

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
ОДЕСЬКА НАЦІОНАЛЬНА АКАДЕМІЯ ЗВ'ЯЗКУ ІМ. О. С. ПОПОВА
Кафедра філософії, психології та педагогіки

М.В. ПАЛЬЧИНСЬКА

ПСИХОЛОГІЯ

**навчальний посібник для підготовки
до семінарських занять**

ОДЕСА – 2020

УДК: 811.111.159.9 (075)

Рецензенти:

Фурман А.А. – доктор психологічних наук, доцент, декан Соціально-гуманітарного факультету Південноукраїнського національного педагогічного університету імені К.Д. Ушинського

Шевченко Р.П. – доктор психологічних наук, доцент, завідувач кафедри практичної психології Одеського національного морського університету

*Рекомендовано до друку
Вченою радою Одеської національної академії зв'язку
ім. О.С. Попова пр. № 3 від 14.10.2019.*

Пальчинська М.В.

Психологія. Навчальний посібник для підготовки до семінарських занять/ М. В. Пальчинська. – Одеса: Сімекс-прінт, 2020. – 220 с.

ISBN 978-617-7757-19-0

Концепцію пропонованого посібника побудовано навколо базових тем психології, а саме: предмет та основні етапи розвитку психології, психологія пізнавальних процесів, психологія емоційно-вольових процесів, психологія особистості та психологія спілкування. Вивчення цих розділів психології має практичну значущість для майбутніх фахівців: отримані знання допоможуть у самопізнанні, навчать раціонально підходити до особистісного зростання. Окрім того, вони допоможуть встановленню ділових та міжособистісних стосунків, а також ефективній роботі в колективі.

Головна мета посібника – надати практичну допомогу студентам прививченні курсу, систематизувати та узагальнити теоретичний матеріал, отриманий на лекціях, а також допомогти у підготовці до семінарських занять.

УДК 811.111.159.9 (075)

© М. В. Пальчинська, 2020

© Одеська національна академія зв'язку ім. О.С. Попова, 2020

ЗМІСТ

Тема 1. Психологія. Її предмет і завдання. Місце психології в науках про людину	4
Тема 2. Психіка та її структура. Відмінність психіки людини та тварини	44
Тема 3. Свідомість як вища форма розвитку психіки. Свідоме та несвідоме	66
Тема 4. Психологія діяльності й пізнавальних процесів. Відчуття, сприйняття, увага, їх види та особливості	78
Тема 5. Пам'ять, її види та індивідуальні особливості. Уява, її види. Мислення та мова	113
Тема 6. Психологія особистості	130
Тема 7. Емоційно-вольова сфера особистості: почуття та емоції	154
Тема 8. Темперамент та індивідуальний стиль діяльності.	169
Тема 9. Характер як відображення індивідуальності особистості	185
Тема 10. Психологія спілкування	206
Рекомендована література	217

ТЕМА 1. Психологія. Її предмет і завдання. Місце психології в науках про людину.

Психологія – наука про факти, закономірності та механізми психіки людини. Предмет дослідження – психічна діяльність людини та її особливості.

Історія розвитку психологічних вчень. Донаукова психологія

Природно, що за поняттям «свідомість» стояло інше уявлення про психічну функцію, більш міфологізоване, ніж сучасне. Не менш важливим, з точки зору природничо-наукового розуміння психіки, був висловлений в даному творі погляд на слово. Як відомо, слово сприймалося свідомістю древніх людей як двійник речі, володіння ним прирівнювалося до володіння предметом, його вважали засобом магічної дії. Так народилися погляди, які, залишаючись в цілому в межах теологічного світогляду, вели до причинного розуміння окремих явищ. Таке розуміння не могло мати тоді іншої опори, окрім досягнень давньосхідної медицини. Проте, великою перешкодою для її розвитку були релігійні забобони, що забороняли анатомувати тіло. Схема організму неминуче виглядала фантастично і передавалася у такому вигляді з покоління в покоління. В усіх країнах Сходу (а потім і в Древній Греції) вирішальне значення відводилося кровообігу, а основою життєдіяльності вважалися рідина крові і повітря. У китайських медичних джерелах «Книга про внутрішнє» VIII ст. до нашої ери головним органом, «князем тіла» також вважається серце, а за основу життєвих відправлень береться повітроподібне начало – ЦИ. Змішуючись в організмі з іншими складовими частинами, це началонарівні з фізіологічними виконує і психіч-

ні функції. Воно дає людині дар мови і «рухає думками». Якщо думки локалізувалися в серці, то почуття – в печінці.

На думку медиків Древньої Індії, головний орган психічної діяльності також знаходився у серці. Лише згодом разом з «сердцецентричною» з'являється «мозгоцентрична» схема. Нові соціальні запити зумовили появу філософських шкіл, хоча і тісно пов'язаних з релігією, які, разом з тим, перейшли до раціонального, логічного обговорення корінних питань людського існування і його ставлення до світу в цілому. Філософські напрями складаються в Індії і Китаї у середині тисячоліття до нашої ери в обстановці гострої соціально-політичної боротьби. Ці школи виходили з категорій і уявлень, що склалися раніше, переробляючи їх відповідно до нових ідеологічних запитів. Для Індії початковими стали тексти Вед (II тис. до нашої ери), завершенням яких вважалися Упанішади. Загадкова мова Вед відкривала широкий простір для інтерпретацій, що далеко розходяться. Проблема душі, передусім етична, обговорювалася з точки зору правильної поведінки удосконалення особистості, досягнення блаженства. У цьому плані складався основний філософський зміст релігійних вчень джайнізму і буддизму, що виникли в IV ст. до н.е., вирішуючи певні погляди на душевні явища в їх відношенні до тілесних. Джайнізм вважав тіло джерелом несвободи душі. Буддизм заперечував душу як особливу суть: психічне – потік неповторних миттєвостей та станів, що змінюють один одного. Філософські школи, що виникли пізніше (Санкхья, Веданта, Йога, Мімансу, Ньяя, Вайшешика) також підпорядковували вивчення душі метафізико-етичним завданням.

Перші грецькі філософи, що намагалися в VI столітті до н.е. зрозуміти природу людини, усвідомлювали, що уявлення про світ, що притягає богів і богинь для того, щоб пояснити поведінку людей, засноване на міфах. З виникненням перших матеріалістичних систем здійснювалося радикальне методологічне зрушення, що надало особливу спрямованість усієї пізнавальної діяльності, на які б об'єкти вона не поширювалася. Неодмінною умовою виникнення нового світогляду, крізь призму якого сприймалися

тепер конкретні феномени навколишнього світу, являлося таке узагальнення емпіричного багатства відомостей про природу, (накопичених переважно у Вавилоні й Єгипті), яке було вільне від догматів і заборон релігійної ідеології. А це, у свою чергу, стало можливим завдяки зміні внутрішньої позиції особистості через певні соціально-економічні причини краху засад родового суспільства і розвитку нового, рабовласницького ладу.

Два великі мислителі IV ст. до н.е. – Платон (428-347 до н.е.) Аристотель (384-322 до н.е.) створили системи, які упродовж багатьох віків чинили глибокий вплив на філософсько-психологічну думку людства. Платон – родоначальник європейського ідеалізму, створюючи замість традиційної старогрецької міфології нову філософську, вів напружену боротьбу з матеріалістичним напрямом, вершиною якого в період античності було атомістичне вчення Демокрита. Згідно з уявленням Платона, Дух, або «душа», мешкає в тілі людини і спрямовує його упродовж усього його життя, а після смерті покидає його і вступає у «світ тіней». Хоча у філософії Аристотеля і містилися ідеалістичні постулати (передусім постулати про те, що першодвигуном світу є вища безтілесна форма), його психологічне вчення має біологічну спрямованість, в нім домінують матеріалістичні тенденції. Аристотель вважав, що ідейне багатство світу втілене в конкретних, чуттєво сприйманих речах і розкривається тільки завдяки земному спілкуванню з ними у процесі емпіричних досліджень. Аристотель висунув концепцію душі як функції тіла, а не якогось зовнішнього по відношенню до нього феномену.

Згідно з теорією Аристотеля, душа, або «псюхе» – це двигун, що дозволяє живій істоті реалізувати себе. Центр «псюхе» знаходиться у серці, куди поступають враження, що передаються від органів чуття. Ці враження утворюють джерело ідей, які, накопичуючись в ході усього життя і поєднуючись між собою в результаті розсудливого мислення, підпорядковують собі поведінку. Аристотель вважав, що пізнання людини можливе тільки через пізнання Всесвіту і існуючого в ньому порядку. У його філософських поглядах на перше місце споруджуються мислення, знан-

ня, інтелект і мудрість. Разом з представленнями Платона і інших філософів ідеї Аристотеля володіли умами людей аж до V ст. н.е.

Незабаром проти цієї концепції повсталася іудейсько-християнська релігія, за якою суть людини пізнається не через розум і розсудливе мислення, а через вищу істоту, яка є таємницею, недоступною смертним. Шлях до порятунку лежить тому через пізнання і віру в догмати. Упродовж усіх одинадцяти століть інтелектуального середньовіччя виникло безліч філософських шкіл, вчення яких протистояли цим двом концепціям. По одну сторону знаходилися непохитні богослови, які найчастіше розглядають філософію лише як вигадку диявола, а природні науки, – як обмеження божественної влади, що стоїть над людським розумом. Руйнування вироблених передовою думкою античності критеріїв психологічного пізнання дозволило на місце дійсних фактів і пояснення поставити продукти релігійної фантазії. Про пізнання реальних психічних явищ взагалі не було мови. Душа трактувалася як суть, що веде подвійне життя, – в тілі і божестві, причому, лише другий спосіб її існування визнавався випробуваним. Філософсько-психологічні уявлення про душевну діяльність спочатку повністю поглиналися теологією.

У VIII ст. зароджується схоластика. Це була філософія, яку підносили в середньовічній школі для обґрунтування богослов'я. Предтечою цього напрямку був Абельяр (1079-1142), але розквіту він досяг лише в XIII ст. завдяки Хомі Аквінському (1228-1274). Схоласти проповідували вчення, засноване одночасно і на богослов'ї, і на доктрині Аристотеля. Вони намагалися, таким чином, пояснити світ за допомогою розуму, «осіяного» вірою. Роль філософа полягає в тому, щоб розкрити впорядкованість і ієрархічний устрій створеного Богом світу, спробувавши відвести усьому сущому його справжнє місце. Одна з тем, що викликають вічні дискусії, – це проблема душі. Насправді, як можна раціонально вивчати щось таке, що неможливо побачити і ще менш того – описати. Починаючи з II ст. до н.е. вважалося встановленим, що душа поміщається в мозку, але філософи без кінця вели умоглядні суперечки про її природу і про спосіб її впливу

на поведінку. Висувався навіть аргумент, що фізичне існування душі неможливе, оскільки вона, не маючи смислу, знаходиться в смертному тілі. Теологічні і дуалістичні моменти цього вчення були жакливо перебільшені, природничо-науковий метод Аристотеля відкинутий. Знаряддям «розробки» уявлень про психічну діяльність замість досвіду стали спори і аргументи, засновані на авторитеті і звичаї. До цього треба додати, що з Аристотелем довгий час знайомилися лише за латинськими і арабськими перекладами, що зафіксували власне розуміння перекладачів і помилки переписувачів.

Античне трактування душі було неприйнятне для нової ідеології на багатьох підставах. Феодальний світогляд, реалізуючи завдання соціально-економічного поневолення народних мас, підпорядковувало земну поведінку людей ірреальним цілям. Серцевина особистості, її Я співвідносилось з потойбічним світом, в спілкуванні з яким убачався сенс існування. Античність виробила три головні способи пояснення психіки – за джерело і основу душі бралися або процеси фізичного світу, або біологічна організація, або сфера культурних цінностей, втілена в предметах, що споглядають. Жоден з цих напрямів не міг бути прийнятий християнською церквою, оскільки «прив'язувало» людину до «гріховної» дійсності, від якої йому належало відмовитися, щоб прийти до всевишнього. Антична «картина душі» не влаштовувала ідеологів феодалізму. Вона припускала логічне розуміння і емпіричне спостереження реальних явищ, тоді як церква, відкидаючи і одне і інше, навіювала, що сподіватися можна тільки на особливе джерело познання – одкровення. Античні уявлення були небезпечні не лише своїм позитивним змістом, що закріпив результати філософсько-наукової роботи, але й можливістю залучення до мотивів, критеріїв і прийомів цієї роботи. Феодальна ідеологія унеможлиблювала збереження особистістю самостійної позиції, а тим самим і адекватних характеру наукової діяльності мотивів і операційних схем (аналіз, критику, докази). Ніякого позитивного розвитку наукових ідей (проблем психології у тому числі) на цьому ґрунті статися не могло.

Могутність католицької церкви почала коливатися, з'явилися єретичні рухи. Була заснована інквізиція і створені церковні ордени – домініканський і францисканський, покликані будь-якими засобами оберігати ортодоксальну доктрину. Її філософське обґрунтування було завершене «класичними» схоластичними системами Альберта фон Больштедтського і Хоми Аквінського. Систему Хоми (томізм) католицька церква надалі кононизувала як єдино правильну. Від вчення Аристотеля в томізмі залишилися тільки зовнішні атрибути, головні життєві центри його були зруйновані. Переробленим в теологічних інтересах виявилося і аристотелівське вчення про душу. Однією з визначальних особливостей томістської психології є принцип розташування усіх явищ в ступінчастому ряду – від нижчого до вищого. Кожне явище має своє місце. Проведені грані між усім існуючим, і однозначно визначено, чому і де бути. У ступінчастому ряду розташовані душі (рослинна, тваринна, людська). Усередині самої душі розташовуються здібності і їх продукти (відчуття, уявлення, поняття). Нижче підкоряється вищому і служить йому. Хома вважав цю картину перекладенням поглядів Аристотеля. Що стосується принципу телеологізму у Аристотеля і у Хоми, то і тут їх ідейно-філософська позиція не співпадала. Телеологізм Аристотеля відображав специфіку живого, тоді як у Хоми – специфіку ідеології феодального суспільства з його непорушним канонам: молодший існує заради блага старшого. Психологія томізму, будучи класичним зразком схоластики, лише зовні нагадувала засновану на досвідченому і природничо-науковому дослідженні психічних явищ систему Аристотеля.

Досить відчутних ударів завдали представники номіналістичної течії по догмах католицької церкви. Номіналістичний рух виходив з Англії, феодальний вигляд якого почав мінятися під впливом зростання товарно-грошових стосунків, розвитку ремесл, підйому міст. Цей напрям розвивався під впливом арабомовної філософії і науки. Яскравими представниками цього напрямку були Оксфордські професори: Гроссетест (1175-1263) і його учень Роджер Бекон (бл. 1214-1292), Дуне Скотт (1265-1308)

і Уїльям Оккам (бл. 1300 – бл.1349). Р. Бекон сміливо виступивши проти схоластичної рутини, наполягав на тому, що досвід, експеримент і математика мають бути покладені в основу усіх наук. Прагнучи відновити істинний сенс аристотелізму, він трактував душу як єдність форми і матерії, а не як чисту форму. Особливої уваги заслуговує те, що у Бекона намітився принципово новий напрям психологічного аналізу, який спрямовувався вже не до Аристотеля, а до Ібн аль-Хайсаму (Альгазен) (965- 1039).

Р. Бекон продовжив намічений Ібн аль-Хайсамом шлях пояснення душевних явищ, виходячи з фізико-математичних, а не біологічних понять. У. Оккам приймав за початкове не акти і породження душі, а знаки. Вже відчуття він розглядав як свого роду знаки. Поширення категорії знаку (як знакової системи) на безпосереднє сенсорне пізнання ховало в собі небезпеку суб'єктивізму. Адже знаку властивий момент умовності, тоді як чуттєвий образ передає зміст, який не залежить від форм, що історично складаються, і засобів зв'язку між людьми. Це була дуже прогресивна теорія, яка в умовах середньовічної Європи дозволила зробити крутий поворот, від інтроспекції, від спостереження душі за собою до спостереження за мовними операціями, що саме по собі завдавало серйозних ударів по догмах, які прагнула увічнити церковна машина.

Система знаків в трактуванні У. Оккама стала своєрідним байдужим «суб'єктом», з властивостями якого з'єднувалася функція, що виражає ідею відносності знання. У дану епоху окрема особистість ще не наважувалася узяти на себе цю функцію. Лише в епоху відродження, в XV, XVI і особливо у XVII столітті склалися ближчі до наукових уявлень – математичні і одночасно механістичні уявлення про світ і про людину. Вони були засновані головним чином на розумі незалежно від віри. Так, стикаючись з ворожістю богословів, які міцно трималися за догму про створення Господом світу, що нерухомо лежить в центрі Всесвіту, М. Коперник (1543), Й. Кеплер (1604) і Г. Галілей (1633) один за іншим стверджували, що планети здійснюють одночасно обертання навколо своєї осі і обертання навколо якої-небудь зірки.

Первинною формою боротьби з теологією став пантеїзм, що зумовив перехід до відкрито матеріалістичного світопояснення. Ідея єдності людини і природи, спрямована проти дуалізму і ієрархізму християнської теології, набула форми вчення, в якому космос зливався з божеством, а людина – з космосом. Всесвіт мислився за типом одушевленого організму, живою частиною якого є людське тіло з властивими йому психічними властивостями. Це підготувало уявлення про те, що індивідуальна поведінка підпорядкована загальним законам природи, трактуючи як величезний механізм, а не органічне тіло.

Одним з титанів Відродження був Леонардо да Вінчі (1452-1519). Леонардо утілює у своїй творчості новий тип ставлень до дійсності, для якого був характерний синтез чуттєвого споглядання, теоретичного узагальнення і практичної дії. Леонардо не лише зафіксував цей новий підхід у своїх художніх творіннях, наукових ідеях, інженерних проектах і моделях, але й прагнув його осмислити в єдиній методологічній концепції. Так виникло уявлення Леонардо про особливу загальну науку, проявами якої виступають різноманітні конкретні форми людського пізнання і дії. З давніх часів на роль «цариці наук» претендувала філософія. Леонардо передає цю роль «божественній науці живопису». Продукти, нею породжувані, і роблять висновок про нероздільність образного, логічного і практичного. «Живопис, – говорив Леонардо, – поширюється на філософію природи». Він, таким чином, має бути не натуралістичним копіюванням безпосередньо баченого, а дослідженням світу з метою відтворення його картини. Античність захоплювалася красою світу, але тільки в розумі бачила інструмент пізнання причин і законів. Для католицької ортодоксії будь-яке відхилення від вчення про нікчемність і довільність чуттєвих явищ вважалося єрессю. У Леонардо створюваний людиною «живопис» виступає як засіб пізнання закономірного ладу речей. Так високо поставити власні творіння могла тільки людина, що звільнилася від заборон феодальної ідеології. І тут же абсолютно блюзнірським, з точки зору цієї ідеології, що вважала світ довільним породженням бо-

жества, було переконання в здатності людини, що наслідує природу, перевершити її саму. Око, за Леонардо, перевершує природу тим, що «природні речі кінцеві, а твори, виконані руками за наказом ока, нескінченні». Посередником між створенням і реальністю виступали не слова, що тануть, як показала схоластика, небезпека забуття природи, а творіння «живопису», побудоване на основі наслідування природи, здатний відтворити усе невичерпне багатство дійсності. Вони служать і знаряддям пізнання самої людини, притому не лише його нинішнього, чуттєво сприйманого вигляду, але і внутрішньої суті. Оспівуючи високе призначення ока і ставлячи його діяльність в залежність від загальних законів природи, Леонардо, як ніхто інший до нього (але після нього хіба тільки Гетте), прагнув до можливо тривалішого опису феноменів зорового сприйняття людини в усій їх повноті і достовірності. У його «Трактаті про живопис» міститься безліч положень, прийнятих сучасною психологією. Так, наприклад, він характеризує залежність сприйняття величини предметів від відстані, освітленості, щільності середовища. Він дає зразковий опис зорового контрасту, іррадіації і багатьох інших закономірностей в тій області.

Ще одна видатна особливість Леонардо: в його свідомості це прагнення до гранично точного, достовірного відтворення природи не відділялося від ідеї її творчого перетворення. Він розробив правила тренування уяви, вказуючи, що навіть плями на старих стінах дозволяють художникові розгледіти контури свого майбутнього твору, подібно до того, як звуки дзвонів дають можливість почути в них імена і слова, якими наповнений поет. В силу своєї безпосередності ці плями і звуки дають поштовх самостійній творчій роботі душі, не прив'язуючи її до конкретних речей.

Разом із вченням про механізми тіла мислителі XVII ст. інтенсивно розробляли проблему афектів (пристрастей) як тілесних станів, що є могутніми регуляторами психічного життя. У вченнях про пристрасті отримало концентроване вираження розуміння особистості, звільнене від феодалських уявлень. Вищим благом

було визнано її потяг до самозбереження, до діяльності реалізації потенцій, необхідно даних природою. Отже, своєрідність психологічної думки XVII ст. розкривається в розробці вчень: **а)** про живе тіло (у тому числі людське) як механічну систему, яка не має потреби для свого пояснення ні в яких прихованих якостях і душах; **б)** про свідомість як властиву індивідові здатність шляхом внутрішнього спостереження мати найдостовірніше, яке тільки можливо, знання про власні психічні стани і акти; **в)** про пристрасті (афекти) як закладені в тілі в силу його власної природи регулятори поведінки, що направляють людину до того, що для неї корисно, і що відвертає від того, що шкідливо; **г)** про співвідношення фізичного (фізіологічного) і психічного. У витоків цих вчень стоїть Декарт (1596–1650), далі слідує такі чудові мислителі, як Гоббс (1588–1679), Спіноза (1632–1677), Лейбніц (1646–1716) і Локк (1632–1704).

Що стосується Декарта, то він на підставі відомих в його час фактів створив теорію, що пояснювала поведінку на основі механістичної моделі. Згідно цієї моделі, інформація, що доставляється органами чуття, спрямовується по чутливих нервах до отворів в головному мозку, які ці нерви розширюють; це дозволяє «тваринним душам», що знаходяться в мозку, витікати по найтонших трубочках – рухових нервах – в м'язи, які надуваються, що або призводить до обсмикування кінцівки, що піддалася роздратуванню, або примушує вчинити ту або іншу дію. Таким чином, відпадала необхідність прибігати до душі, щоб пояснити, як виникають прості поведінкові акти, хоча Декарт і вважав, що наявність «розумної душі», локалізованої в головному мозку і що становить суть людини, допомагає останньому управляти своїми пристрастями і прославляє його тим самим над тваринами, позбавленими розуму. Цей декартівський дуалізм – тіло, що діє механічно, і душа, що управляє ним, – надовго залишив відбиток на уявленнях про функціонування людського організму. І попри те, що знання в області анатомії і фізіології в подальші віки значно збагачувалися, лише на початку 20 ст. поняття «душі», яке змінилося спочатку поняттям «розуму», а потім – «свідомо-

сті», остаточно поступилося місцем моністичній концепції, згідно якої поведінка людини управляється в основному нервовою системою. Проте, уявлення Декарта, нехай зачаткові, про функціонування організму і реалізацію різних поведінкових актів послужили відправною точкою для розвитку сучасної психології.

Становлення психології як науки

Перші кроки у бік об'єктивнішої психології вчинили такі дослідники, як Фехнер, який висунув закон, що є спробою виразити кількісно залежність між силою стимулу і відчуттям. Закон, сформульований Фехнером на підставі робіт фізіолога Вебера (свідчить, що «відчуття змінюється пропорційно логарифму сили роздратування», – це означає, що чим вище інтенсивність двох стимулів при однаковій абсолютній різниці їх сили, тим менш помітна відмінність у відчуттях, що викликаються ними. Але тільки в 1879 році в Лейпцігському університеті була заснована перша психологічна лабораторія. Німецький фізіолог і психолог Вільгельм Вундт (1832-1920) – засновник першої лабораторії експериментальної і структуралістської психології ставив своєю метою вивчення «елементів» свідомості, змісту і структури свідомості на науковій основі. Він започаткував структуралістський підхід до свідомості.

Структуралістський підхід

Успіхи фізики і хімії пояснюються передусім вживанням в цих науках методам розчленовування речовини на прості елементи, що її складають. Саме наблизившись до цих простих елементів, учені змогли підступитися до створення теорій, що пояснюють будову матерії, і відкрити шлях для нових експериментів. Вундт і його співробітники спробували застосувати той же підхід в аналізі усвідомлюваного внутрішнього досвіду, охрестивши його «розумовою матерією» і намагаючись виявити і записати його прості структури. Таким чином, свідомість була розбита на психічні елементи, подібно до того як матеріал ділиться на атоми. Прибічники цієї елементаристської доктрини були пере-

конані, що основним матеріалом свідомості служать відчуття, образи і почуття. На їх думку, роль психології зводиться до того, щоб дати якомога детальніший опис цих елементів. Для досягнення цієї мети структуралісти застосовували метод експериментальної інтроспекції, що полягає в тому, що випробовуваного, такого, що пройшов попередню підготовку, просять описати, що він відчуває, опинившись в тій або іншій ситуації.

Експериментальна інтроспекція є, згідно із структуралістами, найкращий метод психології, той метод, який відрізняє її від інших наук. Він має, проте, два великі недоліки. По-перше, це дуже суб'єктивний метод аналізу поведінки: кожен випробовуваний описує свої власні враження або переживання, які дуже рідко співпадають з враженнями наступного випробовуваного: одному звук здався гучним, а іншому – середнім по силі; те, що одному було приємно, іншому здалося неприємним. По-друге, що ще гірше, відчуття однієї і тієї ж людини варіюють день від дня: те, що йому здавалося приємним в понеділок, може стати нудним у вівторок і відверто неприємним в середу. Тому необхідно усвідомити те, що «атоми» свідомості мало схожі на атоми, наприклад, заліза. Свідомість не складається з якихось застиглих елементів, а знаходиться в процесі розвитку і постійної зміни. Саме тому від погляду на психологію як науку про структури свідомості незабаром відмовилися, хоча впродовж декількох років він користувався успіхом.

Функціоналістський підхід

Тоді як Вундт і його колеги намагалися вивчати структуру свідомості, в інших країнах з'явилися інші напрями досліджень, починаючи з 1881 року в США. Уільям Джеймс – американський філософ і психолог (1842- 1910) – засновник функціоналізму в психології вважав, що «свідоме життя є безперервним потоком», а не складається з ряду дискретних елементів, і особливо його співробітники і послідовники, натхненні еволюційною теорією Дарвіна, стали підходити до вивчення розуму з абсолютно інших позицій. З їхньої точки зору, проблема по-

лягає не в тому, щоб дізнатися, з чого побудована свідомість, а в тому, щоб зрозуміти його функцію і роль у виживанні індивідуума. Вони висунули гіпотезу, згідно якої роль свідомості полягає в тому, щоб дати індивідуумові можливість пристосовуватися до різних ситуацій, що виникають з ранку до вечора, з дня народження і до смерті, або повторюючи вже вироблені форми поведінки, або змінюючи їх залежно від обставин, або, нарешті, освоюючи нові дії, якщо того вимагає ситуація.

Починаючи з цього часу психологія прагне зрозуміти, як встановлюються ці нові способи адаптації. Такий підхід функціоналістів до вивчення шляхів придбання навичок, а в загальнішому плані – процесу навчання. Між тим, навіть якщо функціоналісти роблять головний упор на зовнішні сторони психіки, а не на такі внутрішні феномени, як відчуття або почуття, вони представляють їх собі як прояви духовного начала. Вони віддають перевагу методу інтроспекції, який дозволяє їм дізнаватися, як у індивідуума розвивається усвідомлення тієї активності, до якої він вдається. Серед послідовників Джеймса багато хто критикував такий підхід до аналізу нашої поведінки. З їхньої точки зору, предметом наукового дослідження має бути тільки те, що доступно для прямого спостереження. А що таке внутрішня психічна діяльність? Неможливо спостерігати думки, що виникають при вирішенні тієї або іншої проблеми, або вимірювати почуття, які переживаються при цьому; інтроспекція, яка укриває суб'єктивна, не здатна здолати це утруднення.

У відповідь на це супротивники функціоналістів заявили, що можна змінювати швидкість рішення завдань або ж ті фізичні реакції, які викликає ситуація в емоційному плані. Іншими словами, тільки поведінка, яка спостерігається з боку, піддається об'єктивному опису. Тому тільки на нього і ні на що інше повинна покладатися психологія, якщо вона бажає йти дійсно науковим шляхом. Цю «поведінкову» позицію прийняв з 1908 року французький психолог П'єрон. Але лише із зародженням в США біхевіоризму, главою якого став Уотсон, наука про функції свідомості остаточно поступилася місцем науці про поведінку. За цей

час в Європі з'явилися і інші напрями, що теж зробили, кожна по-своєму, вплив на розвиток психології в нашому столітті.

Психологія в XX столітті

Розвиток соціальної та економічної сфери в XX столітті і поява цілого ряду нових областей людської діяльності породили нові завдання як в науковій, так і в технічній області. Крім того, під впливом нових точок зору, що виникли в психіатрії, тавідкриттів у фізіології нервової системи наука психологія стала шукати нові напрями досліджень. За першими боязкими кроками, зробленими структуралістами і функціоналістами, послідувало висунення ряду нових підходів; концепції, що з'явилися, нерідко суперечили одна одній, переважно спиралися на ті уявлення про людину, яких дотримувався засновник того або іншого напрямку. Одні бачили в людині істоту-об'єкт, виіплену середовищем або детерміновану або своїми інстинктами, або умовами і враженнями дитинства; для інших це був суб'єкт, який здатний, усвідомивши свої можливості, у будь-який момент змінити визначену їй долю; треті розглядали її як громадську істоту, поведінка якої в усіх випадках виявиться плодом її взаємодій з партнерами або з групою, до якої вона належить. Одні надавали головне значення розвитку поведінки, інші – емоційності, треті – інтелекту або мисленню.

Щоб краще зрозуміти шляхи розвитку психології у кінці XX століття корисно буде зробити короткий огляд вкладу, внесеного кожним з цих основних її напрямів.

Біхевіористичний підхід

Критика функціоналізму, як ми бачили, започаткувала розвиток біхевіоризму – напрямку, переважаючого в американській психології аж до теперішнього часу. Американський психолог Джон Б. Уотсон (1878-1958) – засновник біхевіористської школи, принципи якої він проголосив в статті «Психологія з точки зору біхевіориста» (1913). Уотсон, зокрема, стверджує, що усі функції індивідуума можна звести до схеми S – R, що психологія

отримає право вважатися наукою лише після того, як вона виробить об'єктивний підхід до досліджуваних явищ. Подібно до хіміка, який вивчає плавлення якогось металу і якого цікавить тільки зміна його стану при цій температурі, психолог повинен обмежуватися описом і кількісною оцінкою форм поведінки, що виникають в цій ситуації. Запропонована Уотсоном схема $S - R$ означає, що кожній ситуації (чи стимулу- S) відповідає певна поведінка (чи реакція- R). Біхевіористи вважали, що за допомогою цієї схеми можна пояснити будь-яку діяльність людини, а усі поняття, пов'язані зі свідомістю, слід вигнати з сфери наукової психології. На їх думку, наприклад, вираження «ця дитина боїться собаки» або «я закоханий в цю жінку» в науковому плані не означає нічого. Згідно з біхевіористами, «усвідомлення» суб'єктом таких явищ занадто суб'єктивно і абсолютно марно для дослідника. Навпаки, об'єктивні описи («сльози і тремтіння у дитини посилюються, коли до нього наближається собака, і слабшають при видаленні собаки», або «при зустрічі з цією жінкою серце у мене б'ється сильніше, а зіниці розширюються») дають можливість кількісно оцінити ці форми поведінки і «виміряти» почуття страху або міру захопленості.

За декілька років до цього російський фізіолог І. Павлов (1849-1936) уперше сформулював вчення про умовні рефлексі, виходячи зі своїх знаменитих дослідів, в яких звуки дзвоника викликали виділення слини у собаки, а його співробітники (перше повідомлення про ці роботи було зроблене на Міжнародному медичному конгресі, що відбувся в 1903 р. в Мадриді) показали і відповідним чином довели, як, наприклад, звук дзвоника сам по собі може викликати у голодного собаки реакцію слиновиділення. Ці роботи дозволили Уотсону дати об'єктивне пояснення розвитку навичок або появи нових форм поведінки в результаті утворення умовних рефлексів (обумовлення), що підтверджувало, на його думку, даремність концепції свідомості. Крім того, Торндайк показав, що навчання у багатьох випадках може бути результатом проб і помилок при спробах тварини вирішити поставлені перед нею проблеми.

Це з'ясування взаємодій між організмом і його середовищем дозволило одному з послідовників Уотсона – Скіннеру (американський психолог Б. Скіннер один із стовпів біхевіоризму; він сформулював принцип оперативного обумовлення і вважав, що поведінка живих організмів повністю визначається наслідками, до яких вона призводить) – розвинути далі концепції біхевіористів, що спираються на вчення про умовні рефлекси, і дійти висновку, що будь-яка поведінка визначається своїми наслідками. Залежно від того, чи будуть ці наслідки приємними, нейтральними або неприємними, тварина проявить тенденцію повторювати цей поведінковий акт, не надавати йому ніякого значення або ж уникати його повторення надалі. Таким чином, виходить, що індивідуум повністю залежить від свого середовища, і всяка свобода дії, якою, як йому здається, він може користуватися, буде чиста ілюзія.

У 70-і роки біхевіоризм представив свої концепції в новому освітленні – йдеться про теорію соціального навчання. Ця теорія, хоча вона і залишається у згоді з приведеними вище твердженнями, робить особливий упор на те, що багато наших дій формуються під впливом нашого соціального середовища. На думку теоретиків концепції соціального навчання, одна з головних причин, що зробили нас такими, які ми є, пов'язана з нашою схильністю наслідувати поведінку інших людей з урахуванням того, наскільки сприятливі можуть бути результати такого наслідування для нас самих. Таким чином, на індивідуум впливають не лише зовнішні умови; він також постійно повинен передбачати наслідки своєї поведінки шляхом його самостійної оцінки. Біхевіоризм пройшов шлях від суто механістичних концепцій Уотсона до теорій, що висувуються сучасними необіхевіористами. Хоча деякі аспекти цього напрямку можуть здатися спрощеними і нездатними пояснити поведінку людини в усій його повноті, головна його заслуга полягає в тому, що воно внесло у вивчення діяльності людини наукову суворість і показало, яким чином нею можна управляти.

Біологічний підхід

Однією з причин, на яку з повним правом посилалися біхевіористи, відмовляючись вивчати свідомість, був недолік відомостей про відповідні нервові механізми; і справді, у той час стан науки не дозволяв об'єктивно підійти до вивчення ролі головного мозку у феноменах свідомості. Між тим, в останні десятиліття психофізіологія досягла значних успіхів в розумінні роботи нервових ланцюгів і механізмів передачі інформації з одного ланцюга в інший. Проте, при інтерпретації даних, отриманих при дослідженні поведінки тварин в лабораторії, дуже скоро наштотхнулися на ряд труднощів, пов'язаних зі штучними умовами, в яких проводяться експерименти. Так, ствердження біхевіористів про те, що будь-яка поведінка цілком обумовлена навчанням, поставилися під сумнів з боку етологів, що проводять польові дослідження в природі. Етологи, як ми бачили і у попередній главі, з'ясували природжену основу більшості форм поведінки, спостережуваних у різних тварин. А наука про суспільні відносини – соціологія – доходить навіть до твердження, що в основі усіх форм соціальної поведінки людини лежать природжені структури, властиві їй так само, як і усім іншим представникам тваринного світу. Так, наш спосіб життя, який, як ми вважаємо, створили ми самі, насправді значною мірою визначається нашими генами. Хоча ці нові дані розширили вже наявні знання про поведінку людини, вони були взяті під сумнів, іноді фундаментальний, з боку представників наукової психології.

Психофізіологія

Пізнання функцій мільярдів клітин, що становлять нашу нервову систему, ще тільки починається. Проте, завдяки створенню усе більш складних приладів вже є можливість виявляти численні зв'язки між нервовими структурами і поведінкою індивідумів. Вивчаючи ефекти, що виникають при роздратуванні за допомогою імплантованих електродів або при ушкодженні різних ділянок мозку, вдалося з'ясувати, наприклад, найважливішу роль примітивних мозкових структур, які є у всіх тварин і у

людини і служать центрами таких процесів, як емоції, прояви інстинктів або сон. Ці методи дозволили також пролити світло на механізми зору, слуху і навіть деяких форм пам'яті. Усе більш глибоке вивчення механізмів дії гормонів, хімічних передавачів (медіаторів) і багатьох лікарських препаратів дало можливість краще зрозуміти, чим обумовлений ефект деяких стимуляторів і як можна полегшити або, навпаки, блокувати передачу інформації в нервовій системі.

Етологія

Етологія і зоопсихологія намагаються зрозуміти, яким чином природжені механізми, що направляють виникнення і розвиток поведінки, доповнюються впливом середовища, з яким вони вступають у взаємодію. Конрад Лоренц (1903-1989) – австрійський вчений, один із засновників сучасної етології. Широко відомі його роботи з імпринтингу у гусей, а також книга «Агресія», в якій він висуває ідею про те, що нормальна агресивність людини спотворена в результаті створення витончених видів зброї і це призводить до ризику самознищення людства.

Згідно з поглядами цієї школи, лише все більше поглиблюючи наші знання про нижчі організми, ми зможемо краще зрозуміти основи поведінки і його еволюції в царстві тварин. Наприклад, роботи Лоренца з механізму імпринтингу або вивчення розвитку співу у зяблика допоможуть нам багато що дізнатися про походження соціальної поведінки або про обмін інформацією у вищих організмів. Більше того, еволюційна теорія вчить нас, що людина кінець кінцем лише один з видів заgonу приматів, який просто далі просунувся у своїй еволюції, чим інші. За останні кілька десятиліть зросло число досліджень в одному з розділів етології: йдеться про етологію людини, мета якої – освітити біологічні основи людської природи. Один з шляхів досягнення цієї мети полягає в систематичному зборі даних про способи вираження емоцій, про почуття і різні соціальні взаємодії у представників різних культур. Чи торкається це таких елементарних форм поведінки, як посмішка або нахмурення брів, поцілунок

або загрозливий кулак, роль соціальних структур у відносинах між батьками і дітьми або ієрархічної організації в групі індивідумів, етологія людини стверджує, що в усіх випадках існують деякі «універсальні» прояви, властиві усім представникам виду *Homo sapiens*. Отже, людина, подібна до усіх тварин, запрограмована, і навички, які вона придбаває впродовж життя, можуть реалізуватися лише в межах закладеної в ній програми.

Соціобіологія

Цей новий напрям, що став популярним в США після публікації в 1975 році книги Е. Уілсона. В своїх уявленнях про природу людини він йде набагато далі, ніж етологія. Соціобіологію визначають як «науку, що систематично вивчає біологічні основи усіх форм соціальної поведінки». Вона намагається синтезувати дані, зібрані екологією, етологією і еволюційною теорією, збагаченою досягненнями генетики. Соціобіологія стверджує, що живі істоти постійно конкурують між собою, прагнучи забезпечити собі найкращі шанси на успішну передачу потомству своїх генів, тобто носіїв спадкових ознак. Іншими словами, усі форми соціальної поведінки, властиві різним видам і особливо людині, існують лише постільки, оскільки вони забезпечують передачу подальшим поколінням якомога більшого числа генів, виходячи з суто егоїстичних принципів. Таким чином, чи йде мова про прагнення до влади або про альтруїстичну поведінку, про ксенофобію або про гомосексуалізм, про ставлення до релігії або про мораль – усі ці аспекти людської діяльності проявляються тільки для того, щоб дати індивідуумові можливість передати далі свій генетичний матеріал. У такому разі організм – це просто деяка машина, що забезпечує збереження генів, а різні форми його поведінки – усього лише стратегії для найбільш активного розповсюдження цих генів. Маючи численних прибічників, соціобіологічний підхід зустрічає в той же час серйозні заперечення.

Деякі критики підкреслюють ряд аспектів цієї теорії, які вони вважають спрощеними і навіть абсурдними; прибічники соціобіології висувають такі зауваження, вказуючи, що подібні докори

вже робилися Дарвіну. Найсильнішим нападкам піддається виправдання соціальної несправедливості, яку така теорія начебто «вписує» в природний порядок речей. Інші критики докоряють соціобіології за концепції сексизму і елітаризму, що убачаються в ній. Чи виявиться цей напрям кінець кінцем лише даниною моді, або ж він отримає визнання під тиском фактичного матеріалу зібраного його творцями? В усякому разі, безперечна його заслуга в тому, що він викликав полеміку про біологічні основи соціальної природи людини.

Гештальтпсихологія

Німецьке слово «гельштальт» означає форму, організацію або конфігурацію. Гештальтизм, або психологія форми, – течія, що виникла в Німеччині на початку минулого століття. На думку теоретиків цього вчення, предмети, з яких складається реальне середовище, що оточує нас, сприймаються нашими почуттями не у вигляді окремих елементів, які повинні інтегруватися або свідомістю, як вважали структуралісти, або механізмами обумовлення, як стверджують біхевіористи. Для гештальтистів світ, що оточує нас, складається з організованих форм, саме наше сприйняття цього світу також організовано. Ряд наступних один за іншим музичних тонів, відтворених у певному порядку і в заданому ритмі, складається в мелодію, яка є щось більше, ніж проста послідовність звуків; якщо змінити порядок нот або змінити хоч би одну з них, зміниться уся мелодія. Значить, ми сприймаємо деяке організоване ціле, а не просто суму його частин. Можливо, що механізми такої організації сприйняття існують ще до народження. Деякі спостереження, мабуть, підтверджують цю гіпотезу. Якщо, наприклад, пред'явити курчатам, що тільки вилупилися, дрібні предмети різної форми, то вони клюватимуть набагато частіше округлі предмети, чим які-небудь інші. Це пізнавання форми істотно для виживання, оскільки курчатам не треба «навчатися» відрізняти зернятка від інших предметів, небезпечніших або менш їстівних; ця «форма» нібито нав'язується ним з перших спроб вибору їжі. Мабуть, так само йде справа з немовлятами: з найперших

тижнів життя він виявляє більше цікавості до форми різних елементів людської особи, ніж до інших особливостей цих елементів.

Хоча гештальтизм як такий поступився місцем іншим напрямкам психології, його вкладом в цю науку ніяк не слід нехтувати. Дійсно, багато концепцій, висунених гештальт-психологами, увійшли до різних розділів психології – від вивчення сприйняття до динаміки груп (сама група – це теж деяке ціле, відмінне від простої суми індивідуумів, що входять до неї).

Конструктивізм

Жан Піаже (1896–1980) – швейцарський психолог, відомий своїм конструктивістським підходом до розумового розвитку індивідуума. В результаті своїх досліджень з формування мислення і мови він дійшов висновку, що когнітивний розвиток є результатом поступового процесу, що складається з послідовних східців або стадій. Дитина, намагаючись зрозуміти навколишню дійсність, постійно стикається з новими проблемами, що порушують уявлення про світ, що вже склалися у неї. Згідно з Піаже і конструктивістами, чинником, що спонукає дитину шукати нові відповіді на ці проблеми, являється внутрішній процес «урівноваження». Саме таким шляхом дитина крок за кроком долає східці пізнання, який дає їй можливість підступати до все більш і більш складних областей знання. Це просування вперед визначається спільною дією дозрівання нервової системи, досвіду поводження з різними предметами і таких соціальних чинників, як мову і виховання. Тут немає нічого природженого.

На думку Піаже, спадкове і тому властиве усім людям тільки функціонування інтелекту. Цим пояснюється те, що усі діти проходять різні стадії в одній і тій же послідовності, причому, деякі проходять через усі стадії, тоді як у інших розвиток гальмується або блокується на якомусь етапі з-за недоліку одного або декількох необхідних чинників. Погляди Піаже значно відрізняються, таким чином, від поглядів біхевіористів, які стверджують, що дитина навіть у дуже ранньому віці при належному вихованні і навчанні могла б засвоїти, наприклад, алгебру.

Когнітивна психологія

На тлі недоліків біхевіористської моделі, нездатної задовільно пояснити такі явища, як мову, пам'ять, розсудливе мислення або уявні образи, в США поширювалося, головним чином у 70-і роки минулого століття, напрям, названий когнітивною психологією. Його прибічники стверджують, подібно Толмену, що будь-яка асоціація між стимулом і реакцією створюється спочатку в мозку. Крім того, дані теорії інформації та її застосування до обчислювальних машин, а також дослідження в області розвитку мови дозволяють по-новому розуміти механізми ускладнення психічних процесів. Число досліджень в цій області, в усіх її напрямках постійно зростає, отже лідера або головного теоретика як такого в ній немає.

Серед найбільш перспективних тем слід назвати вивчення уявних образів, зокрема роботи Коссліна і особливо аналіз організації пам'яті. Відмітимо також питання про мотивацію, яку раніше вважали рушійною силою наших дій: зараз представники когнітивної психології розглядають її швидше як «селективний механізм», що вибирає з можливих форм поведінки ту, яка краще всього відповідає стану психіки або планам цього індивідуума. При знайомстві з напрямками досліджень у когнітивній психології створюється враження, що вона знову піднімає теми, що захоплювали структуралістів і функціоналістів на початку ХХ століття. Проте, між цими двома епохами є принципова відмінність; вона породжена тим благотворним впливом, який зробив на психологію біхевіоризм, що змусив дотримуватися абсолютної суворості експериментів, забезпечувати контроль, а головне – підбирати такі визначення і такі змінні, які були б операційно-нальними, а не ґрунтувалися на чистій інтроекції.

Психологи, що об'єдналися навколо цього підходу, стверджують, що індивідууми – не просто машини, що сліпо і механічно реагують на внутрішні чинники або на події у зовнішньому світі. З когнітивної точки зору розуму людини доступно щось більше, ніж інформація, що надходить ззовні. Когнітивний підхід полягає в основному в прагненні зрозуміти, яким чином ми розшиф-

ровуємо інформацію про реальну дійсність і організовуємо її, з тим, щоб проводити порівняння, приймати рішення або вирішувати проблеми, що встають перед нами кожную хвилину. Хоча когнітивна психологія як окремий напрям виникла лише в 60-і роки XX століття, а точніше з появою праці Нейссера «Cognitive Psychology», їй передували ряд течій, що дотримуються такого ж погляду на функціонування людини. Передусім слід сказати про німецьку школу гештальтпсихології, яку французи називали «психологією форми».

Цю течію популяризував у США німецький психолог Вольфганг Керлер (1887-1967). Він був учнем Вертгейма – засновника гештальт-теорії і намагався розповсюдити цю теорію в США на противагу біхевіоризму. Йому належить також книга «Інтелект вищих мавп», написана в порядку протесту проти захоплення основних позицій Уотсоном і його послідовниками. Жан Піаже зі свого боку, починаючи з 1923 року, показував, що розвиток інтелекту дитини відбувається в результаті постійних пошуків рівноваги між тим, що дитина знає, і тим, що вона прагне пізнати. У надрах самого біхевіоризму психолог Толмен вже поставив під сумнів схему $S - R$ як занадто спрощену і ввів між цими двома членами важливу, на його думку, змінну – психічні процеси цього індивідуума (видозмінена схема Толмена має вигляд $S - I - R$, де I – індивідуум), залежні від його спадковості, фізіологічного стану, минулого досвіду і природи стимулу.

Психоаналітичний підхід

Перша теорія, що намагалася пояснити динаміку особистості, належить австрійському психіатрові Зигмунду Фрейду. Психіатр Зигмунд Фрейд (1856-1939) – засновник психоаналізу. Вивчення психічних розладів привело З. Фрейда до створення теорії підсвідомого, заснованої на динаміці потягів. Після тривалих спостережень за своїми хворими він дійшов висновків, які змінили уявлення про психіку, що існували на початку XX століття. Зокрема З. Фрейд стверджував, що наша поведінка значною мірою підкоряється впливу підсвідомих сил, які він назвав

потягами. Згідно з Фрейдом, ці потяги обумовлені інстинктами, властивими людині, але передусім пригніченими бажаннями, тобто бажаннями, задоволення яких заборонене на рівні свідомості і які витіснені в область підсвідомого. Ці бажання продовжують діяти без нашого відома, проявляючись у сновидіннях, обмовках, мимовільних відхиленнях від адекватної поведінки, а також роблячи вплив на вибір професії або на творчість.

Сексуальні спонукання людини пригнічуються найбільшою мірою, зважаючи на різні соціальні обмеження. А тим часом, за З. Фрейдом, саме вони спонукають людей діяти, саме завдяки їх енергії (лібідо) відбувається поступовий розвиток особистості і досягнення зрілості. Багато рис індивідуума і статеві аномалії пояснюються незадоволенням і конфліктами, викликаними пригніченням цих потягів у дитинстві. Фрейдизм часто критикували, іноді дуже різко, вказуючи, що його концепції майже неможливо перевірити експериментально. Проте, не можна заперечувати, що висунені З. Фрейдом концепції скинули цілий ряд уявлень, що особливо стосуються дитинства і сексуальності. Крім того, З. Фрейд ввів чимало понять, що увійшли до сучасної психології і спонукали до вивчення багатьох феноменів.

Послідовники Фрейда роблять головний упор на вирішальному значенні криз, що відбуваються в процесі формування індивідуума. Це відноситься, зокрема, до М. Еріксона, теорія якого присвячена розвитку особистості.

Гуманістичний підхід

Цей напрям зародився в Каліфорнії в 50-і роки минулого століття. Його називають гуманістичним, оскільки він заснований на вірі у можливість розквіту кожної людської істоти, якщо надати їй можливість самій вибрати свою долю і направляти її. Таким чином, стержень гуманістичної ідеї – оптимістичний погляд на природу людини.

Американський психолог Карл Роджерс (1902-1987) – один з найвідоміших представників гуманістичної школи. Його терапевтичний метод заснований на тому, щоб дати хворому мож-

ливість усвідомити свої істинні почуття і самотійно йти до реалізації своїх здібностей. За К. Роджерсом, в кожній людині від народження закладено прагнення повністю реалізувати себе, і вона наділена силами, необхідними для розвитку усіх своїх можливостей. Проте виховання і норми, встановлені суспільством, більш менш ефективно змушують її забути про власні почуття або потреби і прийняти цінності, нав'язані іншими. К. Роджерс стверджує, що при такому стані речей особистість розвивається зовсім не так, як слід було б в ідеалі. У цьому відхиленні і криється джерело незадоволення і аномалій поведінки, якою страждають багато людей.

Абрахам Маслоу висунув гіпотезу, згідно якої саме з причин, схожих з вказаними Роджерсом, можливості людей задовольнити свої потреби дуже часто бувають обмежені, а це перешкоджає виникненню і задоволенню потреб більш високого рівня, таких як самоповага або самореалізація. Американський психолог Абрахам Маслоу (1908-1970) – засновник ієрархічної теорії потреб і самореалізації, до якої він прийшов, вивчаючи життя великих людей і людей, що зуміли добитися повної самореалізації. Гуманістичний підхід далі за усіх інших відходить від наукової психології, відводячи головну роль особистому досвіду людини. На думку гуманістів, індивідуум здатний до самооцінки і може самотійно знаходити шлях до розквіту своєї особистості. Головна претензія, що пред'являється гуманістам, полягає в тому, що суб'єктивність їх підходу утрудняє встановлення різниці між думкою людини про саму себе і тим, що вона є насправді; наприклад, людина може вважати, що вона перевершила себе, висувачи і відстоюючи ідеї, спрямовані на добробут людства, не усвідомлюючи, що в повсякденному житті вона поводить як повний егоїст.

Соціально-психологічний підхід

Людина – істота громадська, якій, для того щоб вижити, потрібний цілий ряд соціальних зв'язків. Постійна взаємодія зі своїми партнерами формує її особистість в усіх аспектах, які

тільки можна собі уявити. Соціальна психологія виділилася як самостійний розділ науки до середини минулого століття. Вона прагне зрозуміти і пояснити, чому ця форма поведінки викликається тим, а не іншим аспектом соціального середовища. Вона вивчає в числі іншого той факт, що велика частина наших соціальних сприйнять більше залежить від тлумачення цієї ситуації, ніж від самої цієї ситуації: соціальна психологія намагається показати, яким чином наші почуття і наші думки формуються в результаті впливів, що робляться людьми один на одного. Таким чином, описаний напрям не можна назвати власне школою, а перераховані імена далеко не відбивають усього різноманіття соціально-психологічних досліджень. Ці дослідження дозволяють отримувати відомості, необхідні для розшифровки природи людини, оскільки вони уточнюють, як формуються стосунки, встановлюються зв'язки, відбуваються соціальні зміни, створюється лідерство деяких індивідуумів або розвиваються конформізм і підпорядкування авторитету.

Усі описані психологічні школи і напрями, що дуже часто дотримуються несумісних концепцій, легко можуть збентежити тих, хто уперше приступає до вивчення психології і прагне знайти істину. Можна, наприклад, для кожного з існуючих напрямів спробувати відповісти на наступні питання: чи розглядається поведінка як природжене або придбане, якими чинниками вона детермінується – внутрішніми або зовнішніми, чи орієнтована вона в певних напрямках або формується залежно від обставин? Чи буває поведінка природженою або придбаною? Багато напрямів, у тому числі етологія і особливо соціобіологія, а також гештальтизм надають важливе значення природженим чинникам в становленні різних форм поведінки. Гуманісти вважають, що людина народжується з тенденцією реалізувати свої можливості в максимальному ступені. Психоаналітики, навпаки, стверджують, що, навіть якщо ми і наслідуємо деякі інстинкти, головна роль у формуванні особистості належить подіям, пережитим у дитинстві. Таких же поглядів дотримуються конструктивісти, що належать до школи Ж. Піаже. На їх думку, людина наслідує

тільки спосіб функціонування інтелекту, оскільки останній може розвиватися лише шляхом ряду придбань, що є результатом взаємодій індивідуума з різними предметами, головним чином в перші 12 років життя. Що стосується соціальних психологів і особливо біхевіористів, то становлення особистості, на їх думку, великою мірою залежить від наших взаємодій з довкіллям, як фізичним так і соціальним.

Багато шкіл психологів висували ідею про поетапний розвиток, при якому усі індивідууми проходять певні стадії в однаковій послідовності. Такої думки дотримуються, наприклад, психоаналітики зі своєю концепцією розвитку особистості і конструктивісти – з концепцією розвитку інтелекту. Етологи та соціобіологи вважають, що поведінка визначається програмою, наявною від народження, в якій точно зафіксовані напрями розвитку різних форм поведінки. Гуманісти теж вважають, що напрям розвитку організму зумовлений і що він прагне до єдиної мети – до досягнення повного розквіту. Одні лише біхевіористи зводять розвиток до реакцій на послідовні ситуації і вироблення умовних рефлексів при різноманітних обставинах, з якими стикається індивідуум, незалежно від того, в який момент життя це відбувається. Чи детерміновані ми або маємо можливість вільного вибору? Хто ми – істоти-об'єкти або істоти-суб'єкти? Для біхевіористів і соціобіологів немає ніякого сумніву, що ми в основному детерміновані; перші стверджують, що нас детермінує середовище, в якому ми живемо, а другі, навпаки, вважають, що детермінація вписана в наші гени і в механізми, які ми наслідуємо. На думку психоаналітиків, людину детермінують умови, в яких протікало її дитинство, і пригнічені бажання, обумовлені цим досвідом. Згідно з конструктивістами, становлення інтелекту завершується з настанням зрілості. Отже, розумовий розвиток визначається тим, як могли формуватися відповідні структури в дитинстві. Тільки гуманісти схильні вірити в існування вільної волі, що дозволяє кожній людині направляти своє життя залежно від того, що вона зможе усвідомити.

Теорії і соціально-економічний контекст

Незалежно від сили висунених аргументів і суворості аргументації немає сумнівів у тому, що кожен з цих підходів має свою історію, вписується в певний соціально-економічний контекст і пов'язаний з певним філософським уявленням про людину. Наука завжди залишається однією з областей діяльності людини, і як би вона не намагалася зберегти свою незалежність, вона повинна платити данину існуючій системі і тому суспільству, в якому вона розвивається. До психології це відноситься, мабуть, в ще більшій мірі, ніж до інших наук. Виникнення біхевіоризму в США співпало за часом зі швидким розвитком промисловості, яким було відмічено народження капіталізму. Ця система могла лише вітати таке уявлення про людину, згідно з якою її поведінка може приймати ті або інші форми відповідно до ситуації, що виникає в даний момент: практичні застосування цієї теорії, такі як введення конвеєрів або розвиток реклами, не змусили себе довго чекати. Аналогічним чином дослідження І. Павлова цілком відповідали комуністичним ідеям у СРСР; образ людини, що формується відповідно до свого середовища, співпадав з уявленням про нову людину, яку належало створити. З. Фрейд жив у Відні, у буржуазному середовищі, де будь-який прояв сексуальності суворо пригнічувався; ймовірно, саме на цьому ґрунті (принаймні частково) виникли ті його інтерпретації, які нині викликають особливо сильні заперечення. Зліт гуманістичного напрямку в психології стався у Каліфорнії в 60-і роки минулого століття. Недивно, що цей оптимістичний погляд на людину був зустрінутий з розпростертими обіймами в атмосфері «світу і любові», що панувала в ту епоху. Таким же чином соціобіологічна теорія, що з'явилася під час кризи, яка почалася у кінці 70-х років, містила усе необхідне, щоб захопити моралістів, які піклуються про громадський порядок і готові прийняти думку, що такий порядок вже передбачений в природному ході речей. Еклектичний підхід Було б, проте, надмірним спрощенням в усіх випадках судити про значення або роль тієї або іншої теорії за її прихильним прийомом певною соціальною системою. Найбіль-

ші успіхи були досягнуті в результаті зіткнення ідей, висунених різними школами. Серед суперечливих напрямів багато таких, які зазнали поразки в першій половині XX століття. Виникнення і розвиток безлічі розбіжностей між різними школами досягли апогею в 50-і роки; потім суперечки стали затихати і до теперішнього часу поступово згасли.

Сьогодні настає згода з низки важливих питань – відмінності згладжуються відповідно до поглиблення наших знань. Тепер психологи відбирають в кожній з існуючих теорій і використовують ті концепції, які, на їх думку, проливають більше світла на те або інше явище. Такий еклектичний підхід призводить до того, що в одних випадках приймаються поняття і методи, створені біхевіористами, а в інших використовуються теорії фрейдистів або гуманістів. Головним стає вже не прагнення довести обґрунтованість ідей, що належать якомусь напрямку, а швидше бажання виявити найбільш відповідні способи рішення проблем, існуючих у житті суспільства, і надання ефективної допомоги тим, хто її потребує. Психологія – наука ще порівняно молода. Вона відстала у своєму розвитку від таких наук, як фізика або хімія, майже на два століття. Знадобилося безліч експериментів і перевірок, перш ніж вона змогла з повним правом претендувати на звання НАУКИ. Психологи ще далекі від того, щоб відповісти на усі питання, проте проблеми, які їм вже вдалося вирішити, дозволяють роз'яснити багато аспектів поведінки людини. Психологи, що займаються науковими дослідженнями, продовжують висувати нові гіпотези, перевіряти їх, експериментувати сподіваючись на створення все більш і більш послідовних теорій : потім ці теорії можна буде застосовувати до окремих індивідуумів залежно від різних ситуацій, в яких кожна людина може опинитися, і з найбільшою користю для усіх. Як ми побачимо у подальших главах, перед психологією стоїть двояке завдання: по-перше, вона повинна все далі розвивати теоретичні дослідження; по-друге, адекватно вирішувати, іноді в дуже терміновому порядку, практичні проблеми. На цій стадії таке покликання психології дозволяє нам запропонувати сучасне визначення цієї науки, яке одночасно враховує і внесок

біхевіоризму, і біологічний, і когнітивний, і динамічний і соціально-психологічний підходи. У цьому сенсі психологію слід розглядати як наукове дослідження поведінки і розумової діяльності, і як практичне застосування отриманих знань.

Основні принципи психології

В ході теоретичної боротьби «ідеалістів» і «матеріалістів» за побудову психології на основі діалектичного матеріалізму, складається наукове розуміння предмета психології і її методів, встановлюються найважливіші принципи і основна проблематика психологічного дослідження, з'ясовується відношення до суміжних областей знання і так далі Велику роль в розвитку психології зіграли: Б.Г. Ананьєв, П.П. Блюжний, Л.С. Виготський, О.В. Запорожець, К.М. Корнілов, Г.С. Костюк, А.М. Леонтьєв, О.Р. Лурія, С.Л. Рубінштейн, А.А. Смирнов, Б.М. Теплов, Д.М. Узнадзе та ін.

В середині 30-х років ХХ століття оформляються і формуються **основні принципи психологічної науки**:

1) **Принцип детермінізму.** Він означає, що психіка визначається способом життя і змінюється зі зміною способу життя. Якщо говорити про психіку тварин, то її розвиток визначається природним відбором, як і зумовлено біологічним законом. Якщо говорити про психіку людини, то походження форми і розвиток людської свідомості визначаються кінець кінцем законами розвитку способу виробництва матеріальних засобів життя. Найважливішим виведенням з цього загального матеріалістичного принципу обумовленості свідомості людини громадським буттям стало розуміння суспільно-історичного характеру людської свідомості.

2) **Принцип єдності свідомості і діяльності.** Він означає, що свідомість і діяльність не протилежні один до одного, але і не тотожні, а утворюють єдність. Свідомість утворює внутрішній план діяльності, її програму. Саме у свідомості утворюються динамічні моделі дійсності, за допомогою яких відбувається орієнтування людини в довкіллі. Принцип єдності свідомості і ді-

яльності дозволяє психологам, вивчаючи поведінку, діяльність, з'ясувати ті внутрішні психологічні механізми, які забезпечують успішність досягнення цілей дій, тобто, відкривати об'єктивні закономірності психіки.

3) Принцип розвитку психіки і свідомості в діяльності. Він означає, що психіка не може бути правильно зрозуміла і адекватно пояснена, якщо вона розглядається як продукт розвитку і результат діяльності. Діалектико-матеріалістичне розуміння психологічного розвитку встановлює залежність останнього від трудової діяльності, навчання, гри. Засвоєння громадського досвіду, яке при цьому відбувається, виступає специфічною для людини формою психічного розвитку.

Основні галузі сучасної психології

Сучасна психологія є дуже розгалуженою системою наукових дисциплін, що знаходяться на різних східцях формування, пов'язаних з різними областями практики. Основним завданням психології є вивчення законів психологічної діяльності людини. Закони психології розкривають процес відображення реального світу в корі людського мозку, показують, як людина пізнає навколишню дійсність, і як формуються психічні властивості особи. Психологія вивчає закономірності формування психологічного вигляду особистості людини залежно від конкретного впливу умов життя, навчання і виховання.

Структуру сучасної психології можна розглядати залежно від підстав класифікації:

За конкретним видом діяльності людини: психологія праці, педагогічна, медична, юридична, психологія спорту, художньої творчості та ін.

За різними аспектами розвитку: психологія немовлят, підлітків, людей середнього віку, старих людей, порівняльна психологія.

За психологічним аспектом співвідношення особистості та суспільства: соціальна, диференціальна, загальна.

Вивчення будь-якого психологічного процесу здійснюється в єдності з фізіологічними процесами, що є внутрішніми механізм-

мами відбивної діяльності мозку. Галузь психології, що вивчає загальні закономірності психологічної діяльності людини, називається загальною психологією. Вивченням загальних закономірностей відбивної діяльності мозку займається і зоопсихологія, і порівняльна психологія, предметом дослідження якої є психічна діяльність тварин, починаючи з простих (інфузорії, амьоби) і закінчуючи людиноподібними мавпами.

Вікова психологія вивчає вікові закономірності розвитку психіки людини. Особлива увага з усіх віків (дитячий, дошкільний, молодший школяр, підлітковий, юнацький, зрілий) приділяється дошкільному і шкільному. Вікова психологія досліджує вікові особливості психологічних процесів, вікові можливості засвоєння знань, чинники розвитку особистості і так далі. Одна з центральних проблем вікової психології – проблема навчання і розумового розвитку та їх взаємозалежність – широко обговорюється психологами, які зайняті відшукуванням надійних критеріїв розумового розвитку і певних умов, при яких досягається ефективний розумовий розвиток в процесі навчання. Нині з'явилися нові напрями у віковій психології: акмеологія (психологія дорослого) і геронтологія (психологія старечого віку).

Закономірності психологічної діяльності учнів в процесі навчання і виховання вивчає педагогічна психологія. Вона досліджує формування в учнів мислення, вивчає проблеми управління процесом засвоєння прийомів і навичок інтелектуальної діяльності, з'ясовує психологічні чинники, що впливають на успішність процесу навчання, взаємовідносини між педагогом і учнями, стосунки в учнівському колективі, індивідуально-психологічні особливості учбово-виховної роботи з дітьми і так далі. Особливим завданням педагогічної психології є з'ясування психологічних закономірностей найбільш успішного і глибокого оволодіння школярами системи знань, умінь і навичок в процесі навчання, з'ясування найбільш раціональних шляхів розвитку у них мислення, уяви, пам'яті, здібностей, почуттів. Велике значення придбаває вивчення взаємовідношення навчання з психологічною стороною розвитку дитини.

Вивченням настроїв, громадської думки і так далі в соціальних групах, колективах, що формуються в процесі спілкування людей, вивченням психологічних закономірностей взаємостосунків особистості і колективу займається соціальна психологія.

У структуру соціальної психології нині входять наступні три кола проблем. 1. Соціально-психологічні явища у великих групах (у макросередовищі). Сюди відносяться проблеми масової комунікації (радіо, телебачення, преса і так далі), механізми і ефективність дії засобів масової інформації на різні спільноти людей, закономірності поширення моди, чутток, загальноприйнятих смаків, обрядів, упереджень, громадських настроїв, проблеми психології класів, націй, етносів, релігії і так далі. 2. Соціально-психологічні явища в малих групах (у мікросередовищі). Це проблеми психологічної сумісності в замкнених групах, міжособових стосунків в групах, групової атмосфери, положення лідера і відомих у групі, типів групи (асоціації, корпорації, колективи), співвідношення формальних і неформальних груп, кількісних меж малих груп, рівнів і причин згуртованості групи, сприйняття людини людиною в групі, ціннісних орієнтацій групи і багато що інше. Якщо мати на увазі, наприклад, сім'ю як малу групу, то до числа важливих проблем може бути віднесена динаміка стосунків між батьками і дітьми, проблема збереження авторитету старших і так далі.

Особистість людини є об'єктом соціальної психології. При цьому розглядають, наскільки особистість відповідає соціальним очікуванням у великих і малих групах, як вона приймає дію цих груп, яким чином вона засвоює ціннісні орієнтації груп, яка залежність самооцінки особистості від оцінки нею групи, в яку вона входить і так далі. До проблем соціальної психології особистості відносяться проблеми, пов'язані з вивченням спрямованості особистості, її самооцінки, самопочуття і самоповаги, стійкості і навіюваності, колективізму і індивідуалізму, питання, пов'язані з вивченням установок особи, їх динаміки, перспектив особи. Вказані три кола проблем соціальної психології не можуть бути протиставлені один одному. Вони з'являються перед

нами в єдності, обумовленій єдністю особистості і суспільства, сукупністю стосунків, в якому визначається сутність особистості.

Юридична психологія розглядає психологічні питання, пов'язані з реалізацією системи права. У завдання цієї галузі входять і дослідження психологічних особливостей особи злочинця, мотиву злочину; і психологічні дії умов укладення і результативність виховних засобів, використовуваних у виправно-трудових колоніях. Юридична психологія підрозділяється на: – судову психологію, що досліджує психологічні особливості поведінки учасників кримінального процесу (психологія показань свідків, особливості поведінки обвинуваченого, психологічні вимоги до допиту і так далі); – кримінальну психологію, що займається психологічними проблемами поведінки і формування особи злочинця, мотивами злочину і так далі; – виправно-трудова психологію, що вивчає психологію ув'язненого у виправно-трудова закладі, психологічні проблеми виховання методами переконання і примусу і так далі.

Психологія праці вивчає психологічні особливості трудової діяльності людини, психологічні аспекти наукової організації праці. У завдання психології праці входить дослідження професійних особливостей людини, закономірностей розвитку трудових навичок, з'ясування впливу на трудящого виробничої обстановки, конструкції і розташування приладів і верстатів, засобів сигналізації, вплив колірних гамм на продуктивність і так далі) Психологія праці має ряд розділів, які є в той же час самостійними, хоча і тісно пов'язаними один з одним галузями психологічної науки. Інженерна психологія вивчає головним чином діяльність оператора в автоматизованих системах управління, вирішує проблему розподілу і узгодження функцій між людиною і машиною.

Авіаційна психологія досліджує психологічні закономірності діяльності людини в процесі льотного навчання і виконання польотів. Космічна психологія досліджує психологічні особливості діяльності людини в умовах невагомості і просторової дезорієнтації при виникненні особливих станів, пов'язаних з нерво-

во-психологічною напругою при надмірних перевантаженнях організму.

Медична психологія вивчає психологічні аспекти діяльності лікаря і поведінки хворого. Вона підрозділяється на: 1) нейропсихологію, що вивчає співвідношення психологічних явищ з фізіологічними мозковими структурами; 2) психофармакологію, що вивчає вплив лікарських препаратів на психічну діяльність людини; 3) психотерапію, що вивчає і використовує засоби психологічної дії для лікування хворого; 4) психопрофілактику і психогігієну, що розробляють системи заходів для забезпечення психологічного здоров'я людей. Військова психологія досліджує психологію людини в умовах військового часу, під час бою, психологічні сторони взаємовідносин начальників та підлеглих, психологічні проблеми управління бойовою технікою і так далі.

Найважливіше завдання військової психології – розробка психологічних обґрунтувань військового навчання і виховання. Психологія спорту розглядає психологічні особливості особистості і діяльності спортсменів, умови і засоби їх психологічної підготовки, психологічні параметри тренуваності і мобілізаційної готовності спортсмена, психологічні чинники, пов'язані з організацією і проведенням тренувань, змагань і так далі.

Психологія мистецтва вивчає психологічні закономірності створення витворів мистецтва, психологічні компоненти творчої діяльності художників, письменників, музикантів, артистів. Вона досліджує особливості художнього мислення, розвиток художнього сприйняття, а також ставить завдання розкрити закономірності дії витворів мистецтва на виникнення і формування різних почуттів. Одним з основних завдань психології мистецтва є психологічне обґрунтування художнього, естетичного виховання засобами мистецтва, розкриття психологічних компонентів літературних, музичних, художніх здібностей. У завдання психології мистецтва входить і вивчення психологічної дії мистецтва на формування особистості, світогляду, переконань, ідеалів.

Психологія творчості досліджує психологічні закономірності різних видів творчої діяльності людини – конструкторську,

літературну, винахідливу. Аналіз психології творчості дає можливість розкрити психологічні компоненти творчого ставлення конкретної особистості до тієї або іншої діяльності, намітити основні етапи творчого процесу.

Психологія торгівлі, широко розвинена головним чином в країнах Західної Європи, Америці, Японії, Австралії. Вона з'ясовує психологічні умови дії реклами, індивідуальні, вікові і інші особливості попиту, психологічні чинники обслуговування клієнтів, досліджує питання психології моди та ін.

Різні відхилення від нормального психологічного розвитку людини, різноманітні форми порушення нормальної психічної діяльності особистості вивчає психологія аномального розвитку або спеціальна психологія, яка розгалужується на:

- патопсихологію, що вивчає відхилення в процесі розвитку психіки, розпад психіки при різних формах мозкової патології;
- олігофренопсихологію – науку про патологію психічного розвитку, пов'язану з природженими дефектами мозку;
- сурдопсихологію – психологію формування дитини при серйозних дефектах слуху, аж до повної глухоти;
- тіфлопсихологію – психологію розвитку слабо зрячих, незрячих та індивідів з повністю атрофованою функцією зору.

Порівняльна психологія – галузь психології, що досліджує філогенетичні форми психічного життя. В області порівняльної психології здійснюється зіставлення психіки тварин і людини, встановлюється характер і причини існуючої схожості і відмінностей в їх поведінці. Розділом порівняльної психології є зоопсихологія, яка вивчає психіку тварин, що належать до різних систематичних груп (видам, родам, сімействам), найважливіші форми і механізми поведінки. До класичних об'єктів порівняльної психології (павукам, мурашкам, бджолам, птахам, собакам, коням, мавпам) нині приєднані китоподібні (дельфіни). Природжені механізми поведінки тварин складають об'єкти спеціального вивчення у порівняно новій галузі біології і психології – етології.

Методологія, методика і техніка досліджень в психології

Методи дослідження в педагогіці і психології залежать від основних теоретичних принципів, що реалізуються цими науками, і конкретних завдань, які вони вирішують. Достовірно науковою теоретичною основою психології є діалектичний і історичний матеріалізм, тому принципів підходи до психологічних досліджень повинні визначатися вимогами діалектичного методу. Головна вимога діалектики – вивчення явищ в усіх їх зв'язках і опосередковуваннях, виявлення істотних зв'язків і стосунків явищ, їх закономірностей, розгляд явища, що вивчається, у розвитку. Перш ніж конкретніше говорити про методологічні проблеми в психології, необхідно уточнити, що ж взагалі розуміється під методологією.

У сучасному науковому знанні терміном «методологія» позначаються **три різні рівні наукового підходу**:

1. Загальна методологія – деякий загальний філософський підхід, загальний спосіб пізнання, що приймається дослідженням. Загальна методологія формує деякі найбільш загальні принципи, які, усвідомлено або неусвідомлено, застосовуються у дослідженнях.

2. Спеціальна методологія – сукупність методологічних принципів, вживаних в цій області знання. Спеціальна методологія є реалізацією філософських принципів стосовно специфічного об'єкту дослідження. Це теж певний спосіб пізнання, але спосіб адаптований для вузької сфери знання.

3. Конкретні методичні прийоми дослідження: частіше позначаються терміном «методика». Проте у ряді інших мов, наприклад в англійській, немає цього терміну, і під методологією часто-густо розуміється саме методика, а іноді тільки вона. Втім, ця остання обставина пояснюється не стільки особливостями мови, скільки принциповою позицією неопозитивістської філософії, яка понад усе поширена в психології Заходу і яка відмовляється від розгляду методологічних проблем більш високого рівня. Конкретні методики, вживані в психологічних дослідженнях,

не є абсолютно незалежними від загальніших методологічних міркувань. Суть введення пропозицій «ієрархії» різних методологічних рівнів полягає саме в тому, щоб не допустити в психології зведення усіх методологічних проблем тільки до третього значення цього поняття. Головна думка полягає в тому, що, які б емпіричні або експериментальні методики не застосовувалися, вони не можуть розглядатися ізольовано від загальної і спеціальної методології. Це означає, що будь-який методологічний прийом – анкета, тест, соціометрія – завжди застосовується в певному «методологічному ключі», тобто за умови рішення низки принципівих запитів дослідження.

Психологія як наука використовує різні методи дослідження. На основі аналізу особливостей усіх методів дослідження, які використовують у психології, їх можна умовно поділити на чотири групи (згідно класифікації Ананьєва):

1. Організаційні методи. До цієї групи належать порівняльний, лонгitudний і комплексний.

Порівняльний метод, який інколи називають ще методом поперечних зрізів, реалізується шляхом зіставлення результатів дослідження окремих індивідів або груп.

Лонгitudний – метод застосовують у вивченні результатів багаторазових обстежень тих самих осіб протягом тривалого часу.

Комплексний метод доречний тоді, коли те саме психічне явище вивчають різними засобами або навіть у різних науках.

2. Емпіричні методи. До них відносять спостереження і самоспостереження, експеримент, тест, бесіду, анкету, інтерв'ю, аналіз продуктів діяльності, соціометрію та ін.

3. Кількісний і якісний методи оброблення даних.

Кількісні методи – це вивчення середніх величин якостей, що досліджуються, і мір їх розсіювання; визначення коефіцієнтів кореляції; факторний аналіз; побудова графіків, таблиць, матриць тощо. Якісний метод передбачає аналіз і синтез зібраних даних, їх порівняння й узагальнення.

4. Інтерпретаційні методи. Цю групу утворюють генетичний і структурний методи.

Генетичний метод дає змогу інтерпретувати весь оброблений матеріал дослідження в характеристиках розвитку, з виділенням етапів, стадій, критичних моментів тощо. Структурний метод є засобом встановлення структурних зв'язків між якість особистості, щое предметом аналізу.

Отже, наука психологія вивчає закономірності розвитку і проявів психічних явищ та їх механізми. Сучасна психологія є розгалуженою системою наукових дисциплін, пов'язаних з різними галузями науки. Вона має свій предмет, об'єкт, завдання, принципи та метод дослідження. Надзвичайно важливе значення психології у навчально-виховному процесі особистості, оскільки охоплює пізнавальну, емоційно-вольову, духовну сфери становлення розвитку особистості, її діяльність і поведінку.

Специфіка наукового дослідження в психології

Отже, метод дослідження – це спосіб, який вибирає експериментатор, засіб отримання ним інформації, що цікавить його. Методика дослідження – це сукупність методів, способів або прийомів отримання необхідної інформації про особливості протікання тих або інших процесів.

Основні етапи проведення дослідження:

1. Висунення гіпотези – висловлювання припущення, яке автор має намір або підтвердити, або спростувати.
2. Збір необхідної первинної інформації – як зібрати, яким чином отримати необхідний для обґрунтування правомірності висунення гіпотези експериментальний матеріал.
3. Обробка зібраного матеріалу – яким чином його упорядкувати, класифікувати, зробити зручним для аналізу, зіставлення, порівняння.
4. Інтерпретація остаточного результату – обробка отриманих даних і їх теоретичне обґрунтування.
5. Надійність зроблених висновків – в якому ступені можна довіряти отриманим результатам.

Завдання та запитання для самоконтролю

1. Обґрунтуйте сутність і зміст предмета психології.
2. Визначте структуру сучасної психології.
3. Що таке психічне відображення? Як ви розумієте це явище?
4. Охарактеризуйте психічне відображення з погляду його активності.
5. Охарактеризуйте функції психіки.
6. У чому полягає сутність детермінізму стосовно психічних явищ людини?
7. Розкрийте сутність дії двох сигнальних систем (за І. Павловим).
8. Назвіть біологічні і соціальні умови розвитку психічного.
9. Розкрийте основний зміст асоціативної психології.
10. Охарактеризуйте основні засади психології біхевіоризму.
11. Дайте характеристику основним галузям сучасної психологічної науки.

Тематика рефератів

1. Психічне життя людини.
2. Сучасна гештальтпсихологія.
3. Сутність і зміст генетичної психології.
4. Ідея творчості у гуманістичній психології.
5. Теорія установки і сучасність.

ТЕМА 2. Психіка та її структура.

Відмінність психіки людини та тварини.

Проблема психіки, її розвиток та її особливості, є однією з центральних у психології. Це пов'язано з тим, що вона складає теоретичну основу вирішення важливих питань психології. Особливе значення цій проблемі приділяв О.М. Леонтьєв. Написана ним монографія «Проблеми розвитку психіки» – це результат багаторічного дослідження, що проливає світло на багато білих плям: на генезис і основні етапи розвитку психіки. Леонтьєв відмічав, що ще з часів Декарта виникнення психіки зв'язували з появою людини. Деякі учені досі вважають, що психіка властива тільки людині. Згідно з іншою думкою (Робине, Фихнер), стверджувалася «загальна натхненність природи», тобто існування психіки у будь-якої матерії. Окрім цих крайніх поглядів є і проміжні. Гоббс, наприклад, вважав, що психіка – це властивість тільки живої матерії. Такої ж думки дотримувалися К. Бернар, Геккель, В. Вундт та ін. Вітчизняна психологічна наука, що стоїть на матеріалістичних основах, узяла на своє озброєння четвертий спосіб вирішення цієї проблеми: «Психіка визнається властивою не всякій живій матерії, але тільки таким організмам, які мають нервову систему». Ця концепція була висунена Ч. Дарвіном, Спенсером і широко поширилася серед сучасних фізіологів і психологів. Таким чином, ми можемо перейти до розгляду нервової системи людини.

Виникнення і розвиток психіки людини є однією з найскладніших проблем, що стояли коли-небудь перед дослідниками, що прагнули осмислити закони природи. Передусім спробуємо змалювати еволюційні передумови формування людської природи і подивимося, чим наш вид відрізняється від інших живих істот. Чи можна сказати, що людина в основі своїй відрізнений від усіх інших представників тваринного світу? Що він спочатку призначений бути повновладним повелителем, що стоїть над усіма іншими видами? Згідно з традиційною точкою зору, весь живий світ з його рослинами, тваринами і людиною був створе-

ний відразу і в остаточному виді. У Біблії стверджується, що це було зроблено за шість днів. Цій теорії навіть в наші дні дотримуються різні релігійні течії. Їй була протиставлена теорія, висунена в 1859 році англійським дослідником природи Чарльзом Дарвіном. Згідно його гіпотези, усі існуючі нині рослини і тварини походять від однієї форми життя і є результатом еволюції, що тривала мільярди років. Що стосується людини з його фізичними і поведінковими ознаками, то він кінець кінцем – усього лише один з результатів цієї еволюції. Походження виду *Homo sapiens* частково все ще залишається таємницею. Проте, викопні знахідки, особливо зі східної Африки, дозволяють вважати, що предки людини з'явилися приблизно 3 млн. років назад. Нині можна вважати встановленим, що рід людський зародився в східній Африці. В результаті геологічного катаклізму східна частина цього материка, що була лісистим високим плато, опустилася. Ця подія, що сталася 8 млн. років назад, розділила наших предків на дві групи. Представники, що залишилися на піднесеності, продовжували вести деревний спосіб життя, а їх нащадки в результаті еволюції стали прабатьками сучасної людини. Інша група людиноподібних мавп, що виявилися на рівнині, сформували тупикову гілку в генеалогічному дереві. У цих умовах відбір повинен був сприяти особинам, найбільш пристосованим до життя в савані, позбавленій дерев; тільки істоти, здатні здалека виявляти хижаків і швидко втікати в укриття, могли в тих умовах виживати і множити своє потомство. Таким чином, мутанти, здатні пересуватися у вертикальному положенні, змогли адаптуватися до зміни середовища, що сталася. Завдяки переходу до прямоходження, передні кінцівки, раніше зайняті, втратили свою первинну функцію. Рука усе більш перетворювалася на досконалий хапальний орган, полегшуючи можливість маніпулювати гілками і каміннями. За цей час положення голови поступово стає урівноваженим при вертикальному положенні тіла. Черепна коробка, таким чином, починає розвиватися на всіх напрямках, що створило можливість значно збільшити об'єм мозку. З переходом хапальних функцій до рук удосконалюється

еволюція рота – зростає рухливість його м'язів, і це дозволило розширити діапазон вироблюваних звуків.

Поступово створюються умови, які сприяють розвитку мови і здатності абстрактно мислити і передбачати. З часом створюються нові види людиноподібних особин. Більше 2-х мільйонів років назад з'явилися перші ознаки гомінізації: їх носієм був *Homo habilis* – людина уміла, названа так тому, що він уперше почав виготовляти знаряддя. Полювання стає організованим процесом, будуються хатини, печери, діти тепер залишаються біля матері; поступово формується громадський спосіб життя. З появою *Homo erectus*, тобто приблизно півтора мільйони років назад, починаються міграції людей в Європу і Азію. *Homo erectus* – людини, що прямо ходить, – змінив *Homo sapiens* – людина розумна; першим представником був неандерталець, що жив більше 200000 років тому. Приблизно 65000 років тому він поступився дорогою в розвитку нашому безпосередньому предкові. Їх нащадки 40000 років тому заселили Північну частину Європи, а потім обидві Америки і Океанію. Лише набагато пізніше, приблизно 9000 років тому, з'явилися перші поселення на Північному Сході. Будь-яка група, для того, щоб вижити, повинна була мати засіб, який дозволяв би його членам спілкуватися між собою, направляти і координувати дії кожного. Майже в усіх тварин є способи передачі інформації, за допомогою яких кожна особина може повідомляти інших представників свого виду про небезпеку, привертати увагу потенційного шлюбного партнера, або попереджати його проникнення на свою територію.

Мабуть, жодна тварина, окрім людини, не здатна передавати інформацію, що не відноситься до цього моменту. Тільки людські істоти здатні за допомогою слів повертатися в минуле, роблячи доступним знання давніх подій, а також повідомляти заздалегідь про деякі події або дії, що здійсняться в майбутньому, або необхідні кроки для їх здійснення. Існування мови неможливо встановити по викопних залишках скелетів. Проте, будова головного мозку, відновлена по зліпках порожнин викопних

черепів першої людини, дозволяє припускати, що область, що управляє мовою, розвинулася на відносно ранній стадії еволюції. Відомо також, що людина – єдиний примат, який завдяки низькому положенню гортані здатний до членороздільної мови. Перші людські істоти, ймовірно, бродили стадами по савані, живлячись плодами, корінням або дрібними тваринами, яких вони вбивали каміннями. Стадний, а потім племінний спосіб життя мав багато переваг, полегшуючи добування і поділ їжі, охорону стійбища від диких звірів, виховання дітей, що вимагають турботи впродовж багатьох років, перш ніж вони стануть самостійними. Таким чином, завдяки союзу руки і мозку, мови і групового способу життя, області пізнання розвивалися по спіралі з усе зростаючою швидкістю. Дійсно, людину неможливо навіть представити в ізоляції від природи, вона сама є продуктом еволюції, частиною природи.

Людина – творіння природи і абсолютного розуму, вона існує в природі, підпорядкована її законам поки не досягне вищого духовного розвитку. Первинне значення у формуванні розуму і в подальшій еволюції роду людського надається праці. Здатність робити 20 знарядь праці – це основна риса, що відрізняє людину від тварин. У науці немає іншого доказу початку перетворення найбільш розвиненої породи мавп в людину, окрім тих каменів, які мають сліди прадавньої штучної обробки. Виготовлення і використання штучних знарядь в цілеспрямованому перетворенні природи призвело до ускладнення і вдосконалення центральної нервової системи (ЦНС), особливо мозку, а руки придбали здатність до точних і тонких рухів. Одночасно формувався і розвивався суб'єктивний світ людини, людина стала сприймати світ по-новому, слух придбав здатність до сприйняття цілої гармонії звуків, а зір удосконалювався і ставав сприйнятливим до краси і гармонії природних форм. Штучно створювалися і постійно використовувалися предмети і матеріали, розсувалися межі світу, розширювалися уявлення людей про властивості предметів, з'явилася можливість розуміти причинні зв'язки у світі, що оточував їх. Але насправді немало досліджень підкреслюють вирі-

шальну роль в становленні соціуму не штучних знарядь праці, а роль свідомості і мови.

Добре відома концепція П. Тейяра де Шардена. За його переконанням, свідомість стала результатом розвитку нервової системи тварин. Цей філософ і антрополог характеризував людину, як вершину великого біологічного синтезу. Деяку недооцінку значення штучного в антропогенезі можна пояснити таким чином: знарядна діяльність зустрічається і у світі тварин. Факт використання оброблюваних предметів в якості знарядь багатьма видами тварин загальновизнаний, але в той же час дані свідчать про виняткову рідкість виготовлення знарядь у світі тварин. Щось подібне можна виявити тільки у людиноподібних мавп, передусім у шимпанзе. Але знаряддя знаряддю різниця. Мавпа, що виготовляє палицю з шматка дерева, надаючи їй зручної форми за допомогою зубів, залишається твариною, хоча і розумною. І тільки антропоїд, що 2-3 млн. років назад рішуче і без повертання встав на шлях олюднення, міг перейти до цілеспрямованого перетворення форми одного шматка каменю за допомогою іншого. Отже, перші штучні знаряддя були «винайдені» вже не мавпами, але ще і не людиною. Творцями їх стали деякі проміжні форми між вищими мавпами і людьми. З виготовлення кам'яних знарядь розпочинається новий ступінь у розвитку людської свідомості.

Чи передувала праця свідомості? Чи володіли елементами логічного мислення, примітивною свідомістю творці найбільш древніх кам'яних знарядь або ж первинні форми праці носили неусвідомлений, інстинктивний характер? У сучасній науковій літературі можна виділити три точки зору на це питання. Згідно першої точки зору (її дотримуються багато зарубіжних антропологів, етнографи, філософи), прадавні штучні знаряддя були винайдені на основі «суб'єктивного духу».

Протилежна концепція свідчить, що праця передувала свідомості. Спочатку трудова діяльність зароджувалася і розвивалася в інстинктивній формі, випадково. На чому ж заснована ця концепція? По-перше, на тому, що прадавні штучні знаряддя мали

випадкову, нестійку форму. Проте цей аргумент не дуже переконливий. Неможливо отримувати знаряддя однакової форми. По-друге, первинність праці і вторинність свідомості показують свою прихильність цих учених матеріалізму. Але ж матеріальна і духовна діяльність діалектично взаємозв'язані і не існують один без одного, оскільки складають дві необхідні життєдіяльності. Переконливішими видаються погляди тих учених, які висувають свого роду третю компромісну точку зору на походження праці і свідомості. Ця концепція виходить з єдності праці і свідомості і наполягає на одночасності їх походження. Зважаючи на сказане, слід зазначити, що перехід до створення і систематичного вживання штучних знарядь став можливий лише тоді, коли у предків людського роду завдяки використанню штучних знарядь і дії інших чинників розвинувся досить складний мозок, і коли вони перевершили багато інших видів мавп за рівнем свого психічного розвитку і вдосконаленням стадної організації, тобто коли були створені усі передумови для перетворення біологічного на соціальне.

Характерною ознакою психічної реакції є чутливість організму до індиферентних подразників, які за певних умов (збіг їх з біологічно важливими подразниками) сигналізують про можливість або необхідність задоволення біологічних потреб організму. Чутливість виникає на основі подразливості. Чутливість, вважає О. Леонтьєв, генетично є не що інше, як подразливість на впливи, що орієнтують організм у середовищі, виконуючи сигнальну функцію. Подразливість властива органічній природі взагалі. Завдяки їй у рослинному світі відбуваються природжені реакції, які називають тропізмами. Тропізм – це автоматичні рухи в певному напрямі рослин і найпростіших організмів, що зумовлюються неоднаковістю фізико-хімічних процесів у симетричних частинах організму, які викликаються однобічними впливами подразників на організм.

Теорію тропізмів щодо тварин розробив Ж. Леб. Проте ці реакції тварин не механічні, як вважав Ж. Леб, під впливом досвіду вони набувають пластичності та мінливості. Відповідно до видів

енергії, що діють на організми в умовах їх існування, розрізняють фототропізми, хемотропізми, геліот-ропізми, гальванотропізми та ін. Наприклад, соняшник рухається під впливом фототатер-моторізмів; у спрямованості проростання коріння та стебла, у поведінці хробаків і деяких комах, які зариваються в землю або повзуть до верхівок рослин, виявляється дія гео, фото- або тер-моторізмів. З виникненням під впливом умов життя нервової системи, основною властивістю якої є чутливість до впливів навколишнього середовища, виникло психічне відображення, яке щодалі ставало більш складнимвнаслідок ускладнення умов життя, що спричинило ускладнення будови організму.

Характеристика стадій розвитку психіки:

Стадія елементарної сенсорної психіки – здатність відображати окремі властивості предмета. Основна форма поведінки – Таксис, рефлекси і інстинкти. Інстинкти – вроджена програма поведінки або видовий досвід тварини. Виникнення чутливих живих організмів пов'язано з ускладненням їх життєдіяльності. Це ускладнення полягає в тому, що виділяються процеси зовнішньої діяльності, що опосередковують відносини організмів до тих властивостей середовища, від яких залежить збереження і розвиток їх життя. Виділення цих процесів обумовлено появою дратівливості до впливів, які виконують сигнальну функцію. Так виникає здатність відображення організмами впливів навколишньої дійсності в їх об'єктивних зв'язках і відносинах – психічне відображення.

Розвиток цих форм психічного відображення здійснюється разом з ускладненням будови організмів і в залежності від розвитку цієї діяльності, разом з якою вони виникають. Що ж являє собою та діяльність тварин, з якою пов'язана найпростіша форма їхньої психіки? Її головна особливість полягає в тому, що вона збуджується тим чи іншим впливає на тварину властивістю, на яке вона разом з тим спрямована, але яке не збігається з тими властивостями, від яких безпосередньо залежить життя цієї тварини. Вона визначається, отже, не самими по собі даними впли-

вають властивостями середовища, але цими властивостями в їх відношенні з іншими властивостями. Діяльність тварин на самій ранній, першій, стадії розвитку психіки характеризується тим, що вона відповідає тому чи іншому окремому що впливає властивості (або сукупності окремих властивостей) в силу істотного зв'язку даного властивості з тими впливами, від яких залежить здійснення основних біологічних функцій тварин. Відповідно відображення дійсності, пов'язане з такою будовою діяльності, має форму чутливості до окремих впливів властивостями (або сукупності властивостей), форму елементарного відчуття. Цю стадію у розвитку психіки ми будемо називати стадією елементарної сенсорної психіки. Стадія елементарної сенсорної психіки охоплює довгий ряд тварин. Можливо, що елементарною чутливістю мають деякі вищі інфузорії.

Характерна особливість цієї стадії розвитку психіки полягає в тому, що поведінка тварин зумовлюється дією на організм окремих властивостей предметів, в оточенні яких живуть тварини, – хімічних, світлових, температурних тощо. Ця стадія властива переважно безхребетним і тим хребетним, що живуть у воді, земноводним і плазунам, у яких немає предметного сприймання. На цій стадії відбувається диференціація чутливості до світла, дотику, запахів, рухова чутливість, у результаті чого виникають і розвиваються аналізатори – дотиковий, зоровий, нюховий і слуховий. Прикладом може бути активність павука у відповідь на вібрацію комах, що потрапила до павутиння: він рухається в напрямку до комах, знаходить і поглинає її. Специфіка психіки тут полягає у відображенні не предмета, що потрапив до павутиння (комах), а його властивості вібрувати. Павук здійснюватиме аналогічну поведінку й відносно камертона, яким дотикаються до павутиння. Середовище на цій стадії відображається не цілісно, а як різноманітні біологічно нейтральні окремі властивості. Жаба помирає з голоду, будучи оточена живими, але нерухомими мухами, і водночас реагує на папірець, що коливається. Отже, простій, недиференційованій формі діяльності відповідає елементарний зміст психіки.

2. Стадія перцептивної психіки характеризується тим, що основна форма відображення – предметне сприйняття, тобто тварини здатні відображати предмети у вигляді цілісних психічних образів. Основна форма поведінки – навички. Навички – придбана програма поведінки або особистий досвід тварини. Ця стадія характеризується здатністю відображення зовнішньої об'єктивної дійсності вже не в формі окремих елементарних відчуттів, що викликаються окремими властивостями або їх сукупністю, але у формі відображення речей. Перехід до цієї стадії розвитку психіки пов'язаний із зміною будови діяльності тварин, яке підготовляється ще на попередній стадії. Ця зміна в будові діяльності полягає в тому, що вже намітилося раніше зміст її, об'єктивно відноситься не до самого предмета, на який спрямована діяльність тварини, але до тих умов, в яких цей предмет об'єктивно дано в середовищі, тепер виділяється.

Для цієї стадії характерне відображення предметів як цілого, а не окремих їх властивостей, як це спостерігається на сенсорному етапі розвитку психіки. Наприклад, якщо ссавця відгородити від їжі, то він реагуватиме не тільки на предмет, куди спрямована його діяльність (на їжу), а й на умови, за яких ця діяльність відбувається, тобто намагатиметься подолати перешкоду. На сенсорному етапі такої реакції на умови, за яких відбувається життєдіяльність тварин, не буває. Стадія перцептивної психіки властива ссавцям. Вона зумовлюється істотними анатомо-фізіологічними змінами в організмі: розвитком великих півкуль головного мозку, і особливо їх кори та дистантних аналізаторів (зорового, слухового), посиленням інтеграційної діяльності кори. Умовно-рефлекторна діяльність кори великих півкуль на рівні перцептивної психічної діяльності є підґрунтям для утворення уявлень. Тривалість збереження образів пам'яті збільшується з еволюцією хребетних тварин. Так, при одноразовому збудженні образна пам'ять діє: у щура – по 10-20 секунд, у собаки – до 10 хвилин, у мавпи – до 16-48 годин. Тривалість збереження образів пам'яті – цінна особливість перцептивного рівня розвитку психіки. Ця особливість є важливою передумовою виникнення

інтелектуальної поведінки тварин. На стадії перцептивної психіки відбуваються складні зміни у процесах розрізнення та узагальнення уявлень. Виникають диференціація та узагальнення образів предметів. Ці узагальнення – не сума окремих відчуттів, викликаних одночасною дією впливів, властивостей різних предметів, а їх єдність, своєрідна інтеграція, яка є підґрунтям для перенесення операції з однієї конкретної ситуації в іншу, об'єктивно схожу на неї, що істотно ускладнює поведінку тварин на цьому етапі психічного розвитку. Успішність диференціації та узагальнення залежить не так від ступеня схожості, як від біологічної ролі того, що впливає на тварину.

Розвиток узагальнення на стадії перцептивної психіки пов'язаний з розвитком інтегративних зон кори великих півкуль головного мозку, які об'єднують рухи в цілісну операцію (рухові поля), відчуття – у цілісний образ (сенсорні поля).

Стадія інтелекту (виникає відображення відносин між предметами): сенсомоторний інтелект та свідомість.

Основна форма відображення – відображення міжпредметних зв'язків, основна форма поведінки – інтелектуальна. Основні риси інтелектуальної поведінки:

1. Здатність вирішувати 2-фазні завдання, в яких існує особлива орієнтовано-дослідна підготовча фаза і фаза виконання (відсутній біологічний сенс);
2. Здатність вирішувати одну й ту ж задачу різними способами;
3. Перенесення одного разу знайденого принципу вирішення завдання у нові умови;
4. Використання примітивних знарядь;
5. Наявність інсайту.

Психіка більшості ссавців тварин залишається на стадії перцептивної психіки, однак найбільш високоорганізовані з них піднімаються ще на один щабель розвитку. Цю нову, вищу, ступінь зазвичай називають стадією інтелекту (або «ручного мислення»). Звичайно, інтелект тварин – це зовсім не те ж саме, що розум людини; між ними існує, як ми побачимо, величезне якісне розходження.

Стадія інтелекту характеризується досить складною діяльністю і настільки ж складними формами відображення дійсності. Таким чином, при переході до третьої, вищої, стадії розвитку тварин спостерігається нове ускладнення в будові діяльності. Перш злита в єдиний процес діяльність диференціюється тепер на дві фази: фазу підготування і фазу здійснення. Наявність фази підготування і становить характерну рису інтелектуальної поведінки. Інтелект виникає, отже, вперше там, де виникає процес підготування можливості здійснити ту чи іншу операцію або навичку. Виникнення і розвиток інтелекту тварин має своєї анатомо-фізіологічної основою подальший розвиток кори головного мозку та її функцій.

Психіка більшості ссавців залишається на стадії перцептивної. Але у антропоїдів – людиноподібних мавп – відображувальна діяльність піднімається ще на один щабель свого розвитку. Цей вищий щабель називають стадією інтелекту, або «ручного мислення» (О. Леонтьев). Як показали дослідження, мавпам, особливо шимпанзе, властива елементарна розумова діяльність, зачатки наочно-дійового мислення. Мавпи швидше, ніж інші тварини, навчаються та перенавчаються, виявляють більшу рухливість процесів збудження та гальмування. І. Павлов зазначав, що аналітико-синтетична діяльність кори головного мозку собаки – це конкретне, елементарне мислення. Однак розумова діяльність, інтелект тварин – це зовсім не те, що розум людини. Між ними існують надзвичайно великі відмінності. Для стадії інтелекту характерним є розв'язання завдань. Мавпа (шимпанзе) в експериментальних умовах не могла безпосередньо дістати їжу (банан, помаранчу тощо). У клітці, де вона перебувала, лежала палиця, за допомогою якої можна було дістати їжу. Ставилося завдання: чи «здогадається» мавпа використати палицю, щоб оволодіти їжею. Спочатку шимпанзе пробує дістати їжу рукою, але зазнає невдачі. Невдача на деякий час відволікає мавпу від поживи. Вона, побачивши палицю, маніпулює нею. Якщо палиця та їжа потрапляють в одне поле зору, мавпа спрямовує палицю на їжу і оволодіває нею, підсуваючи її до себе. Такі дослідження

проводилися в різних варіаціях. Мавпа успішно розв'язувала поставлені перед нею в експерименті завдання. Найскладнішим з них було двофазне завдання, яке полягало в тому, що їжу можна було дістати довгою палицею, але спочатку цю довгу палицю потрібно було дістати короткою, яка була в межах безпосередньої досяжності. Це завдання мавпа так само розв'язувала. Мавпи здатні об'єднувати в один акт дві дії послідовної операції, з яких перша є підготовчою для здійснення другої, вирішальної операції (двофазні завдання). У життєдіяльності тварин легко помітити їх взаємні стосунки. Ці стосунки виявляються у своєрідних рухах, позах, акустичних сигналах. На різних етапах розвитку живих істот ці способи стосунків і взаємовпливів набирають різної складності. За їх допомогою тварини сигналізують про небезпеку, поживу, гнів, страх, передають ту чи іншу інформацію. Але ці різновиди стосунків, ця «мова» тварин мають інстинктивний характер, є виявленням емоційних станів.

Роль трудової діяльності у виникненні та розвитку свідомості.

Людина – це продукт суспільних відносин. Біологічною передумовою суспільних відносин була зграя, в якій кожна особина відчувала себе захищеною, отримувала допомогу від інших. Чинником, який зумовив перетворення зграї в суспільство, виступила трудова діяльність, тобто така діяльність, яка провадиться людьми при спільному виготовленні й використанні знарядь. Зміна умов життя, погіршення клімату зумовили зменшення можливостей задоволення первинних потреб. Предки людини вимушені були або вимерти, або якісно змінити свою поведінку, пристосуватись до нових умов, щоб вижити. Людина знайшла вихід через здійснення спільних перед-трудова дій. Інстинктивне спілкування предків поступово змінювалося спілкуванням на основі «виробничої» діяльності. Спільна діяльність та взаємний обмін продуктами діяльності сприяли перетворенню зграї в суспільство. Виникнення трудової діяльності впливало на розвиток суспільних відносин, які, у свою чергу, сприяли вдосконален-

ню трудової діяльності. В ході виконання останньої розвивався вищий рівень розвитку психіки людини – свідомість, для якої є характерним виділення об'єктивних стійких властивостей предметної діяльності та перетворення навколишнього середовища.

Поступово знаряддя праці, які виготовляють люди, ускладнюються і спеціалізуються, за ними закріплюються постійні операції. Саме через це виникають якісні відмінності середовища людини і тварини, яка не живе у світі постійних речей. Створені людьми знаряддя виступають матеріальними носіями операцій, дій і діяльності попередніх поколінь. Через знаряддя одне покоління передає свій досвід іншому у вигляді операцій, дій, діяльності. З ускладненням знарядь їх виготовлення відбувається через розділення операцій багатьма членами суспільства одночасно. Діяльність поступово стає усвідомлюваною, осмисленою, оскільки кінцева мета – задоволення потреби в їжі – стає дедалі більше віддаленою, і досягнути це може лише людина з розвиненим логічним мисленням. Таким чином, змінюючи природу, людина змінює передовсім себе. Під впливом праці закріплюється нова функція руки: вона розвивається одночасно і як хватальне знаряддя, і як орган пізнання об'єктивної дійсності, перетворюючись у спеціалізований орган активного обстеження (дотику), який дає знання про суттєві властивості предметів матеріального світу. Тобто рука є не лише органом праці, а й її продуктом. Внаслідок спеціалізації руки як органа праці сформувалось її представництво в головному мозку, що спричинило збільшення маси та півкуль головного мозку, особливо чоловічих долей та прифронтальних їх зон. Якщо у мавпи знищити частину цих зон, то розв'язування ними двофазних завдань стає неможливим.

Стадія інтелекту, що властива вищим ссавцям і досягла найвищого рівня розвитку у людиноподібних мавп, є передісторією виникнення та розвитку людської свідомості. В залежності від рівня розвитку нервової системи і психічної діяльності розрізняють три форми поведінки тварин. Інстинкти— це акти взаємодії організму із середовищем, механізмом яких є система безумовних рефлексів. Інстинктивна діяльність часто охоплює і механізми тропізмів.

Наукове пояснення походження інстинктів дав Ч. Дарвін (1809-1882), довівши, що будова поведінки тварин становить собою органічну єдність і стає результатом природного добору, тих змін у фізичній організації та поведінці, які були викликані зовнішніми умовами й закріпилися в організмі в результаті доцільності їх для життєдіяльності організмів. Розрізняють інстинкти живлення, розмноження, самозбереження та інші форми родового або видового пристосування до навколишнього середовища. Інстинктивні форми поведінки – це великої сили спонук для організму. Залежно від умов життя і стану організму виникають, чергуючись, ті чи інші акти поведінки, розмноження, захисту, акти, пов'язані з живленням, тощо. В індивідуальному пристосуванні тварин до умов життя інстинкти здаються осмисленими діями, проте якщо порушити якийсь ланцюг в інстинктивній дії, тварини все одно продовжують здійснювати наступні акти в ланцюгу інстинктивної дії, хоча успіху ця дія не забезпечує. Так, квочка продовжуватиме сидіти на покладах, навіть якщо забрати з-під неї яйця, а бджола, почавши заліплювати наповнені медом щільники, продовжуватиме це робити й тоді, коли випустити із щільників мед. Отже, інстинктивні дії – це неусвідомлювані, механічні дії.

Інстинктивні дії в індивідуальному житті тварин можуть змінюватися. Наприклад, можна домогтися «мирного» співіснування лисиці та курки, кішки та миші. Проте така індивідуальна зміна інстинкту спадково не передається. Навички – придбані в індивідуальному досвіді форми поведінки, які забезпечують диференційоване пристосування тварини до мінливих умов середовища. За своїх механізмів навички є складними умовними рефlekсами і здійснюються з допомогою вищої нервової діяльності. Інтелектуальна поведінка. Її основу становить відображення складних відношень між окремими предметами.

Інтелектуальна поведінка тварин характеризується такими основними ознаками:

— після багаторазових „спроб і помилок” знаходять рішення; якщо повторити дослід, знайдена операція, не дивлячись на те,

що вона була виконана тільки один раз, буде відтворюватися відносно легко;

— тварини легко застосовують знайдене рішення в дещо видозмінених умовах;

— розв'язують „двофазні завдання”.

Але у нестандартних ситуаціях яскраво проявляються обмеження інтелектуальної поведінки. Інтелектуальні дії тварин, на відміну від людських, не витікають із знань об'єктивних законів, не усвідомлюються, не витікають із знань об'єктивних законів, не усвідомлюються, не передаються «людськими» способами (через мову, знаряддя праці). Інтелектуальні дії тварин відбуваються у вигляді коректного практичного мислення в процесі орієнтованого маніпулювання.

Психічний розвиток людини

Психічний розвиток людини проходить ряд періодів, послідовна зміна яких необоротна й передбачувана. Кожен період (вік) – своєрідний ступінь психічного розвитку з притаманними йому відносно стійкими якісними особливостями. Відомо, що вікові психологічні особливості зумовлені конкретно-історичними умовами розвитку, спадковістю, певною мірою – характером виховання, особливостями діяльності та стосунків з іншими людьми, що впливає передусім на специфіку переходу від одного вікового періоду до іншого. Власне тому, що навчання й виховання організовує діяльність дітей поетапно, керує нею на основі накопиченого досвіду, прагнучи враховувати наявні психофізіологічні можливості, періоди психічного розвитку дитини виявляються тісно пов'язаними із ступенями навчання й виховання. Критеріями визначення основних періодів індивідуального психічного розвитку повинні бути якісні й суттєві ознаки, взяті в їх системному зв'язку, що виявляє характерні для кожного віку цілісні новоутворення. Такими є ті психічні й соціальні зміни в житті дитини, які визначають її свідомість і діяльність, ставлення до середовища, увесь хід розвитку на даному етапі (Л.С. Виготський).

У психології прийнято визначати основні періоди психічного розвитку підростаючого покоління за психолого-педагогічними критеріями, що включають характерну для кожного віку соціальну ситуацію розвитку, передусім зміст і форми навчання й виховання, провідну діяльність у її співвідношенні з іншими видами діяльності, відповідний рівень розвитку свідомості й самосвідомості особистості (центральне вікове новоутворення).

Такими періодами є:

- ранній (від народження до трьох років) і дошкільний (з трьох до семи) вік;
- молодший шкільний вік (з семи до десяти років);
- середній шкільний, або підлітковий вік (із десяти років до п'ятнадцяти);
- старший шкільний, або ж юнацький вік (із п'ятнадцяти років і до досягнення зрілості).

Кожному періоду відповідають також характерні особливості фізичного розвитку індивіда, який відбувається у трьох напрямках:

- фізичному (динаміка росту й ваги, зміни структури мозку, сенсорні можливості та моторні навички тощо);
- когнітивному (охоплює зміни, що відбуваються у сприйманні, пам'яті, мисленні, уяві, мовленні тощо);
- психосоціальному (розвиток особистості, зміни Я-концепції, емоцій і почуттів, формування соціальних навичок і моделей поведінки).

Якщо йдеться про розвиток людської психіки, передусім слід наголосити на неперервності цього процесу. Крім того, постійно мають місце «перерви неперервності, тобто якісні зміни (поява одних і зникнення інших якостей, ознак, властивостей), зумовлені змінами кількісними.

Якісні зміни відбуваються й у функціонуванні нервової системи, що виражається, зокрема, в переході від безумовно-рефлекторного здійснення її регуляційних функцій до регулювання на основі умовних рефлексів, мови, у зміні співвідношення першої і другої сигнальних систем у вищій нервовій діяльності людини тощо.

Кількісні зміни у психічному розвитку виявляються у зміні з віком утворюваних асоціацій, вироблених навичок, уявлень про світ, пасивного й активного словникового запасу, обсягу уваги, сприймання, пам'яті, швидкості реакцій тощо. При цьому слід зазначити, що розвиток психічних функцій протікає нерівномірно: хвилями розвиваються психомоторика, мовлення, інтелектуальні вміння (А. Гезелл); прискорення розвитку одних функцій супроводжується сповільненням розвитку інших і навпаки (Б.Г. Ананьєв).

Водночас на всіх етапах розвитку людської психіки спостерігаються і якісні зміни. Внаслідок взаємодії немовляти з оточуючим соціальним і природним середовищем дифузна активність перетворюється в дії, які регулюються образами об'єктів, що, відповідно, веде до збагачення чуттєвого пізнання світу. У подальшому з дій дитини формуються різні види її предметної діяльності (гра, учіння тощо), які й детермінують подальший розвиток психічних процесів.

Розвиток довільності запам'ятовування і відтворення поступово робить ці процеси особливими діями (мнемічними, репродуктивними), зумовлюючи появу здатності не лише відтворювати образи раніше сприйнятих об'єктів, але й перетворювати їх, формувати уявлення про ситуації, яких не було у безпосередньому досвіді. У подальшому цей процес набуває відносної самостійності, сприяючи проектуванню цілей і ходу діяльності.

Наочно-дієве мислення, що зароджується через сприймання і маніпулювання предметами наприкінці стадії раннього дитинства, за допомогою мовлення стає наочно-образним, перетворюється на розумову дію, яку дитина здійснює спочатку вголос, а потім і «про себе». У подальшому відбувається перехід до конкретно-понятійного мислення та його абстрактної форми та ін. Вроджені елементарні безумовно-рефлекторні емоції (задоволення, невдоволення, гнів тощо), пов'язані з органічними потребами людини, доповнюються умовно-рефлекторними емоціями, виникнення яких зумовлене становленням вторинних, специфічно людських потреб.

Розвиток психічних процесів, формування різних видів діяльності зумовлює становлення психічних властивостей людини, які є потенційною формою існування психічних процесів і зберігають їх навіть тоді, коли вони актуально не функціонують. До психічних властивостей належать розумові, емоційні,вольові, моральні і трудові якості, характерні особливості свідомості та самосвідомості людини тощо. Саме формування системи таких властивостей знаменує становлення особистості, розвиток здатності людини виділяти себе з оточуючого середовища, усвідомлювати буття, виходити за межі минулого і теперішнього, проектувати майбутнє, передбачати не лише найближчі, але й віддалені наслідки своїх дій, усвідомлювати норми суспільної поведінки і керуватися ними тощо. Розвиток людської психіки включає і зміни особистості в цілому, тобто формування її загальних властивостей, зокрема, властивостей особистісної спрямованості, особливостей психологічної структури діяльності та сформованість механізмів свідомості.

Слід зазначити, що психіка розвивається як дедалі складніша і структурно організована динамічна система, тобто процес її розвитку йде від окремих елементів до цілого, від структурно нижчого до вищого шляхом диференціації наявних структур, виділення окремих функцій та їх інтеграції у нове ціле (І.М. Сеченов). Опіраючись на результати проведених досліджень, розвиток психіки доцільно розглядати як необоротну послідовність щоразу складніших структур, у якій генетичне пізніші структури виникають із більш ранніх і включають останні у зміненому вигляді. Як зауважив Ж. Піаже, немає генезису без структури і немає структури без генезису. Безумовно-рефлекторна система роботи мозку дитини є основою виникнення первісної психічної структури, а кожна нова психічна структура утворюється з того, що вже є у психіці, і того, що людина засвоює з оточуючого середовища. При цьому генетичне більш ранні структури не зникають із появою пізніших, і, в принципі, можливість повернення до них зберігається.

Серед основних закономірностей психічного розвитку людини передусім назовемо нерівномірність цього процесу, сутність

якої полягає в тому, що навіть за найсприятливіших зовнішніх умов різні психічні явища формуються з різною швидкістю. Для становлення окремих видів психічної діяльності існують найбільш сприятливі, так звані сенситивні періоди (Л. Виготський, О. Леонтьєв). Причину сенситивності можна вбачати у біологічному дозріванні мозку, а також у необхідності обов'язкової сформованості певних психічних процесів, на основі яких формуються інші. Ще одна закономірність розвитку психіки людини полягає в її інтеграції, переході від недостатньо систематизованого об'єднання фрагментарних психічних процесів і станів до чітко окреслених процесів, станів та якостей особистості, формування більшої цілісності та стійкості психіки.

Серед закономірностей розвитку психіки варто виділити також її пластичність і компенсацію, які полягають у цілеспрямованому формуванні психіки індивіда у процесі його навчання і виховання шляхом заміни однієї функції іншою, менш розвинутої вищою за своїм розвитком. Фізіологічною основою цього є пластичність нервової системи.

Неможливо зрозуміти закономірності онтогенезу людини лише на основі даних біології, або ж етнографії чи психології. Природна (органічна) основа закладає передумови цього процесу, а визначальним фактором психічного розвитку є соціальне середовище, передусім планомірне, цілеспрямоване навчання і виховання.

Генотип визначає анатомо-фізіологічну структуру людського організму, його орфологічній фізіологічні ознаки, стать, будову нервової системи, стадії дозрівання, деякі індивідуальні морфологічні і функціональні особливості (певну групу крові, особливості обміну речовин, динамічні властивості нервових процесів та ін.), вроджені безумовно-рефлекторні структури, що регулюють перші акти поведінки дитини, пов'язані із задоволенням її органічних потреб тощо. Набір успадкованих потреб і актів поведінки у дитини дуже обмежений, але її нервова система містить спадково зумовлені величезні потенції утворення нових потреб, форм поведінки та необхідних для цього нервових механізмів.

Вони і є природною основою активності людини, її спроможності навчатись і виховуватись.

Найелементарніші, генетичне успадковані природні психічні функції слід відрізняти від надзвичайно складної психічної діяльності людини, що формується впродовж усього її життя. Перші (їх часто називають задатками) – це ще не завершені психічні властивості, а лише природні потенції їх виникнення й розвитку, що реалізуються винятково за допомогою засобів, створених людською спільнотою. Тут уже йдеться про соціальне успадкування, коли дитина засвоює соціальний досвід через спілкування з дорослими, навчання, виховання, спільну трудову діяльність. Саме цей, соціальний шлях впливу родової історії життя людства на онтогенез людської психіки визначає процес соціалізації індивіда, тобто його розвиток як соціальної істоти, як особистості.

Психічний розвиток визначається єдністю зовнішніх і внутрішніх умов. До перших відносять умови природного і соціального середовища, в яких людина живе, навчається, працює; реалізує потенційні можливості свого розвитку. Однак вплив зовнішніх умов на цей процес завжди опосередкований внутрішніми умовами. Зовнішні та внутрішні умови не лише протилежні, але й взаємопов'язані, переходять одні в інші. Відбувається інтеріоризація практичних, мовних дій, формується здатність оперувати об'єктами подумки (тобто зовнішнє, об'єктивне, стає внутрішнім, суб'єктивним). У ході розвитку змінюється також співвідношення зовнішніх і внутрішніх умов, набуваючи свого неповторного виявлення на кожній стадії цього процесу.

Людська психіка розвивається як система, що самовдосконалюється. Постійно порушується і знову відновлюється рівновага між організмом і середовищем, причому рушійні сили стану рівноваги є тимчасовим, а процес урівноважування – розвитку постійним. Суперечності, що виникають при цьому, спонукають організм до активності, спрямованої на їх подолання, на відновлення рівноваги. Зняття одних суперечностей призводить до появи нових, які, відповідно, спонукають до нових дій, до подаль-

шого удосконалення діяльності особистості. Психіка, свідомість дитини, таким чином, розвивається внаслідок її власної діяльності з освоєння об'єктивної дійсності, діяльності, що опосередкована взаєминами з дорослими. Розглядаючи цю схему, наголошуємо, що зовнішні протиріччя, тобто суперечності між людиною і навколишнім середовищем, самі по собі ще не є джерелом розвитку. Лише коли вони інтеріоризуються, перетворюються на внутрішні, породжують у самій людині протилежні тенденції, що вступають у боротьбу між собою, вони стають джерелом її активності, спрямованої на подолання внутрішніх суперечностей шляхом вироблення нових способів поведінки.

Із мозаїки ситуативних мотивів навчання дітей і підлітків поступово виділяється провідна спрямованість, яка й визначає особливості їх поведінки. Одним притаманна навчальна спрямованість, прагнення відповідати вимогам учителів, отримувати гарні оцінки. Для інших характерна пізнавальна спрямованість, орієнтація на засвоєння нових знань, вирішення різноманітних завдань тощо. А треті вважають найважливішим стосунки з оточуючими, і їх дії детермінуються прагненням зайняти певну позицію в групі однолітків або ж у взаєминах із дорослими. Провідна особистісна спрямованість, у свою чергу, визначає багато інших важливих сторін психічного розвитку.

Навчальній діяльності притаманна складна психологічна структура, яку утворюють:

- мета (завдання) – уявлення про кінцевий результат,
- мотив – заради чого здійснюється діяльність, операції й спосіб, необхідний для перетворення об'єкта,
- об'єкт – матеріал, перетворення якого приводить до потрібного результату,
- результат – прогресивні психічні зміни в учнів як суб'єктів цієї діяльності.

У процесі навчання змінюються також зміст, структура й механізми ідеального відображення дитиною навколишньої дійсності, розвивається її мислительна діяльність, поступово формуються поняття та системи понять, виробляється вміння

аналізувати як абстрактні, теоретичні, так і конкретні ознаки, синтезувати їх у певну загальну структуру та ін.

Зростає рівень рефлексії, усвідомлення дитиною своїх дій з предметами, предметів у їх різних властивостях і, нарешті, усвідомлення себе, власного «Я».

Відмінності між психікою тварин і людини

1. Тварина може діяти тільки в межах наочної ситуації, абстрагуватися від неї не може. Поведінка людини характеризується здатністю відволікатися від даної конкретної ситуації, передбачати наслідки, які можуть виникнути у зв'язку з цією ситуацією. Людина здатна діяти свідомо.

2. Тварина створює знаряддя в наочно-дійовій ситуації, використовує його, але не зберігає. Людина створює знаряддя, використовує за призначенням, зберігає на майбутнє.

3. Відмінність у мисленні. І тварина, і людина володіють потенційною здатністю до розв'язку елементарних практичних завдань у наочно-дійовому плані. Але вже на наступних стадіях розвитку інтелекту – в наочнообразному і словесно-логічному мисленні – між ними виявляються відмінності. Тільки вищі тварини, напевно, можуть оперувати образами, причому це залишається дискусійним. Що ж стосується словесно-логічного мислення, то у тварин немає ні найменших ознак цього типу інтелекту, оскільки ні логіка, ні значення слів їм не доступні.

4. Складним є питання про порівняння прояву почуттів. Первинні емоції є і у тварин, і у людини. Разом з тим у людини є вищі почуття. Вони на відміну від елементарних емоцій виховуються і змінюються під впливом соціальних умов.

5. Відмінність в умовах розвитку. Розвиток психіки в тваринному світі підкорений біологічним законам, а розвиток психіки людини обумовлюється суспільно-історичними умовами. І людині, і тварині притаманні інстинктивні реакції на подразники, здатність набувати досвід в життєвих ситуаціях. Проте засвоювати суспільний досвід, який розвиває психіку, здатна тільки людина.

Питання для самоконтролю

1. Що таке психіка? Яку роль вона відіграє у життєдіяльності?
2. Охарактеризуйте основні стадії розвитку психіки тварин?
3. Які стадії розвитку психіки притаманні виключно людині?
4. Теорія походження інстинктів Ч. Дарвіна.
5. У чому полягають особливості психічного розвитку людини?
6. У чому полягає відмінність психіки людини від тварини?

Тематика рефератів

1. Виникнення та розвиток психіки як проблема психології та філософії.
2. Еволюційні умови розвитку мови та абстрактного мислення.
3. Концепція антропогенезу П. Тейяра де Шардена
4. Теорія тропізмів щодо тварин Ж. Леба.
5. Роль безумовних та умовних рефлексів в життєдіяльності людини та тварин.

ТЕМА 3. Свідомість як вища форма розвитку психіки. Свідоме та несвідоме.

Психіка людини є унікальним явищем. Її винятковість виявляється на рівні свідомого та несвідомого. Свідомість – це вища, властива лише людині форма відображення об'єктивної дійсності.

Свідомість – це ідеальний образ буття, вища форма саморегуляції, що властива людині. Стрижень свідомості утворюють знання, які людина здобуває у процесі пізнавальної діяльності. Свідомість дає людині змогу формувати узагальнені знання про зв'язки, відносини, закономірності об'єктивного світу, ставити цілі й розробляти плани, які передбачують її діяльність у природному і соціальному середовищі. Свідомість також здатна регулювати й контролювати емоційні, раціональні і предметно-практич-

ні відносини з дійсністю, визначати ціннісні орієнтири свого буття і творчо перебудовувати умови свого існування. Свідомість є внутрішнім світом почуттів, думок, ідей й інших духовних феноменів, які безпосередньо не сприймають органи чуттів і принципово не можуть бути об'єктами предметно-практичної діяльності ні самого суб'єкта, який здатний усвідомлювати, ані інших людей.

З психофізіологічного погляду свідомість розуміють як психофізіологічний механізм контролю і довільної регуляції поведінки й діяльності, основна функція якого полягає в адекватному відображенні змін зовнішнього і внутрішнього середовищ та забезпеченні адаптації організму до них. При цьому виконавчими структурами свідомості є ієрархічно організовані мозкові функціональні системи.

Структура свідомості:

- Знання про природу та суспільство, а також про внутрішній світ людини. Цей досвід передається від людини до людини і не успадковується. Рівень свідомості знаходиться в прямій залежності від рівня та сукупності засвоєних знань і особистого досвіду людини. Знання, що входять до свідомості особистості, здобуваються людиною в процесі навчання і виховання, завдяки таким психічним процесам, як відчуття, сприймання, мислення, пам'ять, уява.

- Відокремлення себе в предметному світі як суб'єкта пізнання, тобто ми маємо розрізнення суб'єкта "Я" і об'єкта "не Я", протиставлення людиною себе як особистості об'єктивному світу. Характерним у цьому відношенні є самопізнання, що стало основою для самосвідомості.

- Емоційні переживання. Життєдіяльність людини супроводжує світ емоцій і почуттів, що свідчить про те, що людина ставиться певним чином до того, що вона відображує. В свідомості людини представлені емоційні оцінки міжособистісних відносин та всієї системи складних об'єктивних відносин, до яких залучена людина в суспільстві.

- Цілеспрямованість, планування власної діяльності й поведінки, передбачення її результатів. У функції свідомості входить

формування цілей діяльності. Ця сторона свідомості виявляється у виборі мотивів дій, прийнятті вольових рішень, самоконтролі і коригуванні особистістю власних дій, їх перебудові, а також визначенні стратегій і тактик особистих дій відповідно до обставин. У структурі свідомості особливе місце займають свідоме і несвідоме. Питання про їх співвідношення завжди хвилювало людину і людство, тому що від відповіді на нього залежить саме розуміння того, що людина може зробити цілеспрямовано, і те, чого людина не може зробити або робить це не по-людському, як і будь-яка інша жива істота

Вчені виокремлюють такі основні рівні свідомості: суспільну, групову та індивідуальну.

Суспільна свідомість – це сукупність поглядів, уявлень, ідей та теорій, що відображають суспільне буття, виокремлюють буденну й теоретичну свідомості. В основу такого поділу покладають ставлення свідомості до практики, ступінь її узагальнення, глибину зв'язку з практичними основами життя тощо. Вона породжується саме в ній практичним досвідом і є засобом його забезпечення, узагальнює емпірично дане, і в цьому її обмеженість. Буденна свідомість має і свої переваги порівняно з теорією, бо відбиває світ у його безпосередній данності, індивідуальному сприйнятті; відображає суспільно-історичну практику з боку особливостей її конкретного переломлення в долі кожного індивіда.

Теоретичний рівень суспільної свідомості є найвищим рівнем узагальнення дійсності й найрозвинутішою формою організації знання. До теоретичного рівня свідомості належить особлива форма наукового знання – теорія. Теоретична суспільна свідомість узагальнює практику в широких історичних масштабах, виступає ідеальною програмою її розвитку, вона пов'язана з існуванням категорій.

Суспільна свідомість керується соціальними законами, її історія йде за історією суспільного буття, і те, які саме відбуватимуться зміни, еволюційні чи революційні, оцінка свідомості визначається врешті-решт відповідно до змін у суспільному бутті.

Із суспільною свідомістю тісно взаємопов'язана групова. *Групова свідомість* – це узагальнена свідомість групи людей. Вона посідає проміжне становище між суспільною та індивідуальною свідомістю. Вивчають її переважно в соціальній психології. Людина, виконуючи різноманітні функції, є членом багатьох соціальних груп, а отже, відчуває на собі їхній вплив. Це має для неї два важливі наслідки: з одного боку, визначає об'єктивне місце особистості в системі соціальної діяльності, з іншого – відбивається на формуванні свідомості особистості. Особистість стає включеною у систему поглядів, уявлень, норм, цінностей багаточисельних груп. Для неї важливо визначитися, якою буде та «рівнодіюча» цих групових впливів, що й визначить зміст свідомості особистості.

Свідомість не може існувати як відчужена від суб'єкта система знань. Вона є приналежністю живої конкретної особистості. Тож усі ідеальні образи, будучи адекватним відображенням об'єктивного світу, включаються в контексті історії окремої особистості, її життєвого шляху, набуваючи суб'єктивного, особистісного забарвлення. Отже, свідомість конкретної особистості – це і є *індивідуальна свідомість*. Вона утворюється й розвивається у нерозривному зв'язку з груповою та суспільною свідомістю.

Розрізняють такі **форми суспільної свідомості**, як політика, право, мораль, мистецтво, релігія, філософія.

Свідомість – це завжди єдність знання і переживання. Переживання у цьому випадку розуміється в широкому сенсі, як суб'єктивне ставлення особистості до того, що відображається у свідомості в процесі взаємодії різноманітних об'єктивних явищ. У переживанні сутнісним є не предметний зміст того, що в ньому відображається, а його значущість для всієї життєдіяльності особистості. Переживання визначається особистісним контекстом, як знання – предметним. У свідомості знання і переживання завжди перебувають в єдності, взаємопроникненні.

Для переживання особистісний контекст – головний. Проте воно виступає і як знання того, що є значущим для конкретної особистості. Тому в кожному переживанні наявний і момент

знання, але цей аспект є у переживанні підпорядкованим. У знанні головним є віддзеркалення змісту об'єкта, але це віддзеркалення виступає у певній значущості для суб'єкта, включається в особистісних контекстах. Знання виникає внаслідок активної діяльності людини в об'єктивному світі.

Віддзеркалення дійсності відбувається в узагальненій формі, в словах, які описують предметні явища, що існують поза людиною. Про свідоме відображення можна говорити тоді, коли людина здатна виокремити себе із предметного світу й протиставити йому себе. Тому індивідуальна свідомість людини завжди *рефлексивна*. Рефлексія – це осмислення людиною своєї діяльності. Саме рефлексія становить суть суб'єктивності – унікальної властивості психіки людини. Рефлексивність є однією із особливостей індивідуальної свідомості людини. Ця особливість лежить в основі здатності людини до самоаналізу та самопізнання свого духовного світу, а отже, в основі самосвідомості індивідууму.

До інших особливостей свідомості людини можна віднести цілеспрямованість, мотивованість, тотожність, неперервність, цілісність, константність, вибірковість, зосередженість.

Цілеспрямованість виявляється у тому, що, приступаючи до тієї чи іншої свідомої дії, людина ставить перед собою конкретну мету. Реалізуючи її, людина свідомо планує та контролює свої дії, керує ними, що допомагає їй передбачити наслідки.

Мотивованість – це усвідомлення людиною чинників, матеріальних чи ідеальних, які спонукають і скеровують її діяльність.

Тотожність – намагання людини бути ідентичною із певним «Я–образом».

Неперервність свідомості виявляється у тому, що ті психічні процеси чи стани, які відбуваються перед чи після деякого проміжку часу, людина усвідомлює як частини однієї і тієї самої індивідуальної свідомості. Ця особливість свідомості поєднує теперішнє, минуле та майбутнє людини. Це знайшло відображення у понятті «потік свідомості» (В. Джемс).

Цілісність свідомості – це поєднання в одному акті трьох основних характеристик свідомості (пізнання навколишнього

світу та себе, переживання дійсності, контролю за своєю поведінкою). Лише за умови такого поєднання психічний акт стає свідомим. Значною мірою цьому сприяє пам'ять людини.

Константність – це відносна сталість стані в свідомості. Індивідуальна свідомість зберігає свій попередній стан, поки зовнішня чи внутрішня причина не виведе її з нього.

Вибірковість виявляється в тому, що у свідомості постійно відбувається вибір одних станів і відхилення інших. Це забезпечується вибірковістю сприймання та уваги.

Зосередженість свідомості виявляється у концентрації психічної діяльності на конкретному об'єкті чи явищі. У свідомості людини виділяють «фокус свідомості», або «поле уваги» – найвиразнішу та найчіткішу ділянку свідомості, яка забезпечує найбільше усвідомлення інформації; «периферію свідомості» – найменш диференційовану та нечітку ділянку свідомості, де інформація недостатньо усвідомлюється; «пори́г свідомості» – стан переходу свідомого у несвідоме. Зосередженість свідомості забезпечується довільною увагою.

Свідомість людини – це цілісне психічне утворення. Водночас вона здатна виступати у предметній формі і формі самосвідомості. Предметна свідомість – це та, яка спрямована на зовнішній предметний світ. Якщо свідомість людини спрямована на себе, на свій внутрішній світ, то її називають *самосвідомістю*.

Самосвідомість реалізується у самопізнанні, самосприйнятті, самоконтролі та самовдосконаленні.

Психічне життя людини не є чистою свідомістю. Воно становить єдність свідомогой несвідомого. Ціла низка впливів, що йдуть із об'єктивного світу, залишається у людини за межами свідомого. До форм психічного, але неусвідомлюваного віддзеркалення належать автоматизовані й імпульсивні дії, образи, що виникають під час сновидіння, неусвідомлювані, підпорогові відчуття, основою яких є так звані субсенсорні рефлексії т. ін.

Несвідоме

Несвідоме у психіці людини. Уявлення про несвідомі психічні явища викладені ще в староіндійському вченні Потанджали, в якому несвідоме тлумачилося як вищий рівень пізнання, як інтуїція і навіть як рушійна сила Всесвіту. В античній філософії посиленням на несвідоме є так звані демонії Сократа (V–IV ст. дон. е.), які радше можна розуміти як інтуїтивне несвідоме знання.

У XVII ст. відбувається ототожнення понять «психіка» та «свідомість» (Р. Декарт та ін.). На цій основі несвідоме було вилучене з психологічних категорій. Несвідома психіка здавалась таким безглуздом, як круглий квадрат чи суха вода. Однак деякі філософи (Г. Лейбніц та ін.) дотримуються думки, що феномен «несвідомого» існує, вони розробляють його, передусім, як гносеологічну проблему. Так, у своїй теорії пізнання Г. Лейбніц стверджував, що життя душі полягає в розвитку здатності пізнання, а саме в поступовому переході від стадії несвідомого до стадії повного і чіткого усвідомлення. Він уважав, що всі свідомі психічні явища виникають у свідомому житті, що поряд із найяскравішими актами свідомості існують нібито «сплячі», або пригаслі, уявлення – малі перцепції. Отже, несвідоме за Г. Лейбніцем – найнижча форма духовної діяльності людини.

Подальші психологічні дослідження проблеми несвідомого здійснили у XIX ст. Е. Гартман, І. Гербарт, В. Вундт та ін. Сутнісним поштовхом до дослідження цієї проблеми стали праці в галузі психіатрії, передусім французьких та австрійських психіатрів Ж. Шарко, П. Жане, З. Фрейда, К. Юнга.

Варто зазначити, що у розумінні несвідомого з'явилися дві крайні позиції: від повного невизнання несвідомого як психічного явища до спроби пояснити практично всі явища дійсності з позицій несвідомого. Першу позицію відстоювали вчені Г. Мюнстерберг, Т. Рібо, В. Кокабадзе, В. Ковалгін та ін. Вони вважали, що несвідоме – це різновид фізіологічних процесів, які аж ніяк не стосуються психіки. Інша крайня позиція представлена в глибинній психології З. Фрейда, яку він виклав у багатьох працях, зокрема

«Масова психологія й аналіз людського «Я», «Я і Воно», «Три нарис з теорії сексуальності», й особливо у «Психології несвідомого».

Учений вважав, що психіка людини потенційно завжди перебуває у конфліктній ситуації. Розв'язати внутрішні конфлікти можна трьома способами. Перший – безпосереднє задоволення бажань, другий – задоволення бажань через їх витіснення у сферу несвідомого, а потім – сублімація, тобто перетворення енергії несвідомих потягів, переключення їх на «загальноприйняті» типи соціальної діяльності і культурної творчості. Тут відбувається символічна реакція потягів. Третє – *свідоме оволодіння бажаннями*. Технічними засобами психоаналізу є виявлення й аналіз патогенного матеріалу, що можна одержати внаслідок розшифрування «довільних асоціацій», тлумачення снів, вивчення помилкових дій та інших «дріб'язків життя», на які звичайно незвертають уваги.

Психіка людини, за З. Фрейдом, складається з трьох шарів: несвідоме, підсвідоме, свідоме. Несвідоме є мовби глибинною основою психіки, яка визначає все свідоме життя людини і навіть долю окремої особи та цілих народів. Отже, структура особи, за З. Фрейдом, складається з трьох частин: «Воно» – тобто архаїчна базова складова психіки; «Над-Я» (Super-Ego) або «цензор» – установки суспільства; «Я» (Ego). «Я» – свідоме, «Воно» – несвідоме. *Свідомість «Я»* виступає як поле боротьби між «Воно» і «цензором», який витісняє егоїстичні імпульси із сфери свідомого, обмежує їх вільний прояв, заганяє у сферу підсвідомого.

Стосунки між «Я» і «Воно» можна порівняти з вершником і конем. Кінь дає рушійну силу (енергію), а вершник визначає напрям руху коня до конкретної мети. Інколи вершник змушений спрямовувати свого коня у напрямі, в якому той сам хоче йти, деколи ці напрями збігаються. Отже, свідомість є чимось другим порядком щодо «несвідомого».

Досліджуючи «несвідоме», З. Фрейд нашоухується на «первинні потяги». «Первинні потяги» за З. Фрейдом – сексуальні потяги. За доказом цього видатний психоаналітик звертається

до міфологічних сюжетів, до міфу «Про царя Едіпа». Як зазначає Е. Фромм, сексуальність у З. Фрейда є головною пристрастю людини, яка має руйнівний характер. Ця пристрасть розуміється як використання жінки чоловіком для того, щоб задовольнити його статевий голод, що утворюється хімічними сполуками. Для З. Фрейда *лібідо* означало суто чоловіче начало, а жінка була лише сексуально спотвореною людиною. І тільки з переглядом своєї теорії після 1920 року З. Фрейд говорив про Ерос як фундаментальне тяжіння у всій живій матерії. Проте він не відмовився від своєї механістичної теорії лібідо.

Якщо у З. Фрейда основним рушійним чинником психіки є *енергія несвідомих* психосексуальних потягів, то в індивідуальній психології А. Адлера цю роль виконує комплекс неповноцінності і прагнення самоутвердитися.

Докорінно новим в аналітичній психології К. Юнга було впровадження поняття колективного несвідомого, яке поряд з індивідуальним несвідомим він розглядав як автономнопсихічну структуру. *Колективне несвідоме* – це найглибший шар психіки людини. Це сховище латентних слідів пам'яті людства і навіть наших людиноподібних пращурів. У ньому відображені спільні для всіх людських істот думки та почуття, які є результатом нашого емоційного минулого. У колективному несвідомому міститься вся духовна спадщина людської еволюції. Отже, зміст колективного несвідомого – це результат спадковості та є одним для всього людства.

К. Юнг доводив, що колективне несвідоме складається з так званих архетипів – моделей поведінки, алгоритмів пізнання, які переходять від покоління до покоління. Архетипи недоступні для безпосереднього сприймання й усвідомлюються через їх проекцію на зовнішні об'єкти. Центральне місце серед архетипів К. Юнг відводив «самості» як потенційному центру особи на відміну від «Его» («Я») як центру свідомості.

Наприкінці 30-х років ХХ століття виник неофрейдизм, що намагався перетворити доктрину психоаналізу, відмовившись при цьому від концепції несвідомого і від біологічних передумов

вчення З. Фрейда. Одним із провідних представників неофрейдизму був Е. Фромм, який відійшов від біологізму З. Фрейда і наблизився своїми поглядами до антропологічного психологізму та екзистенціалізму. Особливо це помітно із його праць «Революція надії», «Психоаналіз та етика», «Душа людини», «Втеча від свободи», «Людина для себе» та ін.

На відміну від З. Фрейда, Е. Фромм розглядає мотивацію людської діяльності не як біологічні компоненти «людської природи», а як наслідок соціальних процесів. Він переміщає акцент з порушення сексуальності на *конфліктні ситуації*, що зумовлені соціокультурними причинами, впроваджує поняття «соціального характеру» як сполучної ланки між психікою індивіда та соціальною структурою суспільства.

На думку Е. Фромма, людину, яка погано адаптувалася до соціальної структури, не слід розглядати як невротика. Водночас, добре адаптованого індивіда недоречно відносити довищого рівня за шкалою людських цінностей. Належна адаптованість, як вважав Е. Фромм, часто досягається шляхом відмови від власної індивідуальності. Ось чому іноді невротик може бути схарактеризованим як людина, яка не впала у боротьбі за власну самість, неповторність.

Поведінку людини, зазначав Е. Фромм, визначає низка чинників. Одні із них можна вважати вродженими. Це стосується, передусім, *темпераменту*. Інші якості людини є набутими у процесі життєдіяльності. Найбільше це стосується характеру. Якщо З. Фрейд вважав, що характер пробуджується відповідно до різноманітних форм організації лібідо, то Е. Фромм вбачає джерела характеру в тому, як людина вступає в контакт з навколишнім світом та іншими людьми, власне із собою.

Розмірковуючи про характер, Е. Фромм розумів ту відносно стійку психічну структуру людини, яка визначає спрямованість її конкретної поведінки, почуттів і вчинків. На думку вченого, основне завдання соціального характеру полягає в тому, щоб аналізувати енергію певного суспільства для неперервного його розвитку.

Г. Саллівена, К. Хорні, В. Райха щодо їх підходів у розумінні проблеми несвідомого. Принагідно також варто проаналізувати ідеї прихильників неофрейдизму радянського періоду (А. Свядош, Ф. Бассін, Д. Узнадзе, М.Г. Ярошевський, Т. Яценко) та їх опонентів (І.І. Короткін).

Особливої уваги заслуговує вивчення класифікації несвідомих психічних явищ, які запропонувала Ю. Гіппенрейтер. Вчена поділяє всі психічні явища на три великі класи: неусвідомлені механізми свідомих дій; неусвідомлені чинники свідомих дій та несвідомі процеси.

Підсвідоме

Поряд із поняттям «несвідоме» в психології можна натрапити і на поняття «підсвідоме».

Вперше його використав 1776 року Е. Платнер як синонім несвідомого. Тенденція до ототожнення цих двох понять трапляється і в сучасній психології. Проте з часом під підсвідомим почали розуміти такі психічні процеси, стани та дії, що їх ми не усвідомлюємо лишеякоїсь миті, хоча вони здатні помітно вплинути на зміст свідомості. Зі зміною умов вони доволі легко можуть перейти у сферу свідомого. Таке тлумачення поняття «підсвідоме» дуже близьке до поняття «передсвідоме» в психоаналізі З. Фрейда. Як зазначав учений, власний «топографічно» прошарок «передсвідомість» розташовується між прошарками «несвідоме» і «свідомість».

Іншими словами: якщо свідомість виробляє програму поведінки, про яку суб'єкт знає, то підсвідомість має програму, про яку не знає, не здогадується. Програми поведінки, що їх має підсвідомість, – це безумовні та умовні рефлексі, навички, звички, тобто стереотипні дії, які виконуються без поетапного контролю на рівні зв'язку: ситуація–дія. Конкретна ситуація породжує почуття, переживання, стан, характерні саме для неї, і цей сукупний стан психіки породжує в підсвідомості адекватні для цієї ситуації дії. Людина діє автоматично.

Дії за програмою, яка перебуває в підсвідомості, тобто автоматичні дії, відображають те, що є характерним для поведінки конкретної людини в конкретній ситуації. У книзі «Сила вашої підсвідомості» Дж. Мерфі наголошує, що здатність людини відкривати сили власної підсвідомості робить її сильною, мудрою, успішною, радісною. «Найглибинніші шари вашої підсвідомості містять у собі нескінченну мудрість, необмежену силу й невичерпаний запас можливостей, здібностей і талантів, які лише й очікують того, щоб їх повністю розвинули і виявили». Учений доводить, що підсвідомість допомагає людині психологічно захистити себе, подолати життєві перешкоди, бути щасливою.

Отже, можна зробити висновок, що у житті людини, її психіці, надзвичайно важливу роль відіграють свідоме, несвідоме й підсвідоме, які діалектично взаємопов'язані і взаємодіють залежно від внутрішніх та зовнішніх чинників. Оскільки свідомість є якісно особливою формою психіки, стрижнем світогляду людини, то це зумовлює необхідність її формування не лише у навчальному, а й позанавчальному процесі, застосовуючи при цьому різноманітні засоби, форми і методи. Важливо враховувати, що свідомість людини постійно розвивається, впливає на характер її діяльності і поведінки.

Виховний процес вимагає від суб'єктів виховання брати до уваги діалектичний зв'язок між свідомим, несвідомим і підсвідомим, отже, усіма невід'ємними складовими психіки.

Питання для самоконтролю

1. Дайте визначення свідомості з психофізіологічного погляду.
2. Які елементи складають структуру свідомості?
3. Назвіть рівні свідомості.
4. Що таке самосвідомість?
5. Несвідоме як структурний елемент психіки людини.
6. У чому полягає тотожність та розбіжність між поняттям «несвідоме» та «підсвідоме» в психології.

Тематика рефератів

1. Форми суспільної свідомості: політика, право, мораль, мистецтво, релігія, філософія та їх вплив на індивідуальну свідомість.
2. Концепція несвідомого З. Фрейда.
3. Проблема несвідомого у теорії А. Адлера.
4. Колективне несвідоме К.-Г. Юнга. Архетипи.
5. Свідомість гуманістичному психоаналізі Е. Фрома.
6. Класифікації несвідомих психічних явищ Ю. Гіппенрейтер.
7. Підсвідомість і страх.
8. Підсвідомість і сон.
9. Віра і свідомість.

ТЕМА 4. Психологія діяльності й пізнавальних процесів. Відчуття, сприйняття, увага, їх види та особливості.

ВІДЧУТТЯ

Психічним процесом, із якого розпочинається пізнання людиною навколишнього світу, є відчуття, тобто *відображення у свідомості людини окремих властивостей предметів і явищ, що безпосередньо впливають на органи чуття*. Це — результат впливу зовнішнього подразника на поверхню тіла людини, де мають місце чуттєві нервові закінчення. Подальше збудження передається на нервову тканину, а потім у мозок людини. Будь-який предмет або явище характеризуються відповідними, присутніми лише йому, властивостями та якостями. Серед них: звукові, світлові, температурні, інші властивості та якості сприймаються особистістю відповідним слуховим, зоровим, нюховим, тепловим та іншими відчуттями. У сукупності вони здобувають достатній обсяг інформації, що допоможе людині орієнтуватись у навколишньому середовищі.

Відчуття є чуттєвим відбиттям об'єктивної дійсності. Суть відчуття полягає у відображенні окремих властивостей предмету. Відчуття характеризується як психічний процес відтворення в свідомості окремих властивостей предметів і явищ навколишнього світу, тобто це є первинна форма пізнання, у якій встановлюється психічний зв'язок організму із середовищем шляхом «точкового контакту». Відчуття сигналізують про наявність певного подразника. Вони виступають у вигляді переживання деяких внутрішніх станів організму.

Процес відчуття здійснюється на основі роботи нервово-фізіологічного апарату (органів чуття), який називають аналізатором. Він складається із рецептора, або сприймаючого нервового закінчення (наприклад, сітчатка ока); нервового шляху від рецептора до кори головного мозку (наприклад, зоровий нерв); частина головного мозку, де знаходиться цей рецептор (наприклад, у потиличній частині кори головного мозку міститься центр зорового відчуття). Структуру діяльності зорового аналізатора можна показати таким чином: рецептор — сітчатка ока; нервовий, або провідний шлях — зоровий нерв; кіркові центри — потилична частина кори головного мозку.

Таким чином, **відчуття** — це пізнавальний психічний процес відображення в мозку окремих властивостей предметів і явищ оточуючого світу, які в даний момент діють на органи чуття людини. Також слід зазначити, що відчуття відображають окремі властивості предметів і явищ оточуючого світу, а також внутрішніх станів організму при безпосередній дії подразників на відповідні рецептори. Відчуття носить рефлекторний характер; фізіологічно його забезпечує аналізаторна система. Аналізатор — нервовий апарат, який здійснює функцію аналізу і синтезу подразників, котрі прийшли з зовнішнього і внутрішнього середовища організму.

Поняття аналізатора ввів І. Павлов. Аналізатор складається з трьох частин: 1) периферійний відділ — рецептор, що перетворює певний вид енергії в нервовий процес; 2) аферентні (доцентрові) шляхи, що передають збудження, яке виникло в рецепто-

рі у розташованих вище центрах нервової системи, і еферентні (відцентрові), по яким імпульси з розташованих вище центрів передаються до нижчих рівнів; 3) підкоркові і коркові проєктивні зони, де відбувається переробка нервових імпульсів з периферійних відділів.

Характеристика відчуттів

Якість — особливість певного відчуття, яка відрізняє його від інших відчуттів. Наприклад, слухові відчуття відрізняються за висотою, тембром, гучністю.

Інтенсивність — кількісна характеристика відчуття. Визначається силою подразника, що діє, і функціональним станом рецептора, який залежить від стану організму, значущості подразника і просторово-часових умов сприймання.

Тривалість — часова характеристика відчуття. Вона залежить від часу дії подразника, його інтенсивності й функціонального стану організму. При дії подразника відчуття виникає не відразу, а через деякий проміжок часу, який називають латентним (прихованим) періодом відчуття.

Адаптація — зміна чутливості аналізатора під впливом подразника постійної сили, що діє протягом тривалого часу. Вона проявляється у зниженні чутливості за великої сили подразників і підвищенні – за малої.

Сенсибілізація — підвищення чутливості органів чуття внаслідок взаємодії аналізаторів і систематичних вправ. При сенсибілізації спостерігається тимчасове зниження нижнього порогу відчуттів.

Синестезія - виникнення під впливом подразнення одного аналізатора відчуття, характерного для іншого аналізатора.

Фізіологічною основою відчуттів є діяльність аналізаторів, що слугують для прийому і переробки подразників. Кожен аналізатор складається з таких органів:

- рецептора (органа чуття) – сенсорних кліток, що налаштовані на прийом певних подразників (слухових, смакових і та ін.) і перетворюють їх дії в імпульси;

- нервових шляхів, що передають ці імпульси в ЦНС;
- центру аналізатора – спеціалізованої ділянки в корі головного мозку, де імпульси «декодуються», фізіологічний процес перетворюється на психічний

(відчуття) і людина усвідомлює, що на неї діє шум, запах, тепло тощо.

Види відчуттів:

1) Екстрацептивні, які відображають властивості предметів і явищ зовнішнього середовища та мають рецептори на поверхні тіла (зорові, слухові, дотикові, нюхові, смакові).

2) Інтроцептивні, які мають рецептори, розташовані у внутрішніх органах і тканинах тіла та відображають стан внутрішніх органів (органічні – спраги, голоду тощо).

3) Кінестатичні й статичні, які дають інформацію про рух і положення нашого тіла.

4) Проміжні й самостійні - температурні, вібраційні, рівноваги, прискорення, больові відчуття.

У відчуттях відбиваються об'єктивні якості явищ (колір, запах, температура, смак і ін.), їхня інтенсивність (наприклад, більш висока чи більш низька температура) і тривалість. Відчуття людини так само взаємозалежні, як взаємозалежні різні властивості дійсності.

Відчуття – перетворення енергії зовнішнього впливу в акт свідомості.

Вони забезпечують почуттєву основу психічної діяльності, надають сенсорний матеріал для побудови психічних образів.

Нейрофізіологічні основи відчуттів. Окремі властивості предметів і явищ, що роблять вплив на наші органи почуттів, є подразниками, а процес цього впливу – роздратуванням. Нервовий процес, що виник у результаті роздратування, є збудженням. Органи почуттів, одержуючи вплив від подразників, перетворюють енергію зовнішнього роздратування у нервовий імпульс. Кожен орган почуттів (око, вухо, чуттєві клітки шкіри, смакові сосочки язика) спеціалізований на прийомі і переробці різних специфічних зовнішніх впливів. Основною частиною

будь-якого органу почуттів є закінченням нервів що почувають. Звуться вони рецепторами. Від рецептора нервовий імпульс, який виник у ньому, по доцентрових нервових шляхах попадає у відповідні ділянки мозку.

Рецептори, що проводять нервові шляхи і відповідають ділянці в кори головного мозку є аналізаторами. Для виникнення відчуття необхідна робота всього аналізатора в цілому, отже, не можна сказати, що зорові відчуття виникають в оці. Тільки аналіз нервового імпульсу, що надходить від ока у відповідні ділянки кори головного мозку (потилична частина), приводить до виникнення зорового відчуття.

Діяльність аналізаторів умовно-рефлекторна. Сформований у корі головного мозку нервовий імпульс по центрових нервових шляхах, надходячи на рухові чи секреторні механізми, приведе до тієї чи іншої відповідної реакції, викликає відповідне настроювання чутливості рецептора. Мозок, який одержує зворотний сигнал про діяльність рецептора, безупинно регулює його роботу. Органи почуттів нерозривно зв'язані з органами руху. Наприклад, у процесі зорових відчуттів око робить безупинні рухи, як би обмацуючи предмет. Нерухоме око практичне сліпе. Таким чином, процес відчуттів – це не одноактне пасивне відображення тієї чи іншої властивості, а активний процес, складна діяльність аналізаторів, що має визначену структуру. Діяльність різних аналізаторів взаємозалежна. Сукупність всіх аналізаторів є сенсорною сферою психіки людини.

Відчуття не тільки несуть інформацію про окремі властивості явищ і предметів, але і виконують функцію, що активує мозок. Відомі випадки, коли у хворого залишався діючим лише один орган почуттів – око, та, коли хворий закривав це око, єдиний канал, що зв'язує його з навколишнім світом, він негайно засипав.

Загальні психофізіологічні закономірності відчуттів.

Робота аналізатора має свої специфічні закономірності. Поряд з цим усі види відчуттів підлеглі загальним психофізіологічним закономірностям. Для виникнення якого-небудь відчуття

подразник повинен мати визначену величину інтенсивності. Мінімальна величина роздратування, яка викликає ледь помітне відчуття, є абсолютним нижнім порогом відчуття. Здатність відчувати ці самі слабкі роздратування є абсолютною чутливістю. Вона завжди виражається в абсолютних числах. Наприклад, для виникнення відчуття тиску досить впливу 2 мг на 1 кв.мм поверхні шкіри.

Верхній абсолютний поріг відчуття – максимальна величина роздратування, подалі збільшення якої викликає зникнення відчуття чи болюче відчуття. Наприклад, дуже голосний звук викликає біль у вухах, а надвисокий (по частоті коливань понад 20000 Гц) – викликає зникнення відчуття (чутний звук переходить в ультразвук). Тиск 300 г/кв.мм викликає біль. Поряд з абсолютною чутливістю варто розрізняти відносну чутливість – чутливість до розрізнення інтенсивності одного впливу від іншого. Відносна чутливість характеризується порогом розрізнення.

Поріг розрізнення, чи диференціальний поріг, – відчуває ледь мінімальне розходження в силі двох однотипних подразників. Поріг розрізнення – це відносна величина (дріб), що показує, яку частину первісної сили подразника треба додати (чи зменшити), щоб одержати ледь помітне відчуття зміни в силі даних подразників.

Нижні і верхні абсолютні пороги відчуттів (абсолютна чутливість) характеризують межі людської чутливості. Але чутливість кожної людини змінюється в залежності від різних умов. Так, входячи в погано освітлене приміщення, ми спочатку не розрізняємо предмети, але поступово під впливом даних умов чутливість аналізатора підвищується. Знаходячись у напаленому приміщенні чи в приміщенні з якими-небудь запахами, ми через якийсь час перестаємо помічати ці запахи (знижується чутливість аналізатора). Коли з погано освітленого простору ми попадаємо до яскраво освітленого приміщення, то чутливість зорового аналізатора знижується. Зміна чутливості аналізатора в результаті його пристосування до діючого подразника є адаптацією.

Різні аналізатори мають різну швидкість і різний діапазон адаптації. До одних подразників адаптація відбувається більш швидко, до інших – повільніше. Більш швидко адаптуються нюхові і тактильні аналізатори. Повна адаптація до запаху йоду настає через одну хвилину. Через три секунди відчуття тиску відбиває тільки $1/5$ сили подразника (пошук окулярів, зрушених на чоло, – один із прикладів тактильної адаптації). Ще повільніше адаптуються слухові, смакові і зорові аналізатори. Для повної адаптації до темряви необхідно 45 хвилин. Після цього періоду зорова чутливість збільшується в 200 000 разів (найвищий діапазон адаптації). Явище адаптації має доцільне біологічне значення. Воно сприяє відображенню слабких подразників і охороняє аналізатори від надмірного впливу сильних подразників.

Чутливість залежить не тільки від впливу зовнішніх подразників, але і від внутрішніх станів. Підвищення чутливості аналізаторів під впливом внутрішніх (психічних) факторів є сенсibilізацією. Так, наприклад, слабкі смакові відчуття підвищують зорову чутливість. Це пояснюється взаємозв'язком даних аналізаторів, їхньою системою роботи. Сенсibilізація, загострення чутливості, може бути викликано не тільки взаємодією відчуттів, але і фізіологічними факторами, введенням до організму тих чи інших речовин. Наприклад, для підвищення зорової чутливості істотне значення має вітамін А. Чутливість підвищується, якщо людина очікує той чи інший слабкий подразник, коли перед ним висувається спеціальна задача розрізнення подразників. Чутливість окремої людини удосконалюється в результаті вправи. Так, дегустатори, спеціально вправляючи смакову і нюхову чутливість, розрізняють різноманітні сорти вин, чаю і можуть навіть визначити, коли і де виготовлений продукт. У людей, позбавлених якого-небудь виду чутливості, здійснюється компенсація (відшкодування) цього недоліку за рахунок підвищення чутливості інших органів (наприклад, підвищення слухової і нюхової чутливості в сліпих).

Взаємодія відчуттів в одних випадках приводить до сенсibilізації, до підвищення чутливості, а в інших випадках – до її зниження, тобто до десенсibilізації. Сильне збудження одних

аналізаторів завжди знижує чутливість інших аналізаторів. Так, підвищений рівень шуму в «голосних цехах» знижує зорову чутливість. Одним із проявів взаємодії відчуттів є контраст відчуттів. Контраст відчуттів – це підвищення чутливості до одних властивостей під впливом інших, протилежних властивостей дійсності. Наприклад, та сама фігура сірого кольору на білому тлі здається темною, а на чорному – світлою. Іноді відчуття одного виду можуть викликати додаткові відчуття. Наприклад, звуки можуть викликати колірні відчуття, жовтий колір – відчуття кислого. Це явище називається синестезією.

Особливості окремих видів відчуттів

Зорові відчуття – відчуття кольору і світла (перепадів яскравості).

Для зорових відчуттів необхідний вплив електромагнітних хвиль на зоровий рецептор – сітківку ока.

Кольори, що відчуються людиною, поділяються на хроматичні (від гречок. «chroma» – колір) і ахроматичні – безбарвні (чорний, білий і проміжні відтінки сірого кольору).

У центральній частині сітківки переважають нервові клітини – колбочки, чуттєві до різних зон світлового спектра. Світлові (електромагнітні) промені різної довжини викликають різні колірні відчуття.

Центральна нервова система людини має здатність класифікувати розподіл світлової енергії, що попадає в око. Колір – це психічне явище, а не властивість електромагнітної енергії, це відчуття людини, яке викликано різною енергією.

Існує трикомпонентна теорія кольорового зору, згідно якої усі різноманіття колірних відчуттів виникає в нас у результаті роботи лише трьох рецепторів, які сприймають колір – червоного, зеленого і синього (колбочки поділяються на групи цих трьох кольорів). У залежності від ступеня збудження трьох вищевказаних кольорорецепторів виникають різні колірні відчуття. Якщо всі три кольорорецептори збуджені в однаковій мірі, то виникає відчуття білого кольору.

До різних ділянок спектра наше око має неоднакову чутливість. Чутливість до синього кольору значно менше, ніж до зеленого і жовтого кольорів.

Ближче до краю сітківки розташовані нервові закінчення у виді паличок, які пристосовані до відображення періодів яскравості кольору – це інструмент сутінкового зору.

У сітківці шкірного ока нараховується близько 130 млн паличок і 7 млн колбочок.

В умовах досить яскравого висвітлення в роботу включаються колбочки, апарат паличок виключається. При слабкій освітленості в роботу включаються тільки палички. Від чого при сутінковому висвітленні ми не розрізняємо хроматичні кольори, тобто колірне фарбування предметів.

Зоровий аналізатор має винятково високу чутливість. Для виникнення ледь помітного світлового відчуття досить кількох квантів світлової енергії. Корковою частиною зорового аналізатора є 17-е поле потилиці кори головного мозку, що побудована по екранному принципі, тобто різні крапки сітківки мають проекцію в різних крапках кори. Відразу мають нервові клітини, що поєднують зорові збудження. Для зорових збуджень характерна деяка інертність. Це є причиною виникнення послідовних образів – збереження сліду світлового роздратування після припинення впливу світлового подразника. Від чого ми не зауважуємо перерв між кадрами кінофільму. Вони виявляються заповненими слідами від попереднього кадру.

Люди з послабленим апаратом колбочок погано розрізняють хроматичні кольори (цей недолік, описаний англійським фізиком Дальтоном, є дальтонізмом). Ослаблення роботи апарата паличок затрудняє бачення предметів у сутінковому висвітленні (цей недолік є курячою сліпотою). Різка зміна освітленості знижує зорову чутливість. На великих відстанях найкраще сприймаються чорні об'єкти на жовтому тлі. Колірна однотипність, як і різкі колірні контрасти, стомлює зір. Найбільше сприятливо гармонічне сполучення кольорів. Для робочої обстановки краща м'якість тонів, невелика колірна насиченість. При розрізненні

об'єктів колірною їхньою подібністю може привести до утруднення їх диференціювання. Предмети одного кольору можуть бути помилково віднесені до однорідної групи об'єктів. Для найкращого кольорового розрізнення оптимальні об'єкти з кутовий величиною 1-3 град.

Слухові відчуття. Звукові хвилі, що діють на слуховий рецептор, являють собою згущення і розрядження повітря в результаті коливання предметів, що видають звуки. Ці коливання концентруються зовнішнім вухом і через слуховий прохід впливають на барабанну перетинку. Коливання барабанної перетинки передаються через систему кісточок середнього вуха (ковадло, молоточок і стремінце) у внутрішнє вухо, у якому знаходиться равлик (спіральне кісткове утворення). Равлик заповнений рідиною. У результаті періодичних коливань повітря виникають коливальні рухи рідини в равлику. Ці коливання і впливають на слуховий рецептор – орган Корти. Основною частиною цього органу є мембрана, що складається з 24 тис. волокон. Довжина цих волокон зростає від підстави равлика до вершини. Передбачається, що ці волокна відповідають на зовнішні звукові впливи за принципом резонансу. Резонуюче коливання того чи іншого волокна трансформується в нервовий імпульс, що відповідним чином інтерпретується у скроні кори головного мозку. Слухові відчуття відбивають висоту, силу і тембр звуку. Висота звуку визначається числом коливань джерела звуку в 1 с. (1 коливання в секунду вимірюється в Гц). Орган слуху чутливий до звуків у межах від 20 до 20 тис. коливань у секунду. Але найбільша слухова чутливість лежить у межах 2000 – 3000 Гц (це висота звуку, що відповідає лементу зляканої жінки). За верхнім порогом звуковий чутливості (тобто понад 20 000 Гц), розташовано ультразвуки. Пороги розрізнення звуків по їхній висоті складають 1/20 півтони (тобто розрізняється до 20 проміжних ступенів між звуками, які видаються двома сусідніми клавішами рояля). Інтенсивність слухового відчуття – голосність – залежить від інтенсивності звуку, тобто від амплітуди коливання джерела звуку і від висоти звуку. Поріг слухового відчуття окремої людини

значно змінюється в залежності від різних обставин протягом невеликого проміжку часу. З віком відбувається зниження чутливості до звуків високої частоти.

Тактильні відчуття. Шкірні відчуття підрозділяються на тактильні (відчуття дотику і тиски), відчуття болю, відчуття тепла й відчуття холоду. Кожний з цих видів шкірних відчуттів має свої рецептори. Тактильні відчуття – відчуття дотику і тиски. Тактильні рецептори найбільш численні на кінчиках пальців і язика. Якщо на спині дві крапки дотику сприймаються роздільно лише на відстані 5 см, то на кінчику пальців і язика вони сприймаються як роздільні на відстані 1 мм. У корі головного мозку найбільше широко представлені рецептори пальців рук (це зв'язано зі значенням рук у праці людини).

Температурні відчуття виникають від роздратування терморекторів шкіри. Існують окремі рецептори для відчуття тепла і холоду. По поверхні тіла ці рецептори розташовуються нерівномірно, в одних місцях більш, в інших менш. Наприклад, до холоду і болю найбільше чуттєва шкіра спини і шиї, а до гарячого – кінчики пальців та язика. Різні ділянки шкірного покриву мають різну температуру. Болючі відчуття викликаються механічними, температурними і хімічними впливами, що досягають інтенсивності, здатної до руйнування організму. Болючі відчуття значною мірою зв'язані з підкірковими центрами, що регулюються корою головного мозку. Вони піддаються до деякої міри гальмування через другу сигнальну систему. Властива даній ділянці шкіри температура є фізіологічним нулем. Відчуття тепла чи холоду виникає в залежності від співвідношення температури впливу з постійною температурою даної ділянки шкіри.

Нюхові відчуття. Нюхові відчуття виникають у результаті роздратування частками пахучих речовин, що знаходяться в повітрі, слизової оболонки носової порожнини, де знаходяться нюхові клітки. Коркові центри нюхового аналізатора знаходяться в скроневій області. Речовини, що дратують нюхові рецептори, проникають у порожнину носоглотки як з боку носа, так і з боку носоглотки. Це дозволяє визначити запах речовини як на

відстані, так і той, що знаходиться в роті. Запахи впливають на формування відчуття смаку.

Смакові відчуття. Усі різноманіття смакових відчуттів складаються з комбінації чотирьох смаків: гіркого, солоного, кислого і солодкого. Смакові відчуття викликаються хімічними речовинами, розчиненими в слині чи у воді. Рецепторами смакових відчуттів є нервові закінчення, розташовані на поверхні язика – смакові сосочки. Рецептори смакових відчуттів розташовані на поверхні язика нерівномірно. Окремі ділянки поверхні язика найбільш чутливі до окремих смакових впливів: кінчик язика чуттєвий до солодкого, задня його частина – до гіркого, а краї – до кислого. Поверхня язика, так саме, як і слизувата оболонка носа, чуттєва до дотиків, тобто бере участь у формуванні тактильних відчуттів. Коркові центри смакового аналізатора знаходяться в скроневій області. У результаті голодування значно підвищується чутливість до солодкого і знижується чутливість до гіркого і кислого.

Кінестетичні чи рухові відчуття. У трудових процесах найбільш істотні відчуття, які зв'язані з рухом руки. Особливу роль при цьому грає великий палець руки, що, протиставляючи іншим пальцям, утворює як би крапку відліку (при сприйнятті величини і форми відчутних предметів). Дотик – це комплексне сприйняття, що складається зі сполучення рухових і тактильних відчуттів. Особливо важливу роль грають рухові відчуття при формуванні образів і в мовній діяльності. Корковими центрами рухового аналізатора є області передньої центральної звивини.

При здійсненні рухів у цю область кори надходять імпульси, які сигналізують про швидкість рухів і напругу м'язів. Рухові відчуття людини дуже точні, на їхній основі здійснюється постійна нервова регуляція м'язів у кожен момент здійснення рухів. Якщо рухові рецептори порушуються, то людина не може здійснити рух без зорового контролю.

Статичні відчуття – відчуття положення тіла і простору відносно напрямку сили ваги, відчуття рівноваги. Рецептори цих відчуттів знаходяться у внутрішнім вусі. Рецептором обертальних рухів

тіла є напівкульні канали внутрішнього вуха, які розташовані в трьох взаємно перпендикулярних площинах. При прискоренні чи уповільненні обертального руху рідина, що заповнює напівкульні канали, натискає (за законом інерції) на чуттєві волоски, що викликають відповідне збудження. Переміщення в просторі по прямої лінії відбивається в отолітовому апараті. Він складається з чуттєвих кліток з волоссям, над якими розташовані отоліти (подушечки з кристалічними включеннями). Зміна положення кристалів сигналізує мозку напрямок прямолінійного руху тіла. Напівкульні канали й отолітовий апарат є вестибулярним апаратом. Він зв'язаний зі скроневою областю кори і мозочком за допомогою вестибулярної галузі слухового нерва.

Сильне Perezбудження вестибулярного апарата викликає нудоту, тому що цей апарат зв'язаний із внутрішніми органами. Вібраційні відчуття виникають у результаті відображення коливань від 15 до 1500 Гц у пружному середовищі. Ці коливання відбиваються всіма частинами тіла. Вібраційна чутливість підвищується в людей, що втратили зір. Для людини вкрай стомлюючі і навіть хворобливі вібрації порядку 5 Гц.

Органічні відчуття – відчуття, які зв'язані з інтерорецепторами, які розташовані у внутрішніх органах. До них відносяться відчуття ситості, голоду, ядухи, нудоти, болю та ін. Інтерорецептори зв'язані з корою через підкіркові утворення – гіпоталамус. Органічні відчуття не дають точної локалізації, а іноді носять підсвідомий характер. Сильні негативні органічні відчуття можуть дезорганізувати свідомість людини.

На відчуттях засновані більш складні пізнавальні процеси: сприйняття, представлення, пам'ять, мислення, уява. Відчуття виявляються як би «воротами» нашого пізнання. Відчуттями зветься найпростіший, далі не розкладений психічний процес. Наприклад, якщо говорити про відчуття кольору, ми маємо на увазі однорідний колір, відволікаючись від величини і форми предмета.

Відчуття – це чутливість до фізичних і хімічних властивостей середовища. Сприйняття і представлення, які виникли на осно-

ві відчуттів є й у тварин, і в людини. Однак відчуття людини відрізняються від відчуттів тварин. Відчуття людини опосередковані її знаннями, тобто суспільно-історичним досвідом людства. Виражаючи ті чи інші властивості речей та явищ у слові («червоний», «холодний»), ми тим самим здійснюємо елементарні узагальнення цих властивостей. Відчуття людини зв'язані з його знаннями, які узагальнені досвідом індивіда.

У відчуттях відбиваються об'єктивні якості явищ (колір, запах, температура, смак і ін.), їхня інтенсивність (наприклад, більш висока чи більш низька температура) і тривалість. Відчуття людини так само взаємозалежні, як взаємозалежні різні властивості дійсності.

СПРИЙНЯТТЯ

Складнішою і розвиненішою, ніж відчуття, але тісно пов'язаною з ним формою чуттєвого пізнання світу, є **сприйняття**: *процес відображення у свідомості людини безпосередньо діючих на його органи чуття предметів або явищ у цілому, а не окремих сторін, як при відчутті.*

Сприйняття – більш складне у порівнянні з відчуттям психічний пізнавальний процес. Це цілісне відображення предметів і явищ, що безпосередньо впливають на органи чуття людини. На відміну від відчуттів, підсумком яких є виникають елементарні, прості почуття (наприклад, холоду, тепла, спраги, голоду, тону, сили і висоти звуку, ваги тощо), в результаті сприйнятів складаються **образи** предметів і явищ, ситуацій дійсності, що виникають на основі, як правило, комплексу взаємопов'язаних відчуттів. Одне із завдань сприйняття полягає в тому, щоб формувати у людини правильні образи об'єктивної реальності, що перебуває як поза, так і в ньому самому (тілесні сприйняття).

В залежності від кількості аналізаторів, що беруть участь у відображенні світу, сприйняття поділяють на **прості і складні**.

До **простих сприйнять** відносять ті, які виникають на основі роботи переважно одного аналізатора. Наприклад, по звуку працюючого двигуна фахівець може визначити не тільки тип ав-

томобіля, але й стан самого двигуна. У залежності від модальності рецепторів розрізняють зорові, слухові, дотикові, смакові, нюхові сприйняття.

Складні сприйняття виникають на основі роботи декількох аналізаторів. Наприклад сприйняття обстановки на робочому місці, в квартирі, в громадському транспорті і т. д. Очевидно, що складні сприйняття більш повно відображають дійсність у порівнянні з простими і, звичайно ж, у порівнянні з відчуттями. До числа складних видів сприймань відносять сприйняття **простору** (величини, об'єму, форми, віддаленості, відстані між предметами, рельєфу предмета, місцевості та ін), **часу** (тривалості, послідовності явищ), **руху** (швидкості, спрямованості).

Фізіологічним механізмом сприйняття є комплексна аналітико-синтетична діяльність аналізаторів і, як наслідок, її виникають умовно-рефлекторні зв'язки між частинами та властивостями предметів і явищ світу, а також умовно-рефлекторні зв'язки між аналізаторами. Як бачимо, фізіологічну основу сприйняття складають **два види нервових зв'язків**: зв'язку, що утворюються в межах одного аналізатора (при впливі на організм комплексного подразника однієї модальності як одного складного подразника) і міжаналізаторні зв'язку (при одночасному впливі на органи почуттів комплексу подразників різної модальності). Завдяки міжаналізаторним зв'язкам у сприйнятті відображаються і такі особливості зовнішнього світу, для яких немає спеціалізованих аналізаторів, наприклад величина предмета, його вага, форма, питома вага та ін. І тому в сприйнятті світ пізнається повніше і глибше, ніж у відчуттях.

Сприйняття пов'язане не тільки з відчуттям, але й з процесами мислення: аналізом, синтезом, порівнянням. Сприйняття виступає сполучною ланкою між найпростішим психічним пізнавальним процесом – відчуттям і мисленням – більш складним, вищим пізнавальним процесом. Сприйняття завжди виступають як суб'єктивні образи об'єктивно існуючої дійсності, в яких вона більш або менш точно і повно, правильно відбивається і розуміється людиною.

Типи і особливості сприйняття

У психології виділяють **три типи сприйняття**: синтетичні, аналітичні та аналітико-синтетичні.

Синтетичний тип сприйняття притаманний людям, які сприймають навколишній світ у цілому, в сукупності всіх його сторін, галузей, граней, часом не помічаючи при цьому деталей.

Аналітичний тип сприйняття характеризується проявом тенденції до сприйняття деталей, частковостей й утрудненим сприйняттям цілого.

Аналітико-синтетичний тип сприйняття найбільш поширений і характеризується присутністю в ньому в тій чи іншій мірі тенденції до сприйняття частковостей, деталей і загального, цілого.

Сприйняття класифікують і за іншими ознаками: за сприйняття мови, поведінки, людини людиною (перцепція), образу і т. н. Сприйняття як психічний пізнавальний процес має особливості, облік яких може підвищити якість професійної діяльності фахівця.

У психології виділяють наступні особливості сприймань: **осмисленість** та **узагальненість, предметність, цілісність, структурність, константність, вибірковість**.

Сприйняття має **осмислений і узагальнений характер**. Сприйняття людиною предметів і явищ має для нього певний сенс (що це: цегла, хліб, металева заготовка) і особистісний смисл, значущість (корисні – шкідливі, потрібні – непотрібні, красиві – потворні і т. д.). Сприйняття носить предметний характер. У ньому відбиваються різноманітні об'єкти, явища, предмети, що мають конкретне призначення і сенс. З предметністю сприйняття пов'язана його цілісність. На відміну від відчуття, що відображає окремі властивості предметів і явищ, що безпосередньо впливають на органи почуттів людини, при сприйнятті свідомості людини відбиваний об'єкт постає в сукупності багатьох якостей і властивостей як цілісний об'єкт, що перебуває у взаємозв'язках з іншими об'єктами.

Наступна особливість сприйняття полягає в його структурності. Ми дізнаємося предмети і явища завдяки стійкій структурі, системі їх ознак. Все це непросте сума, комплекс окремих

відчуттів. У сприйнятті здійснюється виявлення зв'язків і відносин частин, сторін предметів і явищ (наприклад, стілець, стіл, автомобіль сприймаються нами як відповідні предмети незалежно від їх приватних, конкретних ознак).

Об'єктивний джерело цілісності і структурності сприйняття знаходиться в реальній дійсності, в її об'єктах і їх зв'язках. Суб'єктивно цілісність і структурність сприйняття забезпечується предметною діяльністю і формуванням умовно-рефлекторних зв'язків. Цілісність і структурність сприйняття є результатом рефлекторної діяльності аналізаторів.

Сприйняття відрізняються константністю – незалежністю відображення об'єктивних якостей предметів (величини, форми, кольору, змісту та ін.) від умов сприймання. Одні і ті ж предмети можуть сприйматися нами в різних умовах (час, відстань, ступінь освітленості, на різному тлі тощо), які не можуть не надавати впливу на якість сприйняття, проте об'єктивні параметри предметів сприймаються в незмінному вигляді (що це: кількість, обсяг тощо).

Однією з особливостей сприйняття людини є його виборча спрямованість. У сприйнятті зазвичай з безлічі навколишніх нас предметів, об'єктів виділяються лише кілька або один, а всі інші складають фон сприйняття. Виділення об'єктів може проходити або мимоволі, без вольових зусиль, або довільно, на основі волі. Виділення тих чи інших об'єктів залежить від того, на що спрямована діяльність людини, від його потреб, інтересів, установок, від стану її психіки, фізичного здоров'я. На особливості сприйняття людиною об'єктивної реальності впливають поставлені перед ним завдання, його цілі, мотиви поведінки і діяльності. Вибірковість у сприйнятті предметів і явищ дійсності, інших людей може мати статево-рольові, вікові, етнічні, професійні, релігійні та інші особливості.

Сприйняття залежить не тільки від подразника, але і від змісту психіки людини, від його досвіду. Ця залежність називається **апперцепцією** і може бути як стійким, так і нестійкою, тимчасовою. Стійкість апперцепції зумовлена життєвим досвідом людини, його установками, стилем поведінки, діяльності, мис-

лення, рівнем і характером самооцінки, системою смислів і цінностей. Тимчасова апперцепція виникає під впливом психічного стану і характеру діяльності людини, що проявляються почуттів, настроїв. Особливо негативно впливають на сприйняття страх, стану психічної напруженості, тривожності, невпевненості, занепокоєння, надмірної втоми, афективні, фрустраційні та ейфорійні стану людини. Як бачимо, сприйняття є активним психічним пізнавальним процесом, яким можна керувати. У процесі сприйняття можуть виникнути помилки. Неправильне, викривлене, поверхнєве сприйняття називають **ілюзією**. Найбільш поширені ілюзії зорового сприйняття.

Види сприйняття

1. **Відповідно до аналізатора**, який грає провідну роль в даному сприйнятті, розрізняють сприйняття: зорові, слухові, дотикові, кінестетичні, нюхові, смакові.

2. **За формою існування** виділяють сприйняття: простору, часу, руху. У сприйнятті простору розрізняють сприйняття: величини, форми, об'ємності, глибини (або віддаленості) предметів. Сприйняття величини і форми предметів обумовлене спільною діяльністю зорових, м'язових і дотикових відчуттів. У сприйнятті об'ємності предметів основну роль грає бінокулярний зір. При цьому баченні виходять два зображення на сітківці очі, які, об'єднуючись, дають враження об'ємності предмету. Сприйняття глибини досягається також за допомогою бінокулярного зору. Сприйняття часу – це віддзеркалення тривалості і послідовності явищ або подій. Відчуття часу розвивається в процесі накопичення досвіду. Сприйняттям руху є сприйняття просторово-часового переміщення.

3. **Залежно від ступеня цілеспрямованості**, сприйняття розділяють на: ненавмисне (мимовільне) і навмисне (довільне). Ненавмисне сприйняття може бути викликане навколишніми предметами (їх яскравістю, незвичністю). У цьому сприйнятті немає вольової активності, тому воно і називається мимовільним. Навмисне сприйняття пов'язане з метою – сприймати предмет або явище.

Ненавмисне сприйняття не пов'язане з вольовим напруженням і заздалегідь поставленою метою. Воно відбувається в результаті безпосередньої взаємодії органів почуттів і дійсності, фіксації її образів у пам'яті людини крім її бажання, несвідомо, мимоволі. Цілком очевидно, що при такому сприйнятті образи реальної дійсності не тільки не усвідомлюються людиною (відображення відбувається на підсвідомому рівні), але і володіють недостатньою чіткістю, визначеністю. Разом з тим такі сприйняття грають винятково велику роль у життєдіяльності людини: вони створюють потужний інформаційний фон в його психіці і при певних обставинах можуть впливати як на сприйняття ним дійсності, так і на орієнтації та поведінку в ній.

Навмисне сприйняття характеризується тим, що в його основі знаходиться задача, вирішення якої пов'язане з відомим зусиллям волі. Таке сприйняття здійснюється як система цілеспрямованих перцептивних дій і вимагає спеціального навчання, досвіду людини. В процесі навмисного сприйняття відбувається виявлення, розрізнення, ідентифікація і впізнання шуканих предметів, явищ, зв'язків.

Однією з форм навмисного сприймання є **спостереження** – навмисне, цілеспрямоване, систематичне, планомірне і тривале сприйняття предметів і явищ дійсності, людей і самого себе. Спостереження ефективніше, якщо спостерігач володіє розвиненим мисленням, пам'яттю, увагою, достатніми знаннями і досвідом в спостережуваній області.

Спостереження більш успішно у людей з розвинутою спостережливістю, яка полягає у здатності й умінні помічати ті чи інші грані, властивості дійсності, розуміти їх природу, взаємозв'язки, залежності. Спостережливість несе в собі і професійні аспекти, особливості життєвого досвіду. У цьому сенсі спостережливість у людей змістовно різна в залежності від характеру професійної діяльності, спеціальності та соціального (морального, політичного, сімейного та ін) досвіду. І тому підготовка фахівця передбачає формування у нього професійної спостережливості як якості особистості.

УВАГА

Психічна діяльність може протікати цілеспрямовано та продуктивно лише за умови зосередження людини на діяльності. У кожний окремий момент свідомість людини спрямовується на ті предмети та явища, які є для неї найбільш важливими та значущими. Яскравим прикладом є так званий „феномен вечірки”. Уявіть, що ви знаходитесь на якійсь вечірці і захоплені цікавою бесідою. Несподівано ви чуєте своє ім’я, яке сказане в іншій групі людей. Ви швидко переключаєте увагу на розмову, яка відбувається в цій групі, але разом з цим перестаєте чути, про що говорять у вашій групі. Саме висока значущість сигналу (а не його інтенсивність), бажання дізнатися, що думають про вас інші гості, визначило зміну напряму уваги. Увага виконує три головні функції: 1) спрямованість діяльності; 2) зосередження та заглиблення в діяльність; 3) контроль та регуляція діяльності. Під спрямованістю розуміють вибірковий характер психічної діяльності, мимовільний чи довільний вибір її об’єктів. До поняття спрямованість включається також збереження та підтримання діяльності на певний проміжок часу. Будь-який педагог знає, що повернути увагу учнів неважко, але зберегти її на необхідний час буває нелегко. Зосередження та заглиблення в діяльність пов’язані з відволіканням від усього стороннього. При уважному відношенні предмет виявляється в центрі уваги нашої свідомості, завдяки чому відображення стає ясним і чітким, уявлення та думки утримуються у свідомості до того часу, поки не буде досягнута мета діяльності. Тим самим увага забезпечує контроль та регуляцію діяльності. Увага може спрямовуватися на зовнішні об’єкти чи предмети або на думки та образи, що існують у свідомості людини. В останньому випадку говорять про інтелектуальну увагу, яка відрізняється від уваги сенсорної (зовнішньої). У деяких випадках, коли людина виявляє підвищену зосередженість на фізичних діях, є сенс говорити про моторну увагу. Усе це є свідченням того, що увага не має власного пізнавального змісту, а лише обслуговує діяльність інших пізнавальних процесів. Правильно зрозуміти феномен уваги можна лише

в сукупності всіх його властивостей. Нині загальноприйнятим є таке визначення уваги: Увага – це спрямованість і зосередження свідомості на певному реальному чи ідеальному об’єкті, що передбачає підвищення рівня сенсорної, інтелектуальної або рухової активності індивіда.

Фізіологічні основи уваги

Увага, як і будь-який психічний процес, пов’язана з певними фізіологічними явищами. Відбір значущих впливів можливий тільки на тлі загального неспання організму, пов’язаного з активною мозковою діяльністю. Зазвичай виокремлюють п’ять стадій неспання: глибокий сон, стан дрімоти, спокійне неспання, активне (насторожене) неспання, надмірне неспання. Ефективна увага можлива лише на стадіях спокійного і активного неспання, водночас як на інших стадіях головні характеристики уваги змінюються і можуть виконувати лише окремі функції. Загалом фізіологічну основу виділення окремих подразників і перебігу процесів у певному напрямку складає збудження одних нервових центрів і гальмування інших. Вплив подразника на людину викликає активізацію мозку, яка забезпечується ретикулярною формацією. Крім того, в активізації мозку задіяні дифузна таламічна система, гіпоталамічні структури. „Пусковим” механізмом ретикулярної формації є орієнтувальний рефлекс. Він є вродженою реакцією організму на будь-яку зміну навколишнього середовища у людей і тварин. Цей рефлекс І. Павлов назвав рефлексом „що таке?”. Але цього недостатньо для пояснення вибіркового характеру уваги і необхідно більш глибоко ознайомитися із складними процесами, що відбуваються в організмі. У психологічній літературі розглядають дві основні групи механізмів, що здійснюють фільтрацію подразнень із середовища: периферичні та центральні. До периферичних механізмів можна віднести налаштованість органів чуття на сприймання сигналу. Так, прислуховуючись до слабого звуку, людина повертає голову в бік звуку, і одночасно відповідний м’яз натягує барабанну перетинку, підвищуючи її чутливість. При дуже сильному звукові

натягування барабанної перетинки послаблюється, що погіршує передачу коливань у внутрішнє вухо. Затримка дихання в моменти найвищої концентрації уваги також сприяє загостренню слуху. Центральні механізми уваги пов'язані із збудженням одних нервових центрів і гальмуванням інших. Саме на цьому рівні відбувається виокремлення зовнішніх впливів, що пов'язано з силою викликаного ними нервового збудження. Виокремлення зовнішніх подразників і перебіг процесів у даному напрямку визначається насамперед силою нервового збудження, яка залежить від сили зовнішнього подразника. Сильніші збудження пригнічують слабші збудження, що виникають одночасно, і визначають перебіг психічної діяльності у відповідному напрямку. Можливе поєднання двох або кількох одночасних подразників, що підсилюють дію один одного. Цей вид взаємодії збуджень також є одним із підґрунть виокремлення подразнення і перебігу процесів у певному напрямку.

Велике значення для розуміння фізіологічної динаміки уваги має відкритий Ч. Шеррінгтоном і використаний І. Павловим закон індукції нервових процесів. Згідно з цим законом збудження, що виникає в одній ділянці кори головного мозку, викликає гальмування в інших її ділянках (так звана одночасна індукція) або змінюється гальмуванням даної ділянки мозку (послідовна індукція). При цьому дана ділянка характеризується сприятливими оптимальними умовами для збудження, тому тут легко виробляються диференціювання, успішно утворюються умовні зв'язки тощо. Діяльність же інших ділянок мозку пов'язана в даний момент з тим, що відноситься до неусвідомлюваної, автоматизованої діяльності людини. Збудження в корі головного мозку не має чіткого закріплення в певному пункті, а постійно переміщується.

Для пояснення фізіологічних засад уваги значне місце відводиться принципу домінанти, висунутому О. Ухтомським. Поняттям „домінанта” позначається тимчасово пануючий осередок збудження, який зумовлює роботу нервових центрів у даний момент і надає тим самим поведінці певної спрямованості.

Імпульси, що надходять до нервової системи, завдяки особливостям домінанти підсумовуються і накопичуються, одночасно пригнічуючи активність інших центрів, за рахунок чого осередок збудження ще більше підсилюється. Домінанта є стійким осередком збудження, і цим пояснюється нервовий механізм інтенсивної уваги. Підґрунтям виникнення панівного осередку є не тільки сила даного подразнення, але й внутрішній стан нервової системи, зумовлений попередніми впливами і вже закріпленими у попередньому досвіді нервовими зв'язками. Вищезазначений закон індукції нервових процесів та принцип домінанти не розкривають до кінця механізмів уваги, особливо її довільного характеру. Пояснити механізм виникнення домінуючого осередку збудження можна через взаємодію першої та другої сигнальних систем, що здійснюється шляхом вибіркової іррадіації збудження з другої сигнальної системи в першу. Подразники, відображаючись у мові, сприяють уточненню мети і підсиленню осередку оптимального збудження.

Останнім часом дослідники фізіологічних механізмів уваги відзначають значну роль у її динаміці нейрофізіологічних процесів. Зокрема виявлено, що в здорових людей в умовах напруженої уваги виникають зміни біоелектричної активності в лобних долях мозку. Дану активність пов'язують з роботою особливого типу нейронів, розміщених у лобних відділах. Перший тип нейронів – „детектори новизни” – активізуються при дії нових стимулів і знижують активність у міру звикання до них. На відміну від них нейрони „очікування” збуджуються тільки при зустрічі організму з предметом, здатним задовольнити актуальну потребу. У цих клітинах закодована інформація про різні властивості предметів і залежно від потреби, що виникла, зосереджується на певній стороні. Так, реакція голодної і ситої людини на запах їжі буде різною. Таким чином, увага забезпечується діяльністю системи ієрархічно пов'язаних між собою мозкових структур, але їхня роль у регуляції різних видів уваги нерівноцінна. Це привело до виникнення декількох психологічних теорій уваги.

Види уваги

Загальноприйнятим у психології є поділ уваги:

За регуляцією розрізняють *мимовільну, довільну та післядовільну увагу*.

Мимовільна увага – виникає спонтанно, без зусиль свідомості, під впливом найрізноманітніших подразників, які впливають на той чи інший аналізатор організму.

Довільна увага – це свідомо спрямоване зосередження особистості на предметах і явищах навколишньої дійсності, на внутрішній психічній діяльності. Довільна увага своїм головним компонентом має волю.

Головним збуджувачем довільної уваги є усвідомлювані потреби та обов'язки, інтереси людини, мета та засоби діяльності.

Післядовільна увага – виникає в результаті свідомого зосередження на предметах та явищах у процесі довільної уваги, долаючи труднощі під час довільного зосередження, людина звикає до них, сама діяльність зумовлює появу певного інтересу, а часом і захоплює її виконавця, і увага набуває рис мимовільного зосередження.

За спрямованістю увага буває *зовнішня і внутрішня*.

Зовнішня увага (сенсорна, рухова) – відіграє провідну роль у спостереженні предметів і явищ навколишньої дійсності та їх відображенні нашою свідомістю.

Внутрішня увага (інтелектуальна увага) – спрямовується на аналіз діяльності психічних процесів (сприймання, пам'яті, уваги, мислення), психічних органів і переживань.

Мимовільна увага – це зосередження уваги на об'єкті в силу його особливості як подразника без свідомого наміру з боку особистості. Вона виникає незалежно від мети діяльності людини і є генетично вихідним, а також пасивним видом уваги. Діяльність, явище чи предмет захоплюють людину самі через наявність у них певних особливостей. Виникнення мимовільної уваги пов'язано з різними фізичними, психофізіологічними та психічними причинами. Усі ці причини можна узагальнити в такі категорії. 1. Характер і якість зовнішнього подразника. До

даної категорії належать сила та інтенсивність подразника. Уявіть ситуацію уроку, коли всі діти зосереджено працюють над виконанням завдання. І ось несподівано за вікном лунає постріл. Зрозуміло, що сильний звук приверне увагу дітей. До цієї категорії належать також яскраве світло, різкий запах тощо. Слід відзначити, що при цьому має значення не стільки абсолютна, скільки відносна сила подразника. Той самий за силою звук в абсолютній тиші і в умовах шуму сприймається по-різному: у першому випадку він приверне увагу, у другому – може лишитися непоміченим. Особливе значення має контраст між подразниками. Те саме відноситься до тривалості дії подразника та його просторової величини і форми. Висотний будинок сприйматиметься як звичайний у місті, але уявіть такий будинок у селі, де є лише невеликі одноповерхові будинки. В останньому випадку такий будинок контрастуватиме з навколишніми і привертатиме увагу суб'єкта. Легше помічається подразник більш тривалий на фоні короточасних подразників.

Важливе значення має переривчатість дії подразника: світло, що періодично спалахує, швидше привертає увагу. Саме ця властивість подразника використовується на залізничних некерованих переїздах, де світлофор діє саме за принципом переривчатості. До даної категорії причин належить і така якість подразника, як його новизна, незвичайність. Автомобіль нової марки, незвичайної форми, що з'явився на вулиці, приверне увагу перехожих. Цю особливість уваги необхідно враховувати при використанні на уроці наочних посібників. Не варто розвішувати наочність до початку пояснення нового матеріалу, оскільки вона буде відволікати увагу учнів від відповіді при опитуванні, від загальної роботи класу і до моменту пояснення втратить новизну і тому зникне додатковий чинник привернення уваги. Викликає увагу початок і закінчення дії подразника. Інколи доцільно зробити паузу в поясненні, щоб привернути увагу учнів, ніж зробити зауваження. Зауваження завжди переключає увагу інших на учня, котрий порушив дисципліну, і відволікає їх від навчальної діяльності. В іншій ситуації доцільно почати

пояснення, не очікуючи абсолютної тиші в класі, що приверне увагу учнів, які ще не встигли зосередитися на уроці. Кінець дії подразника також може викликати увагу: в умовах постійного шуму вентилятора учні перестають його помічати, але припинення шуму привертає їхню увагу.

Відповідність зовнішніх подразників внутрішньому стану людини, насамперед її потребам. Сита і голодна людина по-різному реагують на розмови про їжу, запах їжі тощо. Якщо людина голодна, то будь-який подразник, що нагадує про їжу (стукіт тарілок, запах їжі) привертає її увагу. Почуття, пов'язані з об'єктом сприймання і діяльністю, що виконується. Сюди належить найперша і найпростіша ознака інтересу – **захопленість**. Вплив попереднього досвіду, наявних у людини знань і уявлень, звичок і навичок також впливає на увагу. Погане знання навчального предмета створює нерозуміння, неможливість зацікавитися ним. З іншого боку, добре відоме теж не викликає уваги. Привертає увагу те, що є новим, але пов'язане з наявними в учня знаннями, те, що розкриває нове в уже відомому.

Спрямованість особистості знаходить своє відображення в увазі. Ідучи однією вулицею, різні люди звернуть увагу на різні речі: двірник – на сміття, представник патрульної поліції – на неправильно припаркований автомобіль, архітектор – на будівлі. Спрямованість особистості тісно пов'язана з її попереднім досвідом та почуттями. Те, що нам цікаво, що викликає певну емоційну реакцію, є важливою причиною мимовільної уваги.

Мимовільна увага є генетичне первісним щаблем уваги в історичному та індивідуальному розвитку. Вона є підґрунтям для виникнення довільної уваги. Довільна увага – свідомо регульоване зосередження на об'єкті, спрямоване вимогами діяльності. Цей вид уваги тісно пов'язаний з волею людини, тому її називають вольовою, активною. Головною функцією довільної уваги є активне регулювання перебігу психічних процесів. Якщо при мимовільній увазі робота захоплює сама собою, то в даному випадку людина свідомо спрямовує увагу на дану роботу. Саме постановка мети, вольові зусилля характеризують со-

бою довільну увагу. Таким чином, довільна увага якісно відрізняється від мимовільної. Але все-таки довільна увага пов'язана з почуттями людини, попереднім досвідом, інтересами. Вплив цих моментів опосередковується свідомо поставленими цілями. Довільна увага пов'язана з інтересами людини, які носять опосередкований характер. Це – інтереси результату діяльності. Сама діяльність може не цікавити людину, але якщо її виконання необхідне для розв'язання поставленого завдання, то вона стає цікавою у зв'язку з цією метою. Навчання у школі передбачає формування довільної уваги шляхом організації в початкових класах навчальної діяльності з постановкою досяжних для учнів цілей. Переживання успіху закріплює бажання зосередитися на наступному завданні. Чим менші школярі за віком, тим частіше повинні відбуватися зміни видів діяльності на уроці. Новий вид діяльності – це чинник привернення мимовільної уваги, що сприяє зосередженню довільної уваги.

Зосередження уваги на розумовій діяльності полегшується, якщо в пізнання включаються практичні дії. Наприклад, при читанні книги легше утримувати увагу, якщо цей процес супроводжується конспектуванням, підкреслюванням окремих положень тощо. При пасивному ж читанні або слуханні увага відволікається і зосереджувати її стає складніше. При організації уваги слід пам'ятати про обстановку робочого місця, що повинно виключати подразники, які відволікають від роботи (наприклад, розмови учнів під час пояснень учителя). Умовою зосередження та підтримання уваги є психічний стан людини. Враховуючи це, слід пам'ятати про стадії працездатності протягом дня та тижня. Виявлено, що на початку робочого дня повинне відбутися „входження” людини в діяльність, а в кінці – збільшується кількість помилок при виконанні завдання, а також виникає стан втоми, який пов'язаний з труднощами в зосередженні уваги. Подібні закономірності можна спостерігати і стосовно працездатності людини протягом тижня: на початку тижня відбувається „входження” людини в діяльність; ефективність діяльності досягає своєї найвищої точки в середині тижня (середа-четвер), знижу-

ючись у кінці тижня. Це необхідно знати не лише для розуміння психічного стану учнів, але й для правильної організації навчального процесу протягом дня та тижня. Крім цього, необхідно враховувати, що стан емоційного збудження, який викликаний сторонніми причинами, значно послаблює довільну увагу.

Підтримує довільну увагу і словесне нагадування самому собі про цілі діяльності та необхідність розв'язання поставленого завдання. Полегшувати виникнення та підтримання довільної уваги можна за рахунок формування звички працювати зосереджено в різних (сприятливих і несприятливих) умовах. Навчання якраз і є тією діяльністю, у ході якої формується вміння організовувати свою увагу. Виокремлюють ще один вид – післядовільну увагу. Цей вид уваги виникає після того, як була викликана довільна увага, тобто носить цілеспрямований характер і вимагає на початку вольових зусиль, але потім людина „входить” у роботу, і для неї цікавими і значущими стають зміст та процес діяльності, а не лише її результат.

Післядовільна увага – це зосередження на об'єкті через те, що він цінний для особистості. Післядовільна увага відрізняється від довільної тим, що в ній знижується вольове зусилля. Але це зовсім не означає, що ця увага наближена до мимовільної. Від мимовільної уваги післядовільна відрізняється тим, що вона виникає не лише на основі інтересу, у ній існує свідомо поставлена мета, вона підтримується свідомими інтересами, і сама діяльність переживається як потреба, а результат її особистісно значущий. Післядовільна увага характеризується тривалою зосередженістю, напруженою інтенсивністю розумової діяльності, високою продуктивністю праці. Тому саме цей вид уваги має велике значення для організації педагогічного процесу. Гарний педагог повинен захопити дитину, зацікавити її так, щоб вона працювала, не витрачаючи своїх енергетичних ресурсів, тобто щоб інтерес мети, результату роботи переходив у інтерес безпосередній, який захоплює сам по собі. Розглянуті три види уваги тісно взаємозв'язані між собою в конкретній практичній діяльності взаємними переходами і опираються один на одиний.

Існують й інші критерії для виокремлення видів уваги. ***Залежно від місця знаходження об'єкта уваги виокремлюють зовнішньо-спрямовану та внутрішню увагу.*** Зовнішньоспрямована увага є складовою перцептивної діяльності людини і регулювання предметної діяльності. Внутрішня увага пов'язана з усвідомленням особистістю своєї діяльності, свого внутрішнього світу, самосвідомістю. Об'єктами внутрішньої уваги є почуття, спогади, думки. Цього виду уваги не існує у тваринному світі. Вказані види уваги взаємно гальмують одна одну: зосереджуючись на об'єктах зовнішнього світу, людина перестає думати про свій внутрішній світ і навпаки.

Залежно від форм навчальної діяльності виокремлюють колективну, групову та індивідуальну увагу. Колективна увага – це зосередження всіх учнів на одному предметі. Найчастіше таким предметом у школі є пояснення вчителя. Групова увага – це зосередження уваги групами в умовах роботи в колективі. Групова увага виникає при проведенні лабораторних робіт, під час обговорення способів виконання певного завдання, коли учні працюють групами. Індивідуальна увага – це зосередження уваги індивідом на своєму завданні. Вона виникає під час самостійного виконання завдання, на контрольній роботі.

Залежно від походження уваги виокремлюють природну та соціальну увагу. Природна увага дана людині від народження у вигляді вродженої здатності вибірково реагувати на ті чи інші зовнішні або внутрішні стимули, які несуть у собі елементи інформаційної новизни. Головним механізмом, що забезпечує роботу такої уваги, є орієнтувальний рефлекс. Соціально зумовлена увага складається в ході життя людини в результаті навчання та виховання і пов'язана з вольовою регуляцією поведінки, із свідомим вибіркоким реагуванням на об'єкти. Залежно від рівня опосередкованості виокремлюють безпосередню та опосередковану увагу. Безпосередня увага не керується нічим, крім того об'єкта, на який вона спрямована і який відповідає актуальним інтересам і потребам людини. Опосередкована увага регулюється за допомогою спеціальних засобів, наприклад,

слів, вказівних знаків, предметів. Залежно від рівня когнітивної складності процесів, що забезпечуються увагою, виокремлюють чуттєву та інтелектуальну увагу. Чуттєва увага переважно пов'язана з емоціями та вибірковою роботою органів чуття, а інтелектуальна – із зосередженням і спрямованістю думки. За чуттєвої уваги в центрі свідомості знаходиться яке-небудь чуттєве враження, за інтелектуальної – думка.

Властивості уваги

Зосередження уваги – це головна її особливість. Вона виявляється в мірі інтенсивності зосередженості на предметі розумової або фізичної діяльності.

Стійкість уваги – характеризується тривалістю зосередження на об'єктах діяльності. Стійкість, як і зосередженість, залежить від сили або інтенсивності збудження, що забезпечується і силою впливу об'єктів діяльності, і індивідуальними можливостями особистості, важливістю для неї діяльності, зацікавленням нею.

Переключення уваги – навмисне перенесення уваги з одного предмета на інший, якщо цього вимагає діяльність.

Обсяг уваги – це така кількість об'єктів, які можуть бути охоплені увагою і сприйняті в найкоротший час. За цією ознакою увага може бути вузькою та широкою. Існує певна закономірність, згідно з якою людина може тримати в полі своєї уваги 5 – 7 об'єктів.

Наявність уваги свідчить про зв'язок свідомості з певним об'єктом, її зосередженість на ньому. Особливості цієї зосередженості визначають головні властивості уваги. До них належать: концентрація, стійкість, розподіл, переключення і обсяг уваги. Концентрація уваги означає наявність зв'язку з певним об'єктом або стороною дійсності і виражає міру або інтенсивність цього зв'язку. О.О. Ухтомський вважав, що концентрація уваги пов'язана з особливостями функціонування домінантного осередку збудження в корі і вважав її наслідком збудження в домінантному осередку за одночасного гальмування інших зон кори головного мозку. Концентрація виявляється в зосередженні уваги на одному об'єкті. Показником інтенсивності є немож-

ливість відволікання уваги від предмета діяльності сторонніми подразниками. Глибока концентрація уваги – необхідна передумова точного та успішного виконання діяльності. Стійкість уваги – це тривалість зосередження уваги на одному й тому самому об’єкті чи предметі. У багатьох випадках увага не досить стійка. Зокрема вона не може довго затримуватися на якомусь нерухомому об’єкті. Спробуйте пильно подивитися на чорну крапку на чистому аркуші паперу. Це може продовжуватися лише кілька секунд. Ви або забудете про крапку і будете думати про щось інше, або вона почне „розпливатися” у ваших очах. Властивістю, протилежною стійкості, є коливання уваги. Експерименти показали, що увага піддається періодичним мимовільним коливанням. Періоди таких коливань дорівнюють у середньому 2-3 сек, досягаючи максимум 12 сек. Під час сприймання зрізаної піраміди людина бачить її то випуклою, то ввігнутою. Але такі незначні за тривалістю періоди коливання уваги не є загальною закономірністю. Було помічено, що в одних випадках увага характеризується частими періодами коливання, в інших – значно більшою стійкістю. Доведено, що найістотнішою умовою стійкості уваги є можливість розкрити в предметі, на якому вона зосереджена, нові сторони і зв’язки, надати йому певного смислу. Так, зрізану піраміду можна уявити як власне піраміду, тобто бачити її випуклою або ж уявити її коридором з вікнами і дверима, тобто зосередитися на ній як на ввігнутій фігурі. Таким чином, щоб увага до певного предмета підтримувалася, його усвідомлення повинне бути динамічним процесом. Предмет уваги повинен розвиватися, виявляти перед людиною свій новий зміст. Стійкість уваги залежить від певних умов. До них належать: особливості матеріалу, міра його складності, знайомство з ним, зрозумілість, ставлення до нього з боку суб’єкта – міра інтересу до матеріалу, а також індивідуальні властивості особистості.

Для вивчення стійкості уваги найчастіше використовують таблиці Бурдона, які складаються з неупорядкованого чергування окремих букв, причому кожна буква повторюється в кожному рядку однаково кількість разів. Досліджуваному пропонується

протягом тривалого часу (3-5-10 хв) викреслювати задані букви (у простих випадках одну або дві букви, у складних – задану букву лише в тому випадку, якщо вона стоїть перед іншим, наприклад, голосним звуком). Експериментатор відзначає число букв, викреслених протягом однієї хвилини, і число виявлених пропусків.

Аналогічне значення мають таблиці Крепеліна, які складаються з колонок цифр, які досліджуваний повинен додавати протягом тривалого часу. Продуктивність роботи і число допущених помилок можуть слугувати показником коливання уваги. Стійкість уваги можна простежити й таким чином. Досліджуваному дається картинка, на якій накреслені 25 кривих ліній, що перетинаються. Досліджуваний повинен простежити очима кожну з цих ліній від початку і до кінця. Наступна властивість уваги – це її обсяг. Він вимірюється тією кількістю об'єктів, яка може бути охоплена увагою за обмежений проміжок часу.

Відомо, що людина не може одночасно думати про різні речі чи виконувати різні роботи. Це обмеження змушує ділити інформацію, що надходить іззовні, на частини, які не перевищують можливості її обробки. Так само людина має обмежені можливості щодо утримання в полі зору кількох незалежних один від одного предметів. Обсяг уваги досліджується шляхом аналізу кількості об'єктів, які одночасно пред'являються і можуть бути сприйняті суб'єктом. З цією метою застосовується тахістоскоп – прилад, який дає змогу пред'являти певну кількість подразників з такою швидкістю, щоб досліджуваний не встиг перевести погляд з одного об'єкта на інший. Це дає змогу виміряти кількість об'єктів (букв, цифр, фігур), досяжних для одночасного впізнання. Досліджуваний називає лише деякі предмети, а про інші говорить, що не встиг звернути на них уваги. Кількість об'єктів, які сприйняв суб'єкт, і є показником обсягу уваги. Якщо об'єкти досить прості і невпорядковано розкидані по полю, обсяг уваги коливається від 5 до 7 об'єктів.

Обсяг уваги – величина індивідуальна, але класичним показником обсягу уваги в людей вважається число $5+2$. Ідеться про

об'єкти, не пов'язані один з одним. Однак кількість пов'язаних між собою об'єктів, що знаходяться в полі нашого зору, може бути набагато більшою (окремі букви і букви, об'єднані у слова). Тому обсяг уваги є величиною змінною, яка залежить від того, наскільки пов'язаний між собою зміст об'єкта, на якому зосереджується увага, від уміння осмислено пов'язувати та структурувати матеріал. З обсягом тісно пов'язаний розподіл уваги. Розподіл уваги виявляється в здатності людини утримувати в центрі уваги одночасно певну кількість різнорідних об'єктів. Говорячи про обсяг уваги, ми відзначали обмеженість поля уваги. Але зворотним боком обмеження є розподіл уваги між тією чи іншою кількістю різнорідних об'єктів, які одночасно зберігаються в центрі уваги. Саме ця здатність дозволяє здійснювати одночасно кілька дій або стежити за кількома незалежними процесами, зберігаючи їх у полі уваги.

Хрестоматійними стали приклади розподілу уваги Наполеоном, що міг одночасно диктувати своїм секретарям сім відповідальних дипломатичних листів, та Юлія Цезаря, який міг робити одночасно сім не пов'язаних між собою справ. Деякі шахісти можуть одночасно вести кілька партій. Однак життєва практика показує: людина здатна виконувати тільки один вид свідомої психічної діяльності, а суб'єктивне відчуття одночасності виконання пов'язане зі швидким послідовним переключенням з однієї на іншу. Однак за деяких умов людина здатна одночасно зосереджуватися на кількох подразниках. Це залежить від того, наскільки пов'язані між собою різні об'єкти, на яких зосереджується увага. Чим тісніше пов'язані між собою об'єкти, тим успішніше буде відбуватися розподіл уваги. Іншою умовою є автоматизація одного з видів діяльності, що не вимагає свідомого зосередження на її виконанні. Якщо ці умови не виконуються, то розподіл уваги стає неможливим. Інша властивість уваги – переключення, є, на думку деяких дослідників, зворотним боком розподілу уваги.

Переключення уваги – це свідоме й осмислене перенесення уваги з одного об'єкта на інший. Ця властивість уваги означає

здатність швидко орієнтуватися в ситуаціях. Легкість переключення уваги в різних людей різна: одні легко і швидко переходять від однієї діяльності до іншої, в інших „входження” в нову діяльність відбувається важко. Це залежить від багатьох умов: співвідношення між попередньою та наступною діяльністю, ставлення суб’єкта до кожної з них тощо. Чим цікавіша діяльність, тим легше на неї переключатися і навпаки. Індивідуальні особливості суб’єкта відіграють у переключенні значну роль, зокрема тип темпераменту людини визначає швидкість переключення та „входження” в нову діяльність. Переключення уваги є тією властивістю, яка піддається тренуванню. Рисом, протилежною концентрації уваги, є розсіяність. Розсіяністю називається нездатність людини зосередитися на чому-небудь певному протягом тривалого часу. Зустрічаються два види розсіяності: уявна (несправжня) і справжня. Уявна (несправжня) розсіяність – це неуввага людини до безпосередньо оточуючих предметів і явищ, викликана зосередженістю на якому-небудь одному предметі. Іноді її називають „професорською”, оскільки вона нерідко зустрічається у людей цієї категорії. Увага вченого може бути настільки сконцентрованою на певній проблемі, що він не впізнає знайомих, відповідає невпопад. Фізіологічною основою такої розсіяності є осередок оптимального збудження в корі, який викликає гальмування в навколишніх ділянках. Неясність відображення різного роду зовнішніх впливів при розсіяній увазі пояснюється тим, що воно відбувається на ділянках кори, які знаходяться в стані гальмування. Розсіяність як наслідок внутрішньої зосередженості не завдає значної шкоди справі, хоча й утруднює орієнтацію людини в навколишньому середовищі. Гіршою є справжня розсіяність. Людині, яка страждає справжньою розсіяністю, важко утримувати довільну увагу на певному об’єкті чи дії. Довільна увага розсіяної людини легко відволікається. Фізіологічно справжня розсіяність пояснюється недостатньою силою внутрішнього гальмування. Збудження, яке виникає під дією мовних сигналів, важко концентрується. У результаті цього в корі мозку розсіяної людини створюються

нестійкі осередки оптимальної збудливості. Однією з причин справжньої розсіяності є перевантаження мозку великою кількістю вражень. Розкиданість інтересів також може призвести до справжньої розсіяності.

Питання для самоконтролю

1. Охарактеризуйте відчуття як пізнавальний психічний процес.
2. Основні характеристики відчуття.
3. Наведіть класифікацію відчуттів.
4. Що собою являє сприйняття як пізнавальний процес?
5. Типи і особливості сприйняття.
6. Види сприйняття.
7. Увага як пізнавальний процес та її головні функції.
8. Види уваги.
9. Охарактеризуйте основні властивості уваги.

Тематика рефератів

1. Сінестезія як специфічний прояв відчуття
2. Нейрофізіологічні основи відчуттів
3. Особливості окремих видів відчуттів
4. Апперцепція як психічний процес.
5. Ілюзія як різновид поверхневого сприйняття.
6. Фізіологічні основи уваги.
7. Увага як відображення спрямованості особистості.

ТЕМА 5. Пам'ять, її види та індивідуальні особливості. Уява, її види. Мислення та мова.

Пам'ять – процес запам'ятовування, зберігання, відтворення і забування індивідом свого досвіду. Це характеристика пізнавальної функції психіки, складова пізнавальної діяльності індивіда.

Пам'ять лежить в основі здібностей людини, є умовою навчання, набуття знань, формування умінь та навичок. Без пам'яті неможливе нормальне функціонування ні особистості, ні суспільства. Завдяки своїй пам'яті, її удосконаленню людина виділилася з тваринного царства і досягла тих висот, на яких вона зараз знаходиться. Так і подальший прогрес людства без постійного покращення цієї функції є неможливим.

Перші спроби науково пояснити феномен пам'яті на психологічному рівні були зроблені асоціативним напрямом психології. Центральним в асоціативній психології є поняття асоціації, що означає зв'язок, з'єднування. Асоціація – обов'язковий принцип усіх психічних утворень. Механізм асоціації полягає в установленні зв'язку між враженнями, що одночасно виникають у свідомості. Залежно від умов, необхідних для їх утворення, асоціації поділяють на три типи: за суміжністю, схожістю та контрастом.

Види пам'яті

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

Образна – виявляється в запам'ятовуванні образів, уявлень конкретних предметів, явищ, їх властивостей, наочно даних зв'язків і відносин між ними. Залежно від того, якими аналізаторами сприймаються об'єкти при їх запам'ятовуванні, образна пам'ять буває зоровою, слуховою, тактильною, нюховою тощо.

Словесно-логічна – це думки, поняття, судження, умовиводи, які відображають предмети і явища в їх істотних зв'язках і

відносінах, у загальних властивостях. Думки не існують без мови, тому така пам'ять і називається словесно-логічною. Словесно-логічна пам'ять – специфічно людська пам'ять, на відміну від образної, рухової та емоційної, яка є і у тварин.

Рухова – виявляється в запам'ятовуванні та відтворенні людиною своїх рухів.

Емоційна – виявляється в запам'ятовуванні людиною своїх емоцій та почуттів. Запам'ятовуються не стільки самі емоції, скільки предмети та явища, що їх викликають.

За тривалістю розрізняють такі види пам'яті: короткочасна, довгочасна, оперативна.

Короткочасна – характеризується швидким запам'ятовуванням матеріалу, його відтворенням і нетривалим зберіганням.

Довготривала – виявляється в процесі набування й закріплення знань, умінь і навичок, розрахованих на тривале зберігання та наступне використання в діяльності людини.

Оперативна – забезпечує запам'ятовування і відтворення оперативної інформації, потрібної для використання в поточній діяльності.

За способом запам'ятовування пам'ять буває: мимовільна та довільна.

Мимовільна – пам'ять, коли ми щось запам'ятовуємо та відтворюємо, не ставлячи перед собою спеціальної мети щось запам'ятати або відтворити.

Довільна – пам'ять, коли ставимо собі за мету щось запам'ятати або пригадати.

Мнемічні процеси

Запам'ятовування – це процес пам'яті, за допомогою якого відбувається запечатлення слідів, введення нових елементів відчуттів, сприйняття, мислення чи переживання в систему асоціативних зв'язків. Основу запам'ятовування становить зв'язок матеріалу з сенсом в одне ціле. Встановлення смислових зв'язків – результат роботи мислення над змістом запам'ятовується.

Зберігання – процес накопичення матеріалу в структурі пам'яті, що включає його переробку і засвоєння. Збереження

досвіду дає можливість для навчання людини, розвитку її перцептивних (внутрішніх оцінок, сприйняття світу) процесів, мислення й мови.

Відтворення і впізнавання – процес актуалізації елементів минулого досвіду (образів, думок, почуттів, рухів). Простий формою відтворення є впізнавання – впізнання сприйманого об'єкта чи явища як вже відомого по минулому досвіду, встановленням подібностей між об'єктом і способом його в пам'яті. Відтворення буває довільним і мимовільним. При мимовільному образ спливає в голові без зусиль людини.

Якщо в процесі відтворення виникають труднощі, то йде процес пригадування. Відбір елементів, потрібних з точки зору необхідної задачі. Відтворена інформація не є точною копією того, що відображене в пам'яті. Інформація завжди перетворюється, перебудовується.

Забування – втрата можливості відтворення, а іноді навіть впізнавання раніше запомненого. Найбільш часто забуваємо те, що незначимо. Забування може бути частковим (відтворення не повністю або з помилкою) і повним (неможливість відтворення і впізнавання). Виділяють тимчасове і тривалий забування.

У пам'яті людей є значні індивідуальні відмінності. Вони виявляються у відмінностях продуктивності процесів пам'яті; у переважанні пам'яті тієї чи іншої модальності; у відмінностях у рівні розвитку різних типів пам'яті.

Загальними характеристиками продуктивності процесів пам'яті є обсяг матеріалу, який може запам'ятати людина за певний проміжок часу, швидкість і точність запам'ятання матеріалу, тривалість збереження матеріалу в пам'яті і готовність до його відтворення.

Крім індивідуальних відмінностей, пам'ять різних людей може розрізнятися за рівнем розвитку різних типів пам'яті: рухової, емоційної, образної та словесно-логічної. Переважання певного типу пам'яті в людини залежить від особливостей діяльності, з якими пов'язаний її життєвий шлях. Найпоширенішими типами пам'яті є образний, словесно-логічний і проміжний.

Людині з образним типом пам'яті простіше запам'ятовувати і відтворювати образний матеріал. Людям зі словесно-логічним типом пам'яті просто запам'ятати словесний, абстрактний матеріал: логічні схеми, формули. Такі люди без зусиль можуть відтворити структуру складно організованого матеріалу. Якщо в людини не переважає певний тип оперування матеріалом, то вона представляє проміжного типу пам'яті. Люди, які мають феноменальну пам'ять, ознаки якої – незвичайно великий обсяг інформації, тривалість зберігання слідів і надзвичайно сильна образність.

Індивідуальні особливості пам'яті проявляються у наступному:

- швидкість запам'ятовування визначається кількістю повторень (або часом), що потрібні людині для запам'ятовування нового матеріалу;
- точність запам'ятовування визначають відповідністю відтвореного тому, що запам'ятовували, та кількістю допущених помилок;
- міцність запам'ятовування виявляється в тривалості збереження завченого матеріалу (або в повільності його забування);
- готовність до відтворення виявляється в тому, як швидко та легко в потрібний момент людина може пригадати необхідні їй відомості.

Індивідуальні відмінності пам'яті можуть бути зумовлені типом вищої нервової діяльності. Швидкість утворення тимчасових нервових зв'язків пов'язана з силою процесів забування та гальмування, що зумовлює точність і міцність запам'ятовування.

Індивідуальні відмінності пам'яті виявляються також у тому, який матеріал краще запам'ятовується, – образний, словесний чи однаковою мірою продуктивно той та інший.

У цьому контексті у психології розрізняють наочно-образний, словесно-абстрактний, змішаний або проміжний типи пам'яті. Ці типи зумовлені частково співвідношенням першої та другої сигнальних систем у вищій нервовій діяльності людини, але головним чином – умовами життя та вимогами професійної діяльності.

Розвиток пам'яті

Доведено, що розвиток пам'яті залежить від того, як забезпечено управління цим процесом. Педагоги мають створювати умови, що пришвидшують навчання, дають змогу краще засвоїти і зберегти в пам'яті знання. Особистість тільки тоді матиме вагомі успіхи, коли буде достатньо наполегливо докладати зусиль до запам'ятовування необхідного якнайбільше, загалом і в деталях. Пам'ять погіршується від неповного її використання.

Розвиток пам'яті насамперед залежить від зацікавленого включення особистості в продуктивну діяльність, зокрема навчальну, спрямовану на самостійне пізнання світу або досягнення нових результатів діяльності. Що вагоміші мотиви супроводжують діяльність суб'єкта, то успішніші результати запам'ятовування. При цьому запам'ятовування є результативним незалежно від того, чи було поставлено мету запам'ятати.

Розвиток пам'яті нерозривно пов'язаний з вихованням самої особистості. Зацікавленість, активне ставлення до діяльності сприяють мимовільному запам'ятовуванню.

Важливим для запам'ятовування є перше враження, його якість і глибина. Легко й надійно запам'ятовується новий матеріал, пов'язаний з попереднім досвідом, коли він його чимось доповнює і збагачує, розширює можливості діяльності особи. Ефект запам'ятовування значно посилюється, якщо інформація є для суб'єкта необхідною, пов'язана з метою його діяльності, становить певний інтерес.

Розвитку пам'яті сприяють постійні тренування. Регулярна й напружена робота пам'яті стає звичкою, створює умови для формування продуктивної пам'яті.

Необхідною умовою ефективного запам'ятовування в дотримання певних правил. Запам'ятовувати треба в доброму настрої й на «свіжу голову», коли ще не настала втома. Під час запам'ятовування не треба чергувати матеріал, близький за формою і змістом. Потрібно опрацьовувати інформацію для запам'ятовування, порівнюючи різні відомості, спираючись на асоціації (сміслові й структурні), виокремлюючи опорні сигнали («вуз-

лики на пам'ять»). Потрібно творчо застосовувати мнемотехнічні прийоми, штучно наділяючи інформативний матеріал смисловими зв'язками, змістом, значенням, залучаючи різні види пам'яті.

Головний сенс мнемотехнічних прийомів у тому, що матеріал запам'ятовування глибше аналізують, структурують і більше осмислюють.

Способом поліпшити пам'ять людини є формування вміння запам'ятовувати й відтворювати. Пам'ять розвивається тренуванням і наполегливою працею, спрямованою на запам'ятовування, тривале збереження, цілковите й точне відтворення.

УЯВА

Уява – це процес створення людиною на основі досвіду образів предметів, яких вона ніколи не сприймала, своєрідна форма відображення людиною дійсності, в якій виявляється активний випереджальний характер пізнання нею світу.

Провідна функція уяви полягає у створенні образів нових об'єктів, випереджальне відображення реальності.

Як і всі інші психічні процеси, уява – це функція кори великих півкуль головного мозку. Фізіологічним підґрунтям уяви є утворення нових сполучень тих нервових зв'язків, які виникали раніше у процесі відображення людиною об'єктивної реальності. Для виникнення нового образу потрібно, щоб раніше утворені системи зв'язків, структура яких була детермінована характером об'єктів, що сприймалися, розпалися (здисоціювали) й утворили нові сполучення відповідно до нових потреб, що актуалізувалися в діяльності людини. Багатство образів фантазії залежить від оригінальності того, як у новому її продукті поєднуються риси відомих об'єктів, наскільки новими, нестандартними є ці поєднання.

Діяльність уяви тісно пов'язана з емоціями, невіддільними відтворення нового образу. Це дає підстави припустити, що механізми процесу уяви розташовані не лише в корі великих півкуль головного мозку, а й у підкоркових центрах, зокрема

в гіпоталамо-лімбічній системі, пошкодження якої спричинює порушення регулятивної функції психіки, пов'язаної з програмуванням поведінки людини. Експериментально доведено, що імпульси, які надходять з підкоркових відділів мозку, активізують діяльність кори великих півкуль, сприяють виробленню плану та програми дій, що має важливе значення при створенні образів нових об'єктів.

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

Специфічним проявом впливу образів уяви на рухову сферу особистості є ідеомоторні акти. Дослідженнями встановлено, що коли людина уявляє рух якоїсь частини свого тіла (руки, ноги, тулуба), але не виконує самої дії, то в м'язах, які повинні цей рух здійснити, фіксуються слабкі імпульси, аналогічно тим, що реєструються при реальному виконанні рухів. Ідеомоторними актами як засобами ідеального моделювання дій, які належить виконати, широко користуються спортсмени, танцюристи та ін. Тренери рекомендують своїм вихованцям перед виконанням вправи зробити це подумки, уявивши від початку до кінця. Таке «програмування» поліпшує результати їх реального виконання.

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

Види уяви

Залежно від **участі волі в роботі уяви** її поділяють на *мимовільну* та *довільну*.

Мимовільна уява – створення нових образів не спрямовується спеціальною метою уявити певні предмети або події.

Довільна уява – процес уяви спрямовується спеціальною метою на створення образу певного об'єкта, можливих ситуацій, на те, щоб уявити або передбачити сценарій розвитку подій.

Залежно від **характеру діяльності** людини уяву поділяють на *творчу* та *репродуктивну або відтворювальну*.

Творча уява – супроводжує творчу діяльність і допомагає людині створювати нові оригінальні образи.

Репродуктивна уява – супроводжує процес засвоєння вже створеного та описаного іншими людьми і створення образів нових речей на підставі їх усного опису та графічного зображення.

Залежно від **змісту діяльності** уява поділяється на *технічну*, *наукову*, *художню*.

Технічна уява – створення образів просторових співвідношень у вигляді геометричних фігур і побудов, їх легке дисоціювання та об'єднання в нові сполучення, уявне перенесення їх в різні ситуації. Образи технічної уяви частіше об'єднуються у кресленнях, схемах, на підставі яких потім створюються нові машини, предмети.

Наукова уява – знаходить свій вияв під час створення гіпотез, проведення експериментів, узагальнень для створення понять.

Вона має велике значення для плідної творчої діяльності вченого. Без уяви його праця може перетворитися на нагромадження наукових фактів, акумулювання своїх і чужих думок, а не на реальний поступ до нових винаходів, ідей, створення принципово нового в науці.

Художня уява – має переважно чуттєві (зорові, слухові, дотикові та ін.) образи – надзвичайно яскраві та детальні.

МИСЛЕННЯ ТА МОВА

Мислення – пізнавальний психічний процес узагальненого і опосередкованого віддзеркалення зв'язків і стосунків між предметами, пов'язаний з обробкою інформації, або отриманої через відчуття, або збереженої в пам'яті в результаті особистого досвіду.

Вичерпні знання про внутрішні, невідчутні властивості та ознаки предметів дійсності, безпосередньо не відображеної у відчуттях і сприйманні сутності, людина одержує за допомогою мислення – *вищої, абстрактної форми пізнання об'єктивної реальності*.

Порівняно з відчуттями і сприйманням це значно повніший образ світу, який визначає ступінь проникнення індивіда в сутність явищ дійсності, з'ясування їх неявних властивостей. У своїх розвинених формах це раціональна пізнавальна діяльність, шляхом якої людина здобуває нові, абстраговані від чуттєвих даних, знання, будує узагальнений образ світу, створює власну філософію, зрештою, здійснює акти творчості.

Значення мислення в житті людини полягає в тому, що воно дає можливість наукового пізнання світу, передбачення і прогнозування розвитку подій, практичного опанування закономірностями дійсності, постановки їх на службу своїм потребам і інтересам.

Функції мислення – розкриття внутрішньої, безпосередньо не даної у відчуттях та сприйманнях, сутності об'єктів та явищ

дійсності. Перехід від фактів існування предметів, які нам даються в результаті відчуттів та сприймань, до розкриття їхньої суті, узагальнювальних висновків відбувається за допомогою ряду *розумових дій*.

Операції мислення:

– аналіз (уявний розподіл) – виділення в об'єкті тих або інших його сторін, елементів, властивостей, зв'язків, стосунків і так далі; це розчленовування пізнаваного об'єкту на різні компоненти.

– синтез (уявне об'єднання) – розумова операція, що дозволяє в єдиному аналітико-синтетичному процесі мислення переходити від частин до цілого.

– узагальнення (уявне об'єднання в клас або категорію) – об'єднання багатьох предметів або явищ за якоюсь загальною ознакою.

– порівняння – операція, що полягає в зіставленні предметів і явищ, їх властивостей і стосунків один з одним і у виявленні спільності або відмінності між ними.

– абстрагування (виділення одних ознак і отличение від інших) – розумова операція, заснована на відверненні від несуттєвих ознак предметів, явищ і виділенні в них основного, головного.

– класифікація – систематизація супідрядних понять якої-небудь області знання або діяльності людини, використовується для встановлення зв'язків між цими поняттями або класами об'єктів.

– категоризація – операція віднесення одиничного об'єкту, події, переживання до деякого класу, яким можуть виступати вербальні і невербальні значення, символи і тому подібне

Результати процесу мислення існують у формі суджень, міркувань, умовиводів і понять.

Судження – форма мисленнєвого відображення об'єктивної дійсності, яка полягає в тому, що ми стверджуємо наявність або відсутність ознак, властивостей або відносин у певних об'єктах. Наприклад: "Ця квітка червона", "Сума кутів трикутника дорів-

ную 180 градусам” тощо. Судження існує, виявляється і формується в реченні, проте судження і речення – речі не тотожні.

Судження – це акт мислення, що відображає зв’язки, відносини речей, а *речення* – це граматичне сполучення слів, що виявляє і фіксує це відображення.

Істинність наших знань або суджень ми можемо з’ясувати шляхом розкриття підстав, на яких вони ґрунтуються, зіставляючи їх з іншими судженнями, тобто розмірковуючи.

Міркування – це низка пов’язаних суджень, спрямованих на те, щоб з’ясувати істинність якої-небудь думки, довести її або заперечити. Прикладом є доведення теореми. У міркуванні ми з одних суджень виводимо нові шляхом умовиводів.

Умовивід – форма мислення, в якій ми з одного або кількох суджень виводимо нове.

В умовиводах через уже наявні у нас знання ми здобуваємо нові. Умовиводи бувають *індуктивні*, *дедуктивні* або *за аналогією*.

Індуктивний умовивід – судження, в якому на основі конкретного, часткового робиться узагальнення.

Дедуктивний умовивід – судження, в якому на основі загального здобуваються знання про часткове, конкретне.

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

Дані, отримані в процесі мислення, фіксуються в поняттях.

Поняття – це форма мислення, за допомогою якої пізнається сутність предметів і явищ дійсності в їх істотних зв’язках і відносинах, узагальнюються їхні істотні ознаки.

Види мислення

Предметом мислення людини є пізнавальні завдання, які мають різне змістовне підґрунтя і зумовлюють різне співвідношення предметно-дійових, перцептивно-образних та поняттєвих компонентів у їх розв’язанні. Залежно від цього розрізняють три головних види мислення: **наочно-дійове**, **наочно-образне** і **абстрактне**.

Наочно-дійове – характеризується тим, що в ньому розв’язання завдання безпосередньо включається в саму діяльність.

Наочно-образне – характеризується тим, що завдання за своїм змістом є образним матеріалом, застосовуючи який людина аналізує, порівнює чи узагальнює істотні аспекти в предметах та явищах.

Абстрактне або словесно-логічне мислення – відбувається в словесній формі за допомогою понять, які не мають безпосереднього чуттєвого підґрунтя, властивого сприйманню та уявленню.

Індивідуальні особливості мислення

Найістотнішими якостями, які виявляють індивідуальні відмінності мислення, є його ***особливості***: *самостійність, критичність, гнучкість, глибина, широта, послідовність, швидкість*.

Самостійність мислення – характеризується вмінням людини ставити нові завдання й розв’язувати їх, не вдаючись до допомоги інших людей. Самостійність мислення ґрунтується на врахуванні знань і досвіду інших людей. Людина, якій властива ця якість, творчо підходить до пізнання дійсності, знаходить нові, власні шляхи і способи розв’язання пізнавальних та інших проблем.

Самостійність мислення тісно пов’язана з критичністю мислення.

Критичність мислення – виявляється в здатності людини не підпадати під вплив чужих думок, об’єктивно оцінювати позитивні та негативні аспекти явища або факту, виявляти цінне та помилкове в них. Людина з критичним розумом вимогливо оцінює свої думки, ретельно перевіряє рішення, зважає всі аргументи “за” і “проти”, виявляючи тим самим самокритичне ставлення до своїх дій.

Критичність і самостійність мислення великою мірою залежать від життєвого досвіду людини, багатства та глибини її знань.

Гнучкість мислення – виявляється в умінні людини швидко змінювати свої дії при зміні життєвої ситуації, звільняючись від

закріплених у попередньому досвіді способів і прийомів розв'язання аналогічних завдань. Гнучкість мислення виявляється в готовності швидко переключатися з одного способу розв'язування завдань на інший, змінювати тактику і стратегію їх розв'язування, знаходити нові нестандартні способи дій за умов, що змінились, у здатності долати існуючі стереотипи.

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

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

Послідовність мислення – виявляється в умінні дотримуватись логічної наступності при висловлюванні суджень, їх обґрунтуванні.

Швидкість мислення – здатність швидко розібратися в складній ситуації, швидко обдумати правильне рішення і прийняти його.

Поняття інтелекту

При аналізі мислення та його зв'язку з особистістю використовують поняття *інтелект*.

Інтелект – сукупність загальних розумових здібностей, які забезпечують успіх у розв'язанні різноманітних задач.

Існують різні тлумачення поняття інтелекту, зокрема його ототожнюють із мисленнєвими операціями, зі стилем і стратегіями розв'язання проблемних ситуацій, зі здатністю до навчання, пізнання, переробки інформації, зі здатністю адаптуватися до обставин.

Факторами розвитку інтелекту є спадковість та вплив навколишнього середовища. Оцінка розвитку інтелекту людини є непростою проблемою для психології. Адже важко оцінити за однією шкалою здатність до зовсім різних розумових операцій (виконання математичних дій і міркування, просторову орієнтацію і уміння легко висловлювати свої думки тощо).

Мова

Мова – суто людський засіб спілкування в духовному і практичному житті людини і є системою знаків для передавання, приймання і використання інформації. Мова (зовнішня і внутрішня) – це спосіб існування мислення. Людська мова, на відміну від мови знакової взаємодії тварин, оперує поняттями.

Вербальне спілкування між людьми завжди здійснюється якоюсь мовою і підкоряється її законам. Ці закони визначають лад мовного спілкування, їхнє порушення утруднює спілкування.

Функції мови

Мова явище соціальне, вона є виявом національної свідомості й культури кожного народу. Мова виконує такі функції:

Інформаційна функція полягає в тому, що мова є засобом пізнання, збирання й оформлення всіх тих знань, які накопичені людьми в процесі їхньої діяльності. Різновидами цієї функції є функція збереження інформації, контактна функція, функція оформлення культурних цінностей.

Комунікативна функція реалізується у спілкуванні, розмовах, діалогах, полеміці. Вона створює суспільство як соціум. Комунікативна функція може виступати як самовираження особистості.

Експресивна (модальна) функція охоплює величезний діапазон у мовленнєвій поведінці людини. Ця функція мови реалізується в художній літературі, ораторському мистецтві, у дискусійному мовленні – суперечці, полеміці тощо.

Когнітивна функція. Це і спогади, роздуми у хвилини відпочинку, підготовка до усних висловлювань і формування письмового тексту, творча діяльність та ін.

Емоційно-виразна функція, що відмінна від неосмисленої виразної реакції тварини. Виразний компонент людської мови несе семантичний зміст і сприяє більш повній і глибокій передачі думки. Емоційно-виразна функція дозволяє передавати ставлення людини, яка передає інформацію, до того, що повідомляється.

Функція впливу людської мови полягає в її здатності спонукати інших людей до дії. Сила такого впливу залежить від змісту і

виразності мови. Найбільш наочно функція впливу мови виявляється в наказі, вимозі, проханні, що зобов'язують або спонукують співрозмовника зробити певний вчинок.

Функція повідомлення є проявом основного призначення мови – передавати інформацію. Вона полягає в передачі думок, виражених словами, фразами, невербальними засобами, іншим людям. Завдяки мові люди сприймають і усвідомлюють інформацію, що повідомляється їм. Функція повідомлення яскраво виражається в таких формах мови, як пояснення, виклад, роз'яснення.

Процес обміну думками здійснюється у виді ***усного і письмового мовлення***.

Усне мовлення – звучне мовлення, яке сприймається людиною на слух. Воно поділяється на *діалогічне* та *монологічне*.

Діалогічне мовлення – мовлення між двома або кількома співрозмовниками.

Монологічне мовлення – це таке мовлення, коли говорить одна особа, а решта слухає, сприймає її промову.

Письмове мовлення – це особливий вид мовлення, що дає змогу спілкуватися з відсутніми співрозмовниками.

Усне та письмове мовлення, які можуть набувати форми діалогу чи монологу, є зовнішнім мовленням.

Внутрішнє мовлення – людина користується ним, коли розмірковує про щось подумки, планує свої дії.

Щодо мови і мислення в науці існували два протилежні погляди – ототожнення мови й мислення (Д. Шлейєрмахер, Й.-Г. Гаман) і відривання мови від мислення (Ф.-Е. Бенекє). Представники першої точки зору вважали, що мова – це всього лише форма мислення. А оскільки відомо, що кожне явище має форму і зміст, то мова й мислення разом становлять один об'єкт. Представники протилежного погляду стверджували, що мова й мислення між собою абсолютно не пов'язані, мислення не залежить від мови, воно здійснюється в інших формах.

Насправді мова й мислення тісно пов'язані між собою, але цей зв'язок не є простим, прямолінійним, тому єдність мови та

мислення не є їх тотожністю. З одного боку, немає слова, словосполучення, речення, які б не виражали думки. Однак мова – це не мислення, а лише одне з найголовніших знарядь, інструментів мислення. З іншого боку, існують й інші форми мислення, які здійснюються невербально.

Поняттєве мислення – здійснюється за допомогою мови. Абстрактні поняття про любов і ненависть, життя і смерть, мову й мислення, науку й культуру, теорію відносності А. Ейнштейна чи гіпотезу вроджених граматичних структур Н. Хомського осмислити і передати без участі мови неможливо. Однак слід зауважити, що людина і в цьому випадку не завжди мислить вербально, тобто вимовляючи слова. Частіше люди мислять за допомогою внутрішнього мовлення, яке відрізняється від зовнішнього тим, що є згорнутим, зредукованим.

У людей усі типи мислення переплітаються, але превалює поняттєве, тобто основним знаряддям мислення є мова. Проте, що мова і мислення не тотожні, засвідчують й інші факти. Так, зокрема, мислення не має властивостей матерії, воно є ідеальним, тоді як мова має ідеальний (семантика) і матеріальний (звукова оболонка слів, матеріально виражені граматичні форми тощо) аспекти. Будова мови і будова мислення не збігаються. Мова і мислення оперують різними одиницями (фонема, морфема, слово, речення – поняття, судження, умовивід). Щоправда, багатовіковий процес оформлення й вираження думок за допомогою мови зумовив розвиток низки граматичних категорій, які частково збігаються з деякими категоріями мислення (підмет – суб'єкт, присудок – предикат, додаток – об'єкт, означення – атрибут).

Нарешті, ще одним вагомим доказом того, що мова і мислення нетотожні явища, є їх неодночасне виникнення. Історично мислення виникло раніше, воно передує мові. Саме тому й функції мови щодо мислення змінювалися. Спершу мова лише включалася в процеси мислення, доповнювала практично-дієве і наочно-образне мислення. З часом вплив мови на мислення зростав і мова стала основним знаряддям мислення.

Питання для самоконтролю

1. Охарактеризуйте пам'ять як пізнавальний процес.
2. Які види пам'яті вам відомі?
3. Охарактеризуйте основні мнемічні процеси
4. Уява та її провідні функції.
5. Назвіть основні види уяви.
6. Мислення як пізнавальний психічний процес
7. Назвіть основні мисленеві операції
8. Види мислення та їх особливості
9. У чому проявляються індивідуальні особливості мислення?
10. Які соціальні та біологічні фактори впливають на інтелект?
11. Мова та її функції.

Тематика рефератів

1. Індивідуальні особливості пам'яті у людей
2. Техніки розвитку пам'яті.
3. Зв'язок уяви та емоцій.
4. Зміни функцій уяви при патології мозкової діяльності.
5. Зв'язок мислення та мови.
6. Операції мислення та їх результати.
7. Інтелект та його різновиди. Техніки розвитку інтелекту
8. Значущість мови у розвитку людства

ТЕМА 6. Психологія особистості.

Людина – це, з одного боку, біологічна високоорганізована істота, що належить до класу ссавців, що відрізняється хорошим розвитком рук і має високоорганізований мозок. З іншого боку, людина – істота суспільна. Це найважливіша ознака, оскільки суспільне життя і громадські стосунки, колективна праця змінили і підпорядкували собі її біологічну, тілесну організацію.

Неповторність спектру якостей тілесної і психічної організації конкретної людини як представника виду людей відбивається в понятті індивід. Вживаючи поняття «індивід», говорячи як про особистість, так і про людину, підкреслюємо тим самим, що йдеться про окремого представника виду. Відповідно, поняття «індивідуальність» відбиває не лише психологічні особливості індивіда, але і морфофізіологічні (зріст, статура, риси обличчя і так далі). Людина як цілісна система включає дві підсистеми: організм (з його морфофізіологічною організацією) і особистість (з її психічною організацією). Обидві ці системи взаємозв'язані і обумовлюють особливості розвитку кожної. Розвиток організму людини значною мірою запрограмований в генетичному коді, а формування особистості людини здійснюється в залежності від включення в різні види діяльності, розвиток же особистості здійснюється з набуттям соціального досвіду. Разом з набуттям соціального досвіду у кожної людини здійснюється і розвиток її свідомості як вищої форми відображення об'єктів дійсності за допомогою мови. Саме розвиток свідомості відображає становлення людини як особистості. Сукупність особливостей якостей особистості, що утворюють її неповторний вигляд, прийнято називати індивідуальністю особистості.

Індивідуальність особистості складається з особливостей різних рис особистості, причому вплив соціального і біологічного в них далеко не однаковий. Є якості особистості, в розвитку яких роль біологічного, природженого велика (наприклад, темперамент), але є якості (мислення, пам'ять, уява і так далі), в яких домінуючу роль починають грати особливості навчання.

Походження терміну «особистість»

Скоморохи в XVII ст. надівали на себе маску, лічину, тому історично поняття «особистість» сходить до цього кореня. Тільки особистість, як ми розуміємо її зараз, це зовсім не маска, а як раз те, що ховається під маскою, сама ж людина її і надіває. Мабуть, від цієї скомороської маски слід провести іншу історичну лінію, до іншого психологічного поняття – роль. Так, дійсно, людина виконує безліч ролей і підкоряється безлічі рольових приписів. У поліклініці він хворий, в театрі – глядач, на службі – начальник або підлеглий, а в сім'ї батько, син або дід. Приміряючись до того, чого від нього чекають, відповідаючи на «рольові очікування», він ледве устигає змінювати маски, приміром, від синів шанобливості до батьківської суворості. Але особистість – це, швидше, носій ролі. Подібно до того як актор залишається самим собою, граючи лиходія або благородство героя. І те сказати, звичне виконання якої-небудь ролі накладає відбиток і на особистість людини. І все-таки роль не вміщується в особистість, є зовнішнім для неї атрибутом... Відповідність соціальним очікуванням – це необхідна, але зовсім не достатня характеристика особистості. Роль – це характеристика поведінки людини, її відповідність соціально схвалюваному образу. Поняття «особистість» припускає наявність у людини внутрішньої позиції по відношенню і до цієї ролі, яку вона виконує, відповідаючи цим очікуванням.

Особистість – поняття нескінченно багатіше, ніж функціональна роль. Сказати про конкретну людину, що вона індивід, також явно недостатньо. По суті, це говорить лише про те, що вона потенційно людина. Ще більше зростає роль навчання в розвитку таких якостей особистості, як знання, навички, уміння. Певну групу складають якості спрямованості особистості (інтереси, ідеали, переконання, світогляд і тому подібне), у формуванні яких роль біологічного нікчемна, зате роль соціального досвіду, і особливо виховання, виключно велика. Особистість людини формується і розкривається в процесі активної взаємодії з оточуючим її предметним і соціальним середовищем. Новонароджена людина ще не особистість.

Особистість – ця прижиттєве системне утворення, що відбиває соціальну суть реальної людини як свідомого суб'єкта пізнання і активного перетворювача світу. В процесі суспільно-корисної діяльності у людини складаються так звані прижиттєві механізми і процеси функціональної системи свідомої діяльності, завдяки якій вона не лише засвоює знання, уміння і навички, соціальний досвід людей, вона формує своє сприйняття, мислення, уяву, почуття і волю – словом, своє активне, свідоме ставлення до дійсності, до мотивів своїх дій і поведінки. Усвідомлення людиною своїх знань про навколишню дійсність, свого ставлення до людей і до себе як суб'єкта – неодмінна умова розвитку її відбивно-діяльності, що регулює її поведінку і дії у навколишньому світі.

Особистість – феномен соціального розвитку, конкретна жива людина, що має свідомість і самосвідомість. Свідомість особистості завжди носить суспільно-історичний характер: вона обумовлена інтересами, завданнями і політикою того суспільства, класу, до якого належить людина. Особистість формується і розкривається тільки в конкретній ситуації, яка кожного разу особливо складається для людини і у рамках якої вона приймає рішення і здійснює дії. Раніше вже підкреслювалося, що особистість розвивається, включаючись у різні види діяльності і соціальні відносини. При цьому природно виникає питання про спонукальні сили активності особистості. Якщо джерело активності особистості знаходиться поза процесом її взаємодії з середовищем, тоді виходить біхевіористський варіант розуміння розвитку особистості. Якщо джерело активності особистості закладене спочатку в ній і воно незмінне, а середовище тільки допомагає або перешкоджає розгортанню якостей, наявних від природи, тоді виходить фрейдистський варіант розвитку особистості. В обох випадках реалізується біологізаторський підхід, при якому особистість виявляється маріонеткою з тією лише різницею, що у разі біхевіористського тлумачення вона – маріонетка середовища, а у разі фрейдистського тлумачення – маріонетка підсвідомих комплексів і потягів (сексуальних, самозбереження). І той і інший підходи не відповідають істинному розумінню про-

цесу розвитку особистості, оскільки не можуть дати відповіді на питання, що ж породжує різні форми активності у людей, що знаходяться в однаковій ситуації (наприклад, героїзм або боягузтво, лицемірство або чесність і т. д.).

Матеріалістична психологія виходить з того, що особистість виявляє свою активність в процесі взаємодії з навколишнім світом, а джерелом її активності є потреби. Потреба – це психічне явище відображення нужди організму або особистості людини в чому-небудь. Наявність тієї або іншої потреби створюється порушенням рівноваги між організмом і середовищем (біологічні потреби) або між особистістю і суспільством (соціальні потреби). Потреба проявляється в певному стані психіки. Біологічні потреби, обумовлені чисто фізіологічними потребами організму, є і у тварин (потреба у воді, їжі, відпочинку і так далі). Але у людини навіть ці потреби у величезному ступені залежать від отриманого виховання, від впливу навколишнього, соціального середовища. Біологічні потреби у людини є суспільно-особистісними. Їх задоволення має зазвичай соціальний характер. Соціальні потреби розрізняються за характером предмету: матеріальні і духовні. У матеріальних потребах виявляється залежність людини від предметів матеріальної культури (засоби транспорту, предмети побуту, одяг і так далі), а в духовних – залежність від продуктів суспільної свідомості. Духовні потреби виражаються в засвоєнні духовної культури (потреба слухати музику, дивитися кінофільми і спектаклі, читати газети і журнали і так далі). Різновидом духовної потреби є і потреба в спілкуванні, яка виникла на зорі розвитку людського суспільства. Духовні потреби нерозривно пов'язані з матеріальними потребами. Для задоволення духовних потреб необхідні, як відомо, матеріальні речі (книги, газети, нотний папір, музичні інструменти, фарби, звуковідтворюючі пристрої і так далі), які є у свою чергу предметом матеріальних потреб.

Важливо відмітити, що предмети і явища, що оточують людину, не знаходяться в однаковому положенні відносно потреб різних людей, і відносно потреб однієї й тієї ж людини, в різній мірі обумовлюють активність особистості, оскільки мають різну

значущість для цієї особистості в різні періоди її життєдіяльності. Значущість об'єкту – це зафіксована в ньому потреба людини. Значущість конкретного предмета або явища може змінюватися для цієї людини в певний час, тому що процес розвитку потреби має циклічний характер (виникнення потреби, наростання її і пошук предмета цієї потреби, задоволення потреби і одночасно її спад), тобто процес розвитку цієї потреби знаходиться на одному з названих етапів. Значущість буває ситуативною і стійкою. Ситуативна значущість має місце тоді, коли в певній ситуації виникає потреба в об'єкті, задоволення якої не впливає на виникнення і розвиток нових потреб, які проявляються в подальшому ході діяльності і стимулюють активність особистості. До числа об'єктів, що мають ситуативну значущість, відносяться предмети, за допомогою яких задовольняються періодично виникаючі потреби в їжі, питві, відпочинку і т. д. Стійка значущість об'єкту – це фіксування в ньому таких потреб особистості, які є постійними компонентами її структури. Задоволення потреби в значимому об'єкті призводить до розвитку більш високої потреби, що також має стійку значущість. Будучи джерелом активності особистості, потреби лежать в основі виникнення її мотивів.

Мотиви – це пов'язані із задоволенням визначених потреб спонукання до діяльності. Якщо потреби складають суть усіх видів людської активності, то мотиви виступають як конкретні прояви цієї суті. Мотиви можуть бути стійкими і такими, що швидко проходять, усвідомленими, але і ті, і інші обумовлені суспільно-історичними умовами розвитку особистості. Слід розрізняти поняття «мотив» і «стимул». Мотив – це будь-яке психічне явище, що стало спонуканням до дії, вчинку або діяльності. Стимул – це об'єктивне явище, що діє на людину і викликає реакцію у відповідь. У людини стимул, відбиваючись свідомістю, стає мотивом, причому ним може стати і стимул, давно сприйнятий і збережений пам'яттю. Але найістотніше те, що мотив – відображення стимулу, перероблене особистістю. Один і той же стимул (наприклад, оцінка) у різних особистостей може бути відбитий як різні мотиви.

**Поняття: «людина», «особистість»,
«індивід», «індивідуальність», «суб'єкт»
та їхні характерні ознаки.**

Родовим серед усіх цих термінів є поняття «людина». Людина – це унікальна істота, найдивовижніше творіння природи й історії. Сучасна наука виокремлює в людині *природо-біологічний чинник*. Людина в цьому контексті розглядається як цілісна істота, яка належить світу природи, підпорядкована її законам. Наділена життєвими силами, людина є діяльною природною істотою. Ці сили існують у ній у вигляді задатків і здібностей, у вигляді потягів, прагнень, відчуттів, сприймань тощо.

Біологічна лінія розвитку людини представлена тілесною організацією, яка має такі ознаки: рівна постава, працьовиті руки, високорозвинутий мозок, особливі морфологічні ознаки. З іншого боку – *людина як соціальна істота* детермінована соціальними чинниками, вона є продуктом суспільних відносин, і, водночас, їх творцем.

Соціальна лінія розвитку полягає в тому, що людина є носієм свідомості, яка становить собою суспільний продукт. Оволодіння у процесі діяльності власними біологічними можливостями, їх «олюднення», тобто розвиток у нормативному напрямі, розвиток психічних властивостей, процесів і станів, формування свідомості й самосвідомості, механізмів самосвідомості, механізмів саморегуляції відбуваються у суспільстві й завдяки суспільству.

У взаємодії біологічної, соціальної та духовної складових забезпечується *психологічний результат*: людина набуває низку особливостей, які характерні лише їй – здатність віддзеркалювати світ у поняттях, планувати й прогнозувати, створювати теоретичні моделі, здійснювати мисленнєве моделювання, фантазувати й мріяти, оцінювати і трансформувати об'єкти, усвідомлювати саму себе й причини власних вчинків та дій, співвідносити бажання та обставини з умовами життя, діяти розумно й морально.

Людина як об'єкт пізнання перебуває в центрі дослідження низки наукових дисциплін, таких як філософія, педагогіка, пси-

хологія тощо. Вона пов'язана із навколишнім світом системою різноманітних відносин і зв'язків, які конкретизуються через поняття «індивід», «індивідуальність», «особистість». «Людина» є найбільш загальним поняттям – це біосоціальна істота, якій притаманні свідомість, мова, вищі психічні функції. Поняття «індивід» позначає конкретну людину, носія загальних спадкових якостей роду *Homo sapiens*. «Індивідуальність» – сукупність особливостей і певних властивостей людини, які характеризують її неповторність і виражаються в рисах характеру, у специфіці інтересів, якостей. Індивідуальність може виявлятися в інтелектуальній, емоційній, вольовій сфері чи одразу в усіх сферах психічної діяльності. Індивідуальність є найяскравішою ознакою особистості.

Поняття «особистість» розкриває соціально-психологічну сутність людини, яка формується в результаті засвоєння індивідом суспільних форм свідомості й поведінки, суспільно-історичного досвіду людства. Особистістю ми стаємо під впливом суспільства, у процесі виховання, навчання, взаємодії, спілкування. Насамперед, особистість – соціальна істота, суб'єкт пізнання, активний діяч суспільного розвитку. Таким чином, «особистість» є інтегральним поняттям, яке характеризує людину як об'єкта й суб'єкта біосоціальних відносин і об'єднує в ньому загальнолюдське, соціально специфічне та індивідуально-неповторне. Її змістовними (ключовими) ознаками є: цілісність, унікальність, активність, відкритість, саморозвиток і саморегуляція.

Щоб з'ясувати особливості формування властивостей особистості, у тому числі й соціально-психологічних, необхідно розглядати її життя в суспільстві, її рух у системі суспільних відносин. Наукове бачення взаємозв'язку особистості й суспільства пов'язане із розумінням її як цілісної системи із професійними, національними, сімейно-побутовими, психологічними та іншими ознаками, які формуються у процесі взаємин людини з іншими людьми, соціальними групами, суспільством. При цьому в поняття «соціальне» входять умови життєдіяльності людини, особливості суспільних відносин, виробництва, соціальних ін-

ститутів, специфіка системи виховання, поширення інформації, які визначають поведінку людини і водночас самі зумовлені її соціальною активністю та творчою діяльністю. Отже, особистість у своєму розвитку відтворює досягнення історії людської культури та цивілізації. Утверджуючи свою індивідуальність і неповторність у цій взаємодії, виявляючи активність, особистість намагається реалізувати себе як професіонала у діяльності та соціальних відносинах.

Соціально-психологічна компетентність особистості – сукупність спеціальних комунікативних, перцептивних та інтерактивних знань, які дають змогу орієнтуватися в соціальних ситуаціях, міжособистісних відносинах (взаємодія, відображення соціальних оцінок, регуляція поведінки тощо), приймати правильні рішення та досягати визначених цілей. Розвиток соціально-психологічних властивостей відбувається у єдності внутрішньої психічної та зовнішньої практичної діяльності: з одного боку, соціально-психологічні властивості особистості виявляються, формуються й розвиваються в соціумі, з другого – соціальне середовище, володіючи багатьма рівнями свободи, значною мірою визначається особистісними комунікативними якостями та перцептивно-інтерактивними можливостями людини.

Особистість не тільки цілеспрямована, але й самоорганізуюча система. Об'єктом її уваги й діяльності є не лише зовнішній світ, а і вона сама, що виявляється у почутті «Я», яке є уявленнями про себе, самооцінкою, програмою самовдосконалення, здатністю до самоспостереження, самоаналізу й саморегуляції. Бути особистістю – значить мати активну життєву позицію, здійснювати вибір, оцінювати наслідки прийнятого рішення і відповідати за них перед собою й суспільством, у якому живеш. Отже, особистість як предмет дослідження необхідно розглядати як цілісне утворення, унікальну систему, результат взаємодії сукупності зовнішніх та внутрішніх факторів, що впливають на людину в процесі її становлення й розвитку в соціумі.

Соціалізація особистості

Соціалізація у широкому розумінні означає розвиток людини як соціальної істоти, становлення її як особистості. Соціалізація – це процес входження індивіда в суспільство, активного засвоєння ним соціального досвіду, соціальних ролей, норм, цінностей, необхідних для успішної життєдіяльності в певному суспільстві. У процесі соціалізації в людини формуються соціальні якості, знання, вміння, навички, що дає їй змогу стати дієздатним учасником соціальних відносин. Людина долучається до групи, намагаючись стати її частиною, досягнути почуття «Ми» і почуття «Я» серед «Ми», що позбавляє самотності, дає відчуття сили і впевненості, спонукає до впливу на соціальне життя у групі в процесі міжособистісних контактів, сприяє набуттю індивідуального досвіду

Формами реалізації процесу соціалізації є соціальна адаптація та інтеріоризація. Соціальна адаптація – вид взаємодії особи із соціальним середовищем, у процесі якого відбувається узгодження вимог та сподівань обох сторін. Цей процес вказує на пристосування індивіда до рольових функцій, соціальних норм, спільностей, до умов функціонування різних сфер суспільства. Інтеріоризація – процес формування внутрішньої структури людської психіки за допомогою засвоєння соціальних норм, цінностей, ідеалів, процес переведення елементів зовнішнього середовища у внутрішнє «Я». Таким чином, процес соціалізації є двостороннім і передбачає засвоєння індивідом соціального досвіду шляхом входження в соціальне середовище, систему соціальних зв'язків і активне їх відтворення. Тобто людина не тільки адаптується до умов соціуму, елементів культури, норм, що формуються на різних рівнях життєдіяльності суспільства, а й завдяки своїй активності перетворює їх на власні цінності, орієнтації, установки. Соціалізація здійснюється через низку умов, які після їхнього групування можна назвати «факторами». Такими факторами соціалізації є: цілеспрямоване виховання, навчання і випадкові соціальні впливи в діяльності та спілкуванні. Соціалізуючись, дитина не пасивно приймає різні впливи (зо-

крема виховні), а поступово переходить від позиції об'єкта соціального впливу до позиції активного суб'єкта. У процесі соціалізації індивід бере участь у соціальних відносинах, змінюється його психіка.

Стихійна (або ненаправлена) соціалізація відбувається, нібито, «автоматично» в результаті перебування індивіда в певному соціальному оточенні. Сукупність різноманітних груп, що оточують індивіда, їх особливості, неоднаковість рівня соціального розвитку, відмінності рівня домагань, поглядів, практики соціальних зв'язків і відношень, висувають різні вимоги до особистості. Цілеспрямована соціалізація являє собою спеціально розроблену певним суспільством систему засобів впливу на людину, з метою формування її особистості у відповідності з інтересами цього суспільства. Сутність цілеспрямованої соціалізації значною мірою переплітається з поняттям «виховання», у якому акцентується увага на ролі зовнішнього впливу в розвитку особистості, тобто односторонній дії. Поняття ж «соціалізація» передбачає взаємодію індивіда й соціальних умов життя людини й суспільства, внаслідок чого відбувається розвиток як індивіда, так і людства в цілому, тобто соціалізація є процесом двостороннім. Важливу роль у процесі соціалізації відіграють соціальні інститути, тобто системи спеціально створених або таких, що природно склалися, установ і органів, функціонування яких спрямоване на розвиток індивідів, насамперед, шляхом освіти і виховання. Розрізняють формальні, тобто офіційні установи суспільства (держави), призначення яких полягає у вихованні і навчанні кожного нового покоління (дошкільні установи, школи, вузи, культурні установи тощо) і неформальні соціальні інститути, тобто такі, що мають соціально-психологічне підґрунтя – малі і великі групи, в які включений певний індивід.

Отже, соціалізація є результатом взаємодії низки обставин, сукупний вплив яких вимагає від людини певної поведінки й активності.

Варто зазначити, що соціалізація дітей відрізняється від соціалізації дорослих. Основними відмінностями є те, що:

1) соціалізація дорослих виявляється головним чином у зміні внутрішньої поведінки, тоді як дитяча соціалізація коригує базові ціннісні орієнтації;

2) дорослі можуть оцінювати норми, а діти здатні тільки засвоювати їх;

3) соціалізація дорослих передбачає неоднозначне розуміння добра і зла, водночас як соціалізація в дитинстві будується на повному підкоренні дорослим і строгому виконанні правил;

4) соціалізація дорослих спрямована на оволодіння певними навичками, а соціалізація дітей формує головним чином мотивацію їхньої поведінки.

Особистість є реальним носієм усіх соціально – значимих рис і стосунків суспільства, в якому вона здійснює свою життєдіяльність. Завдання конкретного соціологічного дослідження особистості полягає в тому, щоб в сукупності осіб і колективів виявити загальні стійкі ознаки і властивості, що повторюються, з певною повнотою характеризуючи соціально-значимі риси і соціальні стосунки історично визначеної суспільно-економічної формації, вивчити основні тенденції їх розвитку. Особистість – конкретне вираження суті людини, певним чином реалізована в індивіді, інтеграція соціально значимих рис і соціальних стосунків, що відносяться до суті цього суспільства. Особистісним проявом індивіда є здійснювана ним діяльність, яка в самій особистості виступає як сукупність різноманітних здібностей до діяльності. Головне в особистості – її соціальна якість.

Соціальне положення (статус) – це місце і роль людини в суспільстві, що витікає з її економічних і політичних позицій, із соціального положення індивідів, що належать до різних класів і груп. Соціальне положення індивідів усередині кожної соціальної організації або об'єднання визначає стійкий характер зв'язку між індивідами і групами індивідів, що мають загальні соціально-значимі ознаки, а так само їх відношення до завдань, що стоять перед суспільством. Загальні ознаки соціального положення індивідів виражають загальну спрямованість і характер стосунків цих груп індивідів до основних соціальних цілей су-

спільства. Особистість виступає не лише як об'єкт, але й суб'єкт соціальних стосунків. Ступінь співпадіння (неспівпадіння) вимог до особистості і виборчого ставлення особистості до цих вимог визначає загальну спрямованість та рівень соціальних стосунків схожих груп індивідів до соціальних цілей суспільства. Отже, для того, щоб виявити рівень цих стосунків, необхідно мати три види інформації:

а) про вимоги до особистості, що займає належну соціальну позицію;

б) про заломлення цих вимог у свідомості особистості, її матеріальних і духовних потребах;

в) про реальну поведінку особистості в цій соціальній позиції.

Місце, займане особистістю в суспільстві, її ставлення до своїх соціальних позицій обумовлені (з боку самої особистості) рядом чинників:

а) сукупністю соціальних особливостей особистості;

б) оцінкою себе і своїх соціальних позицій, якою визначається спрямованість інтересів і активності дій особистості;

в) особистісними, фізіологічними і психологічними характеристиками індивідів.

У різні життєві цикли людини (до 7 років, 7-15, 16-17, 18-25 і так далі) по-різному протікає її життєдіяльність, міняються її інтереси і стосунки з іншими людьми. Соціальне походження значною мірою робить вплив на стосунки людини на ранніх східцях розвитку і формування її характеру. Соціальне значення чинника національності проявляється в культурі, побуті, психологічному складі людини. Освіта – загальна, професійно-технічна, спеціальна або вища – має безпосередній зв'язок із формами соціальної діяльності людей, багато в чому визначає їх соціальне положення. Рівень культури виражається не лише в рівні освіти, кількості отримуваної інформації, але і в рівні виховання, у формах проведення дозвілля, соціального положення і структурі особистості. Кваліфікація (наприклад, розряди по професіях) також є важливим показником соціального положення і структури особистості. Самооцінка особистістю своєї діяльно-

сті в процесі праці і побуту і умов цієї діяльності, виражаючи суб'єктивну сторону соціально-значимих рис особистості, безпосередньо позначається на результатах її діяльності. Ця самооцінка виражається в ступені задоволеності (незадоволеності) професією, роботою, умовами і чинниками праці, рівнем і якістю отриманої освіти. Суть особистості визначається системою соціальних стосунків, і в той же час особистість активна, вона є не лише носієм системи соціальних стосунків, але і своєю діяльністю її змінює.

Різноманітні концепції особистості безпосередньо зумовлені різним розумінням людини. Існують твердження, що людина – це істота, яка мислить, політична тварина (за Арістотелем). Натомість маємо також і біблійне розуміння людини як втілення Духа. Визначення людини переважно тяжіють до одного або другого полюса, акцентуючи на біологічно-раціональному або духовному аспектах людини. Студентові варто самостійно віднайти взаємозв'язок між цими вимірами, який по-різному представлений і розглянутий у теоріях особистості.

Соціальна установка особистості

Особливості реагування людини на оточуюче середовище та різноманітні події й ситуації, пов'язані з дією соціальних установок, які є одними з основних соціально-психологічних характеристик особистості. **Соціальна установка** – стійке, фіксоване утворення, що надає особистості стабільності та спрямованості її діяльності, поведінці, уявленню про світ і саму себе. Установка свідчить про готовність людини діяти певним чином, що зумовлює швидкість її реагування на ситуацію та деякі ілюзії сприймання.

У західній соціальній психології для позначення соціальних установок використовується термін «атитюд», який у 1918 р. запропонували У. Томас і Ф. Знанецький. Атитюд визначається як «психологічне переживання індивідом цінності, значення, сенсу соціального об'єкта». У якості соціального об'єкта можуть виступати особи, групи, соціальні норми, соціальні явища, організації, соціальні інститути (економіка, шлюб, політика), краї-

ни тощо. Атитюд також розумівся як певний стан свідомості та нервової системи, що виражає готовність до реакції на основі попереднього досвіду. Атитюд є латентним (прихованим) ставленням до соціальних ситуацій та об'єктів і характеризується модальністю. Значний внесок в розробку теорії установки здійснив грузинський психолог Д. Узнадзе. Він визначив її як цілісний динамічний стан готовності людини до певної активності. Важливими ознаками установки є інтенсивність позитивного чи негативного афекту, тобто ставлення до певного психологічного об'єкта та її латентність або недоступність для прямого спостереження.

Структуру соціальної установки або атитюду утворюють такі компоненти:

- 1) когнітивний компонент включає знання, думки, твердження стосовно об'єкта установки;
- 2) афективний компонент характеризує ставлення до об'єкта, виражене в емоціях (почуттях, переживаннях), які він викликає;
- 3) конативний компонент характеризує готовність до певної поведінки.

Проте низка науковців наголошує на суперечності між зазначеними компонентами структури, доводячи, що когнітивний компонент включає певну оцінку об'єкта як позитивного чи негативного, а конативний – містить оцінку дії стосовно предмета установки. У реальному житті дуже важко відокремити когнітивний та конативний компоненти від афективного. Крім того, установки людини не завжди збігаються з її реальними вчинками. Таким чином, у структурі соціальної установки, зазначені компоненти можуть бути як узгодженими (мають однакову спрямованість), так і неузгодженими (суперечать один одному). Узгоджена соціальна установка викликає послідовні, позитивні чи негативні дії. Неузгоджена, навпаки, породжує амбівалентні почуття й непослідовні дії. Основними функціями соціальної установки є регулятивна та випереджувальна.

«Я-концепція» як соціально-психологічний феномен

Усвідомлене ставлення людини до своїх потреб і здібностей, потягів і мотивів поведінки, переживань і думок називають самосвідомістю особистості. В основі самосвідомості лежить здатність відокремлювати себе від власної життєдіяльності. Ця здатність виникає у спілкуванні при формуванні свідомості, мислення, розуміння, ставлення до свого буття, вона опосередкована спільною діяльністю, що сприяє формуванню певного уявлення про себе, свою здатність до суспільно значущих дій та вчинків. Уявлення про себе або суб'єктивний образ свого «Я», виникає під впливом оцінного ставлення інших людей при співвіднесенні мотивів, мети й результатів своїх вчинків та дій із соціальними нормами поведінки, які прийняті в конкретному суспільстві. *Результатом процесів самосвідомості є «Я-концепція» особистості.*

«Я-концепція» – це динамічна система уявлень людини про себе, яка включає усвідомлення своїх фізичних, інтелектуальних та інших особливостей; самооцінку та суб'єктивне сприймання зовнішніх чинників, які впливають на особистість.

«Я-концепція» складається із трьох структурних елементів:

- пізнавальний (когнітивний) компонент – характеризує зміст уявлень особистості про себе;
- емоційно-оцінний (афективний) компонент – відображає ставлення до себе загалом чи до окремих сторін своєї особистості, діяльності й проявляється в системі самооцінок. Самооцінка породжує такі підструктурні складові як: самоставлення (позитивне чи негативне), самоповага чи самозневага, почуття власної цінності чи комплекс неповноцінності тощо.
- поведінковий (конативний) компонент – характеризує поведінкову реакцію, яка виникає в результаті взаємодії перших двох компонентів. Його підструктурними елементами є саморегуляція та самоконтроль. Когнітивна схема «Я-концепції» включає в себе дві підсистеми: особистісну ідентичність і соціальну ідентичність. Особистісна ідентичність – це самовизначення людиною своїх фізичних, інтелектуальних і моральних рис.

«Я-концепція» являє собою певну систему і зміна одного аспекту може повністю змінити природу цілого. Відомий психолог К. Роджерс відзначав, що «Я-концепція» – це складна структурована картина, яка існує у свідомості індивіда. У рамках структури «Я-концепції» він виділяє три основні модальності: 1) «реальне Я» – установки, пов'язані з тим, як людина сприймає свої актуальні здібності, ролі, статус, тощо; 2) «дзеркальне (соціальне) Я» – установки, пов'язані з уявленнями людини про те, як її сприймають інші; 3) «ідеальне Я» – установки, пов'язані з уявленнями людини про те, якою б вона хотіла стати. «Ідеальне Я» містить цілі, пов'язані з майбутнім, образ того, якою людина прагне або сподівається стати для досягнення адекватності та досконалості.

Якщо «реальне Я» і «ідеальне Я» різко відрізняються, то їх низька конгруентність (збіг) породжує низьку самооцінку, високу тривожність, ознаки депресії. Такі розбіжності можуть призводити до спотвореного сприйняття реальності, породжувати різні психологічні труднощі. Якщо виникає неузгодженість між реальним досвідом і «реальним Я», то може виникати психологічна дезадаптація, як результат спроб захистити сформовану «Я-концепцію» від загрози зіткнення з таким досвідом, що з нею не узгоджується. Це призводить до викривлення у сприйнятті досвіду або до ігнорування досвіду у формі невірної його інтерпретації.

Центральним компонентом «Я-концепції» є самооцінка особистості. Самооцінка – це та цінність, значущість, якої надає собі індивід загалом (відображає рівень самоповаги, прийняття чи неприйняття себе) та окремим рисам своєї особистості, діяльності, поведінки. Самооцінка може мати різний рівень усвідомлення. Охарактеризувати її можна за такими параметрами:

- 1) за рівнем виділяють високу, середню та низьку самооцінку;
- 2) за співвіднесенням з реальними успіхами – адекватну та неадекватну (завищену та занижену);
- 3) за особливостями будови – конфліктну та безконфліктну.

Для розвитку особистості ефективною є досить висока загальна самооцінка, що співвідноситься з адекватними частковими самооцінками різного рівня. Стійка й разом з тим досить гнучка самооцінка, яка за необхідності може змінюватися під впливом нової інформації, набутого досвіду, оцінок інших людей, є оптимальною як для особистісного зростання, так і для продуктивної діяльності. Негативно впливає на них надмірно стійка, ригідна самооцінка, а також надто нестійка, така, що змінюється за найменших впливів. Самооцінка формується на основі оцінок навколишніх, оцінки результатів власної діяльності, а також на основі співвіднесення реального та ідеального уявлення про себе. Самооцінка виконує регуляційну й захисну функції, впливає на поведінку, діяльність і розвиток особистості, її стосунки з іншими людьми. Відображаючи рівень задоволення чи незадоволення собою, вона створює основу для сприймання власного успіху чи неуспіху в діяльності, досягнення мети певного рівня, тобто рівня домагань особистості. Отже, «Я-концепція» особистості є результатом тривалого процесу розвитку, який починається з моменту народження і триває протягом усього життя.

Виділяють такі стадії формування «Я-концепції»:

Перша стадія – відчуття свого тіла. Протягом першого року життя дитина починає розуміти що її тіло існує незалежно від зовнішнього світу і належить тільки їй.

Друга стадія – відчуття самоїдентичності, коли дитина усвідомлює себе як конкретну і важливу особу. Відправною точкою для виникнення почуття цілісності й безперервності «Я» стає власне ім'я дитини. Вивчивши своє ім'я, дитина починає усвідомлювати, що незважаючи на всі зміни у зрості та взаємодії із зовнішнім світом, вона залишається однією й тією ж людиною.

Третя стадія – формування самоповаги. Спочатку почуття самоповаги проявляється як почуття гордості, яке відчуває дитина, коли виконує щось самостійно. Таким чином, самоповага залежить від успішного виконання дитиною певного завдання. Пізніше самоповага набуває відтінків змагальності. Визнання однолітків є важливим джерелом нових самооцінок протягом усього дитинства.

На четвертій стадії відбувається розширення власних меж. Дитина починає усвідомлювати, що їй належить не тільки власне тіло, а також і інші елементи навколишнього світу, включаючи людей. Протягом цього періоду діти навчаються досягати значення «мій».

На п'ятій стадії починає формуватися образ «Я». Дитина починає дізнаватися чого від неї очікують батьки, родичі, вчителі та інші люди, яким вони хочуть її бачити. Саме в цей період дитина починає розуміти різницю між «Я – хороша» і «Я – погана».

Шоста стадія (між 6 і 12 роками) характеризується усвідомленням раціональним управлінням собою. Індивід на цій стадії використовує абстрактну аргументацію й застосовує логіку для вирішення повсякденних проблем. Дитина ще не довіряє собі настільки, щоб бути морально незалежною, тому думки інших відіграють важливу роль. Ця стадія розвитку відображає сильний конформізм, моральну й соціальну слухняність.

На сьомій стадії в підлітково-юнацькому віці відбувається оформлення «Я-концепції», цілісного почуття «Я» (постановка перспективних цілей, наполегливість в пошуку шляхів вирішення намічених завдань, відчуття того, що життя має сенс). Однак і в зрілому віці це прагнення розвивається, тому що розгортається новий етап пошуку самоідентичності, нової самосвідомості. Восьма стадія у формуванні «Я-концепції» пов'язана з унікальною здатністю людини до самопізнання й самооцінки. Важливі події життя змушують особистість переглядати ставлення до себе. Якщо новий життєвий досвід узгоджується з існуючими уявленнями про себе, він легко асимілюється, входить всередину Я-концепції. Якщо новий досвід не вписується в існуючі уявлення, то «оболонка» Я-концепції спрацьовує як захисний екран. Таким чином, важливою функцією Я-концепції є забезпечення внутрішньої узгодженості людини, відносної сталості поведінки, незважаючи на безперервний тиск навколишнього світу. Розвиток особистості в усіх її формах (спілкування, поведінка, діяльність) перебуває під визначальним ситуативним впливом Я-концепції. Її інтегральне значення полягає в забезпе-

ченні гармонії психічного світу людини, збалансованого становлення її особистості.

Діяльність особистості

Діяльність – активність людини, активна її взаємодія з середовищем, спрямована на досягнення свідомо поставлених цілей, пов'язаних із задоволенням своїх потреб, інтересів, бажань. Під метою мається на увазі передбачуваний результат дії, спрямованої на предмет, за допомогою якого людина має намір задовольнити ту або іншу потребу. Тільки за наявності в активності людини усвідомлюваної мети можна говорити про діяльність. Якщо ж в активності людини відсутня усвідомлювана мета, то ми не можемо говорити про неї як про людську діяльність. В даному випадку ми маємо справу з імпульсивною поведінкою. На відміну від діяльності вона виражає лише афекти і потяги індивіда, і тому може носити егоїстичний і антисуспільний характер. Психічна активність, що лежить в основі людської діяльності має різні форми: інстинктивна поведінка, виконання навичок, орієнтовна поведінка та ін. Усі форми активності з різною мірою вираженості можна виявити і у людей, і у тварин. Але людська діяльність сприяє пізнанню навколишнього світу і тому має такі особливі риси: 1) носить свідомий характер – людина створює мету і сприяє її досягненню, передбачає результат; 2) пов'язана з виготовленням, вживанням і зберіганням знарядь праці; 3) носить суспільний характер.

Структура діяльності

Ми вже говорили про те, що людська діяльність пов'язана з потребами. Але основними компонентами структури діяльності є цілі і мотиви. Якщо немає мети, то немає і діяльності, в її істинному сенсі. Діяльність викликається певними мотивами, які підштовхують людину у бажанні поставити перед собою ту або іншу мету, і приступити до діяльності для її досягнення. Мета – це те, заради чого діє людина. Мотив – це те, чому діє людина (причина). Як правило, людину до діяльності спонукає не один мотив і не одна окрема мета, а ціла система об'єднаних між собою цілей і мотивів. У структуру діяльності входять і окремі її

акти, що називаються діями. Дії зазвичай усвідомлені, але міра усвідомленості їх може бути різна. Неусвідомленими вони можуть бути у випадках недостатнього розуміння цілей і завдань виконуваних дій. Імпульсивними називають дії, які з'являються несподівано і спонтанно. Розділяють такі дії на практичні і розумові. Вони тісно взаємозв'язані між собою і одні (розумові) виникають на основі інших (практичних).

Види діяльності

Видів діяльності існує величезна множина. Але серед їх різноманіття найголовніші такі, що забезпечують існування людини, наприклад її формування як особистості. До основних видів діяльності відносять ігрову, навчальну і трудову. Життєво важливою є така діяльність як спілкування. У широкому розумінні вона може розглядатися як абсолютно самостійний вид зі своєю структурою (метою, мотивами, діями і так далі), але також і як компонент, і як умова виконання інших видів діяльності (ігровою, навчальною, трудовою). Спілкування визначається як взаємодія індивідів, в якій відбувається обмін інформацією на основі взаємного психічного відображення. Основні види діяльності розрізняються результатами і мотиваціями. Праця вважається основним видом діяльності. Вона займає особливо важливе місце в житті людини. А інші види діяльності є похідними від нього і виступають підготовчими етапами. Результатом трудової діяльності є створення суспільно корисного продукту. Якщо в результаті трудової діяльності створюється щось нове, оригінальне, цінне, то вона набуває творчого характеру і носить назву творчої діяльності. Гра не припускає обов'язкового отримання якого-небудь кінцевого результату на відміну від попередньої діяльності, її метою є сама здійснювана діяльність, а не практичні результати, що отримуються за її допомогою. Дослідження показують, що будь-яка гра індивідуума є формою реалізації його психічної і фізичної активності, формою життєдіяльності, в ході чого засвоюються соціальні вимоги поведінки, норми, тобто досвід, і роблять вплив на розвиток особистості людини. Серед такого роду ігор поширення отримали спортивні, ділові, сюжетно-рольові та

інші ігри. Навчання припускає кінцевий результат лише на стадії переходу до трудової діяльності. Метою навчання є засвоєння людиною певних знань, навичок і умінь. Завдяки навчанню людина має можливість розвиватися як свідомо особистість на основі засвоєння нею теоретичного і практичного досвіду людства. Це взагалі особлива діяльність, де усе підпорядковано розвитку особистості і сприяє формуванню знань, навичок, умінь і здібностей людини в ході її розвитку. У цьому її основна відмінність від інших видів діяльності. Людині майже у будь-якому віці властиві усі види діяльності, але в різні періоди життя для людини вони мають різне значення. У дитини-дошкільника – переважає ігрова діяльність. У школяра – переважає навчальна діяльність. У дорослого – переважає трудова діяльність.

Уміння і навички людини

У процесі практичного засвоєння і набуття досвіду в тій або іншій діяльності людина удосконалюється в її виконанні. Рівні засвоєння діяльності різні.

Уміння – освоєний людиною спосіб виконання діяльності. Знання, уміння і навички, необхідні для подальшої трудової діяльності, формуються в процесі навчальної діяльності. Найчастіше уміння – це освоєний людиною спосіб застосування знань на практиці. Для того, щоб людина опанувала якісь уміння, вона повинна знати, як це робити. Отримавши знання, вона вчиться застосовувати їх в практичній діяльності – у неї виробляються уміння. В процесі вправ, в ході практичної діяльності уміння удосконалюються, людина виконує цю діяльність все більш і більш правильно, точно, швидко, безпомилково.

В результаті цього добре освоєні операції в діяльності починають виконуватися автоматично, без свідомого контролю. Таку дію, у складі якої окремі операції стали автоматизовані в результаті вправ, називають **навичкою**. Отже, навичка – частково автоматизована дія.

Розрізняють рухові (моторні) і інтелектуальні (розумові) навички. Фізіологічна основа навички – динамічний стереотип (механічне повторення якоїсь дії). Як видно, уміння і навички

формується шляхом постійних вправ. Вправа – це багатократне повторення дій для їх свідомого вдосконалення. Але вправа – не просто багатократне механічне повторення дій. Можна часто повторювати одні і ті ж дії, але якщо немає свідомої мети їх удосконалити, поліпшення може і не настати. Потрібне дотримання двох умов : 1) має бути присутньою наявність ясно усвідомленої мети і прагнення її досягти; 2) той, хто навчається, повинен знати, яких результатів він домагається у виконанні вправ, усвідомлювати свої успіхи, свої помилки і причини їх. Основні показники успішного формування навички – систематичне досягнення все більш і більш високої якості роботи, зменшення кількості помилок і так далі. Важливими чинниками формування навички є також: 1) усунення зайвих рухів і зняття м'язової напруженості; 2) об'єднання окремих рухів або дій в одне цілісне. Взаємодія навичок. В ході виконання якої-небудь діяльності формуються різні навички, які можуть вступати у взаємодію одна з одною. При взаємодії навичок відбувається їх взаємовплив, який може бути або позитивним, або негативним. При позитивному впливі раніше засвоєна навичка сприяє оволодінню новими діями і це називають перенесенням навички. Наприклад, навички рішення математичних завдань одного типу допомагають вирішувати завдання іншого типу. Перенесення навички відбувається тоді, коли між освоєною і освоюваною діяльністю є схожість. Якщо ж між ними немає нічого спільного, а навпаки – істотна відмінність, то стара навичка може гальмувати формування нової. Такого роду негативний вплив сформованих навичок на освоєння нових називають інтерференцією. Наприклад, музикантові, який вчився грати сам, складно освоїти школу гри на музичному інструменті, почавши займатися у фахівця. У таких випадках неправильно працює навичка вимагає заміни новою правильною.

Звички

Звичка і навичка багато в чому схожі: звички також є автоматизованими способами виконання дій, що закріпилися в результаті багатократного повторення. Звичка – потреба людини здійснювати певні дії. В основі звичок також лежать динамічні

стереотипи. Звичка – навичка, що стала потребою. Різниця полягає ще і в тому, що навичка – це можливість успішного здійснення яких-небудь дій, звичка – спонукання здійснювати ці дії.

Види звичок

Побутові та моральні. Прикладами перших можуть бути: миття рук перед їдою, умивання після сну, взування при виході з будинку, застилення ліжка і так далі. В якості прикладів моральних звичок приведемо наступні: вітання при зустрічі, ввічливість, чуйність, обов'язковість і тому подібне.

Позитивні або корисні і негативні або шкідливі. До позитивних можна віднести усі вище перелічені приклади звичок, а серед шкідливих доводиться відмітити: паління, упертість, лень, невміння слухати співрозмовника та ін. Зрозуміло, що для сприятливого розвитку особистості доцільно позбавлятися від шкідливих звичок і культивувати в собі позитивні.

Шляхи формування звичок можуть бути різні. Основним з них є багатократне повторення впродовж певного часу якоїсь дії. Багатократне повторення може бути викликане наявністю умов: 1) вимога з боку інших людей (дорослих, однолітків, начальства та ін.); 2) усвідомлене або неусвідомлене наслідування кому-небудь; 3) свідоме цілеспрямоване самовиховання. Для позбавлення від шкідливих звичок і самовиховання корисних потрібні вольові зусилля і самоконтроль. Спонукальною силою цього процесу може виступати і приклад інших людей, особливо значимих для цієї людини. У цьому розділі ми ознайомилися з поняттям діяльності. З'ясували, що діяльність людини носить соціальний характер і не зводиться до простого задоволення виникаючих потреб, навпаки, великою мірою вона обумовлюється вимогами з боку суспільства.

Структура діяльності свідчить про те, що будь-який з її видів здійснений при свідомому психічному відображенні навколишнього світу. Свідомість відображення полягає в тому, що людина якоюсь мірою усвідомлює цілі і мотиви своїх дій і вчинків, а також здатна оцінювати і припускати кінцевий результат діяльності. Треба відмітити і той факт, що будь-яка діяльність включає

як внутрішній, так і зовнішній компоненти. Але обоє вони тісно взаємозв'язані, причому внутрішній компонент являється похідним від зовнішнього. Суть такого походження полягає в тому, що предметні дії (зовнішні) первинні по відношенню до психічної діяльності. Але існує й інша точка зору, яка розглядає процес породження певної людської діяльності як результат внутрішньої (психічної) активності, але, як правило, усвідомленої. Річ у тому, що людина стає здатною здійснювати в думці ті ж дії, що і на практиці, у міру накопичення досвіду. Таке явище, при якому відбувається перехід від зовнішнього, предметного плану дії до внутрішнього, розумового, називається інтеріорізацією. Зворотний цьому процес називається екстеріорізацією – переходом від внутрішнього, розумового плану дії до зовнішнього, здійснюваного у вигляді прийомів і дій з предметами.

Питання для самоконтролю

1. У чому полягає різниця між поняттями «людина», «індивід», «особистість»
2. У чому полягає суспільно-історичний характер свідомості особистості?
3. У чому виражаються матеріальні та духовні потреби людини?
4. Назвіть основні етапи соціалізації особистості.
5. Назвіть відомі вам концепції особистості.
6. Що являє собою «Я-концепція» особистості?
7. Які структурні елементи містяться у «Я-концепції»?
8. Що таке самооцінка та які вона має різновиди?
9. Які стадії розвитку має «Я-концепція»?

Тематика рефератів

1. Людина, індивід, особистість.
2. Особистість як феномен соціального розвитку.
3. Біологізаторський підхід у розумінні особистості.
4. Біологічні та соціальні потреби особистості як джерело її активності

5. Соціальні установки особистості.
6. «Я-концепція» як соціально-психологічний феномен
7. «Я-концепція» за К. Роджерсом
8. Самооцінка як центральний компонент «Я-концепції»
9. Діяльність особистості та її структура.

ТЕМА 7. Емоційно-вольова сфера особистості: почуття та емоції.

Усе наше життя – процес раціонального оволодіння знаннями, фактами, теоріями. Але ми також хочемо себе оточити предметами і людьми, що нам подобаються, до яких ми прив'язані емоційно. Досвід показує, що навчання через переживання нерідко буває ефективніше, ніж просте засвоєння фактів. Ми не просто реагуємо на ті або інші подразники середовища, ми пізнаємо їх через відчуття і сприймання, орієнтуючись на значення для нас цих подразників і почувавши при цьому задоволеність або незадоволеність, що і сприяє подальшим діям.

Людина, пізнаючи навколишній світ, певним чином ставиться до пізнаваних предметів і явищ – із замилюванням, гнівом, радістю, сумом. Це можливо насамперед завдяки емоційним процесам.

Емоційні процеси – специфічна форма психічного відображення суб'єктивного ставлення людини до предметів або явищ у формі безпосереднього переживання приємного або неприємного. Емоційні процеси роблять світ психічних явищ більш насиченим, більш різноманітним і більш своєрідним.

Діяльність людини, її поведінка завжди викликають позитивне або негативне ставлення до неї. Ставлення до дійсності відображається в мозку й переживається як задоволення або незадоволення, радість, сум, гнів, сором. Такі переживання називають емоціями, почуттями. Емоції і почуття здій-

снюють сигнальну та регулювальну функції, спонукають людину до знань, праці, вчинків або стримують її.

Емоція – це загальна активна форма переживання організмом своєї життєдіяльності. Розрізняють прості та складні емоції. Переживання задоволення від їжі, бадьорості, втоми, болю – це прості емоції. Вони властиві і людям, і тваринам. Прості емоції в людському житті перетворилися на складні емоції і почуття. Характерною ознакою складних емоцій є те, що вони виникають у результаті усвідомлення об'єкта, що викликав їх, розуміння їхнього життєвого значення, наприклад переживання задоволення при сприйманні музики, пейзажу.

Емоціям властива полярність. Вона виявляється в тому, що кожна емоція, кожне почуття за різних обставин можуть виявлятися протилежно: «радість – горе», «любов-ненависть», «симпатія – антипатія», «задоволення – незадоволення». Полярні переживання мають явно виражений позитивний або негативний відтінок. Умови життя та діяльності викликають почуття різного рівня активності.

Характерною особливістю емоцій є те, що вони захоплюють особистість загалом. Здійснюючи майже блискавичну інтеграцію, тобто об'єднання в єдине ціле всіх функцій організму, емоції сигналізують про корисні або шкідливі впливи на організм, завдяки цьому вони мають універсальне значення для життя організму. Охоплюючи всі різновиди переживань людини – від глибоко травмуючих страждань до високих форм радості та соціального відчуття життя, – емоції стають як позитивним чинником у життєдіяльності, підносячи активність організму, так і негативним, пригнічуючи всі його функції. Встановлено, що емоції, а саме довготривалі негативні емоції (страх, переживання болю тощо), відіграють вирішальну роль у розвитку так званих невrogenних захворювань.

Фізіологічні компоненти емоційного реагування

– **вегетативно-соматичні реакції**, що супроводжують емоційні стани. Відзначаються такі зміни, як розширення пери-

феричних судин і прискорення пульсу в стані гніву і, навпаки, стиснення судин, сповільнення й послаблення пульсу при переживанні страху. Емоційні стани супроводжуються змінами темпу і ритму дихання, розміру зіниць, рівня кров'яного тиску, секреторної і моторної динаміки шлунково-кишкового тракту, потовиділення, шкірно-електричними і електроенцефалографічними змінами. Зв'язок емоцій з соматовегетативними реакціями була помічена дуже давно і з тих часів широко використовується в цілях діагностики емоційного стану людини. Наприклад, на зміну вегетативних реакцій при емоційogenних фразах заснована перевірка підозрюваних за допомогою поліграфа, більш відомого під назвою «детектор брехні»;

– **біохімічні зміни.** Вегетативна нервова система здійснює регуляцію біохімічної динаміки організму двома дуже різними, але взаємопов'язаними компонентами – симпатичних і парасимпатичних. Діяльність симпатичної нервової системи пов'язана з виділенням адреналіноподібних речовин. Симпатичний нерв викликає розширення зіниці, прискорене серцебиття, підвищення кров'яного тиску, затримує діяльність кишечника, збільшує вміст цукру в крові, підвищує м'язову працездатність, прискорює обмін речовин. Парасимпатический ефект, викликаний іншою речовиною – ацетилхоліном, характеризується звуженням зіниць, розширенням судин, уповільненням пульсу та посиленням перистальтики і секреції шлунка, виділенням рясної гарячого поту, уповільненням обміну речовин. Експериментальні дослідження показують, що в стані страху зростає концентрація адреналіну при незначній зміні змісту норадреналіну, а в стані гнівного роздратування або тривоги різко зростає рівень обох гормонів. Астенічні емоції (смуток, нудьга) супроводжувалися виразним зниженням їх рівня.

Експресивні компоненти емоційного реагування:

– **пантоміміка** (виразні рухи всього тіла) . Пантомімічні зміни в ході, поставі, жестах зазвичай виникають мимоволі, як зовнішні прояви загального емоційного стану людини. Найбільш

важливим компонентом пантоміміки є **жест** - виразне рух рук, служить одним із засобів уточнення мовленнєвої комунікації. Жести поділяються на ілюстративні, що пояснюють і виділяють якусь думку, і виразні, що виявляють емоційний стан людини. Деякі види жестів у процесі суспільно-історичної практики людей придбали певне символічне значення. Наприклад, складені в кільце великий і вказівний пальці – жест «о'кей», що означає «все добре», розуміється і використовується представниками різних культур;

– **міміка** (рухи лицьових м'язів) . Найбільшою здатністю виражати різні емоційні відтінки має обличчя людини. Ще Леонардо да Вінчі говорив, що брови й рот по-різному змінюються при різних причинах плачу. П. Екман і К. Ізард описали мімічні ознаки базових емоцій, виділивши три зони особи: область лоба і брів, область очей і нижню частину обличчя. Наприклад, в міміці страху брови підняті і зрушені, зморшки тільки в центрі лоба; верхні повіки підняті так, що видно склеру, а нижні підняті і напружені; рот розкритий, губи розтягнуті. Мімічні прояви емоцій являють собою синтез мимовільних і довільних способів реагування, у великій мірі залежать від особливостей культури, в якій виховується людина;

– **вокалізація**: тембр голосу і інтонація, звукові засоби експресії. Зі звукових засобів експресії найбільш характерними є сміх і плач. Сміх є виразником декількох емоцій, у різних ситуаціях він має різні відтінки і зміст.

У повсякденному житті саме завдяки експресивним компонентів емоційного реагування ми, як правило, досить точно сприймаємо і оцінюємо зміни в емоційному стані, настрої оточуючих людей.

Функції емоцій:

Сигнальна. За допомогою емоцій людина довідається, наскільки значимі пізнавані нею предмети або явища для задоволення її потреб. Чим більше значення мають пізнавані об'єкти, тим більш глибокі переживання людини. Таким чином, емоції виконують *сигнальну функцію*.

Регулювальна. Стійкі переживання певним чином змінюють поведінку людини, направляють і підтримують її, що дозволяє говорити про регулювальну функцію емоцій.

Комунікативна. Зовнішні прояви емоцій у міміці, пантоміміці дозволяють інформувати інших людей про своє ставлення до предметів і явищ дійсності.

Класифікація емоцій

Прості та складні емоції (примітивні та віщі). Переживання задоволення від їжі, бадьорості, втоми, болю – це прості емоції. Вони властиві і людям, і тваринам. Прості емоції в людському житті перетворилися на складні емоції і почуття. Характерною ознакою складних емоцій є те, що вони – результат усвідомлення об'єкта, що зумовив їх появу, розуміння їхнього життєвого значення, наприклад, переживання задоволення при сприйманні музики, пейзажу.

Стенічні та астенічні емоції. *Стенічні* – ті, що посилюють активність, спонукають до діяльності, *астенічні* – ті, що пригнічують людину, послаблюють її активність, демобілізують.

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

Емоції і почуття, які є формами переживання людиною свого ставлення до дійсності, формами прояву (актуалізації) емоційних процесів, органічно пов'язані між собою. Але за своїм змістом і формою переживання вони не тотожні.

Вираження емоцій

Переживання емоційних станів – радості, любові, дружби, симпатії, прихильності або болю, суму, страху, ненависті, презирства, огиди тощо супроводжуються відповідними *зовнішніми* або *внутрішніми* виразами. Емоції з гіпоталамусу розповсюджуються на всі ефекторні органи. Достатньо виникнути емоційному збудженню, як негайно включається весь організм в його вираження. Зовнішні вирази емоцій та почуттів виявля-

ються в рухах, позах, у руховій та вокальній міміці, інтонаціях мовлення, рухах очей тощо. Внутрішня або вісцеральна і вираженість переживань яскраво виявляється в серцебитті, диханні кров'яному тиску, змінах в ендокринних залозах, органах травлення та виділення. Ця вираженість буває астенічною або стеничною, тобто виявляється в пригніченні або збудженні.

Зовнішнє або експресивне вираження емоцій і почуттів помітне навіть у немовлят. Але воно ще мало диференційоване. З досвідом, особливо із засвоєнням дитиною мовлення, експресивне вираження емоцій і почуттів набуває різноманітних відтінків. Багатство їх настільки велике, що в мові існують близько 5000-6000 слів, якими переважно передаються ті чи інші переживання. З досвідом і розвитком мовлення дитина поступово оволодіває експресивними виразами, певною мірою стримує їх, але це не значить, що цим самим гальмується емоція. П. Анохін вважає, що у таких випадках пригнічуються лише ті чи інші периферійні компоненти емоцій – рухи, міміка, сама ж емоція, раз вона виникла, неминуче розповсюджується на інші, головним чином на вісцеральні компоненти. Проте формування витриманості у дітей позитивно позначається на їхній життєдіяльності та стосунках у колективі.

З оволодінням експресивними способами виразу емоцій і почуттів формується здатність сприймати й розуміти різноманітні форми та відтінки виразу переживань, уміння їх розпізнавати.

Разом з цим розвивається уміння користуватися ними з метою впливати на інших. Ця здатність необхідна для артиста, а особливо для педагога, який, розпізнавши завдяки спостережливості внутрішні стани та переживання учня, може керувати ними, впливати на них з виховною метою власними експресивно виявленими почуттями.

Залежно від обставин і стану організму, його підготовленості до переживань, емоції і почуття можуть бути виражені по-різному. Почуття страху, наприклад, може викликати або астенічну реакцію – скутість, шок, або ж реакцію стеничну. Горе може викликати апатію, бездіяльність, розгубленість або відповідні енергійні дії.

Форми та інтенсивність виявлення емоцій і почуттів значною мірою залежать від вихованості, рівня культури особистості, традицій та звичаїв. Це особливо позначається на вираженості їх зовнішніми засобами – мімічними та пантомімічними рухами, жестами. Внутрішнє ж їх вираження (серцебиття, дихання, дія ендокринної системи) відбувається відносно незалежно від соціальних чинників.

Форми переживання емоцій

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

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

Афекти – це сильне, короткочасне збудження, що виникає раптово, оволодіває людиною такою мірою, що вона втрачає здатність контролювати свої дії та вчинки. Прикладом афектів може бути несподіване переживання – сильна радість, вибух гніву, страх. У стані афекту порушується саморегуляція організ-

му, яка здійснюється ендокринною системою, діяльність внутрішніх органів, послаблюються гальмівні процеси кори великих півкуль головного мозку. І. Павлов, аналізуючи афектний стан, зазначав, що людина в стані афекту, що перевищує гальмівну функцію кори, говорить і робить те, чого вона не дозволяє собі у спокійному стані і про що шкодує, коли мине афект. Особливо різко виявляється афективний стан при сп'янінні, за якого гальмівні процеси значно послаблюються. Афекти викликаються несподіваними гострими життєвими ситуаціями, в які потрапляє людина. Афект, як і настрій, залежить певною мірою від індивідуальних особливостей людини – її темпераменту, характеру, вихованості. Афективні люди часто-густо спалахують без будь-яких для цього причин. Афекти викликають глибокі зміни в психічному житті людини, виснажують її. Людина, виховавши в собі здатність контролювати себе, володіти своїми рухами, може контролювати свої афективні реакції. Разом з тим усім людям більшою чи меншою мірою властиве афективне життя, без якого вони перетворилися б на пасивних, байдужих істот.

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

Фрустрація являє собою своєрідний емоційний стан, характерною ознакою якого є дезорганізація свідомості та діяльності в стані безнадійності, втрати перспективи. Виокремлюють такі різновиди фрустрації, як агресивність, діяльність за інерцією, депресивні стани, характерними для яких є сум, невпевненість, безсилля, відчай. Фрустрація виникає у результаті конфліктів

особистості з іншими, особливо в колективі, в якому людина не дістає підтримки, співчутливого ставлення. Негативна соціальна оцінка людини, яка торкається її особистісно – її значущі стосунки, загрожує престижу, людській гідності, – спричиняє стан фрустрації. Він виникає у людей з підвищеною збудливістю, з недостатньо розвиненими гальмівними процесами, у невихованих, розбещених дітей.

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

Порівняно з емоціями **почуття** – більш стійкі і тривалі психічні явища, які мають чітко виражений предметний характер. Людина не може переживати почуття взагалі, воно завжди прив'язано до кого-небудь або чого-небудь і виражає стійке ставлення цієї людини до певних об'єктів, реальних чи уявних. В процесі життєдіяльності почуття виявляються пізніше, ніж ситуативні емоції, і більшою мірою залежать від тих виховних впливів, які здійснюють на людину сім'я, школа, суспільство в цілому.

Таким чином, **почуття** – вищий рівень розвитку емоцій, специфічно людські, узагальнені, стійкі переживання ставлення до предметів, явищ та потреб, що мають мотиваційну, напрямну значимість.

У залежності від спрямованості виділяють такі **види почуттів**:

- **моральні** – переживання людиною її ставлення до інших людей і до суспільства в цілому;
- **інтелектуальні** – виражають ставлення особистості до процесу пізнання;

- *естетичні* – почуття краси, що виявляються при сприйнятті творів мистецтва, явищ дійсності;
- *практичні* – переживання людиною її ставлення до трудової, навчальної й інших видів діяльності.

Емоційність є вродженою, але почуття розвиваються протягом життя людини, у процесі розвитку її особистості.

Поняття про волю

Людина не лише сприймає і пізнає об'єктивний світ, але й активно на нього впливає. Вона постійно ставить перед собою певні цілі і бореться за їх здійснення. Здійснюючи цілеспрямовані дії, людина зустрічається з різноманітними перешкодами. Одні з них зв'язані з умовами життя, це об'єктивні перешкоди – протидія інших людей, природні перешкоди, інші – з власними недоліками – небажання роботи, те, що потрібно, пасивність, лінь, поганий настрій, почуття страху, звичка діяти необдумано, почуття хворобливого самолюбства та ін. Щоб досягти поставленої мети, людині необхідно мобілізувати свої розумові і фізичні сили на подолання перешкод, тобто проявити вольові зусилля.

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

Воля – це психічний процес свідомої цілеспрямованості регуляції людиною своєї діяльності і поведінки з метою досягнення поставлених цілей. Виходячи з цього, основну одиницю волі – вольову дію, треба розуміти як дію свідому, цілеспрямовану. У вольових діях людина здійснює свою свідому мету, яка як закон визначає спосіб дій і характер. Учень чи студент, прагнучи успішно вчитися, виявляють ініціативу, напруженість фізичних і розумових сил, переборюють труднощі, що перешкоджають досягненню мети, стримують бажання, які відволікають від діяльності.

Переборення перешкод і труднощів вимагає від людини так званого *вольового зусилля* - особливого стану нервового напруження, що мобілізує фізичні, інтелектуальні і моральні сили лю-

дини. Відомі випадки, коли вольове зусилля затримувало втрату свідомості і навіть смерть. В літературі описаний випадок, коли льотчик «затримав» смерть до посадки літака, а, зробивши посадку, одразу помер. Яскравим прикладом вияву вольового зусилля є історичний факт. У V ст. до н.е. грецький воїн, пробіг 42 км з містечка Марафон в Афіни і, сповістивши про перемогу греків над персами, упав мертвим. Це в його пам'ять названо в сучасній легкій атлетиці довга дистанція бігу – марафонський біг на 42 км 195 м.

Вольова діяльність – це особлива форма активності людини. Вона полягає в тому, що людина здійснює владу над собою, контролює власні імпульси і в разі необхідності – гальмує їх. Вольову діяльність не можна зводити до активності організму і ототожнювати з нею. Адже активність властива і тваринам. Вони задовольняють свої біологічні потреби, пристосовуючись до умов життя, виявляють тривалий вплив на оточуючу природу, але це відбувається без будь-якого свідомого наміру з їх боку і є чимось випадковим по відношенню до самих тварин. Воля у людини виникла і сформувалася під впливом суспільної трудової діяльності в міру того, як опановуючи закони природи людина перетворювала її своїми планомірними діями. Люди ж, на відміну від тварин, діють, як вже було сказано, цілеспрямовано, керують діями, використовуючи свій розум і волю, змінюють природу і суспільство у зв'язку зі своїми потребами і необхідністю.

Прояв волі – це така активність особистості, яка обов'язково пов'язана із свідомістю. Воля людини виробилась в процесі її суспільного та історичного розвитку, в трудовій діяльності. Живучи і працюючи, люди поступово навчилися ставити собі певні цілі і свідомо добиватися їх реалізації. В боротьбі за існування, долаючи труднощі, напружуючи свої сили чи стримуючи себе, людина виробила в собі різні якості волі. Чим важливіші були ті цілі, які ставили собі люди в житті і чим більше вони їх усвідомлювали, тим активніше вони добивалися їх реалізації. Вольова діяльність обов'язково передбачає цілий ряд актів і дій, які, в

свою чергу, передбачають широкий ступінь усвідомлення особистістю її зусиль і характеру психічних процесів, які здійснюються. Тут і оцінка ситуації, і вибір шляху для майбутньої дії, відбір засобів, потрібних для досягнення мети, прийняття рішень та ін. Іншими словами можна сказати, що воля пов'язана з іншими властивостями особистості, зокрема, з характером. Вона є основою характеру. Характер – це остаточно сформована воля. І в залежності від сформованості вольових якостей у людини говорять про сильний і слабкий характер.

Воля органічно пов'язана з пізнавальною і емоційною діяльністю людини. Вольова регуляція завжди починається з інтелектуального стану – усвідомлення проблемної ситуації. Аналіз проблемної ситуації вимагає «вмикання» вольових актів. Без участі мислення вольовий процес не був би усвідомлений, втрапив би власне вольовий характер. Але воля і мислення відрізняються, і воля – це не просто зовнішнє здійснення мислення. На відміну від мислення воля не створює продукту, вона лише створює умови для здійснення вчинку чи поведінки.

Функції волі

1. *Спонукальна* – організація активності людини. Активності притаманні мимовільність і довільність протікання дій і поведінки. Якщо активність виступає властивістю волі, то вона характеризується довільністю, тобто зумовленістю дій та поведінки свідомо поставленою метою. Якщо в людини відсутня актуальна потреба виконувати дію, але при цьому необхідність виконання її вона усвідомлює, то воля створює допоміжне спонукання, змінюючи смисл дії (робить його більш значущим). Спонукування людини до дій створює певну впорядковану систему – ієрархію мотивів – від природних потреб до вищих спонукань, пов'язаних з переживанням моральних, естетичних та інтелектуальних почуттів. Якщо виходити з розуміння волі як моральної саморегуляції, тоді основною її характеристикою стане підкорення особистих мотивів соціально значущим.

Гальмівна функція - стримування небажаних проявів активності. Людина здатна гальмувати виникнення небажаних мо-

тивів, виконання дій, поведінку, які суперечать уявленням про зразок, еталон. Вольове регулювання поведінки було б неможливе без гальмівної функції. (Наприклад окремі прояви людської вихованості: не дати виходу агресії, не виявити негативні емоції).

Отже в понятті «воля» простежується цілісний характер психіки людини: проблема волі стосується і є невіддільною від проблем особистості, свідомості, самосвідомості, мотивів, потреб, емоцій, пізнавальної діяльності.

Характерні особливості вольових дій

1. Воля є продуктом суспільно-історичного розвитку людини її формування пов'язане з появою і розвитком трудової діяльності.

2. Воля не є природженою здатністю. Вона формується у процесі діяльності, яка потребує певних вольових якостей і навичок вольової регуляції.

3. Вольова регуляція – це регуляція свідомо, опосередкована знаннями людини про зовнішній світ, про свої цінності і можливості, на підставі яких здійснюються передбачення та оцінка наслідків активності особистості.

4. Розвиток волі тісно пов'язаний з розвитком мислення, уваги, емоцій, мотивації з розвитком свідомості і самосвідомості особистості загалом.

Загалом при вивченні поведінки людини доводиться мати справу з мимовільними, довільними і вольовими діями. Довільні та вольові дії включаються в зміст вольової поведінки людини. Від них слід відрізняти мимовільні дії.

Мимовільні рухи і дії виникають під впливом певного сигналу, що йде від периферичної нервової системи, бувають природжені і набуті:

– природжені: орієнтувальні, захисні та хапальні реакції, виразні рухи. Фізіологічною основою природжених мимовільних рухів є механізм безумовних рефлексів.

– набуті: орієнтувальні, захисні, хапальні і виразні рухи, які здійснюються завдяки діяльності кори великих півкуль голов-

ного мозку. Їх фізіологічною основою є механізм умовного рефлексу. Через ці природжені і набуті мимовільні дії організм співвідноситься із зовнішнім середовищем. Тому вони є корисними, доцільними його реакціями.

Довільні дії виникають у зв'язку з центральним корковим послідовним подразником за наявності в корі великих півкуль головного мозку осередку оптимального збудження.. Вони нерозривно пов'язані з відображенням мети і засобів її досягнення. На відміну від мимовільних, довільні дії, мають такі характеристики: 1) наявність усвідомлених мотивів; 2) спрямованість на досягнення мети; 3) нерозривний зв'язок з мисленням і мовленням.

Власне вольові дії – це дії, скеровані на досягнення свідомо поставлених цілей і пов'язані з подоланням труднощів.

Наприклад, прогулянка вимагає певних зусиль, але вони тут такі незначні, що здорова людина не помічає їх. Тому в цьому випадку слід говорити про довільні, але не вольові дії. З другого боку, подолання перешкод спостерігається і у тварин. Так, олень, утікаючи від мисливців, із зусиллям продирається через гущавину лісу, долає величезну відстань. Однак його дії не можна назвати вольовими, оскільки вони не підпорядковані свідомо поставленій меті, а скеровані вродженим інстинктом самозбереження.

Основні ознаки власне вольових дій:

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

Складним є співвідношення між довільними і власне вольовими діями людини. Останні дослідження психологів вказують на те, що вольові і довільні дії мають спільні функції, спільний структурний елемент, але різний зміст. Спільним структурним моментом вольових і довільних дій є мета. Мета завжди усвідомлювана. Спрямованість на мету та її усвідомлення є центральною характеристикою як вольових, так і довільних дій.

Разом з тим довільні та вольові дії мають різний зміст і не збігаються за своїми проявами. Так, вольова людина з властивою їй ієрархією мотивів, з відповідними якостями (рішучість, наполегливість, цілеспрямованість) не завжди здатна до довільної організації своєї поведінки (не володіє собою, не керує своїми реакціями, не контролює себе). І навпаки, людина, з високим рівнем розвитку довільності (організована, дисциплінована) може не мати стійкої системи власних мотивів і цінностей і бути слабовільною.

У довільних діях центральним є ставлення до мети та засобів її досягнення. Вольові дії передбачають усвідомлення мети в її відношенні до мотиву діяльності. Таке розрізнення вольових і довільних дій дає підстави розглядати їх як рівнозначні, хоч і різні за змістом.

Питання для самоконтролю

1. Що собою являють емоції та емоційні процеси?
2. Які основні функції виконують емоції?
3. Як класифікують емоції?
4. Які форми переживання емоцій ви можете назвати?
5. У чому полягає відмінність між емоціями та почуттями?
6. Почуття та їх види.
7. Воля як психічний процес та її функції.

Тематика рефератів

1. Фізіологічні та експресивні компоненти емоційного реагування.
2. Зовнішні вирази емоцій.
3. Залежність форми та інтенсивності виявлення емоцій від культури та традицій.
4. Почуття як вищий рівень розвитку емоцій.
5. Настрій, афект, стрес, фрустрація та пристрасть як форми переживання емоцій.
6. Характерні особливості вольових дій.

ТЕМА 8. Темперамент та індивідуальний стиль діяльності.

Поняття “інтроверсія” та “екстраверсія” запропоновані швейцарським психологом К. Юнгом. В основі поділу, запропонованого ним, лежить уявлення про те, що в житті людини є дві групи явищ – явища зовнішнього життя і внутрішнього. Як в тому, так і в іншому відбуваються певні події – тобто те, що змінює життя, що є значущим для людини. Властивості інтроверсії та екстраверсії є також важливою складовою дослідження та аналізу темпераменту особистості.

Екстраверти – особистості, які спрямовані назовні, вони в силу організації своїх нервових процесів потребують постійного стимулювання з боку зовнішнього середовища. Їм притаманне прагнення до нових вражень. Такі люди потребують товариства, вони невимушені в поведінці, імпульсивні, безтурботні, балакучі. Їх почуття, емоції не завжди піддаються контролю. Вважається, що екстравертам властиві товариськість, імпульсивність, гнучкість поведінки, значна ініціативність (але незначна наполегливість) та висока соціальна адаптованість. Екстраверти, зазвичай, наділені зовнішньою чарівністю, прямолінійні в судженнях, орієнтуються переважно на зовнішню оцінку. Добре виконують роботу, яка потребує негайних рішень.

Інтроверти – особистості, які спрямовані всередину. Їм не потрібне значне зовнішнє стимулювання, і ця властивість формує специфіку їх поведінки. Людина-інтроверт менш контактна, їй притаманні нетовариськість, замкненість, друзів у неї небагато, але вона вірна їм надовго. Інтроверт уникає галасливих компаній, повільний, поважний, планує свої дії та вчинки, досить добре контролює емоції.

Інтровертам притаманна соціальна пасивність (за досить великої наполегливості), схильність до самоаналізу і складності щодо соціальної адаптації. Інтроверти краще справляються з монотонною роботою, вони обережні, охайні, педантичні.

Амбавертам притаманні риси екстра- та інтроверсії.

Екстравертів та інтровертів на всі сто відсотків практично не буває, але всі ми займаємо в діапазоні між ними певну позицію, ближчу до того чи іншого полюса. Емоційні реакції екстравертів та інтровертів можна також розрізнати, виходячи, зокрема, з того, наскільки в них врівноважені чи, навпаки, не врівноважені процеси збудження та гальмування. Врівноважена людина здатна контролювати свої емоційні вияви, володіти ними. Саме це і визначає рівень емоційної стабільності людини.

Варто зазначити, що мова йде не про саму емоційність або неемоційність і не про здатність проявляти чи приховувати емоції, а саме про рівень контролю за емоційними виявами. Виходячи з цього, люди поділяються на емоційно стабільних і емоційно нестабільних. Емоційна нестабільність є причиною багатьох проблем особи, і тому є сенс вимірювання її рівня у людини.

На нейрофізіологічному рівні емоційна стабільність чи нестабільність людини зумовлюються динамікою процесів збудження-гальмування в півкулях головного мозку. Процеси збудження і гальмування можуть бути більш чи менш врівноважені – тоді ми говоримо про ту чи іншу міру емоційної стабільності. Вони можуть бути не врівноважені. При цьому може переважати або процес збудження, або процес гальмування. І те, і інше притаманне людині емоційно нестабільній.

Дослідження рівня екстраверсії – інтроверсії та емоційної стабільності – нестабільності дає можливість в першому наближенні визначити тип темпераменту і деякі риси людей, що належать до кожного з чотирьох типів темпераменту. Звичайно це можливо, якщо у людини домінує певний тип темпераменту.

Темперамент — це сукупність індивідуальних властивостей психіки, що характеризують динаміку психічної діяльності: силу, швидкість та врівноваженість нервових процесів.

Вчення про темперамент виникло у давнину. Давньогрецький лікар Гіппократ (V ст. до н. е.), а потім римський лікар Гален (II ст. до н. е.), спостерігаючи індивідуальні особливості поведінки людини, зробили спробу описати і пояснити ці особливості.

Гіппократ вважав, що в тілі людини є чотири рідини: кров, слиз, жовч і чорна жовч. Домінування однієї з них і визначає темперамент людини.

Назви темпераментів походять від назв рідин: холеричний темперамент – походить від латинського слова *chole* (жовч), сангвінічний – від *sanguis* (кров), флегматичний – від *phlegma* (слиз), меланхолічний – від *melaschole* (чорна жовч). Назви темпераментів збереглися до наших днів.

В подальшому велику роль в розвитку теорії темпераменту відіграв І. Павлов. Він дослідив властивості нервової діяльності і показав, що вроджене співвідношення властивостей нервової системи “сила – врівноваженість – рухливість” і характеризує те, що називають темпераментом.

Сангвінічний темперамент. Для сангвініка характерна підвищена реактивність. Він бурхливо сміється навіть із незначного приводу або може дуже розсердитися через дрібницю. Емоції виникають швидко, є сильними, але нетривалими, легко змінюються на протилежні. Радість може швидко перетворитися на гнів, чи навпаки. Цьому сприяє висока лабільність нервової системи. Тому почуття, інтереси, настрої і прагнення дуже мінливі. У колі друзів сангвінік завжди рухливий, веселий та життєрадісний. Переважає у нього оптимістичний настрій. Має добре розвинуту міміку й виразні рухи. По обличчю легко вгадується його настрій, ставлення до людей і речей. Жваво відгукується на все, що привертає його увагу. 5 Знижена сенситивність характеризується високими порогами чутливості. Тому сангвінік часто не помічає слабких подразників або не реагує на них. Він дуже ініціативний, енергійний і працьовитий. Його цікавить усе нове. Тому з великим бажанням береться за нову справу, віддається їй і може зробити багато, якщо справа виявилася для нього цікавою. Якщо ж йому стало нецікаво, він починає нудьгувати і залишає розпочату роботу, не завершивши її. Активність і реактивність збалансовані. Урівноваженість і рухливість процесів збудження і гальмування в корі головного мозку сприяють легкому утворенню тимчасових нервових зв'язків, їх варіативності.

Тому сангвініки легко пристосовуються до будь-якої нової обстановки, легко зав'язують знайомства і вступають у спілкування з новими людьми, швидко схоплюють усе нове, засвоюють нові знання, навички і вміння. їм властива висока кмітливність і гнучкий розум. Енергійні, веселі й комунікабельні сангвініки швидко привертають увагу інших людей і стають організаторами різних цікавих справ, лідерами різних компаній. У них розвиваються хороші організаторські здібності. Сангвінік – екстраверт. У більшості випадків його поведінку зумовлюють зовнішні впливи, а не внутрішні переживання..

Холеричний темперамент. У холерика висока реактивність і активність, причому реактивність переважає над активністю. Неврівноваженість процесів збудження і гальмування в корі великих півкуль може призводити до зриву нервової системи з боку гальмування. Його підвищена емоційна збудливість і не-врівноваженість поведінки по-різному проявляються в житті. В одних людей ці якості можуть реалізовуватися через неабияку наполегливість й енергійність при виконанні завдань. В інших – спричинювати цілком бурхливі афекти, конфліктність, нестриманість та агресивність. Для холерика характерна циклічність у роботі. Він може цілком віддаватися справі, енергійно долати труднощі на шляху до його мети – і раптом припинити роботу. Так буває тоді, коли вичерпуються сили, втрачається віра у свої можливості. Це є наслідком неуврівноваженості нервової системи. Як і сангвінік, має низьку сенситивність, тому часто не помічає слабких б подразників. Менша пластичність створює певні труднощі у пристосуванні до нових умов життя, у налагодженні спілкування з новими людьми. Постійне намагання нав'язати свою думку співрозмовнику, категоричність у судженнях, нетерпимість до думки партнера звужують коло його спілкування. Значна ригідність сприяє стійкості інтересів і прагнень, підвищує наполегливість у роботі. Разом із тим ригідність створює труднощі при переключенні уваги і при переході з одного виду діяльності на інший. Високий психічний темп виявляється у швидких, іноді імпульсивних реакціях на подразники, різких поривчастих

рухах, швидкій і пристрасній мові. Холерик – екстраверт. Його поведінка переважно зумовлена впливом зовнішніх обставин, а не внутрішніми переживаннями.

Флегматичний темперамент. Флегматику властиві мала сенситивність та реактивність і висока активність. Тому він сповільнено реагує на подразники. Емоції виникають у нього повільно, але відзначаються значною силою, тривалістю і стриманістю у зовнішніх проявах. Його важко розсмішити чи розгнівити. Це емоційно стійкий тип. Урівноваженість і часткова інертність нервових процесів дають йому змогу залишатися спокійним за будь-яких умов, стримувати свої пориви, завжди слідувати встановленому розпорядку життя. За висловом І. Павлова, флегматик – це спокійний, врівноважений, завжди рівний, упертий і наполегливий працівник. Йому властиві велика зосередженість і працездатність. Через малу рухливість нервових процесів має низький темп реакцій, йому важко переключати увагу, а тому має значні труднощі при оволодінні новими видами діяльності. Недостатньо впевнений у собі, тривожний, а значить, малоактивний і безініціативний. Високу продуктивність праці виявляє при виконанні добре освоєної (нерідко монотонної) роботи. Висока ригідність створює певні проблеми в пристосуванні до нових умов. За своєю природою флегматик інтроверт, а тому він малокомунікабельний. Йому важко знайомитися з новими людьми, знаходити теми для спілкування. Має небагатослівну мову, тихий і часто невиразний голос, збіднену міміку, повільні рухи.

Меланхолічний темперамент. Для цього типу темпераменту характерна слабкість нервових процесів збудження і гальмування. Умовні рефлекси у нього утворюються повільно і легко гальмуються. Меланхолійний темперамент, писав І. Павлов, є явно гальмівним типом нервової системи. Висока сенситивність зумовлена низькими порогами чутливості. Меланхолік дуже вразливий, сором'язливий, легко ображається навіть із незначного приводу, плаксивий, замикається в собі. Потрапляючи в нові умови, розгублюється, не знає, як себе поводити, червоніє, мовчить. У нього виникає позамежне гальмування, страх нової

обстановки. Переживання меланхоліка є дуже стійкими і зовні слабо вираженими. Це високо-тривожний і невпевнений у собі тип. Важко знайомиться з людьми, коло спілкування є дуже звуженим. Висока чутливість нервової системи спричинює її швидке виснаження. Тому меланхолік мало працездатний, швидко втомлюється. Проте якщо обстановка знайома і спокійна, а діяльність добре освоєна, він може справлятися зі складними завданнями. Особливо полюбляє спокійну, монотонну роботу.

Психологічна характеристика типів темпераменту визначається його властивостями:

а) сензитивність (підвищена чутливість до подій, що відбуваються; визначає силу найменших зовнішніх впливів, необхідну для виникнення психічної реакції, а також швидкість цієї реакції);

б) реактивність (визначає ступінь мимовільності реакції на зовнішні і внутрішні впливи однакової сили);

в) активність (енергійність впливу людини на навколишнє середовище, зовнішній світ); г) співвідношення реактивності й активності (визначення залежності діяльності людини – від випадкових зовнішніх чи внутрішніх обставин);

г) темп реакцій (швидкість протікання різних психічних реакцій і процесів);

д) пластичність і протилежна їй якість – ригідність (гнучкість пристосування до зовнішніх впливів або його інертність);

е) екстраверсія і протилежна їй якість – інтроверсія (залежність реакцій і діяльності людини від зовнішніх вражень, що виникають у певний момент (екстравертованість), чи від образів, уявлень, пов'язаних з минулим і майбутнім (інтровертованість);

є) емоційна збудливість (властивість, обумовлена мінімальним впливом, необхідним для виникнення емоційної реакції і швидкості її виникнення).

Перераховані властивості стосовно типів темпераменту перебувають у певних сполученнях, зв'язках. Їм притаманні певні психологічні характеристики.

Сангвінік. Знижена сензитивність. Висока реактивність і висока активність, урівноваженість. Пластичність. Екстравертова-

ність. Підвищена емоційна збудливість. Прискорений темп реакцій.

Холерик. Знижена сензитивність. Висока реактивність і висока активність з перевагою реактивності. Ригідність. Екстравертованість. Підвищена емоційна збудливість. Прискорений темп реакцій.

Флегматик. Знижена сензитивність. Низька реактивність і висока активність. Ригідність. Інтровертованість. Знижена емоційна збудливість. Уповільнений темп реакції.

Меланхолік. Підвищена сензитивність. Невисока реактивність і активність. Ригідність. Інтровертованість. Підвищена збудливість. Депресивний характер емоцій. Уповільнений темп реакцій.

У чистому вигляді ці типи темпераменту рідко зустрічаються в житті. У більшості людей поєднуються властивості різних типів, а тому найчастіше говорять про змішаний тип темпераменту.

В основі поглядів У. Шелдона також лежить припущення про те, що тіло і темперамент – це 2 параметри людини, зв'язаних між собою. Структура тіла визначає темперамент, що є його функцією. Шелдон виходив з гіпотези про існування основних типів статури, описуючи які він запозичав терміни з ембріології. Їм виділені 3 типи:

ендоморфний (з ендодерми утворюються переважно внутрішні органи);

мезоморфний (з мезодерми утворюється м'язова тканина);

ектоморфний (з ектедерми розвивається шкіра і нервова тканина).

При цьому людям з ендоморфним типом властиво відносно слабка статура з надлишком жирової тканини; мезоморфному типу властиво мати струнке і міцне тіло, велику фізичну стійкість і силу; а ектоморфному – тендітний організм, плоску грудну клітку, довгі тонкі кінцівки зі слабкою мускулатурою.

По У. Шелдону, цим типам статур відповідають визначені типи темпераментів, названі їм у залежності від функцій визна-

чених органів тіла: висцетронія (лат. viscera- “внутрішності”), соматонія (греч. soma – “тіло”) і церебротонія (лат. cerebrum – “мозок”). У психологічній науці більшість конституційних концепцій стало об’єктом гострої критики. Основний недолік подібних теорій полягає в тому, що в них недооцінюється, а іноді просто відкрито ігнорується роль середовища і соціальних умов у формуванні психічних властивостей індивіда.

Властивості темпераменту, наприклад, соціалізація харчової потреби, любов до компаній і дружніх виливів, терпимість і відсутність жалю, не можна вважати спадкоємними властивостями того ж порядку, що і статура. Відомо, що такі властивості, виникаючи на основі визначених анатомофізіологічних особливостей індивіда, формуються під впливом виховання і суспільного середовища.

Насправді, давно відома залежність протікання психічних процесів і поведінки людини від функціонування нервової системи, що виконує домінуючу і керуючу роль в організмі. Теорія зв’язку деяких загальних властивостей нервових процесів з типами темпераменту була запропонована Павловим і одержала розвиток і експериментальне підтвердження в роботах його послідовників.

Вчення І. Павлова про темперамент

Павлов, вивчаючи особливості вироблення умовних рефлексів у собак, звернув увагу на індивідуальні розходження в їхньому поведінці й у протіканні умовно-рефлекторної діяльності. Ці розходження виявлялися насамперед у таких аспектах поведінки, як швидкість і точність утворення умовних рефлексів, а також в особливостях їхнього загасання. Ця обставина дала можливість Павлову висунути гіпотезу про те, що вони не можуть бути пояснені тільки розмаїтістю експериментальних ситуацій і що в їхній основі лежать деякі фундаментальні властивості нервових процесів – порушення і гальмування. До цих властивостей відносяться сила порушення і гальмування, їхня урівноваженість і рухливість.

Павлов, розрізняв силу уяви і силу гальмування, вважаючи їх двома незалежними властивостями нервової системи.

Сила порушення відбиває працездатність нервової клітки. Вона виявляється у функціональній витривалості, тобто в здатності витримувати тривале або короткочасне, але сильне порушення, не переходячи при цьому в протилежний стан гальмування.

Сила гальмування розуміється як функціональна працездатність нервової системи при реалізації гальмування і виявляється в здатності до утворення різних гальмових умовних реакцій, таких, як вгасання і диференціювання.

Урівноваженість – рівновага процесів порушення і гальмування. Відношення сили обох процесів вирішує, чи є даний індивід урівноважена або неуврівноваженим, коли сила одного процесу перевершує силу іншого.

Рухливість – нервових процесів – виявляється у швидкості переходу одного нервового процесу в інший. Рухливість нервових процесів виявляється в здатності до зміни поведінки відповідно до мінливих умов життя. Мірою цієї властивості нервової системи є швидкість переходу від однієї дії до іншого, від пасивного стану до активного, і навпаки.

Інертність протилежність рухливості. Нервова система тим більше інертна, чим більше часу або зусиль потрібно, щоб перейти від одного процесу до іншого.

Виділені Павловим властивості нервових процесів утворюють визначені системи, комбінації, що на його думку, утворюють так називаний тип нервової системи, або тип вищої нервової діяльності. Він складається з характерної для окремих індивідів сукупності основних властивостей нервової системи – сили, урівноваженості і рухливості процесів, розрізняючи сильні і слабкі типи. Подальшою підставою розподілу служить урівноваженість нервових процесів, але тільки для сильних типів, що поділяються на урівноважений і неуврівноважених, при цьому неуврівноважений тип характеризується перевагою порушення над гальмуванням. Сильні урівноважені типи поділяються на рухливу й інертні, коли підставою розподілу є рухливість нервових процесів.

Виділені Павловим типи нервової системи не тільки по кількості, але і по основних характеристиках відповідають 4 класичним типам темпераменту:

- сильний, урівноважений, рухливий – сангвінік ;
- сильний, урівноважений, інертний – флегматик;
- сильний, неуврівноважений тип з перевагою порушення – холерик;
- слабкий тип – меланхолік.

Павлов розумів тип нервової системи як уроджений, відносно слабо підданий змінам під впливом оточення і виховання. На думку Павлова, властивості нервової системи утворюють фізіологічну основу темпераменту, що є психічним проявом типу нервової системи. Типи нервової системи, встановлені в дослідженнях на тварин Павлов запропонував поширити і на людей.

В даний час у науці накопичена безліч фактів про властивості нервової системи і в міру їхнього нагромадження дослідники додають усе менше значення типам нервової системи, тим більше магічному числу (4), що фігурує майже у всіх роботах Павлова про темперамент. Насамперед, підкреслюється значення досліджень окремих фундаментальних властивостей нервової системи, у той час як проблема поділу на типи відступає на другий план. Оскільки типи утворюються з комбінацій зазначених властивостей, лише більш глибоке пізнання останніх може забезпечити розуміння і здійснення типологій.

Однак безсумнівно, що кожна людина має цілком визначений тип нервової системи, прояв якого, тобто особливості темпераменту, складають важливу сторону індивідуально психологічних розходжень.

Класифікація темпераментів К. Леонгарда.

Класифікація темпераментів, запропонована І. Павловим, є лише однією з найбільш розроблених спроб вирішити цю складну проблему. Існують і інші підходи. Так, К. Леонгард виділяє чотири головних типи темпераменту на 8 основі зіставлення типів акцентуацій: гіпертимний, дистимний, афективнолабільний і

афективно-екзальтований. Для представників гіпертимного (гр. hyper – надміру і thymia – душа) типу характерні висока активність, комунікабельність, ініціативність, життєрадісність. Людям із дистимним (лат. dis – префікс, що надає поняттю протилежний або заперечний смисл, гр. thymia – душа, настрій, почуття) темпераментом властива уповільненість дій, пасивна життєва позиція і знижена вербальна активність. Афективно-лабільні люди є емоційно нестійкими, з різкими перепадами настрою. Афективно-екзальтований темперамент проявляють люди, які легко захоплюються радісними подіями і впадають у відчай від сумних. Запропоновані класифікації темпераментів є цікавими здебільшого в теоретичному плані. Водночас недостатня чіткість і неузгодженість характеристик кожного типу створюють труднощі для їх практичного застосування.

Темперамент і спілкування

Темперамент тісно пов'язаний з особливостями спілкування людини з оточуючими людьми, а отже, в значній мірі визначає психологічну сумісність чи несумісність людей. Звідси ясно, наскільки важливо кожному з нас знати особливості свого темпераменту і темпераментів інших і враховувати слабкі і сильні сторони один одного в процесі спілкування, взаємодії і взаємовідносин. У міжособистісних відносинах конфлікти найчастіше виникають внаслідок того, що люди не враховують особливості темпераменту як свого, так і іншої людини, такі, наприклад, як імпульсивність, повільність, запальність, велика вразливість, вразливість та ін. Деякі недоліки темпераменту можуть бути нейтралізовані людиною в процесі його повсякденної роботи над собою; використовуючи особливості свого темпераменту, можна досягати значних успіхів у діяльності й у вдосконаленні власної особистості.

Темперамент і стиль діяльності

Будь-яка діяльність передбачає певні вимоги до психічних якостей людини. Одні професії вимагають від виконавця неабиякої уважності, інші – швидкої реакції на зміну обставин або гнучкого мислення тощо. Ці вимоги не можна змінити за

бажанням, вони об'єктивно зумовлені змістом самої діяльності. Визначаючи динаміку діяльності, темперамент може по-різному впливати на її продуктивність. У масових професіях (будівельник, електрик, токар, інженер та ін.) одні властивості темпераменту, необхідні для успішної роботи, але слабо виражені у конкретного працівника, можуть бути компенсовані за рахунок розвитку інших властивостей і зумовлених ними прийомів роботи. В умовах певної професійної діяльності від типу темпераменту залежить стратегія підготовки людини до роботи і динамічний аспект її виконання, але аж ніяк не успішність досягнення кінцевого результату.

Дослідженнями було встановлено, що продуктивність праці ткаць-багатоверстатниць безпосередньо не зумовлена такими властивостями, як рухливість чи інертність. Так само мало впливають на результати роботи водіїв автобусів сильний чи слабкий тип нервової системи. Отже, в професіях властивості темпераменту, впливаючи на діяльність, не визначають її продуктивності, оскільки одні властивості можуть бути компенсовані іншими. Існують спеціальності, якими не можна успішно оволодіти лише завдяки компенсації одних властивостей іншими. Так, у професіях космонавта, льотчика – випробувача, диспетчера аеропорту, оператора швидкоплинних технологічних процесів, чия діяльність відбувається в екстремальних умовах, пов'язаних із небезпекою, великою відповідальністю, вимоги до психіки дуже великі. У них висока тривожність, ригідність, низький темп діяльності не можуть бути компенсовані іншими властивостями. Тому в цих випадках властивості темпераменту визначають професійну придатність. Щоб установити, чи відповідають властивості темпераменту вимогам професії, здійснюють професійний відбір. Це спеціальна процедура визначення професійної придатності, яку проводять на підставі психологічної діагностики властивостей темпераменту. Найпоширенішим способом пристосування темпераменту до вимог діяльності є формування її індивідуального стилю. Однакового результату діяльності можна досягти різним способом.

Індивідуальний стиль діяльності – індивідуальна система прийомів і способів дій, характерна для конкретної людини і доцільна для досягнення успішного результату. Індивідуальний стиль діяльності не з'являється стихійно, а поступово виробляється протягом усього життя. Тобто людина вибирає й удосконалює такі прийоми і способи виконання дій, які найбільше відповідають її темпераменту. Важливою умовою формування індивідуального стилю діяльності є зацікавлене, свідоме і творче ставлення до своєї роботи. Тому найяскравіше він виявляється у творчих людей, майстрів своєї справи. Оволодіння властивостями власного темпераменту і їх компенсація, формування індивідуального стилю діяльності розпочинається ще в дитячі роки, відбувається під впливом навчання і виховання і завершується в умовах трудової діяльності людини. Спостереження за поведінкою людей показують, що природний тип темпераменту далеко не завжди однозначно виявляється в їх діяльності, і особливо в їх соціальній поведінці.

Культура накладає певні обмеження на соціальну поведінку людини. В італійській культурі дозволяється голосно розмовляти, робити активні рухи і розмахувати руками при спілкуванні; в англійській це забороняється робити; в японській культурі вважається неетичним відкрито виражати свої емоції тощо. Культура, навчання і виховання, безсумнівно, накладають певний відбиток на зовнішні прояви темпераменту людини. У результаті цього в спостережуваних ззовні динамічних особливостях соціальної поведінки людини ми маємо справу не з так званим чистим темпераментом, а з чимось іншим, позначається як індивідуальний стиль діяльності.

Індивідуальний стиль діяльності можна визначати по-різному: і відносно самотійно, і в його порівнянні з темпераментом людини. Самостійне визначення індивідуального стилю діяльності виглядає наступним чином. Це – характерний для людини спосіб поведінки в типових життєвих ситуаціях, які, у свою чергу, можуть бути двох видів: ситуації діяльності та ситуації спілкування. Визначення індивідуального стилю діяльності в його по-

рівнянні з темпераментом виглядає дещо по-іншому. У цьому випадку індивідуальний стиль діяльності розуміється як результат пристосування індивідуального типу темпераменту людини до особливості його діяльності та спілкування з людьми або до умов, в яких вони протікають.

Чим індивідуальний стиль діяльності відрізняється від темпераменту і що спільного він має з ним. Індивідуальний стиль діяльності проявляється у всіх особливостях діяльності людини, в той час як темперамент – лише в її динамічних особливостях. Наприклад, індивідуальний стиль діяльності може виявлятися в тому, як людина готуватися до виконання тієї чи іншої діяльності, в якому порядку він виконує дії, яке з цією діяльністю пов'язані, як він завершує і контролює відповідну діяльність. Все це прямого відношення до темпераменту як такого не має. Індивідуальний стиль діяльності, хоч і залежить від властивостей нервової системи людини і, можливо, від генотипу, уродженням не є. Знаючи властивості нервової системи, якими володіє людина від народження, неможливо передбачити, яким стане його індивідуальний стиль діяльності.

Індивідуальний стиль діяльності людини здатний мінятися з протягом життя, а темперамент немає. Скажімо, якщо людина вибирає нову для себе спеціальність або надходить на роботу, де від нього потрібно інший стиль діяльності в порівнянні з тим, до якого він звик, то для того, щоб отримати відповідну спеціальність і не втратити знову придбану роботу, людина змушена змінити свій стиль індивідуальної діяльності. Змінити темперамент людини при всьому бажанні неможливо. Індивідуальний стиль діяльності являє собою в основному зовнішні форми поведінки. При цьому внутрішні процеси, що проходять в людині, можуть не відповідати зовні спостерігається його поведінки. Іншими словами, в динаміці внутрішньої активності, пов'язаної з індивідуальним стилем діяльності, і в динаміці зовнішньої активності, в якій виражається даний стиль діяльності, можуть бути значні розбіжності. Темпераменту це не властиво: зовнішні, і внутрішні види активності, що характеризують темперамент, ідентичні

за своїм динамічним характеристикам. Якщо, наприклад, холерик або флегматик, то і зовнішнє його поведінку, і його психічні процеси, і його психічні стани будуть мати одні й ті ж, відповідно флегматичним або холеричні, властивості. Разом з тим темперамент і індивідуальний стиль діяльності людини тісно пов'язані один з одним. Їх зв'язок виявляється в наступному. Індивідуальний стиль діяльності людини за своїми динамічним особливостям зазвичай відповідає його темпераменту. Але така відповідність спостерігається не завжди: між динамічними особливостями темпераменту та індивідуального стилю діяльності можуть існувати розбіжності. Наприклад, будучи флегматиком, людина, може бути вимушеним займатися діяльністю, виконання якої вимагає від нього динамічних особливостей, властивих сангвініку.

Буває і навпаки: сангвінік, займаючись чим-небудь, змушений вести себе як флегматик. У цих двох випадках людина, виконуючи відповідну роботу, буде почувати себе напружено і незатишно і, швидше за все, буде швидко втомлюватися, допускати в роботі чимале число помилок. Якщо темперамент і індивідуальний стиль діяльності людини відповідають один одному, то людина в роботі відчувається досить комфортно, отримує від неї задоволення і демонструє підвищену працездатність. Індивідуальний стиль діяльності, з іншого боку, не може бути повністю незалежний від темпераменту, і той основний тип темпераменту, який властивий для даної людини, так лив інакше, але обов'язково виявиться в його індивідуальному стилі діяльності. Пояснимо сказане, згадавши, що у більшості людей є змішані типи темпераменту, і тип темпераменту людини умовно визначається за домінуючим властивостями нервової системи. Вони-то і мають на увазі, коли йдеться про основний тип темпераменту даної людини. Саме цей тип проявляється в індивідуальному стилі діяльності людини.

Тип нервової діяльності є вродженим і в цілому навряд чи може бути зміненим. Однак особливості типу темпераменту здатні змінюватися з віком, перебуваючи у прямій залежності

від дозрівання та розвитку організму людини, її психіки. Завдання полягає в тому, щоб зважати на ці особливості і виробляти в людини вміння володіти своїм темпераментом, враховувати його властивості під час організації діяльності. Властивості темпераменту є однією з передумов розвитку характеру людини.

Питання для самоконтролю

1. Дайте визначення темпераменту.
2. Які типи темпераменту ви знаєте? Які провідні властивості притаманні кожному типові?
3. Якими властивостями визначається психологічна характеристика типів темпераменту.
4. Назвіть основні концепції темпераменту.
5. Взаємозв'язок темпераменту із особливостями спілкування.
6. Чи є взаємозв'язок темпераменту із особливостями соціокультурного середовища?
7. Чим індивідуальний стиль діяльності відрізняється від темпераменту?

Тематика рефератів

1. Поняття «інтроверсія» та «екстраверсія» за К.- Г. Юнгом та їх зв'язок із темпераментом.
2. Типи темпераментів за У. Шелдоном.
3. Вчення Павлова про темперамент
4. Класифікація темпераментів К. Леонгарда.
5. Темперамент і стиль діяльності.
6. Прояв природного типу темпераменту в різних соціокультурних умовах.

ТЕМА 9. Характер як відображення індивідуальності особистості.

Характер – система відносно стійких психічних рис, якостей особистості, її психічний склад, який визначає лінію поведінки людини і виявляється в його відносинах щодо оточуючого світу, діяльності, інших людей, самого себе. У цьому сенсі будь-яка якісна характеристика особистості може стати рисою характеру, якщо набуває достатній ступінь стійкості. В кожній рисі характеру виражаються відносини людини до конкретних обставин його життя й діяльності, а індивідуальна своєрідність сукупності рис характеру особистості визначає індивідуально-типові способи реагування на відповідні ситуації, індивідуальну своєрідність способів і якостей дій і поведінки особистості в певних обставинах. Характер людини визначає його типові форми поведінки, його значущі вчинки, а не випадкові ситуативні реакції на ті чи інші обставини.

Розрізняють **чотири системи властивостей** характеру:

1) властивості, що відображають ставлення до окремих людей і колективу (доброта, злість, чуйність, вимогливість, принциповість тощо);

2) властивості, що відображають ставлення до праці (працьовитість, лінощі, сумлінність, відповідальність та ін.);

3) властивості, що відображають ставлення до речей (акуратність, неохайність, недбалість тощо);

4) властивості, що відображають ставлення до самого себе (гордість, самолюбство, скромність, марнолюбство та ін.).

Характери розрізняють також за силою (сильний і слабкий) і стійкістю (стійкий та нестійкий). Ступінь вираженості сили (слабкості) і стійкості (нестійкості) характеру у кожної людини своєрідна. В цілому ж доцільно відзначити, що сила характеру виявляється в цілісності та єдності складових його компонентів. Вчинки і дії людини з сильним характером відповідають його поглядами, позиціями. Поведінка такої людини можна більш або менш точно передбачити, у тому числі й в нестандартних, екс-

тремальних, стресових обставинах. Людина із сильним характером може мати і негативну спрямованість у своїх діях і вчинках. Стійкість характеру дозволяє людині виявляти цілісність своєї особистості та відповідним чином поводитися в умовах тривалих перенапруг і негативних впливів соціального та природного середовища.

Основу характеру складають провідні і стійкі спрямованості особистості, її установки, потреби, мотиви, цілі та інтереси, системи ціннісно-смыслових утворень, погляди і переконання, в цілому її мотиваційна сфера. Фізіологічну основу характеру складають динамічні стереотипи, формування яких у людини з позицій фізіології вищої нервової діяльності формує базові основи характеру. У характері виділяються також і інструментальні, виконавські риси, що надають поведінці й діяльності людини певний стиль, манеру дій і вчинків: уміння, навички, звички, установки.

Існують і психофізіологічно обумовлені особливості характеру особистості. Однією з таких засад характеру виступає **темперамент**, як фізіологічно обумовлена підструктура особистості. Темперамент визначає своєрідність динамічних проявів, властивостей характеру. До числа таких характерологічних особливостей особистості відносять:

- **вразливість** – ступінь впливу на особистість різних обставин, час їх збереження в пам'яті та сила реакції на них;
- **емоційність** – швидкість і глибина емоційної реакції людини на ті або інші події, ступінь надання їм особливої значущості;
- **імпульсивність** – ступінь нестриманості реакцій людини на зовнішні впливи, спонтанність їх прояву;
- **тривожність** – частота виникнення занепокоєння у зв'язку з емоційними переживаннями: страх, занепокоєння та ін.

Зрозуміло, що ступінь вираженості цих особливостей неоднакова у представників того чи іншого темпераменту. Так, наприклад, висока вразливість, тривожність в більшій мірі проявляються у меланхоліків, а емоційність – у холериків. У останніх частіше, ніж, наприклад, у флегматиків і сангвіників, рисою ха-

рактеру стає імпульсивність. У сангвініків і флегматиків нерідко в досить вираженою і стійкою формою проявляються вразливість, емоційність, тривожність.

Типологія характерів у психології

Під *типологією характеру* розуміють класифікацію типів характеру, які найчастіше зустрічаються у людей.

Існують декілька типологій характеру, побудованих на різних підставах. Одна з них базується на виділенні типових поєднань акцентованих рис. До неї відносяться типології Е. Кречмера, К. Леонгарда, А. Личко. Є типології характеру, засновані на повторюваній, соціально-типовій поведінці людей (наприклад типології Е. Фромма, Е. Берна). Є типології, засновані на експериментальних даних про типові сполучення рис характеру, що зустрічаються у багатьох людей. Подібні типології зазвичай будуються на базі кореляцій, що виявляються між різними рисами характеру та застосуванні факторного аналізу.

Однією з найбільш поширених є психологічна модель особистості та її характерологічних особливостей К.-Г. Юнга. Він ввів поняття «екстраверсія» та «інтроверсія» для позначення спрямованості особистості. Екстраверсія – переважна спрямованість особистості на світ зовнішніх обставин, на інших людей, їх позиції, інтереси та ін. Інтроверсія – спрямованість на себе самого, явища суб'єктивного світу, свої внутрішні проблеми, інтереси, переживання та ін. Екстравертам властиві товариськість, висока соціальна і соціально-психологічна адаптивність, ініціативність, гнучкість поведінки, відкритість, імпульсивність, залежність від групових норм, правил, конформність, підвищена сугестивність. Вони відчують дискомфорт при самоті, люблять бути на увазі, в компанії, що потребують підвищеної уваги оточуючих, в позитивній оцінці своїх дій, вчинків. Екстраверсія, на думку К.-Г. Юнга, характеризується рухомою, поступливою натурою, яка легко адаптується до певної ситуації: така натура швидко утворює зв'язки й прихильності, відкидає в бік будь-які побоювання й передчуття в незнайомій ситу-

ації. Інтроверти схильні до замкнутості, некоммунікбельності, соціальної пасивності, самоаналізу, їм важко адаптуватися в соціальному середовищі, вони більшою мірою орієнтовані на себе, свої можливості, ніж на допомогу інших людей, виявляють більшу самостійність у думках, судженнях, діях і вчинках. На думку К.-Г. Юнга, інтроверт в нормі – це коливна, рефлексивна, сором'язлива, прагне до самоти натура, яка зберігає себе для самої себе, схильна віддалятися від об'єктів і завжди перебувати в кількa оборонної позиції.

К.-Г. Юнг запропонував типологію характерів, засновану не тільки на екстра-, інтроверсії, але й на урахуванні своєрідності прояву інших психічних функцій людини: відчутті, інтуїції, мисленнй почуттях. Кожна з цих функцій (або типів орієнтації та прийняття рішень) може діяти або екстравертним, або інтровертним способом. І тому Юнг виділив вісім типологічних груп людей, своєрідність яких він докладно описав в роботі «Психологічні типи». Розглянемо з деякими спрощеннями підхід Юнга до виділення підстав для типологізації особистостей і виділення її характерологічних особливостей.

Юнг виходив з того, що люди по-різному сприймають світ, об'єктивну реальність, що пов'язано з особливостями розвитку і вираженості таких функцій, як відчуття і інтуїція. Є люди, які в сприйнятті подій, фактів дійсності спираються переважно на інформацію, що надходить завдяки першій сигнальній системі, органів чуттів (зір, слух, нюх, смак, дотик), а функція інтуїції у них розвинута слабо і виконує підрядну, допоміжну роль – сенсорний тип особистості (С). Є люди з високорозвиненою увагою, що відіграє провідну роль у сприйнятті світу за допомогою інтуїції – інтуїтивний тип особистості (Ів).

Також Юнг вважав, що люди по-різному здійснюють переробку, осмислення, розуміння інформації і на основі цього приходять до різних висновків і приймають різні рішення, що обумовлено своєрідністю розвитку таких функцій, як мислення і почуття (внутрішні функції, функції «центру»). У одних переважають логіка, аргументація, здоровий глузд, урахування конкрет-

них фактів і обставин, раціоналізм, прагматизм, що властиво лівополушарному психотипу – логічний тип особистості (Л). Інші при аналізі життєвих обставин орієнтуються не тільки на здоровий глузд і об'єктивний хід подій, але і на суб'єктивне ставлення до них, на норми, правила, етичні еталони, моральні наслідки та ін., що властиве правополушарному психотипу- етичний тип особистості (П). Як бачимо, виділяється вісім типів особистості: сенсорно-логічний екстраверт, сенсорно-логічний інтроверт, сенсорно-етичний екстраверт, сенсорно-етичний інтроверт, інтуїтивно-логічний екстраверт, інтуїтивно-логічний інтроверт, інтуїтивно-етичний екстраверт, інтуїтивно-етичний інтроверт.

На основі цього підходу в сучасній відносно молодій галузі знань соціоніці виділяють 16 типів особистостей. Прихильники цього напрямку вважають, що є люди, у яких особливо більш розвинені зовнішні функції, а внутрішні функції виконують як би допоміжну роль.

Разом з тим є люди, у яких переважно розвинені внутрішні функції порівняно з зовнішніми функціями «входу». Ці люди здатні на основі обмеженої інформації, яка сприймається переважно на основі сенсорних каналів або інтуїції, робити досить глибокі узагальнення та обґрунтовані висновки. Таким чином, виділяється чотири типи характерів: **логічно-сенсорний, логічно-інтуїтивний, етико-сенсорний, етико-інтуїтивний**. Кожен з них може мати екстра – або інтровертивну установку. Виходить ще вісім психотипів: логіко-сенсорний екстраверт, логіко-сенсорний інтроверт, етико-сенсорний екстраверт, етико-сенсорний інтроверт, логіко-інтуїтивний екстраверт, логіко-інтуїтивний інтроверт, етико-інтуїтивний екстраверт, етико-інтуїтивний інтроверт. Відносини між цими психотипами різні: від дуальних (взаємодоповнюючі типи), активації, дзеркальних аж до конфронтаційних.

Дуальних пар вісім. Дві цілком певні дуальні пари, сполучені разом, складають **квадру**, кожна з яких має цілком певні можливості. Всі 16 психологічних типів, об'єднаних для спільної діяльності, складають **соціон**. Така група здатна вирішувати найрізном-

манітніші задачі. У західній психології існує подібна типологія особистості – типологія Кейрси, оскільки практика показала, що опис особистості за допомогою узагальненої характеристики за шкалою екстраверсія-інтроверсія є недостатнім.

У 1960-х рр. в США психолог **Дж. Роттер** пропонує поняття «Локус Контролю» і розробляє методiku його оцінки. Під **локусом контролю** (ЛК) розуміється якість особистості, що характеризує схильність бачити і приписувати відповідальність за результати своїх дій і поведінки зовнішнім силам, обставинам (зовнішній ЛК, екстернальний тип особистості) або власним здібностям, зусиллям (внутрішній ЛК, інтернальний тип особистості). Іншими словами, схильність людини бачити джерело регуляції свого життя і діяльності або у зовнішній середовищі, або в самому собі. Виявлено, що люди, які володіють **внутрішнім** ЛК, більш впевнені в собі, обачні, ґрунтовні у діях і вчинках, більш послідовні і наполегливі в досягненні поставлених цілей, врівноважені, товариські, схильні до самоаналізу, адекватної самооцінки, більш самостійні і незалежні. Інтернали більш активно шукають інформацію і зазвичай більш обізнані про ситуацію, ніж екстернали, вони менш схильні підкорятися думку інших, ворожо реагують на втрату особистої свободи, в більшій мірі, ніж екстернали чинять опір, коли розуміють, що ними маніпулюють. Вони краще працюють наодинці. У них більш активна позиція по відношенню до свого здоров'я, вони більше інформовані про його стан і проявляють про нього турботу. Для людей з високим **зовнішнім** ЛК характерні невпевненість у собі, неврівноваженість, тривожність, підозрілість, конформність, агресивність, конфліктність, відсутність системності та наполегливості в досягненні поставлених цілей, прагнення відкласти реалізацію своїх намірів на невизначений час.

В подальшому на основі шкали локусу контролю Дж. Роттера була розроблена методика діагностики рівня суб'єктивного контролю, заснована на багатовимірній характеристиці особистості, компоненти якої пов'язані з різними типами соціальних ситуацій. Було виділено сім шкал:

- 1) загальної інтернальності;
- 2) інтернальності в області досягнень;
- 3) інтернальності в області невдач;
- 4) інтернальності в області виробничих відносин;
- 5) інтернальності в сімейних відносинах;
- 6) інтернальності в області міжособистісних відносин;
- 7) інтернальності в області здоров'я і хвороби.

Представляє інтерес типологія характерів, запропонована німецько-американським психологом, психіатром, соціологом Е. Фроммом, який запропонував такі основні типи індивідуальних характерів.

Мазохіст-садист. Це тип особистості, який вбачає причини своїх успіхів і невдач, не у об'єктивних соціальних обставинах, а в інших людях. Прагнучі змінити, поліпшити або усунути ці причини, люди такого типу виявляють дві основні тенденції. Одні бачать причини соціальних фактів, своїх успіхів або невдач в оточуючих людях (екстрапунітивна орієнтація) і тому спрямовують свою агресію на інших. Своєю наполегливістю, вимогливістю, домаганням, причіпками вони можуть довести інших до знемоги, фізичного і психічного виснаження. Особливо небезпечний такий тип, коли він отримує владу над іншими людьми: виходячи з благих побажань, намірів садист тероризує інших людей, виявляє моральну глухоту, демонструє крайню форму аморальності, ригоризму. Зазвичай такі люди багато займаються самоосвітою, своїм фізичним вихованням, вольовий підготовкою, прагнуть піднятися над іншими. Інші, яким властиві інтрапунітивні орієнтації, проявляють мазохістські тенденції. Їм притаманне почуття власної неповноцінності, безпорадності, нікчемності. В них проявляється прагнення принижувати себе, зводити на себе немислимі звинувачення навіть там, де вони не винні. Їх характеризує жертвність в думках, діях, вчинках. Фромм виявив, що у цього типу поряд із мазохістськими тенденціями зазвичай проявляються і садистські схильності як реакції компенсації. Вони прагнуть отримати владу над іншими, заподіяти їм біль та страждання: виявляють авторитаризм по

відношенню до інших людей. Багато відомих в історії деспотів-відносилися до такого типу (наприклад, Гітлер, Калігула).

Руйнівник. Це тип людини, який бачить причини своїх успіхів і невдач не в людях, а в зовнішніх факторах. І тому такі люди прагнуть змінити (наприклад, перетворити природу), усунути, зруйнувати обставини, об'єкти (суспільний лад, наприклад). На думку Фромма, руйнівність виступає засобом позбавлення від нестерпного почуття безсилля, підвищеної тривожності. Руйнівність проявляється у людей, які відчують обмеження можливостей у реалізації своїх інтелектуальних і емоційних здібностей, фізичного потенціалу, це люди з завищеною самооцінкою і надмірними претензіями. При соціальних катаклізмах такі люди виступають провідною руйнівною силою.

Конформіст. Це тип особистості з яскраво вираженою, домінуючою конформною орієнтацією, людина, що не має власної позиції, думки. Такі люди беззаперечно підкоряються будь-яким вимогам, обставинам, нормам і правилам, легко засвоюючи їх. Для них правда там, де сила і більшість. Це матеріал для різного роду політичних авантюристів і провокаторів, оскільки конформіст швидко змінює свої переконання (часто не маючи їх взагалі), не особливо замислюється над моральною стороною своїх вчинків, виправдовує свої дії наказом, розпорядженням згори, поведінкою інших. У цих людей з особливою силою проявляється стадність, лінощі, інертність мислення і навіть легковажність поведінки в масі.

Поряд з представленим підходом Фромм вводить поняття «**соціальний характер**», який визначається способом існування даного суспільства і включає в себе вибірку рис характеру більшості членів групи, які сформовані в результаті загальноприйнятих норм та правил, соціального досвіду та способу життя, домінуючого у цій групі. Відповідно до цього критерію Фромм розділив людей на два типи: особи з плідною і неплідною орієнтаціями. До числа неплідних типів соціальних характерів він відносить особистості з рецептивною, експлуататорською і ринковою орієнтацією.

Особистість з **рецептивної орієнтацією** вважає, що джерело всіх благ знаходиться зовні і єдиний спосіб отримати бажане – це отримати його з зовнішнього джерела, від інших людей. Тому їх прагнення спрямовані на те, щоб знайти людей, які в змозі дати їм бажане. І навіть проблема кохання для них полягає в тому, щоб бути коханим, а не давати любов іншим. Зазвичай такі люди доброзичливі, оптимістичні, вміють встановлювати дружні стосунки з іншими і користуватися цим.

Люди з **експлуаторською установкою**, так само як і попередній тип, бачать джерело всіх благ поза себе. Вони вважають, що самі нічого створювати не повинні. Своє завдання вони бачать у тому, щоб здобути потрібне для себе силою, хитрістю і вилученням у інших, саме тому вони прагнуть використовувати будь-кого, з кого можуть щось отримати в своїх інтересах. Кожну людину вони розглядають лише з точки зору його користі для себе. В сфері любові й почуттів такі люди відчують потяг тільки до тих людей, яких вони можуть відібрати в іншого. Привабливими для них стають ті, хто відчуває прихильність до когось іншого. Вони відчують задоволення, коли притягують до себе когось, хто був прив'язаний до іншої людини або мав близькі стосунки. Їм подобається руйнувати сформовані в інших сімейні та інші близькі відносини. У ставленні до інших людей вони відчують цинізм, приховану чи відкриту підозрілість, ворожість, заздрість, недоброзичливість.

Люди з **користолюбською орієнтацією** мало вірять у те, що вони можуть отримати необхідне із зовнішнього світу і свою безпеку засновують на корисливості економії, а витрати сприймають як загрозу. Вони вважають, що потрібно якомога більше приносити у свій будинок і поменше з нього віддавати. Такі люди зазвичай багато знають, але вони нездатні до продуктивного мислення. Їх характерними рисами є педантична акуратність, організованість, впорядкованість в речах, маніакальна охайність, пунктуальність, впертість, жадібність, накопичення, скритність, вони не схильні до дружби. В області любові вони не здатні до глибокого переживання цього почуття і при-

хильності до іншого, а схильні лише до володіння іншою людиною як річчю, як об'єктом задоволення своїх потреб.

Люди з **ринковою орієнтацією** мислять і діють у відповідності зі специфікою ринкових відносин: сприймають себе як професійний товар певної цінності. Вони вважають, що професіоналізму для досягнення життєвих цілей недостатньо. Потрібно ще бути здатним вступити в змагальні відносини з іншими конкурентами. І успіх залежить не тільки від професійної підготовленості, але і від того, як ти вмієш продати свою підготовленість і себе як особистість на ринку праці. Людина з ринковою орієнтацією виступає на ринку праці і як товар, і як продавець одночасно. Він починає розуміти, що його успішність багато в чому визначається факторами, від нього мало залежними: успіхом у ринковій конкуренції з її постійно мінливими умовами. При цьому все більшу роль набувають особливості працівника, якою мірою він як професіонал відповідає запитам роботодавця. Все це формує у таких людей практичність, діловитість, товариськість, ощадливість, економність, завзятість та інші позитивні якості. Але під впливом зривів і невдач у цих людей формується жадібність, підозрілість, невпевненість, неповноцінність, безпорадність, податливість обставинами, скритність та інші негативні характеристики особистості та риси характеру.

Свою модель типів особистості та її характерологічних особливостей запропонував американський психіатр і психолог Е. Берн. Він виділив в Я-свідомості людини **три Я-свідомості**: Я-дитяче, Я-батьківське і Я-дорослий.

Я-дитяче (Я-дитина) в особистості – це система потреб людини, які ніби підштовхують людину до прояву активності по їх задоволенню. Суть Я-дитячого в особистості можна виразити словами: **я хочу, мені потрібно**. Якщо Я-дитяче особистості є домінантною та відіграє провідну роль, пригнічуючи Я-батьківське і Я-доросле, підпорядковуючи їх можливості своїм інтересам, то така людина стає рабом своїх потреб, бажань, зазвичай гедоністичного характеру та для задоволення своїх потреб використовує можливості Я-батьківського і Я-дорослого. Зазвичай, таким

людям притаманний тваринний лад психіки, основу їх вчинків та поведінки складають емоції. Люди з такою домінантою зорієнтовані на гедонізм і нерідко стають соціально деструктивними, схильними до алкоголізму, наркоманії, добування грошей нечесним способом, антисоціальних засобів існування.

Я-батьківське в особистості являє собою систему соціально обумовлених, часто внутрішньо прийнятих норм, правил, цінностей, відносин тощо. Все це в сукупності стає визначальним регулятором поведінки й діяльності людини, своєрідним цензором у проявах його Я-дитячого. Така людина діє з позицій правил, норм, прийнятих ним цінностей. Суть Я-батьківського у особистості можна коротко виразити словами: **я повинен, зобов'язаний, так треба**. Людина з домінантою такого типу перетворюється у своєрідного «соціального робота», який виконує розпорядження, що йдуть ззовні, від соціального середовища та переважно тримає в узді своє (нерідко й інших людей) Я-дитяче особистості. У людини із такою домінантою зазвичай проявляється «зомбований лад» психіки. Така людина часто внутрішньо напружена внаслідок неможливості реалізовувати значущі для неї потреби, або внаслідок надмірної регуляції задоволення творчих, особистісних та інших потреб. Особистість з такою домінантою не тільки є внутрішньо напруженою і тому конфліктною, але і створює поле психічного напруження навколо себе. Такі люди можуть виявляти підвищену вимогливість, і навіть жорстокість по відношенню до інших, особливо – до близьких людей. На певному етапі соціального розвитку така особистість може відчувати задоволення від своїх дій.

Я-дорослий в особистості – це сукупність її уявлень про реальну дійсність, про закони її розвитку. Це прояви особистості, які можна було б назвати раціональністю, здатністю більш адекватно сприймати, аналізувати, розуміти, оцінювати реальність. Такий структурний компонент особистості має можливість надавати конструктивний вплив на прояви інших компонентів, знижуючи напруженість, що виникає між ними, особистісну конфліктність (особливо при домінуванні Я-дорослого над Я-ди-

тячим). Особистість із такою домінантою зазвичай діє на основі розуму, логіки, аналізу, суворого розрахунку. При домінуванні цієї складової людина схильна до надмірної раціоналізації своїх планів, дій, до прагматизму. Люди з такою психічною домінантою досить цілеспрямовані в своїх діях, здатні досягати поставлених цілей, відчуваючи при цьому задоволення і насолоду від своїх можливостей, бачить при цьому свої переваги над іншими. Людина такого роду часто має так званий демонічний лад психіки.

Виділяють і **четвертий тип особистості**: при відносно однаковому рівні розвитку всіх трьох Я-свідомості особистості. Це – гармонізований тип особистості, досить адаптивний і неконфліктний.

У психології використовуються і інші біологічно обумовлені пояснення характерологічних особливостей людей.

Так, наприклад, німецький психіатр і психолог Е. Кречмер пов'язував своєрідність характеру з особливостями будови тіла людини. Він виділив і описав чотири основних типи будови тіла, конституції людини, кожному з яких властивий відповідний тип особистості зі своїми характерологічними особливостями: атлетичний, астеничний, пікнічний і диспластичний.

Атлетичний тип характеризується достатньо розвиненим кістяком і хорошою мускулатурою, широкими плечима, могутньою грудною кліткою. Ріст – від середнього до високого.

Астеничний тип відрізняється недостатньою товщиною при середньому і високому зростанні тіла. І цей недолік товщини присутній у всіх частинах тіла і в усіх тканинах. Зазвичай це худий чоловік тонкої статури, з вузькими плечима, плоскою грудною кліткою, впалим животом, тонкими і довгими руками, слаборозвиненою мускулатурою і невеликими жировими накопиченнями. Жінки цього типу зазвичай ще й мають невисокий зріст.

Пікнічний тип статури характеризується вираженням розвитком внутрішніх порожнин тіла (голова, груди, живіт), схильністю до ожиріння при відносно слабкому розвитку м'язів і опорно-рухового апарату, округлої фігурою, короткою масивною

шиєю, товстим черевцем, що виходять з-під грудного склепіння і розширюється до нижньої частини тіла. Зазвичай це люди середнього зросту.

Диспластичний тип: до нього належать люди з явно вираженими девіантними аспектами будови тіла.

Є й проміжні, змішані типи статури: атлетичний з проявами астенічних або пікнічних чорт, астенічний або змішаний.

Кречмер також виявив зв'язок психічних захворювань особистості з типом статури людини. Так, наприклад, маніакально-депресивним психозом найчастіше хворіють люди з явно вираженою пікнічною статурою. До шизофренічних захворювань більш схильні атлетики і особливо астеніки. Тих, хто за своїми проявами нагадує хворих з маніакально-депресивним психозом, Кречмер назвав **циклотиміками**, а тих, хто нагадує шизофреніків, – **шизотиміками**. Відповідно виділені психотипи особистості: циклотимний і шизотимний. Змішаний, гармонійний психотип одержав назву **віскозного**.

Циклотиміки відрізняються веселістю, балакучістю, безпечністю, енергійністю, схильністю до гумору, наполегливістю, товариськістю, схильністю до мінливості настрою, готовністю прийти на допомогу іншим, дбайливістю. Вони особливо мають потребу в розумінні з боку оточуючих.

Шизотимний тип характеризується такими рисами характеру, як делікатність, аристократичність і тонкість почуттів, владність, холодність, дистантність у взаєминах з людьми, сухість, педантизм, слабка вираженість емоцій.

Звернемося до типологій характеру, де за основу взято акцентуацію особистості. Поняття акцентуації вперше ввів німецький психіатр і психолог, професор Неврологічної клініки Берлінського університету Карл Леонгард. Їм же була розроблена і описана відома класифікація типів акцентуації особистості. На пострадянському просторі набула поширення інша класифікація, запропонована відомим дитячим психіатром А. Личко. Однак у обох авторів, незважаючи на відмінності в термінології, зберігається загальне розуміння сенсу акцентуації.

Акцентуацію прийнято визначати як дисгармонійність розвитку характеру, гіпертрофовану вираженість окремих його рис, що обумовлює підвищену уразливість особистості відносно певного роду дій і утрудняє її адаптацію в деяких специфічних ситуаціях.

Акцентуація не є патологією. Акцентуація – це крайній варіант норми. Практично всі сходяться на думці, що характер може бути виражений більшою або меншою мірою. Поширеність акцентуацій в суспільстві сильно варіюється і залежить від багатьох факторів, таких як соціальне середовище, статеві і вікові відмінності та ін. За даними К. Леонгарда і його співробітників, частка акцентуйованих особистостей в дорослому населенні Німеччині становить приблизно 50%. При цьому автори підкреслюють, що в інших країнах кількість акцентуйованих особистостей може бути іншим.

Встановлено, що відбувається посилення акцентуацій характеру в підлітковому віці. Надалі, як правило, при правильному вихованні акцентуації характеру з часом згладжуються, компенсуються або переходять в приховані акцентуації. За різними даними, поширеність акцентуацій в суспільстві сильно варіюється. Цікаво, що частка акцентуйованих підлітків варіюється в залежності від типу та особливостей навчального закладу.

Залежно від ступеня вираженості нами було виділено два ступені акцентуації характеру: явна і прихована акцентуація. Цей ступінь акцентуації відноситься до крайніх варіантів норми. У підлітковому віці особливості характеру часто загострюються, а при дії психогенних чинників, що адресуються до «місця найменшого опору», можуть наступати тимчасові порушення адаптації, відхилення в поведінці. Під час звзросління особливості характеру залишаються досить вираженими, але компенсуються і звичайно не заважають соціальній адаптації.

Прихована акцентуація. У повсякденних, звичних умовах риси певного типу характеру виражені слабо або не виявляються зовсім. Навіть при тривалому спостереженні, різнобічних контактах і детальному знайомстві з біографією важко буває

скласти чітке уявлення про певний тип характеру. Проте риси цього типу можуть яскраво, часом несподівано виявитися під впливом тих ситуацій і психічних травм, які пред'являють підвищені вимоги до «місця найменшого опору». Психогенні чинники іншого роду, навіть важкі, не тільки не викликають психічних розладів, але можуть навіть не виявити типу характеру. Якщо ж такі риси і виявляються, це, як правило, не призводить до помітної соціальної дезадаптації.

К. Леонгард виділяє 12 типів акцентуації характеру, кожен з яких визначає виборчу стійкість людини до одним життєвим негараздам і підвищену чутливість до інших, схильність до однотипних конфліктів, до певних нервових зривів. У сприятливих ситуаціях, коли не потрапляють під удар акцентуйовані риси характеру, людина не викликає занепокоєння у оточуючих, не демонструє дезадаптацію. У акцентуйованих особистостей потенційно закладені як можливості соціально позитивних досягнень, так і соціально негативний заряд. Деякі акцентуйовані особистості постають перед нами в негативному світлі, так як життєві обставини їм не сприяли, але цілком можливо, що під впливом інших обставин вони стали б неабиякими людьми. Особистість, що застриває, при несприятливих обставинах може стати незговірливим, не терпить заперечень, але якщо обставини сприятимуть такій людині, не виключено, що він виявиться невтомним і цілеспрямованим трудівником. Педантична особистість при несприятливих обставинах може захворіти неврозом нав'язливих станів, при сприятливих – з неї вийде зразковий працівник з великим почуттям відповідальності за доручену справу. Демонстративна особистість може розіграти перед нами рентний невроз, за інших обставин вона здатна виділитися видатними творчими досягненнями.

Концепція «акцентуйованих особистостей» Леонгарда ґрунтувалася на припущенні про наявність основних і додаткових рис особистості. Основних рис значно менше, але вони є стрижнем особистості, визначають її розвиток, адаптацію та психічне здоров'я. При значній вираженості основних рис вони накладають

відбиток на особистість у цілому, і за несприятливих обставин вони можуть зруйнувати всю структуру особистості. На думку Леонгарда, акцентуації особистості насамперед проявляються в спілкуванні з іншими людьми. Тому, оцінюючи стилі спілкування, можна виділити певні типи акцентуацій. У класифікацію, запропоновану Леонгардом, входять наступні типи:

1. Гіпертимний тип. Його характеризує надзвичайна контактність, балакучість, вираженість жестів, міміки, пантоміміки. Така людина часто спонтанно відхиляється від первісної теми розмови. У нього виникають епізодичні конфлікти з оточуючими людьми внаслідок нестачі серйозного ставлення до своїх службових і сімейних обов'язків. Люди подібного типу нерідко самі бувають ініціаторами конфліктів, але засмучуються, якщо оточуючі роблять їм зауваження з цього приводу. З позитивних рис, привабливих для партнерів по спілкуванню, людей даного типу характеризують енергійність, жага діяльності, оптимізм, ініціативність. Разом з тим вони володіють і деякими відразливими рисами: легковажністю, схильністю до аморальних вчинків, підвищеною дратівливістю, прожектерством, недостатньо серйозним ставленням до своїх обов'язків. Вони важко підкоряються умовам жорсткої дисципліни, монотонної діяльності, вимушеній самотності.

2. Дистимний тип. Його характеризує низька контактність, небагатослівність, домінуючий песимістичний настрій. Такі люди є зазвичай домосідами, обтяжуються гучним суспільством, рідко вступають у конфлікти з оточуючими, ведуть асоціальний спосіб життя. Вони високо цінують тих, хто з ними дружить, і готові їм підкорятися.

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

4. **Збудливий** тип. Цьому типу властива низька контактність у спілкуванні, сповільненість вербальних і невербальних реакцій. Нерідко такі люди зануди і похмурі, схильні до хамства і брані, до конфліктів, в яких самі є активною, провокуючою стороною. Вони незлагідні в колективі, владні в сім'ї.

5. **Тип, що застриває.** Його характеризує помірна товариськість, занудливість, схильність до моралі. У конфліктах така людина зазвичай виступає ініціатором, активною стороною. Він прагне домогтися високих показників у будь-якій справі, за яку береться, пред'являє підвищені вимоги до себе; особливо чутливий до соціальної справедливості, разом з тим вразливий, підозрілий, мстивий; іноді надмірно самовпевнений, честолобний, ревнивий, пред'являє непомірні вимоги до близьких і до підлеглих на роботі.

6. **Педантичний** тип. Людина з акцентуацією такого типу рідко вступає в конфлікти, виступаючи в них скоріше пасивною, ніж активною стороною. На службі він веде себе як бюрократ, пред'являючи оточуючим багато формальних вимог. Разом з тим він з полюванням поступається лідерство іншим людям. Іноді він нищить домашніх надмірними претензіями на акуратність.

7. **Тривожний** тип. Людям з акцентуацією такого типу властиві: низька контактність, боязкість, невпевненість у собі, мінорний настрій. Вони рідко вступають у конфлікти з оточуючими, граючи в них в основному пасивну роль, в конфліктних ситуаціях шукають підтримки і опори.

8. **Емотивний** тип. Ці люди віддають перевагу спілкуванню у вузькому колі обраних, з якими встановлюються хороші контакти, що вони розуміють «з півслова». Рідко самі вступають у конфлікти, граючи в них пасивну роль. Образи носять в собі, не «випискуючи» назовні.

9. **Демонстративний** тип. Цей тип акцентуації характеризується легкістю встановлення контактів, прагненням до лідерства, жаданням влади і похвали. Така людина демонструє високу пристосовність до людей і разом з тим схильність до інтриг (при зовнішній м'якості манери спілкування). Дратують оточуючих

самовпевненістю і високими домаганнями, систематично самі провокують конфлікти, але при цьому активно захищаються.

10. Екзальтований тип. Йому властиві висока контактність, балакучість, влюбливість. Такі люди часто сперечаються, але не доводять справу до відкритих конфліктів. У конфліктних ситуаціях вони бувають як активної, так і пасивною стороною. Прив'язані і уважні до друзів і близьким.

11. Екстравертований тип. Такі люди відрізняються високою контактністю, у них маса друзів, знайомих, вони балакучі до балакучості, відкриті для будь-якої інформації, рідко вступають у конфлікти з оточуючими і зазвичай грають в них пасивну роль. У спілкуванні з друзями, на роботі і в сім'ї вони часто поступаються лідерство іншим, вважають за краще підкорятися і перебувати в тіні.

12. Інтровертований тип. Його характеризує дуже низька контактність, замкнутість, відірваність від реальності, схильність до філософствування. Такі люди люблять самотність; вступають у конфлікти з оточуючими тільки при спробах безцеремонного втручання в їх особисте життя. Вони часто представляють собою емоційно холодних ідеалістів, відносно слабко прив'язаних до людей. Такі люди на все мають свою точку зору, яка може виявитися помилковою, різко відрізнятися від думки інших людей, і, тим не менш, вони продовжують її відстоювати, незважаючи ні на що.

Класифікації акцентуацій характеру за А. Личко

У типології характеру, запропонованої А. Личко, представлені 11 типів акцентуованих рис підлітків.

1. Гіпертимний тип. Відрізняється товариськістю, рухливістю, схильністю до пустощів. У відбуваються навколо події вносять багато шуму, люблять гучні компанії однолітків. недостатньо дисциплінований, вчиться нерівно, при досить гарних загальних здібностях. Настрій завжди піднесений. З дорослими людьми, батьками і вчителями нерідко провокує конфлікти. При великій різноманітності захоплень такі підлітки можуть бути поверхневими і мінливими у своїх пристрастях. Вони нерідко переоціню-

ють свої можливості, є самовпевненими, намагаються справляти хороше враження на оточуючих.

2. Циклоїдний тип. Відрізняється підвищеною, періодично наступаючої дратівливістю, схильністю до апатії. Підлітки даного типу воліють залишатися вдома замість того, щоб перебувати в галасливих компаніях серед однолітків, на вулиці чи вдома. На зауваження на свою адресу реагують дратівливо, важко переживають неприємності та невдачі, які з ними відбуваються.

3. Лабільний тип. Вкрай мінливий і непередбачуваний у своєму настрої, причому приводи для зміни настрою можуть виявитися самими незначними. Разом з тим підлітки цього типу добре розуміють і відчувають ставлення до себе з боку оточуючих людей.

4. Астеноневротичний тип. Характеризується підвищеною примхливістю і недовірливістю, стомлюваністю і дратівливістю, особливо в моменти виконання складної розумової роботи.

5. Сензитивний тип. Цьому типу людей властива підвищена чутливість до людей і до людських стосунків. Вони не люблять великих галасливих компаній, азартних ігор, зазвичай бувають боязкими і сором'язливими і нерідко справляють враження замкнутості. В дійсності ж такі підлітки бувають цілком відкритими і товариськими, але тільки у вузькому колі близьких, добре знайомих людей. Відрізняються слухняністю і прихильністю до батьків. У них досить рано виявляється виражене почуття обов'язку, високі моральні вимоги до себе і оточуючих, підвищена старанність.

6. Психастенічний тип. Підлітки такого типу відрізняються раннім і прискореним психологічним розвитком, нерідко випереджаючи своїх однолітків. Вони схильні до роздумів, самоаналізу. Самовпевненість у них нерідко поєднується з нерішучістю, а безапеляційність суджень – з їх непродуманістю і схильністю до передчасних дій.

7. Шизоїдний тип. Характеризується підвищеною замкнутістю, воліє бути один або знаходитися в компанії дорослих. Нерідко виявляє байдужість до оточуючих, погано розуміє їх стан,

не вміє співпереживати, співчувати. Часто занурюється у фантазії та мрії, відірвані від реальної дійсності.

8. Епілептоїдний тип. Такі підлітки часто плачуть, дратують оточуючих людей, особливо в дитинстві, мучать тварин, дратують молодших але віком дітей, знущаються над безпорадними. В компаніях однолітків поведуться як диктатори. Типові риси: жорстокість, владність, егоїзм. Намагаються догоджати старшим, більш сильним, ніж вони, і впливовим людям.

9. Істероїдний тип. Володіє схильністю впадати в істерику. Відрізняється егоїзмом, прагненням привертати до себе особливу увагу. Нерідко спостерігається позерство, театральність поведінки. Насилу виносить, коли кого-небудь хвалять в його присутності, коли кому-небудь приділяють більше уваги, ніж йому. Відрізняється надмірними претензіями та претендує на виняткове положення серед однолітків.

10. Нестійкий тип. Це – слабовольна людина, що виявляє схильність підкорятися складним обставинам. Прагне до розваг без розбору, неробства. Серйозні захоплення та інтереси відсутні, не думає про своє, в тому числі професійне, майбутнє.

11. Конформний тип. Демонструє постійну схильність і готовність змінювати свої погляди і поведінку з міркувань особистої вигоди, на догоду людям, від яких він залежить. Це – пристосуванець, готовий заради власних інтересів зрадити інших людей, залишити їх у важку хвилину, причому майже завжди така людина знаходить моральне виправдання своїм аморальним вчинкам.

Характери розрізняють також за рисами, якостями особистості.

Виділяють **загальні риси характеру**, у яких виражаються відносини людини до основних сфер його життя і діяльності: професійні, моральні, естетичні, політичні, етнічні, релігійні та ін. Наприклад, колективізм, дружелюбність, патріотизм, працелюбність, лінощі, чуйність, егоїзм, замкнутість та ін. В них виражається і своєрідність спрямованості особистості. Конкретне поєднання загальних рис характеру у тієї чи іншої людини дає

підставу говорити про відповідні типи характерів, типи особистості.

Специфічні риси характеру обумовлені своєрідністю розвитку основних сфер особистості: інтелектуальної, емоційної та вольової. Наприклад, до інтелектуальних рис характеру відносяться допитливість, зацікавленість, аналітичність розуму або, навпаки, тугодумство, інерційність мислення та ін.; до емоційних рис – вразливість, імпульсивність, експансивність, інертність, недовірливість та ін.; до вольових рис – наполегливість, рішучість, самовладання, самостійність, цілеспрямованість та ін.

Питання для самоконтролю

1. Що являє собою характер як відображення індивідуальності особистості?
2. Який взаємозв'язок існує між характером та темпераментом?
3. Які існують типології характеру у вітчизняній та зарубіжній психології?
4. Які фактори впливають на формування та розвиток індивідуального стилю особистості?

Тематика рефератів

1. Системи властивостей характеру
2. Типологія характеру за Е. Кречмером.
3. Типологія характеру за К.- Г. Юнгом.
4. Типологія характеру за А. Личко.
5. Типологія характеру за К. Леонгардом
6. «Соціальний характер» Е. Фромма.

ТЕМА 10. Психологія спілкування.

У широкому розумінні спілкування – це та сторона людської діяльності, що вказує на зв'язок, взаємодію та взаємовплив людей у процесі матеріального та духовного виробництва, спосіб реалізації соціальних відносин, що здійснюється через безпосередні чи опосередковані контакти, в які особистості та групи вступають у процесі їхньої соціальної життєдіяльності. Саме через спілкування люди та групи вступають у матеріальні, політичні, релігійні та інші відносини один з одним. Метою спілкування є зміна взаємовідносин між людьми, встановлення взаєморозуміння, вплив на знання, думки, відносини, почуття й інші прояви спрямованості особистості; засобом – різні форми самовираження особистості. Контакти, між людьми в спілкуванні є необхідною умовою існування індивіда.

Останнім часом в науці поряд із поняттям «спілкування» використовується поняття «комунікація». У наукових, публікаціях можна зустріти різне розуміння співвідношення понять «комунікація» і «спілкування». **Комунікація** – зв'язок, взаємодія двох систем, у процесі якого від однієї системи до іншої передається сигнал, що несе інформацію. Наприклад, два комп'ютери з'єднані через локальну або телекомунікаційну мережу. Кожний працює по закладеній у нього програмі. Якщо вони обмінюються інформацією, можна говорити, що між ними існує комунікація. У ситуаціях, коли людина здійснює управління певним об'єктом за допомогою регулювання приладів, має місце комунікація «людина – машина». Проте, у цих прикладах немає зв'язку між людьми, впливу однієї особистості на іншу. В силу цього в них не відображена специфіка спілкування.

Спілкування є обміном інформацією між людьми. Людина може спілкуватися з іншими людьми не тільки в безпосередньому контакті, але й за допомогою інтернету, телефону, листів. Отже, поняття «спілкування» є більш вузьким порівняно з поняттям «комунікація». Водночас, у соціальній психології комунікацію часто розглядають як окремий випадок спіл-

кування, пов'язаний з обміном інформації. Міжособистісне спілкування – це процес інформаційної і предметної взаємодії між людьми, у якому формуються і реалізуються їхні міжособистісні стосунки. Виявляючись у безпосередніх контактах, ці стосунки визначаються і регулюються всією системою суспільних відносин, умовами суспільного виробництва, а також інтересами особистостей і груп під час здійснення ними своїх соціальних функцій. Міжособистісне спілкування передбачає встановлення прямих контактів між двома людьми, які спілкуються віч-на-віч, що уможливорює безпосереднє реагування та вплив на дії й висловлювання іншого, сприймання один одного як конкретну особистість. Вихідною і головною одиницею міжособистісного спілкування є діада – парний соціально-психологічний зв'язок (у малій групі кожен спілкується з кожним, без посередників). Сукупність діад утворює систему міжособистісних зв'язків на рівнях групового й міжгрупового спілкування. Але людина не може одночасно перебувати у безпосередньому спілкуванні з великою кількістю людей і тому зв'язки між групами відбуваються через їх окремих представників.

Змістом спілкування виступають наукові та життєві знання. На лекціях викладачі повідомляють студентам наукові факти із загальнонаукових та спеціальних дисциплін. У спілкуванні можуть бути передані навички та вміння. На заняттях з інформатики викладач формує в студентів навички пошуку та використання інформаційних ресурсів, проведення певних розрахунків тощо. Змістом спілкування може виступати людина: її зовнішній вигляд, особливості характеру, манера поведінки тощо. Змістом спілкування є колективне (групове) вирішення завдання, діяльність. Своєрідним змістом спілкування вважають відносини і взаємовідносини, що наповнюють спілкування, надають йому своєрідну забарвленість, диктують засоби, манеру спілкування. Від того, як складаються взаємовідносини, може залежати вся система спілкування даної людини. Конкретних тем для спілкування у кожної людини багато, і чим більше різноманітних тем,

тим у більш широке коло спілкування вона включена, тим більш багатою і змістовною є її особистість.

У психології виділяють **три рівні спілкування**.

Перший рівень (**макрорівень**): спілкування розглядається як найважливіша сторона способу життя особистості, в якому чітко виділяються переважний зміст діяльності, коло людей, з якими вона переважно контактує. Усе це обумовлено суспільними відносинами, соціальними умовами життя особистості. Крім того, розглядаючи цей рівень, слід враховувати, яких правил, традицій, прийнятих норм дотримується особистість, спілкуючись з іншими. Інтервал часу для такого розгляду спілкування – усе попереднє й майбутнє життя особистості.

Другий рівень (**мезарівень**) передбачає контакти на певну тему. Причому реалізація спілкування може закінчитися в одну зустріч або вимагатиме декількох зустрічей, актів спілкування. Як правило, у людини кілька тем, які вона реалізує послідовно або паралельно. І в тому і в іншому випадку партнерами по спілкуванню можуть бути окремі особистості і групи. Спілкування в межах конкретної теми має початок, середину і закінчення, тобто воно є процесом. Залежно від теми, картина кожної ситуації спілкування може бути вельми своєрідною за своєю формою, засобами.

Третій рівень (**мікрорівень**) передбачає акт спілкування, який виступає в ролі своєрідної елементарної одиниці. Таким актом спілкування можна вважати «запитання – відповідь», рукоштовнування, багатозначний погляд – мімічний рух у відповідь та ін. Через елементарні одиниці реалізуються теми, з яких складається вся система спілкування особистості в певний період її життя. Отже, спілкування – це обмін інформацією між людьми, зумовлений потребами спільної діяльності.

Функції спілкування

Під функціями спілкування розуміють ті ролі або завдання, які виконує спілкування у процесі соціального буття людини. За своїм змістом спілкування є багатофункціональним.

Перша функція – інформаційно-комунікативна – охоплює процеси формування, передачі й прийому інформації.

Друга функція – регуляційно-комунікативна – полягає в регуляції поведінки. Завдяки спілкуванню людина здійснює регуляцію не тільки власної поведінки, але й поведінки інших людей, а також реагує на їхні дії, тобто відбувається процес взаємного узгодження дій. За таких умов проявляються сумісність людей, їх компліментарність (вдале доповнення людини людиною), здійснюється взаємна стимуляція і корекція поведінки.

Третя функція – афективно-комунікативна – характеризує емоційну сферу людини, в якій виявляється ставлення індивіда до навколишнього середовища, в тому числі й соціального оточення.

Види міжособистісного спілкування

Розподіл спілкування на види можливий за різними параметрами: контингенту учасників, тривалості стосунків, міри опосередкування, завершеності, використанню засобів спілкування, бажаності тощо. Залежно від контингенту учасників виділяють міжособистісне, особистісно-групове й міжгрупове спілкування. Міжособистісне спілкування є найбільш вираженим у первинних групах, де кожна людина безпосередньо спілкується з кожною. У процесі такого парного спілкування реалізуються як групові цілі й завдання, так і особисті. Якщо ж учасники спілкування є представниками груп, то вибір ними засобів комунікації буде обмежений, оскільки вони мають піклуватися про престиж спільнот, які представляють. При особистісно-груповому спілкуванні одною стороною спілкування є особистість, іншою – група. Таким є спілкування між менеджером і групою працівників, викладачем і академічною групою. Міжгрупове спілкування припускає участь у цьому процесі двох спільнот. Такими є контакти під час змагання спортивних команд й академічних груп, конкурсів наукових і творчих колективів та ін. У процесі міжгрупового спілкування кожна особистість виступає носієм колективного змісту, відстоює його, керується ним. Відповідно до цього, особистість обирає засоби спілкування, що найкраще виражають позицію групи.

Спілкування може бути безпосереднім і опосередкованим. Безпосереднє спілкування – це спілкування «віч-на-віч», при

якому кожна сторона сприймає іншу й здійснює контакт, використовуючи всі наявні в її розпорядженні засоби. У безпосередньому спілкуванні існує більше каналів для зворотного зв'язку, через які учасники спілкування отримують інформацію про міру прийняття змісту іншою стороною, реакції на нього. Опосередковане спілкування – здійснюється через проміжну ланку – третю особу, технічний засіб або матеріальну річ. Опосередкованість може бути мінімальною й значною. Якщо, наприклад, дві людини розмовляють через Skype, то її можна вважати мінімальною: вони бачать, чують одна одну, але не можуть відчуті присутність співрозмовника іншими каналами сприймання. Коли ж одна людина надсилає іншій лист або передає інформацію через третіх осіб, опосередкованість є значною. Час, протягом якого триває спілкування, впливає на його характер і є своєрідним каталізатором змісту й засобів спілкування. Короткочасне спілкування (у межах однієї теми й відрізка часу в кілька годин) з незнайомою людиною відрізняється від акту спілкування зі знайомою.

Особливим видом спілкування є масова комунікація. Вона є процесом поширення підготовленої інформації (наукових знань, духовних цінностей, культурних патернів, моральних і правових норм тощо) через Інтернет, пресу, радіо, телебачення та інші канали на масову, розташовану в різних місцях, неоднорідну й анонімну аудиторію. Зворотній зв'язок у масових комунікаціях є відтермінованим – із затримкою в часі інформація може піти у зворотному напрямку у вигляді листів, sms-повідомлень, телефонних розмов. Метою масової комунікації є утвердження духовних цінностей та здійснення ідеологічного, політичного, економічного й організаційного впливу на оцінки, думки і поведінку людей. Під впливом масової комунікації можуть відбуватися зрушення у свідомості людей і в їхній поведінці. При цьому проявляється наступна закономірність: безперервний потік інформації як вираження її кількості в певний момент викликає якісне зрушення у свідомості людей. Спілкування завжди є соціальним. Воно відбувається між людьми й у присутності людей. Навіть тоді, коли дві людини спілкуються без свідків, вони спіл-

куються як носії соціального досвіду, як представники спільнот. Міра соціальності спілкування визначається кількістю людей, що беруть у ньому участь, або є обізнаними з його цілями, змістом, результатами.

Вербальне спілкування

Вербальне спілкування за допомогою слова є основною й найдосконалішою формою спілкування людей. Рівень володіння мовою, багатство і культура мовленнєвого висловлювання визначають можливості та ефективність спілкування кожної конкретної особистості. Розглядаючи вербальне спілкування з точки зору його соціальної заданості (система суспільно-історичних, соціально-економічних і культурних особливостей середовища, у якому воно відбувається), виділяють такі його види як міжособистісне і рольове. Дійсно, ступінь соціальної заданості спілкування є різним, він може коливатись від досить низького (міжособистісне спілкування) до дуже високого ступеня (рольове спілкування) і навіть до повного підпорядкування форм і змісту спілкування соціальним канонам.

Міжособистісне спілкування виникає на основі тих відносин, на які соціальні норми і правила здійснюють невиразний, опосередкований вплив. У терміні «міжособистісне» акцентується увага на емоційному характері спілкування. Вступаючи в міжособистісне спілкування, люди орієнтуються на свої внутрішні цілі й цінності. Відношення до партнера формується в процесі безпосереднього контакту, на основі поведінки, яку він демонструє.

У рольовому спілкуванні людина обмежена у виборі стратегії своєї поведінки, в сприйманні партнера й самої себе. Усе це залежить від соціальної позиції, яку вона займає, виконуючи ту чи іншу соціальну роль. У поняттях «соціальна позиція» і «соціальна роль» відбивається вибіркове відношення людей один до одного в процесі спілкування. Рольове спілкування допомагає людям створювати і підтримувати стосунки, що побудовані на ділових, формально-соціальних контактах, наприклад, воно забезпечує комунікацію в соціальних діадах «викладач-студент» й ін. При цьому саме роль, рольові очікування партнерів визнача-

ють, як людина буде сприймати партнера, розуміти його поведінку і будувати власну.

У соціальній психології існує класифікація видів спілкування, згідно з якою виділяються ритуальне, монологічне і діалогічне спілкування. Ритуальне спілкування, по суті, є рольовим, людина підтверджує в ньому свої соціальні ролі. Відмінною рисою ритуального спілкування є його безособистісність, оскільки партнери сприймають себе в ньому формально, як носія ролі, як елемент ритуалу (ритуали привітання, вибачення, ритуали, що пов'язані зі святом тощо). У міжособистісному спілкуванні ритуалам приділяється небагато місця, хоча вони є. Значення ритуалів стає очевидним, коли вони не виконуються (людина, з якою перестали вітатись). Монологічне спілкування – передбачає позиційну нерівноправність партнерів. Виділяють два різновиди монологічного спілкування: імператив і маніпуляцію. Імперативне спілкування – це авторитарна, директивна форма впливу на партнера по спілкуванню з метою досягнення контролю за його поведінкою, примус його до певних дій. Особливість імперативу в тому, що кінцева мета спілкування – примус партнера – не є завуальованою. Для здійснення впливу використовують такі засоби як накази, вказівки, розпорядження й вимоги. Існують соціальні види діяльності, в яких використання імперативного виду спілкування є цілком виправданим як з цільової, так і з етичної точок зору. До них відносяться військові уставні відносини, відносини «керівник-підлеглий», відносини у складних й екстремальних умовах. При імперативному спілкуванні суб'єкт спілкування керується сукупністю установок, правил і конкретних прийомів реагування, спрямованих на здійснення прямого психологічного впливу на партнера для досягнення своїх цілей, зокрема: • відкрите, пряме і ясне висловлення своїх позицій, намірів і цілей; • відкрита, активна поведінка й дії з досягнення своїх цілей; • ефективний і рішучий захист себе від агресивної поведінки партнера; • досягнення своїх цілей з урахуванням інтересів і цілей партнера; • пряма й відкрита відмова виконувати дії, що не служитимуть вашим інтересам.

Невербальне спілкування

Невербальне спілкування – вид спілкування, для якого характерне використання безсловесних засобів передачі інформації. До основних невербальних засобів слід віднести: жестикуляція, міміка, пантоміміка розташування партнерів у просторі, візуальний контакт, зображення та ін. Усі невербальні засоби спілкування діляться на 6 груп: кінесичні; паралінгвістичні; екстралінгвістичні; проксемічні; тактильні; ольфакторні. Кінесика вивчає закономірності рухів людини, що застосовуються у процесі спілкування. До кінесичних засобів спілкування відносяться: жестикуляція, міміка, пантоміміка, напрямок погляду, візуальний контакт, почервоніння й збліднення шкіри, стереотипи моторики. Жестикуляція є системою рухів тіла людини, що супроводжують або заміняють вербальне спілкування. За існуючою класифікацією жести, діляться на 4 групи: загальноприйняті жести; емоційні жести (залежать від культури країни); індивідуальні жести (властиві конкретній людині); ритуальні жести (наприклад, вітання). Міміка – виразні рухи м'язів обличчя, одна з форм прояву почуттів людини – радості, смутку, задоволення й ін. Розрізняють два типи міміки: – мимовільна (рефлекторна) міміка; довільна (свідома) міміка. Пантоміміка – сукупність виразних рухів голови, кінцівок і тулуба, що супроводжують мовлення й емоції. Вірогідність пантоміміки ґрунтується на тому, що більшість її проявів є спонтанними й не контролюються свідомістю людини. Знання пантоміміки дозволяє зрозуміти більше, ніж говорить співрозмовник. Візуальний контакт – це засіб взаємної регуляції процесу спілкування. Коли ми дивимося на співрозмовника, нам легше зосередити увагу на тому, що він говорить. Погляд може бути діловий, соціальний, інтимний та ін. Важливо зазначити, що використання кінесичних засобів спілкування досить жорстко обмежено національними, культурними й релігійними традиціями того чи іншого етносу. Наприклад, широко відкриті очі для японця – ознака гніву, для європейця – привітності і подиву.

До паралінгвістичних засобів спілкування відносяться: інтенсивність; тембр; інтонація, тональність голосу. Істотна зміна голосових характеристик характеризує ступінь внутрішнього хвилювання. Монотонне мовлення часто свідчить про скутість партнера по спілкуванню. Солодко-лілейний голос означає нещирість що висловлюється, а «металеві нотки» говорять про енергію, твердість, рішучості співрозмовника.

Екстралінгвістичні засоби являють собою нетипові індивідуальні особливості вимови. До них відносяться: паузи; темп мовлення; зв'язність мовлення; сміх; покашлювання; заїкання. Паузи під час розмови роблять для того, щоб надати партнерові можливість висловитися; надати сили словам, що слідують за паузою; перечекати відволікання партнера; виграти час. Якщо людина не звертає уваги на те, що її переривають, виходить, вона більше орієнтується на себе, а якщо їй складно тримати паузи в розмові, вона більше орієнтується на міжособистісну взаємодію. Уміння тримати паузу часом є незамінним засобом ведення розмови.

До проксемічних засобів спілкування відносять дистанцію між партнерами, а також їхнє взаємне розташування у просторі. Виділено чотири дистанції між співрозмовниками: інтимна, особиста, соціальна, публічна. Перші дві дистанції свідчать про те, що спілкуються близькі друзі або родичі; соціальної дистанції дотримуються люди, що вступають в офіційні контакти; публічна має місце між чужими людьми. Змінюючи відстань, людина може здійснювати додатковий вплив на партнера, оскільки цим змінюється характер відносин між ними. Не менше значення в спілкуванні має розміщення партнерів. Наприклад, спілкування між людьми, що вступають вперше в контакт, проходить успішніше, якщо стільці, на яких вони сидять, розставлені вільно навколо невеликого столика. Під тактильними засобами спілкування розуміють контакти співрозмовників, що здійснюються руками, головою, тулубом й іншими частинами тіла. Найбільший інтерес представляють контакти рук: рукостискання; обійми; поцілунки; поплескування; поштовхи; торкання; ляпаси; удари. Використання людиною в спілкуванні динамічних доти-

ків визначається багатьма факторами: статусом партнерів, їхнім віком, статтю, ступенем знайомства. Неадекватне використання особистістю тактильних засобів може спричинити конфлікт у спілкуванні (наприклад, обійми є можливими тільки за умови близьких відносин).

Ольфакторними засобами називають природні й штучні запахи людини, запахи навколишнього середовища. До невербальних засобів спілкування відносять також обмін речами, предметами. Цей спосіб бере свій початок в далекому минулому, коли у спільноті обмін продуктами, знаряддями праці був чи не єдиним способом спілкування між людьми. Сучасну людину важко уявити поза матеріальною діяльністю, вона має здійснювати взаємодію, використовуючи предмети, речі. Наприклад, багато операцій на конвеєрі здійснюються без мовленнєвого супроводу (приймання-передавання деталей, інструментів). Святкування ювілеїв, вхід тощо може супроводжуватися врученням відповідних подарунків. Зображення – фотографії, реклама, блог – також є засобами спілкування, але це вже не прямі засоби контакту, а їхнє поширення здійснюється через розповсюдження друкованої продукції, Інтернет, Viber тощо. Інформація, що надходить по невербальних каналах, може, як підкріплювати, так і суперечити повідомленню, що передане за допомогою слів.

Невербальні засоби спілкування менш контролюються свідомістю, аніж мовлення, і тому вони є більш достовірними. Досягнення єдності вербальних і невербальних засобів комунікації – конгруентності – також є важливою умовою ефективності спілкування, оскільки її відсутність сприяє виникненню недовіри у співрозмовника. Ми продовжуємо спілкуватися один з одним, незважаючи на те, що в XXI столітті живе спілкування усе більше витісняють мобільні телефони й Інтернет. Але проблема невербального спілкування завжди буде актуальною, оскільки при одночасному сприйманні мовлення і невербальних проявів партнера ми можемо вірити або не вірити у його щирість, «вловлювати» його реальні інтереси і наміри, що робить спілкування більш продуктивним.

Питання для самоконтролю

1. Розкрийте сутність поняття «спілкування».
2. У чому полягає відмінність між поняттями «спілкування» та «комунікація»?
3. Які рівні спілкування виділяють у психології?
4. Назвіть основні функції спілкування.
5. У чому полягають характерні особливості вербального спілкування?
6. Яким чином проявляється невербальне спілкування.
7. На які групи можна поділити невербальне спілкування?

Тематика рефератів

1. Особливості спілкування в умовах становлення інформаційного суспільства.
2. Віртуальна комунікація як соціальний феномен.
3. Невербальне спілкування як засіб ретрансляції інформації.
4. Безпосереднє та опосередковане спілкування.
5. Масова комунікація та її особливості.
6. Роль ЗМІ у формування громадської думки.

РЕКОМЕНДОВАНА ЛІТЕРАТУРА

1. Ануфрієва Н. Соціальна психологія: навч. посіб. / Н. Ануфрієва, Т. Зелінська, Н. Єрмакова. – К.: Каравела, 2009. – 216 с.
2. Бондарчук Е. Основы психологии и педагогики: курс лекций / Бондарчук Е., Бондарчук Л. – К.: МАУП, 2002. – 168 с.
3. Варій М. Основи психології і педагогіки: навч. посіб. / М. Варій, В. Ортинський – 2-ге вид. – К.: Центр учбової літератури, 2009. – 376 с.
4. Варій М. Психологія: навч. посіб. / М. Варій. – К.: Центр учбової літератури, 2007. – 288 с.
5. Гиппенрейтер Ю. Введение в общую психологию: курс лекций / Ю. Гиппенрейтер. – М.: МГУ, 2004. – 320 с.
6. Дубравська Д. Основи психології : навч. посіб. / Д. М. Дубравська. – Львів: Світ, 2001. – 280 с.
7. Дубровина И. Психология / И. Дубровина, Е. Данилова, А. Прихожан. – М.: Изд. центр «Академия», 1999. – 464 с.
8. Дуткевич Т. Практична психологія: Вступ у спеціальність: навч. посіб. / Т. Дуткевич, О. Савицька. – К.: Центр учбової літератури, 2007. – 256 с.
9. Загальна психологія / за ред. П. М'ясоїда. – К.: Вища школа, 2001 – 350 с.
10. Загальна психологія: підручн. / О. Скрипченко, Л. Долинська, З. Огороднійчук [та ін]. – К.: Либідь, 2005. – 464 с.
11. Загальна психологія: підручн. / С. Максименко, В. Зайчук, В. Клименко [та ін.]; за заг. ред. С. Максименка. – 2-ге вид., переробл. і доповн. – Вінниця: Нова Книга, 2004. – 704 с.
12. Загальна психологія: навч. посіб. / О. Сергєєнкова, О. Столярчук, О. Коханова, О. Пасека – К.: Центр учбової літератури, 2012. – 296 с.
13. Изард К. Психология эмоций; пер. с англ. / К. Изард. – С.Пб.: Питер, 2000. – 464 с.
14. Ільїна Н. Загальна психологія в екзаменаційних питаннях і відповідях: навч. посіб / Н. Ільїна. – Суми: Університетська книга, 2009. – 239 с.
15. Казарновська Г. Загальна, вікова і педагогічна психологія: Збірник завдань : навч. пос. / Казарновська Г., Долинна О. – К.: Вища школа, 1990. – 142 с.

16. Коломинский Я. Человек: психология / Я. Коломинский. – М.: Просвещение, 1986. – 290 с.
17. Крутецкий В. Психология: учебн. пос. / В. Крутецкий. – М.: Просвещение, 1986. – 283 с.
18. Копець Л. Психологія особистості: навч. посіб. /Л.Копець. – К.: Вид. дім «Києво-Могилянська академія», 2007. – 460 с.
19. Кузьмінський А. Педагогіка: підручник / А. Кузьмінський, В. Омеляненко. – К.: Знання, 2007. – 447 с.
20. Леонтьев А. Деятельность. Сознание. Личность: учебн. пос. / А. Леонтьев. – 2-е изд., стереотипн. – М.: Академия, 2005. – 352 с.
21. Ліфарєва Н. Психологія особистості: навч. посіб. / Н. Ліфарєва; Дніпропетровський ун-т економіки та права. – К.: Центр навчальної літератури, 2003. – 240 с.
22. Лозниця В. Психологія і педагогіка: основні положення: навч. пос. / В. Лозниця. – К.: ЕксОб, 2001. – 304 с.
23. М'ясоїд П. Задачі з курсу загальної психології: навч. пос. / П. М'ясоїд. – К.: «Вища школа», 2000. – 183 с.
24. Маклаков А. Общая психология / А. Маклаков. – СПб.: Питер, 2001. – 592 с.
25. Максименко С. Психологія в соціальній та педагогічній практиці: методологія, методи, програми, процедури: навч. пос. / С. Максименко. – К.: Наукова думка, 1999. – 305 с.
26. Максименко С. Загальна психологія: навч. посіб. / С. Максименко. – 3-е вид., перероб. та доп. – К.: ЦУЛ, 2008. – 256 с.
27. Марушкевич А. Основи педагогіки: навчальний посібник / А. Марушкевич. – К.: ВПЦ «Київський університет», 2007 – 123 с.
28. Методологічні та теоретичні проблеми психології: Навч. посіб. / М. Корольчук, Ю. Трофімов, В. Осьодло та ін.. – К.: Ніка-Центр, 2008 – 336 с.
29. Москаленко В. Психологія соціального впливу: навч. пос. / В. Москаленко. – К.: Центр учбової літератури, 2007 – 448 с.
30. Немов Р. С. Психология: в 3-х кн. : учебн. / Р. С. Немов. – М.: Владос, 2006. – Кн. 1: Общие основы психологии. – 687 с.
31. Новые педагогические и информационные технологии в образовании / Под ред. Е. Полат. – М.: Академия, 2002. – 272 с.
32. Основи психології: підручн. / за заг. ред.: О. В. Киричука, В. А. Роменця. – Вид. 2-ге, стереотипн. – К. : Либідь, 1996. – 632 с.

33. Основи психології та педагогіки / За ред. Степанова О., Фіцука М. та ін. – К., 2003.
34. Основи психології. Навчальний посібник / Під ред. А. Векаріс, Ю. Завалевський, К. Левківський. – Х.-К., 2005.
35. Пальчевський С. Педагогіка: навч. посіб. / С. Пальчевський. – К.: Каравела, 2007. – 576 с.
36. Партико Т. Загальна психологія: підручн. / Т. Партико. – К.: Видавн. дім «Ін Юре», 2008. – 416 с.
37. Пашукова Т. Практикум із загальної психології / Т. Пашукова, А. І. Допіра, Г. В. Дьяконов. – 2-ге вид., стер. – К.: Знання, 2006. – 203 с.
38. Психологія: навч. посібн. / за ред. Цимбалюк. – К.: Професіонал, 2004. – 216 с.
39. Психологія: підручн. / за ред. Ю. Трофімова. – Вид. 3-тє, стереотипн. – К.: Либідь, 2001. 560 с.
40. Психологія та педагогіка : підручн. / С. Максименко, М. Євтух, Я. Цехмістер, О. Лазуренко. – К.: Слово, 2012. – 584 с.
41. Психологія: підручник / Ю. Трофімов, В. Рибалка, П. Гончарук та ін.; за ред. Ю. Трофімова. – 5-те вид., стереотип. – К.: Либідь, 2005. – 560 с.
42. Роменець В. А. Історія психології: ХІХ – початок ХХ століття: навч. посіб. / В. Роменець. – К.: Либідь, 2007. – 832 с.
43. Рубинштейн С. Основы общей психологии. – Санкт-Петербург, 2001.
44. Русинка І. Психологія: навч. посіб. / І. І. Русинка. – К.: Знання, 2007. – 367 с.
45. Сидоренко Е. Тренинг влияния и противостояния влиянию / Е. Сидоренко. – С.Пб.: Речь, 2002. – 256 с.
46. Степанов О. В. Основи психології та педагогіка: навч. пос. / О. В. Степанов, М. М. Фіцула. – Вид. 2-ге, випр., доповн. – К.: Академвидав, 2006. – 520 с.
47. Фрейдджер Р. Личность. Теории, упражнения, эксперименты; пер. с англ. / Р. Фрейдджер, Д. Фейдимен – С.Пб.: Прайм–ЕВРОЗНАК, 2004. – 608 с.
48. Шостром Э. Анти-Карнеги, или Человек-манипулятор; пер. с англ. / Э. Шостром. – Мн: ТПЦ «Полифакт», 2006. – 128 с.

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
ОДЕСЬКА НАЦІОНАЛЬНА АКАДЕМІЯ ЗВ'ЯЗКУ ІМ. О. С. ПОПОВА
Кафедра філософії, психології та педагогіки

Мар'яна Вікторівна ПАЛЬЧИНСЬКА

ПСИХОЛОГІЯ

**навчальний посібник для підготовки
до семінарських занять**

Підписано до друку 21.11.2020. Формат 60х84/16.
Ум.друк.арк. 12,8. Тираж 200 прим. Зам. №

Надруковано в друкарні ТОВ «Сімекс-прінт»
Свідоцтво ДК №3807 від 22.06.2010
м. Одеса, вул. Дальницька, 53
тел.: (048) 709-20-50
www.simexprint.com.ua