

Міністерство освіти і науки України
ДВНЗ «Прикарпатський національний університет імені Василя Стефаника»

О.В.ФЕДИК

„ ПСИХОЛОГІЯ ”

навчально-методичний посібник для студентів
спеціальності «Середня освіта. Фізична культура» та «Фізична терапія,
ерготерапія»

Івано-Франківськ – 2018

УДК 159.9 (075.8)
ББК 88я73

Федик О.В.

Психологія: Навчально-методичний посібник для студентів спеціальності «Середня освіта. Фізична культура» та «Фізична терапія, ерготерапія» - Івано-Франківськ, 2018.- 114 с.

Рецензенти :

Москалець В.П. - доктор психологічних наук, професор кафедри загальної та клінічної психології ДВНЗ «Прикарпатський національний університет імені Василя Стефаника»

Белей М.Д. – кандидат психологічних наук, доцент кафедри загальної та клінічної психології ДВНЗ «Прикарпатський національний університет імені Василя Стефаника»

Рекомендовано Вченою радою філософського факультету ДВНЗ «Прикарпатський національний університет імені Василя Стефаника» протокол № від « » листопада 2018 р.

Навчально-методичний посібник до курсу «Психологія» для студентів спеціальності «Середня освіта. Фізична культура» та «Фізична терапія, ерготерапія» передбачає ознайомлення студентів із основними категоріями і поняттями, методами та психологічними теоріями предмету.

Навчально-методичне видання містить теми лекцій, план, основні поняття і ключові слова, стислий зміст теми, тематику повідомлень та рефератів, завдання для самостійної роботи, рекомендовану літературу, теми семінарських занять.

Пояснювальна записка

На всіх етапах розвитку суспільства людину цікавив її внутрішній світ, причини та закономірності виникнення тих чи інших вчинків, закони поведінки людини в суспільстві. Не менш цікавим було завдання зрозуміти, як виникають мисленеві образи, що таке свідомість, мислення, творчість, якими є механізми виникнення цих явищ. В сучасному світі базові знання з психології потрібні всім людям, оскільки професійна діяльність більшості передбачає постійне спілкування і взаємодію з іншими людьми.

Метою даного курсу є сформулювати у студентів спеціальності «Фізична культура» та «Фізична терапія, ерготерапія» поняття про наукову психологію: її основні категорії, закони, практичні можливості.

Оволодіння курсом психології передбачає не просто засвоєння певних знань, але і формування психологічної культури. Вона включає в себе комплекс психологічних знань та вмінь, які необхідні для розв'язання різноманітних психологічних проблем, які виникають в професійному та приватному житті людини.

Відомо, що студент краще сприйматиме те, що пов'язано з їхнім життям. Кожен з нас може навчатися, запам'ятовувати і забувати, сердитися і боятися, кохати та ненавидіти, піддаватися навіюванню чи бути незалежним. Власне психологічні знання дають можливість зрозуміти зв'язок між багатьма психічними феноменами і власним життям.

ТЕМА 1. ПСИХОЛОГІЯ ЯК НАУКА. РОЗВИТОК ПСИХІКИ І СВІДОМОСТІ.

План

1. Визначення психологічної науки.
2. Об'єкт, предмет та завдання психології.
3. Поняття психіки.
4. Поняття свідомості.

Основні поняття і ключові слова: психологія, психіка, свідомість, психічні процеси, психічні стани, властивості особистості, психічні явища.

Стислий зміст теми

Психологія — наука і система знань про закономірності, механізми, психічні факти і явища в житті людини.

Психологія – наука, яка вивчає закономірності розвитку, формування та прояву психіки людини, як основної форми її життєдіяльності.

Об'єктом її вивчення є найскладніша сфера життєдіяльності людини - психіка. Складність психіки як явища зумовлена тим, що вона є вищим продуктом біологічного і суспільного розвитку живих істот. Складним є і функціональний бік психіки. Вона — спосіб орієнтування організму в навколишньому світі, регулятор поведінки і діяльності в динамічних умовах середовища.

Предмет психології — закономірності розвитку і вияву психічних явищ та їх механізми.

Слово "психологія" походить від двох грецьких слів: "псюхе" — душа і "логос"- закони природи, а психологія означає "закони життя душі".

Психологія спрямована на вирішення таких **завдань:**

- вивчення законів психічної діяльності;
- розкриття сутності, структури і функцій психіки;
- вивчення ролі психічних явищ в пізнанні людиною самої себе та оточуючого світу, в її діяльності та спілкуванні;
- визначення ролі спадкового і набутого, біологічного і соціального в розвитку психіки;

– вивчення співвідношення психіки і мозку тощо.

З іншого боку, на основі цих знань розробляться практичні засоби психологічної допомоги людям в найрізноманітніших сферах їх життєдіяльності — в організації оптимальних умов праці, навчання і виховання, вирішення особистих проблем.

Псюхе — (душа) поняття давньогрецької філософії. Воно мало декілька значень:

1) життєва сила, яка покидає тіло з останнім подихом; 2) безтілесна основа, позбавлена після смерті людини свідомості і пам'яті; 3) "демон" — невмируща істота божественного походження; 4) мета праведного життя; 5) "покарання" за первородний гріх Титанів тощо.

Кожний, хто вивчає психологію і хоче глибше оволодіти цією цікавою наукою, має усвідомити, для чого йому потрібні ці знання. Саме усвідомлення особистісного значення психологічних знань сприятиме засвоєнню складних понять і категорій та їх ефективному використанню в житті, навчанні та професійній діяльності.

По-перше, психологічні знання необхідні для глибшого розуміння себе та інших.

По-друге, психологічні знання необхідні для самовдосконалення, пристосування до змін у навколишньому середовищі. Без саморозвитку людина не відповідає вимогам сучасності, не може самореалізуватися в суспільстві. Знання психології створює базу для самовиховання та впливу на інших людей.

По-третьє, вивчення психології потрібне для підвищення ефективності власної професійної діяльності, найповнішого використання особистісного потенціалу людини, налагодження стосунків між членами трудового колективу. Існує кілька джерел психологічних знань. Це *народна психологія, життєва, або побутова психологія, релігійна психологія, парапсихологія та наукова психологія.*

Кожна людина зазнає того чи іншого впливу народної психології. Народні казки, міфи, прислів'я, приказки, художні твори містять описи психічних явищ, характерів тощо.

У кожної людини накопичується досвід психічного життя, складаються уявлення про психічні можливості особистості. Формується індивідуальна життєва психологія, якій притаманні безпосередність, життєдайність, небезсторонність, особистісність. У життєвій психології втілюються надбання народної, релігійної, наукової психології, реалізується організуюча функція психологічних знань.

Психологія сформувала систему наукових уявлень, які розкривають природу психіки, слугують поліпшенню життя людей, їхньої поведінки та діяльності. Інтенсивне дослідження найскладнішого з існуючих у науці об'єктів — психіки людини — триває.

Отже, психологія як наука за допомогою спеціальних методів розглядає і вивчає об'єктивні, реально існуючі психічні явища і факти. Узагальнюючи результати досліджень у системі наукових понять, вона виявляє особливості, закономірності побудови та розвитку психіки, функціонування її механізмів.

Поняття психіки

Психіка — це властивість високоорганізованої живої матерії, що полягає у активному відображенні суб'єктом об'єктивного світу, у побудові загальної картини цього світу і регуляції на цій основі своєї поведінки й діяльності

Психіка – це властивість високоорганізованої матерії активно відображати реалії навколишнього світу.

Відображення – це загальна властивість матерії, що полягає у відтворенні особливостей відображувального об'єкту або процесу. Цією властивістю володіє вся матерія – жива і нежива. У неживій природі це може бути фізична і хімічна взаємодія речовин (промінь світла відбивається від дзеркала, дифузія тощо). Живій матерії властиві біологічні форми відображення. Це може бути психічне відображення, а може і суто фізіологічне (процеси метаболізму).

Особливості психічного відображення.

1. Приналежність індивідові, суб'єктові всього того, що він відображає – думки, відчуття, прагнення, все те, що складає внутрішній зміст нашого життя. Якщо

внаслідок психічного відображення виник певний образ, то його у суб'єкта відняти вже не вдасться нікому.

2. Психіка відображає об'єктивну реальність, те, що існує зовні і незалежно від неї. В результаті психічного відображення виникає образ предметів реального світу. Ми можемо лише перетворювати, комбінувати і змінювати в розмірах і формах те, що відобразила наша психіка.

3. При фізичному відображенні обов'язково йде зміна предметів, речовин, що вступили у взаємодію (промінь світла міняє напрями, при дифузії змінюється склад обох речовин). А при психічному відображенні – матеріальний світ не змінюється, змінюється лише внутрішній психічний світ.

Отже, внаслідок психічного відображення ми будемо певний образ.

Властивості психічного образу.

1. Образ володіє ідеальністю (він існує тільки в голові людини, не існує його матеріалізації, його не можна зважити, до нього не можна доторкнутися).

2. Образ суб'єктивний. (психічний образ містить в собі ті властивості, які важливі суб'єктові, що відображає. Оскільки образ суб'єктивний, то він неминуче несе на собі «відбиток» окремої особи. Образ не існує поза конкретною особистістю, він залежить від розвитку нервової системи і мозку, від стану організму в цілому, від досвіду конкретної особи тощо).

3. Образ об'єктивний. (зміст нашого психічного відображення більш менш вірно відображає предмет).

4. Образ демонструє неповноту відображення. (оскільки образ предмету ідеальний, суб'єктивний, несе на собі «відбиток» конкретної особи, то не може відобразити все терізноманіття властивостей, зв'язків, суті, які включені в об'єкт психічного відображення. Світ, як відомо, одночасно і пізнаваний, і не пізнаваний).

Форми прояву психіки.

1. Психічні процеси.

2. Психічні властивості.

3. Психічні стани.

Психічні процеси — різні форми єдиного, цілісного відображення людиною довкілля і себе в ньому. Психічні процеси іноді називають психічними функціями. З давніх часів психічні процеси поділяють на такі сфери (класи): пізнавальні, емоційні та вольові.

Психічні стани — психологічна категорія, до складу якої входять різні види інтегрованого відображення людиною як внутрішніх, так і зовнішніх впливів. Причому більшість із них існують поза чітким усвідомленням відображеного предметного змісту.

Психічні стани — психологічна характеристика особистості, що відбиває її порівняно тривалі душевні переживання.

Психічний стан — поняття, що використовується для умовного виділення в психіці відносно статичних, перманентних моментів. На відміну від поняття "психічний процес", що підкреслює динамічні моменти психіки, і поняття "психічна властивість", що вказує на тривалість проявів психіки людини, психічні стани визначаються їх закріпленістю і повторюваністю в структурі психіки людини.

Поняття свідомості

Свідомість представляє собою основну категорію при вивченні психічних явищ. Категорія свідомості є найбільш великою в термінологічному апараті психологічної науки після категорії психіки. Свідомість людини виникла і розвивалася разом з розвитком суспільства. Головною умовою виникнення і розвитку людської свідомості є сумісна, продуктивна, опосередкована мовою, спільна діяльність людей. Індивідуальна свідомість, ймовірно, виникла в процесі колективної діяльності як необхідна умова її організації. Так само, і в онтогенезі виникає і починає розвиватися індивідуальна свідомість дитини. Тобто, щоб вона розвивалася, необхідна спільна діяльність і спілкування дорослого з дитиною.

Свідомість поза люським буттям неможлива: свідомість народжується в бутті, створює буття, відображає буття. Таким чином, свідомість виконує такі функції:

- пізнавальна;
- регулятивна;
- прогностична;
- рефлексивна;
- комунікативна.

На початку свого розвитку свідомість людини спрямована на зовнішній світ. Людина усвідомлює, що знаходиться поза ним. Завдяки органам чуття вона сприймає цей світ як окремий від неї. Пізніше з'являється здатність до рефлексії, тобто усвідомлення того, що сама людина для себе може і повинна стати об'єктом пізнання.

Другий напрям розвитку свідомості пов'язаний з розвитком мислення і поступовим з'єднанням думки зі словом. Мислення людини, розвиваючись, все більше проникає в суть речей. Паралельно з цим розвивається мова. Слова мови наповнюються все більш глибоким сенсом і, нарешті перетворюються на поняття. Слово-поняття і є одиниця свідомості, а напрям, в якому воно виникає, називають понятійним.

Третій напрям – історичний напрям розвитку свідомості. Кожна нова історична епоха своєрідно відбивається в свідомості її сучасників, і із зміною історичних умов існування людей змінюється їх свідомість. (наприклад, міфологічна свідомість стародавнього грека і релігійна свідомість жителя середніх віків).

Під свідомістю розуміється не просто психічне відображення дійсності, а вища форма цілеспрямованого психічного відображення дійсності суспільно розвиненою людиною. Життєвий сенс свідомості полягає в тому, щоб вірно орієнтуватися в світі, пізнавати і перетворювати його на основі суспільної практики.

Свідомість – це вища, властива тільки людині і пов’язана з мовою функція мозку, що полягає в узагальненому, оціночному і цілеспрямованому відображенні і конструктивно-творчому перетворенні дійсності, в попередній уявній побудові дій і передбаченні їх результатів, у розумному регулюванні і самоконтролі поведінки людини.

Свідомість характеризується: активністю, спрямованістю на предмет (свідомість – це завжди свідомість чого-небудь); здібністю до рефлексії і самоспостереження (усвідомлення самої свідомості); мотиваційно-ціннісним характером і різним ступенем (рівнями) ясності

Література

1. Психологія //Ю.Л. Трофімов, В.В. Рибалка, П.А. Гончарук та ін.// За ред. Ю.Л. Трофімова. — К: Либідь, 1999. — 558 с.
2. Немов Р.С. Психологія. - М.: Владос, 1998. - 687 с.

ТЕМА 2. ГАЛУЗІ ПСИХОЛОГІЇ. ЗВ'ЯЗОК ПСИХОЛОГІЇ З ІНШИМИ НАУКАМИ.

План:

1. Дисципліни, які належать до теоретичної психології
2. Галузі, які належать до науково-прикладної психології:
 - а) за видом діяльності та поведінкою людини;
 - б) за психологічними питаннями розвитку людини;
 - в) за відношенням до нормальної або хворої психіки;
 - г) за відношенням до права.
3. Зв'язок психології з іншими науками.

Основні поняття і ключові слова: теоретична психологія, експериментальна психологія, диференційна психологія, генетична психологія, порівняльна психологія, моделювання психіки, психологія "штучного інтелекту", психологія управління та менеджменту, екологічна психологія, психологія аномального розвитку, персоналі стичні напрямки.

Стислий зміст теми

Сучасна наукова психологія являє собою досить розмаїту систему дисциплін та галузей. За спрямованістю діяльності психологів на пізнання, дослідження або перетворення психіки доцільно виділити три великі групи галузей: теоретичну, науково-прикладну та практичну психологію.

1. **До теоретичної психології належать:** загальна психологія, історія психології, експериментальна психологія, генетична, соціальна, порівняльна,

диференціальна, психофізіологія, психологія особистості, моделювання психіки.

Загальна психологія систематизує експериментальні дані, здобуті у різних галузях психологічної науки, розробляє фундаментальні теоретичні проблеми психології, формулює основні принципи, категорії, поняття, закономірності, становить фундамент розвитку всіх галузей та розділів психологічної науки.

Історія психології розглядає формування психологічних категорій і понять упродовж усього часу існування наукової психології, історію психологічних досліджень у різні часи в різних школах та перспективи розвитку психології як науки.

Експериментальна психологія займається розробкою нових методів психологічного дослідження для більш глибокого вивчення психічної реальності.

Генетична психологія вивчає закономірності розвитку психіки тварин і людини у філогенезі (протягом біологічної еволюції усього живого та історичного розвитку психіки) і в онтогенезі (упродовж життя окремої особи).

Соціальна психологія досліджує психічні явища у процесі взаємодії людей у великих та малих суспільних групах.

Порівняльна психологія має предметом свого дослідження особливості психіки тварин (зоопсихологія) у порівнянні з психікою людини.

Диференціальна психологія досліджує індивідуально-психологічні особливості психіки з урахуванням вікового рівня розвитку та механізмів функціонування психіки, ролі задатків і здібностей індивіда тощо.

Психофізіологія вивчає фізіологічні механізми діяльності мозку, вищої нервової системи, які лежать в основі функціонування психіки.

Психологія особистості займається вивченням психічних властивостей людини як цілісного утворення, як певної системи психічних якостей, що має відповідну структуру, внутрішні взаємозв'язки, характеризується

індивідуальністю та взаємопов'язана з навколишнім природним і соціальним середовищем.

Моделювання психіки як розділ теоретичної психології використовує наукові дані про психіку для побудови математичних і кібернетичних моделей психічних функцій (сприймання, мислення, пам'яті, розпізнавання, спілкування тощо) та всієї психіки загалом з метою розробки і вдосконалення технічних систем, перевірки наявних психологічних теорій за допомогою комп'ютерного експерименту).

2. До науково-прикладної психології слід віднести ряд галузей, для яких характерні дослідження і практичне використання знань з метою оптимізації поведінки та діяльності людей. Напрями науково-прикладної психології доцільно розрізняти за певними ознаками:

а) за видом діяльності та поведінки людини:

- психологія праці досліджує психологічні закономірності трудової діяльності людини, психологічні основи наукової організації праці (НОП), особливості формування загально-трудових умінь і навичок, вплив факторів виробничого середовища і технічних засобів праці на робітника з метою підвищення ефективності трудової діяльності людини;

- інженерна психологія вивчає особливості діяльності оператора автоматизованих систем управління, розподілу та узгодження функцій між людиною і машиною, використовуючи здобуті знання в інженерно-психологічному проектуванні, експлуатації й оптимізації функціонування систем управління складними технічними комплексами та технологічними процесами. Інженерна психологія є важливою складовою ергономіки — науки про закони взаємодії оператора, машини і середовища та закономірності функціонування системи "людина-машина";

- психологія творчості досліджує закономірності творчої (евристичної) діяльності, фактори стимуляції творчого пошуку винахідників, раціоналізаторів, умови розвитку творчої особистості та розробляє методи активізації творчості працівників науки, техніки, мистецтва, культури;

- психологія "штучного інтелекту" зосереджує увагу на розробці й використанні формальних моделей психіки у створенні різних інтелектуальних кібернетичних систем, наприклад, систем управління робототехнікою, автоматизованого перекладу, експертних систем тощо;

- авіаційна психологія досліджує психологічні особливості діяльності людини в умовах польоту, визначає психологічні вимоги до професії у відборі та підготовці авіаційних кадрів, сприяє оптимізації праці льотного персоналу;

- космічна психологія вивчає психологічні проблеми діяльності людини в умовах невагомості, просторової дезорієнтації під час перебування в космосі, психологічного напруження, яке виникає в екстремальних ситуаціях перевантаження організму або тривалої ізоляції від людей на орбіті;

- військова психологія має предметом фактори ефективної поведінки людини в екстремальних умовах бойових дій;

- психологія управління та менеджменту здійснює дослідження процесів управління, організації спільної діяльності людей на політичному, соціальному, економічному, державному, регіональному рівнях;

- психологія торгівлі вивчає психологічні особливості людей для формування потреб покупців;

- екологічна психологія досліджує психологічні фактори виникнення й розв'язання проблем взаємозв'язку між людиною і природою;

- психологія спорту вивчає закономірності поведінки людей в умовах спортивних змагань, методи відбору, підготовки, організації діяльності спортсменів та їхньої психологічної реабілітації після участі в змаганнях;

б) **за психологічними питаннями розвитку** людини у науково-прикладній психології можна виділити такі напрями:

- вікова психологія досліджує онтогенез психічних властивостей особистості на різних вікових етапах;

- педагогічна психологія має своїм предметом психологічні закономірності навчання й виховання особистості;

психологія аномального розвитку, або спеціальна психологія, розподіляється на такі дисципліни, як патопсихологія (розглядає відхилення у процесі розвитку психіки), олігофренопсихологія (займається патологічними відхиленнями психічного розвитку, які зумовлюються природженими дефектами мозку), сурдопсихологія (вивчає особливості розвитку дітей з вадами слуху), тифлопсихологія (допомагає розвиватись особистостям дітей зі слабким зором або незрячим);

в) за відношенням до нормальної або хворої психіки виділяються такі дисципліни:

- психологія здоров'я — наука про психологічні основи здорового способу життя, збереження та поліпшення здоров'я людини;

- медична психологія, що вивчає психологічні аспекти діяльності лікаря та особистості хворого;

г) за відношенням до права виділяють юридичну психологію, що пов'язана з дослідженням проблем реалізації системи правової поведінки психологічними засобами і розподіляється на такі підрозділи: судова психологія, кримінальна психологія, виправно-трудова (пенітенціарна) психологія.

3. Практична психологія функціонує і розвивається як система спеціальних психологічних служб, спрямованих на надання безпосередньої допомоги людям у вирішенні їхніх психологічних проблем У структурі практичної психології виділяються такі напрями:

психологічна служба сім'ї та соціального захисту населення працює в рідній місцевості забезпечення, збереження та розвитку національних традицій і культури сімейного життя, корекції та профілактики сімейних конфліктів;

психологічна служба системи освіти психологічно забезпечує навчально-виховний процес;

психологічна служба системи охорони здоров'я займається психологічним забезпеченням лікувального процесу і реабілітації хворих, інвалідів, психотерапією та психопрофілактикою;

практична психологія політичної діяльності, управління і масових комунікацій здійснює експертизу законів і державних програм;

практична юридична психологія і педагогіка займається психологічним і соціологічним забезпеченням діяльності органів Міністерства внутрішніх справ, Служби безпеки, суду, прокуратури, пенітенціарної системи;

практична психологія і соціологія економіки та бізнесу має справу з вивченням психологічних умов економічної діяльності;

практична психологія праці та профорієнтації здійснює заходи щодо профінформації, профконсультації, професійного відбору, профадаптації, соціально-психологічного забезпечення виробництва;

соціально-психологічна служба армії веде роботу з військової профорієнтації та профвідбору, психологічної підготовки військовослужбовців, соціально-психологічного забезпечення високого рівня боєздатності солдатів і офіцерів Міністерства оборони, Національної гвардії та Служби безпеки;

практична психологія і педагогіка спорту здійснює заходи щодо відбору, психологічної підготовки, підтримки спортсменів, спортивних команд, тренерів в екстремальних умовах спортивних змагань.

Між галузями психологічної науки існують тісні зв'язки. Так, теоретична психологія напрацьовує систему психологічних знань, що виступає фундаментом науково-прикладної та практичної психології. Факти, що розкриваються у науково-прикладній та практичній психології, узагальнюються засобами теоретичної психології, що сприяє постійному оновленню системи понять, категорій, принципів психологічної науки. А це створює умови для глибшого пізнання психіки й надання більш ефективної допомоги у розвитку особистості та в її творчій діяльності.

Зв'язок психології з іншими науками обопільний: в одних випадках психологія використовує досягнення інших наук для розв'язання своїх проблем, в інших - різні науки використовують психологічні знання для пояснення або розв'язання своїх питань. Від того, яке місце відводиться психології в системі наук, багато в чому залежить і розуміння можливостей використання психологічних знань в інших галузях суспільного виробництва: духовного і матеріального. І навпаки, розуміння того, якою мірою психологія може використовувати здобутки інших наук, сприяє проведенню психологічних досліджень.

Одна з перших класифікацій наук створена Платоном. Класифікація надавала схему всіх наукових знань тієї епохи, що збігається із структурою самої психології - структурою пізнавальних здібностей людини.

1. Діалектика - розум, виступає як мистецтво міркування.
2. Фізика - почуттєве пізнання, сприймання.
3. Етика - воля і прагнення.

У системі наук, розробленій Гегелем, психологія посідає місце на одній із сходинок саморозвитку духу:

- суб'єктивний дух - набуває форми індивідуальної свідомості;
- антропологія - вияви природно-душевного;
- феноменологія - "свідомість, що виявляється" в зовнішній дії;
- психологія - духовна субстанція - мисляча і втілююча зміст.

Психологія посідала місце між біологічними і соціальними науками. І вже наприкінці ХІХ століття психологія потрапила до складу наук. Підставою для такого рішення була очевидна істина: психологія є одним із двох аспектів будь-якого знання:

по-перше, завдяки своєму об'єктивному змісту — відображенню властивостей і відношень предметів, які досліджує наука;

по-друге - завдяки своїй внутрішній будові, тобто відповідно до психологічних моментів наукового аналізу ідей, концепцій і теорій, що пов'язані із законами і процесами пізнавальної діяльності людини.

Справді, ні математика, ні логіка, ні фізика ніяк не залежать від психології у своїх методах або теоретичних структурах, але опанування цих структур можливе лише через здатність людини впливати на предмети і явища. І лише психологія здатна вивчити ці впливи і діяльність людини в розвиткові знань.

У класифікації наук, створеній Б. Кедровим, психологія посідає належне їй місце. Схема має вигляд трикутника, вершинами якого є:

- 1) природничі науки;
- 2) соціальні науки;
- 3) філософські науки.

Вони пов'язані за принципами: по-перше - субординації розвитку від нижчого до вищого рівня; по-друге — об'єктивності, оскільки науки повинні розташовуватися так само, як пов'язані між собою предмети їх дослідження; по-третє - за принципом розвитку науки і знань, які вони створюють.

Отже, психологія розташовується всередині трикутника і тісно взаємопов'язується з трьома групами наук. Таке розташування психології обумовлене реальною близькістю предмета і методів кожної з цих наук до предмета і методів психології, зорієнтованих залежно від завдань у бік однієї з вершин трикутника.

Література

1. Психологія/ За ред. Ю.Л. Трофімова. — К.: Либідь, 1999.
2. Столяренко Л.Д. Основы психологии.— Ростов-на-Дону: Феникс, 1997.
3. Фресс П. О психологии будущего// Хрестоматия по психологии/ Под ред. А.В.Петровского. — М.: Просвещение, 1987. - С. 50.
4. Трофімов Ю.Л. Психологія. Підручник для студ. ВУЗів. -Київ: Либідь, 1999.

ТЕМА 3. МЕТОДИ ПСИХОЛОГІЧНОГО ДОСЛІДЖЕННЯ.

План

1. Методи психологічного дослідження
2. Основні та додаткові методи дослідження.
3. Класифікація методів.

Основні поняття і ключові слова: метод, об'єктивність, генетичний підхід, системність, особистісний підхід, емпіричні, організаційні методи, інтерпретація.

Стислий зміст теми

Методи психологічного дослідження

Психологічне дослідження ґрунтується на методологічних засадах, здійснюється на основі використання відповідних методів і методик. Явища, які вивчаються психологією, є настільки складними і різноманітними, що потребують неабиякої підготовки з боку дослідника. Його успіхи безпосередньо залежать від ступеня досконалості методів дослідження, які він використовує.

Методика – це конкретне втілення методу як способу організації взаємодії суб'єкта і об'єкта дослідження на основі конкретного матеріалу і процедури. Метод дослідження – це шлях дослідження, що виходить із загальних теоретичних уявлень про сутність явища, що вивчається.

Методологія дослідження – це система принципів і способів організації та побудови теоретичної діяльності.

Методи психологічного дослідження повинні відповідати наступним вимогам: науковий метод перш за все має бути *об'єктивним, валідним та надійним*. Під *валідністю* розуміється така якість методу, яка виражається у відповідності тому, для вивчення і оцінки чого він призначений. Під *надійністю* мається на увазі якість методу дослідження, що дозволяє отримати одні й ті самі результати за умови багаторазового використання даного методу.

«Метод – це шлях пізнання, це спосіб, за допомогою якого пізнається предмет науки». С. Л. Рубінштейн

Метод — це спосіб, за допомогою якого можна отримати наукові факти, зафіксувати їх, проаналізувати, але завжди це той самий спосіб, який веде до розкриття закономірностей.

Кожна наука застосовує певні методи дослідження. Їх поділяють на *загальні методи*, характерні для більшості наук, і *конкретні*, які використовуються окремими науками.

Загальнонаукові методи застосовуються майже в усіх науках. До них відносяться: аналіз, синтез, індукція, дедукція, моделювання, гіпотетичний метод, узагальнення, абстрагування тощо.

Конкретні наукові методи відображають специфіку науки. Вони неоднакові в різних науках.

Психологія широко використовує основні та допоміжні методи.

Основні методи:

спостереження (самоспостереження)
експеримент

Допоміжні методи:

бесіда
анкетування
інтерв'ю
тестування
опитування
аналіз продуктів діяльності
узагальнення незалежних характеристик
соціометричне дослідження та ін.

Характер предмета і принципів психологічної науки визначає її методи. За своїми методами психологія суттєво відрізняється від інших наук. Специфіка психічної дійсності вимагає розробки й застосування спеціальних методів її пізнання та формування. Тому у створенні свого методичного інструментарію психологічна наука спирається на певні методологічні принципи. Ці принципи визначають вимоги до побудови й використання методів психології.

Найголовнішими вимогами є об'єктивність, генетичний підхід, системність, особистісний підхід, індивідуалізація, єдність теорії та практики.

Генетичний підхід полягає у вивченні психічних явищ у динаміці, при переході у філогенезі та онтогенезі з одного рівня розвитку на інший.

Вимога системності передбачає вивчення психічного явища як своєрідної системи, що має свої специфічні закономірності.

Однією з форм реалізації системного підходу в психологічному дослідженні є особистісний підхід, що передбачає вивчення конкретної особистості в конкретній ситуації.

Вимога індивідуалізації полягає у розкритті своєрідності кожної особистості, притаманного їй індивідуального стилю діяльності та поведінки, у визначенні психологічних проблем конкретної особистості та засобів їх розв'язання.

Вимога єдності теорії та практики передбачає здійснення корекції, реабілітації, вдосконалення розвитку на основі розкритих закономірностей психіки.

Методи психології доцільно розділити на дві групи:

пізнавальні (дослідницькі) методи;

методи активного впливу на особистість.

Відповідно до етапів психологічного дослідження доцільно розрізняти чотири групи методів: організаційні, емпіричні, методи обробки даних та інтерпретаційні методи.

Організаційні методи включають: порівняльний метод, який реалізується зіставленням груп піддослідних, що відрізняються за віком, видом діяльності тощо; лонгітюдний метод, який виявляється у багаторазових обстеженнях тих самих осіб протягом тривалого часу; комплексний метод, коли той самий об'єкт вивчається різними засобами й представниками різних наук, що дає змогу з різних боків характеризувати особистість.

Емпіричні методи: спостереження і самоспостереження; експериментальні методи; психодіагностичні методи (тести, анкети, опитувальники, соціометрія, референтометрія, інтерв'ю, бесіда); аналіз продуктів діяльності; біографічний метод; трудовий метод.

Методи обробки даних — це кількісні та якісні методи. До кількісних методів належать, наприклад, визначення середніх величин та міри розсіювання, коефіцієнтів кореляції, факторний аналіз, побудови графіків, гістограм, схем, таблиць, матриці} тощо. Якісний метод передбачає аналіз і синтез триманих даних, їх систематизацію та порівняння з результатами інших досліджень.

До **інтерпретаційних методів** належить генетичний метод аналізу психологічних даних у процесі розвитку — з виділенням стадій, критичних моментів, суперечностей тощо, а також структурний, системний метод, який передбачає встановлення зв'язків між усіма психічними якостями індивіда.

Останній полягає у реалізації особистісного підходу, коли всі психічні властивості розглядаються у цілісній системі

Метод спостереження — це основний метод сучасної психології, сутність якого полягає в тому, що наукові факти збираються через не втручання в життя об'єкта, а пасивне споглядання цього факту

Спостереження можна проводити як короткочасно, так і довготривало. Тому є такі види спостережень — метод поперечного зрізу (короткочасне) і лонгітюдне (довготривале). Дослідник може виконувати роль пасивного спостерігача (відсторонене спостереження), а може активно взаємодіяти з об'єктом вивчення, одночасно спостерігаючи за ним (включене спостереження).

Спостереження може бути як вибіркоvim, так і загальним, за предметом і за об'єктом. Наприклад, загальне за об'єктом — спостереження ведеться за всіма членами колективу. Вибіркове за об'єктом — до спостереження включені лише окремі члени колективу. Загальне за предметом — в об'єкті спостереження досліджуються всі прояви психіки (характер, темперамент, воля). Вибіркове за предметом — у всього масиву (об'єкта) досліджується лише одна проблема (мислення або пам'ять).

Використання спостереження передбачає дотримання таких умов:

- 1) цілеспрямованість — визначення мети, завдання дослідження;
- 2) природні умови — типові умови спостереження (щоб особи не знали, що за ними ведеться спостереження);
- 3) наявність плану;
- 4) точне визначення об'єкта і предмета спостереження;
- 5) обмеження дослідником ознак, які є предметом спостереження;
- 6) вироблення дослідником однозначних критеріїв оцінки цих ознак;
- 7) забезпечення чіткості й тривалості спостереження.

Переваги

Багатство даних (вербальної інформації, дій, вчинків)

Недоліки

Суб'єктивність результатів
(залежність від дослідника)

Природність умов діяльності

Неможливість контролювати ситуацію, втручатися в хід подій

Можливе використання різних технічних засобів

Неможливість повторити спостереження

Може бути короткочасним і тривалим, вибірковим і суцільним.

Методом спостереження користуються не тільки науковці, а й студенти, наприклад, при нагромадженні даних для написання психологічних характеристик особи.

У науковій психології використовується також метод самоспостереження, який виступає як засіб вивчення, аналізу та синтезу власних вчинків і дій, порівняння своїх думок з думками інших людей.

Головним методом психологічного пізнання вважається **експеримент**.

Експеримент — основний метод психології, який полягає в тому, що факти отримуються шляхом створення спеціальних умов, в яких об'єкт міг би найбільш яскраво проявити предмет, що вивчається

Розрізняють експерименти: лабораторний і природний, констатувальний і формувальний.

Лабораторний проводиться в спеціальних психологічних лабораторіях за допомогою відповідної апаратури.

Природний експеримент здійснюється у звичайних для досліджуваного умовах діяльності. Природний експеримент, так само як і лабораторний, проводиться за певною програмою, але так, щоб людина не знала, що її досліджують і розв'язувала завдання спокійно, у звичайному для неї темпі.

Констатувальний експеримент спрямований на фіксацію наявних психологічних особливостей людини, *формувальний* — орієнтований на стимуляцію бажаних психічних виявів.

Переваги

Забезпечується висока

точність результатів

Можливі повторні дослідження

в аналогічних умовах

Здійснюється майже повний контроль

за всіма змінними

Дослідник активно втручається у діяльність та поведінку піддослідного для створення необхідних умов, за яких виявляються ті чи інші психологічні факти, явища, якості.

При повздовжньому зрізі простежуються зміни у психічних властивостях певних людей протягом тривалого часу (місяці й І юки). Це допомагає вивчати розвиток особистості в її цілісності.

Тест (від англ. *test* – випробування). *Тести* – це невеликі за обсягом і часом виконання завдання, однакові для всіх обстежуваних

Тести використовуються для визначення властивостей особистості, вимірювання рівня розвитку порівняно зі стандартом. Тест складається із завдань або питань, що добираються за критеріями валідності (відповідності психічній якості, котра виявляється за його допомогою), надійності (сталості результатів вимірювання), стандартизованості (налагодженості в процесі перевірки на великій кількості піддослідних з визначенням достатнього рівня чутливості) тощо.

Бесіда — метод отримання інформації на основі вербальної (словесної) комунікації, включає в себе запитання-відповіді

Метод бесіди може дати цінні результати за таких умов:

1) чітке визначення дослідником мети бесіди;

Недоліки

Умови діяльності не відповідають реальності

Піддослідні знають про те, що вони є об'єктами дослідження

- 2) чітке планування системи запитань;
- 3) система запитань має відповідати віковим та індивідуальним особливостям обстежуваних, бути динамічною, тобто зміст наступного

Бесіда може бути діагностичною (виявляє), корекційною (формує).

Анкетування – метод соціально-психологічного дослідження за допомогою анкет, зміст питань і спосіб відповідей в яких заздалегідь плануються

Надійність даних анкетного опитування перевіряється двома шляхами:

- 1) повторним опитуванням за тією ж процедурою тих самих осіб;
- 2) контролем даних анкетного опитування іншими методами:
 - опитуванням третіх осіб;
 - спостереженням;
 - аналізом доступних документів.

Анкетний метод може використовувати заочно, є порівняно економним методом збирання даних. Він дає змогу аналізувати і обробляти дані за допомогою статистики. Цей метод застосовують у масових обстеженнях.

В психології використовують безліч методів. Який з них раціонально застосувати, науковці вирішують в кожному конкретному випадку залежно від задач і об'єкта дослідження. При цьому, як правило, використовують не один який-небудь метод, а декілька, які взаємодоповнюють і контролюють одне одного.

Соціометрія (від лат. *societas* – суспільство, *metreo* – вимірюю) – розроблена Дж. Морено

Соціометричний та референтометричний методи забезпечують вивчення стосунків між членами груп, виявляють їхню структуру (лідерів, аутсайдерів тощо) на основі відносно простої процедури вибору одними членами групи інших за параметрами симпатії — антипатії, референтності (стосовно певних цінностей).

Інтерв'ю — метод, який застосовується для збирання первинної інформації у психологічних, соціологічних та педагогічних дослідженнях. Даний метод застосовують з метою виведення чи формулювання робочої гіпотези на ранніх стадіях дослідження; збирання даних, доповнення, уточнення, розширення, контроль даних, одержаних іншими методами.

Інтерв'ю як метод має *три види*:

- 1) стандартизоване інтерв'ю, в якому формулювання і послідовність запитань визначаються заздалегідь;
- 2) нестандартне інтерв'ю, в якому людина, яка його проводить, керується лише загальним планом опитування, формулює запитання відповідно до конкретної ситуації;
- 3) напівстандартне інтерв'ю, яке містить певну кількість можливих запитань.

Вибір видів інтерв'ю залежить від змісту дослідження, рівня вивчення проблеми, підготовки дослідника.

Аналіз продуктів діяльності як метод дослідження можливий за наявності об'єктивних (матеріальних або матеріалізованих) наслідків діяльності людини, таких як архівні матеріали, чернеткові записи, щоденники, креслення, варіанти ескізів та малюнків. Їх аналіз дає підстави ретроспективно відтворювати закономірності психічної діяльності особистості, її психічні властивості.

Психологія використовує також методи обробки даних — це кількісні та якісні методи. До кількісних методів належать, наприклад, визначення середніх величин і міри розсіювання, коефіцієнтів кореляції, побудова графіків, гістограм, схем, таблиць тощо. Якісний метод передбачає аналіз і синтез отриманих даних, їх систематизацію та порівняння з результатами інших досліджень.

Для **біографічного методу** характерно використання матеріалів, що стосуються особливостей життя людини, її розвитку як особистості, аналіз важливих подій у її дитинстві, юнацтві, навчанні та трудовій діяльності, внаслідок чого реконструюються характерні риси особистості.

Трудовий метод передбачає включення дослідника у конкретну діяльність (професійну, громадську тощо), оволодіння її технологією, входження у відповідну роль з метою вивчення ніби зсередини її закономірностей.

Сучасній науковій психології властиві не лише великі методичні можливості у пізнанні закономірностей психіки, а й здатність при потребі активно впливати на

психічні властивості особистості. Потреба у цьому виникає, коли людина потрапляє у психотравмуючі ситуації — внаслідок міжособистісних конфліктів, стихійного лиха або техногенної катастрофи тощо. У цих випадках застосовуються методи активного психологічного впливу на людину з метою поліпшення її стану, подолання негативних наслідків для психіки. Ці методи може застосувати тільки професійно підготовлений психолог.

Є такі методи активного впливу на особистість: психологічна консультація, психокорекція, психотренінг, психотерапія та реабілітація.

Психологічна консультація проводиться з метою надання людині психологічної допомоги. Під час спеціально організованого спілкування можуть бути актуалізовані додаткові психологічні можливості виходу людини з важкої життєвої ситуації.

Психологічна корекція передбачає подолання певних відхилень у поведінці та діяльності людини засобами вивчення індивідуальних особливостей особистості, їх відповідності вимогам навколишнього соціального та природного середовища, виявлення і подолання існуючих суперечностей, формування нових цілей, цінностей, мотивацій поведінки, розробки програми зміни способу життя, перетворення в ході самопізнання і самовиховання, розвитку здатності до саморегуляції тощо.

Психологічний тренінг (вправи, ділові ігри) застосовується для розвитку здібностей, наприклад, уваги, пам'яті, мислення, уяви тощо. Зокрема, соціально-психологічний тренінг спрямований на розвиток комунікативних, перцептивних, інтеракційних здібностей, що поліпшує здатність людини до міжособистісного спілкування, забезпечує її особистісне зростання.

Психологічна терапія та реабілітація — це система спеціальних психологічних методів оздоровчого впливу на людину для нормалізації її психічного стану - під час перебування у важкому стресі, при психогеніях (непатологічних станах психіки).

Отже, сучасна наукова психологія має в своєму розпорядженні широкий арсенал методів активного дослідження, пізнання та впливу на психіку людини,

щоб допомогти їй у складних умовах нинішнього напруженого, динамічного життя.

Література

1. Психологія // Ю.Л. Трофімов, В.В. Рибалка, П.А. Гончарук та ін. // За ред. Ю.Л. Трофімова. - К.: Либідь, 1999. - 558 с. - С. 53-61.
2. Загальна психологія: Підруч. для студентів вищ. навч. закладів / За заг. ред. акад. С.Д. Максименка. - К.: Форум, 2002.

ТЕМА 4. ЗАГАЛЬНА ХАРАКТЕРИСТИКА ПІЗНАВАЛЬНИХ ПРОЦЕСІВ.

План:

1. Поняття про відчуття
2. Поняття про сприймання
3. Поняття про пам'ять

Основні поняття і ключові слова: відчуття, властивості відчуттів, закономірності відчуттів, особливості сприймання, види пам'яті, процеси пам'яті.

Стислий зміст

Поняття про відчуття

Пізнавальна діяльність — це процес відображення в мозку людини предметів та явищ дійсності. Відображення реальності в людській свідомості може відбуватися на рівні чуттєвого та абстрактного пізнання.

Відчуття — пізнавальний психічний процес відображення в мозку людини окремих властивостей та якостей предметів і явищ при їх безпосередній дії на органи чуття людини.

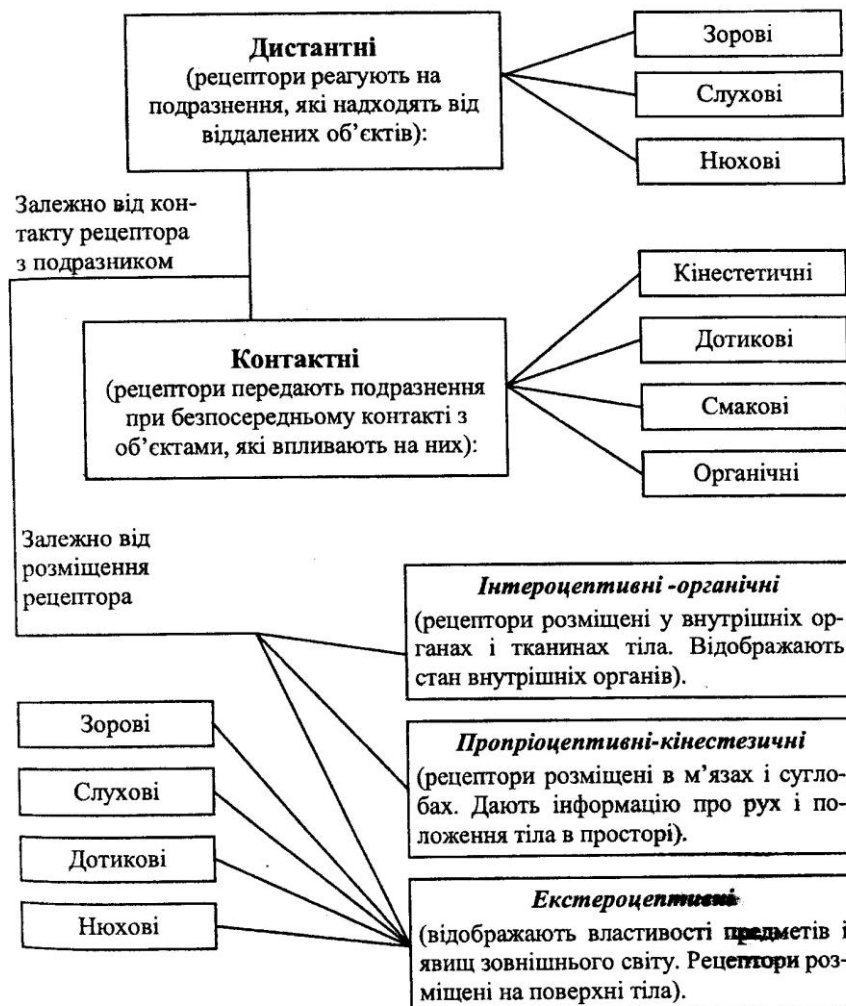
Чуттєве пізнання характеризується тим, що предмети і явища об'єктивного світу безпосередньо діють на органи чуття людини — її зір, слух, нюх, тактильні та інші аналізатори і відображуються у мозку. Відчуття — це найпростіший психічний процес, первинна форма орієнтування живого організму в навколишньому середовищі. З відчуттів починається пізнавальна діяльність людини. За допомогою різних аналізаторів вона відбирає, нагромаджує інформацію про об'єктивну реальність, про власні суб'єктивні стани й на підставі одержуваних вражень виробляє адекватні умовам способи реагування на зовнішні та внутрішні впливи. Органи чуття — це єдині канали, по яких зовнішній світ проникає у свідомість людини.

Відображуючи об'єктивні характеристики предметів і явищ, відчуття існують у свідомості як суб'єктивні образи об'єктивного світу. Ця особливість відчуттів зумовлена, з одного боку, природою самих відчуттів як продукту відображувальної діяльності мозку, а з іншого — психічним складом особистості, що відчуває.

Класифікація та різновиди відчуттів.

Види відчуттів. Необхідність відображення різноманітних властивостей дійсності зумовила в процесі історичного розвитку людини появу значної кількості аналізаторів, пристосованих для сприймання лише певних подразників. Разом вони утворюють сенсорну систему людини.

Класифікація відчуттів



Властивості відчуттів

Загальними властивостями відчуттів є якість, інтенсивність, тривалість і локалізація.

Якість - це та властивість відчуття, яка відрізняє його від інших. Якісно відрізняються відчуття одного виду від іншого, а також різні відчуття в межах одного і того ж виду. Прикладами якостей відчуттів є різні кольорові тони і відтінки, звуки різної висоти, різні запахи, смаки і т. ін. Якість кожного відчуття визначається властивістю того об'єкта, який його викликає. Кожний аналізатор відображає великий діапазон якостей. Образ сприймання відображає предметну визначеність світу. Якості відчуттів входять як складова до предметної характеристики сприймань.

Інтенсивність відчуттів - це їхня кількісна характеристика. Відчуття однієї й тієї ж якості завжди бувають сильнішими чи слабшими. Інтенсивність визначається силою подразника. Кількісна і якісна характеристика подразника тісно пов'язані між собою, про що будемо говорити, розглядаючи основні закономірності відчуттів.

Для кожного відчуття характерна також **тривалість**, що являє собою його часову характеристику. Тривалість відчуття залежить від тривалості дії подразника.

Відчуттям характерна **локалізованість**. Це означає, що будь-який образ відчуття має елементи просторового розташування подразника. Колір, світло, звук співвідносяться з джерелом. Тактильні, больові, температурні відчуття - з тією частиною тіла, яка викликає це відчуття. При цьому локалізація больових відчуттів буває більш розмитою і менш точною.

Загальні закономірності відчуттів.

Є такі закономірності відчуттів: пороги чутливості, адаптація, взаємодія, сенсibilізація, контраст, синестезія.

Поняття про сприймання

Безпосередньо контактуючи з навколишнім світом, людина одержує інформацію не лише про певні властивості та якості, що притаманні тим або

іншим об'єктам чи явищам, відчуваючи їх, а й відомості про самі об'єкти як цілісні утворення. Таке цілісне їх відображення в мозку людини характеризує другу ланку єдиного процесу чуттєвого пізнання — сприймання.

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

Різновиди сприймання

У чуттєвому пізнанні відчуття та сприймання виявляються в єдності. Сприймання поза відчуттями не буває. Розрізняють сприймання за сенсорними особливостями (зорові, слухові, нюхові, дотикові, смакові, кінестетичні, больові та ін.), відношенням до психічного життя (інтелектуальні, емоційні, естетичні), складністю сприймання (сприймання простору, руху, часу).

Види сприймань

Залежно від ведучого аналізатора	Зорові, слухові, нюхові, дотикові, смакові.
Сприймання простору	Розрізняють сприймання величини, форми, об'ємності й віддаленості предметів.
Сприймання часу	Це відображення довготривалості й послідовності явищ і подій. Сприймання послідовності, наприклад, минулого.
Сприймання руху	Відображення напрямку й швидкості просторового існування предметів. Допомагають людині орієнтуватися в оточуючому середовищі.
Сприймання людини людиною	Сприймання дій, рухів, вчинків, діяльності людини. Пізнання інтересів, почуттів, звичок, переконань, характеру, здібностей особистості.
Залежно від мети й вольових зусиль	Довільне сприймання – свідомо спрямовується і регулюється особистістю. Мимовільне сприймання – складається в ході взаємовідношень людини з середовищем незалежно від її свідомого наміру.
Залежно від конкретного змісту об'єктів	Розрізняють сприймання явищ природи, техніки, усної мови, наукової й художньої книги, картин, сценічних вистав, музики, кінофільмів і т.д.

Найважливіші *особливості сприймання* - предметність, цілісність, структурність, константність, апперцепція, осмисленість, вибіркковість, ілюзія.

Предметність. Унаслідок впливу певних предметів і явищ навколишньої дійсності на наші органи чуття формується предметність сприймання. Предметність сприймання виявляється в акті об'єктивації, тобто у віднесенні даних, отриманих із зовнішнього світу, до цього світу. Без такого віднесення сприймання не може виконувати своєї орієнтувальної та регулювальної функції у практичній діяльності людини. Предметність сприймання - вроджена якість; існує певна система дій, яка дає суб'єктові змогу відкрити

предметний світ. Вирішальну роль тут відіграють дотик і рух. Предметність як особливість сприймання має велике значення для регуляції поведінки. Цеглина і блок із вибухівкою можуть мати однаковий вигляд і сприйматись на дотик однаково, але за призначенням вони абсолютно різні. Зазвичай ми визначаємо предмети не за зовнішнім виглядом, а відповідно до того, як ми їх застосовуємо на практиці, або за їхніми основними якостями.

Цілісність та структурність. Сприймаючи певний об'єкт, ми виділяємо його окремі ознаки, сторони, властивості й водночас об'єднуємо їх у єдине ціле, завдяки чому в нас виникає його цілісний образ. Кожен елемент образу сприймання набуває значення лише у співвідношенні з цілим і визначається ним. Сам образ сприймання також залежить від особливостей його складників. Так, при сприйманні нового навчального матеріалу школяр стежить за змістом пояснень учителя. Для осмисленого цілісного сприймання матеріалу учневі важливо збагнути зв'язок між словами і фразами. Цілісне сприймання відповіді учня теж виникає після того, як він висловив свої знання в мові. Пояснення вчителя і відповідь учня мають певне смислове значення, не притаманне окремим звукам і словам, з яких складається їхня мова. Сприймаючи предмет, ми осмислюємо його як єдине ціле, що має свою структуру. Під час розмови по телефону деякі звуки ми чуємо нечітко, але розуміємо суть розмови. Так, на основі набутого досвіду й знань людина об'єднує окремі елементи у процесі сприймання в цілісний образ, надає їм певної структури, сформованості.

Константність. Під константністю розуміють відносну постійність величини, форми, кольору предметів, що сприймаються при зміні відстані, ракурсу, освітленості. Механізм константності не природжений. Людина, яка прожила все своє життя в одноповерховому будинку, потрапивши на верхній поверх висотного, не може розпізнати людей, автомобілі, оскільки вони їй здаються дуже маленькими. Водночас мешканці цього будинку бачать усі об'єкти внизу без спотворення їхніх розмірів. Константність сприймання забезпечується досвідом, що набувають у процесі

індивідуального розвитку особистості, і має велике практичне значення. Якби сприймання не було константним, то при кожному кроці, повороті, русі, зміні освітленості ми не могли б розпізнавати те, що було відоме раніше.

Апперцепція. Апперцепція - це залежність змісту і спрямованості сприймання від досвіду людини, її інтересів, ставлення до життя, настанов, знань. Апперцепція - одна з найважливіших особливостей сприймання. Сприймає не саме собою око, не ізольоване вухо чує звук, не окремо язик розрізняє смакові якості. Усі види сприймання здійснює конкретна жива людина. У сприйманні завжди виявляються індивідуальні особливості, бажання, інтереси, ставлення людини до предмета чи явища. Так, ідучи лугом, ботанік може звернути увагу на різноманітні рослини, сукупність яких дає повну структуру трав'яного покриву ґрунту. Художник-пейзажист залишиться байдужим до цих об'єктів, натомість його увагу приверне співвідношення кольорів, що утворюють живописний пейзаж цієї місцевості.

Ілюзії. Ілюзіями називають неадекватні сприймання, які неправильно, викривлено, помилково відображають об'єкти, що діють на аналізатори. Ілюзії зумовлюються різними причинами. Однією з них є активізація старих тимчасових зв'язків у нових, істотно відмінних від попередніх ситуаціях. Ілюзії породжує діяльність різних аналізаторів. Найпоширенішими є зорові ілюзії. Так, у білій сукні жінка здається повнішою, ніж у темному одязі. Тканина в горизонтальну смугу повнить фігуру, а у вертикальну - подовжує. Дзеркальна стіна розширює приміщення, створює ілюзію простору. Ілюзії мають найрізноманітніші причини: вироблені життєвою практикою прийоми зорового сприймання, особливості зорового аналізатора, зміна умов сприймання, образне передбачення побаченого, дефекти зору.

Поняття про пам'ять

Образи предметів і явищ, що виникають у процесі відчуття, сприймання, а також пов'язані з ними думки, емоції, дії не зникають безслідно, а фіксуються і зберігаються в мозку людини. При потребі враження, які

сприймалися раніше, можуть бути відтворені у вигляді образів, уявлень про предмети та явища.

Пам'ять - це психічний процес, який відображає досвід людини шляхом запам'ятовування, зберігання та наступного відтворення. Вона є необхідною умовою психічного розвитку людини, адже нові утворення ґрунтуються на основі зафіксованих здобутків. Завдяки пам'яті відбувається становлення особистісної ідентичності, усвідомлюється її єдність і цілісність, а людина набуває потрібних для діяльності знань, умінь та навичок. Досвід охоплює не лише індивідуальне, а й суспільне життя. Індивід привласнює досягнення попередніх поколінь, оволодіває продуктами культури, що є ланкою зв'язку між минулим, сучасним і майбутнім.

Без уявлень пам'яті неможлива розумова діяльність і взагалі здатність нормально жити. Людина, позбавлена пам'яті, за словами І.М. Сеченова, постійно перебувала б у становищі новонародженого.

Залежно від змісту матеріалу пам'ять поділяють на рухову, емоційну, образну і словесно-логічну.

Рухова пам'ять є однією з умов утворення різноманітних умінь і навичок, необхідних у навчальній, трудовій та інших різновидах діяльності людини. Сутність цієї пам'яті полягає в запам'ятовуванні і відтворенні людиною своїх рухів. Складніші види пам'яті існують лише завдяки руховій, яка дає людині змогу свідомо використовувати закріплені комбінації рухів при виробленні їхніх нових систем.

Емоційна пам'ять зберігає переживання і почуття, пов'язані з подіями минулого. Запам'ятовується насамперед те, що викликає емоції. Відомий режисер К. Станіславський наголошував: якщо ви, згадуючи давно пережите, здатні бліднути, червоніти - у вас є емоційна пам'ять. Цей вид пам'яті надає досвідові індивіда глибоко особистістю характеру і вирізняється особливою стійкістю. Глибоко пережиті події важко забути.

Образна пам'ять виявляється в запам'ятовуванні образів, уявлень предметів, явищ, їхніх властивостей. Залежно від того, якими аналізаторами

сприймають об'єкти при їхньому запам'ятовуванні, цю пам'ять поділяють на нюхову, зорову, тактильну тощо.

Образи, уявлення запам'ятовуваних предметів, явищ, асоціюючись зі словами, закріплюються в них і завдяки цьому набувають відносно стійкого характеру. Мова є засобом усвідомлення людиною її чуттєвого досвіду, який є джерелом наших знань про зовнішній світ. Важливим завданням учителів є постійне збагачення образної пам'яті учнів, щоб їхні знання спирались на фактичний, наочно-образний зміст.

Особливими мнемічними образами є *ейдетичні* (від гр. eidos - вигляд, образ), які зберігаються в пам'яті яскраво і чітко без жодних змін від кількох хвилин до кількох годин, а деколи до кількох років. О.Р. Лурія описав випадок видатної ейдетичної пам'яті Шерешевського, який відтворював практично все, що запам'ятовував. Ця пам'ять притаманна художникам, музикантам, а також дітям дошкільного і молодшого шкільного віку. Образна пам'ять - не пасивна копія предметів і явищ дійсності, а особлива активність, спрямована на розв'язання пізнавального завдання.

Зміст *словесно-логічної пам'яті* - це поняття, судження, умовиводи, які відображають предмети та явища в їхніх істинних зв'язках і відношеннях, у загальних властивостях. Вона є специфічно людською пам'яттю, бо нерозривно пов'язана з мисленням та мовою, і є найважливішою у засвоєнні знань в процесі навчальної діяльності. Словесно-логічна пам'ять формується в процесі психічного розвитку людини на підґрунті образної. Характерними її рисами є точність відтворення і значна залежність від волі. Точність словесного відтворення забезпечується не лише повторенням, а й обсягом: що коротший матеріал, то менше помилок при відтворенні. Стислість матеріалу забезпечується за рахунок як простого урізування, так і виокремлення найсуттєвішого. Особливості цієї пам'яті виявляються і в запам'ятовуванні лише змісту матеріалу. В процесі його вичленування відбувається переробка тексту в більш загальних поняттях. Відтворення такого матеріалу це перехід від узагальнених понять до конкретних.

Поступово, завдяки зв'язку пам'яті з мисленням та мовою, розвивається словесно-логічна пам'ять.

Види пам'яті **залежно від характеру мети діяльності** поділяють на мимовільну і довільну.

Мимовільна пам'ять здійснюється без мети, без вольового зусилля запам'ятати і відтворити. Вона завжди є наслідком певної практичної діяльності людини, тому її результативність визначається способом організації цієї діяльності (наприклад, в ігровій формі вивчати моря, океани, протоки тощо). Мимовільна пам'ять починає працювати тоді, коли людина намагається, наприклад, зрозуміти матеріал, і через певний проміжок часу він запам'ятовується, в ньому визначаються внутрішні і зовнішні зв'язки. Цю особливість мимовільної пам'яті з успіхом використовують в усіх методах активного навчання.

Довільна пам'ять передбачає наявність чітко визначеної мети щось запам'ятати, відтворити, пригадати. Головним знаряддям цієї пам'яті є мова: людина використовує слово як само інструкцію для запам'ятовування та відтворення. Розвиток довільної логічної пам'яті вимагає не тільки накопичення знань, а й оволодіння певною системою розумових операцій. Мимовільна і довільна пам'ять - це два послідовні етапи розвитку пам'яті. Мимовільна пам'ять генетично є першим видом пам'яті, вона без спеціальних зусиль збагачує наш досвід. Довільна пам'ять дає людині змогу керувати своєю пам'яттю.

Залежно від часу зберігання матеріалу пам'ять поділяють на сенсорну, короткочасну і тривалу.

Сенсорна пам'ять фіксує і зберігає інформацію в аферентних частинах аналізаторів (у внутрішніх каналах вуха, на сітківці ока, в закінченнях шкірного, нюхового, смакового нервів) протягом 250 мс. Цю пам'ять, миттєвий відбиток різної модальності, називають над-короткочасною. Необхідна умова утримання інформації в сенсорній пам'яті - наявність настанови на її появу.

Короткочасна пам'ять характеризується швидким запам'ятовуванням матеріалу, його відтворенням і нетривалим зберіганням. Короткочасна, або оперативна, пам'ять здійснює введення і одержання інформації з тривалої пам'яті для задоволення актуальних потреб людини.

Тривала пам'ять зберігає людський досвід і забезпечує довгочасне зберігання матеріалу та наступне використання в діяльності. Це - найскладніший вид пам'яті. Матеріал у ній зберігається, зазнаючи впливу процесів запам'ятовування, забування, відтворення.

Тривалу пам'ять поділяють на два типи: перший - зі свідомим доступом, тобто людина може за своїм бажанням згадати потрібну інформацію; другий - із закритим доступом. У цьому разі людина в природних умовах не може користуватись тривалою пам'яттю, і лише під час гіпнозу, завдяки подразненню всіх ділянок головного мозку, актуалізуються в усіх деталях образи, переживання власного життя. Відомі випадки феноменальної пам'яті й унікальних здібностей лічити, які пов'язані з доступом до цього виду пам'яті. У людей з феноменальною пам'яттю інформація відновлюється після тривалого зберігання (десятки років) без змін. Це свідчить про відсутність у такій пам'яті перетворень і здатності до забування. У людей, які не мають описаних здібностей, тривала пам'ять без довільного доступу становить, ймовірно, базу інтуїції.

Пам'ять є складною системою процесів, які здійснюють повний цикл перетворень інформації суб'єктом: запам'ятовування, зберігання, відтворення і забування. У структурі цілеспрямованої діяльності людини ці мнемічні процеси є важливою умовою її ефективності. Пам'ять слушно вважають основою навчання, і його продуктивність пов'язують з повнотою засвоєння знань, тривалістю їх зберігання у часі, готовністю до адекватного використання в різних ситуаціях пізнавальної і практичної діяльності.

Запам'ятовування — закріплення в корі великих півкуль головного мозку образів, що виникають на основі відчуттів, сприймання, мислення чи уяви.

Процес запам'ятовування — активний процес, який починається в короткочасній пам'яті й завершується в довготривалій.

Мимовільне запам'ятовування здійснюється без спеціальної мети запам'ятати.

Довільне — передбачає докладання Людиною вольових зусиль, має цілеспрямований характер.

При *механічному запам'ятовуванні* логічні зв'язки між матеріалом не встановлюються, інформація неначе «зазубрюється», при *осмисленому* — логічні зв'язки встановлюються, запам'ятовування спирається на розуміння змісту інформації.

Збереження — це утримання в корі головного мозку інформації, яку людина попередньо запам'ятала

Відтворення — процес активізації в мозку інформації, яка була попередньо запам'ятована та збережена. Відтворення матеріалу, який зберігається в довготривалій пам'яті, полягає в переході його з довготривалої пам'яті в короткочасну, тобто актуалізація його у свідомості. Відтворення залежить від процесів запам'ятовування і забування, але також має свої механізми. Відтворення може мати три форми — впізнавання, пригадування і спогади.

Простою формою відтворення є впізнавання. Впізнавання — це відтворення, що виникає під час повторного сприймання предметів. Впізнавання буває повним і неповним. Складнішою формою відтворення є згадування. Особливість згадування полягає в тому, що воно відбувається без повторного сприйняття того, що відтворюється. Згадування може бути довільним, коли воно зумовлене актуальною потребою відтворити потрібну інформацію, або мимовільним, коли образи або відомості спливають у свідомості без будь-яких усвідомлюваних мотивів.

Забування — це процес втрати або погіршення точності чи обсягу матеріалу, що був запам'ятований. Відповідно, якщо втрачена частина інформації, то забування

вважають *частковим*, якщо весь матеріал — то *повним*. Попри негативне сприймання цього процесу багатьма людьми, забування відіграє важливе значення для психіки людини — воно здійснює селекцію (відбір) інформації й усуває незначимий, зайвий матеріал, запобігаючи перевантаженню психіки. Однак головною проблемою залишається регуляція, контроль людиною цього процесу, оскільки ми іноді забуваємо важливі для нас речі і пам'ятаємо те, що хотіли б забути. В професійній діяльності важливо враховувати власні індивідуальні відмінності пам'яті для того, щоб максимально продуктивно використовувати свої потенційні можливості. Слід також зазначити, що якості пам'яті не є повністю вродженими, тому добре піддаються коригуванню та вдосконаленню.

Література

1. *Варій М.Й.* Загальна психологія: Навч. посібник / Для студ. психол. і педагог. спеціальностей. - Львів: Край, 2005.
2. *Калмыкова З.И.* Продуктивное мышление как основа обучаемости - М., 1988.
3. Загальна психологія: Підруч. для студентів вищ. навч. закладів / За заг. ред. акад. С.Д. Максименка. - К.: Форум, 2002.

ТЕМА 5. ПІЗНАВАЛЬНІ ПРОЦЕСИ. МИСЛЕННЯ. УВАГА. УЯВА.

План

1. Поняття про мислення.
2. Функції мислення.
3. Поняття про увагу та уяву.
4. Види уваги та уяви.

Основні поняття і ключові слова: мислення, мовлення, увага, ціле утворення, рефлексія, уява, аглютинація, літота, гіпербола.

Стислий зміст

Поняття про мислення. Функції мислення

Мислення - це вища форма психічного відображення. Пізнання світу починається з відчуттів, сприймань та уявлень, але ця чутлива картина світу не дає змоги глибоко і всебічно його пізнати. Зокрема, живе споглядання неспроможне проникнути у складні форми взаємодії явищ, об'єктів, подій, у

їхні причини та наслідки. Для відображення цих моментів буття необхідний перехід від відчуттів, сприймань (чуттєвого відображення) до мислення. Шляхом мислення індивід виявляє взаємозв'язки між предметами, подіями і явищами, з'ясовує причини та наслідки цієї взаємодії. Мислення, надбудовуючись над відчуттями й сприйманнями, відкриває нові сторони явищ та різних об'єктів. Емпіричне знання містить у собі чуттєві ознаки предметів, явищ дійсності, але там, де цих знань не вистачає, виникає напруження, що є сплавом думок і почуттів. Відправним моментом мислення є постановка запитань: "Що це?" "Чому так?" "Хто винен?" "Що робити?"

Отже, мислення використовує емпіричні знання для міркування і становить трамплін для вищого ступеня відображення світу, що полягає у здійсненні глибинного аналізу, пошуку значущих для індивіда орієнтирів. Мислення дає знання про істотні властивості, зв'язки і відношення об'єктивної реальності, здійснює у процесі пізнання перехід від явища до його сутності (О.М. Леонт'єв). Мислення, на відміну від процесів чуттєвого відображення, опосередковано відображає дійсність. Воно здійснюється через аналіз, синтез, порівняння, узагальнення, тобто через мисленнєві операції, спираючись на знання, що дістає вираження у слові. Воно дає можливість вийти за межі безпосереднього досвіду.

Мислення є узагальненим відображенням дійсності. Це процес пошуку істотних ознак, властивостей предметів та явищ і зв'язків між ними, до того ж характеристик, спільних для однорідних явищ або предметів дійсності. Вирізнені найістотніші ознаки лежать в основі узагальнення, розкривають певну закономірність або тенденцію. Так, психологи, вивчаючи особливості сприйняття людиною дійсності, відкрили таку загальну закономірність, як константність.

Мислення має активний, дійовий і цілеспрямований характер. Виникнення в індивіда відчуттів, сприймань зумовлене зовнішніми чинниками. Ці процеси виникають при безпосередній дії подразників на

органи чуття, незалежно від бажань суб'єкта. Мислення, зазвичай, актуалізується і спрямовується сутністю та значущістю для суб'єкта проблеми.

Мислення нерозривно пов'язане з мовою та мовленням. Думка об'єктивується у мові та мовленні. Мовлення є способом, а мова - засобом вираження думки і формою її існування. Будь-яка думка виникає і набуває свого розвитку у слові, а вдало дібране слово вдосконалює, уточнює думку. Що більше продумана думка, то чіткіше буде виражена у мовленні. Особливу роль у процесі взаємодії мислення і мовлення відіграє внутрішнє мовлення. Воно обслуговує думку, сприяє виникненню її і готує до вираження у зовнішньому мовленні.

Мислення має соціальну природу. Суспільно-історичний характер мислення пояснюється тим, що виникнення і розвиток його зумовлені суспільними потребами. Для розв'язання проблем люди використовують історичний досвід, засвоюють знання, закріплені у слові. У процесі засвоєння знань розвивається і мислення. Отже, мислення є продуктом суспільно-історичного розвитку. Водночас розвиток мислення суб'єктів зумовлює суспільний поступ, виконує роль його детермінанти.

Отже, *мислення* - це соціально зумовлений, пов'язаний з мовленням психічний процес самостійного відображення істотно нового, тобто процес узагальненого та опосередкованого відображення дійсності в ході її аналізу і синтезу, що виникає на основі практичної діяльності, з чуттєвого пізнання і здатний виходити далеко за його межі.

Сутність мислення можна визначити так: мислення - це психічний пізнавальний процес узагальненого та опосередкованого відображення істотних елементів, властивостей і зв'язків між ними у предметах і явищах об'єктивної дійсності.

На основі специфічних рис мислення можна вирізнити його основні функції. Обмежимося виокремленням чотирьох основних функцій (В.Д. Шадриков).

Розуміння. Г.С. Костюк зазначав, що процеси розуміння - це і є процеси нашого мислення, спрямованого на розкриття тих чи інших об'єктів у їхніх істотних зв'язках з іншими об'єктами, що досягається на основі включення нового знання у суб'єктивний досвід. На думку Е.В.Ільєнкова, зрозуміти явище означає з'ясувати спосіб його виникнення, проаналізувати самі умови виникнення явища, що спричинює утворення понять та розуміння. Розуміння можна розглядати як одну з форм мислення, властивість або компонент мислення.

Розв'язання проблем і задач. Мислення виникає тоді, коли суб'єктивного досвіду для досягнення мети не вистачає, тобто в проблемній ситуації. Усвідомити і сформулювати питання - це вже певний крок до розв'язання проблеми. А розуміння того, що відомо і що потрібно шукати, свідчить про перетворення проблемної ситуації на задачу. Уміння знайти зв'язок відомого і невідомого в задачі означає знайти спосіб її розв'язання.

Цілеутворення. Утворення цілей становить процес породження нових цілей, що відбувається у мисленні. Мислення виявляє свої передбачувальні можливості й формує образ кінцевого результату діяльності. Загальну мету мислення конкретизує у проміжних цілях. Отже, постановка загальної, проміжної та кінцевої мети саме і є ціле-утворювальним процесом, що відбувається у мисленні.

Рефлексію розглядають як діяльність суб'єкта, що спрямована на усвідомлення способів і дій його пізнання. Самопізнання виконує регулювальну функцію щодо поведінки або діяльності суб'єкта. Різноманітність типів мисленнєвих задач зумовлює різноманітність не тільки механізмів, способів, а й видів мислення. У психології прийнято розрізняти види мислення **за змістом:** наочно-дійове, наочно-образне та абстрактне мислення; за характером задач: практичне і теоретичне мислення; за ступенем новизни й оригінальності: репродуктивне (відтворювальне) і творче (продуктивне) мислення.

Наочно-дійове мислення полягає в тому, що розв'язання задач здійснюється шляхом реального перетворення ситуації та виконання рухового акту. Так, у ранньому віці діти виявляють здатність до аналізу і синтезу, коли сприймають предмети в певний момент і мають можливість оперувати ними.

Наочно-образне мислення - це вид мислення, який відбувається на основі образів уявлень, перетворення ситуації в план образів. Цей різновид мислення виявляють поети, художники, архітектори, парфумери, модельєри. Значення цього мислення полягає в тому, що за його допомогою повніше відтворюється різноманітність характеристик об'єкта, відбувається встановлення незвичних поєднань предметів та їхніх властивостей. У простій формі це мислення виникає в дошкільному віці. Дошкільники мислять образами. Спонукаючи до створення образів на основі прочитаного, сприйнятих об'єктів, до схематичного та символічного зображення об'єктів пізнання, вчитель розвиває образне мислення у школярів.

Особливістю **абстрактного (словесно-логічного) мислення** є те, що воно відбувається з опорою на поняття, судження, з допомогою логіки, не використовуючи емпіричних даних.

Наочно-дійове, наочно-образне та словесно-логічне мислення розглядають як етапи розвитку мислення у філогенезі та онтогенезі.

Теоретичне мислення - це вид мислення, який полягає у пізнанні законів, правил. Воно відображає істотне у явищах, об'єктах, зв'язках між ними на рівні закономірностей і тенденцій. Продуктами теоретичного мислення є, наприклад, відкриття періодичної системи Менделєєва, математичних (філософських) законів. Основним завданням практичного мислення є фізичне перетворення дійсності. Воно інколи може бути складнішим, ніж теоретичне, адже часто розгортається за екстремальних обставин та за відсутності умов для перевірки гіпотези.

Інтуїтивне та аналітичне мислення розрізняють на підставі трьох ознак: часу перебігу процесу, структурності (чіткий розподіл на етапи) та

рівня перебігу (усвідомленості або неусвідомленості). *Аналітичне мислення* - це вид мислення, який розгорнутий у часі, має чітко виражені етапи, достатньою мірою усвідомлені суб'єктом. *Інтуїтивне*, навпаки, вид мислення, згорнутий у часі, який протікає швидко, в ньому відсутній поділ на етапи, він мало представлений у свідомості.

У психології розрізняють ще *реалістичне мислення*, тобто такий вид мислення, який спрямований на зовнішній світ і регульоване логічними законами, а також аутистичне мислення, пов'язане з реалізацією власних бажань, намірів. Для дошкільників нерідко властиве егоцентричне мислення. Характерна його ознака - неспроможність дитини поставити себе на позицію інших.

Вирізняють **продуктивне** і **репродуктивне** мислення за ступенем новизни продукту, що отримує суб'єкт пізнання. Дослідниця вважає, що мислення як процес узагальненого й опосередкованого пізнання дійсності завжди продуктивне, тобто спрямоване на здобуття нових знань. Проте у ньому в діалектичній єдності переплетені продуктивні й репродуктивні компоненти.

Репродуктивне мислення - це вид мислення, який забезпечує розв'язання задачі, спираючись на відтворення вже відомих людині способів. Нове завдання співвідноситься з уже відомою схемою розв'язання. Незважаючи на це, репродуктивне мислення завжди потребує виявлення певного рівня самостійності. У продуктивному мисленні найповніше виявляються інтелектуальні здібності людини, її творчий потенціал. Творчі можливості дістають вияв у швидкому темпі засвоєння знань, у широті їх перенесення в нові умови, в самостійному оперуванні ними.

Творче мислення є сукупністю тих особливостей психіки, які забезпечують продуктивні перетворення у діяльності особистості. У творчому мисленні домінують чотири особливості, зокрема оригінальність розв'язання проблеми, семантична гнучкість, що дає змогу бачити об'єкт під новим кутом зору, образна адаптивна гнучкість, яка уможливорює зміну

об'єкта з розвитком потреби у його пізнанні, семантична спонтанна гнучкість як продукування різних ідей щодо невизначених ситуацій.

Поняття про уяву

Відображаючи об'єктивну дійсність, людина не лише сприймає те, що на неї діє в певний момент, чи уявляє те, що на неї діяло раніше.

Уява — це специфічно людський психічний процес, що виник і сформувався у процесі праці. Будь-який акт праці неодмінно містить в собі уяву. Не уявивши готовий результат праці, не можна приступати до роботи. Саме в цьому й полягає важлива функція уяви як специфічно людської форми випереджального відображення дійсності. Перш ніж щось робити, людина уявляє кінцевий результат своєї діяльності та шляхи, якими його буде досягнуто. Ще до того, як виготовити певну річ, людина подумки створює її образ. У житті людина створює образи таких об'єктів, яких у природі не було, немає й не може бути. Такими витворами людської уяви є фантастичні казкові образи русалки, килима-літака, Змія Горинича, в яких неприродно поєднані ознаки різних об'єктів. Проте якими б дивовижними не здавалися продукти людської уяви, підґрунтям для їх побудови завжди є попередній досвід людини, ті враження, що зберігаються в її свідомості.

Уява — це процес створення людиною на основі попереднього досвіду образів об'єктів, яких вона ніколи не сприймала. До створення нових образів людину спонукають різноманітні потреби, що постійно породжуються діяльністю, розвитком знань, ускладненням суспільних умов життя, необхідністю прогнозувати майбутнє. Цінність уяви полягає в тому, що вона допомагає людині орієнтуватися у проблемних ситуаціях, приймати правильні рішення, передбачати результат власних дій тоді, коли наявних знань виявляється недостатньо для безпосередньої реалізації пізнавальної потреби. Завдяки уяві стають можливими результативна поведінка і діяльність особистості за умов неповної або сумнівної інформації.

Функції уяви полягають:

- 1) у моделюванні кінцевого результату діяльності людини і тих засобів, які необхідні для його досягнення;
- 2) у створенні програми поведінки людини, коли проблемна ситуація невизначена;
- 3) у створенні образів, які не програмують діяльність, а підміняють її;
- 4) у створенні образів об'єктів з опорою на схеми та описи;
- 5) у створенні принципово нових предметів та явищ тощо.

Синтез образів у процесах уяви здійснюються у різних формах:

Аглютинація (від лат.*agglutinare* – склеювати) – створення нового образу шляхом сполучення елементів, взятих з різних уявлень (русалка, кентавр тощо)

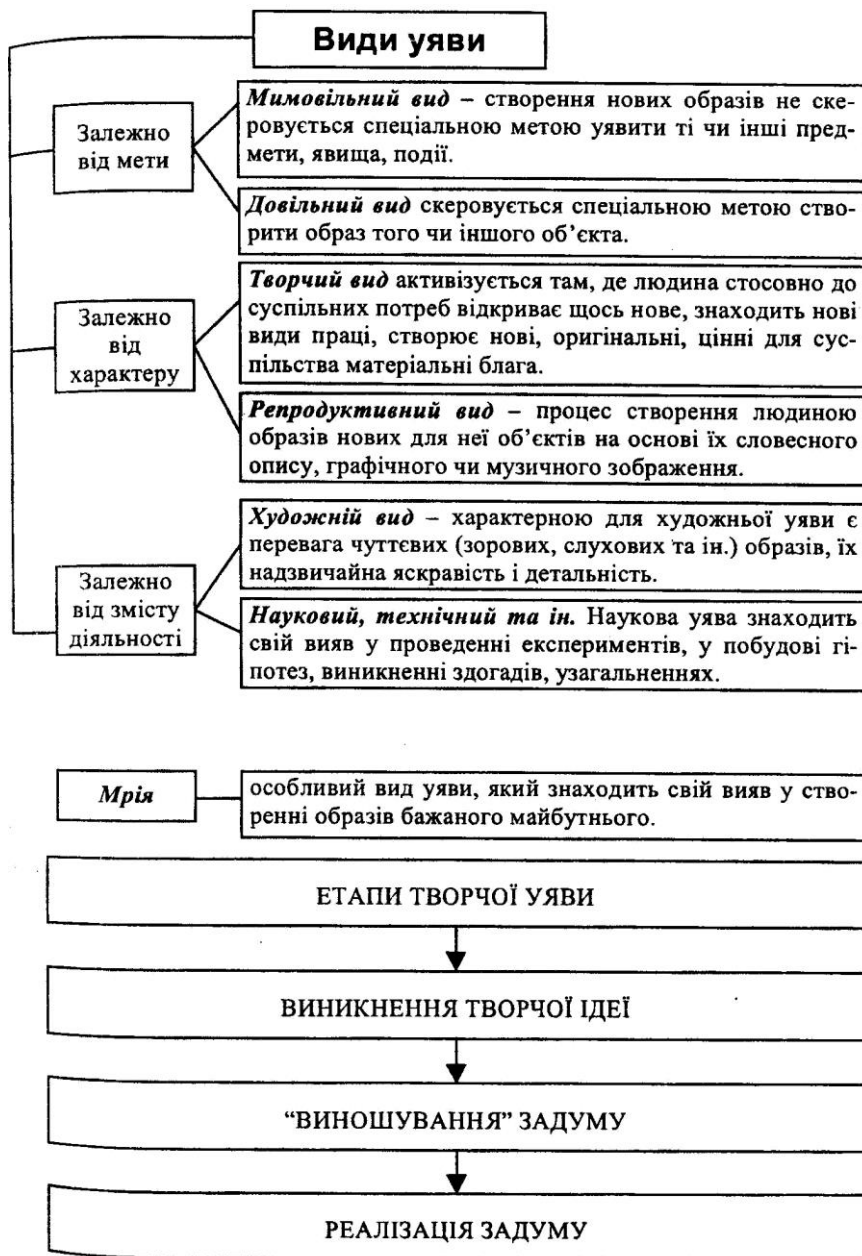
Гіперболізація – збільшення характеристик об'єкта (велетень Гулівер, Котигорошко тощо), зміна кількості частин предмета (дракон, який має сім голів)

Підкреслення – акцентування якоїсь частини образу чи певної властивості. За допомогою такого прийому створюються шаржі, карикатури.

Літота – зменшення характеристик об'єкта (хлопчик-мізинчик).

Схематизація – розбіжності зменшуються, а риси схожості виходять на перший план (орнамент, елементи якого взяті з рослинного світу).

Типізація – виокремлення істотного в однорідних фактах і втілення їх у конкретних образах (є одним з найскладніших прийомів). Широко використовується в літературі.



Поняття про увагу

На органи чуття людини в процесі її життя постійно діють своїми властивостями різні предмети і явища об'єктивної дійсності. Наприклад, під час лекції на студента впливає голос, зовнішній вигляд лектора, обстановка в аудиторії, зміст повідомлення, люди, що сидять поруч. Але студент не може одночасно відобразити всі ці впливи: на одні він реагує, інші — не помічає. Відображаючи дійсність, людина завжди спрямовує свою психічну діяльність на ті предмети і явища, які для неї мають життєве значення,

відповідають її потребам. Цю вибірковість психічної діяльності пов'язують із такою властивістю психіки, як увага.

Увага — спрямованість і зосередженість свідомості, що передбачає підвищення рівня сенсорної, інтелектуальної чи рухової активності індивіда.

Увага нерозривно пов'язана з діяльністю людини, в діяльності вона існує і нею підтримується. Послаблення її інтенсивності призводить до зниження якісних показників у роботі. Перебувати в стані напруженої уваги означає активно над чимось працювати. Як особливість психічного життя увага має суспільну природу. Вона виникла в процесі праці й стала однією з його основних психологічних характеристик.

Фізіологічне підґрунтя уваги, різновиди і форми уваги: мимовільна, довільна та післядовільна увага.

Мимовільна увага — увага, що виникає в процесі взаємодії людини з навколишнім середовищем без її свідомого наміру і без будь-яких вольових зусиль із її боку.

Довільна увага — увага, яку особистість свідомо викликає, спрямовує і регулює.

Післядовільна увага — увага, що виникає на основі інтересу до процесу діяльності.

Структурні особливості уваги.



Увага є складною функціональною структурою, утвореною взаємозв'язками її структурних особливостей. До них належать стійкість, концентрація, розподіл, переключення і обсяг уваги.

Стійкість уваги. Її показником є висока продуктивність роботи протягом тривалого часу. Залежить стійкість уваги від особливостей об'єктів зосередження і активності особистості відносно цих об'єктів. Багаті за змістом, динамічні, різноманітні об'єкти довше привертають увагу до себе, ніж прості, статичні й одноманітні.

Стійкість уваги — часова характеристика уваги, що визначається тривалістю збереження цілеспрямованої уваги на певному об'єкті чи виді діяльності.

Концентрація уваги. Зосередженість уваги на об'єкті має певну інтенсивність, що виявляється в рівні концентрації. *Концентрація уваги— міра заглибленості людини у певний вид діяльності.*

Розподіл уваги — здатність людини одночасно виконувати два або більше видів діяльності.

Переключення уваги. Це необхідна умова успішного виконання багатьох видів робіт. *Переключення уваги — перенесення людиною уваги з одного об'єкта або виду діяльності на інший.*

Обсяг уваги. Від цієї особливості залежить масштаб проблеми, яка може виявитися посильною чи непосильною індивіду. Обсяг уваги — кількість об'єктів, які людина може одночасно сприйняти за короткий проміжок часу.

Функціями уваги є:

- активізація потрібних та гальмування непотрібних на даний момент психологічних та фізіологічних процесів;
- сприяння організованому та цілеспрямованому відбору інформації, яка надходить до організму відповідно до його актуальних потреб;
- забезпечення вибіркової і тривалої зосередженості психічної активності на одному і тому самому об'єкті або виді діяльності

ТЕМА 6.ТЕМПЕРАМЕНТ. ХАРАКТЕР.

План

1. Поняття темпераменту. Типи темпераменту.
2. Поняття характеру. Класифікація типів характеру.

Основні поняття і ключові слова: темперамент, типи темпераменту, характер, типи характеру.

Стислий зміст

Поняття темпераменту.

Серед індивідуальних особливостей людини, які обумовлюють її поведінку, помітне місце належить темпераменту. Як індивідуальна особливість людини, темперамент є стійким утворенням, тому що він має генетичну основу: особливості темпераменту – вроджені якості.

Відавна вчені цікавилися цим явищем і намагалися його пояснити. Гіппократ вважав, що темперамент залежить від специфічного поєднання рідин в організмі (порушення їх пропорцій): крові, слизу, жовтої жовчі, чорної жовчі. Від грецької назви цих рідин отримали назву темпераменти: сангвінік, холерик, флегматик, меланхолік. Специфічні особливості кожного темпераменту Гіппократ пов'язував зі способом життя і кліматичними умовами. Крім Гіппократа, явище темпераменту вивчали різні вчені у різні часи: Гален, Кант, Генле, Кречмер, Шелдон, Павлов.

І.Павлов пов'язував темперамент з типами вищої нервової діяльності.

По-перше, нервова система характеризується певною силою – запасами енергії, які допомагають підтримувати її працездатність за будь-яких навантажень.

По-друге, динамічність нервових процесів дає змогу швидко змінювати дії, перебудовувати свою поведінку у зв'язку зі зміною обставин, умов. Індивідуальне, оригінальне поєднання сили, урівноваження та рухливості нервової системи, за вченням І.Павлова, становить чотири основних типи нервової діяльності:

- сильний, урівноважений, рухливий – сангвінік;

- сильний, неврівноважений (збудження переважає над гальмуванням), рухливий – холерик;
- ильний, урівноважений, інертний, повільний – флегматик;
- слабкий – меланхолік.

Психологи виділили три структурні сфери темпераменту: загальна активність, особливості моторної (рухової) сфери, емоційність. Крім того, до властивостей темпераменту належать:

- сенситивність або чутливість – здатність реагувати на впливи;
- реактивність – реакція людини на той або інший подразник;
- активність – наскільки енергійно сама людина впливає на навколишній світ.

Отже, темперамент – це природна основа індивідуальності, яка визначає динамічні якості.

Кожна людина може виробити свій стиль діяльності, систему навичок, прийомів розв’язання задач у тій або іншій сфері діяльності, які забезпечать успішне виконання завдань, спираючись на позитивні й сильні властивості темпераменту.

Особливість темпераменту – це своєрідність прояву психіки людини, відмінність шляхів та способів діяльності, а не рівень її досягнень.

Типи темпераменту.

Психологічна характеристика темпераменту

Психологічна характеристика	Загальний тип нервової системи
<i>Сангвінік</i> – особистість, якій притаманна висока активність і великі запаси енергії; комунікабельність і адаптованість (легко пристосовується до нових умов); захоплюється новими ідеями, але недовго; прагне до насолоди; інтереси та нахили його не є постійними, довірливий у стосунках; екстраверт.	Сильний, урівноважений, рухливий.
<i>Холерик</i> – енергійний і наполегливий, навіть дещо впертий; дуже пристрасний, що спонукає його до діяльності та вияву великої енергії; рішучий, має	Сильний, неврівноважений,

сильну волю; багатий на почуття, мстивий, гордий і честолюбний; йому подобається бути лідером, керувати, все пристосовує до себе; екстраверт.	інертний.
Флегматик – пасивний тип, холоднокровний, почуттям і емоціям не піддається швидко; розважливий, не приймає покvapливих рішень; терплячий, стриманий; дуже наполегливий, розпочату справу завжди завершує; інтроверт.	Сильний, урівноважений, інертний.
Меланхолік – дуже емоційний тип, хоча емоції виражає слабо; йому здається, що його недооцінюють і навіть нехтують ним; нерішучий, неенергійний; любить бути у вузькому колі друзів, ригідний; інтроверт.	Слабкий.

Поняття характеру. Структура та формування характеру.

Характер, як і темперамент, – одна з головних форм прояву особистості. Темперамент обумовлює динамічний бік особистості, а характер визначає, так би мовити, її «зміст». Темперамент – основа характеру. Характер людини впливає на всі її вчинки, думки і почуття.

Характер – це підструктура особистості, утворена індивідуальною своєрідною сукупністю стійких особистісних особливостей, які зумовлюють ставлення особистості до дійсності, і типовий для певної особистості спосіб поведінки. Характер людської особистості завжди багатогранний. У ньому можуть бути виділені окремі риси або якості особистості.

Характер – своєрідна програма поведінки людини, що має прояви за такими показниками:

- ставлення до себе (вимогливість, послідовність, непостійність почуттів та вчинків);
- ставлення до людей (увага, ввічливість або зневажливе ставлення);
- ставлення до справи (серйозність, відповідальність або байдужість, нехтування);
- ставлення до речей (охайність або неохайність, надання речам великого значення або стримане ставлення до них).

Класифікація характеру (за Леонгардом-Шмішеком)

Тип характеру	Характеристика
Гіпертимічний тип	Постійне (або часте) перебування у піднятому настрої. Характерна товариськість, підвищена балакучість. Такі люди дивляться на життя оптимістично, не втрачаючи цієї якості і за умови виникнення перешкод.
Емотивний тип	Головними особливостями емотивної особистості є висока чутливість і глибокі реакції на рівні тонких емоцій. Характерні м'якосердя, доброта, задушевність, емоційна чуйність, високорозвинена емпатія.
Педантичний тип	Підвищена акуратність, тяга до порядку, нерішучість, обережність. Ці люди без вагомих причин не змінюють місце роботи, лише у разі крайньої потреби, і роблять це через силу. Люблять свою справу, звичну роботу, сумлінні у побуті.
Тривожний тип	Підвищена тривожність – одна з особливостей цього типу; люди постійно занепокоєні своєю долею та долею своїх близьких; настороженість перед обставинами поєднується з невпевненістю у власних силах.
Циклотимічний тип	Найважливішою особливістю цього типу є зміна фаз поведінки.
Демонстративний тип	Особливістю демонстративного типу є потреба і постійне прагнення справити враження, привернути до себе увагу, бути в центрі подій.
Збудливий тип	Особливістю цього типу є виражена імпульсивність поведінки. У процесі соціальної взаємодії – притаманна низька терпимість.
Екзальтований тип	Головною рисою є бурхлива, екзальтована реакція на те, що відбувається. Їх відрізняє крайня вразливість і схильність до переживань, які яскраво виявляються у їхній поведінці.

З позицій сучасної психології, характер – це змінна функціональна образна структура, яка бере участь у процесах адаптації людини до світу і формується у процесі цієї адаптації.

Дослідження показують, що перші ознаки стабілізації характеру відбуваються у перші дні життя людини. Вік від 1-3-х до 9-10-ти років є

сенситивним періодом становлення характеру людини. Початок його формування залежить від того, як мати (або той, хто замінює її) спілкується з дитиною. Отже, передумовою формування характеру є стимулювання дорослими цього процесу.

Вольові риси характеру розвиваються та закріплюються у підлітковому віці, а базові основи характеру – в ранній юності. Характер впливає на всі інші якості особистості, на її пізнавальні, вольові, емоційні процеси і стани. Від інших рис особистості характер відрізняється своїм раннім формуванням і стійкістю.

Література:

1. М'ясоїд П.А. Загальна психологія: Навч. посіб. – К.: Вища школа, 1998.
2. Основи психології: Навч. посібник для студентів вищих навч. закладів / А.І.Веракіс, Ю.І.Завалевський, К.М.Левківський. – Х.-К., 2005.

ТЕМА 7. ДІЯЛЬНІСТЬ. ОСОБИСТІСТЬ.

План

1. Поняття про діяльність. Будова діяльності.
2. Форми та види діяльності.
3. Поняття про особистість.

Основні поняття і ключові слова: *індивід, діяльність, гра, навчання, праця, потреба, мотив, смисл, зовнішня і внутрішня діяльність, операції.*

Стислий зміст теми

Діяльність завжди ґрунтується на певних *потребах* — станах живої істоти, для задоволення яких потрібні відповідні об'єкти.

Потреби тварин обмежені біологічними об'єктами. Тому їхня *поведінка* має біологічно доцільний, *приспосувальний* характер. Проте вже вона свідчить, що потреби, з одного боку, зумовлюють активність тварини, а з другого — залежать від неї, бо саме у ній вони задовольняються або ж не задовольняються.

Ця закономірність ще очевидніша на прикладі *діяльності людини*. Звичайно, вона має також свої **біологічні** (*органічні*) *потреби* (в їжі, безпеці, продовженні роду тощо). Проте основою її діяльності є принципово інші —

власне людські — *індивідні потреби*. Одні з них — *матеріальні* — відбивають потребу людини в предметах *матеріальної культури* (у речах, що забезпечують побут, житлі, одязі тощо); інші — *духовні* — в предметах *духовної культури* (в знаннях, продуктах наукової і художньої творчості). До того ж є ще особливий клас потреб — *потреби особистості* (в *самореалізації, самоствердженні, творчості, бути особистістю*).

Це докорінно відрізняє діяльність людини від діяльності тварин. Однак і задовольняючи свої біологічні, вроджені потреби, людина поводить себе значно складніше, ніж тварина'. Досить згадати, за допомогою якої сукупності *дій і операцій* вона тамує голод.

Кожна потреба має свій зміст (є потребою в чомусь), який визначається тією сукупністю предметів, що можуть її задовольнити, «наситити». Тому діяльність спонукається не потребою як станом суб'єкта, а потребою, яка «знайшла» свій предмет, тобто *опредметненою потребою*. Це дає підставу вважати предмет, що відповідає потребі (предмет потреби), *мотивом* конкретної діяльності . Останній може бути даний суб'єктові у матеріальній або ж ідеальній формі (такий, що сприймається, і такий, що лише уявляється).

Головне, що саме предмети довколишнього світу, а не стани суб'єкта (*прагнення, бажання, наміри* тощо) реально спонукають діяльність. Саме це забезпечує реальний взаємозв'язок *суб'єкта з об'єктом* та взаємопереходи між ними, саме завдяки цьому *людина* є невід'ємною часткою *світу*. Вона може вважати себе відокремленою від світу, «окремим світом», мірилом, а то й «центром Всесвіту», проте вона *живе* в світі і пов'язана з ним безліччю «ниток», що їх функцію і виконують мотиви як предмети потреби.

Поява мотиву означає перетворення *об'єкта* довколишнього світу, що існує незалежно від людини, на предмет її діяльності. Він спонукає діяльність, начебто притягуючи її до себе. Тому діяльність набуває *небезстороннього характеру*. Задовольняючи чи не задовольняючи потреби, *суб'єкт* так чи інакше ставиться до об'єктів, глибоко переживає свої

стосунки зі світом й за допомогою *свідомості* прагне розібратися в них. При цьому він може посідати (і нерідко посідає) «геоцентричну» позицію, проте аналіз діяльності все ж свідчить на користь геліоцентричної, що виводить суб'єкта (і його *психіку*) за межі «даного в собі явища» — в широку систему взаємин з довколишнім .

Будова діяльності. Стадії *перцептивної психіки* й *інтелекту* виникли внаслідок виділення в нерозчленованій *активності* тварин *операцій* різної складності. *Стадія свідомості* зобов'язана своїй появі *діям*. Відтоді раніше злита (у тварин) функція спонукання і спрямування діяльності роздвоюється. Тепер той предмет, що спонукає діяльність (предмет потреби, тобто *мотив*), і той, на який вона спрямована, як правило, не збігаються між собою. Це явище закономірно виникає і в *онтогенезі*. Наприклад, учень може вивчати математику, щоб отримати від батьків велосипед, тоді як його діяльність буде спрямована на засвоєння певного розділу цієї науки.

Отже, діяльність, крім мотиву, має ще й *мету* (*ціль*) — більш-менш усвідомлюваний *образ* передбачуваного результату зусиль, яких докладає людина, щоб чогось досягти. Мотив спонукає діяльність, мета надає їй спрямованості. Тому якщо мотив є критерієм виділення в потоці *життя* діяльності, то мета — дії. *Дія*, таким чином, є складником діяльності, яка підпорядковується меті.

Між спонукою до дії та її передбачуваним результатом є своєрідна «змінна» — *особистісний смисл* — складова *свідомості*. Це не лише об'єднує діяльність в одне ціле, а й характеризує її як небезсторонній процес.

На відміну від *мети*, *мотив* діяльності усвідомлюють далеко не завжди. Людині неважко відповісти на запитання, що вона робить, проте значно складніше — для чого вона це робить. Однакову активність людини довколишні нерідко тлумачать по-різному, до того ж далеко не завжди так, як це їй видається. Більш-менш придатне розв'язання цієї проблеми може дати психологічний аналіз конкретного випадку діяльності, який, передусім,

має з'ясувати її *смысл* для суб'єкта та *мотиви*, які його породжують і які найповніше характеризують його стосунки зі світом.

Аналіз *смыслів* та *мотивів* діяльності індивіда має ґрунтуватися на ретельному вивченні його *життя*, *ситуації* його *життєвого шляху*.

Індивід, як правило, є суб'єктом не одного, а певної сукупності видів діяльності. Причому, залежно від співвідношення *мотивів*, вони бувають однопорядковими або ж, що частіше, підпорядкованими. Так, у першокурсника зі стійкою *пізнавальною потребою* провідною, очевидно, буде *навчальна діяльність*, тоді як розваги, заняття спортом, спілкування з друзями тощо матимуть менш істотне значення. Визначальним *мотивом* тут буде та сфера знань, в якій «знайшла себе» ця потреба. Він же буде й *смыслоутворювальним*: зумовлюватиме *особистісний смысл* діяльності.

Зміна в мотиваційній сфері індивіда — поява нового домінуючого *мотиву* — не може не позначитись на його *житті*. Зокрема, на *рівні особистості* провідна діяльність може набути вигляду «справи життя». У цьому разі вона підпорядкує собі всі інші стосунки *суб'єкта* зі світом.

Окрема діяльність складається з певного *ланцюга дій*, коли виконання однієї дії спонукає іншу. Діяльність реально існує лише у вигляді дій, тому що це та сама активність. Проте не будь-яка активність є дією. На відміну від звичних, стереотипних або імпульсивних *реакцій*, дія, крім того, що вона цілеспрямована, завжди *опосередкована* — включає в себе певні знання, вміння, навички, здійснюється за якимись зразками, схемами, зіставляється з тими чи тими *соціальними нормами*.

Отже, дія не «вписується» в систему «стимул — реакція», як на цьому наголошує *біхевіоризм*.

Дія може бути переважно *зовнішньою* — предметно-практичним контактом суб'єкта з об'єктом або ж *внутрішньою* — активністю, спрямованою на об'єкт, даний в ідеальній формі. Проте у будь-якому разі вона здійснюється за рахунок певних *операцій*. Якщо *діяльність* підпорядковується *мотиву*, а *дія* — *меті*, то операція — *умовам* виконання дії. Це

умови не лише об'єктивні, а й суб'єктивні, пов'язані з можливостями суб'єкта. Наприклад, обрахування загальної вартості придбаних у магазині речей передбачає виконання арифметичних операцій, що залежать, з одного боку, від ціни кожної речі, а з другого — від способів підрахунку, якими володіє суб'єкт.

За походженням операції бувають пристосувальні і доцільні. **Пристосувальні операції** складаються стихійно, в процесі неорганізованого *освоєння* індивідом *культури* (так, наприклад, дитина оволодіває граматичними формами *мови*). **Доцільні операції** є наслідком багаторазових вправ, що робить їх автоматизованим, позбавленим контролю з боку *свідомості*, «відпрацьованим» процесом. Між іншим, це шлях, яким дії трансформуються в операції. Такі операції, як читання, писання, усний рахунок, їзда на велосипеді, керування автомобілем, складання тексту на комп'ютері тощо, були колись діями.

Операції і дія, яку вони реалізують, виконуються нервово-м'язовою системою, що функціонує як багаторівневе ціле, відповідно до *задачі*, поставленої суб'єктом [10].

Таким чином, **діяльність людини** — це сукупність окремих видів діяльності, про які судять за їх *мотивами*. Кожен з них існує у вигляді *дій*, підпорядкованих *цілям*. Дії виконуються шляхом *операцій*, які визначаються *умовами* досягнення цілей. Є також виконавчий рівень діяльності, який становлять психофізіологічні механізми, що реалізують її. Передусім це механізми *функціональних систем мозку*, серед яких провідне значення має *блок програмування, регуляції і контролю діяльності*

Незважаючи на складність будови, **діяльність** — рухливе утворення, про що свідчать взаємопереходи між її компонентами: за певних умов діяльність стає дією, дія — діяльністю чи операцією, а операція — дією. Відбувається це переважно у зв'язку з розвитком діяльності. Коли першокласник вчиться писати, то вже сам процес письма є окремою діяльністю зі своєю мотивацією (наприклад, отримати схвалення дорослих). Дія

(складні для дитини *рухи* руки) підпорядковується у цьому разі *уявленню* про форму того, що вона пише. Та внаслідок багаторазових *вправ* цей процес перетворюється на одну з багатьох дій, що виконуються шляхом *доцільних, операцій*. Тобто те, що раніше було діяльністю, перетворилося на засіб іншої — ширшої *навчальної діяльності*, мотивованої знаннями, оцінкою вчителя, ставленням батьків, однокласників тощо. Відбувається своєрідна перебудова діяльності, в результаті якої місце мети займають умови діяльності. Це явище дістало назву *зсуву мотиву на мету*. Його наслідком є перетворення дії на операцію й відповідне збільшення кола видів діяльності: відтепер «стара» *діяльність*, уже як *дія*, включається у ширшу мережу життєвих зв'язків суб'єкта. Але можливий і протилежний випадок — школяр чи студент захоплюється предметом, який до цього вивчав примусово. Відтак, те, що раніше було сукупністю вимушених *навчальних, дій*, отримує свій мотив (очевидно, знання — зміст цього предмета) й стає окремою діяльністю. Вважають, що необхідною умовою тепер вже *зсуву мети на мотив* є накопичення в суб'єкта позитивних *емоцій* від виконуваних дій.

Форми діяльності різноманітні. Спочатку, як у філо-, так і в онтогенезі, вона існує у вигляді зовнішніх процесів, що пов'язують *суб'єкт* з *об'єктом*. Однак уже перше *знаряддя праці* включає людину в стосунки не лише зі світом речей, а й з іншими людьми. Це докорінно змінює діяльність: вона набуває ознак внутрішньої активності, в якій роль знаряддя виконують *значення мови*.

Є підстави вважати, що перехід від *зовнішньої* до *внутрішньої діяльності* здійснюється **шляхом *інтеріоризації***, що має у цьому разі поетапний характер. На першому етапі діяльність має вигляд безпосередніх контактів дитини з об'єктами, що її оточують (предметами побуту, іграшками). На другому вона супроводжується голосним мовленням, яке з часом стає розгорнутим. Третій етап — поступовий перехід від зовнішнього мовлення до внутрішнього мовлення «про себе». На заключному етапі з'являється *внутрішнє мовлення*, яке не контролюється *свідомістю* й має вигляд «чистої

думки» — *розумової дії*. Не випадково будь-яка внутрішня діяльність, наприклад, розв'язування задач, супроводжується м'язовими рухами артикуляційного апарату, які можна реєструвати за допомогою технічних засобів.

Зовнішня і внутрішня діяльність — взаємопов'язані процеси складного психологічного змісту, за допомогою яких суб'єкт здійснює своє *життя*.

Видами діяльності, виділеними за генетичною ознакою, є: гра, учіння, праця.

Гра — діяльність, що відбувається в умовних ситуаціях і спрямована на відтворення суспільного досвіду, зафіксованого в продуктах *культури*. Ймовірно, її виникнення пов'язане з початковими етапами становлення *людини*, коли постала потреба «програвати», а отже, планувати майбутні дії. Напевно, це мало форму *ритуалів, магії, танців*, які завдяки їх доступності могли стати об'єктом *наслідування* дітей. У подальшому ці *наслідувані дії*, що, до того ж, виконувалися зі зменшеними копіями предметів — прообразами іграшок, отримали функцію підготовки підростаючого покоління до праці.

Гра сучасної дитини полягає в імітації дій дорослих та стосунків між ними. Спочатку це відбувається в процесі *предметних дій* — дій з виробленими і позначеними людиною речами. Зразки таких дій дитині демонструє дорослий під час *спільної діяльності*. Предмети, якими вона маніпулює, відкривають свої нові властивості, які дитина пізнає разом з оволодінням відповідними *операціями*. Відтак, оточення відображається дедалі повніше: також з боку властивостей, яких не мають *органи чуттів*. З'являються характерні для цього віку *психічні новоутворення*, створюються передумови переходу до рольової гри.

Рольова гра — діяльність, у процесі якої діти *дошкільного віку* беруть на себе *ролі* дорослих і в умовній формі відтворюють їхні дії та стосунки між ними. Ці ролі стають *мотивами*, що осмислюють ігрові дії та ігрове використання предметів. При цьому *значення* одного предмета переноситься

на інший, який використовується відповідним чином: звичайна палиця заміняє і рушницю, і коня, і автомобіль.

У *молодшому шкільному віці* рольова гра переростає в *гру за правилами*. Тут дії учасників і їхні стосунки регламентуються сформульованими і всіма прийнятими правилами. Це ігри хлопчиків «у війну», дівчаток — «у школу», «сім'ю» тощо. Правило тут є *мотивом* ігрової діяльності, який змушує гравця серйозно і відповідально ставитись до неї.

Особливою формою гри є *ділові ігри* дорослих, що відтворюють зміст певної професійної діяльності. Вони отримали поширення в зв'язку з необхідністю підготовки і підвищення кваліфікації кадрів, удосконалення управління виробництвом .

Учіння — діяльність, спрямована на освоєння суспільного досвіду. На відміну від гри, мотив якої полягає у ній самій, учіння ґрунтується на *пізнавальних потребах*, а його *мотиви* тією чи іншою мірою пов'язані з процесом практичного і теоретичного *освоєння* людством дійсності, Результатом учіння є набуття суб'єктом певних *знань, умінь, навичок, звичок*¹.

Спеціально організоване учіння — це *навчання*, спрямоване на оволодіння суспільне виробленими способами дій, узагальненими за формою теоретичних знань. Своєю появою вона зобов'язана *знанням*, зміст яких не вичерпується практичними діями. Для цього потрібна характерна активність, яка формується у *молодшому шкільному віці* в зв'язку з необхідністю *теоретичного пізнання* дійсності. Відповідно до закономірностей *інтеріоризації* вона поступово перетворюється на специфічну *внутрішню діяльність*, яка складається з *навчальних дій* і спонукається конкретними *мотивами*².

Процес такого перетворення відбувається поетапно. На першому етапі дитина за допомогою вчителя освоює окремі навчальні дії і в неї з'являється нестійке прагнення оволодіти способами їх виконання Наступний етап — об'єднання окремих дій у цілісну діяльність, яка вже спонукається мотивами,

що виникають на ґрунті пізнавальних інтересів. Цілі тут не лише «приймаються», а й самостійно *конкретизуються*. Третій етап — ускладнення діяльності шляхом виділення *дій* з різними джерелами навчальної інформації (підручниками, довідниками, додатковою літературою). У своїх розвинених формах це вже багаторівнева активність з відповідною системою *доцільних* (виконавчих, орієнтувальних, контролюючих) *операцій*.

Загалом *навчальна діяльність* — необхідний *засіб психічного розвитку*, без якого він збіднюється й перешкоджає *індивідові* вийти за межі буденного життя і піднятися до рівня теоретичного освоєння дійсності.

Праця полягає у виробництві суспільне корисних продуктів, представлених у матеріальній або ж ідеальній формі. Це та діяльність, в історичному розвитку якої вдосконалювалася *психіка*, відбувалося становлення *свідомості*. В процесі праці *образ*, що регулює її, отримує своє об'єктивне існування у формі продукту і це збагачує *життя* суб'єкта, а отже, і його самого.

Як і будь-яка інша діяльність, праця реально існує у вигляді *зовнішніх* і *внутрішніх* дій, спонукається певними *мотивами*, має конкретний *смысл*, спрямовується на досягнення якихось *цілей*, виконується за допомогою сукупності *операцій*.

Поширеними мотивами праці є: розмір заробітку, зміст роботи, можливість підвищення кваліфікації, стосунки з колегами, суспільне значення продукції. Цілі є регуляторами трудових дій і безпосередньо стосуються динаміки та продуктивності професійної діяльності. Операційний склад трудової діяльності має бути рухливий, оскільки без цього неможливе швидке й ефективне формування *навичок* і *вмінь*. Характерно, що науково-технічний прогрес супроводжується передачею операційного складу дій технічним пристроям, а це звільняє людину від шаблонних елементів праці і підсилює її творче начало.

Власне творчою праця стає тоді, коли її результати мають соціальну *цінність* — відповідають певним суспільним ідеалам. Проте крім цього

потрібні ще *спеціальні здібності*, специфічні для кожної професійної діяльності.

Прикладом може бути *педагогічна діяльність*, призначення якої полягає в передачі підростаючому поколінню суспільно-історичного досвіду, зафіксованого в різних *значеннях*. Суб'єктом цієї діяльності є вчитель, а *мотивом*, у її оптимальному варіанті, — учень. Її *метою* є більш чи менш конкретні *уявлення* про знання, вміння, навички, необхідні учневі, можливості його *психічного розвитку*. Операційний зміст цієї діяльності багатогранний і передбачає можливості для її оптимізації |.

Творчим рівнем цієї діяльності є *педагогічна майстерність*, передумовою якої є *педагогічні здібності* та систематична копітка робота вчителя над собою. Це не лише поповнення *знань*, а й усвідомлення *мотивів* своєї діяльності, з'ясування для себе її *смислу*, чітке визначення та розрізнення близьких і віддалених *цілей*, постійне вдосконалення своїх *умінь*. Учитель-майстер передає учням не лише свої знання та вміння, а й свій *світогляд*, свою *власну філософію*. Його педагогічна діяльність — це трансформація одних педагогічних *дій* у способи досягнення інших, більш високих *цілей*, це ставлення до дитини як до найвищої *цінності*, а також відпрацювання найефективніших способів розв'язування педагогічних *задач*.

Психологія особистості – галузь психологічних знань, яка займається вивченням психічних властивостей людини як цілісного утворення, як певної системи психічних якостей, що має відповідну структуру, внутрішні зв'язки, характеризується індивідуальністю та взаємопов'язана з навколишнім природним і соціальним середовищем.

Поняття “особистість” багатопланове, і особистість є предметом вивчення багатьох наук. Кожна вивчає особистість лише в своєму специфічному аспекті. Для психологічного аналізу особистості потрібно чітко розмежувати поняття: “людина”, “індивід”, “індивідуальність”, “особистість”. Найбільш загальним (філософське визначення) є поняття “людина”.

Людина – біосоціальна істота, яка володіє членороздільною мовою, свідомістю, вищими психічними функціями (абстрактно-логічне мислення, логічна пам'ять і т. д.), здатна створювати знаряддя праці та використовувати їх в процесі суспільної праці.

Індивід – біологічний організм, носій загальних спадкових якостей біологічного виду людина. Представник людського роду – homo sapiens. Будь-яка людина – індивід, незалежно від рівня її фізичного і психічного здоров'я. Індивідами ми народжуємося.

Особистість – соціально-психологічна сутність людини, яка формується в результаті засвоєння індивідом суспільних форм свідомості і поведінки, суспільно-історичного досвіду людства. Особистістю ми стаємо під впливом суспільства, виховання, навчання, взаємодії, спілкування тощо. Особистість – ступінь привласнення людиною соціальної сутності. Особистість – соціальний індивід.

Таким чином, особистість — соціальна якість індивіда, що не може виникнути поза суспільством. При цьому процес становлення людини як особистості в результаті включеності її в різні спільності називають *соціалізацією особистості*.

Соціалізація здійснюється в соціальних групах, в які людина послідовно включена протягом життя. Вплив на людину соціального оточення через соціальні групи опосередковується психологічними властивостями людини – типом нервової діяльності, задатками, в подальшому темпераментом, здібностями, характером, ціннісними орієнтаціями. Саме через взаємодію цих начал – психофізіологічного, природного та соціального – формується особистість. В суспільстві сформовані певні канали, важелі соціалізації. Це виховання, навчання через заклади освіти, це заклади культури, засоби масової інформації, сім'я, література, мистецтво, комп'ютерні мережі Інтернет та ін.

Індивідуальність – неповторне співвідношення особистих рис та особливостей людини (характер, темперамент, здібності, особливості

протікання психічних процесів, сукупність почуттів тощо), що утворюють її своєрідність, відмінність від інших людей. Індивідуальність – особлива і несхожа на інших людина в повноті її фізичних та духовних якостей.

Структура особистості (динамічна модель)

Підструктура спрямованості об'єднує спрямованість, ставлення та моральні якості особистості. Вона не породжується природними задатками, а формується шляхом виховання і є соціально зумовленою. Спрямованість особистості як система спонукань є головним структурним компонентом особистості.

Підструктура досвіду включає в себе знання, уміння, навички і звички, набуті в індивідуальному досвіді через навчання, але вже з помітним впливом біологічно зумовлених властивостей особистості.

Підструктура форм відображення охоплює індивідуальні особливості окремих психічних процесів чи психічних функцій як форм відображення. Вплив біологічно зумовлених особливостей у цій підструктурі проявляється ще більш чітко. Біологічно зумовлена підструктура включає в себе темперамент, статеві й вікові особливості особистості.

К. К. Платонов називає запропоновану структуру особистості *основною, загальною, динамічною, функціональною і психологічною*. *Основною* вона є тому, що окрім вказаних чотирьох головних, виокремлюють ще дві накладені на них підструктури — характеру та здібностей; *загальною* вона є тому, що властива кожній особистості, але кожна конкретна особистість має свою індивідуальну структуру; *динамічною* — тому, що не залишається незмінною в жодній конкретній особистості: з дитинства до смерті вона змінюється; *функціональною* — тому, що вона як ціле, так і її складові елементи розглядаються як психічні функції; *психологічною* — позаяк узагальнює психічні властивості особистості.

Література

1. *Абульханова-Славская К.А.* Деятельность и психология личности. - М.: Наука, 1980.
3. *Асмолов А.Г.* Деятельность и установка. - М.: Изд-во Моск. ун-та, 1979.
4. *Белоусов В.В.* Темперамент и деятельность: Учеб. пособие. - Пятигорск, 1990.
7. Варій М.Й. Загальна психологія: Навч. посібник / Для студ. психол. і педагог. спеціальностей. - Львів: Край, 2005.
8. *Волков А.М., Микадзе Ю.В., Солнцева Г.Н.* Деятельность: структура и регуляция. Психологический анализ. - М.: Изд-во Моск. ун-та, 1987.
4. *Данченко Е.А., Титаренко Т.М.* Личность: конфликт, гармония. - К., 1989.

ТЕМА 8. ПСИХОМОТОРИКА

План

1. Поняття про психомоторику
2. Функції психомоторики.
3. Регулятори і продукти психомоторики.
4. Механізми регуляції психомоторної дії.

Основні поняття і ключові слова: рух, думка, мислення, психомоторика, психомоторні процеси, живий рух, психомоторна дія, регулятори психомоторики, продукти психомоторики, функції психомоторики, пізнавальні процеси, психомоторна система.

Стислий зміст теми

Поняття про психомоторику.

Ідею про універсальність структурно-анатомічних функцій людського тіла переконливо довів Р. Декарт. Він говорив, що душа і тіло людини - дві особливі субстанції, які становлять незмінну основу людини.

Однак Б. Спіноза підійшов до цієї проблеми з іншого боку. Застосувавши принцип цілісності, він дійшов висновку, що жива людина - не просто одухотворене тіло, а вершина розвитку природи. Людина є інструментом, за допомогою якого природа перетворює себе на досконаліші форми. З цього випливає, що *мислення* як властивість душі й *живий рух* як властивість тіла - це не дві різні субстанції (за Р. Декартом), а дві властивості, притаманні людській душі та мислячому тілу.

У будь-якому живому русі мислення та фізичний рух людини - злиті в одну, неподільну єдність.

Через два з половиною століття І.М. Сеченов назвав цю цілісність душі і тіла **ПСИХОМОТОРИКОЮ**. Він зауважив, що життєві потреби (дискомфорт) зумовлюють виникнення бажань - думки, яка й зумовлює рух. Власне, коли людина здійснює довільний рух, тоді бажання буде мотивом - дієвою думкою, або метою, а рух - дією або засобом досягнення мети.

Живий, доцільний рух відбувається слідом за бажанням разом з відомостями про уявні наслідки цього руху. Без бажання або імпульсу - думки рух був би загально безглуздим.

Діючи, людина пізнає світ, а пізнаючи його - теж діє. Психомоторика обслуговує механізми емоцій, почуттів, думок, образів, рухів, пам'яті. Психомоторика - *це і механізм, і система, і функція*. Вони, зливаючись у цілісність, утворюють функціональний орган. Це дійовий орган людини, а не тіла.

Враження, що *психомоторика* - це *думка* плюс *рух*, помилкове, оскільки все починається з рухів. Тому що живий рух - головний регулятор нашої енергетики. Позбавити людину рухової активності - означає спровокувати виникнення в неї феномену «сплутаної енергії»; тобто приректи її на загибель.

ПСИХОМОТОРИКА - це єдність злиття думки і руху в одну, неподільну єдність живого руху.

Будова мислячого тіла людини - *унікальна* (рис.1). Психомоторика не має в собі бар'єрів, які відокремлюють людину від світу речей. Власне її універсальність дає змогу зрозуміти мислення як:

- функцію зовнішньої, предметної дії;
- спосіб дії мислячого тіла.

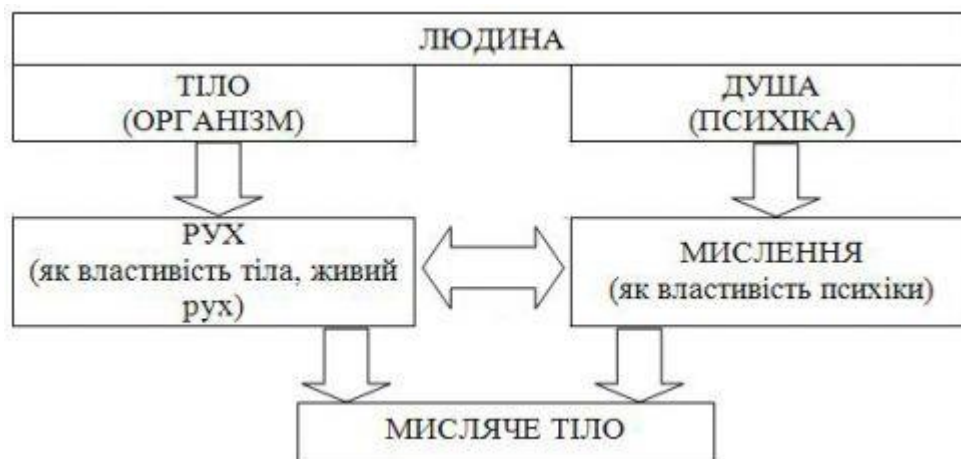


Рис.1. Мисляче тіло.

Отже, *психомоторні процеси* об'єднують у єдину і неподільну цілісність три компоненти:

- мисляче тіло;
- предмет;
- психомоторні процеси, які забезпечують можливість обміну енергією та інформацією між мислячим тілом і предметом.

Людина, діючи з предметом, відкриває його властивості, які перетворює на *дійові стани* - здатності, які є умовами кращих подальших дій.

У процесі дії людина створює здатності не лише знати властивості предметного світу (прямий процес психомоторики), а й використовувати їхню силу в перетворенні того самого предмета чи речовини в нові форми, щоб задовольняти суто людські потреби (зворотний процес психомоторики).

Головна властивість **ЖИВОГО РУХУ** в тому, що в процесі його виконання людина не просто рухається, виконує дії, вона:

- оволодіває простором дії;
- підкоряє собі час;
- свідомо долає зовнішні й внутрішні перешкоди, які чинять опір.

Фізичне тіло рухається відповідно до законів механіки. *Живим рухом людина розв'язує завдання або проблеми.* Розв'язанням завдань живий рух істотно відрізняється, з одного боку, від суто механічного руху, а з іншого - від

простої реакції (дія - завжди акція, спрямована на майбутній продукт або подразник).

Щоб побудувати правильні рухи, треба:

- підкорити своїй волі найскладнішу біомеханіку власного тіла;
- зробити своє тіло слухняним;
- відповідними рухами вести своє тіло до мети.

Такою складністю рухів володіють юнаки і дівчата в балеті, цирку, спорті. Отже, що більше спритних психомоторних дій може виконувати людина, то досконалішим є її мислення, то більше відповідних предметів, явищ, думок, почуттів та образів міститься у психіці людини.

Ще півтори сотні років тому І.М. Сеченов зазначав, що психомоторика - це неподільний зв'язок рухів душевних і тілесних (прямих і зворотних).

Виникає запитання: у чому відмінність психомоторики - *органа людини* - від інших органів тіла? Власне в тому, що психомоторика працює поза тілом з природою і ноосферою.

Психомоторика - це одночасно орган людського тіла, механізм його дії і мистецтво їхньої регуляції.

Психомоторика здійснює психічну регуляцію живих рухів, дій і вчинків. Водночас вона відображає мислення, почуття та уяву.

Психомоторика працює, коли виникає взаємодія в системі «мисляче тіло - предмет». Мисляче тіло людини здатне до нескінченної кількості дій, які ніяк не можна передбачати заздалегідь.

Психомоторика, як робочий орган, єднає рухи з образами, думками, почуттями - еталонами, мірками, відповідно до яких регулюють рухи. Точність мислення, глибина почуттів і дійсність уяви - точність рухів.

Основними виявами психомоторики є такі класи рухів і дій:

- *рухи*, які забезпечують підтримку й зміни положення тіла людини в просторі;

- *стани і пози нашого тіла* - це граціозність фігури, постава, апломб і стійкість, дотримання вертикальної лінії (від голови до п'ят), і навпаки - кривляка, позер, удавальник тощо;
- *локомоції* - рухи, пов'язані з переміщенням людиною власного тіла: їхні особливості виявляються під час ходьби, бігу, стрибків, плавання тощо; сюди входять і балістичні рухи: ловлення і схоплення предмета, який летить або переміщується, силові та ударні рухи, метання предметів з установкою на влучність, дальність тощо;
- *виразні рухи обличчя, всього тіла* (міміка і пантоміміка) - безпосередні вияви емоцій і почуттів, семантичні рухи - носії змісту, знаків, значення, які людина передає іншим людям, наприклад, хореографічні рухи, рухи, які імітують дії з відсутніми предметами;
- *робочі рухи і дії*, які є засобами трудової діяльності та становлять основу професійної майстерності, забезпечують ефективність праці, економію витрат сили і сприяють досконалій реалізації задумів людини. Кількість цих рухів і дій майже безмежна: і тих, що вже відомі й засвоєні, і тих, які ще буде знайдено.

Ось чому психомоторика людини універсальна - всеосяжна й різнобічна.

Особливості психомоторики:

- механізми психомоторики щоразу будуються під час рухової дії;
- живий рух здатний на стільки форм траєкторій у просторі, скільки існує в природі форм предметів, з якими людина має можливість взаємодіяти;
- живий рух, навпаки, визначається формою того предмета, з яким взаємодіє людина;
- якщо психомоторика стикається з перешкодою, яку не може подолати, тоді людина зупиняється для роздумування, тобто перебудови схеми дії;

- структурно-анатомічна будова психомоторики не запрограмована до якогось одного або кількох способів дій, і саме тому людина здатна до будь-якої за складністю рухової дії.

Мислячи - ми діємо, діючи - мислимо.

Отже, психомоторика є знаряддям людини, завдяки якому вона має практичну можливість втручатися в довкілля, змінювати його створюючи нові предмети і явища власними силами.

Тому психомоторна дія - це дійовий механізм розвитку психіки та тіла. Адже діючи, людина мислить, а мислячи - діє навіть тоді, коли предметів руками не торкається

Психомоторика як функція розвитку мислення. Традиційно побутувала думка, що живий рух мислячого тіла людини - суто механічне явище: просто фізична робота. А мускули - звичайні двигуни - органи людини, які витрачають енергію, слугують для пересування себе або предметів у просторі й часі. Однак доведено, що в психомоторній дії дітей містяться елементи думки, а діти, обмежені в руховій активності, відстають від ровесників у розумовому розвитку. Власне період від 5 до 8-10 років від народження - сенситивний психомоторний вік. Це - «вік грації», коли дитина особливо чутлива до витонченості рухових дій, їхньої чарівності й вишуканості, а постать набуває гармонійної стрункості.

Дитина мислить рухами і діями з предметом, цим і започатковується основа психомоторної творчості. Згодом ці процеси мислення і живі рухи відокремлюються. Як наслідок, підліток стає здатним осмислювати *власні рухи і дії з предметами*, не торкаючись їх руками, *мислити образами, почуттями або використовувати самі думки*.

Є думка, що занедбання психомоторного періоду розвитку дитини завдає їй великої шкоди. Дитина втрачає головну умову створення «золотих рук», і від цього страждає «світлість голови».

З моторикою людини психологія пов'язує проблему походження чутливості, відчуття, думок і почуттів. За допомогою живих рухів і мислення (цих двох властивостей мислячого тіла людини):

- людина здатна в уяві будувати траєкторію свого пересування в просторі та часі - створювати *хронотон* - цілісність з простору і часу дії;
- відтворювати живим рухом конфігурацію предметів, які перебувають у контакті з нею, незалежно від їхньої складності.

А як мускул пізнає? Під час роботи, рухаючись разом з тілом або кінцівками, він витрачає енергію, акумульовану в ньому, пізнає і зберігає в образі, який живе ще деякий час після завершення дії, виконаного руху.

Діючи, людина долає опір предмета рухами, відображає предмет, щоб оволодіти ним. Оволодіння предметом складається з п'яти послідовних етапів: а) *сприймання*; б) *порівняння*; в) *оцінка*; г) *прийняття рішення*; д) *живий рух, дія*.

Щоб засвоїти рухи, людина свій предмет засвоєння або регуляції - психомоторну дію або систему дій - має розкласти на складові, окремі відчуття живих рухів. Але їй треба насамперед навчитися не лише розкладати, а й групувати їх, оскільки вона має справу з особливим відображенням предмета дії - «темним м'язовим відчуттям».

Час - це пам'ять і перехід сучасного в майбутнє. Думка, яка летить у майбутнє на полотні часу, малює свій фантастичний узор разом з уявою. Думка там, попереду, а в мозку лише відображення її. Застиглі в минулому часі образи, почуття і думки ми відтворюємо й фіксуємо в сучасному.

Відображення властивостей рухів дії відбувається через образ, почуття, дійову думку. Вони й набувають у дитини властивості безпосередніх регуляторів дії. І що образ, почуття і думка точніше побудовані, то спритніші дії та рухи дитини, то більше розвинена її психомоторика.

Лише в подоланні перешкод розвивається воля і характер: дитина обмежена в рухах, відстає в розумовому розвитку. Ось чому в

життєдіяльності людини живий рух її мислячого тіла, психомоторні дії посідають провідне місце: вони - необхідний компонент способу існування розумного буття людини.

Психомоторика як орган пізнання (пізнавальна функція психомоторики). Орган відчуттів - найдосконаліша обчислювальна машина, яка працює на *приймання, переробку та інтеграцію відображеного*. Живим рухом людина вимірює і виявляє здатність сприймати й змінювати світ. Вимірюючи, ми діємо на кожному кроці. Усі наші органи чуттів слугують розв'язанню цього завдання, усі наші сили, усі наші дії підпорядковано виконанню вимірювання і прогнозування майбутніх дій, учинків.

На відміну від технічних вимірювальних еталонів, людина створює почуттєві мірки майбутніх предметів: *сенсорні, перцептивні, мнемічні* тощо, а метрика цих еталонів однакова. Варто людині подати в образі, відчутті, зміст міри і кількість дій, тоді вона може з високою точністю, виконуючи рухи, вимірювати їх. Пізнання неможливе без вимірювання.

Органи відчуттів - швидкодіючі в межах тисячних часток секунди, надточно регулюють рухи - у міліметрах простору, міліграмах сили. Розглянемо один приклад. Людина на льоду посковзнулася, її тіло почало падати. Миттєвість величезного напруження з нібито хаотичних рухів, щось невлотиме, якась сила організувала їх - тіло знайшло опору, і людина не впала. Те саме відбувається, коли людина спіткнеться або оступиться.

Механізм контролю за рухами - величезна сенсорна система тіла з 10 мільярдів каналів, які його з'єднують з фізичним довкіллям. Кожен з цих десяти мільярдів каналів настроєний на прийом певних сигналів. Вони фіксують усю інформацію, виявляють неточності. Тут же миттєво виконують усі розрахунки, і рух тіла тієї самої миті прокладає новий відредагований маршрут: людина не впала, спортсмен добився успішного результату.

Тому *психомоторна система* - універсальний вимірювальний прилад людини, який розгортається в координатах простору і часу. Це універсальна здатність вимірювати:

- *час* - від тисячних часток секунди до десятків годин; тому вона виконує роль біологічного годинника;
- *простір* - від ледь помітних для ока мікронного розміру речей до декількох кілометрів; тому вона - мікромметр, зразковий вимірювальний прилад і навіть - теодоліт,
- *силу взаємодій* - зусилля в межах кількох грамів до сотень кілограмів; тому вона виконує роль універсальних ваг.

М'язи можуть виміряти й інші похідні від часу, простору, зусиль:

- *швидкість*, прискорення, темп рухів - кількісні величини;
- *ритм* (просторовий, часовий, динамічний), координованість рухів, пластичність, спритність, м'якість, граціозність психомоторної дії тощо - якісні показники психомоторної дії.

Але цими вимірюваннями м'язована не обмежується.

Існують у ній досконаліші засоби вимірювання - надання кількості і міри власним рухам, які майже недосяжні технічним вимірювальним приладам. Це - *вимірювання відчуттям гармонії* й доцільності будови предметів та явищ, власних рухів.

Людина може навчитися:

- слухати себе, своє тіло в психомоторній дії;
- розуміти власні рухи тієї самої дії;
- давати оцінку всій дії.

Система таких *еталонів* дає змогу їй користуватися ними як зразковими мірами:

- зароджуваної гармонії;
- досконалої гармонії;
- досконалої гармонії, яка почала руйнуватися.

Найважливіше те, що завдяки добре розвиненому почуттю гармонії людина здатна в кожній конкретній ситуації не лише оцінювати стан рухів, а й бачити тенденцію розвитку до більш досконалого стану, до вершини їхньої гармонійності. Вона спроможна визначати напрям прагнення, який стає змістом прагнення.

З часом таким самим способом, але на іншому - понятійному матеріалі - дитина, а потім підліток, створюватиме мовні конструкції - *судження* та *умовиводи*. Але першу школу навчання здатності до творчості людина в дитинстві здійснює (усвідомлено або неусвідомлено) через психомоторику.

Живий рух - єдиний засіб, який матеріалізує рух думки, почуття та уяву. До того ж, живі наші рухи, психомоторика - головні регулятори не лише наших дій і вчинків, а й нашої енергетики.

Психомоторика як формування корсету тіла (формуюча функція). Психомоторика надає людській фігурі стрункості. Гармонійно розвинена мускулатура висвічує енергію життя, красу і багатство душі, створюючи джерело зовнішньої привабливості.

Формування красивого тіла стає можливим завдяки відчуттю гармонії - гармонії власного тіла і психіки. Відчуття особистого стану щомиті, щоразу. Як цей процес розуміти? Розшифровується це просто: якщо наше тіло гармонійне - а це так! - воно обов'язково має породжувати гармонійні рухи. Тобто рухи, основані на принципі гармонії, яка у формі образу живе в кожній здоровій людині.

Якщо психомоторика дисгармонійна, розладнана або недосконала, то якість роботи механізму творчості низька, а людина в такому стані є аварійною: працюючи, припускається помилок або травмує себе.

Психомоторика як живий акумулятор енергії (енергетична функція). Сучасна психологія розглядає мускул (і психомоторику загалом) як *шостий орган чуття*. Винятковість та універсальність його в тому, що мускул оперує в діях усією тріадою: *енергією, мисленням, відчуттями*.

Усі інші органи чуттів працюють лише на сприйняття енергії та інформації, бо вони мінімально моторизовані, позбавлені природою власного моторного апарату і тому не можуть виконувати іншої продуктивної роботи, крім *пізнання* - відображення енергії й інформації, що надходить ззовні.

Мускульна система - своєрідний біологічний пристрій у нашому тілі, здатний нагромаджувати в собі енергію. Ця здатність - вияв мудрості тіла.

МУДРІСТЬ ТІЛА - це комплекс механізмів, створених досвідом життя на землі, який призначений для збереження внутрішньої рівноваги - гомеостазу - гармонії внутрішнього біологічного середовища.

Психомоторика як орган дійового мислення (функція втілення). За психомоторикою ми бачимо всю людину, її здатність активно впливати на довкілля, підпорядковувати його собі.

Регулятори і продукти психомоторики. Механізм роботи мислення і живого руху надзвичайно складний, оскільки орган руху і орган пізнання зосереджені в тій самій конструкції мислячого тіла. Коли людина, наприклад, біжить, виконує живі рухи, то в дії беруть участь майже всі 600 м'язів, 200 кісток рухаються одна відносно одної - працює увесь опорно-руховий апарат. Усе тіло має понад 100 ступенів свободи.

Одна і та сама психомоторна дія, залежно від передбачення її результату або продукту, смислу психомоторного завдання, спрямовується і коригується принаймні п'ятьма відносно самостійними регуляторами: образом, символом, думкою, почуттями, предметом.

Який зміст вкладатимемо в поняття «*продукт дії*»?

Розглянемо на прикладах. Ходьба, біг, стрибки й аналогічні локомоції є способами дій мислячого тіла людини. А продуктом буде: пройдена відстань, що залишається позаду, подоланий простір або швидкість пересування. Простір, на який перенесемо вантаж, кинутий м'яч або якийсь інший предмет; висота, на яку піднята штанга над головою тощо, зміни в довкіллі.

Продуктами дії будуть також тонкі зміни всередині тіла людини. Стани теж безпосередньо відображаються в способі дії, у змісті розв'язуваного завдання - в мисленні.

Продуктом мислення є думка, перебіг думок - шлях, який воно пройшло, щоб знайти прихований смисл.

До **продукту** дії належать:

- стани органів чуття - сенсibilізація і синестезія;
- послідовні рухові образи, стійкість яких залежить від рівня;
- ремінісценції образів рухів;
- позитивне перенесення якостей і способів виконання дій;
- мінімальні зміни у всій психомоториці, які сприяють її досконалості;
- гармонія рухів.

Рух - це думка, реалізована в дії. Зверніть увагу: на першому місці - думка, з неї все починається. Навіть тоді, коли людина потерпає від свавільного байдикування. І тоді, коли її мисляче тіло працює з повним навантаженням. Але людина цього не помічає, бо в живому русі думка і дія практично злиті в єдність. Міркуючи - ви дієте, а коли дієте - мислите.

Механізми регуляції психомоторної дії. Регуляція рухів почуваннями. Почування - це одночасне відчуття тіла і предмета взаємодії в їхній єдності, цілісності. Щоб навчитися плавати, треба лізти у воду. Чому? Навчитися плавати, лише спостерігаючи за рухами плавця, опановуючи рухи на суші чи за підручником не можна. Навчаючись за підручником, нічого не досягнеш.

Навіть пильне спостереження за рухами іншої людини, навченість на суші рухам і ніг, і рук, мало що означає. Тому, крім навіть найточнішого уявлення про дію, треба мати ще «дещо», яке нікому не дається з першого разу. Людина пробує - відшукує ключ, зв'язок, місце з'єднання, спосіб гармонізації тіла й середовища, щоб попливти, поїхати, пройти по канату. І ось зненацька це «дещо» з'явилося. Це «дещо» є почуванням.

Виникає *почування у взаємодії тіла й предмета*, а потім вони втілюються одне в одне, перетворюючись на цілісність.

ПОЧУВАННЯ - зачаток регулятора рухів дії, умова її розвитку. Вони стають зародком: а) відчуттів; б) образу рухів; в) мотиву дії.

Людині, яка діє, відчуття підказують: приємне треба підтримувати і продовжувати, а неприємного в рухах треба уникати.

Відчуття мають тенденцію перетворюватися на образ рухів. Згодом виникає нове утворення - *почування-образ*. У чому його сила? Завдяки цьому образ рухів набуває певної самостійності: він стає образом пам'яті та зберігається як живий досвід.

Отже, образ відокремлюється від почування і стає суверенним, відображає стан тіла людини, а інша частина почувань - систему рухів.

Аналогічні видозміни відбуваються і з третім компонентом: *почуванням-мотивом* дії. Відокремлюючись від почувань, мотив вилучається із неусвідомлених потягів, підтриманих позитивними відчуттями. Причому зміст почування-мотиву спочатку безпредметний: людину спонукає до продовження дій бажання вдовольнити себе руховою активністю, подолати внутрішній дискомфорт. З часом мотив наповниться розумовим, моральним та естетичним *змістом* - усвідомленою потребою.

Основним джерелом інформації почування є чотири види сил - гравітації, інерції, реактивні (сили віддачі), активні м'язові сили, час рухів. Два види простору - схема тіла рухів і простір дії - від початку до завершення. І час живого руху.

Регуляція рухів предметом. Образ рухів у дії з предметом, як і всі інші образи, підпорядковується всім законам, притаманним образу. Регуляція рухів є результатом співвіднесення сприйняття з властивостями оригіналу, *цілісності, структурності, усвідомленості, константності і метричності* - продукту вимірювальної функції м'язів як органа пізнання.

Завдяки вимірювальній функції м'язів організується пошукова активність, регуляція та оцінка рухів у той час, коли відбувається дія.

Розглянемо особливості цієї регуляції рухів на прикладах.

Щоб ваші дії були успішними на футбольних воротах, у вашому розпорядженні - від моменту удару до зупинки м'яча - має бути не менше 0,35 с (без переміщення в просторі воріт). Досвідченому любителю треба буде для цього 0,25 с, а майстру - 0,15 с.

Ознайомившись з такими показниками часу, які потрібні для успішних дій, фізіолог скаже: це неможливо! Оскільки *розрізнявальна здатність мозку людини – 10 операцій за секунду*, тобто по 0,1 с на одну розумову операцію!

Адже воротар має за цей короткий період здійснити значно більше операцій. Ось вони: а) побачити м'яч; б) прийняти вихідну позицію; в) простягти руки в напрямку м'яча; г) розрахувати приблизну силу удару, щоб бути в змозі її погасити; д) схопити м'яч руками.

Найбільш загально - 5 складних операцій, що вимагають дуже тонких і точних розрахунків часу, вимірювання простору, випередження думкою польоту м'яча, стеження за його змінною траєкторією тощо.

Регуляція дій думкою. Людина також регулює свої дії думкою. У думці вона кодує, задає параметри майбутньої дії. Думка втілюється в дії.

Ось чому людина здатна із бездушного музичного інструмента видобувати звуки, сповнені життя і пристрастей; ось чому під рукою скульптора оживає мрамор, починає дихати, набуває властивостей живої істоти.

Регуляція дій символом. Символ - модель, яка породжує поведінку. Символ заряджений майже нескінченною енергією та інформацією. Він не лише відображає (це добре робити і словом, і поняттям, і іншими знаковими системами) предмети та явища, а й містить - у згорнутому вигляді - усі можливі конкретизації виявів того, що символізує.

Цим символ відкриває людині багатозначну смислову перспективу предметів і явищ у діяльності. Дає людині ключ для впливу на довкілля з метою його перебудови в більш досконалі і гармонійні форми.

Приваблива, захоплива й породжувальна сила символу в тому, що він є:

- образом, який поєднує в собі переживання творця і риси, трансформовані в ньому з багатьох людей або подій;
- каналом зв'язку між думкою і почуттям предмета, який пізнають; каналом перетворення думки про предмет або явище в дещо відмінне від них - в ідею;
- ідеєю - смислом і заклик до дій у певному напрямі;
- закликом, який починається з прислуховування до стану, зараховують наступні дії;
- кодом, який зумовлює відгук душі.

Символ впливає не так на почуття та уяву людини (читача або глядача), як на мислення, на його проникливість, він дає натяк на можливість, яка існує потенційно, але ще не має чіткого вираження. Тому символ - багатозначна мовна цілісність. Він може означати для автора - одне, для читача - друге і третє для глядача, і кожен з них намагатиметься в ньому зрозуміти щось інше, своє.

СИМВОЛ - особлива, опосередкована форма відображення. В ньому ніколи предмети не названі власними іменами.

Навпаки, символ подає нашим відчуттям відображення предметів у завуальованій формі. Символ вчить нас у знакових або відчуттєвих образах бачити і впізнавати прихований, глибокий смисл, у підвалинах якого залягає невидиме оком і невимовне словом.

Структура **СИМВОЛУ** спрямовує організацію психіки таким чином, щоб людина стала спроможною крізь поодинокі явища бачити цілісний образ світу:

- генератора енергії, яку виробляє психомоторика і для себе, і для потреб інших органів нашого тіла;
- трансформації одних видів енергії в інші, що забезпечує здоров'я і життя людини;

- формувальника наших думок, образів і відчуттів - безпосередніх регуляторів наших дій, поведінки і діяльності.

Література

4. *Варій М.Й.* Загальна психологія: Навч. посібник / Для студ. психол. і педагог. спеціальностей. - Львів: Край, 2005.
5. *Розе Н.А.*, Психомоторика взрослого человека. - Л., 1985.
6. *Калмыкова З.И.* Продуктивное мышление как основа обучаемости - М., 1988.
7. *Клименко В.В.* Механізми психомоторики людини. - К., 1997.
8. Загальна психологія: Підруч. для студентів вищ. навч. закладів / За заг. ред. акад. С.Д. Максименка. - К.: Форум, 2002.
9. *Общая психология / Под ред. С.Д. Максименко.* - М.: Рефл-букс, «Ваклер», 1999.
Тихомиров О.К. Психология мышления. - М., 1984.
10. *Федик О.В.* Задача як засіб поглиблення професійної підготовки майбутніх педагогів. Збірник наукових праць: флософія, соціологія, психологія.-Івано-Франківськ: Вид-во ДВНЗ «Прикарпатський національний університет імен Василя Стефаника», 2014.-Вип.19.-Ч.1.-С.159-164.

Розділ № 1. Психологія як наука

Семінарське заняття № 1

Тема: Психологія як наука. Періодизація становлення психологічної науки. Методологічні принципи психології.

(2 год.)

План:

1. Психологія як наука про закономірності виникнення і функціонування психіки.
2. Місце психології в системі наук. Міждисциплінарні зв'язки психології.
3. Суб'єкт та об'єкт психології. Проблема предмета психології.
4. Галузі сучасної психології та їх класифікація.
5. Етапи становлення психології.
6. Загальнопсихологічні принципи. Принцип детермінізму. Принцип випереджального відображення. Принцип розвитку. Принцип історизму. Системно-структурний принцип. Принцип єдності свідомості та діяльності. Принцип особистісного підходу. Принцип комплексності.

Теми рефератів:

1. Психологія як теорія і практика.
2. Загальна психологія як теоретична галузь психологічної науки.
3. Зв'язок психології з педагогікою та іншими науками.

ДИСКУСІЯ:

«Чи існує душа як реальність?»

Запитання до дискусії:

1. Поясніть вислів «Душа болить».
2. Чи тотожні поняття «душа» та «психіка»?
3. Які є докази існування душі як реальності?
4. Охарактеризуйте вираз «душевна людина».
5. В чому проявляється психіка людини?

СПИСОК ЛІТЕРАТУРИ:

1. Гамезо М. В., Домашенко И. А. Атлас по психологии. – М.: Педагогическое общество России, 2001. С. 12-33.
2. Гиппенрейтер Ю. Б. Введение в общую психологию: Курс лекций. – М.: ЧЕРо, 1999. – С. 9-21.
3. Годфруа Ж. Что такое психология: В 2-х т. – М., 1992.
4. Немов Р. С. Психология. Кн. 1. – М.: ВЛАДОС, 1997. – С. 8-16, 91-107.
5. Основи психології: Підручник / За заг. ред. О. В. Киричука, В. А. Ромен-ця. – К., 1995.

6. Психологія: Підручник / Ю. Л. Трофімов, В. В. Рибалка, П. А. Гончарук та ін.; за ред. Ю. Л. Трофімова. – 2-ге вид. – К.: Либідь, 2000. – С. 11-15, 61-74.
7. Рубинштейн С. Л. Основы общей психологии. Т. I. – М., 1989. С. 12-62.
8. Столяренко Л. Д. Основы психологии. – 3-е изд. – Ростов-на-Дону: Феникс, 2000. – С. 7-13.

Семінарське заняття № 2

Тема. Методи психологічного дослідження.

(2 год.)

План:

1. Класифікація методів психології.
2. Спостереження.
3. Експеримент.
4. Опитування. Тести.
5. Уявлення про інші емпіричні методи.
6. Методи практичної психології: психотерапія, психокорекція, психотренінг, психологічне консультування.

СПИСОК ЛІТЕРАТУРИ:

1. Бурлачук Л. Ф. Психодіагностика личности. – К.: Здоров'я, 1989. – 168 с.
2. Бурлачук Л. Ф., Морозов С. М. Словарь-справочник по психодіагностике. – СПб.: Питер Ком, 1999. – 528 с.
3. Дружинин В. Н. Экспериментальная психология. – 2-е изд. – СПб.: Питер, 2000.
4. Максименко С. Д., Носенко Е. Л. Експериментальна психологія (дидактичний тезаурус): Навч. посіб. – К.: МАУП, 2002. – 128 с.
5. Максименко С. Д. Теорія і практика психолого-педагогічного дослідження. – К., 1990.
6. Немов Р. С. Психология. Кн. 1. – М.: ВЛАДОС, 1997. – С. 16-25.
7. Психологія: Підручник / Ю. Л. Трофімов, В. В. Рибалка, П. А. Гончарук та ін.; за ред. Ю. Л. Трофімова. – 2-ге вид. – К.: Либідь, 2000. – С. 53-61.

Розділ № 2. Когнітивна сфера особистості

Семінарське заняття № 3

Тема: Відчуття та сприймання в системі індивідуальних властивостей особистості.

(2 год.)

План:

1. Загальна характеристика пізнавальних процесів.
2. Поняття про відчуття. Значення відчуттів в житті людини.
3. Класифікація та Види відчуттів.
4. Закономірності відчуттів (пороги чутливості, взаємодія відчуттів, контраст відчуттів, адаптація, сенсibiliзація, синестезія).

5. Поняття про сприймання. Відмінність сприймання від відчуття.
6. Види сприймання.
7. Основні властивості сприймання: предметність, константність, цілісність, структурність, аперцепція, вибірковість, осмисленість, усвідомленість, ілюзії.

ДИСКУСІЯ:

«Чи мають кольори владу над нашою психікою?»

Запитання до дискусії:

1. В чому проявляється психіка людини?
2. Завдяки якому психічному процесу ми відчуваємо кольори?
3. В чому проявляється сенсibilізація?
4. Як кольори впливають на наші почуття?
5. Чому дизайнери враховують кольори при оформленні приміщення різного призначення?
6. Чим пояснити те, що різні літери людина зафарбовує в різні кольори?

Завдання для самостійної роботи

Завдання 1.

Яке з наведених визначень відчуття є найбільш повним та правильним?

1. Відчуття є процесом опосередкованого відображення людиною особливостей предметів та явищ об'єктивного світу.
2. Відчуття є процесом безпосереднього відображення людиною предметів та явищ зовнішнього світу у їх взаємозв'язках та взаємовідносинах.
3. Відчуття є відображенням у мозку людини окремих особливостей, якостей предметів та явищ об'єктивної дійсності внаслідок їх безпосереднього впливу на аналізатори.

Завдання 2.

Яким фізіологічним механізмом забезпечується аналіз об'єктивної дійсності?

1. Аналізатором в цілому.
2. Ядерною частиною аналізатора.
3. Рецепторною частиною аналізатора.
4. Рецепторною та ядерною частинами аналізатора.

Завдання 3.

В якій з наведених відповідей названі тільки об'єктивні умови, що забезпечують виділення об'єкта у процесі сприймання?

1. Контрастність об'єкта з фоном, його розмір, яскравість, знайомість, форма.
2. Колір, оригінальність форми предмета, контрастність з фоном, розмір об'єкта.

3. Цілеспрямованість сприймання, контраст фігури з фоном, інтенсивність дії подразника.

Завдання 4.

Яка закономірність сприймання проявляється в таких фактах:

- миску, яка стоїть на столі, ми сприймаємо як круглу, хоча її зображення на сітківці ока має форму еліпсу;
- сніг ми сприймаємо білим і в рожевих променях вечірнього сонця, і в сутінках?

- | | |
|-------------------|-----------------|
| 1. Апперцепція. | 3. Ілюзія. |
| 2. Константність. | 4. Обдуманість. |

СПИСОК ЛІТЕРАТУРИ:

1. Запорожца и др. М.: Педагогика, 1982. С. 246 – 276.
2. Психологія: Підручник / Ю. Л. Трофімов, В. В. Рибалка, П. А. Гончарук та ін.; за ред. Ю. Л. Трофімова. – 2-ге вид. – К.: Либідь, 2000. – 185-216.
3. Хрестоматія по ощущению и восприятию // Под ред. Ю. Б. Гиппенрейтер, М. Б. Михалевской. – М.: Изд-во МГУ, 1975. – С. 219-269.

Семінарське заняття № 4

Тема: Пам'ять. Мислення

(2 год.)

План:

1. Загальне уявлення про пам'ять. Значення пам'яті в житті і діяльності людини.
2. Види пам'яті та їх особливості.
3. Процеси пам'яті: запам'ятання, збереження, відтворення, впізнавання, забування.
4. Поняття про мислення. Відмінність мислення від сприймання та інших психічних процесів.
5. Види мислення: понятійне, образне, наочно-образне, наочно-дійове. Особливості і сфера застосування кожного виду мислення.
6. Операції мислення: порівняння, аналіз, синтез, абстрагування, узагальнення, конкретизація.
7. Логічні форми мислення: поняття, судження, умовисновок. Індукція та дедукція.

Завдання 1.

Яке з наведених визначень пам'яті є найбільш повним і правильним:

1. Пам'ять – це збереження раніше придбаних вражень.

2. Пам'ять – це психічний процес використання раніше набутого досвіду в практичній діяльності.
3. Пам'ять – це заснована на відчуттях та сприйманнях здібність людини збагатити свій досвід.
4. Пам'ять – це здатність нервової системи набувати, зберігати та відтворювати досвід людини.

Завдання 2.

В якому з пунктів дана правильна класифікація видів пам'яті за характером психологічної активності?

1. Образна, рухова, словесно-логічна, емоційна.
2. Образна, рухова, зорова, словесно-логічна, емоційна.
3. Слухова, довільна, образна, рухова, словесно-логічна, короткочасна.
4. Образна, рухова, словесно-логічна, тактильна.

Завдання 3.

Що є необхідною умовою довільного запам'ятовування?

1. Дійове відношення до матеріалу, коли він входить до змісту основної діяльності і є одним із фактів запам'ятовування.
2. Дія з предметом є необхідною умовою тільки при довільному запам'ятовуванні.
3. Продуктивність довільного запам'ятовування не залежить від дії з предметом.

Завдання 1.

Вкажіть правильне судження:

1. Для розуміння нових зв'язків об'єктів має значення не особистий досвід людини, а знання, які вона отримала від інших людей.
2. Не можна зрозуміти нічого, що як-небудь не пов'язано з особистим досвідом людини.
3. Щоб зрозуміти будь-який об'єкт, необхідно спиратися не тільки на свій особистий досвід.

Завдання 2.

В якій відповіді названі основні розумові операції?

1. Порівняння, аналіз, сприймання, синтез, узагальнення.
2. Аналіз, синтез, узагальнення, конкретизація, розуміння.
3. Аналіз, синтез, порівняння, абстрагування, узагальнення, конкретизація.

Завдання 3.

Яке з наведених визначень поняття є правильним і точним?

1. Поняття – це форма мислення, яка являє собою найбільш повне відображення ознак предметів і явищ навколишнього світу.
2. Це форма мислення, яка відображає за допомогою слова сутність того чи іншого предмета.
3. Це форма мислення, яка являє собою узагальнення предметів та явищ навколишнього світу.
4. Це форма мислення, яка виражає за допомогою слова різні ознаки предметів та явищ об'єктивної дійсності.

СПИСОК ЛІТЕРАТУРИ:

1. Веккер Л. М. Психические процессы. Том 2. Мышление и интеллект. – Л.: Изд-во Ленингр. ун-та, 1976.
2. Немов Р. С. Психология. Кн. 1. – М.: ВЛАДОС, 1997. – С. 273-310.
3. Психологія: Підручник / Ю. Л. Трофімов, В. В. Рибалка, П. А. Гончарук та ін.; за ред. Ю. Л. Трофімова. – 2-ге вид. – К.: Либідь, 2000. – С. 417-245.
4. Солсо Р. Л. Когнитивная психология: Пер. с англ. – М.: Тривола, 1996. – 336 с.
5. Хрестоматия по общей психологии. Психология мышления / Под ред. Ю. Б. Гиппенрейтер, В. В. Петухова. – М.: Изд-во МГУ, 1981.

Теми рефератів

1. Пам'ять і розвиток особистості.
2. Найважливіші теорії пам'яті в психологічній науці.
3. Види пам'яті.
4. Пам'ять людини і «пам'ять» машини.
5. Пам'ять у навчальній діяльності людини.
6. Розвиток пам'яті у філогенезі.
7. Умови доброго запам'ятовування і збереження.
8. Розвиток пам'яті в дітей.
9. Індивідуальні особливості пам'яті та здібності людини
10. Взаємодія розвитку пам'яті, мислення й уяви.
11. Методики дослідження пам'яті людини.

Семінарське заняття № 5

Тема. Уява. Увага.

(2 год.)

План:

1. Уява та її сутність. Основні відмінності уяви від образів пам'яті та сприймання. Функції уяви.
2. Види уяви та їх особливості: активна, пасивна, продуктивна, репродуктивна. Сновидіння, галюцинації і мрії як особливі види уяви.
3. Прийоми створення образів уяви.
4. Особливості уваги як психічного процесу і стану людини. Функції уваги. Роль уваги у інших пізнавальних процесах.
5. Властивості уваги: об'єм, концентрація, розподіл, стійкість, коливання, переключення.
6. Види уваги: природна і соціально зумовлена; мимовільна, довільна, післядовільна; безпосередня та опосередкована; чуттєва та інтелектуальна.

СПИСОК ЛІТЕРАТУРИ:

1. Джелали А. Секреты Наполеона. Память. Внимание. Скорочтение. – Харьков, 1995.
2. Немов Р. С. Психология. Кн. 1. – М.: ВЛАДОС, 1997.
3. Неровня О. В. Психология uwagi. – Львів: Вища школа, 1973.
4. Психология: Підручник / Ю. Л. Трофімов, В. В. Рибалка, П. А. Гончарук та ін.; за ред. Ю. Л. Трофімова. – 2-ге вид. – К.: Либідь, 2000. – С. 246-269.
5. Рибалка В. В. Психология розвитку творчої особистості. – К.: ІЗМН, 1996. – 236 с.
6. Розет И. М. Психология фантазии: Экспериментально-теоретическое исследование внутренних закономерностей продуктивной умственной деятельности. Изд.2-е. – Минск: Университетское, 1991.
7. Столяренко Л. Д. Основы психологии. – 3-е изд. – Ростов-на-Дону: Феникс, 2000. – С. 157-164.

Теми рефератів:

1. Увага, її природа та роль у навчальній і трудовій діяльності.
2. Вікові та індивідуальні особливості уваги.
3. Стійкість уваги та способи її вивчення.
4. Вивчення уваги з профорієнтаційною метою.
5. Прийоми аглютинації та аналогії в сучасній технічній думці.
6. Натхненність і харизма. Поняття харизматичного впливу.

7. Співвідношення творчості й професіоналізму.
8. Становлення творчої професійної діяльності.
9. Психологічний аналіз винахідництва.
10. Психологічні аспекти теорії розв'язування винахідницьких задач (ТРВЗ).
11. Система КАРУС та її використання в конструкторській роботі.
12. Технічна творчість в автоматизованих системах проектування.
13. Психологічні особливості спільної творчої діяльності.
14. Походження розумових дій та операцій.
15. Мислення та розв'язування задач.
16. Принцип єдиного інтелекту і становлення мислення професіонала.
17. Регулююча функція оперативного образу.
18. Експертні системи в сучасній науці й техніці.
19. «Комп'ютерна метафора» та її роль у розумінні механізмів інтелекту людини.
20. Формування інтелектуальної активності особистості.

Семінарське заняття № 6

Тема. Темперамент

(2 год.)

План:

1. Поняття про темперамент.
2. Історія розвитку вчення про темперамент.
3. Тип вищої нервової діяльності та темперамент.
4. Психологічна характеристика типів темпераменту.
5. Темперамент та проблеми виховання.

Тематика рефератів та повідомлень

1. Особливості виховання і навчання дітей різного віку залежно від типу темпераменту.
2. Конституційні теорії темпераменту (Кречмер, Шелдон, Сіге).
3. Психолого-педагогічний підхід до обдарованих дітей.

ДИСКУСІЯ:

«Чи вважаєте ви, що вчення Е.Кречмера про темперамент на сучасному етапі є неактуальним?»

Запитання до дискусії:

1. В чому полягає суть теорії про темперамент І.Канта?
2. Що позитивного є в теорії темпераменту Гіппократа?
3. Суть теорії побудови темпераменту І.П.Павлова.
4. Поясніть поняття «змішаний тип темпераменту».
5. Чи є раціональне зерно в теорії Е.Кречмера?

Рекомендована література :

1. Анатомія центральної нервової системи. Навч.-метод. посібник з анатомії людини. – К., 1999. – 120с.
2. .Выготский Л.С. Психология. – М.: Изд-во ЭКСМО-Пресс, 2000. – 1008с.
3. Гамезо М.В., Домашенко И.А. Атлас по психологии: Учеб. пособие. – М., 1986.
4. Данилов Н.Н., Крылова А.Л. Физиология высшей нервной деятельности. – Ростов на Дону: Феникс, 2001. – 480с.
5. Лозниця В.С. Основи психології та педагогіки: Навч. посіб. – К.: КНЕУ, 2001. – 288с.
6. М'ясоїд П.А. Загальна психологія. Навч. посіб. – К.: Вища школа, 2000. – 276 с.
7. Максименко С.Д. Загальна психологія / Підручник для студентів ВНЗ. – К.: Форум, 2000. – 543 с.
8. Небылицын В.Д. Темперамент / Психология индивидуальных различий: Тексты. – М., 1982
9. Обозов Н.Н. Психология межличностных отношений. – К., 1990
10. Основи загальної психології: Підручник / За ред.. О.В.Киричука, В.А.Роменця. – 4-е вид., стереотип. – К.: Либідь, 1999. – 632с.
11. Психологія : Підручник / За ред.. чл.-кор. АПН України Ю.Л.Трофімова.- К.: Либідь, 2001. – 560 с.
12. Психологія: Підручник для педагогічних вузів / За ред. Г.С.Костюка.- К., 1968.
13. Скрипченко О., Волинська Л., Огороднійчук З. та ін. Загальна психологія: Навч.посіб. – К.: «А.П.Н.», 1999. – С.463

Семінарське заняття № 7

Тема. Характер. Здібності.
(2 год.)

План:

1. Характер як система найбільш стійких набутих рис особистості.
2. Структура характеру. Основні риси типового характеру.
3. Типології та акцентуації характеру.
4. Здібності як умова успішного здійснення діяльності.
5. Природні і соціально сформовані передумови розвитку здібностей (задатки).
6. Види здібностей. Обдарованість, талант, геніальність.

Питання для самостійного опрацювання

1. Вікові особливості та основні умови і механізми формування характеру.

2. Вплив темпераменту на формування рис характеру особистості.
3. Сенситивний період для становлення і розвитку позитивних рис характеру.
4. Психофізіологічні та соціальні проблеми профілактики та корекції негативних рис характеру особистості.
5. Екстравертованість та інтровертованість як прояв певних рис характеру.
6. Розвиток і застосування здібностей.
7. Здібності у світлі системно-діяльнісного аналізу психіки.
8. Обдарованість та геніальність як психологічні феномени.
9. Індивідуальність та її властивості.
10. Системно-діяльнісний аналіз характеру.
11. Типологія характерів.
12. Проблема національного характеру.

Завдання 1.

З числа наведених нижче положень про характер виберіть ті, які найбільш повно розкривають поняття «характер».

- 1) риси характеру виявляються за будь-яких обставин і умов;
- 2) риси характеру виявляються лише за відповідних типових обставин;
- 3) риси характеру – це ставлення особистості до певних сторін дійсності;
- 4) риси характеру – це певні способи дій;
- 5) у характері виявляються і стосунки особистості, і способи дій, за допомогою яких ці стосунки відбуваються;
- 6) характер індивідуально своєрідний;
- 7) риси характеру соціально типові й індивідуально своєрідні;
- 8) характер – відображення суспільних відносин.

Завдання 2.

Що мав на увазі Дж.Вуден, коли стверджував: «Цікавтесь більше своїм характером, ніж своєю репутацією, тому що Ваш характер є те, хто Ви є насправді, тоді як репутація головним чином є те, що думають про Вас інші»?

Завдання 3.

«У кожної людини є три характери: той, який їй приписують, той, який вона сама собі приписує, і, нарешті, той, який є насправді» (В.Гюго). На які думки наштовхує Вас дане висловлювання?

СПИСОК ЛІТЕРАТУРИ:

1. Кадыров Б. Р. Способности и склонности: Психофизиология исследований. – Ташкент: Фан, 1990. – 105 с.

2. Лазурский А. Ф. Очерк науки о характерах. – М.: Наука, 1995. – 271 с.
3. Мерлин В. С. Психология индивидуальности. – М.: Ин-т практ. психологии; Воронеж: НПО „МОДЕК”, 1996. – 446 с.
4. Психология и психоанализ характера. Хрестоматия по психологии и типологии характеров. – Самара: „БАХРАХ”, 1997. – 640 с.
5. Психология личности: Словарь-справочник / Под ред. П. П. Горностая, Т. М. Титаренко. – К.: Рута, 2001. – 320 с.
6. Психология личности: Словарь-справочник / Под ред. П. П. Горностая, Т. М. Титаренко. – К.: Рута, 2001. – 320 с.
7. Психологія: Підручник / Ю. Л. Трофімов, В. В. Рибалка, П. А. Гончарук та ін.; за ред. Ю. Л. Трофімова. – 2-ге вид. – К.: Либідь, 2000. – С. 114-116.
8. Симонов П. В., Ершов П. М. Темперамент. Характер. Личность. – М.: Наука, 1984. – 161 с.
9. Столяренко Л. Д. Основы психологии. – 3-е изд. – Ростов-на-Дону: Феникс, 2000. – С. 289.
10. Стреляу Я. Роль темперамента в психическом развитии. – М.: Прогресс, 1982. – 232 с.
11. Тайна характера. Чтение характера по лицу. – Х.: Фолио, 1996. – 493 с.
12. Шадриков В. Д. Деятельность и способности. – М.: Логос, 1994. – 315 с.
13. Эфроимсон В. П. Загадка гениальности. – М.: Знание, 1991. – 60 с.

Семінарське заняття № 8

Тема. Психологія особистості.

(2 год.)

План:

1. Поняття про особистість. Індивід, особистість, індивідуальність.
2. Психологічні теорії особистості.
3. Склад і структура особистості (самосвідомість, самооцінка, рівень домагань особистості).
4. Розвиток і виховання особистості.

СПИСОК ЛІТЕРАТУРИ:

1. Асмолов А. Г. Психология личности: Учебник. – М.: Изд-во МГУ, 1990. – 367 с.
2. Карпенко З. С. Аксіопсихологія особистості. – К.: ТОВ „Міжнар. фін. агенція”, 1998. – 216 с.
3. Немов Р. С. Психология. Кн. 1. – М.: ВЛАДОС, 1997. – С. 335-373.
4. Психология личности: Хрестоматия. В 2-х т. – Самара: „БАХРАХ”, 1999. – Т.1. – 448 с.; Т.2 – 544 с.
5. Психология изучения личности. – СПб.: Изд-во Михайлова В. А., 1999. – 288с.
6. Психология личности. – В 2-х т. – 2000. – 447 с.; 542 с.
7. Психология личности: Словарь-справочник / Под ред. П. П. Горностая, Т. М. Титаренко. – К.: Рута, 2001. – 320 с.
8. Психологія: Підручник / Ю. Л. Трофімов, В. В. Рибалка, П. А. Гончарук та ін.; за ред. Ю. Л. Трофімова. – 2-ге вид. – К.: Либідь, 2000. – С. 75-102, 116-133.

Теми рефератів:

1. Особистість як цілісна система психічних властивостей людини.

2. Умови психічного розвитку індивіда у процесі його перетворення в особистість.
3. Форми і методи самовиховання як фактор самовдосконалення особистості.

Семинарське заняття № 9

Тема. Психологічний аналіз діяльності. Потребнісно-мотиваційна система.

(2 год.)

План:

1. Поняття про діяльність.
2. Структура діяльності.
3. Основні різновиди діяльності.
4. Мотив і мотивація.
5. Поняття про мотив і мотивацію. Психологічні теорії мотивації.
6. Потреби. Класифікація потреб.

СПИСОК ЛІТЕРАТУРИ:

1. Абульханова-Славская К. А. Деятельность и психология личности. – М.: Наука 1980. – 336 с.
2. Асеев В. Г. Личность и значимость побуждений. – М., 1993. – 223 с.
3. Белоусов В. В. Темперамент и деятельность. Уч. пособие. – Пятигорск, 1990. – С. 102-112.
4. Вилюнас В. К. Психологические механизмы мотивации человека. – М., 1990.
5. Занюк С. С. Психологія мотивації та емоцій. – Луцьк: ВДУ, 1997. – 180 с.
6. Леонтьев А. Н. Деятельность. Сознание . Личность. – М.: Политиздат, 1982. – С. 14-64.
7. Маслоу А. Г. Мотивация и личность: Пер. с англ. – СПб.: Евразия, 1999. – 478 с.
8. Немов Р. С. Психология. Кн. 1. – М.: ВЛАДОС, 1997. – С. 461-511.
9. Психологія: Підручник / Ю. Л. Трофімов, В. В. Рибалка, П. А. Гончарук та ін.; за ред. Ю. Л. Трофімова. – 2-ге вид. – К.: Либідь, 2000. – С. 383-388, 426-237.
10. Рубинштейн С. Л. Основы общей психологии. – СПб.: Питер Ком, 1999. – 720 с.
11. Столяренко Л. Д. Основы психологии. – 3-е изд. – Ростов-на-Дону: Феникс, 2000. – С. 384-397.
12. Суходольский Г. В. Основы психологической теории деятельности. – Л., 1988.
13. Хекхаузен Х. Мотивация и деятельность: В 2-х т. – М.: Педагогика, 1986. – Т. I. – С. 12-55, 56-93, 94-242.

Теми рефератів:

1. Активність і саморегуляція як стрижневі характеристики діяльності.
2. Особистість детермінанти діяльності людини.
3. Діяльність і поведінка як прояв активності особистості.

Семінарське заняття № 10

Тема. Спілкування. Мова і мовлення.

(2 год.)

План

1. Поняття про спілкування.
2. Функції, форми, види спілкування.
3. Аспекти спілкування.
4. Рівні та стилі спілкування

Теми рефератів

1. Психологічні механізми соціалізації.
2. Соціальні еталони та стереотипи як стабілізуючі фактори психіки.
3. Диспозиційна концепція особистості.
4. Взаєморозуміння — важлива умова встановлення й розвитку міжособистісних стосунків.
5. Роль міжособистісних стосунків у функціонуванні групи.
6. Класифікація соціальних груп.
7. Етапи й рівні розвитку контактної групи.
8. Інформаційний аспект комунікативного процесу.
9. Невербальне спілкування.
10. Спільна діяльність як взаємодія.
11. Основні феномени міжособистісного розуміння
12. Принципи класифікації конфліктних ситуацій.

Завдання для самостійної роботи

Завдання 1.

Узгодьте терміни з їх визначенням:

А) мала група

Б) формальна група

В) референтна група

Г) велика група

1. Група, в якій кожна особистість приймається такою, якою вона є, має можливість самореалізуватися.
2. Етнічні спільності, класи, вікові групи.
3. Невелика група, в якій усі її учасники безпосередньо контактують між собою.
4. Група, в якій об'єднуються на основі симпатій, антипатій, любові, інтересів.

Завдання 2.

Дайте аргументовану відповідь на запитання, яке хвилює багатьох людей: «чи важливим є в ставленні до мене з боку інших те, що я про себе думаю, як я себе оцінюю?»

ПОЯСНИТИ ТЕРМІНИ

Психологія, психіка, відображення, детермінізм, базові галузі психології, спеціальні галузі психології, вікова психологія, соціальна психологія, психофізіологія, експериментальна психологія, юридична психологія, принцип детермінізму, принцип відображення, принцип єдності психіки і діяльності, структурно-системний принцип, метод, методологія, спостереження (вільне, включене, стандартизоване), самоспостереження, бесіда, інтерв'ю, анкетування(закрите, відкрите), метод аналізу продуктів діяльності, метод моделювання, фетишизм, анімізм, метемпсихоз, фаталізм, ритуал, магія, природний добір, статевий добір, рефлекторна теорія, інтероцептивні відчуття, пропріоцептивні відчуття, екстероцептивні відчуття, контактні відчуття, дискантні відчуття, якість відчуттів, верхній абсолютний поріг чутливості, поріг чутливості до розрізнення, адаптація відчуттів, сенсibilізація відчуттів, тривалість відчуттів, інтенсивність відчуттів, локалізація відчуттів, взаємодія відчуттів, синестезія відчуттів, сприймання, предметність сприймання, цілісність сприймання, структурність сприймання, константність сприймання, осмисленість сприймання, рухова пам'ять, емоційна пам'ять, образна пам'ять, словесно-логічна пам'ять, сенсорна пам'ять, короткочасна пам'ять, тривала пам'ять, метапам'ять, запам'ятовування, відтворення, забування, збереження, наочно-дійове мислення, наочно-образне мислення, словесно-логічне мислення, теоретичне мислення, практичне мислення, творче мислення, уява, пасивна уява, активна уява, увага, мимовільна увага, довільна увага, концентрація уваги, переключення уваги, обсяг уваги розподіл уваги, емоції, стрес, пристрасть, афект, настрій, фрустрація, темперамент, екстраверсія, інтроверсія, здібності, задатки, талант, геніальність, обдарованість, характер, маскуліність, фемінність.

Короткий термінологічний словник

Абстрактне мислення – один із різновидів людського мислення. Сутність А.М. полягає у виробленні понять, суджень, умовиводів і здатності оперувати ними. Абстрактне (понятійне) мислення виростає на ґрунті узагальнення даних емпіричного пізнання.

Авторитет – загально визнаний вплив окремої людини або колективу, організацій у різних сферах суспільного життя. Наприклад, службовий авторитет – визнання значущості, престижності певної посади, відповідності особи, що її обіймає.

Агресивність – емоційний стан і риса характеру людини. Характеризується імпульсивною активністю поведінки, афективними переживаннями – гніву, злості, прагненням заподіяти іншому травму (фізично або морально). В агресивному стані особа може повністю втратити самоконтроль.

Адаптація – зміна параметрів чутливості аналізаторів, пристосування їх до подразників.

Анімізм – вид світосприймання, за яким усі об'єкти розглядаються як живі і одушевлені.

Анкетування – метод збирання соціально-психологічних даних за допомогою анкет.

Анкетування – один із технічних засобів конкретного соціального дослідження – письмове (іноді усне) опитування значної кількості людей за певною схемою-анкетою.

Апатія – психічний стан людини, який супроводжується індіферентністю, байдужістю, відсутністю інтересу до навколишніх явищ і подій.

Афект – сильне і короткочасне нервово збудження, емоційний стан, що супроводжується різко вираженими руховими проявами, змінами у

діяльності внутрішніх органів, втратою вольового контролю за власними діями і бурхливим виявленням емоцій.

Взаєморозуміння – спосіб існування стосунків між окремими людьми, соціальними групами, колективами, організаціями, країнами, за умови реалізації якого максимально осмислюється і враховується на практиці точка зору чи позиція сторін, що спілкуються.

Відчуття – психічний процес, що полягає у відображенні мозком властивостей предметів і явищ об'єктивного світу, а також станів організму при безпосередньому впливі подразників на відповідні органи чуття.

Відчуття кінестетичні – відчуття руху, положення власного тіла і здійснюваних м'язових зусиль, які виникають у результаті подразнення пропріорецепторів, розміщених у м'язах, сухожиллях та зв'язках.

Відчуття – психічний пізнавальний процес відображення у мозку людини окремих властивостей та якостей предметів та явищ при безпосередній дії на органи чуття.

Вікова психологія — галузь психологічної науки, яка вивчає особливості психічного та особистісного розвитку людини на різних етапах її життя

Властивість – категорія, яка виражає сутність речі у взаємодії з іншими речами; те, що характеризує її подібність до інших предметів або відмінність від них.

Вміння – засвоєний суб'єктом спосіб виконання дій, який забезпечується сукупністю набутих знань і навичок.

Воля – свідомо саморегуляція людиною своєї поведінки полягає в здатності активно домагатися свідомо поставленої мети, переборюючи зовнішні та внутрішні перешкоди.

Впізнавання – відтворення об'єкта в умовах його повторного сприймання.

Геніальність – особистісна характеристика людини, найвищий ступінь її обдарованості, таланту.

Гнів – психічний стан людини.

Дедукція – форма мислення, яка дозволяє на основі логічних правил з окремих загальних даних виводити нові, менш загальні, передбачення, висновки і т.ін.

Дежа в'ю – суб'єктивні відчуття, які вважають ілюзіями пам'яті, за яких людині здається, що побачене, почуте, пережите вже відбувалося чи траплялося з нею раніше.

Детермінізм – вчення про об'єктивний закономірний зв'язок і причинну обумовленість природних, суспільних і психічних явищ.

Дискусія – суперечка з метою з'ясування правильності тих або інших позицій, їх перспективності, актуальності, цінності, можливості усунення існуючих протиріч тощо.

Діяльність – одна з основних категорій соціальної психології. Прийнято виокремлювати три головні види людської діяльності: гру, навчання та працю. У всіх цих видах діяльності важливу роль відіграє спілкування.

Довід (аргумент) – підстава, доказ, які наводяться для обґрунтування, підтвердження чого-небудь; судження, за допомогою якого в процесі логічного доведення встановлюють істинність тези.

Досвід – сукупність знань, умінь, що здобуваються у процесі життя, на практиці.

Доцільність – 1) У прямому й вузькому розумінні – це те, що відповідає свідомо поставленим цілям. 2) У широкому й певним чином умовному значенні – це об'єктивна характеристика систем, які досягають наперед заданого результату.

Дружба - форма міжособистісної взаємодії, яка характеризується вибірковими стосунками, взаємною прихильністю учасників спілкування, високим рівнем задоволеності міжособистісними контактами, взаємними очікуваннями позитивних почуттів.

Духовність – специфічно людська риса. Виявляється в багатстві духовного світу особи, її ерудиції, розвинутих інтелектуальних і емоційних запитах, моральності.

Егоїзм – морально-психологічна риса особи; полягає в надмірній зосередженості на своєму «Я», замкненості у вузькому світі своєї індивідуальності.

Ейдетична пам'ять – запам'ятовування, збереження і відтворення надзвичайно яскравих і деталізованих образів предметів, явищ і сцен після припинення їх сприймання.

Експеримент – метод пізнання психічної реальності шляхом збирання дослідних фактів у спеціально створених умовах, які забезпечують активний прояв необхідних психічних властивостей і якостей.

Екстероцептивні відчуття – аналізатор яких знаходиться ззовні.

Емоції - (від лат. *emovere* — хвилюю, збуджую) — психічні стани і процеси в людини і тварини, у яких реалізуються їх ситуативні переживання. Емоції виступають як властивості людини, оскільки в них виявляється позитивне або негативне ставлення індивіда до певних об'єктів, сфер діяльності, до інших людей, до самого себе.

Ерудиція – глибока обізнаність, начитаність, знання літератури і проблематики в певній галузі науки.

Загальна психологія — галузь психології, яка вивчає загальнопсихологічні закономірності, визначає теоретичні засади і принципи психологічної науки, її понятійний і категоріальний апарат, систематизує та узагальнює емпіричний матеріал психологічних досліджень.

Збудження – нервовий процес, який разом з процесом гальмування є основою умовно-рефлекторної діяльності живого організму.

Звичка – схильність людини до відносно усталених способів дій.

Здібності – психічні властивості індивіда, які є передумовою успішного виконання певних видів діяльності.

Індивідуальність – сукупність особистих рис та особливостей людини, що відрізняє її від інших людей.

Індивідуум – окремий, одиничний представник певного виду, роду, класу, множини предметів, окрема сутність, істота або людина, що виділяється як об'єкт практичного або теоретичного ставлення.

Індукція – вид узагальнення, пов'язаний з передбаченням результатів спостережень і експериментів на основі даних наявного досвіду.

Інтелект – розумові здібності людини: здатність орієнтуватися в навколишньому середовищі, адекватно його відображати, перетворювати, мислити, навчатися, пізнавати світ і переймати соціальний досвід.

Інтерес – емоційно забарвлене ставлення до навколишнього, спрямованість людини на певний об'єкт чи певну діяльність, викликану позитивним, зацікавленим ставленням до чогось, когось.

Інтероцептивні відчуття - аналізатор яких знаходить всередині.

Інтроверсія – переважна скерованість психічних процесів людини (уваги, сприймання, мислення) на свій власний внутрішній світ, на відміну від екстраверсії, при якій переживання особистості скеровані на зовнішній світ.

Інтуїція – процес безпосереднього одержання знання за допомогою цілісного охоплення проблемної ситуації без дискурсивного його виведення й доведення.

Історіогенез – вплив історично-культурних чинників на розвиток психіки людини.

Класифікація — загальнонауковий метод дослідження, який дає змогу на основі виокремлених головних і другорядних ознак визначити групи чи класи явищ.

Коефіцієнт інтелектуальності – тип оцінки, яка використовується в деяких тестах інтелекту для характеристики темпу інтелектуального розвитку дитини.

Колектив – вищий рівень розвитку і функціонування соціальної групи.

Комунікабельність - (від лат. соттипісо— з'єдную, повідомляю)— здатність встановлювати контакти. По-перше, вміння встановлювати контакти визначає успіх при реалізації продукції, отриманні нових замовлень, а, отже, і успішну роботу організації. По-друге, вміння правильно спілкуватися і давати чіткі накази є невід'ємним елементом успішної управлінської діяльності.

Комунікабельність – риса особистості, здатність її до спілкування з іншими людьми, товариськість.

Комунікація – фундаментальна ознака людської культури, яка полягає в інтенсивному взаємодіюванні людей на основі обміну певною інформацією.

Конфлікт – процес крайнього загострення суперечностей та боротьби двох або більше сторін спілкування.

Конфлікт— зіткнення протилежно спрямованих цілей, інтересів, позицій, думок, поглядів опонентів чи суб'єктів взаємодії.

Конфліктна людина – це людина, яка частіше за інших створює конфлікти та конфліктні ситуації.

Концепція – система поглядів на те чи інше явище, процес, спосіб розуміння, тлумачення подій тощо; провідна ідея висунутої теорії.

Кохання — сильне, відносно стійке почуття людини, фізіологічно зумовлене сексуальними потребами

Критерій – мірило і форма діяльності, що відбиває аналітично-оцінювальне ставлення до дійсності з метою переосмислення її щодо певних критеріїв.

Лідер – людина, яка завдяки своїм особистим якостям має найбільший вплив на членів соціальної групи.

Логіка – наука про закони, форми та прийоми мислення, які забезпечують досягнення об'єктивної істини у процесі міркування та пізнання.

Любов - почуття людей, які супроводжуються емоціями ніжності, захоплення, ревності, взаєморозуміння, взаємопідтримки, задоволення від взаємного спілкування.

Майстерність – висока вправність у виконанні певного виду діяльності.

Меланхолія – психічний розлад, який виявляється у гальмуванні мислення і рухів та пригніченому настрої.

Мета – передбачення у свідомості результату, на здобуття якого спрямована діяльність окремої людини, групи або всього суспільства.

Метемпсихоз – релігійно-містичне вчення про посмертне переселення душі із одних істот в інші.

Метод – система прийомів для досягнення поставленої мети.

Метод дослідження (шлях дослідження, спосіб пізнання) - спосіб досягнення мети чи розв'язання конкретного завдання.

Метод навчання – спосіб організації діяльності учнів з навчальним матеріалом.

Мимовільне запам'ятовування – форма запам'ятовування, що є продуктом певних дій (пізнавальних, практичних та ін.), крім мнемотичних; тобто запам'ятовування, яке здійснюється без спеціальної мети.

Мислення – процес опосередкованого та узагальненого відображення свідомістю людини предметів і явищ об'єктивної дійсності в їхніх істотних властивостях, зв'язках і відносинах; вища форма відображення дійсності у психіці.

Міміка – рухи м'язів обличчя, одна із форм виявлення психічних станів людини.

Міркування – ланцюг умовиводів, викладених у логічно-послідовній формі, або послідовний ряд суджень відносно якогось питання, де з попередніх суджень випливають наступні.

Мнемоніка – мистецтво запам'ятовування – сукупність формальних прийомів запам'ятовування, що забезпечують закріплення матеріалу в пам'яті, цей процес ґрунтується головним чином на асоціації.

Мова – суспільно зумовлена система словесних знаків, яка слугує засобом спілкування в певному суспільстві.

Мовлення внутрішнє – різновид мовної діяльності, що виступає в ролі механізму мовного мислення.

Мотив – спонукальна причина дій і вчинків людини.

Мотивація – система спонукань, які зумовлюють активність організму і визначають її спрямованість.

Мотивація – сукупність мотивів, доказів для обґрунтування чогось; мотивування.

Навичка – психічне новоутворення, завдяки якому індивід спроможний виконувати певну дію раціонально, з належною точністю і швидкістю, без зайвих витрат фізичної та нервово-психічної енергії.

Навчання – цілеспрямований вид діяльності, здійснюваний педагогом, організатором педагогічного процесу.

Намір – рішення людини виконати певну дію і домогтися певного наслідку.

Настрій – відносно тривалий психічний стан душевної орієнтованості, в основі якого лежить емоція.

Натхнення – особливий стан людини, який характеризується піднесенням її творчих сил, активізацією всіх психічних процесів.

Несвідоме – сукупність психічних процесів, актів і станів, які не усвідомлюються людиною.

Об'єкт – компонент реальності, що протистоїть суб'єкту в його предметно-практичній і пізнавальній діяльності.

Обдарованість – поняття загальної психології, високий рівень задатків, схильностей.

Образ – форма і продукт суб'єктивного, ідеального відображення об'єктивної реальності у свідомості людини.

Образне мислення – конкретне мислення, яке реалізується у вигляді аналізу і поєднання образів.

Онтогенез – процес індивідуального розвитку організму від зародження до кінця його життя.

Організаторські здібності – сукупність психічних рис особистості, необхідних для успішного оволодіння організаторською діяльністю, її ефективного виконання.

Освоєння – відтворення суб'єктом істотних властивостей дійсності у формах його практичної, теоретичної і духовно-практичної діяльності.

Особистість – людина, соціальний індивід, що поєднує в собі риси загальнолюдського, суспільно значущого та індивідуально неповторного.

Пам'ять – закріплення, збереження в мозку того, що відбувалося в минулому досвіді людини.

Пам'ять – психічний процес, який охоплює запам'ятовування, збереження, відтворення і забування різноманітного досвіду.

Педагогіка – наука про закономірності виховання, навчання й освіти підростаючих поколінь.

Педагогічна психологія — галузь психології, що вивчає психологічні закономірності навчання і виховання, умови, чинники і механізми ефективного навчання та виховання.

Переживання – узагальнене поняття для позначення безпосереднього психічного досвіду індивіда.

Підсвідоме – психічні процеси, які відбуваються під порогом свідомості.

Підсвідоме — сукупність психічних процесів та станів, що лежать поза сферою свідомості і недоступні для безпосереднього суб'єктивного досвіду. Широкого застосування підсвідоме знаходить у теорії З. Фрейда. Підсвідоме — сфера детермінації свідомої поведінки, що визначається біологічними потребами індивіда.

Поняття – одна з головних форм абстрактного мислення; відображення істотних ознак досліджуваного об'єкта.

Порівняння – пізнавальна операція, що лежить в основі судження про подібність або відмінність об'єктів.

Почуття – психічні стани і процеси, у яких відображено емоційний бік духовного світу людини, її суб'єктивне переживання подій і емоційне ставлення до навколишньої дійсності.

Практика – діяння, активність – зумовлена специфікою суспільного буття; цілеспрямована, чуттєво-предметна діяльність людей, змістом якої є перетворення природи і суспільства; специфічно людська форма життєдіяльності, способів буття людини у світі.

Престиж – оцінка індивіда, соціальної групи, сфери і категорії діяльності відповідно до певної ціннісно-оцінювальної шкали.

Пристосування (адаптація) – у біології, кібернетиці, психології, соціології та інших науках – назва процесу, внаслідок якого певна система приводиться у відповідність до зовнішніх умов, у яких вона перебуває.

Пристрасть – стійке емоційне ставлення до певного об'єкта.

Проблемна ситуація – ситуація, для оволодіння якою окремий суб'єкт (або колектив) має знайти й застосувати нові для себе знання чи способи дій.

Пропріоцептивні відчуття – відчуття, які відповідають за положення тіла або окремих ланок тіла у просторі.

Психіка – здатність мозку відображати об'єктивну дійсність у формі відчуттів, уявлень, думок та інших суб'єктивних образів об'єктивного світу.

Психіка (*грец. psychikos — душевний*) — функція мозку, сутність якої полягає в активному відображенні людиною об'єктивної реальності та регулюванні поведінки й діяльності.

Психічні процеси – різні форми єдиного, цілісного відображення суб'єктом за допомогою центральної нервової системи об'єктивної дійсності.

Психічні стани – психологічна характеристика особистості, що відбиває її порівняно тривалі душевні переживання.

Психолог – спеціаліст у галузі психології.

Психологічна мобілізація – тимчасова активізація якостей людини і спрямування їх на ефективне виконання певного виду діяльності.

Психологічна ситуація – наявні, конкретні обставини, які характеризують психічний стан суб'єкта, ставлення до розв'язуваної проблеми, іншої людини, об'єкта тощо, наприклад, ситуація очікування, ситуація прийняття рішення, конфліктна ситуація.

Психологічне пізнання – термін для скороченого позначення процесу пізнання психічних явищ.

Психологічний аналіз – різновид наукового аналізу, подібний до філософського, економічного, математичного, хімічного тощо.

Психологічний клімат – сукупність внутрішніх умов, які створюють у процесі розвитку і життєдіяльності групи, наявність позитивної перспективи як для групи в цілому, так і для кожного члена групи, моральна атмосфера, у якій виявляється властиве для членів групи ставлення до загальної справи і один до одного; домінуючий настрій.

Психологічний фактор – узагальнююче поняття, яке відображає динамічну сукупність психічних якостей окремих індивідів, соціальних груп, колективів, народів і всього суспільства залежно від сфер людської діяльності.

Психологія особистості – галузь психологічної науки, яка склалася на стику загальної і соціальної психології. Предмет вивчення психології особистості – психологічна структура особистості, загальні й специфічні закономірності її психіки, суперечливі процеси соціалізації особистості.

Психометрія – розділ психології, пов'язаний із вимірюванням психічних властивостей людини.

Реакція – дія у відповідь на будь-які впливи, подразнення, протидія.

Репутація – усталена думка про окрему особу, групу, колектив.

Референтометрія – методика опосередкованого виявлення референтності учасників групи для кожного з індивідів, які до неї належать.

Рефлекс – закономірна реакція організму на зміни зовнішнього чи внутрішнього середовища, здійснювана через центральну нервову систему у відповідь на подразнення рецепторів.

Рівновага – один із видів психофізіологічного стану людини, насамперед її тіла.

Розвиток – зміни від простого до складного, від нижчого до вищого в результаті накопичення кількісних змін, що ведуть до якісних перетворень.

Розвиток психіки – поступові закономірні зміни психіки живих істот які виявляються і її кількісних, якісних і структурних перетвореннях.

Розум – вища форма теоретичного осягання дійсності, свідоме оперування поняттями, синтез знань на найвищому рівні теорій та ідей.

Розуміння – процес мислення, спрямований на виявлення істотних рис, властивостей і зв'язків предметів, явищ, подій.

Самовиховання – усвідомлювана діяльність людини, спрямована на вдосконалення самої себе, на надбання позитивних якостей, звичок і подолання негативних.

Самовладання – один із суттєвих виявів вольової риси характеру людини, що полягає в здатності її свідомо керувати власними почуттями, настроями і приводити їх у відповідність з конкретними життєвими ситуаціями.

Самоконтроль – у психології один із виявів свідомої регуляції людиною власної поведінки та діяльності з метою забезпечення відповідності їх результатів поставленим цілям, пред'явленим вимогам, нормам, правилам, зразкам.

Самооцінка – судження людини про міру наявності у неї тих чи інших якостей, властивостей у співвідношенні їх з певним еталоном, зразком.

Самопочуття – поняття психології, у якому фіксується цілісне враження про діяльність внутрішніх органів, периферичної і центральної нервової систем, психологічний настрій людини.

Самосвідомість – усвідомлення людиною себе самої як особистості.

Самосвідомість – усвідомлення людиною себе як особистості, тобто власних рис характеру, потенційних можливостей, дій і вчинків, їх мотивів і наслідків, своїх фізичних, інтелектуальних і моральних якостей, ставлення до навколишньої дійсності та інших людей, своєї діяльності і її значення для себе і всього суспільства.

Самоспілкування – спілкування людини із собою.

Самоспостереження – спостереження за своїми діями, вчинками, думками, почуттями.

Самоспостереження — спостереження за своїми діями, поведінкою, переживаннями, думками й іншими проявами психічного життя.

Свідоме – сфера психіки, що характеризується контролем свідомості за перебігом психічних процесів.

Свідомість – властива людині функція головного мозку, яка полягає у відображенні об'єктивних властивостей предметів і явищ навколишнього світу, процесів, що відбуваються в ньому, своїх дій, у попередньому накресленні їх і передбаченні наслідків, у регулюванні взаємовідносин людини з природою і соціальною дійсністю.

Свідомість – найвищий рівень психічного відображення навколишньої дійсності, що розвинувся у людини як суспільної істоти. внаслідок оволодіння мовою і спільною діяльністю з іншими людьми. Свідомість властива лише людині.

Світогляд – інтеграція досвіду, знань і самосвідомості у ціннісну картину світу, яка зумовлює життєву орієнтацію людини, її ставлення до дійсності і до самої себе.

Сензитивний вік – найсприятливіший вік для розвитку тих або інших психічних функцій, що визначають психічний розвиток дитини і мають вирішальне значення для її навчання і виховання.

Сенсибілізація – підвищена чутливість органів чуття під дією адекватних і неадекватних подразників.

Сенситивність – своєрідна чутливість людини.

Сенсорний – той, що належить до чуттєвого рівня відображення дійсності.

Сенсорний – чуттєвий, пов'язаний з відображенням дійсності за допомогою відчуттів і сприймань.

Символічне мислення – мислення наочними образами, нерідко цілими картинами.

Симпатія – почуття приязні, прихильності, доброзичливості до когось.

Синестезія – одночасне виникнення двох відчуттів різної модальності при подразненні одного органа чуття.

Систематизація — загальнонауковий метод дослідження, що передбачає групування, приведення в систему певних особливостей за конкретними (основними, додатковими, другорядними) ознаками.

Ситуативна поведінка – поведінка тварин чи людини, яка виникає і змінюється під впливом певної ситуації.

Скандал – форма спілкування людей, виникає за умов повного зруйнування позитивних контактів.

Смисл – ідея, ідеальний зміст, інформація, що її несе та чи інша подія, ситуація, предмет.

Соціальна група – сукупність індивідів, яка є одиницею структури суспільства.

Соціальна психологія — галузь психології, що вивчає взаємозв'язок, взаємозалежність, взаємовпливи соціального і психічного на рівні індивіда і спільноти.

Соціальна психологія – наука, яка вивчає причини, механізми та закономірності спільної діяльності людей, їх поведінки в групах і спільнотах, емоційні переживання, особливості взаємного спілкування, а також виникнення психічних станів індивіда в групі, колективі.

Соціальне середовище – одна з основних категорій соціальної психології, що розкриває сукупність суспільних і психологічних умов, серед яких людина живе і з якими постійно стикається в процесі життя.

Соціометрія – галузь соціальної психології, предметом якої є міжособові відносини в малих соціальних групах.

Соціометрія – соціально-психологічна методика для виявлення і схематичної інтерпретації системи міжособистісних відносин у групі.

Спілкування – один з універсальних способів вияву групової форми буття людей.

Спільна діяльність – означає спільні цілеспрямовані дії людей.

Спосіб дій – система дій, потрібних для розв'язання певних завдань, операційна сторона діяльності.

Спостереження — загальнопсихологічний метод дослідження, який ґрунтується на тому, що будь-які психічні явища виявляються в зовнішній поведінці: діях, жестах, виразах обличчя, позах, мовленнєвих реакціях людини тощо.

Спостережливість – риса особистості, полягає в постійній спрямованості її сприймання на певне явище природи, суспільства, мистецтва, техніки тощо.

Сприймання — пізнавальний процес, який полягає у цілісному відображенні предметів і явищ, здатності індивіда отримувати багато наочних, звукових, тактильних і смакових вражень.

Стиль управління – стійка сукупність особистісних та індивідуально-психологічних характеристик керівника, за допомогою яких реалізується той чи інший метод керівництва.

Страх – емоційна реакція людини чи тварини на справжню або уявну небезпеку.

Стрес – емоційний стан організму, виникає у напружених обставинах.

Стрес (*англ. stress — напруження*) — стан організму, що виникає у відповідь на дію несприятливих зовнішніх чи внутрішніх факторів

Суб'єкт – суспільний організм, чия практична і пізнавальна активність спрямована на об'єкт.

Суб'єктивність – ставлення до когось або чогось, яке зумовлюється, визначається особистими поглядами, інтересами, смаками, уподобаннями суб'єкта.

Судження - форма логічного мислення, в якій вербально відображають зв'язки та відношення між предметами і явищами дійсності та їх ознаками.

Судження – основна форма мислення, у якій стверджується або заперечується наявність у предметах і явищах тих або інших ознак, властивостей, зв'язків або відносин між ними.

Сумлінність – риса особистості, зібраність у виконанні будь-якого виду діяльності, відповідальність за свої вчинки.

Схильність - стійка орієнтованість людини на щось, бажання виконувати певну працю.

Такт (тактовність) – почуття міри, що підказує людині найделікатнішу лінію поведінки у відношенні до когось, чогось, уміння особи вести себе належним чином, виявляючи повагу до інших і зберігаючи почуття власної гідності.

Тактильний – той, що належить до дотикових відчуттів, сприймається дотиком.

Талант – якісно вищий рівень здібностей особистості.

Творчий процес – процес створення матеріальних цінностей і творів мистецтва, відкриття в науці, раціоналізаторський винахід у техніці тощо.

Творчість – продуктивна людська діяльність, здатна породжувати якісно нові матеріальні та духовні цінності суспільного значення.

Темперамент – індивідуально-типологічна характеристика людини, що виявляється в силі, напруженості, швидкості та врівноваженості перебігу її психічних процесів.

Термін – слово або словосполучення, що означає чітко окреслене, спеціальне поняття певної галузі науки, техніки, мистецтва, суспільного життя тощо.

Тест (тести психологічні) – система прийомів для випробування та оцінювання окремих психічних рис і властивостей людини.

Тестування – метод психологічного дослідження, в якому використовуються стандартизовані питання і завдання, що мають певну діагностичну цінність, а результати їх виконання вимірюються за певною шкалою.

Увага — спрямованість і зосередженість свідомості на певному предметі, явищі тощо.

Увага – форма психічної діяльності людини, що виявляється у її спрямованості і зосередженості на певних об'єктах при одночасному абстрагуванні від інших.

Уміння – цілеспрямоване засвоєння знань, умінь, навичок, соціального досвіду з метою наступного використання їх у практичному житті.

Умовивід – вид мислення або розумова дія, за допомогою якої з двох або кількох спеціально відібраних суджень, за правилами логіки виводиться нове судження, що опосередковано розкриває нові зв'язки між предметами і явищами дійсності.

Умовивід – одна з головних форм теоретичного мислення, спосіб логічного зв'язку висловлювань.

Умовний рефлекс – один із двох основних типів рефлексів, відкритий і всебічно досліджений І.П.Павловим; утворюється за певних умов у процесі життєдіяльності організму на базі вроджених, безумовних рефлексів.

Упевненість – психічний стан людини, коли в неї сумніви зведені до мінімуму або й зовсім відсутні.

Успіх – позитивний результат праці, діяльності, здобуток, доробок.

Установка – стан готовності до певної активності, спрямованої на задоволення тієї чи іншої потреби.

Уява — психічна діяльність, що полягає у створенні уявлень, мислених ситуацій, які в дійсності не сприймалися людиною

Уява – психічний процес, що полягає у створенні людиною нових образів, уявлень, думок на базі її попереднього досвіду.

Уявлення – чуттєво-наочний образ предметів чи явищ дійсності, який зберігається і відтворюється у свідомості і без безпосереднього впливу самих предметів на органи чуття.

Фантазія – процес створення людиною нових образів на основі пережитого.

Феномен – виняткове, незвичайне, рідкісне явище.

Філогенез – 1) процес виникнення і історичного розвитку психіки тварини; 2) утворення і еволюція форм свідомості в процесі історії людства

Функція – у широкому розумінні діяльність, обов'язок, призначення. У психології – існування і вияв певного психічного явища в діяльності.

Характер – комплекс сталих психічних властивостей людини, що виявляються в її поведінці та діяльності, у ставленні до суспільства, до праці, колективу, до самого себе, як і світогляд. Характер є стрижнем особистості, головним чинником, який визначає індивідуальність.

Хвилювання – психічний стан людини, зумовлений підвищенням збудження нервової системи, перевантаженням її позитивними або негативними переживаннями.

Центральна нервова система – головна частина нервової системи тварин і людини, яка складається з нервових клітин (нейронів) та їх відростків.

Цінність – поняття, що фіксує позитивне або негативне значення будь-якого об'єкта або явища.

РЕКОМЕНДОВАНА ЛІТЕРАТУРА

1. *Варій М. Й.* Загальна психологія. – 2-ге вид., випр. і доп. – К.: Центр учбової літератури, 2007.
2. *Дубравська Д.М.* Основи психології: Навч. посібник. – Львів: Світ, 2001.
3. Загальна психологія / За ред. *С. Д. Максименка*. 2-ге вид. – Вінниця: Нова Книга, 2004.
4. Загальна психологія / *О. В. Скрипченко, Л. В. Долинська, З. В. Огороднійчук* та ін. – К.: Либідь, 2005.
5. *М'ясоїд П. А.* Загальна психологія. – 3-те вид., випр. – К.: Вища школа, 2004.
6. *М'ясоїд П.А.* Загальна психологія: Навч. посіб. – К.: Вища школа, 1998.
7. Основи психології: Навч. посібник для студентів вищих навч. закладів / *А.І.Веракіс, Ю.І.Завалевський, К.М.Левківський*. – Х.-К., 2005.
8. *Партико Т. Б.* Загальна психологія. – К.: Видавничий Дім «Ін Юре», 2008.
9. *Партико Т. Б.* Кредитно-модульний курс „Загальна психологія”. Методичні рекомендації для студентів I курсу спеціальності „Психологія” (денна форма навчання). – Львів, ЛНУ, 2007. – 35 с.
10. *Партико Т. Б.* Курс загальної психології. – Львів: Видавничий центр ЛНУ імені Івана Франка, 2002.
11. *Партико Т. Б.* Методичні матеріали для вивчення курсу “Загальна психологія” (розділ “Вступ”). Для студентів I курсу напряму підготовки “Психологія” (заочна форма навчання). – Львів, ЛНУ, 2008. – 30 с.
12. *Партико Т. Б.* Методичні матеріали для вивчення курсу “Загальна психологія” (розділ “Вступ”). Для студентів I курсу напряму підготовки “Психологія” (заочна форма навчання). – Львів, ЛНУ, 2008. – 30 с.
13. *Психологический словарь* / Под ред. *В. П. Зинченко, Б. Г. Мещерякова*. 2-е изд. – М.: Педагогика-Пресс, 1997.
14. *Психология. Словарь* / Под ред. *А. В. Петровского, М. Г. Ярошевского*. 2-е изд. – М.: Политиздат, 1990.
15. *Психологічний словник* / За ред. *В. І. Войтка*. – К.: Вища школа, 1982.
16. *Рубинштейн С.Л.* Основы общей психологии. – Санкт-Петербург, 2000.
17. *Словарь практического психолога* / Сост. *С. Ю. Голован*. – Минск: Харвест, 1997.