоплює весь період трудової діяльності, післятрудова – пенсійний період. Інститутами соціалізації є родина, дошкільні й шкільні заклади, трудовий колектив, а також конкретні групи, в яких особистість залучається до існуючих систем норм і цінностей. Під психологічними ефектами соціалізації розуміються психологічні явища, що свідчать про міру й глибину соціалізації: створення соціальних установок, мотивація діяльності, формування характеру тощо.

Спілкування

Спілкування й діяльність утворюють нерозривну єдність. Засобом спілкування є мова – система словесних знаків, за допомогою якої існує, засвоюється й передається суспільно-історичний досвід. Спілкування виступає як обмін інформацією (мова – вербальна комунікація; міміка, жести, паузи й т.п. – невербальна), як міжособистісна взаємодія (сукупність зв'язків і взаємовпливів людей, що складаються в процесі їхньої спільної діяльності), як розуміння людьми один одного (сприйняття й оцінка людини людиною).

Соціальний контроль

Спільна діяльність і спілкування протікають в умовах соціального контролю, що здійснюється на основі соціальних норм – прийнятих у суспільстві зразків поведінки, що регламентують взаємодію й взаємини людей. Соціальний контроль здійснюється відповідно до широкого репертуару соціальних ролей.

Під соціальною роллю розуміється нормативно схвалюваний зразок поведінки, очікуваний навколишніми від кожного, хто займає дану соціальну позицію. Взаємодія людей, що виконують різні соціальні ролі, регулюється рольовими очікуваннями, вони можуть також викликати рольові конфлікти.

Конфлікти

Здатність й уміння людини безпомилково точно приписувати іншим очікування того, що вони готові від нього почути або в ньому побачити, називається *тактом*. *Безтактність* – це деструкція очікувань у процесі спілкування.

Міжособистісний конфлікт являє собою антагонізм позицій, що відбиває наявність взаємовиключних цінностей, завдань і цілей. Як причини конфліктів можуть виступати два види детермінант: предметно-ділові розбіжності й розбіжність індивідуально-прагматичних інтересів. Причиною конфліктів є також значеннєві бар'єри в спілкуванні – це розбіжність змістів висловленої вимоги, прохання, наказу для партнерів у спілкуванні, що створює перешкоду для їхнього взаєморозуміння й взаємодії.

Ефекти міжособистісного сприйняття

У міжособистісному сприйнятті виділяється дія трьох найважливіших механізмів:

– *ідентифікація* – це спосіб розуміння іншої людини через усвідомлення або несвідоме уподібнення її характеристикам самого суб'єкта (“поставити себе на його місце”);

– *рефлексія* – усвідомлення суб'єктом того, як він сприймається партнером по спілкуванню. У спілкуванні ідентифікація й рефлексія виступають у єдності. Причинне пояснення вчинків іншої людини шляхом приписування йому почуттів, намірів, думок і мотивів поведінки має назва “каузальна атрибуція” (від лат. “причина” й “надаю”), або “причинна інтерпретація”;

– *стереотипізація* – класифікація форм поведінки й інтерпретація їхніх причин шляхом віднесення до уже відомих (або які здаються відомими) явищ, тобто відповідним соціальним стереотипам (штампам). Суттєвою підставою для формування упередженості й суб'єктивізму є попередня інформація, що породжує ефект ореола (сутність його в тім, що загальне сприятливе враження, що залишає людина, призводить суб'єкт до позитивних оцінок і тих якостей, які не надані в сприйнятті).

3. Здібності, задатки й індивідуальні відмінності людей

Термін “здібності”, незважаючи на його давнє й широке застосування в психології, наявність у літературі багатьох його визначень, неоднозначний. Якщо підсумувати його дефініції й спробувати їх представити в компактній класифікації, то вона буде виглядати в такий спосіб:

Здібності “властивості душі людини, що розуміють як сукупність усіляких психічних процесів і станів. Це найбільш широке й саме давнє з наявних визначень здібностей. У цей час ним практично вже не користуються в психології.

Здібності являють собою високий рівень розвитку загальних і спеціальних знань, умінь і навичок, що забезпечують успішне виконання людиною різних видів діяльності.

Здібності “це те, що не зводиться до знань, умінь і навичок, але пояснює (забезпечує) їхнє швидке оволодіння, закріплення й ефективне використання на практиці. Це визначення прийняте сьогодні і є найбільш поширеним.

Підводячи підсумки вищесказаному, можна сказати, що *здібності* – це такі психологічні особливості людини, від яких залежить успішність придбання знань, умінь, навичок, але які самі до наявності цих знань, умінь і навичок не зводяться. Стосовно них *здібності* виступають як можливості, а необхідний рівень майстерності в тій або іншій діяльності – це дійсність. Заперечуючи тотожність *здібностей* й суттєво важливих компонентів діяльності – знань, умінь і навичок, психологія підкреслює їхню єдність. *Здібності* виявляються тільки в діяльності, що не може здійснюватися без їхньої наявності. *Здібності* виявляються не в знаннях, уміннях і навичках як таких, а в динаміці їхнього оволодіння, тобто в тому, наскільки за інших рівних умов швидко, глибоко, легко й міцно здійснюється процес оволодіння знаннями й уміннями, суттєво важливими для даної діяльності.

Відмінності в *здібностях* людей можуть визначатися кількісно та якісно. Досліджуючи *здібності* з боку якісних особливостей, можна розглядати їх як складний комплекс психологічних властивостей людини, що забезпечує успіх діяльності, як набір “змінних величин”, що дозволяє йти до мети різними шляхами. Це відкриває важливу сторону *здібностей*: широкі можливості компенсації одних властивостей іншими, які людина розвиває в процесі певної діяльності. У цілому якісна характеристика *здібностей* дозволяє відповістити на запитання, в якій сфері діяльності людині легше проявити себе.

Тим самим якісна характеристика нерозривно пов’язана з кількісною, яка відповідає на питання, якою мірою дані *здібності* розвинені в конкретного індивіда. Як спосіб виміру *здібностей* використовують різні тести, у тому числі й тести розумової обдарованості.

Найбільш вірний шлях визначення *здібностей* – це виявлення успіхів індивіда в процесі навчання. Тести завжди варто використовувати у поєднанні з іншими методами дослідження особистості.

Успішність виконання будь-якої діяльності залежить не від будь-якої однієї, а від поєднання різних *здібностей*, причому це поєднання, що дає той самий результат, може бути забезпечено різними способами. За відсутності необхідних задатків до розвитку одних *здібностей* їхній дефіцит може бути заповнений за рахунок більш сильного розвитку інших. Однією з найважливіших особливостей психіки людини є можливість надзвичайно широкої компенсації одних властивостей іншими, внаслідок чого відносна слабкість будь-якої однієї *здібності* зовсім не виключає можливості успішного виконання навіть такої діяльності, що найбільш тісно пов’язана із цією *здібністю*. Відсутня *здібність* може бути в дуже широких межах компенсована іншими, високорозвиненими в даної людини.

Розглянемо питання про класифікацію здібностей людини. Їх досить багато. У першу чергу необхідно розрізняти природні здібності (в своїй основі вони біологічно обумовлені) і специфічні людські здібності, що мають суспільно-історичне походження.

Багато природних здібностей є загальними у людини й у тварин. Такими елементарними здібностями є сприйняття, пам'ять, мислення, здібність до елементарних комунікацій на рівні експресії. У людини, крім біологічно обумовлених, є здібності, що забезпечують її життя й розвиток у соціальному середовищі. Це загальні й спеціальні вищі інтелектуальні здібності, засновані на користуванні мовою й логікою, теоретичні й практичні, навчальні й творчі, предметні й міжособистісні.

Загальні здібності включають ті, якими визначаються успіхи людини в усіляких видах діяльності. До них, наприклад, відносяться розумові здібності, тонкість і точність ручних рухів, розвинена пам'ять, досконала мова й ряд інших. *Спеціальні* здібності визначають успіхи людини в специфічних видах діяльності, для здійснення яких необхідні задатки особливого роду і їхній розвиток. До таких здібностей можна віднести музичні, математичні, лінгвістичні, технічні, літературні, художньо-творчі, спортивні й ряд інших. Наявність у людини загальних здібностей не виключає розвитку спеціальних і навпаки. Нерідко загальні й спеціальні здібності співіснують, взаємно доповнюючи й збагачуючи одна одну.

Теоретичні й *практичні* здібності відрізняються тим, що перші визначають схильність людини до абстрактно-теоретичних міркувань, а другі – до конкретних, практичних дій. Такі здібності на відміну від загальних і спеціальних, навпаки, частіше не поєднуються одна з одною, разом зустрічаються тільки в обдарованих, різнобічно талановитих людей.

Навчальні й *творчі* здібності відрізняються одна від іншої тим, що перші визначають успішність навчання й виховання, засвоєння людиною знань, умінь, навичок, формування якостей особистості, у той час як другі – створення предметів матеріальної й духовної культури, створення нових ідей, відкриттів і винаходів, словом – індивідуальна творчість у різних галузях людської діяльності.

Здібності до спілкування, взаємодії з людьми, а також предметно-діяльнісні, або предметно-пізнавальні, здібності – найбільшою мірою соціально обумовлені.

З не меншою підставою здібностями можуть бути названі вміння переконувати інших, домагатися взаєморозуміння, впливати на людей. Що стосується вміння сприймати людей і давати їм вірні оцінки, то воно в соціальній психології давно вважається здібністю особливого роду. Більше того, протягом уже багатьох років у спеціальній літературі активно обговорюється питання про вродженість або набутість цієї здібності, а також про можливості її розвитку в різних людей.

І міжособистісні, і предметні здібності взаємно доповнюють одна одну. Завдяки їхньому поєднанню людина одержує можливість розвиватися повноцінно й гармонійно.

Не окремі здібності безпосередньо визначають успішність виконання будь-якої діяльності, а лише їхнє вдале поєднання, саме таке, яке для даної діяльності необхідне. Практично немає такої діяльності, успіх в якій визначався б лише однією здібністю. З іншого боку, відносна слабкість однієї здібності не виключає можливості успішного виконання тієї діяльності, з якою вона пов'язана, тому що відсутня здібність може бути компенсована іншими, які входять в комплекс, що забезпечує дану діяльність. Приміром, слабкий зір частково компенсується особливим розвитком слуху й шкірної чутливості.

Здібності являють собою сукупність психічних якостей, що мають складну структуру. Специфічний характер має будова музичних, конструкторських, педагогічних, управлінських й інших здібностей. Серед властивостей й особливостей особистості, що утворюють структуру конкретних здібностей, одні займають провідне положення, інших – другорядне.

Так, у структурі педагогічних здібностей провідними якостями є педагогічний такт, спостережливість, любов до дітей, що поєднується з вимогливістю до них, потреба в передачі знань, комплекс організаторських здібностей, що входять сюди на правах підструктури і т.ін. До допоміжних якостей відносяться артистичність, ораторські дані й т.п.

Провідні й допоміжні компоненти утворюють єдність. Виділяють також загальні якості, що відповідають не одній, а багатьом видам діяльності, і спеціальні якості, що відповідають більш вузькому колу діяльності.

Здібності є прижиттєвим, а не вродженим утворенням. Природні ж передумови розвитку здібностей називаються задатками. Це деякі вроджені анатомофізіологічні особливості мозку, нервової системи, аналізаторів, що зумовлюють природні індивідуальні відмінності людей. Як задатки загальних здібностей розглядаються й рівень розвитку, і співвідношення першої й другої сигнальної систем. У зв'язку із цим І. П. Павлов розрізняв три людських типи: художній з відносною перевагою першої сигнальної системи; розумовий з відносною перевагою другої сигнальної системи; змішаний.

Задатки – це тільки одна з умов формування здібностей, до того ж вони багатозначні: на основі тих самих задатків можуть розвиватися різні здібності. При цьому важливим є, скоріше, не біологічна спадковість, а спадковість умов життя, тобто соціальних умов. У людини є два види задатків: *вроджені* й *набуті*. Перші іноді називають *природними*, а другі – *соціальними*. Усякі здібності в процесі свого розвитку проходять ряд етапів, і для того, щоб певна здібність піднялася у своєму розвитку на більш високий рівень, необхідно, щоб вона була вже досить оформлена на попередньому рівні. Цей останній стосовно більш високого рівня розвитку виступає у вигляді своєрідного задатку. Наприклад, для того щоб добре засвоїти вищу математику, треба обов'язково знати елементарну, і ці знання стосовно вищих математичних здібностей виступають як задаток. Знання задатків важливо тому, що вони обумовлюють деякі індивідуальні особливості процесу формування здібностей, його кінцевого результату.

Залежність розвитку здібностей від задатків, їхнє своєрідне поєднання в тих самих людей вивчає психологія індивідуальних відмінностей. Звідки

беруться індивідуальні психологічні відмінності людей? Як вони виникають? Вплив середовища, як і вплив спадковості, починає проявлятися вже при народженні дитини. Наприклад, новонароджені діти-близнюки мають не тільки загальні риси, але й особливості, що відрізняють їх один від одного. Людина з народження володіє багатьма такими властивостями, які згодом позначаються на її індивідуальності, можуть полегшувати або ускладнювати формування в неї інших особистісних властивостей.

4. Обдарованість, геніальність, талант

Будь-які задатки, перш ніж перетворитися в здібності, повинні пройти великий шлях розвитку. Для багатьох людських здібностей цей розвиток починається з перших днів життя й, якщо людина продовжує займатися тими видами діяльності, в яких відповідні здібності розвиваються, не припиняється до кінця.

Прояв здібностей перебуває в прямій залежності від конкретних прийомів формування відповідних знань й умінь. Є підстави вважати, що чи не вирішальним фактором, від якого залежить, виявить людина здібності до даної діяльності чи ні, є методика навчання.

Суттєво важливий фактор розвитку здібностей – стійкі спеціальні інтереси – інтереси до змісту певної галузі людської діяльності, які переростають у схильність професійно займатися цим родом діяльності. Спеціальний інтерес, формуючи певну схильність, стимулює дієве оволодіння прийомами й способами цієї діяльності.

Практично судити про прояв тих або інших здібностей можна за сукупністю трьох показників:

- швидкому просуванню в оволодінні певною діяльністю;
- якісному рівню досягнень;
- сильної, дієвої й стійкої схильності людини до занять конкретною діяльністю.

Завдяки якісній своєрідності поєднання здібностей у різних людей для всілякої творчості характерні його індивідуальність і самотність. Без цього були б немислимі творчий прогрес, все різноманіття продуктів творчості людей.

Геніальність (від лат. "дух") – найвищий рівень розвитку здібностей як загальних (інтелектуальних), так і спеціальних. Про наявність геніальності можна говорити лише у випадку досягнення особистістю таких результатів творчої діяльності, які становлять епоху в житті суспільства, у розвитку культури.

Обдарованість – загальні здібності, або загальні моменти здібностей, що обумовлюють широту можливостей людини, рівень і своєрідність її діяльності, це свого роду міра генетично визначених можливостей людини адаптуватися до життя. Основні функції обдарованості – максимальне пристосування до світу, оточення, знаходження рішень в усіх випадках, коли створюються нові, непередбачені проблеми, що вимагають саме творчого підходу.

Специфічні відмінності в обдарованості людей виявляються в спрямованості інтересів. Тому структура спеціальної обдарованості включає комплекс загальних якостей і доповнюється низкою здібностей, що відповідають вимогам конкретної діяльності. Спеціальна обдарованість характеризується наявністю у суб'єкта можливостей (що чітко проєктуються зовні і проявляються в діяльності) – думок, навичок, швидко й конкретно реалізованих знань, що проявляються через функціонування стратегій планування й вирішення проблем.

У цілому ж можна представити обдарованість як систему, що включає наступні компоненти:

- анатомо-фізіологічні задатки;
- сенсорно-перцептивні блоки, що характеризуються підвищеною чутливістю;
- інтелектуальні й розумові можливості, що дозволяють оцінювати нові ситуації й вирішувати нові проблеми;
- емоційно-вольові структури, що визначають тривалі домінантні орієнтації та їхнє штучне підтримування;
- високий рівень продукування нових образів, фантазія, уява і т. ін.

Талант – високий рівень розвитку здібностей, насамперед, спеціальних, це сполучення здібностей, що дає людині можливість успішно, самостійно й оригінально виконувати будь-яку складну трудову діяльність. Про наявність таланта варто судити за результатами діяльності людини, які повинні відрізнятися принциповою новизною й оригінальністю підходу.

Пробудження талантів суспільно обумовлено, тобто залежить від потреб суспільства.

Структура таланту визначається характером вимог, які пред'являє особистості конкретна діяльність. Найбільш важливими здібностями в структурі розумової обдарованості є: 1) уважність, зібраність, готовність до напруженої роботи; 2) потреба працювати; 3) особливості мислення й висока продуктивність розумової діяльності.

Талант у сукупності його загальних і спеціальних якостей – це лише можливість творчих успіхів, але далеко не майстерність, досягти якого можна лише працею.

Незважаючи на те, що проблема таланту й геніальності стоїть перед психологами протягом довгого часу, на сьогодні не існує єдиної концепції в рамках певної теорії особистості, яка б пояснювала її в повному обсязі. Більшість теорій особистості розглядають лише деякі аспекти даної проблеми. Проте вивчення питань структури таланта має дуже велике значення як для теорії психології, так і для вирішення конкретних психолого-педагогічних завдань сучасної освіти.

Основні поняття до теми:

Особистість – системна якість, яку набуває індивід у предметній діяльності й спілкуванні, що характеризує його з боку входження у суспільні відносини.

Спрямованість особистості – сукупність стійких мотивів, що орієнтують діяльність особистості й є відносно незалежними від наявних ситуацій. Характеризується інтересами, схильностями, переконаннями, ідеалами, в яких виражається світогляд людини.

Установка особистості – це неусвідомлюваний людиною стан готовності, схильності до діяльності, за допомогою якої може бути задоволена та або інша потреба.

Самооцінка особистості – це оцінка особистістю самої себе, своїх можливостей, якостей і місця серед інших людей. За допомогою самооцінки відбувається регуляція поведінки особистості.

Рівень домагань – це бажаний рівень самооцінки особистості (рівень образу “Я”), що виявляється в ступені складності мети, яку індивід ставить перед собою. Дослідження рівня домагань особистості дозволяє краще зрозуміти мотивацію поведінки людини.

Соціалізація особистості – це процес входження індивіда в соціальне середовище, засвоєння ним соціальних впливів, залучення його до системи соціальних зв’язків. Соціалізація – це двосторонній процес, що включає в себе, з одного боку, засвоєння індивідом соціального досвіду шляхом входження в соціальне середовище, з іншого, – процес активного відтворення системи соціальних зв’язків за рахунок його активної діяльності.

Діяльність – динамічна система взаємодій суб’єкта зі світом, у процесі яких виникають і втілюються в об’єкті психічний образ і реалізуються опосередковані ним відносини суб’єкта в предметній дійсності.

Спілкування – складний, багатоплановий процес встановлення й розвитку контактів між людьми, породжений потребами спільної діяльності, що включає обмін інформацією, вироблення єдиної стратегії взаємодії, сприйняття й розуміння іншої людини.

Здібності – індивідуально-психологічні особливості особистості, що є умовою успішного виконання тієї або іншої продуктивної діяльності.

Здібності спеціальні – психологічні особливості індивіда, що є можливостями успішного виконання ним певного виду діяльності (музичної, педагогічної, управлінської й т.ін.).

Задатки – вроджені анатоμο-фізіологічні особливості нервової системи, мозку, що становлять природну основу розвитку здібностей.

Схильність – вибіркова спрямованість індивіда на певну діяльність, що спонукує нею займатися. Її основою є глибока стійка потреба індивіда в тій або іншій діяльності, прагнення вдосконалювати пов’язані з нею вміння й навички. Виникнення схильностей звичайно є передумовою розвитку відповідних здібностей.

Геніальність (від лат. “дух”) – вищий рівень розвитку здібностей як загальних (інтелектуальних), так і спеціальних. Про наявність геніальності можна говорити лише у випадку досягнення особистістю таких результатів творчої діяльності, які становлять епоху в житті суспільства, у розвитку культури.

Обдарованість – загальні здібності, або загальні моменти здібностей, що зумовлюють широту можливостей людини, рівень і своєрідність її діяльності.

Талант – високий рівень розвитку здібностей, насамперед спеціальних. Про наявність таланта варто судити за результатами діяльності людини, які повинні відрізнятися принциповою новизною й оригінальністю підходу.

Інтелект (від лат. “розуміння, розуміння, збагнення”) – відносно стійка структура розумових здібностей індивіда.

Питання для самоперевірки:

Що являє собою особистість людини?

Поняття: людина, індивід, індивідуальність. Розкрийте їх взаємозв’язок і відмінність.

Охарактеризуйте відомі вам теорії особистості. Чим характеризується структура людської особистості?

Що таке здібності? Які Ви знаєте види здібностей?

Яка природа індивідуальних відмінностей у здібностях людей?

Теми рефератів та докладів:

1. Співвідносність понять “людина”, “індивід”, “індивідуальність”, “особистість”.

2. Взаємозв’язок соціального та біологічного в особистості. Структура особистості.

3. Особистість та її розвиток в онтогенезі.

4. Сучасні теорії особистості, їх загальна характеристика.

5. Здібності, обдарованість і талант: взаємозв’язок і різниця цих явищ.

6. Природа індивідуальних відмінностей у здібностях людей.

7. Особливості вищих людських здібностей.

8. Розвиток здібностей людини.

Література до теми:

1. Видинеев Н.В. Природа интеллектуальных способностей человека. – М., 1989.

2. Лейтес Н.С. Способности и одаренность в детские годы. – М., 1984.

3. Мерлин В.С. Структура личности. Характер, способности, самосознание: Учебное пособие к спецкурсу. – Пермь, 1990.

4. Трусов В. П. Современные психологические теории личности. – ЛГУ, 1990.

5. Хьел Л., Зиглер Д. Теории личности. – С.Пб., 1997.

Тема 5: ТЕМПЕРАМЕНТ

План

1. Поняття темпераменту, теорії темпераменту.
2. Типи темпераментів, взаємозв'язок темпераменту з особистістю.
3. Темперамент і діяльність.

1. Поняття темпераменту, теорії темпераменту

Проблема темпераменту цікавить людство протягом багатьох століть. Інтерес до неї пов'язаний з очевидністю індивідуальних відмінностей між людьми. Психіка кожної людини унікальна. Її неповторність зв'язана як з особливостями біологічної й фізіологічної будови й розвитку організму, так і з єдиною у своєму роді композицією соціальних зв'язків і контрактів.

До біологічно обумовлених підструктур особистості відносяться, насамперед, темперамент. Коли говорять про темперамент, то мають на увазі багато психічних відмінностей між людьми – відмінності по глибині, інтенсивності, стійкості емоцій, емоційної вразливості, темпу, енергійності дій й інші динамічні, індивідуально-стійкі особливості психічного життя, поведінки й діяльності. Проте темперамент і сьогодні залишається спірною й невирішеною проблемою. Однак при всій розмаїтості підходів до проблеми вчені й практики визнають, що темперамент – біологічний фундамент, на якому формується особистість як соціальна істота.

Темперамент відображає динамічні аспекти поведінки переважно вродженого характеру, тому властивості темпераменту найбільш стійкі й постійні порівняно з іншими психічними особливостями людини. Найбільш специфічна особливість темпераменту полягає в тому, що різні властивості даної людини не випадково поєднуються одна з одною, а закономірно пов'язані між собою, створюючи певну організацію. Отже, під темпераментом слід розуміти індивідуально-своєрідні властивості психіки, що визначають динаміку психічної діяльності людини, які однаково виявляються в різноманітній діяльності незалежно від її змісту, цілей, мотивів, залишаються постійними в зрілому віці та у взаємозв'язку характеризують тип темпераменту.

Темперамент (від лат. *temperamentum* – співвідношення частин, співрозмірність) – закономірне співвідношення стійких індивідуальних особливостей особистості, що характеризують різні сторони динаміки психічної діяльності, це індивідуальні особливості людини, що визначають динаміку його психічної діяльності й поведінки.

Виділяють два основних показники динаміки психічних проявів і поведінки: *активність* і *емоційність*. *Активність* поведінки характеризує ступінь енергійності, стрімкості, швидкості й, навпаки, повільності, інертності, а *емоційність* – особливості протікання емоцій, почуттів, настроїв та їхню

якість: знак (позитивний, негативний) і модальність (радість, горе, страх, сум, гнів, веселощі й т.п.).

Теорії темпераменту

Відомі три основні системи, що пояснюють сутність темпераменту і його органічної основи.

Ідея і навчання про темперамент своїми джерелами виходить з робіт давньогрецького лікаря Гіппократа (6 ст. до н.е.), який стверджував, що пропорція чотирьох елементів, з яких нібито складається людське тіло, визначає протікання фізичних і духовних хвороб.

Тобто, перша система (гуморальна) пов'язувала стан організму із співвідношенням у ньому різних соків (рідин), у зв'язку із чим виділялися чотири типи темпераменту: сангвінічний, холеричний, флегматичний, меланхолічний (Гіппократ, Гален та ін.). Ця термінологія стала згодом широко використовуватися. Він описав основні типи темпераментів, дав їм характеристики, однак пов'язував темперамент не з властивостями нервової системи, а зі співвідношенням різних рідин в організмі: крові, лімфи й жовчі. Першу класифікацію темпераментів запропонував Гален, і вона у відносно малозміненому вигляді дійшла до наших днів.

Останнім з відомих її описів, що використовується і в сучасній психології, належить німецькому філософу І.Канту.

І.Кант розділяв темпераменти людини (прояви темпераменту можна помітити й у вищих тварин) на два типи: *темпераменти почуття* й *темпераменти діяльності*. У цілому ж “можна встановити тільки чотири простих темпераменти: *сангвінічний, меланхолічний, холеричний, флегматичний*”. Із цих чотирьох типів темпераменту до темпераментів почуття відносяться сангвінічний і його протилежність – меланхолічний. Перший характеризується тим, що при ньому відчуття виникають у нервовій системі й у свідомості людини досить швидко й зовні проявляються сильно, але внутрішньо бувають недостатньо глибокими й тривалими. При меланхолічному темпераменті зовнішні прояви відчуттів бувають менш яскравими, але зате внутрішньо досить глибокими й тривалими.

Сангвінічний темперамент діяльності характеризує людину досить веселої вдачі. Вона є оптимістом, повним надій, гумористом, жартівником. Вона швидко запалюється, але настільки ж швидко вгамовується, втрачає інтерес до того, що зовсім ще недавно її дуже хвилювало й притягувало до себе. Сангвінік багато обіцяє, але не завжди стримує свої обіцянки. Він легко й із задоволенням вступає у контакти з незнайомими людьми, є гарним співрозмовником, усі люди йому друзі. Його відрізняє доброта, готовність прийти на допомогу. Напружена розумова або фізична робота його швидко стомлює.

Меланхолічний темперамент діяльності, за Кантом, властивий людині протилежного, здебільшого похмурого настрою. Така людина звичайно живе складним і напруженим внутрішнім життям, надає великого значення всьому, що її стосується, має підвищену тривожність і раниму душу. Така людина

нерідко буває стриманою й особливо контролює себе при даванні обіцянок. Вона ніколи не обіцяє того, що не спроможна виконати, дуже страждає від того, що не може виконати дану обіцянку, навіть у тому випадку, якщо її виконання безпосередньо від неї самої мало залежить.

Холеричний темперамент діяльності характеризує високий рівень розвитку здібностей, насамперед, спеціальних. *Флегматичний темперамент* діяльності відноситься до холоднокровної людини. Вона являє собою скоріше схильність до бездіяльності, ніж до напруженої, активної роботи. Така людина повільно приходить у стан збудження, але зате надовго. Це замінює їй повільність входження в роботу.

У даній класифікації темпераментів за Кантом неодноразово згадуються властивості, що відносяться не тільки до динамічних особливостей психіки й поведінки людини, але й до характеру типових вчинків, що здійснюються нею. Це не випадково, тому що в психології дорослої людини важко розділити між собою темперамент і характер. Крім того, властивості темпераменту існують і виявляються не самі по собі, а у вчинках людини в різних соціально значимих ситуаціях. Темперамент людини зазвичай впливає на формування його характеру, але сам характер характеризує людину не стільки як фізичну, скільки як духовну істоту.

Друга (конституціональна) система виходить із відмінностей у конституції організму - його фізичної будови, співвідношення окремих частин, різних тканин (Кречмер, Шелдон й ін.). Третя зв'язує типи темпераменту з діяльністю центральної нервової системи (І. П. Павлов).

І. П. Павлов відкрив три властивості процесів збудження й гальмування:

- а) силу;
- б) урівноваженість;
- в) рухливість.

Таким чином, темперамент є проявом типу нервової системи в діяльності й поведінці людини:

- сильний, урівноважений, рухливий тип (“живий”) – сангвінічний (від лат. “кров”) темперамент;
- сильний, урівноважений, інертний (“спокійний”) – флегматичний (від лат. “флегма”) темперамент;
- сильний, неурівноважений, з перевагою процесів збудження (“нестри-маний”) – холеричний (від грецьк. “червоно-жовта жовч”) темперамент;
- слабкий – меланхолічний (від грецьк. “чорна жовч”) темперамент.

Тип нервової системи – це природна, вроджена властивість нервової системи, що однак може трохи змінюватися під впливом умов життя й діяльності.

Дослідження Б.М. Теплова й В.Д. Небиліцина показали, що структура основних властивостей нервової системи набагато складніша, а комбінацій набагато більша, ніж представлялося раніше. Проте зазначені чотири типи темпераменту, як найбільш узагальнені, можна використовувати для вивчення індивідуальності.

Різні поєднання закономірно пов'язаних між собою властивостей темпераменту називають типами темпераменту. Кожний із представлених типів темпераменту сам по собі не є ні хорошим, ні поганим (якщо не зв'язувати темперамент і характер). Проявляючись у динамічних особливостях психіки й поведінки людини, кожен тип темпераменту може мати свої переваги й недоліки. Властивості темпераменту до числа власно особистісних якостей людини можна віднести тільки умовно, вони скоріше становлять індивідні її особливості, тому що в основному біологічно обумовлені і є вродженими. Проте темперамент впливає на формування характеру й поведінки людини, іноді визначає її вчинки, її індивідуальність, тому повністю відокремити темперамент від особистості не можна. Він виступає начебто сполучною ланкою між організмом, особистістю й пізнавальними процесами.

У психології прийнято користуватися гіппократівською класифікацією типів темпераменту: сангвінік, холерик, флегматик, меланхолік. Уявлення про темперамент людини складаються на основі характерних для неї психологічних особливостей.

Відмінності темпераментів – це відмінності не за рівнем можливостей психіки, а за своєрідністю її проявів. Особливості темпераменту людини обумовлюють шляхи й способи її роботи, але не рівень досягнень. У свою чергу, розумові й волеві можливості людини створюють умови для компенсації недоліків темпераменту. У той самий час темперамент обумовлює індивідуальний стиль діяльності.

Щоб визначити тип темпераменту людини, слід переконатися в тому або іншому вираженні в неї певних рис (активності, емоційності, особливостей моторики).

2. Типи темпераментів, взаємозв'язок темпераменту з особистістю

Холерик – це людина, нервова система якої визначається перевагою збудження над гальмуванням, внаслідок чого вона реагує дуже швидко, часто нерозважно, не встигає себе загальмувати, стримати, проявляє нетерпіння, поривчастість, різкість рухів, запальність, неприборканість, нестриманість. Холерик – суб'єкт, що характеризується високим рівнем психічної активності, енергійністю дій, різкістю, стрімкістю, силою рухів, їхнім швидким темпом, поривчастістю. Холерик схильний до різких змін настрою, запальний, не терплячий, піддається емоційним зривам, іноді буває агресивним. За відсутності належного виховання недостатня емоційна урівноваженість може призвести до нездатності контролювати свої емоції у важких життєвих обставинах.

Неврівноваженість його нервової системи визначає циклічність у зміні його активності, бадьорості: захопившись певною справою, він активно, з повною віддачею працює, але сил йому вистачає ненадовго, і, як тільки вони виснажуються, він допрацьовується до того, що далі не може. З'являється роздратований стан, поганий настрій, занепад сил, млявість. Чергування позитивних циклів підйому настрою й енергійності з негативними циклами

спаду, депресії спричиняють нерівність поведінки й самопочуття, його підвищену схильність до появи невротичних зривів і конфліктів з людьми.

Сангвінік – людина із сильною, урівноваженою рухливою нервовою системою, має високу швидкість реакції, його вчинки обмірковані, він життєрадісний, завдяки чому його характеризує високий опір труднощам життя. Сангвінік – суб'єкт, що характеризується високою психічною активністю, енергійністю, працездатністю, швидкістю й жвавістю рухів, розмаїтістю й багатством міміки, швидким темпом мовлення. Сангвінік прагне до частоті зміни вражень, легко й швидко відзивається на навколишні події, товариський. Емоції – переважно позитивні – швидко виникають і швидко змінюються. Порівняно легко й швидко він переживає невдачі. За несприятливих умов і негативних виховних впливів рухливість може вилитися у відсутність зосередженості, невинуватану поспішність учинків, поверховість.

У сангвініків процеси збудження і гальмування досить сильні, урівноважені, рухливі. Рухливість його нервової системи спричиняє мінливість почуттів, прихильностей, інтересів, поглядів, високу пристосовність до нових умов. Це товариська людина, легко сходиться з новими людьми й тому в неї широке коло знайомств, хоча вона і не відрізняється сталістю в спілкуванні й прихильності. Вона продуктивний діяч, але лише тоді, коли багато цікавих справ, тому що при постійному збудженні, у противному випадку вона стає нудною, млявою, часто відволікається. У стресовій ситуації проявляє “реакцію лева”, тобто активно обдуману захищає себе, береться за нормалізацію обстановки.

Флегматик – людина із сильною, урівноваженою, але інертною нервовою системою, внаслідок чого реагує повільно; вона неговірка, емоції проявляються уповільнено; має високу працездатність, добре опирається сильним і тривалим подразникам, труднощам, але не здатна швидко реагувати у несподіваних ситуаціях. Флегматик – суб'єкт, що характеризується повільністю й невиразністю міміки. Він важко переключається з одного виду діяльності на інший, важко пристосовується до нової обстановки. У флегматика переважає спокійний, рівний настрій, почуття та настрої зазвичай відрізняються стабільністю. За несприятливих умов у нього може розвинути млявість, бідність емоцій, схильність до виконання одноманітних звичних дій. Міцно запам'ятовує все засвоєне, не здатний відмовитися від набутих навичок і стереотипів, не любить змінювати звички, розпорядок життя, роботу, друзів, важко й уповільнено пристосовується до нових умов. Настрій стабільний, рівний. При серйозних неприємностях флегматик залишається зовні спокійним.

Меланхолік – людина зі слабкою нервовою системою, що має підвищену чутливість навіть до слабких подразників, а сильний подразник уже може викликати “зрив”, розгубленість, “стрес кролика”, тому в стресових ситуаціях можуть погіршуватися результати діяльності меланхоліка порівняно зі спокійною звичною ситуацією. Меланхолік – суб'єкт, що характеризується низьким рівнем психічної активності, сповільненістю рухів, стриманістю моторики й мовлення, швидкою стомлюваністю. Меланхоліка відрізняють глибина й стійкість емоцій при слабкому їхньому зовнішньому вираженні, причому переважають негативні емоції. За несприятливих умов у меланхоліка

можуть розвинути підвищену емоційну ранимість, замкненість, відчуженість. У представників меланхолічного типу темпераменту переважають процеси гальмування при слабості як збудження, так і гальмування.

Підвищена чутливість приведе до швидкого стомлення й падіння працездатності. Незначний привід може викликати образ, сльози. Настрій дуже мінливий, але звичайно меланхолік намагається приховати, не виявляти зовні свої почуття, не розповідати про свої переживання; він часто засмучений, подавлений, невпевнений у собі, тривожний, у нього можуть виникнути невротичні розлади. Однак, маючи високу чутливість нервової системи, вони часто мають виражені художні й інтелектуальні здібності.

Важко відповісти, який тип темпераменту в тієї або іншої дорослої людини. Тип нервової системи хоча й визначається спадковістю, але не є абсолютно незмінним. З віком, а також під впливом систематичних тренувань, виховання, життєвих обставин нервові процеси можуть слабшати або підсилюватися, може прискоритися або сповільнитися їх переключення.

3. Темперамент і діяльність

Продуктивність роботи людини тісно пов'язана з особливостями її темпераменту. Так, особлива рухливість (реактивність) сангвініка може принести додатковий ефект, якщо робота вимагає зміни об'єктів спілкування, роду занять, часткового переходу від одного ритму життя до іншого. Може створюватися неправильне уявлення, що люди інертні (флегматики), не мають переваг ні в яких видах діяльності, але це невірно: саме вони особливо легко здійснюють повільні й плавні рухи, у них виявляється перевага стереотипних способів дії, пунктуально дотримуючи один раз прийнятий порядок. Люди, які відрізняються слабкою нервовою системою – меланхоліки, сильніше мотивовані на виконання більш простих дій, ніж інші, вони менше втомлюються й дратуються від їхнього повторення. Експериментально показано, що сангвініки й холерики виявляють менший опір і знижену продуктивність у ситуаціях, коли умови й способи діяльності строго регламентовані й не допускають включення індивідуальних прийомів.

У поведінковому спілкуванні можна й потрібно передбачати особливості реакції осіб з різним типом темпераменту й адекватно на них реагувати. Темперамент лише визначає динамічні, але не змістовні характеристики поведінки. У спілкуванні людей наведені вище властивості темпераменту проявляються у вербальній і невербальній взаємодії людини з людиною. У індивіда з підвищеною активністю мовлення міміка, жести, пантоміміка більш яскраво виражені, ніж у людини зі зниженою активністю. Більш активні люди володіють, як правило, і більш сильним голосом. Темп їхнього мовлення, так само як і темп емоційно експресивних рухів, досить високий.

Значно розрізняється стиль спілкування у сильно й слабо збудливих людей. Перші реагують швидше, легше входять у контакт, краще адаптуються у спілкуванні, ніж інші. Індивіди, в яких переважають гальмівні процеси, легше припиняють спілкування, менш балакучі, ніж ті, чиї гальмівні реакції

уповільнені. Ці останні нерідко відрізняються тим, що багато говорять, не відпускають співрозмовника й створюють враження набридливості. Вони через силу переключаються у спілкуванні з однієї теми на іншу, від однієї людини на іншу. “Продуктивність” їхнього спілкування, тобто здатність повідомити й сприйняти інформацію за одиницю часу, також більше, ніж у людей протилежного типу – малоактивних і тих, які володіють невисоким темпом.

І.П. Павлов виділив ще три “чисто людських типи” вищої нервової діяльності: *розумовий*, *художній* і *проміжний*. Представники *розумового типу* (переважає активність другої сигнальної системи мозку лівої півкулі) досить розважливі, схильні до детального аналізу життєвих явищ, до абстрактно-логічного мислення. Почуття їх відрізняються помірністю, стриманістю й звичайно прориваються назовні, пройшовши через фільтр розуму. Люди цього типу звичайно цікавляться математикою, філософією, їм подобається наукова діяльність.

У людей *художнього типу* (переважає активність сигнальної системи мозку правої півкулі) мислення образне, на нього накладає відбиток більша емоційність, яскравість уяви, безпосередність і жвавість сприйняття дійсності. Їх цікавить, насамперед, мистецтво, театр, поезія, музика, письменницька й художня творчість. Вони прагнуть до широкого кола спілкування, це типові лірики, а людей розумового типу вони скептично оцінюють як “сухарів”. Більшість людей (80%) відносяться до “золотої середини”, *проміжного типу*. У їхньому характері дещо переважає раціональний або емоційний початок, і це залежить від виховання з самого раннього дитинства, від життєвих обставин.

Сучасні дослідники підтвердили, що права й ліва півкулі мають специфічні функції й перевага активності тієї або іншої півкулі впливає на індивідуальні особливості людини. Експерименти показали, що при відключенні правої півкулі люди не могли визначити поточний час доби, пору року, не могли орієнтуватися в конкретному просторі, не могли знайти дорогу додому, не почували “вище – нижче”, не впізнавали облич своїх знайомих, не сприймали інтонації слів і т.п. Відомий психолог К.Юнг підрозділяє людей за складом особистості на *екстравертів* (“звернених назовні”) та *інтровертів* (“звернених усередину себе”). Екстраверти товариські, активні, оптимістичні, рухливі, у них сильний тип вищої нервової діяльності, за темпераментом вони сангвініки або холерики. Інтроверти мало товариські, стримані, віддалені від усіх, у своїх вчинках орієнтуються на власні уявлення, серйозно ставляться до ухвалення рішення, контролюють свої емоції. До інтровертів відносяться флегматики й меланхоліки. Однак у житті рідко зустрічаються абсолютно чисті екстраверти або інтроверти. У кожному з нас є як риси тих, так й інших, це залежить від вроджених якостей нервової системи, віку, виховання, життєвих обставин. Цікаво, що в екстравертів провідною півкулею є права півкуля, що частково може виявлятися навіть у зовнішності, у них розвинене ліве око, тобто ліве око більш відкрите й більш осмислене (нерви в людини йдуть хрест на хрест, тобто від правої півкулі до лівої половини тіла, і від лівої півкулі – до правої половини тіла), а в інтровертів ведучою є ліва півкуля.

Темперамент не визначає рівня загальних або спеціальних здібностей. Люди того самого темпераменту можуть бути високо – і малообдарованими, і навпаки: люди різного темпераменту можуть успішно працювати в одній галузі. Ті або інші властивості темпераменту в одних обставинах професійної діяльності можуть сприяти досягненню успіху в ній, в інші, за тієї самої діяльності заважати йому. Коли вимоги діяльності суперечать будь-якій властивості темпераменту, то людина обирає такі прийоми й способи її виконання, які найбільше відповідають її темпераменту й допомагають перебороти вплив негативних у даних умовах проявів темпераменту. Сукупність таких успішних індивідуальних прийомів і способів, вироблених людиною в процесі діяльності, характеризує її індивідуальний стиль діяльності. Придбання певного індивідуального стилю не змінює самого темпераменту, тому що індивідуальний стиль – це сукупність варіантів діяльності, найбільш зручних для людини при наявному в неї темпераменті.

Властивості темпераменту – індивідуальний темп і ритм психічних процесів, ступінь стійкості почуттів, напруженість волевого зусилля й т. ін., що відносяться до всіх сторін психічної діяльності.

Динаміка психічної діяльності, а отже, і зазначені вище властивості темпераменту можуть бути пов'язані з іншими психологічними умовами - настроєм, мотивами діяльності, поставленого завдання й т.п. Разом з тим властивості темпераменту - це найбільш стійкі індивідуальні особливості, що зберігаються багато років, часто все життя, а динамічні особливості, що залежать не від темпераменту, набагато менш стійкі.

Всі живі істоти здатні до самостійної сили реагування, перетворюючи або підтримуючи життєво важливі зв'язки з навколишнім світом, тобто проявляючи активність. Виступаючи як загальна характеристика живого, у людському суспільстві активність має своєрідний прояв й, через свою специфічність, одержала назву “діяльність”.

Діяльність людини – складне явище. Результатом людської діяльності є певний продукт. Більшу частину того, що робить людина, вона робить не для себе, а для суспільства. У свою чергу, більшість інших людей, членів даного суспільства, задовольняють потреби кожної особистості. Але навіть тоді, коли людина робить щось для себе особисто, вона використовує у своїй праці досвід інших людей, застосовуючи отримані від них знання. Основною констатуючою характеристикою діяльності є її предметність. При цьому предмет виступає подвійно: по-перше, – у своєму незалежному існуванні, як такий, який підпорядковує собі й перетворює діяльність суб'єкта; по-друге, – як образ предмета, як продукт психічного відображення його властивостей, що здійснюється в результаті діяльності суб'єкта й інакше здійснюватися не може.

Психологія бере для дослідження діяльності той її аспект, що пов'язаний з вивченням різних форм, видів і рівнів суб'єктивного відображення об'єктивної дійсності людиною в діяльності, тобто, насамперед, суб'єктивний план діяльності. Що ж змушує людину діяти певним чином у певних обставинах? Джерелом активності людини є її потреби, тобто стан індивіда, що виражає її залежність від конкретних умов її існування й розвитку.

Проблема побудови діяльності має першочергове значення як для розвитку теорії психології, так і для визначення ефективних шляхів вирішення багатьох практичних завдань.

Діяльність – це динамічна система взаємодії людини зі світом, у процесі якої відбувається виникнення й взаєморозуміння в об'єкті психічного образу. Саме наявність усвідомленої мети дозволяє визначити активність як діяльність. Всі інші сторони діяльності: мотив, планування діяльності, переробка поточної інформації, прийняття рішення – можуть усвідомлюватися не повністю, а також невірно. Який би не був рівень усвідомлення діяльності, усвідомлення мети завжди залишається необхідною її ознакою. Специфічно людська дія сформувалася в праці як акт трудової діяльності. Сукупність дій, що виконують певну суспільну функцію, становить певний вид трудової діяльності. Так трудова діяльність завжди спрямована на виробництво певного продукту, дія людини завжди спрямована на певний результат. Виконання предметної дії забезпечується певною системою рухів. Вона залежить від мети дії, властивостей предмета, на який ця дія спрямована, та умов дії. Рух, за допомогою якого людина звичайно здійснює ту або іншу дію, пов'язаний з особистісними установками, з осмисленням завдання, що вирішується за допомогою рухів, відношенням до неї. Зміна особистісних установок призводить до зміни рухової сфери. Дії – більш складна частина діяльності. Дії являють собою сукупність рухів, які мають мету й спрямовані на певний об'єкт. Дії завжди соціальні. Будь-які дії людини складаються з рухів і виконуються свідомо, усвідомлено. Окремі рухи й навіть дія ще не становлять цілісної діяльності. Діяльність – це сукупність дій, об'єднаних єдиною метою. Сутність діяльності саме й виявляється в тих цілях і завданнях, які реалізуються в ній, а також у мотивах, заради яких вона відбувається.

Динамічні риси особистості людини виступають не тільки в зовнішній манері поведінки, не тільки в рухах – вони виявляються й у розумовій сфері, у сфері спонукання, у загальній працездатності.

Природно, особливості темпераменту позначаються на навчальних заняттях і трудовій діяльності.

Але головне полягає в тому, що відмінності за темпераментами - це відмінності не за рівнем можливостей психіки, а за своєрідністю її проявів. Встановлено відсутність залежності між рівнем досягнень, тобто кінцевим результатом дій, і особливостями темпераменту, якщо діяльність протікає в умовах, які можна назвати нормальними. Таким чином, незалежно від ступеня рухливості або реактивності індивіда у нормальній, не стресовій ситуації результати діяльності в принципі будуть однаковими, оскільки рівень досягнень буде залежати головним чином від інших факторів, особливо від рівня мотивації й здібностей. Разом з тим дослідження, які встановлюють цю закономірність, показують, що залежно від особливостей темпераменту змінюється спосіб здійснення самої діяльності.

Ще Б.М. Теплов звернув увагу на те, що у залежності від особливостей темпераменту люди розрізняються не кінцевим результатом дій, а способом досягнення результатів. Розвиваючи цю думку, ряд вітчизняних дослідників провели дослідження з метою встановити залежність між способом виконання дій й особливостями темпераменту. У цих дослідженнях розглядався індивідуальний стиль діяльності як шлях досягнення результатів або спосіб вирішення певного завдання, обумовленого головним чином типом нервової системи. Результати досліджень більшості авторів, незалежно від особливостей

досліджуваних груп й експериментальних ситуацій, в яких вивчався типовий для даних індивідів спосіб виконання дій, показують, що саме тип нервової діяльності, і, насамперед, сила й рухливість нервових процесів, впливає на формування певного стилю діяльності.

Таким чином, від темпераменту залежить, яким способом людина реалізує свої дії незалежно від їхньої змістовної характеристики. Темперамент виявляється в особливостях протікання психічних процесів, впливаючи на швидкість пригадування й міцність запам'ятовування, швидкість розумових операцій, стійкість і переключення уваги.

Особистість і темперамент пов'язані між собою таким чином, що темперамент виступає як загальна основа багатьох інших особистісних властивостей, насамперед, характеру. Він, однак, визначає лише динамічні прояви відповідних особистісних властивостей.

Від темпераменту залежать такі властивості особистості, як *вразливість*, *емоційність*, *імпульсивність* і *тривожність*.

Вразливість – це сила впливу на людину різних стимулів, час їхнього збереження в пам'яті й сила реакції на них. Ті самі стимули на вразливу людину здійснюють більший вплив, ніж на недостатньо вразливу. Вразлива людина, крім того, довше пам'ятає відповідні впливи й довше зберігає реакцію на них. Та й сила відповідної реакції в неї значно більше, ніж у менш вразливого індивіда.

Емоційність – це швидкість і глибина емоційної реакції людини на ті або інші події. Емоційна людина надає більшу значимість тому, що відбувається з нею і довкола неї. У неї набагато більше, ніж у неемоційної людини, виражені всілякі тілесні реакції, пов'язані з емоціями. Емоційний індивід – це той, хто майже ніколи не буває спокійним, постійно перебуває під владою певних емоцій, у стані підвищеного збудження або, навпаки, пригніченості.

Імпульсивність виявляється в нестриманості реакцій, в їхній спонтанності й появі ще до того, як людина встигає обміркувати ситуацію, що склалася, й прийняти розумне рішення з приводу того, як у ній діяти. Імпульсивна людина спочатку реагує, а потім думає, чи правильно вона вчинила, часто шкодує про передчасні й неправильні реакції.

Тривожна людина відрізняється від малотривожної тим, що в неї занадто часто виникають пов'язані із занепокоєнням емоційні переживання: острах, побоювання, страхи. Їй здається, що багато чого з того, що її оточує, несе в собі загрозу для власного “Я”. Тривожна людина боїться усього: незнайомих людей, телефонних дзвінків, іспитів, випробувань, офіційних закладів, публічних виступів і т.п.

Поєднання описаних властивостей і створює індивідуальний тип темпераменту, тому.

Темперамент до деякої міри впливає на розвиток здібностей людини, особливо тих, до складу яких входять рухи з такими їхніми суттєвими характеристиками, як темп, швидкість реакції, збудливість і гальмування.

Основні поняття до теми:

Темперамент – характеристика індивіда з боку його динамічних особливостей: інтенсивності, швидкості, темпу, ритму психічних процесів і станів. Розрізняють чотири основних типи темпераментів: сангвінічний, флегматичний, холеричний, меланхолічний.

Властивості темпераменту – індивідуальний темп і ритм психічних процесів, ступінь стійкості почуттів, напруженість вольового зусилля й т. ін., що відносяться до всіх сторін психічної діяльності.

Властивості нервової системи – стійкі особливості нервової системи, що впливають – за інших рівних умов – на індивідуальні психологічні особливості людини. Найбільш загальний психологічний прояв властивостей нервової системи – особливості темпераменту людини. Властивості нервової системи були відкриті І. П. Павловим і лягли в основу типології вищої нервової діяльності. Виділяються три основних властивості нервової системи: сила, рухливість, урівноваженість.

Індивідуальний стиль діяльності – узагальнена характеристика індивідуально-психологічних особливостей людини, що складаються й виявляються в її діяльності. Індивідуальний стиль діяльності виявляє залежність від специфіки виховання, психологічних якостей суб'єкта, зумовлених властивостями його нервової системи, а також від особливостей його включення в постійно повторювані однотипні ситуації (виробничі та ін.).

Питання для самоперевірки:

Розкрийте поняття темпераменту, його органічні основи.

Які відомі теорії, що пояснюють походження темпераменту?

Типи темпераментів. Їх психологічна характеристика.

Як пов'язаний темперамент з особистістю людини?

Теми рефератів та докладів:

1. Поняття темпераменту, його основні властивості.
2. Зв'язок темпераменту з індивідуальною діяльністю людини.
3. Теорії темпераменту.
4. Психологічна характеристика типів темпераменту.

Література до теми:

1. Запорожець А.В. Избранные психологические труды: В 2-х т. – Т. 1. – М., 1986.
2. Розин В. М. Психология: теория и практика. – М., 1997.
3. Русалов В.М. О природе темперамента и его месте в структуре индивидуальных свойств человека // Вопросы психологии. – 1985. – № 11. – С. 19-33.
4. Столяренко Л.Д. Основы психологии. – Ростов-на-Дону, 2002.
5. Стреляу Я. Роль темперамента в психическом развитии. – М., 1982.

Тема 6: ХАРАКТЕР

План

1. Поняття характеру.
2. Структура характеру.
3. Акцентуації характеру.

1. Поняття характеру

Риси темпераменту, тобто особливості динамічної сторони психіки, є тільки однією з передумов розвитку тих найважливіших властивостей психіки людини, які становлять її характер. *Характер* – це сукупність стійких індивідуальних особливостей особистості, що складаються і виявляються в діяльності і спілкуванні, обумовлюючи типові для індивіда способи поведінки, що визначають ставлення людини до інших людей, до виконуваної роботи. Характер містить у собі те, що надає поведінці людини специфічного, характерного для неї відтінку (звідси і назва “характер” від грецьк. “карбування”, “прикмета”).

Характер людини – це те, що визначає її значимі вчинки, а не випадкові реакції на ті або інші стимули, або певні обставини. Вчинок людини з характером майже завжди свідомий і обміркований, може бути пояснений і виправданий, принаймні, з позицій діючої особи.

Основною детермінантою поведінки та діяльності людини завжди залишається спрямованість її особистості – сукупність її інтересів, ідеалів і переконань. У характері людини начебто закладена програма типової її поведінки у типових обставинах.

Характер може виявлятися в особливостях діяльності, якими людина переважно займається. Одні люди надають перевагу найбільш складним і важким видам діяльності, їм приносить задоволення шукати та долати перешкоди; інші вибирають найбільш прості, безпроблемні шляхи. Для одних суттєво, з якими результатами вони виконали ту або іншу роботу, чи вдалося при цьому перевершити інших людей. Для інших це може бути байдужим, і вони задовольняються тим, що впоралися з роботою не гірше інших, досягнувши посередньої якості.

У спілкуванні з людьми характер людини виявляється в манері поведінки, у способах реагування на дії і вчинки людей. Манера спілкування може бути більш-менш делікатною, тактовною або безцеремонною, увічливою або грубою. Характер на відміну від темпераменту обумовлений не стільки властивостями нервової системи, скільки культурою людини, її вихованням.

У своєму формуванні, розвитку й функціонуванні характер людини тісно пов'язаний з темпераментом. Останній являє собою динамічну сторону характеру. Характер, як і темперамент, є досить стійким і малозмінюваним.

2. Структура характеру

Структурність характеру виявляється в закономірній залежності між окремими його рисами. У житті зустрічаються більш цілісні й більш суперечливі характери. Найважливішим моментом у формуванні характеру є те, як людина відноситься до навколишнього середовища й до самої себе як до іншої. Ці відносини є основою для класифікації найважливіших рис характеру: 1) відношення до людей; 2) відношення до себе; 3) відношення до справи; 4) відношення до речей.

Перерахуємо основні риси особистості, які входять до складу характеру людини.

По-перше, це ті властивості особистості, які визначають вчинки людини у виборі мети діяльності (більш-менш важкої). Тут як певні характерологічні риси можуть виявитися раціональність, ощадливість або протилежні їм якості.

По-друге, до структури характеру входять риси, які відносяться до дій, спрямованих на досягнення поставленої мети: наполегливість, цілеспрямованість, послідовність тощо, а також альтернативні їм (як свідчення відсутності характеру). У цьому плані характер зближається не тільки з темпераментом, але й з волею людини. По-третє, до складу характеру входять чисто інструментальні риси, безпосередньо пов'язані з темпераментом: екстраверсія-інтроверсія, спокій-тривожність, стриманість-імпульсивність, переключення-ригідність та ін.

Екстраверсія – інтроверсія (від лат. “назовні” й “усередину”, “повертати”) – характеристика індивідуально-психологічних відмінностей людини, крайні полюси якої відповідають спрямованості особистості, яка переважає в індивіда, або на світ зовнішніх об'єктів, або на явища її власного суб'єктивного світу. Поняття “екстраверсія й інтроверсія” були введені К. Юнгом для позначення двох протилежних типів особистості.

Екстравертований тип характеризується спрямованістю особистості на навколишній світ, об'єкти якого притягають до себе інтереси суб'єкта, що певною мірою призводять до його відчуженості від себе самого, до приниження особистісної значимості явищ його суб'єктивного світу. Екстравертам властиві імпульсивність, ініціативність, гнучкість поведінки, товариськість, соціальна адаптованість.

Інтровертованому типу характерна фіксація інтересів особистості на явищах власного внутрішнього світу, яким вона надає високої цінності, а також нетовариськість, замкненість, соціальна пасивність, схильність до самоаналізу, ускладнення соціальної адаптації.

У сучасній вітчизняній психології прояви екстраверсії-інтроверсії розглядаються як властивості темпераменту, тобто як динамічні (а не змістовні) характеристики психічних процесів, які слугують передумовою розвитку специфічно особистісних і характерологічних якостей.

Ригідність (від лат. “твердий”) – ускладненість (аж до повної нездатності) у зміні наміченої суб’єктом програми діяльності в умовах, які об’єктивно потребують її переробки.

Характер, як і темперамент, залежить від фізіологічних особливостей людини, і, насамперед, від типу її нервової системи.

Про характер слід судити в першу чергу на підставі вчинків людей, в яких найбільше повно відображається їхня сутність. Система звичних дій і вчинків – фундамент характеру людини. Від аналізу вчинків до їхнього синтезу в характері, у психологічному вигляді особистості та від зрозумілого характеру до вже передбачених й очікуваних вчинків – така діалектика її спостережень.

Рухи та дії, виконання яких стає для людини потребою, називають звичками. Але саме за допомогою вчинків судять про те, що являє собою людина.

Характер – лише одна зі сторін особистості, але не вся особистість. Людина, поставлена в ситуацію вибору, здатна піднятися над обставинами, у тому числі й над власним характером. У тій мірі, в якій особистість здатна на це, у неї на перший план виступає не конкретно-характеристичне, а суспільне й загальнолюдське. І в тій мірі, в якій особистість не здатна на це, вона дійсно вичерпується своїм характером, типовими індивідуальними характеристиками в типових ситуаціях, рисами особистості.

Риси особистості – це стійкі, повторювані в різних ситуаціях особливості поведінки індивіда. Обов’язковими властивостями рис особистості є ступінь прояву їх у різних людей, трансситуативність (тобто прояв рис особистості індивіда в будь-яких ситуаціях) і потенційна вимірюваність (рис особистості доступні вимірюванню за допомогою спеціально розроблених для цього опитувальників і тестів). У психології особистості найбільш широко досліджені такі риси, як екстраверсія – інтроверсія, тривожність, ригідність, імпульсивність.

3. Акцентуації характеру

Усі типології людських характерів виходили з низки загальних ідей. Основні з них наступні:

Характер людини формується досить рано в онтогенезі й протягом усього її життя виявляє себе як більш-менш стійкий.

Ті поєднання особистісних рис, які входять у характер людини, не є випадковими. Вони утворюють чітко помітні типи, що дозволяють виявляти й будувати типологію характерів.

Більша частина людей відповідно до цієї типології може бути розділена на групи.

Е. Кречмер виділив й описав три типи будови тіла або конституції людини, що найбільш часто зустрічаються: астенічний, атлетичний і пікнічний. Кожен з них він пов’язав з особливим типом характеру.

Астенічний тип, за Кречмером, характеризує невелику товщину тіла в профіль при середньому або вище середнього зросту. Астенік – це звичайно худя й тонка людина, через свою худобу здається трохи вище, ніж вона є

насправді. В астеніка тонка шкіра обличчя й тіла, вузькі плечі, тонкі руки, Подовжена й плоска грудна клітина зі слабorozвиненою мускулатурою й слабкими жировими прошарками. Така в основному характеристика астеніків-чоловіків. Жінки цього типу, крім того, часто й малорослі.

Атлетичному типу характерний сильно розвинений хребет і мускулатура. Така людина звичайно середнього або високого зросту, із широкими плечима, потужною грудною клітиною. У неї щільна, міцна голова.

Пікнічний тип відрізняється сильно розвиненими внутрішніми порожнинами тіла (голови, грудей, живота), схильністю до ожиріння при слабorozвинених м'язах й опорно-руховому апараті. Така людина середнього зросту з короткою шиєю, що сидить між плечима.

Тип будови тіла, як було показано ще Кречмером і частково підтверджене новітніми дослідженнями в галузі психогенетики, певним чином корелює зі схильністю до психічних захворювань. Наприклад, маніакально-депресивним психозом найчастіше хворіють люди з яскраво вираженими рисами пікніка. До шизофренічних захворювань більш схильні астеніки й атлетики.

Згодом дійсно виявилось, що люди з певним типом будови тіла мають схильність до захворювань, які супроводжуються акцентуаціями відповідних рис характеру.

Коли кількісна виразність тієї або іншої риси досягає граничних величин і виявляється біля крайньої межі норми, виникає так звана акцентуація характеру – крайні варіанти норми як результат посилення його окремих рис.

Акцентуація характеру (від лат. “наголос”) – надмірне посилення окремих рис характеру, що виявляється у вибірковій уразливості особистості стосовно певного роду психогенних впливів (важких переживань, нервово-психічних навантажень тощо) при хорошій і навіть підвищеній стійкості до інших. Акцентуації характеру, сформувавшись до підліткового віку, можуть стати сприятливим ґрунтом для розвитку гострих афективних реакцій, неврозів, патологічних порушень поведінки.

Класифікації характерів будуються, здебільшого, на описах цих акцентуацій. Одна з них належить відомому вітчизняному психіатру О.Є. Личко. Ця класифікація побудована на основі спостережень за підлітками.

Акцентуація характеру, за Личко, – це надмірне посилення окремих рис характеру, за якого спостерігаються відхилення в психології та поведінці людини, що не виходять за межі норми, але межують з патологією. Такі акцентуації як тимчасові стани психіки найчастіше спостерігаються в підлітковому й ранньому юнацькому віці.

Класифікація акцентуацій характерів підлітків, яку запропонував О.Є. Личко, виглядає таким чином:

Гіпертимний тип. Підлітки цього типу відрізняються рухливістю, товариськістю, схильністю до бешкетництва. У подіях, що відбуваються навколо, вони завжди вносять багато шуму, люблять неспокійні компанії однолітків. При хороших загальних здібностях вони виявляють непосидючість, недостатню дисциплінованість, вчаться нерівно. Настрій у них завжди гарний, піднятий. З дорослими (батьками й педагогами) у них нерідко виникають конфлікти. Такі

підлітки мають багато різноманітних захоплень, але ці захоплення, як правило, поверхневі й швидко проходять. Підлітки гіпертимного типу найчастіше переоцінюють свої здібності, бувають занадто самовпевненими, прагнуть показати себе, повихвалитися, справити враження на оточуючих.

Циклоїдний тип. Характеризується підвищеною дратівливістю й схильністю до апатії. Підлітки даного типу надають перевагу самоті, замість того, щоб десь бувати з однолітками. Вони важко переживають навіть незначні неприємності, на зауваження реагують вкрай дратівливо. Настрій у них періодично змінюється від піднятого до подавленого (звідси і назва даного типу) з періодами приблизно у дві-три тижні.

Лабільний тип. Цей тип вкрай мінливий у настрої, причому він найчастіше непередбачений. Приводами для несподіваної зміни настрою можуть виявитися найменші, наприклад, кимось випадково промовлене слово, чийсь непривітний погляд. Всі вони здатні поринути в зневіру й похмурий настрій за відсутністю будь-яких серйозних неприємностей і невдач. Поведінка цих підлітків багато в чому залежить від щохвилинного настрою. Сьогодення й майбутнє відповідно настрою може фарбуватися то яскравими, то темними фарбами. Такі підлітки, перебуваючи в подавленому настрої, вкрай потребують допомоги й підтримки з боку тих, хто може покращити їхній настрій, здатний відволікти, підбадьорити й розважити. Вони добре розуміють і відчувають ставлення до них оточуючих людей.

Астеноневротичний тип. Цей тип характеризується підвищеною песимістичністю і примхливістю, стомлюваністю й дратівливістю. Особливо часто стомлюваність виявляється під час виконання важкої розумової роботи.

Сензитивний тип. Йому властива підвищена чутливість до всього: до того, що радує, і до того, що засмучує або лякає. Ці підлітки не люблять великих компаній, занадто запальних, рухливих бешкетних ігор. Вони зазвичай сором'язливі й боязкі у присутності чужих людей і тому часто справляють враження замкненості. Відкритими й товариськими вони бувають тільки з тими, хто їм добре знайомий, спілкуванню з однолітками віддають перевагу спілкуванню з меншими дітьми й дорослими. Вони відрізняються слухняністю й виявляють значну прихильність до батьків. У юнацькому віці у таких підлітків можуть виникати складності в адаптації до кола однолітків, а також "комплекс неповноцінності". Разом з тим у цих підлітків досить рано формується почуття обов'язку, виявляються високі моральні вимоги до себе й до оточуючих людей. Недоліки у своїх здібностях вони часто компенсують вибором складних видів діяльності й підвищеною ретельністю. Ці підлітки розбірливі у пошуку для себе друзів і приятелів, виявляють значну прихильність у дружбі, обожнюють друзів, які старше них за віком.

Психастенічний тип. Такі підлітки характеризуються прискореним і раннім інтелектуальним розвитком, схильністю до міркувань і роздумів, до самоаналізу й оцінок поведінки інших людей. Такі підлітки, однак, нерідко бувають більш сильні на словах, а не на ділі. Самовпевненість у них поєднується з нерішучістю, а безапеляційність суджень – зі стрімкістю і

передчасністю дій, які вони роблять саме в ті моменти, коли потрібна обережність і обачність.

Шизоїдний тип. Найбільш суттєва риса цього типу – замкнутість. Ці підлітки не дуже тягнуться до однолітків, надають перевагу самотності, спілкуванню в компанії дорослих. Вони нерідко демонструють зовнішню байдужність до оточуючих людей, відсутність інтересу до них, погано розуміють стан інших людей, їхнього переживання, не вміють співчувати. Їхній внутрішній світ найчастіше наповнений різними фантазіями, особливими захопленнями. У зовнішніх проявах своїх почуттів вони досить стримані, не завжди зрозумілі для оточуючих, насамперед, для своїх однолітків, які їх, як правило, не дуже люблять.

Епілептоїдний тип. Ці підлітки часто плачуть, тиранять навколишніх, особливо в ранньому дитинстві. Такі діти, пише О.Є. Личко, люблять мучити тварин, дражнити молодших за себе, знущатися з безпорадного. У дитячих компаніях вони поведуться як диктатори. Їхні типові риси – жорстокість, владність, себелюбство. У групі дітей, якими вони керують, такі підлітки встановлюють свої тверді, майже терористичні порядки, причому їхня особиста влада у таких групах тримається в основному на добровільній покірності інших дітей або на страху. В умовах жорсткого дисциплінарного режиму вони почувають себе нерідко на висоті, намагаються догоджати начальству, домагатися певних переваг перед однолітками, одержувати владу, встановлювати свій диктат над навколишніми.

Істероїдний тип. Головна риса цього типу – егоцентризм, бажання постійної уваги до власної особи. У підлітків даного типу нерідко виражена схильність до театральності, позерства. Такі діти через силу виносять, коли в їхній присутності хтось хвалить їхнього товариша, коли іншим приділяють більше уваги, ніж їм самим. Для них нагальною потребою стає прагнення привертати до себе увагу навколишніх, вислухувати у свою адресу компліменти й похвали. Для цих підлітків характерні претензії на виключне положення серед однолітків, і, щоб вплинути на оточуючих, привернути до себе їхню увагу, вони часто виступають у групах у ролі спонукача до жартів і веселощів. Разом з тим, будучи нездатними стати дійсними лідерами й організаторами справи, завоювати собі неформальний авторитет, вони часто й швидко терплять фіаско.

Нестійкий тип. Його іноді невірно характеризують як слабовільний, пливучий за течією. Підлітки даного типу виявляють підвищену схильність і тягу до розваг, причому не перебираючи, а також до неробства й ледарства. У них відсутні будь-які серйозні, у тому числі професійні, інтереси, вони майже зовсім не думають про своє майбутнє.

Конформний тип. Даний тип демонструє бездумне, а часто просто кон'юнктурне підпорядкування будь-яким авторитетам, більшості в групі. Такі підлітки звичайно схильні до моралізування й консерватизму, а їх головне життєве кредо – “бути як всі”. Це тип пристосованця, що заради своїх власних інтересів готовий зрадити товариша, покинути його у важку хвилину, але, що б

він не зробив, він завжди знайде “моральне” виправдання своєму вчинку, причому нерідко навіть не одне.

Близькою до класифікації О.Є. Личко є типологія характерів, запропонована німецьким вченим К.Леонгардом. Ця класифікація заснована на оцінці стилю спілкування людини з оточуючими людьми й подає як самостійні наступні типи характерів:

Гіпертимний тип. Його характеризує надзвичайна контактність, балакучість, виразність жестів, міміки, пантоміміки. Він часто спонтанно відхиляється від первинної теми розмови. У такої людини виникають епізодичні конфлікти з оточуючими людьми через недостатньо серйозне відношення до своїх службових і сімейних обов’язків. Люди подібного типу нерідко самі бувають ініціаторами конфліктів, але засмучуються, якщо навколишні роблять їм зауваження із цього приводу. З позитивних рис, що є привабливими для партнерів по спілкуванню, людей даного типу характеризують енергійність, спрямованість на діяльність, оптимізм, ініціативність. Разом з тим вони володіють і деякими відштовхуючими рисами: легковажністю, схильністю до аморальних вчинків, підвищеною дратівливістю, недостатньо серйозним відношенням до своїх обов’язків. Вони важко переносять умови суворої дисципліни, монотонну діяльність, вимушену самотність.

Дистимний тип. Його характеризує низька контактність, небагатослівність, домінуючий песимістичний настрій. Такі люди є зазвичай домосідами, не тяжіють до гучного суспільства, рідко вступають у конфлікти з оточуючими, ведуть замкнутий спосіб життя. Вони високо цінують тих, хто з ними дружить, і готові їм підкоритися. Вони характеризуються наступними рисами особистості, привабливими для партнерів по спілкуванню: серйозністю, сумлінністю, загостреним почуттям справедливості. Є в них і відштовхуючі риси. Це – пасивність, сповільненість мислення, неповороткість, індивідуалізм.

Циклоїдний тип. Йому властиві досить часті періодичні зміни настрою, у результаті чого так само часто змінюється їхня манера спілкування з оточуючими людьми. У період підвищеного настрою вони є товариськими, а в період подавленого – замкнутими. Під час душевного підйому вони поведуться як люди з гіпертимною акцентуацією характеру, а в період спаду – з дистимною.

Збудливий тип. Даному типу властива низька контактність у спілкуванні, сповільненість вербальних і невербальних реакцій. Нерідко вони занудливі й похмурі, схильні до хамства й сварок, до конфліктів, у яких самі є активною, провокуючою стороною. Вони не пристосовуються в колективі, владні в родині. В емоційно спокійному стані люди даного типу часто сумлінні, акуратні, люблять тварин і маленьких дітей. Однак у стані емоційного збудження вони бувають дратівливими, запальними, погано контролюють свою поведінку.

Застрагливий тип. Його характеризують помірна товариськість, занудливість, схильність до моралізування, мовчазність. У конфліктах звичайно виступає ініціатором, активною стороною. Прагне домогтися високих показників у будь-якій справі, за яку береться, висуває підвищені вимоги до себе. Особливо чутливий до соціальної справедливості, разом з тим вразливий,

підозрілий, мстивий. Іноді надмірно самовпевнений, честолюбний, ревнивий, висуває непомірні вимоги до близького й до підлеглих на роботі.

Педантичний тип. У конфлікти вступає рідко, виступаючи в них скоріше пасивною, ніж активною стороною. На роботі поводить як бюрократ, пред'являючи навколишнім багато формальних вимог. Разом з тим охоче уступає лідерство іншим людям. Іноді тиранить домашніх надмірними претензіями на акуратність. Його привабливі риси: сумлінність, акуратність, серйозність, надійність у справах, а відштовхуючі і сприятливими для виникнення конфліктів – формалізм, занудливість, бурчання.

Тривожний тип. Людям даного типу властиві низька контактність, боязкість, непевність у собі, мінорний настрій. Вони рідко вступають у конфлікти з оточуючими, відіграючи у них здебільшого пасивну роль, у конфліктних ситуаціях шукають підтримки й опори. Нерідко характеризуються наступними привабливими рисами: дружелюбністю, самокритичністю, ретельністю. Внаслідок своєї беззахисності також не рідко слугують “козлами відпущення”, мішенями для жартів.

Емотивний тип. Ці люди віддають перевагу спілкуванню у вузькому колі обраних, з якими встановлюються теплі контакти, яких вони розуміють “з півслова”. Рідко самі вступають у конфлікти, відіграють у них пасивну роль. Образи носять у собі, не “виписують” назовні. Привабливі риси: доброта, співпереживання, вміння радіти чужим успіхам, загострене почуття обов'язку, ретельність. Відштовхуючі риси: надмірна чутливість, слізливність.

Демонстративний тип. Цей тип людей характеризується легкістю встановлення контактів, прагненням до лідерства, великим бажанням влади й похвали. Він демонструє високу пристосовність до людей і разом з тим схильність до інтриг (при зовнішній м'якості манери спілкування). Такі люди дратують оточуючих самовпевненістю й високими домаганнями, систематично самі провокують конфлікти, але при цьому активно захищаються. Мають наступні риси, привабливі для партнерів по спілкуванню: увічливість, артистичність, здатність захопити інших, неординарність мислення та вчинків. Їхні відштовхуючі риси: егоїзм, лицемірство, хвастощі, ухиляння від роботи.

Екзальтований тип. Йому властиві висока контактність, балакучість, легка захопленість. Такі люди часто сперечаються, але не доводять справи до відкритих конфліктів. У конфліктних ситуаціях вони бувають як активною, так і пасивною стороною. Разом з тим прив'язані й уважні до друзів і близьких. Вони альтруїстичні, мають почуття жалю, гарний смак, виявляють яскравість і щирість почуттів. Відштовхуючі риси: панікерство, схильність до щохвилинного настрою.

Екстравертований тип. Відрізняється високою контактністю, у таких людей багато друзів, знайомих, вони балакучі до набридливості, відкриті для будь-якої інформації. Рідко вступають у конфлікти з оточуючими й звичайно відіграють у них пасивну роль. У спілкуванні з друзями, на роботі й у родині часто поступаються лідерством заради інших, віддають перевагу підкоренню і перебуванню в тіні. Характеризуються такими привабливими рисами, як готовність уважно вислухати інших, зробити те, про що просять, ретельність.

Відштовхуючі особливості: схильність до попадання під чужий вплив, легкодумство, необдуманість вчинків, пристрасть до розваг, до участі в розповсюдженні пліток і слухів.

Інтроверований тип. Його, на відміну від попереднього, характеризує дуже низька контактність, замкнутість, відірваність від реальності, схильність до філософствування. Такі люди люблять самотність; рідко вступають у конфлікти з оточуючими, тільки при спробах безцеремонного втручання в їхнє особисте життя. Часто являють собою емоційно холодних ідеалістів, відносно слабо прив'язаних до людей. Мають такі привабливі риси, як стриманість, наявність твердих переконань, принциповість. Є в них і відштовхуючі риси. Це – упертість, ригідність мислення, уперте відстоювання своїх ідей. На все вони мають свою точку зору, яка може виявитися помилковою, різко відрізнитися від думки інших людей, проте вони продовжують її відстоювати незважаючи ні на що.

Ця класифікація відноситься здебільшого до дорослих людей і являє типологію характерів переважно з погляду відношення до людей.

Ще одна цікава спроба подати типологію характерів, в основі якої лежить відношення людини до життя, суспільства й моральних цінностей, була виведена Е. Фромом.

Узагальнивши дані спостережень за соціальною поведінкою різних людей, співставивши їх із практикою роботи в клініці (Е. Фром був лікарем-психіатром фрейдистської орієнтації), автор типології характерів, що надається, вивів наступні їхні основні типи:

“Мазохіст-садист”. Це тип людини, що схильний бачити причини своїх життєвих успіхів і невдач, а також причини спостережуваних соціальних подій не в складних обставинах, а в людях. Прагнучи усунути ці причини, вона спрямовує свою агресію на людину, що здається їй причиною невдачі. Якщо мова йде про її саму, то її агресивні дії направляються на себе; якщо причиною виступають інші люди, то вони стають жертвами її агресивності. Така людина багато займається самоосвітою, самовдосконаленням, “переробкою” людей “у кращий бік”. Своїми наполегливими діями, непомірними вимогами й домаганнями вона іноді доводить себе й оточуючих людей до стану знемоги. Особливо небезпечний для оточуючих такий тип тоді, коли він одержує над ними владу: він їх починає тероризувати, мотивуючи це “благими намірами”.

Люди-мазохісти виявляють тенденції принижувати й послабляти себе, упиваються самокритикою й самопокаранням, немислимо даремно звинувачують себе в усьому і насамперед намагаються взяти провину на себе, навіть якщо вони невинні у тому, що сталося.

Цікаве спостереження Е.Фрома, який стверджує, що в цьому типі людей поряд з мазохістськими схильностями майже завжди відкриваються й садистські тенденції. Вони виявляються в прагненні ставити людей у залежність від себе, здобувати над ними повну й безмежну владу, експлуатувати їх, заподіювати їм біль і страждання, насолоджуватися баченням того, як вони страждають. Такий тип людини називають авторитарною особистістю. Е.Фром показав, що подібні особистісні властивості були властиві

багатьом відомими в історії деспотам, і включив у їхнє число Гітлера, Сталіна, ряд інших відомих історичних осіб.

“Руйнівник”. Характеризується вираженою агресивністю й активним прагненням до усунення, знищення об’єкта, що викликав фрустрацію, поразку надій у даної людини. “Руйнування, – пише Фром, – це засіб порятунку від нестерпного почуття безсилля”. До руйнування як до засобу вирішення своїх життєвих проблем зазвичай звертаються люди, які відчують почуття тривоги й безсилля, обмежені в реалізації своїх інтелектуальних й емоційних можливостей. У періоди великих соціальних потрясінь, революцій, переворотів вони виступають як основна сила, що руйнує старе, у тому числі й культуру.

“Конформіст-автомат”. Такий індивід, зіштовхнувшись зі складними соціальними й особистісними життєвими проблемами, перестає “бути самим собою”. Він беззаперечно підкоряється обставинам, суспільству будь-якого типу, вимогам соціальної групи, швидко засвоюючи той тип мислення й спосіб поведінки, що є характерним більшості людей у даній ситуації. У такої людини майже ніколи немає ні власної думки, ні вираженої соціальної позиції. Він фактично втрачає власне “Я”, свою індивідуальність і “настільки звик відчувати саме ті почуття, які від нього очікуються в певних ситуаціях, що лише як виняток міг би помітити у своїх почуттях щось “чуже”. Така людина завжди готова підкоритися будь-якій новій владі, швидко й без проблем змінює свої переконання, якщо обставини цього вимагають, не дуже замислюючись над моральною стороною подібної поведінки. Це – тип свідомого або несвідомого пристосовання.

Основні поняття до теми:

Характер – це індивідуальне поєднання суттєвих властивостей особистості, що показують ставлення людини до навколишнього світу й виражаються в її поведінці, вчинках. Характер – це відношення, закріплені у звичних формах поведінки. Фізіологічна основа характеру – сплав рис типу нервової системи й складних стійких систем тимчасових зв’язків, вироблених у результаті індивідуального життєвого досвіду й виховання.

Риси характеру – індивідуальні звичні форми поведінки людини, в яких реалізується її ставлення до дійсності. Їх прийнято ділити на дві основні групи: перша – це риси характеру, в яких виражена спрямованість особистості, друга – вольові якості. Прояви характеру є комплексним утворенням. Знаючи характер людини, можна передбачати, як вона буде поводитися в тих або інших обставинах.

Акцентуація характеру (від лат. “наголос”) – надмірне посилення окремих рис характеру, що виявляється у вибірковій вразливості особистості стосовно певного роду психогенних впливів (важких переживань, нервово-психічних навантажень тощо) при хорошій і навіть підвищеній стійкості до інших. Акцентуації характеру, сформувавшись до підліткового віку, можуть стати сприятливим ґрунтом для розвитку гострих афективних реакцій, неврозів, патологічних порушень поведінки.

Екстраверсія - інтроверсія (від лат. “назовні” й “усередину”, “повертати”) – характеристика індивідуально-психологічних відмінностей людини, крайні полюси якої відповідають переважній спрямованості особистості або на світ зовнішніх об’єктів, або на явища її власного суб’єктивного світу.

Ригідність (від лат. “суворий”, “твердий”) – ускладненість (аж до повної нездатності) у зміні наміченої суб’єктом програми діяльності в умовах, об’єктивно потребуючих її переробки.

Питання для самоперевірки:

Розкрийте поняття характеру як сукупності стійких рис особистості.

Охарактеризуйте взаємозв’язок характеру і темпераменту.

Які типології характерів вам відомі?

Розкрийте сутність типології характеру О.Є. Лічко.

Типологія характерів, запропонована німецьким вченим К. Леонгардом.

Які типи характерів за Е. Фромом вам відомі?

Теми рефератів та докладів:

1. Характер людини: поняття, структура та основні фактори його формування.

2. Типологія характерів.

3. Місце характеру в загальній структурі особистості.

4. Риси характеру та їх акцентуація.

5. Екстраверти та інтроверти: основні характерні відмінності.

Література до теми:

1. Запорожець А.В. Избранные психологические труды: В 2-х т. – Т. 1. – М., 1986.

2. Личко А.Е. Психопатии и акцентуации характера у подростков. – Л., 1983.

3. Мерлин В.С. Структура личности. Характер, способности, самосознание: Учебное пособие к спецкурсу. – Пермь, 1990.

4. Розин В. М. Психология: теория и практика. – М., 1997.

5. Столяренко Л.Д. Основы психологии. – Ростов-на-Дону, 2002.

Тема 7: ВОЛЯ, ЕМОЦІЇ, МОТИВАЦІЯ

План

1. Поняття про волю, структура вольового акту.
2. Види й роль емоцій у житті людини, психічні емоційні стани.
3. Мотив і мотивація.

1. Поняття про волю, структура вольового акту

Воля – це свідомо організація й саморегуляція людиною своєї діяльності й поведінки, спрямована на подолання труднощів при досягненні поставленої мети. Це особлива форма активності особистості, що забезпечує виконання двох взаємозалежних функцій – спонукальної й гальмівної – і в них себе виявляє. При цьому спонукання людини до дій утворюють певну упорядковану систему – ієрархію мотивів – від задоволення нижчих потреб до задоволення вищих.

З поняттям волі тісно пов'язане поняття “локус контролю”.

Люди помітно відрізняються тим, кому вони схильні приписувати відповідальність за свої дії і вчинки. Якість, що характеризує схильність людини приписувати відповідальність за результати своєї діяльності зовнішнім силам й обставинам або ж, навпаки, власним зусиллям і здібностям, називають *локалізацією контролю*. Якщо люди приписують причини своєї поведінки зовнішнім факторам, то говорять про зовнішню (екстернальну) локалізацію контролю; якщо ж індивід приймає на себе відповідальність за свої дії, то говорять про внутрішню (інтернальну) локалізацію контролю. Інтернальна й екстернальна локалізація контролю вольової дії, що має як позитивні, так і негативні соціальні наслідки, є стійкими якостями особистості, що формуються в процесі розвитку й виховання.

Одним із найбільш характерних проявів волі виступає поведінка людини в умовах ризику. Ризик – це характеристика діяльності при невизначеності для суб'єкта її результату й наявності його припущень про можливі несприятливі наслідки у випадку неуспіху.

Психологія розрізняє дві взаємозалежні причини ризикової поведінки, або два види ризику. Перший – розрахунок на виграш, очікувана величина якого у випадку успіху перевищує ступінь несприятливих наслідків при неуспіху (ситуативний ризик). Тут же розрізняють ризик виправданий (розумне зважування всіх “за” й “проти”) і невиправданий. Другий вид ризику – надситуативна активність особистості, безкорисливий ризик, ризик заради ризику (цей факт виявлений на спеціальному приладі – ризикометрі). Люди другого виду найчастіше зустрічаються серед монтажників-висотників, спортсменів-гонщиків, монтерів високовольтних ліній.

У кожній вольовій дії можна виділити два етапи. Перший – підготовчий, етап уявної дії, на якому усвідомлюється мета, визначаються шляхи й засоби її

досягнення, а також приймається рішення; другий – виконавчий, на якому виконується ухвалене рішення й здійснюється самооцінка виконаної дії.

Основу волі, як і активності суб'єкта в цілому, становлять його потреби, що породжують розгалужену й різноманітну мотивацію дій і вчинків. Під мотивацією в психології розуміють три відносно самостійних види психологічних явищ. Це, по-перше, мотивація як мотив, що виступає як спонукання до діяльності, пов'язаної із задоволенням потреб; по-друге, мотивація як причини, що визначають вибір спрямованості поведінки й утворюють у сукупності спрямованість особистості людини; по-третє, мотивація як засіб саморегуляції поведінки та діяльності людини (емоції, бажання, потяги й т.д.).

Отже, потреби перетворюються в мотиви, що визначають здійснення одних дій і перешкоджають здійсненню інших. Залежно від того, наскільки усвідомлена та або інша потреба, розрізняють потяги й бажання.

Потяг – це мотив діяльності, що являє собою недостатньо чітко усвідомлену потребу. Бажання як мотив діяльності характеризується достатнім усвідомленням потреби. Зі зміною значення різних потреб у людини в ряді випадків виникає боротьба мотивів. У результаті обговорення або боротьби мотивів приймається рішення, що може бути відразу втілене в життя або відстрочено. Тоді виникає тривалий намір. При переході рішення в дію відбувається виконання – останній момент вольової дії.

Вольове зусилля – це форма емоційного стресу, що мобілізує внутрішні ресурси людини (пам'ять, мислення, уява й т. ін.), що створює додаткові мотиви до дії, які відсутні або недостатні, і які переживаються як стан значної напруги (перемога над собою).

Воля – це насамперед влада над самим собою. Крайня міра слабовілля знаходиться в області патології: *абулія* – виникаюча на ґрунті мозкової патології відсутність спонукань до дії, нездатність при розумінні необхідності прийняти рішення або виконати його; *апраксія* – складне порушення цілеспрямованості дій, яке викликане поразкою мозкових структур. Найбільш типовим проявом слабкої волі є лінь – прагнення людини відмовитися від подолання труднощів, стійке небажання робити вольове зусилля. Ледача людина звичайно має зовнішню локалізацію контролю й тому безвідповідальна. Наслідком безвільності є також зайва конформність (сугестивність), упертість.

Позитивні якості волі: мужність, наполегливість, рішучість, самостійність, самовладання, цілеспрямованість, витримка, дисциплінованість, сміливість. Вирішальне значення для формування позитивних якостей має моральна вихованість волі, що залежить від соціальної значимості мотивів, покладених в основу вольового акту.

На особистісному рівні воля виявляється в таких властивостях, як сила волі, енергійність, наполегливість, витримка й т. ін. Їх можна розглядати як первинні, або базові, вольові якості особистості. Такі якості визначають поведінку, що характеризується усіма або більшістю описаних вище властивостей.

Вольову людину відрізняють рішучість, сміливість, самовладання, упевненість у собі. Такі якості розвиваються звичайно в онтогенезі трохи

пізніше, ніж названа вище група властивостей. У житті вони виявляються в єдності з характером, тому їх можна розглядати не тільки як вольові, але і як характерологічні. Ці якості можна назвати вторинними.

Нарешті, є ще третя група якостей, які, відображаючи волю людини, пов'язані разом з тим з її морально-ціннісними орієнтаціями. Це - відповідальність, дисциплінованість, принциповість, обов'язковість. До цієї ж групи, яку можна позначити як третинні якості, можна віднести ті, в яких одночасно виступають воля людини і її ставлення до праці: діловитість, ініціативність. Такі якості особистості зазвичай формуються тільки до підліткового віку.

2. Види й роль емоцій у житті людини, психічні емоційні стани

Емоції (від лат. “потрясаю”, “хвилюю”) – психічне відображення у формі безпосереднього переживання життєвого змісту явищ і ситуацій, обумовленого відношенням їхніх об'єктивних властивостей до потреб суб'єкта.

Інше визначення емоцій таке. Емоції – особливий клас суб'єктивних психологічних станів, що віддображають у формі безпосередніх переживань, відчуттів приємного або неприємного, відносини людини до світу і людей, процес і результати її практичної діяльності. Емоціями (афектами, щиросердечними хвилюваннями) називають такі стани, як страх, гнів, туга, радість, любов, надія, сум, відраза, гордість і т.п. До класу емоцій відносяться також настрої, почуття, афекти, страсті, стреси. Це так звані «чисті» емоції. Вони включені в усі психічні процеси й стани людини. Будь-які прояви її активності супроводжуються емоційними переживаннями.

Психологія минулого часу перелічувала незліченну множину подібних переживань. Те спільне, що є між емоціями, почуттями й потягами, викликає потребу в загальній груповій назві. Блейлер (1929) об'єднав почуття й емоції під загальною назвою “ефективність”.

Емоції виявляються в певних психічних переживаннях, відомих кожному за своїм досвідом, і в тілесних явищах. Як і відчуття, емоції мають позитивний і негативний почуттєвий тон, пов'язані з почуттям задоволення або невдоволення. Почуття задоволення при посиленні переходить в афект радості.

Задоволення й незадоволення виявляються в певній міміці обличчя й змінах пульсу. При емоціях тілесні явища виражені набагато рідше. Так, радість і веселощі виявляються в руховому збудженні: сміх, голосна мова, жвава жестикуляція (діти стрибають від радості), спів, блиск очей, рум'янець на обличчі (розширення дрібних судин), прискорення розумових процесів, наплив думок, схильність до гумору, почуття бадьорості. Під час суму, туги, навпаки, є психомоторна затримка. Рухи уповільнені й убогі, людина “подавлена”. Постава виражає м'язову слабкість. Думки невідривно прикуті до одному. Блідість шкіри, змарніли риси обличчя, зменшення виділення секрету залоз, гіркий смак у роті. Під час сильного суму сліз немає, але вони можуть з'явитися при ослабленні гостроти переживань.

На підставі тілесних переживань Кант ділив емоції на *стенічні* (радість, наснага, гнів) – збудливий, підвищений м'язовий тонус, силу, і *астенічні* (страх, туга, сум) – що ослаблений.

Поділ емоцій на стенічні та астенічні має схематичний характер. Деякі афекти важко віднести до однієї або іншої області, і навіть той самий афект при різній інтенсивності може виявляти то стенічні, то астенічні риси. За тривалістю плину емоції можуть бути короткотривалими (гнів, переляк) і тривалими.

Тривалі емоції називаються *настроями*. Є люди, які завжди веселі, перебувають у підвищеному настрої, інші схильні до пригніченого стану, до туги або завжди роздратовані. *Настрій* – складний комплекс, що частково пов'язаний із зовнішніми переживаннями, частково заснований на загальній схильності організму до певних емоційних станів, частково залежить від відчуттів, які виникають в органах тіла.

Психічна сторона емоцій виявляється не тільки в переживанні самої емоції. Гнів, любов і т. ін. впливають на інтелектуальні процеси: уявлення, думки, напрямки уваги, і так само на волю, дії і вчинки, на всю поведінку.

При зменшенні емоційної напруги, наприклад на початкових станах раннього слабоумства, спостерігаються зменшення волі, апатія. Вплив емоцій на інтелект і волю коливається в дуже широких межах залежно від сили душевного хвилювання.

Життя без емоцій так само неможливе, як і без відчуттів. Емоції, стверджував відомий натураліст Ч.Дарвін, виникли в процесі еволюції як засіб, за допомогою якого живі істоти встановлюють значимість тих або інших умов для задоволення актуальних для них потреб. Емоційно-виразні рухи людини – міміка, жести, пантоміміка – виконують функцію спілкування, тобто повідомлення людині інформації про стан мовця і його відношення до того, що в цей момент відбувається, а також функцію впливу – певний вплив на того, хто є суб'єктом сприйняття емоційно-виразних рухів.

У вищих тварин, і особливо в людини, виразні рухи стали тонко диференційованою мовою, за допомогою якої живі істоти обмінюються інформацією про свої стани і про те, що відбувається навколо. Це – експресивна й комунікативна функції емоцій. Вони ж є найважливішим фактором регуляції процесів пізнання.

У критичних умовах при нездатності суб'єкта знайти швидкий і розумний вихід із небезпечної ситуації виникає особливий вид емоційних процесів – *афект*. Один із суттєвих проявів афекту полягає в тому, що він, нав'язуючи суб'єкту стереотипні дії, являє собою певний спосіб, що закріпився в еволюції, "аварійного" виходу із ситуацій: втеча, заціпеніння, агресія й т.п.

Завдяки емоції, що вчасно виникла, організм має можливість надзвичайно вигідно пристосуватися до навколишніх умов. Він здатен хутко, з великою швидкістю відреагувати на зовнішній вплив, не визначивши ще його тип, форму, інші параметри.

Емоційні відчуття біологічно, у процесі еволюції закріпилися як своєрідний спосіб підтримки життєвого процесу в його оптимальних межах і

попереджають про руйнівний характер недоліку або надлишку будь-яких факторів.

Найдавніша за походженням, найпростіша й найпоширеніша серед живих істот форма емоційних переживань – це задоволення, яке отримується від задоволення органічних потреб, і незадоволення, пов'язане з неможливістю це зробити при загостренні відповідної потреби.

Основні емоційні стани, які відчуває людина, діляться на власно емоції, почуття й афекти.

Почуття – це пережиті в різній формі внутрішні відносини людини до того, що відбувається в її житті, що вона пізнає або робить. Різні форми переживання почуття – емоції, афекти, настрої, стреси, страсті й почуття у вузькому значенні цього слова – утворять емоційну сферу особистості.

Емоції відносно слабо виявляються в зовнішній поведінці, іноді ззовні взагалі непомітні для сторонньої особи, якщо людина вміє добре приховувати свої почуття.

Емоції – це безпосереднє відображення, переживання сформованих відносин, а не їхня рефлексія. Емоції здатні передбачати ситуації й події, які реально ще не наступили, і виникають у зв'язку з уявленнями про пережиті раніше або уявлюваних ситуаціях.

Почуття ж носять предметний характер, пов'язуються з уявленням або ідеєю про деякий об'єкт. Почуття пов'язані з певними предметами, видами діяльності й людьми, що оточують людину.

Почуття виконують у житті й діяльності людини, у її спілкуванні з оточуючими людьми мотивуючу роль. У відношенні оточуючого її світу людина прагне діяти так, щоб підкріпити й підсилити свої позитивні почуття. Вони в неї завжди пов'язані з роботою свідомості, можуть довільно регулюватися.

Афекти – це особливо виражені емоційні стани, які супроводжуються видимими змінами у поведінці людини, що їх відчуває. Це реакція, що виникає в результаті вже виконаної дії або вчинку й виражає собою його суб'єктивне емоційне забарвлення з погляду того, якою мірою здійснення даного вчинку дозволило досягнути поставленої мети, задовольнити саме ту її потребу, що стимулювала дію.

Афекти сприяють формуванню в сприйнятті так званих афективних комплексів, що виражають собою цілісність сприйняття певних ситуацій. Розвиток афекту підлягає наступному закону: чим більш сильним є вихідний мотиваційний стимул поведінки й чим більше зусиль довелося затратити на те, щоб його реалізувати, чим менший підсумок, отриманий у результаті всього цього, тим сильніше виникаючий афект. На відміну від емоцій і почуттів афекти протікають бурхливо, швидко, супроводжуються різко вираженими органічними змінами й руховими реакціями.

Афекти, як правило, перешкоджають нормальній організації поведінки, її розумності. Вони здатні залишати сильні й стійкі сліди в довготривалій пам'яті.

Одним з найпоширеніших у наші дні видів афектів є стрес. Він являє собою стан надмірно сильної й тривалої психологічної напруги, що виникає в людини, коли його нервова система отримує емоційне перевантаження.

Стрес – термін, що використовується для позначення великого кола станів людини, що виникають у відповідь на різноманітні екстремальні впливи (стресори). Залежно від виду стресора й характеру його впливу виділяють стрес фізіологічний і психологічний. Останній поділяється на *інформаційний* і *Емоційний*. *Інформаційний* стрес виникає в ситуаціях інформаційних перевантажень, коли людина не справляється із завданням, не встигає приймати вірні рішення в необхідному темпі. *Емоційний* стрес з'являється в ситуаціях погрози, небезпеки, образи й ін. Стрес може здійснювати як позитивний, мобілізуючий, так і негативний вплив на діяльність (дистрес), аж до її повної дезорганізації.

Стрес дезорганізує діяльність людини, порушує нормальний хід її поведінки. Стреси, особливо якщо вони часті й тривалі, впливають не тільки на психологічний стан, але й на фізичне здоров'я людини.

Пристрасть – ще один вид складних, якісно своєрідних й емоційних станів, що зустрічаються тільки у людини. Пристрасть являє собою поєднання емоцій, мотивів і почуттів, сконцентрованих навколо певного виду діяльності або предмета. Об'єктом страсті може стати людина.

Емпатія (від грецьк. “співпереживання”) – розуміння і відчуття емоційних станів іншої людини у формі співпереживання. Як особливі форми емпатії виділяють: співпереживання – переживання суб'єктом тих самих емоційних станів, які відчуває інша на основі ототожнення з нею, і співчуття – переживання суб'єктом з приводу почуттів іншого.

Встановлено, що здатність до емпатії у індивідів зростає зі зростом минулого досвіду; емпатія легше реалізується також у випадку подібності поведінкових й емоційних реакцій суб'єктів, а також у високотривожних індивідів.

Психічні стани

До психічних станів відносяться прояви почуттів (настрій, афекти, ейфорія, тривога, фрустрація й ін.), уваги (зосередженість, неуважність), волі (рішучість, розгубленість, зібраність), мислення (сумніву), уяви (мрії) і т. ін.

Настрій – це порівняно тривалі, стійкі психічні стани помірної або слабкої інтенсивності, що виявляються як позитивне або негативне емоційне тло психічного життя індивіда. На відміну від ситуативних емоцій й афектів настрої є емоційною реакцією не на безпосередні наслідки тих або інших подій, а на їхнє значення для людини в контексті її загальних життєвих планів, інтересів й очікувань. Настрої, що сформувалися, у свою чергу, здатні впливати на безпосередні емоційні реакції з приводу подій, що відбуваються, змінюючи відповідно напрямок думок, сприйняття й поведінку людини. Залежно від ступеня усвідомленості причин, що викликали той або інший настрій, він переживається або як нерозчленоване загальне емоційне тло (піднятий, подавлений настрій), або як чітко ідентифікований стан (нудьга, сум, туга, страх або, навпроти, захопленість, радість, рзахоплення і т.ін.).

Формування вміння контролювати свій настрій, знаходити й засвоювати способи його свідомої корекції є важливим завданням виховання й самовиховання. Безпричинні коливання настрою можуть мати патологічне походження й обумовлюватися такими властивостями індивіда, як підвищена тривожність, нестійкість, емоційність і т.ін.

Неуважність. Це функціональне або органічне порушення здатності до зосередженої, цілеспрямованої діяльності. Іноді неуважність виникає при напруженій розумовій роботі як результат однобічної зосередженості. Як дефект довільної уваги неуважність може бути обумовлена різними факторами: від стомлення і відсутності мотивації до тих або інших клінічних розладів, найчастіше пов'язаних з порушеннями мислення.

Тривога – емоційний стан, що виникає в ситуаціях невизначеної небезпеки і виявляється в очікуванні неблагополучного розвитку подій. На відміну від страху, як реакції на конкретну погрозу, тривога являє собою генералізований, дифузійний або безпредметний страх.

У людини тривога звичайно пов'язана з очікуванням невдач у соціальній взаємодії й часто буває обумовлена неусвідомленістю джерела небезпеки. Функціонально тривога не тільки попереджає суб'єкт про можливу небезпеку, але й спонукає до пошуку й конкретизації цієї небезпеки. Вона може проявлятися як відчуття безпорадності, непевності в собі, безсилля перед зовнішніми факторами, перебільшення їхньої могутності й загрозливого характеру. Поведінкові прояви тривоги полягають у загальній дезорганізації діяльності, що порушує її спрямованість і продуктивність. Тривога як механізм розвитку неврозів (тривога невротична), що формується на основі внутрішніх протиріч у розвитку й будові психіки людини (наприклад, через завищений рівень домагань, недостатньої моральної обґрунтованості мотивів і т.п.), може привести до неадекватного переконання про існування для особистості погрози з боку інших людей, власного тіла, результатів власних дій та ін. Тривога послабляється за допомогою захисних механізмів – витиснення, заміщення, раціоналізації й т.д.

Тривожність. Шляхом поєднання фундаментальних емоцій виникає такий комплексний емоційний стан, як тривожність, що може поєднувати в собі і страх, і гнів, і провину, і інтерес-порушення.

Тривожність – це схильність індивіда до переживання тривоги, що характеризується низьким порогом виникнення реакції тривоги: один з основних параметрів індивідуальних відмінностей. Певний рівень тривожності – природна й обов'язкова особливість активної діяльності особистості. У кожної людини існує свій оптимальний або бажаний рівень тривожності – це так називана корисна тривожність. Оцінка людиною свого стану щодо цього є для неї суттєвим компонентом самоконтролю й самовиховання. Однак, підвищений рівень тривожності є суб'єктивним проявом неблагополучності особистості.

Розрізняють *ситуативну* тривожність, пов'язану з конкретною зовнішньою ситуацією, й *особистісну*, що є стабільною властивістю особистості.

Прояви тривожності в різних ситуаціях не однакові. В одних випадках люди схильні поводитися тривожно завжди й скрізь, в інших вони виявляють свою тривожність лише час від часу, залежно від складних обставин. Ситуативно стійкі прояви тривожності прийнято називати особистісними й пов'язувати з наявністю в людини відповідної особистісної риси (так називана “особистісна тривожність”).

Ситуативно змінювані прояви тривожності називаються ситуативними, а особливості особистості, яка виявляє такого роду тривожність, позначають як “ситуативна тривожність”. Цей стан характеризується емоціями, що переживаються суб'єктивно: напругою, занепокоєнням, заклопотаністю, нервозністю. Такий стан виникає як емоційна реакція на стресову ситуацію й може бути різним за інтенсивністю й динамічністю у часі.

Діяльність людини у конкретній ситуації залежить не тільки від самої ситуації, від наявності або відсутності в індивіда особистісної тривожності, але й від ситуативної тривожності, що виникає в даній людини в даній ситуації під впливом складних обставин.

Тривожність звичайно підвищена при нервово-психічних і важких соматичних захворюваннях, а також у здорових людей, що переживають наслідки психотравми, у багатьох груп осіб з поведінкою з відхиленнями. У цілому тривожність є суб'єктивним проявом неблагополучності особистості.

Стомлення. Тимчасове зниження працездатності під впливом тривалого навантаження називають *стомленням*. Воно виникає внаслідок виснаження внутрішніх ресурсів індивіда й неузгодженості в роботі систем, що забезпечують діяльність.

Стомлення має різноманітні прояви на таких рівнях: поведінковому (зниження продуктивності праці, зменшення швидкості й точності роботи); фізіологічному (ускладнення вироблення умовних зв'язків, підвищення інерційності в динаміці нервових процесів); психологічному (зниження чутливості, порушення уваги, пам'яті, інтелектуальних процесів, зрушення в емоційно-мотиваційній сфері). Стомлення супроводжується формуванням комплексу суб'єктивних переживань утоми. Специфіка проявів стомлення залежить від виду навантаження, локалізації його впливу, часу, необхідного для відновлення оптимального рівня працездатності. На цій підставі виділяють різні види стомлення: фізичне й розумове, гостре і хронічне й т.п. За відсутності заходів, що зменшують ступінь або знімають залишкові явища стомлення, можливий розвиток межуючих і патологічних станів. У зв'язку з цим актуальними є завдання своєчасної діагностики й профілактики стомлення. До останнього відносяться раціональна організація процесів праці, оптимізація режимів праці й відпочинку, спеціалізовані тренування й навчання, використання різних засобів підвищення індивідуальної стійкості до стомлення.

Саморегуляція (від лат. “упорядковувати”, “налагоджувати”) – це доцільне функціонування живих систем різних рівнів організації й складності. Психічна саморегуляція є одним із рівнів регуляції активності цих систем і здійснюється в єдності її енергетичних, динамічних і змістовно-значеннєвих аспектів.

Емоції людини, насамперед, пов'язані з її потребами. Вони відображають стан, процес і результат задоволення потреби. Завдяки емоціям можна напевне судити про те, що в цей момент часу хвилює людину, тобто про те, які потреби й інтереси є для неї актуальними.

Люди як особистості в емоційному плані відрізняються один від одного за багатьма параметрами: емоційна збудливість, тривалість й стійкість виникаючих у них емоційних переживань, домінування позитивних (стенічних) або негативних (астенічних) емоцій. Але найбільш емоційна сфера розвинених особистостей розрізняється за силою і глибиною почуттів, а також за їхнім змістом й предметною віднесеністю. Ця обставина, зокрема, використовується психологами під час конструювання тестів, призначених для вивчення особистості. За характером емоцій, які в людини викликають ситуації й предмети, події й люди, подані в тестах, судять про їхні особистісні якості.

Емоції входять у склад значної кількості психологічно складних станів людини, виступаючи як їхня органічна частина. Такими комплексними станами, що включають мислення, ставлення і емоції, є *гумор*, *іронія*, *сатира* й *сарказм*, які також можна трактувати як види творчості, якщо вони набувають художньої форми. *Гумор* – це емоційний прояв такого ставлення до будь-чого або до будь-кого, що несе в собі поєднання смішного й доброго. Це сміх над тим, що любиш, спосіб прояву симпатії, залучення уваги, створення гарного настрою. *Іронія* – це поєднання сміху й неповажного ставлення, найчастіше зневажливого. Таке ставлення, навпаки, ще не можна назвати недобрим або злим. *Сатира* являє собою викриття, що напевне містить осуд об'єкта. У сатири він, як правило, представляється у непривабливому вигляді. Недобре, зле найбільше виявляється у *сарказмі*, що являє собою пряме глузування над об'єктом.

Крім перерахованих складних станів і почуттів, слід назвати ще *трагізм*. Це емоційний стан, що виникає при зіткненні сил добра й зла та перемозі зла над добром.

Існують також інші негативні емоційні стани.

Фрустрація. (Від латинського *frustratio* – обман, невдача). Даний стан виникає в ситуації розчарування, нездійснення значимої для особистості мети, потреби. Виявляється в гнітючій напрузі, тривожності, почутті безвихідності. Реакцією на фрустрацію може бути відхід у світ мрій і фантазій, агресивність у поведінці й т.п. Нерідко спостерігається залишкова непевність у собі, а так само фіксація способів, що приймалися в ситуації фрустрації, дії. Часто фрустрація буває одним із джерел неврозів. Особливе значення (насамперед, з погляду прикладних задач) у сучасній психології надається проблемі “витривалості” (стійкості) людини відносно фрустрації.

Фрустрація – крайня незадоволеність, блокада прагнення, що викликає стійке негативне емоційне переживання, може стати основою фрустрації, тобто дезорганізації свідомості й діяльності.

Не всяке незадоволення бажання, мотиву, мети викликає фрустрацію. Людина часто відчуває незадоволення. Наприклад, спізнилася на лекцію, не встигла ранком поспідати, одержала догану. Однак, ці випадки не завжди

дезорганізують нашу свідомість і діяльність. Фрустрація виявляється тільки тоді, коли ступінь незадоволеності вище того, який людина може винести.

Фрустрація виникає в умовах негативної соціальної оцінки й самооцінки особистості, коли виявляються порушеними глибокі особистісно-значимі відносини. Більшою мірою фрустрації піддаються емоційні натури, люди з підвищеною збудливістю, не загартовані в “битвах життя”, погано підготовлені до негод, труднощів, з недостатньо розвиненими волевовими рисами характеру. У розпечених дітей, наприклад, при обмеженнях часто виявляється фрустрація.

У стані фрустрації людина відчуває особливо сильне нервово-психічне потрясіння. Воно розкривається як крайня досада, озлобленість, пригніченість, необмежене самобичування.

Особливості протікання фрустрації залежать від можливої розрядки напруги, що виникла. Фрустрація може слабшати, зникати або підсилюватися. Якщо надмірна напруга не може завершитися розрядкою, то фрустрація наступає в інших неадекватних умовах. Так, дратівливість, досада, озлобленість можуть розрядитися на зовсім безневинних людях, друзях, товаришах, членах родини.

Агресивність. Агресивність – це прояв агресії до об’єкта або суб’єкта.

Агресія – мотиваційна поведінка, акт, що може часто завдавати шкоди об’єктам атаки-нападу або ж фізичний збиток іншим індивідуумам, викликати у них депресію, психодискомфорт, незатишність, напруженість, страх, острах, стан пригніченості, аномальні психопереживання. Можна диференціювати такі види агресії:

1. Фізична агресія (атака-напад), коли використовується фізична сила проти іншого об’єкта або суб’єкта.

2. Мовна агресія, коли виражаються негативні почуття, емоції через комунікативну форму (конфлікт, сварка, галас, вербальна перепалка), а так само через предикати – зміст вербально-емотивних реакцій (погроза, інвективи (звинувачення), остракізми, вербальна лайка, мат, форми проклинання).

3. Непряма агресія, дії якої непрямым шляхом інтенційовані на іншого індивідуума (інсинуації, глузування, жарт, іронія).

4. Пряма агресія, безпосередньо прямо інтенціюється проти певного індивіда або об’єкта.

5. Інструментальна агресія, експлікується, як засіб, методи, прийоми, спроектовані на досягненні певної значимої мети, результатування будь-кого утилітарного завдання.

6. Ворожа агресія, виявляється в акціях, метою яких є безпосереднє заподіяння шкоди об’єкту самої агресії, ескалації.

7. Аутоагресія – виражається в аутозвинуваченні, аутознищенні, самоприниженні (своїх гідностей, якостей особистості), може детермінувати навіть акції самогубства, заподіяння самому собі тілесних травм, ушкоджень.

Агресивні поведінкові акти є однією з матриць реагування на диференціальні несприятливі, негативні в психічному й фізичному параметрі ситуації, життєві обставини, що викликають в психіці індивіда депресію, стрес, фрустрації та інші абераційні психостани; агресивні поведінкові акти

часто бувають одним із функціональних засобів вирішення проблем зі збереженням індивідуальності, почуття власної цінності значимості, це механізм і психоімуності в певних соціоситуаціях, що підсилює контроль суб'єкта над обставинами, індивідами, які його оточують.

Таким чином, агресивні акти виступають у вигляді:

1. Засобу психологічного захисту.
2. Засобу задоволення певної потреби.
3. Засобу самореалізації, самоствердження, самореалізації.
4. Засобу досягнення певної значимої мети.
5. Засобу, що допомагає зробити психологічний вплив на іншого індивідуума з метою придушити його вольові стимули, деструктувати – зруйнувати властиві іншому індивіду стійкі в його психіці поведінкові реакції.

У більшості лабораторних досліджень агресії у людини, піддослідного ізолювали від реципієнта. Ця процедура не дозволяє робити висновки про найбільш важливу форму агресії – агресії при зіткненні віч-на-віч. Крім того, при застосуванні цієї процедури з виду упускається вплив поведінки жертви на агресора. Дослідження Зімбардо показало, що на нього впливає навіть проста фізична присутність жертви. На жаль, дотепер лише не багато дослідників ураховують ці результати. У формуванні самоконтролю над агресивністю й стримуванні агресивних актів важливу роль відіграє розвиток психологічних процесів емпатії, ідентифікації, децентрації, що лежать в основі здатності суб'єкта розуміти іншу людину й співпереживати їй, що сприяють формуванню уявлення про іншу людину як унікальної цінності.

3. Мотив і мотивація

Мотивація – спонукання, що викликають активність особистості й визначають її спрямованість.

У поведінці людини є дві функціонально взаємозалежні сторони: спонукальна й регулятивна. Спонукування забезпечує активізацію й спрямованість поведінки, а регуляція відповідає за те, як воно складається від початку й до кінця в конкретній ситуації.

Термін “мотивація” є більш широким поняттям, ніж термін “мотив”. Слово “мотивація” використовується в сучасній психології у двох значеннях: по-перше, – визначає систему факторів, що детермінують поведінку (сюди входять, зокрема, потреби, мотиви, мета, наміри, прагнення й т.ін.); і, по-друге, – являє собою характеристику процесу, що стимулює й підтримує поведінкову активність на певному рівні.

Уявлення про мотивацію виникає при спробі пояснення, а не описування поведінки. Це – пошук відповідей на запитання типу “чому”, “навіщо”, “зادля якої мети”, “заради чого”. Виявлення й описування причин стійких змін поведінки і є відповідь на запитання про мотивацію змісту вчинків.

Будь-яка форма поведінки може бути пояснена як внутрішніми, так і зовнішніми причинами. У першому випадку як вихідні і кінцеві пункти пояснення виступають психологічні властивості суб'єкта поведінки, а в другому – зовнішні умови й обставини його діяльності. У першому випадку

говорять про мотиви, потреби, мету, наміри, бажання, інтереси й т.ін., а в другому – про стимули, що виходять із сформованої ситуації. Іноді всі психологічні фактори, які знаходяться нібито всередині і визначають поведінку людини, називають *особистісними диспозиціями*. Тоді, відповідно, говорять про диспозиційну і ситуативну мотивації як аналоги внутрішньої й зовнішньої детермінації поведінки.

Поведінка особистості в ситуаціях, які здаються однаковими, є досить різноманітною, і цю різноманітність важко пояснити, апелюючи тільки до ситуації. Встановлено, наприклад, що навіть на ті самі питання людина відповідає по-різному залежно від того, де і як ці питання їй задаються.

Мотивація пояснює цілеспрямованість дії, організованість і стійкість цілісної діяльності, спрямованої на досягнення певної мети.

Мотив на відміну від мотивації – це те, що належить самому суб'єкту поведінки, є його стійкою особистісною властивістю, що зсередини спонукує до здійснення певних дій. Мотив також можна визначити як поняття, що в узагальненому виді являє собою множину диспозицій.

Із всіх можливих диспозицій найбільш важливим є поняття *потреби*. Нею називають стан нестатку людини або тварини в певних умовах, яких їм бракує для нормального існування й розвитку. Потреба як стан особистості завжди пов'язана з наявністю у людини почуття незадоволеності, пов'язаного з дефіцитом того, що потрібно (звідси назва “потреба”) організму (особистості).

Кількість і якість потреб, які мають живі істоти, залежить від рівня їхньої організації, від способу й умов життя, від місця, яке займає відповідний організм на еволюційних ступенях. Найменше потреб у рослин, які мають нестаток здебільшого тільки у певних біохімічних і фізичних умовах існування. Найбільше різноманітних потреб у людини, в якій, крім фізичних і органічних потреб, є ще матеріальні, духовні, соціальні (останні являють собою специфічні потреби, пов'язані зі спілкуванням і взаємодією людей один з одним). Як особистості люди відрізняються один від одного різноманітністю наявних у них потреб й особливим їх поєднанням.

Наступне після потреби за своїм мотиваційним значенням поняття – *мета*. *Метою* називають той безпосередньо усвідомлюваний результат, на який у цей момент спрямована дія, пов'язана з діяльністю, що задовольняє актуалізовану потребу.

Розглянуті мотиваційні утворення: диспозиції (мотиви), потреби й мета – є основною складовою мотиваційної сфери людини.

Мотиваційну сферу людини з погляду її розвиненості можна оцінювати за наступними параметрами: *широтою*, *гнучкістю* та *ієрархізованістю*. Під *широтою* мотиваційної сфери розуміється якісна різноманітність мотиваційних факторів – диспозицій (мотивів), потреб і цілей, представлених на кожному з рівнів. Чим більше в людини різноманітних мотивів, потреб і цілей, тим більш розвиненою є її мотиваційна сфера.

Гнучкість мотиваційної сфери характеризує процес мотивації так. Більш гнучкою вважається така мотиваційна сфера, в якій для задоволення мотиваційного спонукання більш загального характеру (більш високого рівня)

може бути використано більше різноманітних мотиваційних збудників більш низького рівня. Наприклад, більш гнучкою є мотиваційна сфера людини, що залежно від обставин задоволення того самого мотиву може використати більш різноманітні засоби, ніж інша людина. Скажімо, для одного індивіда потреба в знаннях може бути задоволена тільки телебаченням, радіо й кіно, а для іншого засобом її задоволення також є різноманітні книги, періодична преса, спілкування з людьми. В останнього мотиваційна сфера за визначенням буде більш гнучкою.

Нарешті, *ієрархізованість* – це характеристика побудови кожного з рівнів організації мотиваційної сфери, взятої окремо. Одні диспозиції (мотиви, мета) сильніше інших і виникають частіше; інші слабкіші й актуалізуються рідше. Чим більше розбіжностей у силі й частоті актуалізації мотиваційних утворень певного рівня, тим вище ієрархізованість мотиваційної сфери.

Крім мотивів, потреб і мети як збудники людської поведінки розглядаються також інтереси, завдання, бажання й наміри. *Інтересом* називають особливий мотиваційний стан пізнавального характеру, що, як правило, прямо не пов'язаний з будь-якою однією, актуальною на цей момент часу потребою.

Завдання як частковий ситуативно-мотиваційний фактор виникає тоді, коли в ході виконання дії, спрямованої на досягнення певної мети, організм наштовхується на перешкоду, яку необхідно перебороти, щоб рухатися далі. Те саме завдання може виникати в процесі виконання усіляких дій і тому так само неспецифічне для потреб, як і інтерес.

Бажання й наміри – це мотиваційні суб'єктивні стани, що виникають щохвилини й досить часто змінюють один одного, і відповідають умовам виконання дії, які постійно змінюються.

Інтереси, завдання, бажання й наміри хоча і входять у систему мотиваційних факторів, беруть участь у мотивації поведінки, однак виконують в ній не стільки спонукальну, скільки інструментальну роль. Вони більш відповідальні за стиль, а не за спрямованість поведінки.

Основні поняття до теми:

Воля – свідома саморегуляція суб'єктом своєї діяльності й поведінки, що забезпечує подолання труднощів при досягненні цілей; створені суб'єктом додаткові недостатньо мотивовані спонукування до зовнішніх або внутрішніх дій.

Мотивація – спонукування, що викликають активність особистості і визначають її спрямованість.

Мужність – особистісна якість, що виражається у здібності діяти рішуче й доцільно в складній небезпечній обстановці, контролювати імпульсивні пориви, переборювати можливі почуття страху й непевності, в умінні мобілізувати всі сили на досягнення мети.

Локус контролю (від лат. “місце” й “перевірка”) – поняття, запропоноване американським психологом Д. Ротером. Є стійкою властивістю індивіда, що формується в процесі соціалізації.

Люди, які володіють **внутрішнім локусом контролю**, більш впевнені в собі, послідовні й наполегливі у досягненні поставленої мети, схильні до самоаналізу, урівноважені, товариські, доброзичливі й незалежні. Схильність до **зовнішнього локусу контролю**, навпаки, виявляється поряд з такими рисами, як непевність у своїх здібностях, неурівноваженість, прагнення постійно відкладати реалізацію своїх намірів, тривожність, підозрілість, конформність й агресивність.

Самоконтроль – раціональна оцінка суб'єктом власних дій на основі особистісно значимих мотивів й установок, що полягає у порівнянні, аналізі й корекції відносин між цілями, засобами й наслідками дій. Здатність особистості до систематичного самоконтролю є одним з показників розвиненості її вольової сфери.

Мета – створений образ передбачуваного результату, на досягнення якого спрямована дія людини.

Емоції – особливий клас суб'єктивних психологічних станів, що відображаються у формі безпосередніх переживань, відчуттів приємного або неприємного, відносини людини до світу і людей, процес і результати її практичної діяльності. Основні емоційні стани, які відчуває людина, діляться на власно емоції, почуття й афекти.

Почуття – це пережиті в різній формі внутрішні відносини людини до того, що відбувається в її житті, що вона пізнає або робить. Різні форми переживання почуття – емоції, афекти, настрої, стреси, страсті й почуття у вузькому значенні цього слова – утворюють емоційну сферу особистості.

Афекти – це особливо виражені емоційні стани, що супроводжуються видимими змінами у поведінці людини, що їх відчуває. Це реакція, що виникає у результаті вже виконаної дії або вчинку й виражає собою його суб'єктивне емоційне забарвлення з погляду того, якою мірою здійснення даного вчинку дозволило досягти поставленої мети, задовольнити його потребу, що стимулювала дію.

Стрес – термін, що використовується для позначення великого кола станів людини, що виникають у відповідь на різноманітні екстремальні впливи (стресори). Залежно від виду стресора й характеру його впливу виділяють стрес фізіологічний і психологічний. Останній поділяється на інформаційний й емоційний. Інформаційний стрес виникає в ситуаціях інформаційних перевантажень, коли людина не справляється із завданням, не встигає приймати правильні рішення в необхідному темпі. Емоційний стрес з'являється в ситуаціях погрози, небезпеки, образи й ін.

Пристрасть – ще один вид складних, якісно своєрідних й емоційних станів, що зустрічаються тільки у людини. Пристрасть являє собою поєднання емоцій, мотивів і почуттів, сконцентрованих навколо певного виду діяльності або предмета. Об'єктом страсті може стати людина.

Емпатія (від грецьк. "співпереживання") – розуміння і відчуття емоційних станів іншої людини у формі співпереживання. Як особливі форми емпатії виділяють: співпереживання – переживання суб'єктом тих самих

емоційних станів, які відчуває інша на основі ототожнення з нею, і співчуття – переживання суб'єктом із приводу почуттів іншого.

Настрій – це порівняно тривалі, стійкі психічні стани помірної або слабкої інтенсивності, що виявляються як позитивне або негативне емоційне тло психічного життя індивіда.

Неуважність – це функціональне або органічне порушення здатності до зосередженої, цілеспрямованої діяльності.

Тривога – емоційний стан, що виникає в ситуаціях невизначеної небезпеки і виявляється в очікуванні неблагополучного розвитку подій.

Тривожність – це схильність індивіда до переживання тривоги, що характеризується низьким порогом виникнення реакції тривоги: один з основних параметрів індивідуальних відмінностей. Ситуативно стійкі прояви тривожності прийнято називати особистісними й зв'язувати з наявністю в людини відповідної особистісної риси (так звана “**особистісна тривожність**”). Ситуативно змінювані прояви тривожності називаються ситуативними, а особливість особистості, яка виявляє такого роду тривожність, називають “**ситуативна тривожність**”.

Стомлення. Тимчасове зниження працездатності під впливом тривалої дії навантаження називають стомленням. Воно виникає внаслідок виснаження внутрішніх ресурсів індивіда й неузгодженості в роботі систем, що забезпечують діяльність.

Саморегуляція (від лат. “упорядковувати”, “налагоджувати”) – це доцільне функціонування живих систем різних рівнів організації й складності. Психічна саморегуляція є одним із рівнів регуляції активності цих систем і здійснюється в єдності її енергетичних, динамічних і змістовно-значеннєвих аспектів.

Фрустрація. (Від латинської *frustratio* – обман, невдача). Даний стан виникає в ситуації розчарування через нездійснення значимої для особистості мети, потреби. Виявляється в гнітючій напрузі, тривожності, почутті безвихідності. Реакцією на фрустрацію може бути відхід у світ мрій і фантазій, агресивність у поведінці й т.п.

Агресивність – це прояв агресії до об'єкта або суб'єкта.

Мотивація – спонукання, що викликають активність особистості й визначають її спрямованість.

Мотив – це те, що належить самому суб'єкту поведінки, є його стійкою особистісною властивістю, що зсередини спонукує до здійснення певних дій.

Потреби – це стан нестатку людини або тварини в певних умовах, яких їм бракує для нормального існування й розвитку. Потреба як стан особистості завжди пов'язана з наявністю в людини почуття незадоволеності, пов'язаного з дефіцитом того, що потрібно (звідси назва “потреба”) організму (особистості).

Мета – це той безпосередньо усвідомлюваний результат, на який у цей момент спрямована дія, пов'язана з діяльністю, що задовольняє актуалізовану потребу.

Ієрархія мотивів – це характеристика побудови кожного з рівнів організації мотиваційної сфери, взятої окремо.

Бажання й наміри – це мотиваційні суб'єктивні стани, що виникають щохвилинно й досить часто змінюють один одного, і відповідають умовам виконання дії, які постійно змінюються.

Питання для самоперевірки:

1. Розкрийте основні ознаки волі як психологічного явища.
2. Який зв'язок вольової регуляції поведінки з боротьбою мотивів, потребами й цілями людини?
3. Яка роль емоцій в житті людини? Охарактеризуйте основні емоційні стани людини.
4. Дайте поняття мотиву і мотивації як головної функції вольової регуляції поведінки.
5. Розкрийте основні параметри мотиваційної сфери людини.

Теми рефератів та докладів:

1. Емоційна сфера особистості: емоції та почуття.
2. Основні емоційні стани людини: почуття, афект, тривожність, фрустрація.
3. Поняття “мотивації” як основної функції вольової регуляції поведінки. Ієрархія мотивів.
4. Вольова сфера особистості та її прояви.
5. Основні напрямки та шляхи розвитку волі.

Література до теми:

1. Васильев И. А., Тихомиров О. К. Эмоции и мышление. – М., 1980.
2. Вилюнас В. К. Психология эмоциональных явлений. – М., 1976.
3. Гиппенрейтер Ю.Б. Введение в общую психологию. – М., 1998.
4. Гозман Л. Я. Психология эмоциональных отношений. – М., 1987.
5. Изард К. Эмоции человека. – М., 1980.
6. Мерлин В.С. Структура личности. Характер, способности, самосознание: Учебное пособие к спецкурсу. – Пермь, 1990.
7. Столяренко Л.Д. Основы психологии. – Ростов-на-Дону, 2002.

Тема 8: ПСИХОЛОГІЯ СПІЛКУВАННЯ

План

1. Поняття і види спілкування.
2. Техніка та прийоми спілкування.

1. Поняття і види спілкування

Розглядаючи спосіб життя різноманітних тварин, ми помічаємо, що в ньому виділяються дві сторони: контакти з природою та контакти з живими істотами. Перший тип контактів ми назвали *діяльністю*. Другий тип контактів характеризується тим, що живі істоти взаємодіють одне з одним, обмінюються інформацією. Такий тип внутрішньовидових і міжвидових контактів називають *спілкуванням*.

У спілкуванні виділяють такі аспекти: *зміст*, *мету* і *засоби*. *Зміст* – це інформація, яка в міжособистісних контактах передається від однієї живої істоти до іншої. Змістом спілкування може бути інформація про внутрішній емоційний стан (задоволення, радість, гнів, сум, страждання тощо), що є для партнера по спілкуванню орієнтиром задля встановлення найбільш вдалого контакту, та мотиваційний стан (інформація про наявні потреби з розрахунком на потенційну участь у їх вирішенні).

У людини зміст спілкування набагато ширший, ніж у тварин. Люди обмінюються один з одним відомостями про зовнішній і внутрішній світ, придбаний в процесі життя досвід, знання, здібності, вміння і навички. *Мета* спілкування – це те, заради чого у людини виникає даний вид активності. В людини – це передача та отримання об'єктивних знань про навколишній світ, навчання й виховання, узгодженість розумових дій людей в їх спільній діяльності, встановлення особистих та ділових взаємовідносин тощо. Мета спілкування – це насамперед засіб задоволення багатьох потреб: соціальних, культурних, пізнавальних, естетичних, потреб інтелектуального та духовного зросту, морального вдосконалення та ін.

Крім цього різноманітними є *засоби* спілкування. Це так звані способи кодування, передавання, оброблення та розшифрування інформації, яка передається в процесі спілкування однієї істоти з іншою.

Кодування інформації – це насамперед спосіб її передавання від однієї живої істоти до іншої. Наприклад, інформація може передаватися за допомогою прямих тілесних контактів: дотиком тіла, руками і таке інше. Інформація може передаватися людьми та сприйматися на відстані, через органи чуття (наприклад, спостереження однієї людини за діями іншої або сприйняття певних звукових сигналів).

У людини, крім всіх даних від природи способів передавання інформації, є ті, що винайдені та вдосконалені нею самою. Це мова та інші знакові системи,

писемність в її різноманітних видах і формах (тексти, схеми, рисунки), технічні засоби запису, передавання й збереження інформації.

Залежно від змісту, мети і засобів спілкування поділяється на декілька видів. **За змістом** воно може бути представлене як *матеріальне* (обмін предметами і продуктами діяльності); *когнітивне* (обмін знаннями); *кондиційне* (обмін психічними або фізіологічними станами); *мотиваційне* (обмін спонуканнями, цілями, інтересами, мотивами, потребами); *діяльністне* (обмін діями, операціями, уміннями, навиками). Під час матеріального спілкування суб'єкти, зайняті індивідуальною діяльністю, обмінюються її продуктами, які, у свою чергу, слугують засобом задоволення їх актуальних потреб. При кондиційному спілкуванні люди впливають один на одного, воно розраховане на те, щоб привести одне одного у певний фізичний або психічний стан. Наприклад, підняти настрій або, навпаки, зіпсувати його; порушити або заспокоїти один одного, а кінець-кінцем – вплинути на самопочуття одне одного.

Мотиваційне спілкування має на меті передачу одне одному певних спонукань, установок або готовності до дій у певному напрямі. Як приклад такого спілкування можна назвати випадки, коли одна людина бажає добитися того, щоб у іншого виникло або зникло деяке прагнення, щоб у кого-небудь склалася певна установка до дії, актуалізувалася деяка потреба.

За засобами спілкування може бути *безпосереднім* і *опосередкованим*, *прямим* і *непрямим*. Безпосереднє спілкування здійснюється за допомогою органів, даних живій істоті природою: руки, голова, тулуб, голосові зв'язки і т.п. Опосередковане спілкування зв'язане з використанням спеціальних засобів і знарядь для організації спілкування й обміну інформацією. Це або природні предмети (палиця, кинутий камінь, слід на землі і т.д.), або культурні (знакові системи, записи символів на різних носіях, друк, радіо, телебачення і т.п.).

Пряме спілкування включає особисті контакти і безпосереднє сприйняття іншої людини в самому акті спілкування, наприклад, тілесні контакти, бесіди людей один з одним, їх спілкування в тих випадках, коли вони бачать і безпосередньо реагують на дії один одного.

Непряме спілкування здійснюється через посередників, якими можуть виступати інші люди (скажімо, переговори між конфліктуючими сторонами на міждержавному, міжнаціональному, груповому, сімейному рівнях).

Серед видів спілкування можна виділити також *ділове* і *особистісне*, *інструментальне* і *цільове*. Ділове спілкування зазвичай включене в будь-яку спільну продуктивну діяльність людей і слугує засобом підвищення якості цієї діяльності, це є тим, чим зайняті люди, а не ті проблеми, які зачіпають їх внутрішній світ.

На відміну від ділового особове спілкування, навпаки, зосереджене в основному навколо психологічних проблем внутрішнього характеру, тих інтересів і потреб, які глибоко й інтимно зачіпають особу людини: пошук сенсу життя, визначення свого ставлення до значущої людини, до того, що відбувається навколо, вирішення будь-якого внутрішнього конфлікту і т.п.

Інструментальним можна назвати спілкування, яке не є самоціллю, не стимулюється самостійною потребою, але переслідує якусь іншу мету, крім

отримання задоволення від самого акту спілкування. Цільове – це спілкування, яке само по собі служить засобом задоволення специфічної потреби, в даному випадку потреби у спілкуванні.

У житті людини спілкування не існує як відокремлений процес або самостійна форма активності. Воно включене в індивідуальну або групову практичну діяльність, яка не може ні виникнути, ні здійснитися без інтенсивного і різностороннього спілкування.

Між діяльністю і спілкуванням як видами людської активності існують відмінності. Результатом діяльності є зазвичай створення певного матеріального або ідеального предмета, продукту (наприклад, формулювання ідеї, думки, вислову). Підсумком спілкування стає взаємний вплив людей один на одного. Діяльність є в основному формою активності, що інтелектуально розвиває людину, а спілкування – видом активності, що головним чином формує і розвиває її як особистість.

Найважливішими видами спілкування у людей є *вербальне* і *невербальне*. Невербальне спілкування не припускає використання звукової мови, природної мови як засіб спілкування. Невербальне – це спілкування за допомогою міміки, жестів і пантоміміки, через прямі сенсорні або тілесні контакти. Це тактильні, зорові, слухові, нюхові та інші відчуття і образи, що надходять від іншої особи. Більшість невербальних форм і засобів спілкування у людини є вродженими і дозволяють їй взаємодіяти, добиватись взаєморозуміння на емоційному і поведінковому рівнях, не тільки з собі подібними, але й з іншими живими істотами. Багатьом з вищих тварин, у тому числі і понад усе собакам, мавпам і дельфінам, надана здатність невербального спілкування один з одним, і з людиною.

Вербальне спілкування властиво тільки людині і як обов'язкова умова припускає засвоєння мови. За своїми комунікативними можливостями воно набагато багатше за всі види і форми невербального спілкування, хоча в житті не може повністю його замінити. Також і розвиток вербального спілкування неодмінно спирається на невербальні засоби комунікації.

2. Техніка та прийоми спілкування

Зміст і цілі спілкування є його відносно незмінними складовими, залежними від потреб людини, що не завжди піддаються свідомому контролю. Те ж саме можна сказати і про наявні засоби спілкування. Цьому можна навчатися, але в набагато меншій мірі, ніж техніці і прийомам спілкування. Під засобами спілкування розуміється те, яким чином людина реалізує певний зміст і цілі спілкування. Залежать вони від культури людини, рівня розвитку, виховання й освіти. Коли ми говоримо про розвиток у людини здібностей, умінь і навиків спілкування, ми перш за все маємо на увазі техніку і засоби спілкування.

Техніка спілкування – це способи настройки людини на спілкування з людьми, її поведінка в процесі спілкування, а *прийоми* – засоби спілкування, яким віддаються перевага, включаючи вербальне і невербальне.

Перш ніж вступати у спілкування з іншою людиною, необхідно визначити свої інтереси, співвіднести їх з інтересами партнера по спілкуванню, оцінити її як особистість, вибрати найбільш відповідну техніку і прийоми спілкування. Потім, вже у процесі спілкування, необхідно контролювати його хід і результати, уміти правильно завершити акт спілкування, залишивши у партнера відповідне, сприятливе або несприятливе, враження про себе і зробивши так, щоб надалі у неї виникло або не виникло (якщо цього бажання немає) прагнення продовжувати спілкування.

На початковому етапі техніка спілкування включає такі елементи, як вибір певного виразу обличчя, пози, вибір початкових слів і тону вислову, рухів і жестів. Вираз обличчя повинен відповідати трьом моментам: меті повідомлення, бажаному результату спілкування і демонстрованому відношенню до партнера. Займана поза, як і вираз обличчя, також служить засобом демонстрації певного відношення або до партнера по спілкуванню, або до змісту того, що повідомляється. Іноді суб'єкт спілкування свідомо контролює позу для того, щоб полегшити або, навпаки, ускладнити акт спілкування. Наприклад, розмова зі співбесідником віч-на-віч з близької відстані полегшує спілкування і позначає доброзичливе відношення до нього, а розмова, дивлячись убік, стоячи впівоберта або спиною і на значній відстані від співбесідника, зазвичай ускладнює спілкування і свідчить про недоброзичливе до нього відношення. Поза і вираз обличчя можуть контролюватися свідомо і складатися несвідомо та мимоволі і бажання самої людини демонструвати її ставлення до змісту розмови або співбесідника.

Вибір початкових слів і тону, що ініціюють акт спілкування, також складає певне враження на партнера. Наприклад, офіційний тон означає, що партнер по спілкуванню не налаштований встановлювати дружні особисті взаємовідносини. Тій же меті слугує підкреслене звернення на “Ви” до знайомої людини. Навпаки, початкове звернення на “ти” і перехід до дружнього, неофіційного тону спілкування є ознакою доброзичливого відношення, готовності партнера піти на встановлення неофіційних особистих взаємовідносин. Приблизно про те ж свідчить присутність або відсутність на обличчі доброзичливої усмішки і в початковий момент спілкування.

Перші жести, що привертають увагу партнера по спілкуванню, так само як і вираз обличчя (міміка), часто є мимовільними. Іноді під час спілкування люди для того, щоб приховати свій стан або ставлення до партнера, відводять у бік очі і ховають руки.

У процесі спілкування застосовуються деякі інші види техніки і прийоми розмови, засновані на використанні так званого *зворотного зв'язку*. Під ним у спілкуванні розуміється техніка і прийоми отримання інформації про партнера по спілкуванню, які використовуються співбесідниками для корекції власної поведінки у процесі спілкування.

Зворотний зв'язок включає свідомий контроль комунікативних дій, спостереження за партнером й оцінку його реакцій та, відповідно до цього, подальшу зміну власної поведінки. Зворотний зв'язок припускає уміння бачити себе зі сторони і правильно судити про те, як партнер сприймає себе у

спілкуванні. Малодосвідчені співбесідники найчастіше забувають про зворотний зв'язок і не уміють його використовувати.

Механізм зворотного зв'язку припускає уміння партнера співвідносити свої реакції з оцінками власних дій і робити висновок про те, що з'явилося причиною певної реакції співбесідника на сказані слова. У зворотний зв'язок також включені корекції, які вносить людина, що спілкується, у власну поведінку залежно від того, як вона сприймає і оцінює дії партнера. Уміння використовувати зворотний зв'язок у спілкуванні є одним з найважливіших моментів, що входять у процес комунікації і в структуру комунікативних здібностей людини.

Комунікативні здібності – це уміння і навички спілкування з людьми, від яких залежить його успішність. Люди різного віку, освіти, культури, різного рівня психологічного розвитку, що мають різний життєвий і професійний досвід, відрізняються один від одного за комунікативними здібностями.

Основні поняття до теми:

Спілкування – це тип внутрішньовидових і міжвидових контактів, який характеризується взаємодією між живими істотами з метою обміну інформацією.

Зміст спілкування – це інформація, яка в міжособистісних контактах передається від однієї живої істоти до іншої.

Мета спілкування – це те, заради чого у людини виникає даний вид активності.

Засоби спілкування – це так звані способи кодування, передавання, оброблення та розшифрування інформації, яка передається в процесі спілкування однієї істоти з іншою.

Техніка спілкування – це способи настройки людини на спілкування з людьми, її поведінка в процесі спілкування.

Прийоми спілкування – засоби спілкування, яким віддається перевага, включаючи вербальне і невербальне.

Зворотний зв'язок – це техніка і прийоми отримання інформації про партнера по спілкуванню, які використовуються співбесідниками для корекції власної поведінки в процесі спілкування.

Комунікативні здібності – це уміння і навички спілкування з людьми, від яких залежить його успішність.

Питання для самоперевірки:

Визначення спілкування, його змісту, цілей і засобів.

2. Види людського спілкування.

3. Техніка і прийоми спілкування на різних його етапах.

Теми рефератів та докладів:

1. Характеристика спілкування. Його види, основні цілі, засоби.

2. Роль спілкування в психологічному онтогенетичному розвитку людини.

3. Техніка і прийоми спілкування.
4. Невербальне спілкування.

Література до теми:

1. Андреева Г.М. Социальная психология. – М., 1988.
2. Егидес А.П. Психологическая концепция конфликтного общения // Психологический журнал. – 1984. – Т. 5. – № 5. – С. 52-62.
3. Леонтьев А.Н. Педагогическое общение. – М., 1979.
4. Лисина М.И. Проблемы онтогенеза общения. – М., 1986.
5. Петровская Л.А. Компетентность в общении: Социально-психологический тренинг. – М., 1989.

Тема 9: ПОНЯТТЯ ГРУПИ ТА МІЖГРУПОВІ ВІДНОСИНИ У СУСПІЛЬСТВІ

План

1. Поняття малої групи і колективу.
2. Самопочуття особистості в групі.

1. Поняття малої групи і колективу

Психологія і поведінка окремої людини як особистості суттєво залежать від соціального середовища. Останнє є складно побудованим суспільством, в якому люди об'єднані одне з одним різноманітними, більш-менш стійкими об'єднаннями, які називаються *групами*. Серед таких груп можна виділити великі і малі. Великі представлені державами, націями, народностями, партіями, класами, іншими соціальними спільнотами, що виокремлюються за професійними, економічними, релігійними, культурними, освітніми, віковими, статевими та іншими ознаками.

Безпосереднім провідником впливу суспільства і великих соціальних груп на індивіда є мала група. Вона являє собою невелике об'єднання людей (від 2–3 до 20–30 чоловік), зайнятих певною загальною справою, що знаходяться в прямих взаємовідносинах один з одним. Мала група є елементарним осередком суспільства. У ній людина проводить значну частину свого життя. Прикладами малих груп, найбільш значущих для людини, є сім'я, шкільний клас, трудовий колектив, об'єднання близьких друзів, приятелів тощо.

Малу групу характеризує психологічна й поведінкова спільність її членів, яка виділяє і відокремлює групу, робить її відносно автономною соціально-психологічною одиницею. Ця спільність може виявлятися за різними характеристиками – від зовнішніх (наприклад, територіальна спільність людей як сусідів) до достатньо глибоких внутрішніх (наприклад, члени однієї сім'ї).

Малі групи можуть бути різними за величиною, характером і структурою відносин, які складаються між їх членами, за індивідуальним складом, особливостями цінностей, нормами і правилами взаємовідносин, що розділяються усіма учасниками, міжособистісними стосунками, за цілями і змістом діяльності.

Розглянемо класифікацію малих груп. *Умовні*, або *номінальні*, – це групи, які об'єднують людей, що не входять до складу жодної малої групи. Іноді виокремлення таких груп необхідне з дослідницькою метою, щоб порівняти результати, отримані в реальних групах, з тими, які характеризують випадкове об'єднання людей, які не мають ні постійних контактів одне з одним, ні загальної мети. На противагу номінальним групам виділяються *реальні*. Вони є дійсно існуючими об'єднаннями людей, що повністю відповідають визначенню малої групи.

Природними називають групи, які складаються самі по собі, незалежно від бажання експериментатора. Вони виникають та існують, виходячи з потреб суспільства або включених в ці групи людей. На відміну від них *лабораторні* групи створюються експериментатором з метою проведення певного наукового дослідження, перевірки окремої гіпотези. Вони такі ж дієві, як і інші групи, але існують тимчасово – тільки в лабораторії.

Умовні, або номінальні, групи є об'єднання людей, що штучно виділяються дослідником. На відміну від них решта всіх видів груп реально існує у суспільстві і достатньо широко представлена серед людей різного віку, професій, соціальної належності.

Природні групи діляться на *формальні* і *неформальні* (в деяких джерелах – офіційні і неофіційні). Перші відрізняються тим, що вони створюються і існують лише в рамках офіційних організацій, другі виникають і діють ніби поза рамками цих організацій (порівняйте, наприклад, шкільний клас як офіційну малу групу і неформальне молодіжне об'єднання як неофіційну групу). Цілі, що переслідуються офіційними групами, задаються ззовні на основі завдань, що стоять перед організацією, в яку дана група включена. Цілі неофіційних груп зазвичай виникають та існують на базі особистих інтересів їх учасників, можуть співпадати і розходитися з цілями офіційних організацій.

Малі групи можуть бути *референтними* і *нереферентними*. Референтна – це будь-яка реальна або умовна (номінальна) мала група, до якої людина добровільно себе зараховує або членом якої вона хотіла б стати. У референтній групі індивід знаходить для себе зразки для наслідування. Її цілі і цінності, норми і форми поведінки, думки і відчуття стають для неї значущими зразками для наслідування і поведінки. Нереферентною вважається така мала група, психологія і поведінка якої чужі для індивіда або байдужі для нього. Крім цих двох типів груп, можуть існувати і антиреферентні групи, поведінку і психологію членів яких людина абсолютно не приймає, засуджує і відкидає.

Всі природні групи можна поділити на *високорозвинені* і *слаборозвинені*. Слаборозвинені малі групи характеризуються тим, що в них немає достатньої психологічної спільності, налагоджених ділових і особистих взаємовідносин, структури взаємодії, чіткого розподілу обов'язків, визнаних лідерів, ефективної спільної роботи. Другі є соціально-психологічними спільнотами, такими, що відповідають усім переліченим вище вимогам. Слаборозвиненими за визначенням є, наприклад, умовні і лабораторні групи (останні часто лише на перших етапах їх функціонування).

Серед високорозвинених малих груп особливо виділяються колективи. Психологія розвиненого колективу характеризується тим, що діяльність, заради якої він створений і якою займається на практиці, має позитивне значення для дуже багатьох людей, не тільки для членів даного колективу. У колективі міжособистісні стосунки засновані на взаємній довірі людей, відвертості, чесності, порядності, взаємній пошані і т.п.

Для того, щоб назвати малу групу колективом, вона повинна відповідати низці високих вимог: успішно справлятися з покладеними на неї завданнями (бути ефективною відносно основної для неї діяльності), мати високу мораль,

хороші людські стосунки, створювати для кожного свого члена можливість розвитку як особистості, бути здатною до творчості, тобто як група давати людям більше, ніж може дати сума тієї ж кількості індивідів, що працюють окремо.

Психологічно розвиненою як колектив вважається така мала група, в якій склалася диференційована система різних ділових і особистих взаємовідносин, що будуються на високій етичній основі.

Такі стосунки можна назвати *колективістськими*. Що ж таке колективістські відносини? Вони визначаються через поняття *моральності*, *відповідальності*, *відвертості*, *колективізму*, *контактності*, *організованості*, *ефективності* та *інформованості*.

Під *моральністю* мається на увазі побудова внутрішньокolleктивних і позаколективних відносин на нормах і цінностях загальнолюдської моралі.

Відповідальність трактується як добровільне прийняття колективом моральних та інших зобов'язань перед суспільством за долю кожної людини незалежно від того, є він членом даного колективу чи ні. Відповідальність також виявляється в тому, що члени колективу вимогливі до себе і один до одного, об'єктивно оцінюють свої успіхи і невдачі, свідомо підкоряються дисципліні, інтереси інших людей ставлять не нижче своїх власних.

Під *відвертістю* колективу розуміється здатність встановлювати і підтримувати хороші взаємовідносини, що будуються на колективістській основі, з іншими колективами або їх представниками, а також з новачками у своєму колективі. На практиці відвертість колективу виявляється в наданні різносторонньої допомоги іншим колективам, не членам колективу. Відвертість є однією з найважливіших характеристик, поза якою можна відрізнити колектив від зовні схожих на нього соціальних об'єднань.

Поняття *колективізму* включає постійну турботу членів колективу про його успіхи, прагнення протистояти тому, що роз'єднує, руйнує колектив. *Колективізм* – це також розвиток добрих традицій, упевненості кожного у своєму колективі.

Для справжніх колективістських відносин характерна *контактність*. Під нею розуміються хороші особистісні, емоційно сприятливі, дружні, довірливі взаємовідносини членів колективу, що включають увагу один до одного, доброзичливість, пошану і тактовність. Такі взаємовідносини забезпечують в колективі сприятливий психологічний клімат, спокійну і доброзичливу обстановку.

Організованість виявляється в умілій взаємодії членів колективу, в безконфліктному розподілі обов'язків між ними, в хорошій взаємозамінності. Організованість – це також здатність колективу самостійно виявляти і виправляти недоліки, попереджувати й оперативно вирішувати проблеми. Від організованості безпосередньо залежать результати діяльності колективу.

Однією з умов успішної роботи колективу й встановлення довірливих взаємин є хороше знання членами колективу один одного і стану справ в колективі. Це знання називається *інформованістю*. Достатня інформованість включає знання завдань, що стоять перед колективом, змісту і підсумків його

роботи, позитивних і негативних сторін, норм і правил поведінки. Сюди ж входить хороше знання членами колективу один одного.

Ефективність розуміється як успішність вирішення колективом усіх завдань, що є у нього. Одним з найважливіших показників ефективності високорозвиненого колективу є *нададитивний ефект*. Він є здатністю колективу як цілого добиватися результатів в роботі набагато вищих, ніж це може зробити така ж за чисельністю група людей, що працюють незалежно один від одного, не об'єднаних системою описаних відносин.

Шлях руху різних малих груп до колективу індивідуальний, і кожна з них проходить його по-своєму, включаючи період кризи. Ця криза може наступити в різні періоди існування групи, бути більш менш глибокою, долатися з різною мірою успішності і в різні терміни. Але головне полягає в тому, що практично в кожній малій групі залишаються свої внутрішні проблеми, які не дозволяють їй піднятися до рівня розвитку ідеального колективу.

2. Самопочуття особистості в групі

Під самопочуттям особи в групі розуміється той загальний психологічний стан, емоційний і моральний настрій, який у неї домінує в результаті тривалого перебування в даній групі. Для того, щоб точніше визначити самопочуття більшості індивідів у групі, в психології користуються поняттям *психологічний клімат*. За допомогою цього поняття позначаються моральна і емоційна сторони системи людських взаємовідносин, що склалися в групі. Психологічний клімат включає сукупність етичних норм і цінностей, якими керуються члени групи у своїх відносинах до справи і один до одного. Психологічний клімат характеризує переважаючий в групі емоційний настрій.

Крім загальних явищ, пов'язаних з психологічним кліматом, групу описує той вплив, який вона здійснює на індивіда. З його боку цей вплив, перш за все, виступає у формі емоційного і морального настрою (самопочуття, настрої і т.п.). Практично завжди ми сприймаємо й оцінюємо людей під впливом певної установки. Ця установка може бути постійною і змінюваною, залежною від обставин і особливостей сприйманих людей. Будучи стабільною і мало пов'язаною з особистостями людей, така установка може приймати форму упередженості і породжувати необ'єктивне відношення до людини. Та, в свою чергу, справедливо вважаючи, що до неї відносяться упереджено, відповідає тим же. Так складаються важкі, конфліктні відносини, з яких буває складно знайти вихід, оскільки задіяні в ньому сторони не вбачають в самих собі першоджерело конфліктної ситуації.

Причиною конфлікту людей, що найчастіше зустрічається на практиці, є непорядне, несправедливе, недобре, нечесне відношення однієї людини до іншої.

Багато уваги у зв'язку з емоційно-мотиваційними питаннями регуляції людської поведінки у малих групах приділяється *тривожності*, яка виникає у індивідів в групі (ситуативна тривожність). Явище тривожності виникає в групі за несприятливих, підозрілих відносин, пов'язаних з недовірою один до одного

і відчуженістю. Основний спосіб зняття подібної тривожності – той самий, який використовується для попередження і зняття конфліктів: підвищення відвертості і взаємної довіри членів групи.

Розглянемо уважніше внутрішньогрупові *конфліктні ситуації*. Спочатку уявимо собі типи таких конфліктів. Перший з міжособистісних конфліктів названий *конфліктом безвихідності* з тієї причини, що з нього для залучених індивідів немає задовільного виходу. Взаємовідносини людей в даному випадку є несумісними, протилежними: один з членів групи відноситься до іншого негативно, а той, в свою чергу, – позитивно, і якщо ні той, ні інший не захочуть змінити своє відношення, то їхні взаємовідносини постійно будуть знаходитися в стані несумісності. Даний тип конфлікту можна вирішити одним лише способом: повним розривом відносин між конфліктуючими сторонами.

Другий тип міжособистісних конфліктів є *конфлікт невизначеності*, оскільки при невизначеному (позитивному або негативному) відношенні одного з партнерів до іншого він з його боку не зустрічає до себе такого ж однозначного відношення, ні позитивного, ні негативного. Через цю обставину стосунки людей, залучених в дану психологічну ситуацію, тривалий час можуть залишатися незрозумілими, оскільки той, чиє відношення до іншого позитивне, може припускати таке ж відношення до себе з боку партнера, а той, чиє відношення негативне, також може розраховувати на позитивне до себе відношення і через цю обставину зберігати свої взаємовідносини з іншим.

Третій тип міжособистісних конфліктів характеризується тим, що одна і та ж людина викликає до себе одночасно і позитивне, і негативне відношення. Всякий рух, направлений на зближення з нею, досить швидко зупиняється, оскільки зближення викликає прагнення розірвати з даною людиною взаємовідносини. Тут один індивід, що переживає амбівалентне (суперечливе, подвійне) почуття до іншого, одночасно і прагне його, і боїться його. В результаті він зупиняється десь на півдорозі до партнера, зберігаючи разом з тим певну психологічну дистанцію, що урівноважує протилежно направлені сили прагнення й уникнення.

Останнє з аномальних відносин, яке також може виступити у сфері міжособистісних групових відносин, – це *фрустрація*. У психології фрустрація розуміється як стан емоційно-психологічного розладу, пов'язаний з переживанням невдачі у досягненні поставленої мети, з даремно прикладеними зусиллями. Фрустрація супроводжується розчаруванням, роздратуванням, тривогою, іноді — відчаєм; вона негативно впливає на взаємини людей, якщо хоч би один з них знаходиться в стані фрустрації. У різних людей реакція на фрустрацію може бути різною. Ця реакція може виступати у формі апатії, агресивності, регресії (тимчасового зниження рівня розумності і інтелектуальної організованості поведінки). Агресивні дії як реакція на фрустрацію нерідко виникають тоді, коли внутрішня напруженість людини, породжена сильним незадоволенням бажанням, шукає зовнішньої розрядки і знаходить точку її застосування в іншій людині, яка сприймається як причина її невдачі.

Агресивні реакції, породжені фрустрацією, можуть виявитися спрямованими не тільки на внутрішньогрупові, але і на міжгрупові стосунки. Вони можуть виявлятися в міжнаціональних, міждержавних відносинах, у стосунках між різними соціальними групами. Такого роду акти нерідко спостерігаються в періоди соціальних, політичних і економічних депресій, масової незадоволеності людей умовами життя. У таких умовах об'єктами зміщеної агресії можуть стати люди, що належать іншим соціальним групам, іншої національності і віросповідання.

Якщо через обставини, що склалися, агресія виявилася зігнаною на будь-якому об'єкті або після закінчення значного періоду часу викликана нею внутрішня психологічна напруженість сама собою спала, то наступною типовою психологічною реакцією, що наступає за агресією, є *апатія*. Швидкість її виникнення услід за агресією і глибина можуть бути індивідуально різними, по-різному виявлятися в різних соціальних групах.

Основні поняття до теми:

Мала група – це невелике об'єднання людей (від 2–3 до 20–30 чоловік), зайнятих певною загальною справою, що перебувають в прямих взаємовідносинах один з одним.

Умовні, або номінальні групи – це групи, які об'єднують людей, що не входять до складу жодної малої групи.

Реальні групи – це дійсно існуючі об'єднання людей, що повністю відповідають визначенню малої групи.

Природні групи – це групи, які складаються самі по собі, незалежно від бажання експериментатора; вони виникають і існують, виходячи з потреб суспільства або включених в ці групи людей.

Лабораторні групи – це групи, які створюються експериментатором з метою проведення певного наукового дослідження, перевірки окремої гіпотези; вони такі ж дієві, як і інші групи, але існують тимчасово – тільки в лабораторії.

Референтні групи – це будь-які реальні або умовні (номінальні) малі групи, до яких людина добровільно себе зараховує або членом яких вона хотіла б стати.

Нереферентні групи – це такі малі групи, психологія і поведінка яких чужі для індивіда або байдужі для нього.

Антиреферентні групи – це групи, поведінку і психологію членів яких людина абсолютно не приймає, засуджує і відкидає.

Колектив – це така мала група, в якій склалася диференційована система різних ділових і особистих взаємовідносин, що будуються на високій етичній основі.

Нададитивний ефект – це здатність колективу як цілого добиватися результатів в роботі набагато вищих, ніж це може зробити така ж за чисельністю група людей, що працюють незалежно один від одного, не об'єднаних системою описаних відносин.

Самопочуття особи в групі – це той загальний психологічний стан, емоційний і моральний настрій, який у неї домінує в результаті тривалого перебування в даній групі.

Психологічний клімат включає сукупність етичних норм і цінностей, якими керуються члени групи у своїх взаємовідносинах до справи і один до одного.

Фрустрація розуміється як стан емоційно-психологічного розладу, пов'язаний з переживанням невдачі у досягненні поставленої мети, з даремно прикладеними зусиллями.

Питання для самоперевірки:

1. Група та її позитивна роль у розвитку людини як особистості.
2. Поняття психологічного клімату групи.
3. Міжособистісні внутрішньогрупові конфлікти.

Теми рефератів та докладів:

1. Поняття “малої групи”. Вплив групи на індивіда.
2. Група та її позитивна роль у розвитку як особистості.
3. Прояви негативного впливу групи на індивіда та способи їх коригування.
4. Психологічні механізми сприйняття людьми одне одного.
5. Психологічні прояви самопочуття особистості в групі.
6. Міжособистісні внутрішньогрупові конфлікти.
7. Поняття психологічного клімату.

Література до теми:

1. Агеев В.С. Межгрупповое взаимодействие. – М.: МГУ, 1990.
2. Аникеева Н.П. Психологический климат в коллективе. – М., 1989.
3. Громова О. Н. Конфликтология. – М., 1998.
4. Донцов А.И. Психология коллектива. – М., 1984.
5. Кричевский Р. Л., Дубовская Е.М. Психология малой группы. – М.: МГУ, 1991.
6. Лебон Г., Тард Т. Психология толпы. – М., 1998.
7. Петровский А.В. Личность. Деятельность. Коллектив. – М., 1992.

ЛІТЕРАТУРА ДО КУРСУ:

- Агеев В.С.* Межгрупповое взаимодействие. – М.: МГУ, 1990.
- Ананьев Б. Г.* Избранные психологические труды: В 2-х т. – М., 1980.
- Ананьев Б. Г.* Людина як предмет пізнання. – Л., 1968.
- Андреева Г.М.* Социальная психология. – М., 1988.
- Аникеева Н.П.* Психологический климат в коллективе. – М., 1989.
- Аткинсон Р.* Человеческая память и процесс обучения. – М., 1980.
- Божович Л. И.* Проблемы формирования личности. – М., 1995.
- Васильев И. А., Тихомиров О. К.* Эмоции и мышление. – М., 1980.
- Вейн А.М., Каменецкая Б.И.* Память человека. – М., 1973.
- Величковский Б.М., Зинченко В.П., Лурия А.Р.* Психология восприятия. – М., 1973.
- Вертгеймер М.* Продуктивное мышление. – М., 1987.
- Видинеев Н.В.* Природа интеллектуальных способностей человека. – М., 1989.
- Виллюнас В. К.* Психология эмоциональных явлений. – М., 1976.
- Выготский Л.С.* Собр. соч.: В 6 т. – Т. 3. – М., 1983.
- Гальперин П. Я.* Введение в психологию. – М., 1976.
- Гальперин П.Я., Котик Н.Р.* До психології творчого мислення // Питання психології. - 1982. - № 5. - С. 80-84.
- Гиппенрейтер Ю.Б.* Введение в общую психологию. – М., 1998.
- Гозман Л. Я.* Психология эмоциональных отношений. – М., 1987.
- Громова О. Н.* Конфликтология. – М., 1998.
- Джемс У.* Психология / Под ред. Л. А. Петровской. – М., 1991.
- Дилигенский Г. Г.* Социально-политическая психология. – М., 1996.
- Донцов А.И.* Психология коллектива. – М., 1984.
- Дьюн Д.* Психология и педагогика мышления. – М., 1997.
- Егидес А.П.* Психологическая концепция конфликтного общения // Психологический журнал. – 1984. – Т. 5. – № 5. – С. 52-62.
- Запорожец А.В.* Избранные психологические труды: В 2-х т. – Т. 1. – М., 1986.
- Зинц Р.* Обучение и память. – Минск. 1984.
- Изард К.* Эмоции человека. – М., 1980.
- Истомина З.М.* Развитие памяти: Учебно-методическое пособие. – М., 1978.
- Кирнос Д. И.* Индивидуальность и творческое мышление. – М., 1992.
- Корнилова Т. В.* Введение в психологический эксперимент. – М., 1997.
- Кричевский Р. Л., Дубовская Е.М.* Психология малой группы. – М.: МГУ, 1991.
- Лебон Г., Тард Т.* Психология толпы. – М., 1998.
- Лезер Ф.* Тренировка памяти. – М., 1979.
- Лейтес Н.С.* Способности и одаренность в детские годы. – М., 1984.
- Леонтьев А.Н.* Деятельность. Сознание. Личность. – М., 1982.
- Леонтьев А.Н.* Избранные психологические произведения: В 2-х т. – Т. 2. – М., 1983.

- Леонтьев А.Н.* Педагогическое общение. – М., 1979.
- Леонтьев А. Н.* Проблемы развития психики. – М., 1981.
- Лисина М.И.* Проблемы онтогенеза общения. – М., 1986.
- Личко А.Е.* Психопатии и акцентуации характера у подростков. – Л., 1983.
- Логвиненко А.Д.* Психология восприятия: Учебно-методическое пособие для студентов факультетов психологии государственных университетов. – М., 1987.
- Лурия А.Р.* Ощущения и восприятие. – М., 1975.
- Лурия А.Р.* Внимание и память. – М., 1975.
- Лурия А. Р.* Эволюционное введение в психологию. – М., 1975.
- Лурия А.Р.* Язык и мышление. – М., 1979.
- Методы исследования в психологии: квазиэксперимент. – М., 1998.
- Мерлин В.С.* Структура личности. Характер, способности, самосознание: Учебное пособие к спецкурсу. – Пермь, 1990.
- М'ясоїд П.А.* Загальна психологія. – К., 2002.
- Немов Р.С.* Психология. В 3-х кн. – Кн.1. – М., 2002.
- Петухов В.В.* Психология мышления: Учебно-методическое пособие. – М., 1987.
- Петровская Л.А.* Компетентность в общении: Социально-психологический тренинг. – М., 1989.
- Петровский А. В.* Личность. Деятельность. Коллектив. – М., 1992.
- Психологія/За ред. Ю.О. Трофімова. – К., 2003.
- Радугин А.А.* Психология. – М., 2003.
- Розин В. М.* Психология: теория и практика. – М., 1997.
- Рубинштейн С.Л.* Основы общей психологии: В 2-х т. – Т. 1. – М., 1989.
- Русалов В.М.* О природе темперамента и его месте в структуре индивидуальных свойств человека // Вопросы психологии. -1985. - № 11. - С. 19-33.
- Смирнов А. А.* Избранные психологические труды: В 2-х т. –Т. 1. – М., 1987.
- Столяренко Л.Д.* Основы психологии. – Ростов-на-Дону, 2002.
- Столяренко Л.Д., Столяренко В.Е.* Психология и педагогика для технических вузов. – Ростов-на-Дону, 2002.
- Стреляу Я.* Роль темперамента в психическом развитии. – М., 1982.
- Тихомиров О.К.* Психология мышления. – М., 1984.
- Трусов В. П.* Современные психологические теории личности. – ЛГУ, 1990.
- Штерн В.* Умственная одаренность. – С.Пб., 1997.
- Холодная М. А.* Психология интеллекта. – М., 1997.
- Хрестоматия по истории психологии: Период открытого кризиса: начало 10-х–середина 30-х годов XX в. – М., 1980.
- Хьел Л., Зиглер Д.* Теории личности. – С.Пб., 1997.
- Ярошевский М.Г.* Психология в XX столетии: Теоретические проблемы развития психологической науки. – 2-е изд., доп. И перер. – М., 1974.

Навчально-методичне видання

Наталія Євгенівна Шиліна

ОСНОВИ ПСИХОЛОГІЇ

Навчально-методичний посібник
для студентів усіх спеціальностей

Редактор ***Л.А. Кодрул***

Комп'ютерне верстання ***Т.В. Кірдогло***