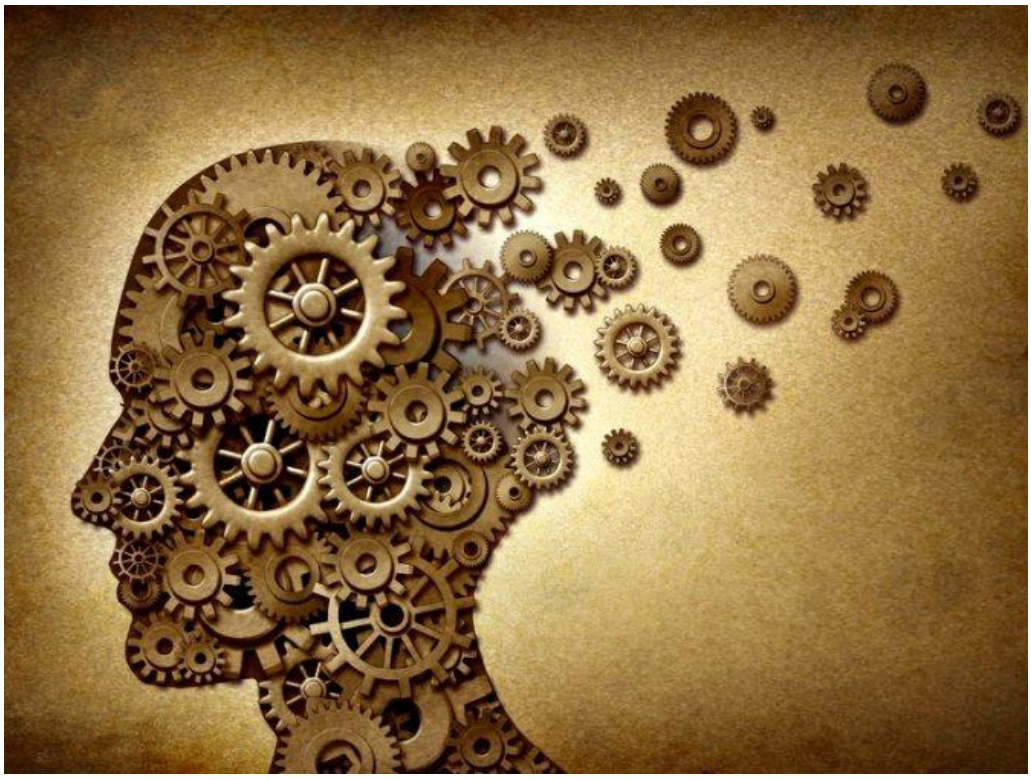
ПСИХОЛОГІЯ.

Частина 1.
ЗАГАЛЬНА ПСИХОЛОГІЯ



Ніжинський державний університет
імені Миколи Гоголя

Пісоцький В. П., Горянська А. М.

ПСИХОЛОГІЯ.
Частина 1.
ЗАГАЛЬНА ПСИХОЛОГІЯ

Навчальний посібник

Ніжин – 2023

УДК 159.9(075.8)
П34

Рекомендовано Вченою радою
Ніжинського державного університету імені Миколи Гоголя
(НДУ ім. М. Гоголя)
Протокол № 7 від 26.01.23 р.

Рецензенти

Щотка О. П. – доцент кафедри педагогіки, початкової освіти, психології та менеджменту, кандидат психологічних наук;

Кошова І. В. – доцент кафедри загальної та практичної психології, кандидат психологічних наук

Пісоцький В. П., Горянська А. М.

П34 Психологія. Частина 1. Загальна психологія: конспект лекцій: навч. посібн. Ніжин: НДУ ім. М. Гоголя, 2023. 259 с.

Конспект лекцій є систематизованим курсом з дисципліни «Психологія», розробленим у відповідності з навчальною програмою для студентів педагогічних спеціальностей. У посібнику стисло і концептуально викладені теми навчального курсу, які стосуються основних розділів загальної психології. У темах 1–5 розкриті теоретико-методологічні основи психології, історичні етапи її становлення, методи дослідження психічних явищ, стадії і механізми розвитку психіки і тваринному світі і людському суспільстві, психологія особистості (структура, типологія, спрямованість, мотивація) і діяльності. Широко представлені й критично проаналізовані наукові напрямки і теорії, які з різних боків розкривають класичні проблеми функціонування і розвитку психіки та особистості. Теми 6–8 висвітлюють індивідуально-психологічні властивості особистості (темперамент, характер, здібності). Теми 9–13 присвячені пізнавальним психічним процесам, а 14–15 теми – емоційно-вольовій сфері особистості. Для кращого засвоєння змісту кожної теми даються питання для самоперевірки.

Сподіваємося, що цей посібник допоможе студентам опанувати базові наукові положення про феномени психіки, свідомості, несвідомого, особистості, індивідуальних відмінностей, чуттєвого і логічного пізнання, переживання емоцій і почуттів, актуалізувати власні процеси самопізнання, самовиховання і самореалізації.

© В. П. Пісоцький,
А. М. Горянська, 2023
© НДУ ім. М. Гоголя, 2023

ЗМІСТ

Тема 1. Предмет психології, її завдання і принципи 4
Тема 2. Методи психології 28
Тема 3. Розвиток психіки і свідомості 45
Тема 4. Особистість 65
Тема 5. Діяльність 110
Тема 6. Темперамент 126
Тема 7. Характер 140
Тема 8. Здібності 159
Тема 9. Увага 167
Тема 10. Відчуття і сприймання 181
Тема 11. Пам’ять 193
Тема 12. Мислення 203
Тема 13. Уява 218
Тема 14. Емоції та почуття 226
Тема 15. Воля 240
Література до курсу лекцій 253
Орієнтовні питання для заліку 258

Тема 1. **Предмет психології, її завдання і принципи**

План

1. Поняття про психіку.
2. Класифікація психічних явищ.
3. Предмет психології та історія його становлення.
4. Місце психології в системі наук. Будова (галузі) психології.
5. Проблеми, завдання та розділи сучасної психології.
6. Принципи і категорії психології.

Ключові поняття теми: психологія, психічне, психіка, типи відображення, форми психічного відображення, психічні процеси, стани, властивості, психічні утворення, психічна діяльність, механізми психіки, душа, духовність, анімізм, гілозоїзм, свідомість, самосвідомість, особистість.

1. Поняття про психіку

Термін ***психологія*** вперше зустрічається в трактаті середньовічних богословів-схоластів *Р. Гокленіуа* і *О. Касмана* (1590 р.), однак широкого розповсюдження він тоді ще не отримав. У науковий вжиток термін «психологія» увійшов у XVIII ст. Його запровадив німецький філософ і психолог *Христіан Вольф* (1679–1754). Цей термін утворений з давньогрецьких слів *psyche* – душа і *logia* – вчення. Дослівно: «наука про душу». У наш час поняття *психологія* значно ширше його буквального значення, але історична назва і надалі залишається візитною карткою цієї науки. Психологія, за влучним висловом німецького психолога *Германа Еббінхауза* (1850–1909), має тривале минуле і коротку історію. Знання про внутрішнє життя людини почали накопичуватися дуже давно, але як наука психологія заявила про себе лише наприкінці XIX століття.

Будь-яка наука має своє коло *феноменів*, які вона вивчає. Психологія – це наука гуманітарна, яка прагне перш за все пізнати феномен людини, її активності, свідомості й самосвідомості, душевних переживань і волі, сприймання й пам’яті, мислення й уяви, творчості, здібностей та багато іншого. Разом з тим ці феномени привертають увагу інших науковців: філософів, соціологів, педагогів, логіків, мистецтвознавців та інших. Від інших наук психологія відрізняється тим, що вона покликана описувати й пояснювати психічне у його зв’язках, істотних властивостях та закономірностях перебігу. ***Психічне*** – це те, що суб’єкт відчуває, переживає, мислить, прагне, творить. Воно існує у формі образів, відчуттів, сприймання, уяви, уявлень пам’яті, думок, ідей, цілей, мотивів, відношень, учинків. Його

специфіка виявляється в тому, що образи психічної реальності, зміст якої полягає у психічному відображенні довкілля, для індивіда відрізняються від явищ зовнішньої реальності, але водночас є для нього реальними утвореннями. Саме завдяки цій реальності, її здатності виявлятися в динаміці психічних процесів, мотивів, предметних дій, станів особистості стає можливим вплив психічного на життя особи на регуляцію її діяльності та відносин. *Специфічні ознаки психічного*: чутливість, сприйнятливість, здатність до переживання, опредметненість, доцільність, здатність до самонаучіння, до засвоєння чужого досвіду тощо.

Психічне є результатом розвитку психіки.

Психіка (від грецького *psychikos* – душевний) – це системна якість високоорганізованої матерії. Вона полягає в активному відображенні суб'єктом об'єктивного світу. В результаті цього у кожного з нас складається особлива, невідчужена картина світу, в якому ми існуємо. Відповідно з цією картиною, або образом світу, на її основі ми здійснюємо саморегуляцію своєї поведінки і діяльності.

Психіка виконує такі *основні функції*:

- пізнавальна або відображувальна;
- регулятивна або контрольна;
- інструментальна.

Пізнавальна функція базується на принципі відображення. Відображення є здатністю матеріальних явищ, предметів, систем у процесі взаємодії відтворювати у своїх структурах деякі особливості та якості інших явищ, предметів, систем, які на них впливають. Тип, зміст і форма відображення визначаються рівнем і особливостями системно-структурної організації об'єктів відображення, а також способом їх взаємодії з об'єктами, які відображаються.

Виділяють наступні *типи відображення*:

- неорганічне (механічне, фізичне, хімічне);
- органічне (фізіологічне, психічне);
- соціальне (свідомість).

Відображення має такі загальні властивості:

1) будь-який тип відображення є результатом впливу одного об'єкта на інший;

2) у об'єкті, який зазнав впливу іншого об'єкта, залишається слід, який відтворює особливості структури діючого об'єкта;

3) цей слід впливає на подальше функціонування і розвиток цього об'єкта.

Результат процесу відображення виявляється у внутрішньому стані об'єкта відображення і його зовнішніх реакціях.

Психічне відображення – це активне відображення світу у зв'язку з якоюсь необхідністю, з потребами, це суб'єктивне вибіркове відображення об'єктивного світу.

Особливості (специфіка) психічного відображення:

- забезпечує можливість адекватного відображення довкілля у формі суб'єктивного образу. Наприклад, вищі тварини не лише диференційовано сприймають властивості й відношення речей, а й відображають значну кількість істотних у біологічному сенсі просторово-часових і елементарних причинних зв'язків у середовищі їх існування. Правильність цього відображення підтверджується практикою;
- психічний образ формується в процесі активної пошукової поведінки у тварин і свідомої діяльності людини, тому психічне відображення завжди пов'язане з пошуком, вибором і є необхідною умовою діяльності суб'єкта: воно забезпечує доцільність поведінки і діяльності;
- психічне відображення у процесі життєдіяльності суб'єкта поглиблюється, «удосконалюється» через внутрішню активність – вибіркове ставлення до зовнішнього світу;
- носить відбиток індивідуальності людини;
- має випереджальний характер: забезпечує передбачення в діяльності й поведінці людини.

Психічне відображення у людини відбувається на рівнях:

- *сенсорно-перцептивному* (відчуття і образи сприймання);
- *уявлення* (образи предметів і явищ дійсності, які безпосередньо не впливають на органи чуття, а зберігаються в пам'яті людини);
- *мисленнєво-мовленнєвому* (поняття, судження, міркування).

Пізнавальна функція поділяється на сигнальну і прогностичну.

Сигнальна функція психіки на рівні організму спрацьовує як випереджальне відображення, що дозволяє йому оптимально реагувати на наближення або віддалення, посилення або послаблення біологічно важливих стимулів середовища, уникаючи безпосереднього фізичного контакту з об'єктом. У людини сигнальна функція носить знаковий, опосередкований характер (мова слів, символів, знаків: жестів, міміки, пантоміміки та ін.).

Прогностична функція полягає в передбаченні наслідків тієї чи іншої дії, поведінки, вчинку. У психології ця здатність дістала назву *антиципації*, яка має два смислові аспекти:

1) здатність передбачити напрямок руху якогось подразника (екстраполяційний рефлекс), можливий результат дії до її здійснення, а також можливість мислення людини змоделювати спосіб рішення проблеми до того, як вона буде реально розв'язана (індивідуальне осяяння);

2) здатність організму людини чи тварини підготуватися до реакції на якусь подію до її початку. Це очікування («випереджальне відображення») виявляється в певній позі або рухах і забезпечується механізмом передбачення і оцінки результату дії.

Результатом роботи пізнавальної функції психіки є знання та інтелект.

Регулятивна функція співвідносить, узгоджує суб'єктивний образ з дійсністю, забезпечує *мотивацію* поведінки і діяльності, орієнтацію в середовищі і задоволення потреб у контактах з ним, за принципом зворотного зв'язку контролює правильність відображення. Через зворотний зв'язок відбувається співставлення результату дії з образом, виникнення якого випереджає цей результат і є своєрідною моделлю дійсності. Основна характеристика регулятивної фуккції психіки у людини – її довільність, вольовий контроль.

Інструментальна функція психіки виявляється у вигляді способу життя – шляхів і форм використання суб'єктом засобу, яким виступає психіка. Це наші здібності, досвід (знання, уміння, навички, звички), інтелект, характер, темперамент, дії, операції, через які ми здійснюємо свідомий вплив на себе й інших людей, тварин, на світ загалом.

Отже, ***психіка*** – це суб'єктивне, сигнальне, соціально обумовлене відображення дійсності в ідеальних образах, на основі яких здійснюється активна взаємодія людини із середовищем. Це властивість, яка притаманна не лише людям, а й тваринам (у рослин психіка відсутня). Порівняно з людиною, у тварин психіка має значні обмеження і вивчається *зоопсихологією*. Людина стоїть на вищому, соціальному щаблі розвитку психіки. Завдяки суспільному способу життя люди наділені:

- ✓ мовою як засобом спілкування й акумуляції суспільного досвіду, пам'яті поколінь;
- ✓ свідомістю і самосвідомістю;
- ✓ творчими здібностями;
- ✓ моральністю;
- ✓ трансцендентністю (здатність переживати реальність, що виходить за межі людини та її світу, прагнення до вищих істин, віднайти сенс життя).

Усі ці властивості об'єднуються поняттям *суб'єктність*, під яким розуміється здатність усвідомлювати себе носієм знань, умінь, волі, ставлення до світу, робити свідомий вибір у системі соціальних відносин, усвідомлювати свої наміри та мотиви вчинків, визначати цілі, ставити перед собою завдання, приймати рішення та відповідати за їх наслідки.

2. Класифікація психічних явищ

Психічні явища – це особливий клас явищ, перебіг яких пов'язаний з внутрішнім суб'єктивним світом. Психічні явища умовно ділять на чотири класи: 1) процеси (пізнавальні, емоційні, вольові), 2) стани (ейфорія, сумнів, пригніченість), 3) властивості (спрямованість, темперамент, характер, здібності), 4) утворення (знання, навички, уміння, звички). Процеси, стани, властивості і утворення (досвід) знаходяться в єдності і утворюють ієрархічну систему, провідна роль в якій належить психічним властивостям. Зауважимо, що фундаментальною властивістю психіки людини є її *системність, цілісність та неподільність*, а це означає, що класифікація усього різноманіття психічних явищ є скоріше відображенням структури знань про психіку, а не структури самої психіки.

Психічні процеси – найрухливіша форма відображення дійсності. Це короткочасні процеси отримання, переробки інформації та обміну нею. Психічні процеси забезпечують зв'язок особистості з дійсністю. Через них формуються психічні властивості. Поняття «психічний процес» підкреслює процесуальність, динаміку факту, виявляє стадії єдиного цілісного відображення дійсності, які послідовно змінюють одна одну: процес має початок, розвиток і кінець і виявляється у вигляді реакції. Психічні процеси мають різну інтенсивність, можуть швидко переходити один в одного. Їх виникнення й перебіг обумовлені конкретними завданнями, ситуаціями й вимогами діяльності, поведінки.

Процеси: індивідуальні, внутрішні (психічні): відчуття, сприймання, увага, уява, пам'ять, мислення, мотивація, прийняття рішення, рефлексія, мова, забування, запам'ятовування, впізнавання, засвоєння тощо.

Процеси: індивідуальні, зовнішні: дія, діяльність, жест, гра, міміка, навички, наслідування, вчинок, реакція, вправа.

Процеси: групові, внутрішні: ідентифікація, комунікація, конформність, спілкування, міжособистісне сприйняття, міжособистісні взаємовідносини.

Процеси: групові, зовнішні: міжгрупові стосунки.

Стан – характеристика будь-якої системи, яка відображає її положення відносно координатних об'єктів середовища. ***Психічні стани*** – це цілісна характеристика психічної діяльності, що фіксує момент стійкості і специфічності в перебігу психічних процесів; це загальний функціональний рівень психічної активності, який залежить від умов діяльності людини та її особистісних властивостей. Отже, стани завжди причинно обумовлені. Вони утворюють фон, на якому відбувається психічна й практична діяльність людини. Стани відзначаються силою, глибиною, стійкістю і тривалістю душевних переживань, як і процеси, мають рефлекторну природу.

Стани: індивідуальні, внутрішні: адаптація, афект, увага, бажання, потяг, інтерес, настрій, розуміння, переживання, схильність, тривожність, установка, фрустрація, почуття, емоції, пристрасть, ейфорія, галюцинація, гіпноз.

Стани: індивідуальні, зовнішні (поведінкові): готовність, інтерес, установка.

Стани: групові, внутрішні: конфлікт, згуртованість, групова поляризація, психологічний клімат.

Стани: групові, зовнішні: паніка, відкритість чи закритість групи.

Окрім того, усі психічні стани поділяються на **види**:

1. Пізнавальні (зосередженість, замисленість, зацікавленість, уважність);
2. Емоційні (емоційний фон відчуттів, емоційний відгук на явища дійсності, настрій, конфліктні емоційні стани – афект, стрес, фрустрація);
3. Вольові (наполегливість, рішучість, терпіння, безвілля, навіюваність);
4. Мотиваційні (бажання, прагнення, інтереси, потяги, пристрасті, установки);
5. Стани різних рівнів організованості свідомості (вони виявляються як різні рівні уважності).

Властивість – виражає стійкість психічного факту, його закріплюваність і повторюваність у системі особистості. Це найбільш сталі явища, своєрідні й типові для кожної людини, які регулюють її психічну діяльність і поведінку та характеризують людину протягом тривалого часу її життя.

Властивості: індивідуальні, внутрішні: ілюзія, воля, задатки, індивідуальність, особистість, працездатність, совість, характер, ригідність.

Властивості: індивідуальні, зовнішні: навіюваність, авторитетність, наполегливість, темперамент, характер, егоїзм.

Властивості: групові, внутрішні: сумісність, стиль лідерства, суперництво, співпраця, ефективність діяльності групи.

Властивості: групові, зовнішні: організованість.

Поділ явищ, які вивчає психологія, на процеси, стани і властивості доволі відносний. З одного боку, будь-який процес, який триває досить довго, можна трактувати як існуючий стан організму. Такими процесами-станами є, наприклад, увага, уява, сприймання, активність, пасивність, неуважність. З іншого боку, багато станів не існують інакше як у формі процесів (емоції, афекти). Таким чином, психічні процеси, стани й властивості не виникають спонтанно й ізольовано один від одного, а тісно взаємопов’язані між собою в єдиному акті соціально обумовленої свідомої діяльності особистості.

Психічна діяльність людини завжди містить у собі три взаємопов’язані сторони: пізнавальну, емоційну й вольову. В результаті пізнавальної діяльності, яка включає в себе відчуття, сприймання, пам′ять, мислення й уяву,

формуються *знання* про довкілля. Емоційні процеси виражають *ставлення* до того, що людина знає й робить. Воля забезпечує активний *вплив* на оточення і виконує регулювальну функцію у поведінці людей. Отже, будь-яке психічне явище – це єдність пізнання, відношення і дії. В результаті взаємодії пізнавальної, емоційної й вольової сторін психіки виникають такі складні структурні утворення як спрямованість особистості, її мотиви, установки, ціннісні орієнтації, характер, здібності.

Окрім психічних процесів, станів і властивостей, психологія вивчає *спілкування* і *поведінку* людей, *психічну діяльність*, *особистість*. Єдиним цілим, що інтегрує вище згадані категорії, є поняття *життєдіяльності*.

Окрім індивідуальної психології поведінки, психологія також вивчає взаємовідносини між людьми в різних людських спілках – великих і малих групах, колективах, тобто *соціально-психологічні явища*.

3. Предмет психології та історія його становлення

Окресливши поле й відзначивши ієрархію психологічних феноменів, спробуємо виділити системне ядро, тобто предмет психології. Визначити предмет дослідження – значить відповісти на питання: що досліджується ? Вказати на об’єкт вивчення – значить відповісти на питання: на кому (або на чому) вивчається ?

Психологія – *це наука, яка вивчає психічні процеси, властивості і стани, досліджує факти, закономірності і механізми психіки людей і тварин*.

Завдання психології полягає в розкритті закономірностей і законів виникнення, розвитку і перебігу психічної діяльності людини, становлення її психічних властивостей.

Психологія як система знань шукає і дає відповіді на актуальні в усі часи питання:

- людині необхідно зрозуміти, ким є, чого хочуть і що можуть оточуючі її люди, як орієнтуватися в особливостях своєї особистості, мотивах поведінки, пам’яті і мислення, характеру і темпераменту.
- людині необхідно зрозуміти свої можливості, переваги і недоліки, навчитися прийомам саморегуляції, досягти самореалізації, тобто самовизначитися й презентувати себе і свою діяльність в соціумі.

Здобуті психологією знання спрямовуються на підвищення якості життя і діяльності, рівня навчальної і професійної підготовки, поліпшення психічного здоров’я людей та гармонізацію їх відносин.

Предмет психології змінювався впродовж її історії.

Етапи становлення предмета психології як науки

Час виникнення	Провідне поняття	Стисле визначення
Десятки тисячоліть до н. є.	*Душа* в архаїчному розумінні	Двійник тіла, що живе власним життям та залишає тіло під час сну, смерті, непритомності, здійснює метемпсихоз, залишаючись при цьому незмінною
Кінець IV ст. до н.е. – XIII ст.	*Душа* Розвиток учіння про душу у рамках античності філософії та християнства	Нематеріальна, не залежна від тіла пізнавальна та життєдайна основа. В античну епоху ототожнювалася з атомом, вогнем, повітрям. Форма, засіб організації живого тіла (Аристотель). У середньовіччі душа ототожнювалася із свідомістю як здатністю до рефлексії
XIV – друга половина XIX ст.	*Свідомість*	Сукупність мотиваційних, пізнавальних та емоційних властивостей індивіда, що складають внутрішній досвід. Вивчалася методом самоспостереження (інтроспекції)
Друга половина XIX ст.	*Поведінка*	Сукупність реакцій у відповідь на зовнішні подразники. Згідно з поглядами біхевіористів має бути протиставлена свідомості. Розкол психології на індивідуальну фізіологічну, орієнтовану на природознавство, і духовно-наукову, орієнтовану на історію і культуру
Кінець XIX ст.	*Самосвідомість*	Система уявлень індивіда про себе, що регулює його стосунки з іншими людьми, ставлення до себе, образ власного «Я» з притаманними йому когнітивними, емоційними та оцінково-вольовими компонентами. Розуміюча психологія (В.Дільтей, Е.Шпранглер)
Початок XX ст	*Позасвідоме*	Форма психічного відображення, в якій образ дійсності і ставлення до неї субєкта не виступають як предмет спеціальної рефлексії, а складають нерозривне ціле. Зміст позасвідомої сфери психіки є предметом вивчення психоаналізу
20 – 60 рр. XX ст.	*Особистість*	Соціально зумовлена система психічних якостей індивіда, яка формується і виявляється у предметній діяльності та спілкуванні. Містить комунікаційні, мотиваційні, характерологічні, самосвідомісні, інтелектуальні, досвідні, психофізіологічні властивості суб'єкта творчої діяльності. Виникнення радянської психології, діяльнісний підхід

Історію психології умовно можна розділити на три великих етапи:

1) міфологічний («народна психологія», за виразом П. Жане);

2) філософський; 3) науковий.

Міфологічний етап історії психології охоплює добу від появи перших людей до їх класового розшарування. Елементи народної психології є у всіх, навіть примітивних суспільств. На цьому етапі відношення людини до навколишнього світу опосередковані ситуацією значень, яких людина надає тим чи іншим явищам. Сон, смерть, страх, психічні захворювання, втрата свідомості пояснювались, виходячи з роздвоєння світу на тіло (всі предмети, що реально існують) та душу (те, що спричинює зміни як у світі, так і в самій людині). *Душа в архаїчному розумінні* – це незалежна, нематеріальна сутність, що живе власним життям та залишає тіло під час сну, смерті, непритомності. Люди вірили, що від душі залежать саме життя особи, її фізіологічні й психологічні стани. Світогляд первісної людини пов'язаний з *анімізмом*. За цим віруванням душа існує в усіх природних тілах і явищах, здійснюючи *метемпсихоз* – мандри з одного тіла інше (Піфагор). І якщо внаслідок цього тіло змінює свої форми, то душа залишається незмінною. Проте вона сприймається за аналогією з тілом – розглядається як його двійник. Щоб здійснити вплив на душу, первісні люди вживали, або припиняли вживати певну їжу (постували), вдавалися до магічних обрядів та ритуалів. Для первісної свідомості було істотним протиставлення видимого («свого», опанованого) і невидимого світів (потойбічного, світу духів), живого і мертвого, але не тілесного й безтілесного, одухотвореного й неодухотвореного. Міфологічна картина світу віками панувала у суспільній свідомості й знайшла своє відображення у міфах, легендах, казках, переказах, звичаях різних народів.

Філософський етап бере свій початок у IV ст. до н. е. *Філософська психологія* – це система знань про психіку, її матеріальний субстрат (основу) із певними логічними і методологічними схемами. Вона починає розвиватися в наслідок переходу суспільної свідомості від *анімізму* до *гілозоїзму*, який був характерний для натурфілософських концепцій ранніх грецьких філософів: Емпедокла, Анаксагора, Фалеса, Геракліта, Демокріта та ін. Натурфілософи головну увагу приділяли пізнанню природи речей. Вони заперечували існування межі між «живим» і «неживим», вважаючи «життя» іманентною властивістю праматерії. Гілозоїзм як вчення про всезагальну одухотвореність універсуму є синонімом *панпсихізму*, але саме в ньому вперше душа (психіка) була підпорядкована загальним законам природи. Стверджувався непорушний і для сучасної психології постулат про споконвічну включеність психічних явищ у кругообіг природи. Натурфілософи розуміли душу як матеріальне

явище. Перші спроби пояснити психіку з матеріалістичних позицій базувалися на картині світу, яка містила чотири першооснови: воду, повітря, землю і вогонь. Наприклад, *Анаксимен* вчив, що душа (*пневма*) є повітряною стихією, яка рухається по венах разом із кров'ю. Маючи властивості повітря, вона здатна до творіння, творчості. *Емпедокл* (бл. 484 – 424 рр. до н. е.) субстратом свідомості (душі) вважав кров, а джерелом Всесвіту – боротьбу двох психічних начал: Любові і Ненависті. Любов – космічна причина єдності і добра. Ненависть – це причина роздробленості і зла. Космічну любов і ненависть людина пізнає через свою любов і ненависть (принцип пізнання «подібного подібним»).

Геракліт (530 – 470 р. до н. е.) вважав, що всі речі є модифікацією «вічно живого вогню», а душа (психея) – є його іскоркою. Вона, як і все існуюче, підвладна вічним змінам: «Наші тіла і душі течуть як вода». Душа має два аспекти: речово-натуральний і психічно-розумовий. Геракліт дотримувався ідеї нероздільності зовнішньої природи і душі. Малий світ (мікрокосм) окремої душі подібний макрокосму всього всесвіту. Пізнавати свою *Психею*, тобто самого себе, означає заглиблюватися в закон (Логос): «Якими б дорогами ти не йшов, не знайдеш меж душі, таким глибоким є її Логос». Завдяки тому, що душа вогняна, вона має самозростаючий логос. Пізнання логосу передбачає розуміння закономірного розвитку світу як боротьби і єдності протилежностей. Людська свідомість – душа – підкоряється логосу. «Логос» Геракліта увійшов у скарбницю наукової думки як *ідея закономірного розвитку всього сущого* (об'єктивна діалектика).

Учіння Геракліта про те, що хід розвитку залежить від закону, а не від сваволі богів, перейшло до *Демокріта* (бл. 460–370 до н. е.). Так, за Демокрітом, *душа* – лише один з різновидів матеріальної сутності світу, яка складається зі сферичних рухомих атомів, подібних атомам вогню. Людина відрізняється від тварин особливим розташуванням атомів душі, які чергуються з атомами тіла. Атоми як такі незмінні, були, є і будуть постійно тими ж самими (ідея про незнищуваність і нестворюваність матерії). На уяві про тілесність душі побудоване вчення Демокріта про *пізнання*. При цьому він розрізняє два *види пізнання*: темне (чуттєве) й істинне (раціональне). У зв'язку з цим філософ розробив концепцію *ейдолів*, або *образів*. Останні виникають десь між об'єктивним предметом і відповідним органом чуттів суб'єкта сприйняття. Предмет виділяє з себе у повітря дещо, подібність предмета, відбиток, який в свою чергу потрапляє у вологу частину ока. Почуття і мислення виникають з образів, які надходять із-зовні. Але знання за допомогою чуттєвого сприйняття позбавлені постійності у відношенні розпізнавання істинності (пізнання сутності та причинних взаємозв'язків).

Відтак, чуттєве пізнання є нижчим щаблем пізнання і знайомить нас з оточуючим світом явищ. Підійти до пізнання «істинної сутності» (пізнання атомів), відкриття причин істинного пізнання (відкриття причинно-наслідкових зв'язків) можна лише за допомогою раціонального пізнання. Демокріт глибоко розуміє складність і трудність процесів пізнання, досягнення істини. З цього приводу він образно говорив, що «дійсність – у безодні», вона глибоко лежить на дні морському. Єдиним для душі і для космосу Демокріт визнавав закон, за яким не існує безпричинних явищ, а всі вони – невідворотний результат зіткнення атомів, які знаходяться в безперервному русі. Випадковими здаються ті події, причини яких ми не знаємо. Пізніше *принцип причинності* назвали *детермінізмом*.

Анаксагор (500–428 рр. до н. е.) вважав, що світ складається з безкінечного числа якісно відмінних часток (гомеомерій), які він назвав *насінням речей* (ідея *плюралізму* – визнання багатоманітності сутностей). Причиною, яка призводить їх до руху, є Нус (розум). Це основний духовний принцип упорядкування матеріального світу, організуюче начало цілісних речей (*ідея організації*, *системності*). Від того, якою мірою він представлений в різних тілах, залежить їх досконаліть. Душу Анаксагор вважав дуже розрідженим повітрям. Анаксагор збагатив причинне розуміння психіки, пов'язуючи *душу як механізм організації поведінки* із загальною організацією природи. Основним (елементарним) рівнем пізнання він визнавав чуттєве пізнання, проте його не абсолютизував, а говорив про необхідність його корекції. Вивів, що солодке, гірке, кисле та інші чуттєві властивості речей неможливо пізнати через них самих.

Доробком натурфілософського підходу стали три наріжні принципи:

1) *закономірного розвитку* (Геракліт), 2) *причинності* (Демокріт),

3) *організації* або *системності* (Анаксагор), які склали основу наукового способу осмислення світу і наукового пізнання психічних явищ.

Поворот від пізнання природи до пізнання людини здійснили *софісти* – «вчителі мудрості»: Горгій, Протагор, Гіпій, Критій та інші. Їх цікавила не природа з її незалежними від людини законами, а сама людина, яку Протагор назвав «*мірою всіх речей*». В історії психологічного пізнання діяльність софістів відкрила новий об'єкт: *відношення між людьми*. На перший план у вивченні душі вийшли *мова* і *мислення*, як засоби маніпулювання людьми.

Сократ (469–399 рр. до н. е.) у центр своїх філософських інтересів ставить *проблему суб'єкта* – людини, відкидаючи всю натурфілософію, як «*для людини зайву*». На відміну від софістів, у яких вихідним пунктом було ставлення людини до людей, він взяв за основу відношення людини до самої себе, як носія інтелектуальних і моральних якостей. Мета філософії –

самопізнання як шлях до осягнення істинного блага: «*Пізнай самого себе*». Став родоначальником діалектики як методу відшукання істини шляхом постановки навідних запитань, метою яких було з'ясування слабких місць у знаннях співбесідника через знаходження суперечностей в його позиціях. Тим самим Сократ вів свого опонента від невизначених уявлень до логічно зрозумілого знання предмету, який обговорювався. Цю особливу техніку діалогу стали називати *сократичним методом,* який переслідував досягнення понятійного знання за допомогою індукції (наведення), сходження від одиничного до загального. Хоча Сократ і говорив: «*Я знаю, що я нічого не знаю* », головним для нього був процес пошуку знань, який мав закінчуватися *дефініцією*. Метою дефініції є понятійна фіксація загального, отриманого за допомогою індукції. Знання він вважав доброчинністю. Для наступних епох Сократ став втіленням *ідеалу мудреця*.

Платон (427–347 рр. до н. е.) – учень Сократа, родоначальник європейського ідеалізму, противник матеріалізму. Справжнє ім'я Платона – Арістокл. Основні твори – діалоги «Апологія Сократа», «Закони», «Держава», «Політик», «Протагор», «Тімей», «Критій», «Федр» та інші. У цілому погляди філософа становлять систему, до якої входять: 1) вчення про буття; 2) вчення про бога; 3) вчення про світ; 4) вчення про походження світу; 5) вчення про душу; 6) вчення про пізнання; 7) вчення про моральність; 8) вчення про суспільство.

Перш за все філософія Платона є оригінальним вченням про ідеї (*ейдоси*). Відповідно до цього вчення, світ чуттєвих речей не є світом дійсно сущого: чуттєві речі перебувають у безперервній зміні, то виникають, то гинуть. Всьому тому, що є в них справді сущим, чуттєві речі зобов'язані своїм безтілесним прообразам – ідеям. Ідеї вічні, незмінні, безвідносні; вони не залежать від умов простору і часу. Стосовно чуттєвих речей ідеї є одночасно і їх причинами, і тими зразками, за якими були створені ці речі. Водночас ідеї є також метою, до якої прагнуть істоти чуттєвого світу. Вище за все, за Платоном, стоїть *ідея краси і добра*.

Філософія Платона характеризується також своєрідним *дуалізмом* – протиставленням душі і тіла як двох самостійних та антагоністичних начал. Тіло смертне, а душа безсмертна. Призначення тіла – бути тимчасовим вмістилищем душі, її рабом. Як і тіло, душа створена богами. Душі творяться із залишків тієї суміші, з якої Бог створив душу космосу. За Платоном індивідуальна душа складається з трьох ієрархічно впорядкованих частин: 1) розум; 2) мужність (у сучасному розумінні – воля) 3) потяги і чуттєвість (мотивація). Кожен тип душевних явищ міститься в різних частинах тіла: розум – в голові, мужність – в грудях, чуттєвість або пристрасть – в черевній

порожнині. Домінування одного з начал над іншими визначає належність індивіда до того чи іншого прошарку суспільства, орієнтацію людини або на високе і благородне, або на дурне і низьке. У сферу вивчення душі Платон увів *конфлікт мотивів*. Його образно показано у міфі про візника, який править колісницею, запряженою двома кіньми: диким і породистим, благородним. Розум (візниця) має узгоджувати ці мотиви, переживаючи при цьому великі труднощі через несумісність низьких і шляхетних потягів. Через багато віків версія про взаємодію трьох компонентів, які утворюють особистість як динамічну організацію, що роздирається конфліктами і сповнена суперечностей, знайде своє продовження у *психоаналізі*.

Ядром гносеологічної концепції пізнання Платона є *теорія пригадування* (анамнез). Душа пригадує ідеї, з якими вона зустрічалася в той час, коли ще не з'єдналася з тілом, коли вільно існувала в царстві ідей. Це істинне, розумне пізнання. Раціональне пізнання протистоїть чуттєвому. Предметом останнього є матеріальний світ. Чуттєве пізнання є вторинним, неістотним, тому що інформує нас лише про ілюзорне буття. Платон обстоював *метод анамнезу* – шлях сходження до ідей, до загального не шляхом узагальнення часткового і одиничного, а шляхом пробудження і знаходження в душі забутого знання. Найголовнішим у методі анамнезу є мистецтво логічного мислення, філософської бесіди, питань і відповідей і т.д.

Нову епоху в розумінні душі як предмету психології започаткував *Арістотель* (384–322 р. до н. е.) – творець психологічної системи, в якій були інтегровані досягнення античної думки і яка на багато століть стала основоположною для пояснення душевних явищ. Принципи і головні поняття цієї системи викладені в трактаті «Про душу», її важливі положення містяться також в інших творах Арістотеля: «Етика», «Риторика», «Метафізика», «Історія тварин». За вченням філософа, світ подається як такий, що складається з безлічі найдрібніших, неподільних часток – атомів, які мають різну величину і рухливість. Найдрібніші і найрухливіші з них – це атоми душі. Арістотель стверджував, що атоми душі живуть цілком самостійним життям, можуть проникати в тіла і залишати їх (*анімізм*). Динамікою руху атомів душі пояснювалися багато з тих явищ, які вивчаються сучасною психологією: сприймання, пам'ять, мислення, сновидіння.

Усупереч уявленням про душу як особливе начало Арістотель вчив, що душу від живого тіла відділити не можна, оскільки вона є його формою, способом його організації. Переживає, мислить, вчиться не душа, яку Арістотель поміщав в серце людини, а цілісний організм. Такий підхід надав психології *біологічної орієнтації*. Як принцип життя і розвитку, душа не може ділитися на частини, а проявляється у вигляді декількох функцій (здібностей)

або діяльностей, які утворюють особливий генетичний ряд (системно-функціональний підхід). *Вегетативна функція душі* специфічна для рослин, *функція відчуттів і рухова* – для тварин, *розумна* – для людини і Бога. Дві з них належать до фізичної психології, оскільки вони не можуть існувати без матерії. Третя метафізична. Вищі функції виникають на основі нижчих, тому функції душі являють собою рівні її еволюції (*принцип розвитку*). Розумна душа незалежна від тіла, бо мислення вічне. Але коли споглядають розумом, необхідно, щоб у той же час споглядали і через уяву, зауважує Арістотель. А це означає, що реальне пізнання неможливе без чуттєвого рівня пізнання. Арістотель відкрив особливу сферу психічних образів, які виникають без прямого впливу речей на органи чуття (*уявлення пам'яті й уяви*), відмежувавши їх від образів сприймання. Ці образи-уявлення підлягають відкритому філософом *механізму асоціацій – зв'язку уявлень*, які розрізняються за подібністю, суміжністю і контрастом. Людина пізнає загальне тільки через них. Але уявлення не просто переробляються в поняття, а лише сприяють тому, щоб закладені у душі форми буття перейшли із стану потенції в стан акту. Для цього потрібен розум у всьому його обсязі, як пасивний, так і активний (творчий). А активний розум – це Бог. Таким чином, в Арістотеля перемагає раціоналістична лінія: знання існує ще до процесу пізнання. Філософ також розрізняв два види розуму: *теоретичний і практичний*. Останній являє собою особливий тип мислення, оскільки служить ефективній регуляції реальних дій, а не лише набуттю знань.

Рушійною силою поведінки Арістотель визнавав прагнення, яке виражає внутрішню активність організму і пов'язане з почуттям задоволення або незадоволення. Дії, які викликали задоволення, організм намагається відтворити знову, в силу чого це почуття виступає як *фактор научіння*. Кожній ситуації відповідає певна (правильна) афективна реакція, пов'язана з учинком. Людина чинить зле, коли ця реакція є або надмірною, або недостатньою. Оптимальний спосіб поведінки необхідно напрацьовувати досвідом, вивченням інших і самого себе. Завдяки вчинкам формується *характер*. Вчення про формування характеру в реальних вчинках, які завжди повинні передбачати моральне ставлення до інших, ставило психічний розвиток людини в причинну, закономірну залежність від її *діяльності*.

Отже, порівняно зі своїми попередниками, Арістотель подав суто нову картину будови, функцій і розвитку душі як форми організації тіла. Проте система Арістотеля була суперечливою, бо містила й намагалася поєднати в собі матеріалістичні й ідеалістичні уявлення про душу. Разом з прогресивними матеріалістичними поглядами, які отримали подальший розвиток в наступні століття, вона також містила низку ідеалістичних уявлень, які в епоху

Середньовіччя, коли вчення Арістотеля про душу стало частиною теологічного світогляду, були використані церковниками для заборони спроб наукового дослідження душі людини.

Із занепадом античного світу в Західній Європі панівною ідеологією стає християнська релігія. Найвидатнішими представниками психологічного напрямку в західному християнстві були *Августин Аврелій* (354–430) і *Тома Аквінський* (1225–74). Останній переробляє систему поглядів Арістотеля у відповідності до вчення і потреб католицької церкви і створює напрямок католицької психології – *томізм* (зараз – неотомізм).

Загалом, для філософської психології характерні конфліктність і колізійність, тобто протиставлення і зіткнення матеріалістичних та ідеалістичних тенденцій, мікрокосму і макрокосму, душі і тіла, людини і Бога, генія і демона.

У XVI ст. н. е. провідним поняттям предмету психології стає *свідомість* – сукупність мотиваційних, пізнавальних та емоційних властивостей індивіда. Психологічно-філософська думка Нового часу предсталена у вченнях Р. Декарта (1568–1650), Дж. Локка (1632–1704), Б. Спінози (вчення про афекти), Г.-В. Лейбница (вчення про несвідоме) та інших вчених.

У відповідності з механістичною картиною світу, яка панувала в той час у природничих науках, Декарт розробив *вчення про рефлекс*. Він розглядав тіло як автомат, систему, яка організована за законами механіки, а душу як субстанцію, яка складається з думок і впорядковує тіло-автомат. Першоджерелом активних станів душі є сам суб'єкт. Декарт започаткував розробку *інтроспективної концепції свідомості*. Оскільки мислення – це єдиний атрибут душі, вона завжди мислить, завжди знає про зміст своїх психічних утворень. Цей «внутрішній зір» у подальшому стали називати *інтроспекцією* (баченням внутрішньопсихічних об'єктів – образів, розумових дій, вольових актів та інших переживань).

Дж. Локк підтримував Декарта, але його раціоналізму протиставив *емпіризм* (від гр. *«emperia»* – досвід). Розробив вчення про чуттєве (зовнішній досвід) і раціональне пізнання (внутрішній досвід, який накопичується власним розумом індивіда). Вважав, що досвід є наслідком спільної роботи відчуттів і *рефлексії*. Разом з ідеями, які доставляють свідомості органи чуттів, виникають ідеї, що породжуються рефлексією як «внутрішнім сприйняттям діяльності нашого розуму». Розвиток психіки відбувається завдяки тому, що з простих ідей утворюються складні. Усі ідеї постають перед судом свідомості. «Свідомістю є сприйняття того, що відбувається у людини в її власному розумі». Це поняття стало наріжним каменем *інтроспективної психології*. Вважалося, що об'єктом свідомості є не зовнішні об'єкти, а ідеї (образи, уявлення, почуття і т. п.), якими вони постають перед внутрішнім поглядом

спостерігаючого за ними суб'єкта. Разом з тим почали поглиблювалися суперечності між споглядальною інтроспективною психологією і природничо-науковими знаннями про людину, які накопичувались у медицині, анатомії, фізіології.

Наукова психологія бере свій початок у другій половині XIX століття. Психологія виборює право на самостійне – вже поза межами філософії – існування. Провідним поняттям в цей час стає *поведінка*, яка трактується як сукупність реакцій у відповідь на зовнішні подразники. Для вивчення поведінки починають застосовувати *експеримент*. Основоположниками психології як експериментальної науки є *Вільгельм Вундт* (Німеччина) і Володимир Михайлович *Бехтерєв* (Росія). Саме Вундт відкрив першу в світі психологічну лабораторію (Лейпциг, 1879), яка стала міжнародним центром експериментальної психології. У ній вивчалися відчуття, час реакції на різні подразники, асоціації, увага, емоції людини. Теоретичні ідеї, на яких базувалася психологія Вундта, були суперечливими. В. Вундт розділив усю психологію на два напрямки:

1) *«фізіологічна психологія»*, об'єктом вивчення якої є найпростіші психічні процеси, а методом – *психофізіологічний експеримент*, перенесений з суміжних з психологією дисциплін – фізіології органів чуттів, психофізики і психогеометрії. Він зберіг властивий цим наукам фізіологічний характер, який лише доповнювався даними самоспостереження.

2) *«психологія народів»* – сфера вищих психічних функцій, що ґрунтується на вивченні продуктів, «творінь людського духу» – мови, міфів, звичаїв і т. д.

У системі Вундта еклектично поєднувалися механіцизм і волюнтаризм, психологічний атомізм та ідеї творчого синтезу, фізіологічна обумовленість психічних процесів і власне духовна причинність. Так, предметом психології за Вундтом, є безпосередній досвід – доступні самоспостереженню явища або факти свідомості, але разом з тим він стверджував, що всі вищі психічні процеси (мова, мислення, воля) недоступні для експерименту і тому їх потрібно вивчати *культурно-історичним методом*.

До специфічних рис наукової психології в першу чергу відносяться:

- об'єктивний метод, з яким пов'язана можливість проведення психологічного експерименту;
- генетична точка зору на розвиток психіки.

Складається сукупність наукових теорій, відкриваються наукові заклади та школи, в яких досліджується психологічна проблематика. Так окрім поведінки, яку вивчали фізіологи І.М. Сєченов, І.П. Павлов, біхевіористи (Вотсон, Торндайк), у кінці XIX століття провідним поняттям предмету

психології стає *самосвідомість*. Це система уявлень індивіда про себе, що регулює його стосунки з іншими людьми, ставлення до себе, образ власного «Я» з притаманними йому когнітивними, емоційними та вольовими компонентами. Різні аспекти самосвідомості вивчаються психоаналізом, гештальтпсихологією, гуманістичною та когнітивною психологією.

З початку XX ст. предметом психології стає *особистість* – соціально зумовлена система психічних якостей індивіда, яка формується і виявляється у предметній діяльності та спілкуванні. Зараз вона є центральною категорією, навколо якої концентруються дослідження актуальних проблем становлення та функціонування психіки.

З позиції сьогоднішнього гуманітарного знання предметом вивчення психології є також ***духовність,*** яка включає сенс життя, совість, вищі моральні почуття, вищі інтереси, ідеї, вірування. Є підстави розглядати духовність як особливу форму психічного, яка є похідною від колективного несвідомого і психічного відображення дійсності (Донченко Е. А. Фрактальная психология. К.: Знания, 2005.).

Отже, гуманістичною є точка зору, яка робить об’єктом психології живу людину, її духовну сутність, а не абстрактні «психологічні механізми» на зразок рефлексу.

Узагальнюючи все вище сказане, наведемо визначення академіка А.В. Петровського: «Предметом психології є закономірні зв’язки суб’єкта з соціокультурним і природним світом, відбиті в системі життєвих та розумових образів цього світу, мотивів, які спонукають до дії, а також в самих діях, переживанні свого ставлення до інших людей і до самого себе, у властивостях особистості, як ядра цієї системи».

Отже, предмет психології залежить від рівня розвитку культури і науки: він змінюється протягом історичного часу, збагачується зусиллями як окремих діячів, так і наукових шкіл, але все ж залишається неповним. Утім, як зауважує П. А. М’ясоїд, логіка історичного поступу психології формує не лише пізнавальне, а й гуманне ставлення до людини, спонукає до поглиблення знань про неї, закликає до самопізнання і самовдосконалення. У цьому вбачається її непересічна цінність і значення.

4. Місце психології в системі наук. Галузі психології

Б. Г. Ананьєв, аналізуючи тенденції розвитку сучасної науки, ще в 60-ті роки XX ст. прогнозував різке зростання інтересу до проблеми людини. На його думку, цьому сприяють наступні тенденції:

1) перетворення *проблеми людини* в загальну проблему усієї науки в цілому;

2) посилення диференціації наукового вивчення людини, поглиблення спеціалізації окремих дисциплін;

3) тенденція до об'єднання різних наук, аспектів і методів вивчення людини.

У системі наук психологія займає особливе місце. Вона знаходиться в центрі перетину міждисциплінарних зв'язків філософії, суспільствознавства, природознавства, педагогіки, медицини, техніки. Усі ці науки так чи інакше вивчають людину, але лише психологія дає цілісне, інтегроване знання про феномен людини. Місце психології серед інших наук ілюструє так званий «трикутник наук» відомого філософа й історика науки Б. М. Кедрова, в якому психологія розміщується в центрі, на перетині досліджень інших наук: суспільних, гуманітарних, природничих, медичних, технічних. Людина вивчається в системі різноманітних зв'язків зі світом і як *природний індивід* із властивою йому програмою розвитку і певним діапазоном змінюваності, і як суб'єкт і об'єкт історичного розвитку – *особистість*, і як основна продуктивна сила суспільства – суб'єкт праці, пізнання і спілкування, і як *індивідуальність*, що підкреслює її цілісну природу.

Подальший розвиток психологічних знань пов'язаний з максимальним розширенням зв'язків психології з суміжними науками. Причому психологія мусить не стільки користуватися здобутками суміжних дисциплін, скільки збагачувати їх своїми досягненнями.

Психологія складається з цілого комплексу відносно самостійних галузей. Кожну галузь психології можна розглядати як таку, що виникла на «стиках» міждисциплінарних зв'язків психології. Зараз нараховується більше 50 галузей, число яких постійно зростає (кожні 4–5 років з'являється якийсь новий напрямок). Виникає питання: яким чином класифікувати ці багаточисленні галузі психології ? Розглянемо два підходи, які ґрунтуються на різних критеріях.

1). А. В. Петровський проводить класифікацію, спираючись на ***принцип розвитку психіки в діяльності***.

Виходячи з цього, за основу класифікації галузей психології береться якийсь один психологічний аспект цього принципу:

- *Конкретна діяльність* (педагогічна, медична, юридична, військова психологія, психологія праці, спорту, торгівлі та ін.).
- *Розвиток* (психологія розвитку, вікова, порівняльна, генетична психологія, патопсихологія та ін.).
- *Відношення людини* (як суб'єкта розвитку і діяльності) до суспільства (соціальна психологія, психологія особистості, етнопсихологія).

2). ***За спрямованістю діяльності психологів на пізнання, дослідження або перетворення психіки*** виділяють три великі групи галузей – теоретичну, науково-прикладну та практичну психологію.

До ***теоретичної психології*** належать: загальна психологія, історія психології, експериментальна, генетична, соціальна, порівняльна, диференційна психологія, психофізіологія, психологія особистості, моделювання психіки. Це базові, або фундаментальні галузі, здобутки яких мають загальнотеоретичне значення для розуміння та пояснення психології та поведінки людей, незалежно від того, хто вони і якою конкретною діяльністю займаються.

У свою чергу, ці галузі поділяються на ***загальні*** та **спеціальні**.

Загальна психологія систематизує експериментальні дані, що здобуті в різних галузях психологічної науки, розробляє фундаментальні теоретичні проблеми психології, формулює основні принципи, категорії, поняття, закономірності, визначає перспективи розвитку психології й є фундаментом для розвитку всіх галузей та розділів психології.

Спеціальні галузі сконцентровані на питаннях, які мають особливий інтерес для пізнання однієї або кількох груп явищ. Так, наприклад,:

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

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

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

До науково-прикладної психології належить ряд галузей, для яких характерні дослідження й практичне використання знань з метою оптимізації поведінки та діяльності людей у сферах виробництва, управління, раціоналізації і творчості, навчання і виховання, спілкування, розвитку і формування особистості, колективу. Це психологія праці, інженерна психологія, психологія творчості, педагогічна і вікова, медична.

Спеціальні галузі психології, які тісно пов’язані з теорією та практикою навчання та виховання:

1. *Генетична психологія* – вивчає спадкові механізми психіки та поведінки, їх залежність від генотипу (*генотип* – це генетична конституція, сукупність генів, отримана у спадок від батьків. Єдині люди, що мають однакові генотипи – однояйцеві близнюки).

2. *Диференціальна психологія* – вивчає індивідуальні відмінності людей.

3. *Вікова психологія* – вивчає закономірності вікового розвитку людей, та зміни, які відбуваються з переходом від одного віку до іншого.

4. *Соціальна психологія* – вивчає людські взаємовідносини, явища які виникають в процесі спілкування людей у групах різного роду.

5. *Педагогічна психологія* – вивчає особливості навчання та виховання та їх впливу на розумовий і особистісний розвиток.

6. *Медична, патопсихологія та психотерапія* – стикаються з відхиленнями від норми в психіці та поведінці людини.

7. *Юридична психологія* – вивчає засвоєння правових норм і правил поведінки.

8. *Психодіагностика* – ставить та вирішує проблеми психологічного оцінювання рівня інтелектуального, особистісного і професійного розвитку людей та їх диференціації.

Практична психологія функціонує й розвивається як система спеціальних психологічних служб, спрямованих на надання безпосередньої допомоги людям у вивченні їхніх психологічних проблем Головною метою є створення сприятливих соціальних та психологічних умов для життєдіяльності людини в усіх сферах життя. Основними функціями є аналіз та прогнозування поведінки й діяльності людини, активний соціальний та психологічний вплив, консультативно-методична, просвітницька, профілактична, реабілітаційна, дорадча та психогігієнічна функції.

5. Проблеми, завдання та розділи загальної психології

Загальна психологія вивчає сутність і загальні закономірності виникнення, функціонування і розвитку психіки. В її першочергові завдання входить розробка загальнотеоретичних проблем. Зазначимо основні з них:

- ✓ Психофізична – основна проблема психології, яка з'ясовує місце психіки у довколишньому фізичному світі. Ця проблема має такі аспекти:

1. *Психофізіологічний* – про відношення мозку і психіки;

2. *Психогностичний* – як здійснюється процес пізнання, яка природа образу світу, тобто як співвідносяться буття і свідомість ?

3. *Проблема людини* – про місце людини в світі й роль її психіки у взаєминах з ним. Тут на одному боці виступає природа (що включає в себе суспільство і тіло людини) у вигляді матерії, а на іншому боці – людина як абстрактна істота, що наділена свідомістю, пізнанням і практичною діяльністю.

- ✓ Проблема розвитку психіки і свідомості, вплив на розвиток вродженого і набутого, біологічного і соціального;
- ✓ Проблема розрізнення нормального і аномального розвитку психіки;

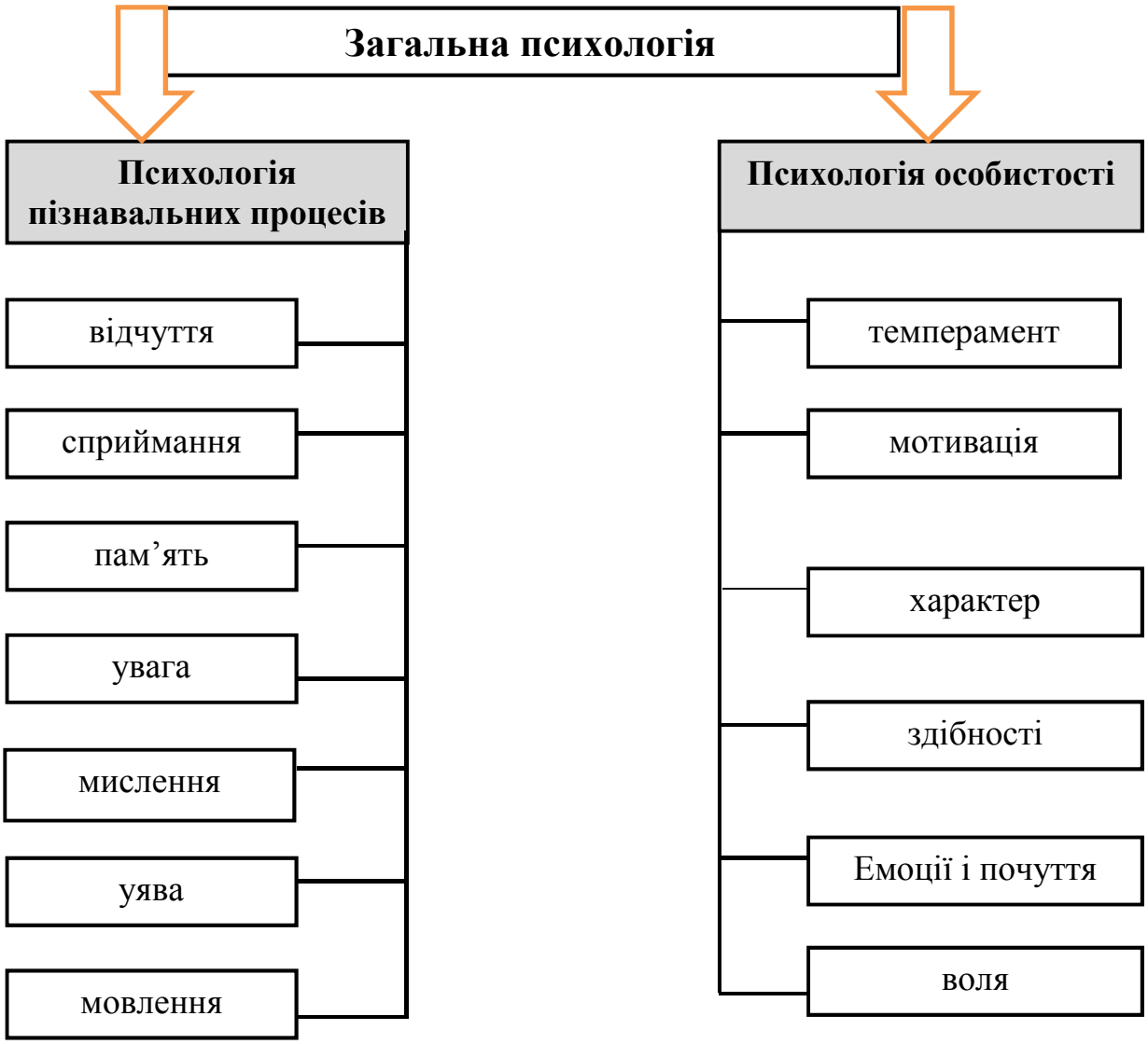
✓ Проблема методології (проблема методу пізнання психічних явищ: об'єктивний і суб'єктивний метод), співвідношення емпіричного знання та його теоретичного узагальнення;

✓ Проблема рефлексії науки, осягнення свого історичного становлення й перспектив розвитку через аналіз психологічних теорій і концепцій;

✓ Проблема виділення й систематизації категоріальної системи психології. Загальна психологія акумулює знання, які однаково необхідні всім, хто вивчає й цікавиться психологією та поведінкою людей.

У системі психолого-педагогічної підготовки вчителів курс «Загальна психологія» займає чільне місце. Він покликаний озброїти студентів теорією і методологією психології й повинен стати дієвим засобом формування вмінь психологічного аналізу різноманітних педагогічних та життєвих ситуацій, вікових, статевих та індивідуально-психологічних особливостей людини, сприяти розвитку професійних здібностей.

Загальна психологія досліджує індивіда (дорослу і здорову людину) та виділяє в ньому пізнавальні процеси і особистість.



6. Принципи та категорії психології

Знання певних принципів легко
компенсує незнання деяких фактів
(К. А. Гельвецій).

Принципи психології – це стисло сформульована теорія, яка перевірена практикою і часом та стала вихідною позицією для подальших досліджень.

Принципи поділяються на загальні (закони діалектики) і власне психологічні, які є найбільш загальними законами психології.

Принципи психології утворюють наступний ієрархічний ряд:

1. ***Принцип детермінізму*** (причина обумовленість усіх психічних явищ) – усе в природі породжується дією матеріальних причин і законів, психіка визначається способом життя і змінюється зі зміною зовнішніх умов.

За С. Л. Рубінштейном, зовнішні причини діють через внутрішні умови. Розрізняють три рівні детермінації психічного життя людини:

- *біопсихічна детермінація* – рівень організму (психофізіологічний);

- *соціопсихічна детермінація* – рівень індивіда як суб'єкта суспільних відносин. Причини, які впливають на психіку і поведінку індивіда, криються в соціальній природі людини: в її індивідуальному досвіді та законах, на основі яких базується і за якими функціонує суспільство;

- *самодетермінація*, самовизначення, самотворення особистості як найвищий рівень прояву активності суб'єкта.

Кожна наступна форма детерміністичного пояснення включає психіку у більш повну, порівняно з попередньою, систему зв'язків матеріального світу. Психічне демонструє тенденцію до звільнення від зовнішньої залежності. Уся поведінка особистості детермінована, але, особистість, як активний і свідомий суб'єкт, своїми діями постійно створює нові системи детермінації. Конкретизує принцип детермінізму принцип відображення, показуючи, що психічні явища несуть у собі зовнішній зміст.

2. ***Принцип відображення - суб'єкта***. Цей принцип характеризує психіку як суб'єктивно-суб'єктне небайдуже життєве явище. Для організму психічне відображення забезпечує життєдіяльність, для індивіда – дії з метою привласнення і репродукції суспільного досвіду, а на особистісному рівні – дії, спрямовані на створення нових, суспільно значущих продуктів і способів діяльності.

3. ***Принцип єдності психіки (свідомості) і діяльності*** конкретизує принцип детермінізму і відображення. За цим принципом психіка і діяльність не тотожні, але і не протилежні. Вони утворюють єдність. Діяльність людини обумовлює формування її свідомості, її психічних зв'язків, процесів і властивостей, а останні, здійснюючи регуляцію діяльності людини, є умовою

її адекватного виконання. Психіка (свідомість) є внутрішнім, ідеальним планом діяльності. Особливості психіки вивчаються через процеси і продукти діяльності та поведінки людини, що дає змогу розкрити об'єктивні закономірності внутрішніх психічних явищ. За цим принципом психіка має *сигнальний*, *знаковий* та *вчинковий характер*.

4. ***Принцип розвитку*** – психіку можна правильно зрозуміти лише тоді, якщо вона розглядається у безперервному розвитку від нижчих форм до вищих, як процес і результат діяльності. За цим принципом кожному рівневі детермінації притаманний свій тип розвитку. На рівні організму – визрівання і формування психофізіологічних підструктур, на рівні індивіда – у процесі діяльності присвоєння, на рівні особистості – у процесі перетворюючої творчої діяльності. Розвиток психіки відбувається у філогенетичному, історичному, та онтогенетичному планах.

5. ***Принцип історизму*** – розглядає шляхи розвитку досліджень психологічної науки у зв'язку з перипетіями історії суспільства і у взаємозв'язку з суміжними галузями знань. Історизм передбачає фіксацію не будь-якої зміни (навіть якісної), а такої, де виявляється формування специфічних властивостей і зв'язків явищ, які визначають їх сутність.

6. ***Системно-структурний принцип*** (система – ціле що складається з частин, структура – базова і внутрішня форма організації системи). За цим принципом психіка є складною системою взаємопов'язаних елементів, котрі розглядаються, як складові елементи цілого. При цьому психіка є відкритою системою зі зворотними зв'язками. На кожному рівні детермінації психіка включена в регуляцію взаємодії суб'єкта з більш широкою системою:

- ✓ На рівні організму – з біологічною системою (пристосування);
- ✓ На рівні індивіда – з соціальною системою (засвоєння культурних норм);
- ✓ На рівні особистості – зі створюваними культурно-історичними цінностями (вчинок як самореалізація та творчість).

7. ***Принцип ієрархії*** вимагає розглядати всі психічні феномени як щаблі на ієрархічній драбині, в якій нижчі щаблі субординовані вищими, а вищі включають в себе нижчі і спираються на них, проте до них не зводяться. Переходи зі щабля на щабель здійснюються стрибкоподібно і призводять до появи нових системних якостей. Цьому принципу відповідає ***ряд психологічних категорій***, які розташовані залежно від повноти відображення ними ієрархії психічних явищ:

1. Психіка як психічне відображення.
2. Форми психічного відображення.
3. Психічні явища.
4. Свідомість.

5. Особистість.
6. Діяльність.
7. Розвиток психіки.

Принципи психології використовуються у взаємоз'вязку для пояснення будь-яких психічних явищ та в процесі наукового пізнання. Психічні явища слід розглядати через систему принципів як:

а) причинно зумовлені;

б) продукт і умову відображення;

в) внутрішній план відображення поведінки та діяльності;

г) вияв якісного розвитку психіки суб'єкта;

д) як специфічно історичну форму відображення дійсності;

е) як особливу систему і водночас елемент іншої, більш широкої й суспільної системи.

Література: [1], [2], [4], [8], [10], [13], [31], [47], [57], [72], [74], [84], [85].

Питання для самоперевірки

1. Що є предметом психології на сучасному етапі її розвитку?
2. Які основні групи психічних явищ вивчає психологія?
3. Що таке психічне відображення ? Назвіть його характерні ознаки.
4. У чому полягає активний характер психічного відображення?
5. Розкрийте зміст функцій психіки.
6. Поясніть зміст основних принципів наукового вивчення психіки.
7. Простежте наступність у розумінні природи психіки від давнини до нашого часу.
8. Які з принципів наукового вивчення душевних явищ (психіки) були сформульовані за часів Античності ? Кому з мислителів вони належать?
9. Як слід розуміти твердження, що психічні явища – це суб'єктивний образ об'єктивного світу?
10. Назвіть головні складники психічної діяльності людини.
11. Чи завжди психічний факт (уявлення про предмет переживання) можна розглядати як суб'єктивний образ об'єктивного світу?
12. Яку роль відіграє загальна психологія в системі психологічних знань?
13. У чому полягає сутність детермінізму стосовно психічних явищ людини?
14. Назвіть основні теоретичні та науково-прикладні галузі психології.
15. Укажіть галузі психології, які найбільше пов'язані з педагогічною діяльністю.
16. Які основні проблеми і завдання вирішує сучасна психологія?

Тема 2. **Методологія та методи психології**

План

1.Поняття методу. Суб'єктивний та об'єктивний методи.

2.Внесок психологічних шкіл (напрямків) у становлення об'єктивного методу.

3.Методи психології: вимоги, класифікація.

4. Процедура психологічного дослідження.

Ключові поняття: метод, інтроспекція, асоціативна психологія, структуралізм, функціоналізм, біхевіоризм, гештальтпсихологія, когнітивізм, психоаналіз, об'єктивний метод; методологія, методика, спостереження, самоспостереження, експеримент, анкета, бесіда, тест, аналіз продуктів діяльності, контент-аналіз, моделювання, статистичний аналіз, валідність, надійність.

1. Поняття методу. Суб'єктивний та об'єктивний методи

Метод (шлях дослідження або пізнання, теорія, вчення) – це:

1) спосіб побудови і обґрунтування системи психологічного знання;

2) сукупність прийомів і операцій практичного і теоретичного дослідження предмету психології.

Роль методу як способу пізнання і дослідження явищ природи і соціального життя полягає в тому, щоб за допомогою спеціальних прийомів (або методик) проникати за межі явищ, доступних безпосередньому спостереженню, тобто проникати в ті внутрішні закони, які складають сутність досліджуваного явища. Тривалий час основним і єдиним способом пізнання психічного життя був *суб'єктивний метод*, або *інтроспекція* (від лат. *introspectare* – дивлюсь всередину, вглядаюсь). Упродовж тривалого періоду, починаючи з праць Р. Декарта (1596–1650), Дж. Локка (1632–1704) і до фізіологічної психології В. Вундта та структуралізму Е. Тітченера цей метод був опорою вчення про те, що свідомість людини пізнається принципово інакше, ніж зовнішній світ. Спочатку проблема свідомості розглядалася в *асоціативній психології*, основи якої заклав ще Арістотель (384–322 рр. до н. е.). Йому належить заслуга розробки поняття *асоціації* (зв'язок між явищами), її типів (за подібністю, контрастом, просторово-часовою сумісністю).

Представниками *асоціанізму* (Дж. Локк, Д. Гартлі, Д. С. Мілль) були визначені механізми асоціацій як зв'язок психічних процесів і асоціації як основи психіки. Психіка є системою асоціацій. Знайомлячись з явищами і подіями, людина у своїй свідомості встановлює *зв'язки* між власною

поведінкою і об'єктами, які нею сприймаються або уявляються, а також їх властивостями. У центрі уваги психологів асоціативного напрямку тривалий час залишалися переважно пізнавальні процеси. Сфера свідомості мислилась як дзеркало природи, пасивний екран, що безпосередньо відображає реальність. Свідомість протиставлялася усім іншим явищам дійсності та відділялася від них.

В останній чверті XIX ст. німецький вчений *Вільгельм Вундт* (1832–1920) започаткував напрямок, який пізніше дістав назву ***структуралізм***. Предметом психології Вунд визначив свідомість, а основним методом її дослідження – *експериментальну інтроспекцію*. Свідомість можна розкласти на складові елементи, які даються у зовнішньому досвіді і представлені у свідомості безпосередньо. Такими елементами є: відчуття, сприймання, уявлення, емоції. За Вундтом, вони утворюють *рівень перцепції*. Завдання психології вбачалося в тому, щоб шляхом внутрішнього споглядання (самоспостереження) психічних образів, думок, переживань описувати форми психічного життя. Вунд розумів, що в сумі дані елементи не є свідомістю і не зводяться до неї. Тому він виділив *рівень апперцепції* (інтуїтивного схоплювання, осяяння): пам'ять, мова, мислення та інші вищі функції. Цей рівень, на його думку, експериментальним шляхом вивчати неможливо, оскільки його природа культурно-історична і потребує інших методів дослідження.

Едвард Тітченер (1867–1927) та інші прихильники структурності свідомості вважали, що психіка складається з елементарних процесів свідомого досвіду за законами асоціацій. У структурі свідомості розрізнялись три категорії елементів: об'єктивні елементи свідомості – *відчуття*, *уявлення (образ)* і суб'єктивні – *елементарні почуття* (задоволення-незадоволення, збудження-заспокоєння, напруження-розрядка). Завдання полягало в тому, щоб знайти закони поєднання цих найпростіших елементів свідомості. Зміна станів свідомості пояснювалася впливом особливої сили духовної субстанції (першооснови), яка діє через вольові акти (*волюнтаризм*). Саме ця позиція викликала найбільшу критику, оскільки виключала об'єктивне, причинне пояснення психічних процесів. Неможливо також було ставити питання про походження психіки і дослідження її об'єктивних механізмів. Структуралізм практично припинив своє існування в кінці першої чверті XX ст.

На рубежі XIX і XX ст. у психології назріває криза, обумовлена невідповідністю усталених понять і суб'єктивного методу новим фактам і тенденціям суміжних наук: психофізики, психофізіології, біології та ін. Зазнає всебічної критики уявлення про свідомість як сукупність явищ, що безпосередньо переживаються суб'єктом.

У дослідженнях психологів того часу акцент переноситься на вивчення орієнтації людини в навколишньому світі, прихованих від свідомості факторів регуляції поведінки. Із усіх пошуків виходу з кризового стану слід виділити такі напрями як *функціоналізм*, *біхевіоризм*, *гештальтпсихологія*, *психоаналіз*, які суттєво вплинули на розвиток психології як науки.

Функціоналізм бере початок з ідей австрійського філософа-феноменаліста *Франца Брентано* (1838–1917). Передумова виникнення: *феноменологія, прагматизм*, *теорія еволюції*. Тоді як структуралізм шукав відповідь на питання про зміст свідомості, функціоналізм мав на меті визначити функції психічних процесів, розв'язати проблему їх корисності й адаптивної значимості, намагався вивчати техніку і поведінку в реальних ситуаціях. Головне у функціоналізмі – це розуміння причин функціонування психічних процесів, які тлумачились як засіб пристосування цілісного організму до зовнішнього середовища. В основі розвитку і ускладнення психічних структур лежить необхідність вирішувати різноманітні проблеми і адаптувати поведінку до нових обставин. Серед методів перевага віддавалася не аналітичній інтроспекції, а *систематичному спостереженню*, оскільки психічні процеси є безперервними, тривалими, а їх штучна зупинка і розчленування, як це пропонувалося структуралізмом, не дозволяє отримати корисних даних. В американському варіанті функціоналізму (Джон Дьюі (1859–1952), Джеймс Роуленд Енджел (1869 – 1949), Роберт Вудсворт (1869 – 1962)) робиться акцент на вивченні пристосувальних реакцій, адаптації до середовища, виробленні навичок поведінки.

Внесок: завдяки функціоналізму сфера інтересів психології значно розширилась: стало можливим вивчення психіки дітей, душевнохворих, тварин, чого не міг забезпечити метод інтроспекції. Результати психологічних досліджень стали широко використовуватися в різних сферах практичної діяльності. Функціоналізм у США проіснував до 1916 року, після чого більшість його представників перейшли на позиції біхевіоризму.

Біхевіоризм (англ. *behaviour* – поведінка), основоположник Дж. Вотсон (1878–1958). Предмет вивчення – поведінка, стимули поведінки. Основний метод вивчення поведінки – об'єктивне спостереження та експериментальне вивчення реакцій організму на впливи зовнішнього середовища з метою виявлення і математичного опису зв'язків між цими змінними. Психічні функції ототожнювалися тільки зі сферою тілесних поведінкових реакцій без урахування можливих внутрішніх факторів структурування поведінкового акту, які не піддаються об'єктивному вимірюванню. Введення ймовірнісного принципу організації поведінки призвело до запровадження в психологію

статистичних кількісних обчислень. Характерна повна абстрагованість від специфіки вихідного матеріалу, з якого синтезуються психічні структури.

Помилки:

- заперечення свідомості як особливої форми регуляції поведінки;
- зведення поведінки до зовнішніх пристосувальницьких актів;
- ототожнення принципів життєдіяльності людини і тварин, ігнорування нейромеханізмів психіки. Переважну частину експериментів біхевіористи проводили на тваринах (здебільшого на білих щурах), а одержані результати поширювалися на людей. При цьому соціальна природа людини і активність її організму, спрямована на перетворення середовища, до уваги не бралися.

Внесок: біхевіористи (Дж.-Б. Вотсон, Е. Торндайк, К.-Л. Халл, Е.-Ч. Толмен, Б.-Ф. Скіннер) внесли суттєвий доробок в розробку емпіричних і математичних методів вивчення поведінки, у постанову *проблеми научіння* (набуття організмом форм поведінки), ґрунтовно розробили категорію дії.

Гештальтпсихологія (від нім. *гештальт* – образ, структура, цілісна форма) виникла у першій чверті XX ст. Основоположники – М. Вертхеймер, В. Келер, К. Кофка – висунули програму вивчення психіки з т. з. цілісних структур (гештальтів), які є первинними відносно своїх компонентів і мають свої власні суб'єктивні феноменологічні характеристики і закономірності. Для цього застосовувався особливий метод *інтроспекції* – «внутрішнє сприйняття», тобто неупереджене і безпосереднє сприйняття усього того, що відбувається в свідомості. Позиція досліджуваного – «наївний спостерігач». Важливо вивчати реакції такими, якими вони є, вивчати досвід, що зберігає свою цілісність. Предмет сприйняття (ціле) не можна розкласти на елементи, бо тоді ціле перестане існувати. У структурі цілого окремі елементи справді існують, але вони є вторинними і виділяються за своїм функціональним значенням у цьому цілому. Реально властивості елементів визначаються законами цілого, в яке вони входять. Наприклад, у сприйманні елементи зорового поля об'єднуються у перцептивну структуру залежно від таких відношень як близькість елементів один до одного, подібність, замкнутість, симетричність. Існує також ряд інших факторів, від яких залежить досконалість і стійкість фігури або структурного об'єднання, – ритмічність у побудові рядів, спільність світла і кольору і т. д. При цьому структура психічних явищ фактично відривалася від будь-яких форм можливого матеріального субстрату психічного, що виключало можливість детерміністичного пояснення психіки. Через недосконалість вихідної методологічної основи, відірваність від реальної людської практики гештальтпсихологія не змогла піднятися до рівня загальнопсихологічної теорії і розпалася. Вплив

гештальтпсихології залишається сильним у дослідженні когнітивних процесів, психології особистості, в різних розділах соціальних наук.

Внесок: була розроблена експериментальна база для вивчення сприймання, пам'яті, мислення (запроваджено поняття «проблемна ситуація», «задача», «інсайт»), застосований *метод емпіричного дослідження мислення* – «міркування вголос»); практичного інтелекту тварин (В. Колер); розроблена категорія психічного образу, принцип системності та ідея пріоритету цілого в динаміці психічних утворень (квазіпотреб, намірів) на мотивацію поведінки людини (К. Левін), міжособистісне сприймання (Ф. Хайдер), описані стадії інтелектуального розвитку (Ж. Піаже).

Недоліки гештальтпсихології намагається долати ***когнітивна психологія***, яка оформилась у самостійний напрям на початку 60–х років XX століття. Її представники (Дж. Брунер, У. Найсер, Д. Норман, Л. Фестінгер, Дж. Келлі та інші) концентруються на дослідженнях внутрішньої організації пізнавальних психічних процесів, питаннях систематизації знань у пам'яті суб'єкта, інформованості, організації семантичної пам'яті, прогнозуванні, вивченні когнітивних стилів. Основним методом є теоретико-інформаційний підхід, у межах якого розроблялися моделі мікроструктури сприймання, уваги і короткочасної пам'яті, що проходили в мілісекундних відрізках часу.

Психоаналіз *(фрейдизм)* – Австрія. Основоположник – *Зигмунд Фрейд* (1856–1939). Предмет – несвідоме, психопатологія, виникнення неврозів. Теоретичну основу психоаналізу складає визначення співвідношення свідомого і несвідомого, психічної динаміки (внутрішніх конфліктів, обумовлених дією біологічних, сексуальних факторів – потягів несвідомого і репресивних щодо них заборон соціального середовища і власного Суперего) і психологічної структури особистості. У дослідженнях фрейдистів переважно застосовувалися *клінічні методи* вивчення особистості: *анамнез, психоаналіз.* Останній ґрунтувався на методиці вільних асоціацій та інтерпретації сновидінь. Представниками цього напряму (А. Адлер, К. Юнг, К. Горні, Е Еріксон, В. Райх, Е. Фромм та інші) активно розроблялися категорії психологічного захисту, невротичних комплексів особистості, стадіальності розвитку « Я», пам'яті, мотивації. Психоаналіз став поштовхом для розвитку системного вивчення особистісного розвитку, норми і патології особистості, а також заклав основи сучасної терапії неврозів.

Основні заперечення проти психоаналізу, які висувають його опоненти: надмірна біологізація поведінки людини, невиправданий перенос висновків, які були отримані в результаті дослідження психічно хворих людей, на психічно здорову особистість.

Об'єктивна психологія розвивалася під впливом еволюційного вчення Ч. Дарвіна, природничонаукових досліджень рефлекторної діяльності головного мозку І. М. Сєченова, І. П. Павлова, В. М. Бехтерєва а також з урахуванням доробку функціоналізму і біхевіоризму. Один із засновників об'єктивної психології *Анрі П'єрон* (1881–1964) висунув тезу про те, що усі живі створіння мають дві фундаментальні властивості – *здатність відчувати* і *здатність діяти*, контактувати з навколишнім світом, які утворюють єдність. Тобто психіка і дія невіддільні одна від одної. Звідси П'єрон робить висновок, що всі психологічні терміни і поняття слід розглядати як дії, що зовні спостерігаються, і як внутрішні суб'єктивні стани (переживання).

Ідеї А. П'єрона, І. М. Сєченова, І. П. Павлова дістали подальший розвиток у працях Л. С. Виготського (1896–1934), П. К. Анохіна (1896–1974), С. Л. Рубінштейна (1889–1960), О. Р. Лурія (1902–1977), М. О. Бернштейна (1896–1966) та ін., що дозволило по-іншому підійти до проблеми суб'єктивного і об'єктивного методів. З цього періоду психологію стали розуміти як *науку про особливу форму психічної діяльності, яка дозволяє людині орієнтуватися в навколишньому світі, відображати і передбачати події оточуючої дійсності, формувати програми поведінки і контролювати їх виконання.* Відповідно, змінилося ставлення до основного методу психології. Завдання психологів полягало в тому, щоб створювати об'єктивні методи вивчення як психічних процесів, так і зовнішньої активності людини, її поведінки і діяльності. Суб'єктивний метод почали використовувати лише як один з прийомів дослідницької діяльності. В експериментальній психології *самоспостереження*, як складний вид психічної діяльності, має досить обмежене застосування. Це зумовлено тим, що не всі процеси піддаються усвідомленню, а сам акт спостереження за своїм психічним станом і діями може значно вплинути на перебіг психічних процесів.

2. Методи психології: вимоги, класифікація

Кожна наука застосовує певні методи дослідження. Їх поділяють на *загальні методи*, які застосовують майже в усіх науках (*аналіз, синтез, індукція, дедукція, системний метод* тощо) і *конкретні*, якими користуються окремі науки.

Загальна схема рівнів методології:

- *філософський або категоріальний* рівень;
- рівень *методології загальнонаукових принципів дослідження;*
- рівень *конкретно-наукової методології;*
- рівень *методики і техніки дослідження.*

Філософський або категоріальний рівень задає загальну стратегію вивчення загальних принципів пізнання і категоріального апарату науки, досліджує найбільш загальні форми і закони руху мислення на шляху до об'єктивної істини. В системі наук про людину *філософська методологія* виконує інтегративну, критико-конструктивну і нормативно-аксіологічну (світоглядну) функції. Вона допомагає побачити найбільш загальні закономірності розвитку людини в природі й суспільстві та задає в якості ідеалу образ людини, який визначає стратегію у розв'язанні завдань виховання і формування особистості.

Методологічними орієнтирами є:

- вивчення буття людини у світі;
- уявлення про роль способу життя у становленні особистості;
- про зв'язок цілепокладання з перетворенням людиною себе і дійсності;
- про сходження людини в історії суспільства до вільної у своїх виявах індивідуальності.

Рівень *методології загальнонаукових принципів дослідження або рівень методології наукового пізнання* повязує філософію з конкретними методами дослідження, які склалися в конкретній галузі наук. Характерною ознакою цього рівня є те, що метод стає об'єктом спеціального вивчення. Тут також розглядаються

- об'єкт та предмет дослідження;
- методологічні принципи;
- шляхи пізнання (теоретичний та емпіричний);
- понятійно-категоріальний апарат.

Головна функція методології наукового пізнання полягає в тому, щоб служити теорією методів для всіх наук.

Третій методологічний рівень складають теорії методів конкретних наук. Методи цього рівня розробляються, удосконалюються, вивчаються окремими науками. Розділи цих наук, які пов'язані з вивченням методів дослідження, можна назвати *спеціальними методологіями*.

***Методи психології** – це сукупність прийомів організації та проведення психологічних досліджень. Це основні шляхи та засоби наукового пізнання психічних явищ та їх закономірностей.*

Психологічне дослідження може включати велику кількість методів, але кожен з них має спеціальне призначення. За допомогою методів вивчають конкретні факти психічного життя, роблять їх кількісний і якісний аналіз, на основі здобутих фактів виводять психологічні закони.

До всіх методів психології висуваються такі загальні вимоги:

1) *об'єктивності* – будь-які психічні явища слід розглядати в єдності з тими зовнішніми причинами й внутрішніми умовами, в яких вони виникають і виявляються. Необхідно забезпечити максимальну однозначність і надійність отриманих результатів. Відповідно, методи мають відповідати тому, для вивчення й оцінки чого вони призначені (*валідність*) та дозволяти отримувати дані в межах статистичної похибки при багаторазовому використанні методу або методики (*надійність*);

2) вивчення психіки у діяльності;

3) *урахування тенденцій розвитку досліджуваного явища.* Потрібно виявляти не тільки ті психічні властивості людини, що уже склалися, а й ті нові особливості психіки, які щойно зароджуються;

4) гуманний підхід;

5) *аналітико-синтетичне вивчення особистості*.

Аналітичне вивчення дозволяє пізнати елементи психіки в різних умовах життя і діяльності особистості, а *синтетичне* дає можливість виявити взаємозв'язки усіх окремих проявів і знаходити те стійке, що характеризує людину в цілому.

Існує декілька підходів щодо класифікації методів психології.

1. За С. Л. Рубінштейном, ***головними методами*** у психології є спостереження та експеримент; *допоміжний метод* – фізіологічний експеримент (основна модифікація – метод умовних рефлексів). Крім того, вчений виділяє також ***прийоми*****:** вивчення продуктів діяльності, бесіду та анкету. Конкретизує метод ***методика*** – термін, який підкреслює використання методу в емпіричному дослідженні. Це поняття визначається як сукупність технічних прийомів, які спрямовані на реалізацію методу як виробленого способу організації взаємодії суб'єкта і об'єкта дослідження, в основі якого конкретні матеріал і процедура.

В. М. Дружинін виділяє у психології три класи методів:

1) емпіричні, де здійснюється зовнішня реальна взаємодія суб'єкта і об'єкта дослідження;

2) теоретичні – методи, які підкреслюють взаємодію суб'єкта з мисленнєвою моделлю об'єкта (предметом дослідження): дедуктивний (аксіоматичний і гіпотетико-дедуктивний) і індуктивний, а також моделювання (структурно-функціональне і функціонально-структурне);

3) інтерпретація і опис – методи, де суб'єкт взаємодіє із знаково-символічними уявленнями про об'єкт (графіки, таблиці, схеми).

Найбільшого поширення набула класифікація методів, запропонована Б.Г.Анаьєвим, у якій вчений виділяє чотири основні групи методів:

Організаційні методи	Методи одержання емпіричних даних	Методи аналізу даних	Інтерпретаційні методи
2 основні групи:	5 основних груп:	2 основні групи:	2 основні групи:
1) методи зрізів (поперечні, поздовжні) *2) метод комбінований* (комплексний)	*1) обсерваційні:* -спостереження; -самоспостереження *2) експериментальні:* -лабораторний; -природний; -формуючий *3) діагностичні:* -питальники; -анкети; -бесіди; -інтерв'ю; -тести; -соціометрія. *4) праксиметричні:** -хронометрія; -професіографія; -вивченння продуктів діяльності *5) біографічний метод-* слугує для збору і аналізу відомостей про життєвий шлях особистості, її проживання, відносини, зміну поглядів, рис характеру тощо.	*1) кількісного аналізу;* *2) якісного аналізу* (групування за типами, групами, рівнями)	*1) Генетичні методи* дослідження походження і розвитку у дитини тих чи інших психічних процесів, етапів розвитку, факторів, які на неї впливають (генетичні або поперечні зрізи, лонгітюдний метод); *2) Структурно-аналітичні методи* - містять подальший аналіз результатів експерименту, за якого експериментатор прослідковує структурну будову прийомів і дій піддослідного (наприклад, пошук виходу з лабіринту)

*- Праксиметрія – вимірювання параметрів індивідуальної та групової діяльності: швидкості і точності виконання дій і операцій, послідовності дій, способів дій, продуктивності діяльності і т.д.

Організаційні методи

1) Метод зрізів – це короткочасна констатація стану досліджуваного об'єкта на різних етапах його розвитку.

Залежно від мети дослідження застосовують поперечні або поздовжні зрізи.

Поперечні зрізи зводяться до співставлення груп досліджуваних, але не дозволяють врахувати їх індивідуальні особливості і простежити, накільки стійкими чи мінливими виявляться з часом окремі властивості особистості та як вони пов'язані між собою. Приклади*:*

порівняльно-онтогенетичне дослідження (вивчаються діти різного віку);

порівняльно-патологічне (вивчається психіка здорових і психічно хворих людей);

порівняльно-педагогічне (досліджувані знаходяться в різних педагогічних умовах).

Поздовжні зрізи дозволяють прослідкувати зміну окремих психічних якостей у одних і тих самих людей упродовж тривалого часу, що в кінцевому результаті допомагає вивчити особистість в її цілісності. При цьому можуть застосовуватися різноманітні методи збору фактичного матеріалу, але вони мають бути спрямовані на той самий об'єкт дослідження.

2) Комбінований метод дозволяє використовувати поперечні та поздовжні зрізи в системі, комплексі.

Методи одержання емпіричних даних

Основні методи дослідження:

1) Спостереження за поведінкою людини в природних й експериментальних умовах;

2) Метод експерименту.

Спостереження – метод психології, об'єктом якого є дії і вчинки, почуття, вольові, моральні та інші якості людини. Дослідник вивчає психічне явище без зміни умов. Він не повинен обмежуватись описом лише зовнішніх фактів, а й обов'язково давати наукове пояснення психологічної природи явищ.

Вимоги до спостереження:

- наявність чіткої мети, плану; має проводитися систематично, в різних умовах життя і діяльності людей; обов'язкова фіксація результатів у протоколах або щоденнику.

Класифікація видів (способів) спостереження:

1) за контактом:

- опосередковане – безпосереднє (контактне)

2) за умовами діяльності:

- польове (природне) – лабораторне (експериментальне)

3) за характером взаємодії з об'єктом:

- включене – невключене;
- відкрите – приховане ("інкогніто"),

4) за метою:

- випадкове – цілеспрямоване,

5) за впорядкованістю:

- суцільне (за часом), – довільне
- вибіркове – структуроване

6) за фіксацією результатів:

- констатуюче – оцінюнювальне

Типові помилки при спостереженні:

1) суб'єктивізм – спостереження завжди характеризується деякою суб'єктивністю, тому необхідно утримуватися від передчасних узагальнень і висновків, проводити спостереження багато разів, контролювати його результати за допомогою інших методів, що дозволить забезпечити його об'єктивність;

2) гала-ефект (або ефект ореолу) – висновки робляться на основі поодиноких вражень, виходячи з того, подобається чи не подобається досліднику об'єкт спостереження;

3) усереднення оцінки процесів, що спостерігаються (відомо, що крайнощі зустрічаються рідше, ніж властивості середньої інтенсивності);

4) контрасту – викликані схильністю спостерігача підкреслювати протилежні собі риси у тих, за ким ведеться спостереження;

5) стереотипізації – пов'язані з застереженнями, етнічними і професійними стереотипами.

Самоспостереження – це різновид спостереження, об'єктом якого є психічні стани, дії самого суб'єкта. Застосовується у тих випадках, коли дослідник хоче безпосередньо сам, а не зі слів інших людей чи показників апаратури, одержати інформацію про психічні стани чи процеси. Самоспостереженню належить важлива роль у формуванні самосвідомості, розвитку самооцінки і самоконтролю особистості. Результати самоспостереження подаються у вигляді самозвіту.

Експеримент від простого спостереження відрізняється тим, що дослідник може довільно змінювати умови перебігу психічного явища і, спостерігаючи за результатами такого втручання, робити висновки про закономірності досліджуваного явища. Отже, цей метод більш активний, ніж спостереження. За рахунок контролю за всіма змінними експеримент забезпечує високу точність результатів, які необхідні і для опису і для пояснення психічних явищ, дозволяє отримати кількісні та якісні характеристики досліджуваного об'єкта, робить можливими повторні дослідження в аналогічних умовах. *Недоліками* є те, що штучно створені умови діяльності досліджуваних

не зовсім відповідають реальним, а досліджувані знають, або здогадуються, що вони є об'єктами дослідження.

Різновиди експерименту*:*

а) лабораторний – це прямий, безпосередній експеримент, який проводиться у лабораторних умовах зі спеціальним обладнанням. За допомогою нього вивчаються психофізичні та психофізіологічні явища, а також процеси уваги, пам'яті, мислення тощо. Досліджуваний знає, що над ним експериментують і добровільно діє за чітко визначеною інструкцією.

б) природний – проводиться в природних умовах. Він покликаний усунути напруження, яке відчуває людина, знаючи, що над нею експериментують, і перенести процедуру дослідження у звичайні, природні умови (урок, співбесіда, гра, домашні заняття і т. п.). Отже, досліджуваний виконує завдання, але не знає, що над ним експериментують.

в) формувальний (або розвивальний) експеримент, в ході якого через створення спеціальних ситуацій відбувається розвиток психічних процесів, здібностей, або поглиблення знань, умінь і навичок і разом з тим розкриваються закономірності, механізми, тенденції психічного розвитку, шукаються шляхи і способи оптимізації навчання тощо.

Допоміжні методи дослідження

Діагностичні методи дозволяють одержати більш-менш повну, чітку картину того чи іншого процесу, властивості, стану.

Малоформалізовані діагностичні методи та методики:

Опитування – метод, який призначений для одержання від досліджуваного різної об'єктивної і суб'єктивної інформації, коли він дає відповідь на ряд запитань. Різновиди*: усне, письмове, довільне, стандартне.*

Анкета – письмове опитування, яке включає стандартні питання. Дозволяє охопити велику кількість людей. *Недолік* – не можна заздалегідь врахувати реакції того, хто відповідає, і змінити питання.

Бесіда, інтерв'ю – їх проводять, коли необхідно одночасно вести спостереження за поведінкою і реакціями людини, яка відповідає на усні запитання. Можуть бути *стандартизованими та довільними.*

Ці методики дають цінні відомості про досліджуваного, особливо коли предметом вивчення виступають такі психічні процеси і явища, які мало піддаються об'єктивізації (суб'єктивні переживання, особистісні смисли тощо), або є дуже динамічні за змістом (динаміка цілей, станів, настоїв).

Формалізовані методики (тести, опитувальники, методики проективної техніки, психофізіологічні методики) дозволяють зібрати діагностичну інформацію у відносно короткий термін і у такому вигляді, який дає

можливість кількісно і якісно порівнювати індивідів між собою. Для них характерні:

- ✓ певна регламентація;
- ✓ об'єктивізація процедури обстеження або випробування (точне дотримання інструкції, строго визначені способи подання стимульного матеріалу, невтручання дослідника в діяльність досліджуваного та ін.);
- ✓ стандартизація (тобто встановлення однакових правил проведення обробки і представлення результатів діагностичних експериментів);
- ✓ надійність;
- ✓ валідність.

Тести – це спеціалізовані методи психологічного діагностичного дослідження, за допомогою яких можна одержати точну кількісну та якісну характеристику досліджуваного явища шляхом вимірювання індивідуально-психологічних відмінностей через вербальні або невербальні зразки відповідей або інші види поведінки. Від інших методів дослідження тести відрізняються тим, що вони вимагають стандартизованої, перевіреної процедури збору та переробки даних, а також їх інтерпретації.

За допомогою тестів можна вивчати і порівнювати між собою людей, оцінювати їх психологію та поведінку.

Види тестів:

Тести-опитувальники засновані на системі заздалегідь відібраних і перевірених з точки зору їх валідності та надійності запитань або тверджень, за відповідями на які можна судити про певні психологічні якості людини, психічні стани, особистісні риси і властивості. Кількісно оцінювати їх за допомогою спеціально розроблених шкал. Діагностування проводять за допомогою численних особистісних опитувальників, опитувальників стану і настрою, думок, а також опитувальників-анкет тощо.

Від анкет особистісні питальники відрізняють спрямованість на вивчення психологічних особливостей; стандартизація процедур застосування та інтерпретації; опора на певну наукову концепцію, теорію; наявність норм виконання або відповідних критеріїв розвитку, щодо яких здійснюється стандартизація індивідуальних результатів; перевірка ступеня валідності і надійності.

Недоліки: досліджуваний може свідомо впливати на результати; крім того, ці тести не використовуються при вивченні тих характеристик, в існуванні яких у себе досліджуваний не може бути повністю впевненим, не усвідомлює, або не хоче визнавати їх наявність (наприклад: негативні якості, приховані мотиви).

Тести-завдання – людина оцінюється не на основі того, що вона говорить, а на основі того, що вона робить, наприклад, це можуть бути *тести інтелекту, тести спеціальних здібностей, тести досягнень* (визначають ступінь володіння певними уміннями і навичками). У межах цього типу тестів людині дається серія спеціальних завдань, за кінцевим результатом яких роблять висновок про якість, що вивчається (інтелектуальні функції, знання, способи розв'язання, зорово-моторна координація та. ін.). Успішність досліджуваного (його оцінка в балах) залежить від кількості правильно розв'язаних завдань або виконаних дій за одиницю часу, допущених помилок.

Проективні тести *або методики*. У їх основі лежить механізм проекції, згідно якому неусвідомлювані людиною позитивні і особливо негативні якості вона схильна приписувати не собі, а іншим людям, проектувати їх на інших. При застосуванні цих тестів про досліджуваного судять на основі того, як він оцінює невизначені (слабо структуровані) стимули, ситуації, інших людей. Наприклад: "Тест чорнильних плям Роршаха", "Тест вибору кольору Люшера", тест "Неіснуюча тварина", "Тест малюнкових фрустрацій Розенцвейга" та ін.

Недоліки: проективні тести висувають високі вимоги до рівня знань, та інтелектуального розвитку досліджуваних; а також потребують високої професійної кваліфікації психолога.

Соціометрія – методика виявлення міжособистісних переваг у групах і фіксування емоційних переваг. Широко застосовуються для виявлення симпатій між членами групи, які можуть самі не усвідомлювати відношень і не знати про їх наявність чи відсутність. Соціометричний метод досить оперативний, його результати можуть бути математично оброблені та графічно виражені.

Праксиметричні методи

Метод вивчення продуктів діяльності. Об'єкт вивчення – психічні процеси, які реалізуються за допомогою дій (малюнки, письмові роботи, щоденники, класний журнал та ін.).

Методи аналізу даних

1) Методи кількісного аналізу – передбачають використання математичних розрахунків (напр., обчислення моди, медіани, середнього арифметичного, стандартного відхилення, коефіцієнту вірогідності, коефіцієнту кореляції та ін.) Висновки робляться на основі розмірковувань стосовно одержаних фактів.

2) Методи якісного аналізу – полягають у розкритті рівня розвитку досліджуваного явища, причинних зв'язків, соціального положення, статі, тощо. Якісний аналіз залежить від кількісного. Наприклад, для вивчення особливостей засвоєння понять можуть бути використані такі якісні

показники, як повнота вирізнення ознак, їх правильність; ступінь суттєвості та інше.

3. Процедура психологічного дослідження

Наукове дослідження передбачає усвідомлення й фіксацію мети дослідження, засобів дослідження (методологію, підходи, методи, методики), орієнтацію дослідника на відтворюваність результату.

Класифікація наукових досліджень за їх характером:

а) фундаментальні й прикладні;

б) монодосциплінарні й міждисциплінарні;

в) аналітичні й комплексні.

Фундаментальне дослідження спрямоване на пізнання реальності без урахування практичного ефекту від застосування знань.

Прикладне дослідження проводиться з метою отримання знання, яке повинно бути використано для вирішення якогось конкретного практичного завдання.

Монодисциплінарне дослідження проводиться в межах окремої науки (у нашому випадку – психології). Як і міждисциплінарні, ці дослідження потребують участі спеціалістів різних галузей і проводяться на стику декількох наукових дисциплін. До цієї групи можна віднести генетичні дослідження, дослідження в сфері інженерної психофізіології, а також дослідження на стику етнопсихології і соціології.

Аналітичне, або однофакторне дослідження спрямоване на вияв одного найбільш суттєвого, на думку дослідника, аспекту реальності.

Комплексне дослідження проводиться з використанням системи методів і методик, за допомогою яких вчені намагаються охопити максимально (або оптимально) можливе число значущих параметрів досліджуваної реальності.

Як правило, більшість досліджень має *теоретико-емпіричний характер*.

За метою дослідницької діяльності дослідження поділяються на

- ✓ пошукові – розв'язок нової проблеми або старої проблеми у новий спосіб;
- ✓ уточнюючі – уточнення та конкретизація окремих фактів;
- ✓ критичні – критичний аналіз відомих досліджень, спростування теорій;
- ✓ відтворюючі – відтворення за змістом та структурою робіт інших авторів.

Емпіричне психологічне дослідження має певну структуру, в якій виділяють п'ять основних етапів.

І етап – ***орієнттувальний.*** Він включає в себе вибір і попереднє спостереження за об'єктом дослідження, вивчення умов його життєдіяльності, можливі зв'язки фактів або подій між собою. Закінчуються цей етап формулюванням попередньої (робочої) гіпотези дослідження (гіпотеза – це висновок, який робиться на основі певних фактів і потребує доказів).

II етап – ***планування***. Розробляється *план дослідження*, формулюються *завдання*, які виходять з *гіпотези*, здійснюється вибір *процедури дослідження*, яка є найбільш спорідненою з сутністю предмета (логнгітюдне або дослідження зрізів, генетико-моделюючий або формуючий експеримент та ін.); вибір або побудова адекватних прийомів і методів емпіричного дослідження (спостереження, експеримент, тестові та проективні методи, біографічний метод, бесіда тощо). Обов'язково збираються необхідні матеріали, готуються протоколи, журнали, апаратура і т. д.

III етап – ***емпіричне дослідження*** *сутності предмета, експериментування*. Складається з серії досліджень. Емпіричне дослідження передбачає детальну організацію ситуації дослідження, процедурних компонентів та комплексу умов, які забезпечать найефективніше проходження учасниками дослідження всіх передбачених процедур, а також найповнішу фіксацію даних про хід і результати дослідження.

IV етап – ***обробка експериментальних даних***. Він передбачає застосування якісних та кількісних методів обробки одержаної інформації. Використовуються спеціальні психологічні методи, які забезпечують аналіз та інтерпретацію емпіричних даних дослідження: *контент-аналіз* (для узагальнення змістової інформації), *матричні моделі* (для узагальнення інформації змішаного типу: «зміст» + кількісні дані»).

Для узагальнення інформації переважно кількісного характеру та підтвердження наявності закономірних зв'язків між тими чи іншими явищами використовуються математичні методи: кореляційний, факторний, регресійний та інші види аналізу.

V етап – ***аналіз***, ***інтерпретація та тлумачення результатів***. На даному етапі дослідник подає результати та висновки свого дослідження, обираючи для цього найбільш інформативний спосіб та форму: графічне моделювання (графіки, діаграми, структурне зображення), схематичне моделювання (схеми-моделі, які представляють не тільки змістову ієрархію досліджуваних явищ, їхніх характеристик, ознак тощо, а й моделюють закономірні взаємопереходи та взаємовпливи між ними), ілюстративне відображення дослідницьких матеріалів та ін. Дослідник також оцінює проведене дослідження за такими його змістовими характеристиками, як: цілісність, завершеність, самостійність, самодостатність, перспективність.

Завершення пізнавального циклу дій стосовно предмета дослідження відкриває психологу можливість *планування та організації перетворюючих впливів* на психологічні явища. Так починається цикл перетворюючих дій психолога, основним змістом яких стає здійснення формуючих, змінюючих, розвиваючих та інших впливів на сутність явищ.

Література: [1], [2], [4], [8], [14], [40], [48], [77], [79].

Питання для самоперевірки

1. Що таке метод наукового дослідження?
2. У чому полягає проблема методу в психології?
3. Укажіть переваги і недоліки методу інтроспекції.
4. Чим викликана криза в психології в кінці XIX ст. на поч. XX ст.?
5. На яких засадах будується об'єктивна психологія?
6. Які методи належать до групи основних?
7. Які методи належать до групи додаткових?
8. Чи згодні ви з думкою, що розділення методів на основні та додаткові ґрунтується переважно на можливостях вивчати більше або менше коло психічних явищ?
9. Дайте характеристику основних напрямів психології з точки зору їх методології і методів дослідження.
10. Який внесок у методи дослідження поведінки здійснив біхевіоризм? Укажіть основні недоліки біхевіоризму в дослідженні психічних явищ.
11. Схарактеризуйте внесок у психологію та медоди її дослідження представників гештальтизму.
12. Чи згодні ви з твердженням, що недостатність самоспостереження як методу наукового дослідження проявляється лише в суб'єктивізмі трактування його результатів?
13. У чому полягає головна відмінність експерименту від спостереження? Назвіть переваги того й іншого для дослідження у школі.
14. У чому полягає відмінність природного експерименту від спостереження? У чому проявляються позитивні сторони першого і другого методу?
15. Яких вимог необхідно дотримуватися при використанні бесіди і анкетного методу дослідження?
16. Що для з'ясування психічних явищ дає кількісний аналіз результатів дослідження?
17. Що для з'ясування психічних явищ дає якісний аналіз результатів дослідження?
18. У чому полягає коректність трактування результатів, отриманих в результаті застосування тестів?

Тема 3. **Розвиток психіки і свідомості**

План

1. Психіка як результат еволюції матерії.
2. Стадії розвитку психіки у тварин.
3. Психіка та свідомість. Складові первісної свідомості.
4. Структура свідомості. Самосвідомість.
5. Несвідоме та його роль у психічній діяльності людини.
6. Психофізіологічна проблема: мозок і психіка.

Ключові поняття : подразливість, чутливість, таксис, тропізм, інстинкт, стадія елементарної сенсорної психіки, стадія перцептивної психіки, практичний інтелект, перша і друга сигнальні системи як регуляттори психічних явищ, первісна свідомість, структура свідомості, несвідоме, підсвідоме, надсвідоме, самосвідомість, функціональна асиметрія мозку.

1. Психіка як результат еволюції матерії

У науці ще з доби античності триває суперечка між ідеалістичним та матеріалістичним напрямками щодо філософського розуміння природи і вияву психіки. Згідно з *ідеалістичним розумінням психіки* у світі існує не одне, а два начала: матеріальне та ідеальне. Вони незалежні, вічні, не зводяться і не випливають одне з одного. Хоча вони і взаємодіють, але все ж розвиваються за своїми законами. На всіх щаблях свого розвитку ідеальне ототожнюється з психічним. Згідно з *матеріалістичними поглядами* психіка є властивістю високоорганізованої матерії, яка забезпечує самоуправління розвитком і самопізнання. Щоб правильно зрозуміти матеріалістичну природу психіки взагалі або специфіку психіки людини зокрема, необхідно відповісти на такі питання:

- Коли і чому в процесі біологічної еволюції виникла психіка ?
- Як психіка розвивається і удосконалюється ?

Психологи спочатку пов’язували виникнення психіки з появою людини в процесі еволюції – *антропопсихізм* (Р. Декарт). Пізніше поширилися *панпсихічні* теорії (Д. Дідро, К. А. Гельвецій, Г. Фехнер), які стверджували, що психіка притаманна всій природі, всьому світу. Представники *біопсихізму* (Е. Геккель, В. Вундт) дотримувалися думки, що психіка є властивістю живої матерії, тобто властива і рослинам. Під впливом ідей Ч. Дарвіна психіку стали вважати властивістю організмів, що мають нервову систему (*нейропсихізм*). К. К. Платонов появу психіки пов’язував з появою головного мозку (*мозкопсихізм*), але жодна з теорій не змогла задовільно розв’язати дану проблему.

Першим кроком у цьому напрямку є визначення *об'єктивного критерію психіки*, тобто такої її ознаки, яку можна спостерігати і фіксувати, і яка дозволила б стверджувати, що у даного організму є психіка. На думку О. М. Леонтьєва, таким критерієм є *чутливість*, тобто здатність живих організмів реагувати на біологічно нейтральні впливи – такі види енергії або властивості предметів, які безпосередньо не беруть участі в обміні речовин, але знаходяться в об'єктивно стійкому зв'язку з біологічно значущими об'єктами (тобто є їх сигналами). Якщо організм набуває здатності відображати біологічно нейтральні властивості (звук, світло, запах та ін.) і встановлювати їх зв'язок з біологічно значущими властивостями, то можливості його виживання набагато покращуються. Відображення біологічно нейтральних властивостей нерозривно пов'язане з *поведінкою* як формою пошукової (рухової та психічної) *активності* живих істот. Поведінка »вбудовується» між актуальною ситуацією і біологічним вітальним актом – обміном речовин. Її сенс полягає в тому, щоб забезпечити біологічний результат там, де умови не дозволяють йому реалізуватися безпосередньо, одразу. Уже відчуття як елементарна форма психічного орієнтує організм відносно значущих умов середовища, опосередковує його вітальні пристосувальні акти. Наведені міркування дозволяють дати відповідь на питання про доцільність виникнення психіки в процесі біологічної еволюції – *психіка забезпечує ефективнішу адаптацію організму до середовища*.

Виникнення і розвиток психіки в тваринному світі підлягали дії загального закону еволюції: *генетично закріплюється те, що біологічно корисно*. Пристосування живих організмів відбувається двома способами:

1) шляхом зміни будови і функціонування органів (у рослин і тварин);

2) шляхом зміни поведінки без зміни організації (має місце лише у тварин і пов'язане з виникненням психіки).

Цей поведінковий або психічний спосіб має два різних напрямки:

1) *еволюція інстинктів* – повільна зміна спадкових форм поведінки відбувалася під впливом повільних змін у зовнішньому середовищі. Її темпи збігалися з темпами зміни будови органів тварин.

2) *набуття індивідуального досвіду*, яке забезпечували »розумні дії» – швидкі зміни поведінки, своєрідні «винаходи» нових способів поведінки у відповідь на швидку зміну середовища, коли інстинкти не спрацьовували. У спадок передаються не самі дії, а здатність до них. Вона і визначає рівень психічної організації тварини.

Далі з'ясуємо, як виникла психіка.

За гіпотезою Леонтьєва, поштовхом до появи психічного відображення у його найелементарнішій формі – *чутливості* – міг посприяти перехід від

життя в однорідному, гомогенному середовищі до середовища дискретних, тілесно оформлених об'єктів. Найпростіші живі організми існували в гомогенному розчині поживних речовин, з якими вони були у безпосередньому контакті. Для засвоєння цих речовин їм було достатньо простої *подразливості*. Якщо біотичних властивостей, до яких виявлялася подразливість, було декілька, то вітальна реакція на одну з них мала обумовлювати реакцію на іншу. Інакше кажучи, уже на допсихічній стадії відображення – *подразливості* – деякі властивості могли набувати подвійної функції: брати безпосередню участь в обміні речовин і сигналізувати про інший життєво важливий вплив. Такі впливи називаються *біотичними*. На етапі допсихічного життя організми здатні лише до конкретного типу рухів (*тропізмів*) у певному напрямку під впливом біотичних подразників.

Прикладами тропізмів є: *фітотропізми* (рух рослин до сонця); *геотропізми* (рух коріння глибоко в ґрунт, де є волога і поживні речовини); *термотропізми* (рух до тепла). Тропізми можуть бути *позитивними* – рух до умов, необхідних для життя, і *негативними* – рухи від шкідливих для організму умов. Організми, що мають лише подразливість, живуть у середовищі, де є всі необхідні для життя умови.

Наступний еволюційний крок міг полягати в тому, що через зміну середовища деякі впливи перестали бути вітально значущими. Однак організм продовжував на них реагувати як на сигнали біотичних впливів. Це й означало появу чутливості. Таким чином, чутливість, ймовірно, з'являється на ґрунті подразливості. Її поява означала якісно новий тип відображення – *психічний*, який має два аспекти: об'єктивний (рухова реакція на подразник) і суб'єктивний, який виявляється у внутрішньому переживанні, відчутті. Поведінка, як прояв життєдіяльності живих істот, завдяки якій вони пристосовуються до середовища і задовольняють біологічні потреби, набуває форми цілісного рефлекторного процесу (*стимул – емоція – реакція*), що забезпечує диференціацію відчуттів. Подразливість суб'єктивного аспекту не має і виявляється як фізіологічна реакція.

Отже, процес розвитку психіки має такі особливості:

- ускладнення форм поведінки (форм рухової активності);
- удосконалення органів чуттів , які виконують рецептивні функції. Наприклад, орган зору виник з чутливості організму до світлових подразників. Спочатку ця чутливість була розсіяна по всьому організму, але на вищих етапах поступово зосереджувалася в передній, головній частині;
- розвиток нервової системи, основна властивість якої – чутливість до впливів довкілля. Разом з нею виникло психічне відображення, яке

ускладнюється разом з ускладненням умов життя, що і обумовлює будову організму;

– удосконалення здібності до індивідуального научіння;

– ускладнення форми психічного відображення (одночасно як фактор і як наслідок попередніх тенденцій).

За О. М. Леонтьєвим, кожен новий щабель психічного розвитку починається з ускладнення будови діяльності як форми зв'язку живої істоти з середовищем її існування. Нова ж форма психічного відображення виникає слідом за цим ускладненням діяльності і, в свою чергу, робить можливим її подальший розвиток. Отже,, психіка – це єдина циклічна система з дуже давньою еволюційною історією.

2. Стадії розвитку психіки у тварин

Уся історія розвитку психіки поділяється на ряд стадій і рівнів (за О. М. Леонтьєвим і К. Е. Фабрі)

Рівні психічного відображення	Особливості поведінки живих істот, нервова система	Види живих істот на даному рівні
І. Стадія елементарної сенсорної психіки		
А.Нижчий рівень. Примітивні елементи чутливості. Розвинута подразливість.	А. Чіткі реакції на біологічно значущі властивості середовища через зміну швидкості і напрямку руху. Елементарні форми рухів. Слабка пластичність поведінки. Несформована здібність реагувати на біологічно нейтральні, позбавлені життєвого значення властивості середовища. Слабка, нецілеспрямована рухова активність. Сіткоподібна система провідних шляхів.	А. Найпростіші. Багато нижчих багатоклітинних організмів, які живуть у воді.
Б. Вищий рівень. Наявність відчуттів. Поява найважливішого органу маніпулювання – щелеп.	Б. Чіткі реакції на біологічно нейтральні подразники. Розвинута рухова активність (повзання, риття в ґрунті, плавання з виходом з води на суходіл). Здатність уникати несприятливих умов середовища, вести активний пошук позитивних подразників. Індивідуальний досвід і научіння відіграють незначну роль. Головне значення у поведінці мають жорсткі природні програми (інстинкти). Вузлова, ганглійна нервова система.	Б.Кільчасті черви, молюски, деякі інші безхребетні.

ІІ. Стадія перцептивної психіки.		
А. Нижчий рівень. Відображення зовнішнього світу у формі образів предметів. Інтеграція, об'єднання у цілісний образ властивостей предмета. Головний орган маніпулювання - щелепи.	А. Формування рухових навичок. Переважають ригідні, генетично запрограмовані компоненти. Рухові здібності досить складні і різноманітні (пірнання, повзання, біг, стрибки, лазіння). Активний пошук позитивних подразників, уникнення негативних (шкідливих) подразників, розвинута захисна поведінка. Трубчата нервова система (у хордових).	А. Риби та інші нижчі хребетні, а також (частково) деякі інші безхребетні (членистоногі, головоногі молюски). Комахи.
Б. Вищий рівень. Елементарні форми мислення (розв'язання практичних завдань). Формування певної «картини світу».	Б. Високорозвинені інстинктивні форми поведінки. Здібність до научіння. Центральна нервова система.	Б. Вищі хребетні (птахи і деякі ссавці).
В. Найвищий рівень (*практичний інтелект*). У практичній діяльності виокремлюється особлива орієнтаційно-дослідницька підготовча фаза. Здібність розв'язувати ту ж саму задачу різними способами.	В. Виділення спеціальних органів маніпулювання: лап і рук. Розвиток дослідницьких форм поведінки з широким використанням раніше набутих знань, умінь та навичок. Перенесення знайденого принципу рішення задачі у нові умови. Створення і виокремлення в діяльності примітивних знарядь. Здібність до пізнання незалежно від наявних біологічних потреб. Безпосереднє знаходження і врахування причинно-наслідкових зв'язків між явищами в практичних діях (інсайт). Научіння відбувається через механізми наслідування і перенесення. Досить розвинута система комунікації тварин. Кора великих півкуль головного мозку.	В. Людиноподібні мавпи, деякі інші вищі хребетні (ведмеді, собаки, дельфіни)

3. Психіка та свідомість. Складові первісної свідомості

З розвитком наук, особливо історії і біології, поступово формувалися погляди на походження людини і її свідомості. У процесі біологічного етапу розвитку психіки утворилися передумови появи вищої, специфічно людської форми психіки – свідомості. Подальший розвиток психіки на рівні людини йде

за рахунок пам’яті, мови, мислення та свідомості завдяки ускладненню діяльності й удосконаленню засобів праці, винайденню і широкому використанню знакових систем.

Основні етапи розвитку психіки людини (філогенез)

Форми психіки	Види поведінки
Практичний і абстрактний інтелект прадавніх людей на основі довільної уваги, пам’яті, конкретного і абстрактного мислення, уяви, знань, умінь, навичок.	Складні види групової та індивідуальної поведінки з використанням матеріальних і знакових засобів, знарядь праці, навичок, досвіду.
Свідомість і самосвідомість – сукупність пізнавальних, мотиваційних, цілеутворюючих, емоційно-почуттєвих і рефлексивних здібностей індивіда.	Продуктивна та репродуктивна діяльність індивіда в процесі засвоєння та використання зовнішніх і внутрішніх засобів, матеріальних та ідеальних знарядь праці, рефлексивної організації поведінки.
Особистість – соціально зумовлена система вищих психічних властивостей, здібностей до спілкування, програмування, самопізнання і самовдосконалення, абстрактного мислення, уяви, формування системи знань, умінь, навичок, інди-відуального стилю діяльності та поведінки.	Складні види творчої діяльності та соціальної поведінки з перетворення навколишнього світу та власної психіки.

Постає питання, як саме і в якій послідовності відбувся перехід від тваринної до людської психіки?

Розвиток психіки у філогенезі ґрунтується на процесах діяльності, що обслуговує організм як біологічний рівень життя. Будова людського організму якісно відрізняється від інших живих організмів: розділення функцій передніх і задніх кінцівок, прямоходіння, функціональна асиметрія великих півкуль головного мозку, особлива будова мовнорухового апарату, яка дозволяє артикулювати звуки тощо. Згідно еволюційної теорії Ч. Дарвіна – це все є результатом природного добору, але людина не може безпосередньо і

поступово виникнути у природному середовищі – занадто вже велика прірва між тваринами і людиною.

Академік Б. Ф. Поршнєв у 1960-ті роки запропонував оригінальну теорію, яка пояснює хід і причини виникнення *первісної свідомості*. Згідно з даними *палеоантропогенезу* між мавпами і людиною існували так звані *гомініди*: вищі прямоходячі примати – уже не тварини, але ще не люди, які вели стадний спосіб життя, тобто утворювали спільність. Якісні відмінності гомінід, як виду, виявляються насамперед у їхній *гіперсугестивності* (наднавіюваності), яка не характерна ні тваринам, ні людині. Завдяки цій властивості невеликі спільності гомінід відзначалися високою згуртованістю, потребою у наслідуванні, ослабленням інстинкту самозбереження. Ці істоти не мали собі рівних у можливостях задоволення природних потреб, успішно протистояли хижакам, не боялись вогню і стали його використовувати для обробки їжі та захисту від холоду, що дозволило їм відносно не залежати від кліматичних умов і розселятися навіть в періоди оледеніння. Забезпеченість білковою калорійною їжею сприяла фізичній еволюції, відносному збільшенню тривалості життя, приросту маси мозку і створила передумови для якісної зміни виду в цілому.

Гіперсугестивність призвела не лише до домінування спільного над індивідуальним, а й до внутрішньої перебудови організації психічної діяльності. Водночас на рівні організму гомінід виникли явища *функціональної асиметрії* вищої нервової діяльності, що призвело до якісної зміни просторової орієнтації. Для встановлення часових і причинно-наслідкових зв’язків уже було не потрібно кожного разу повертати голову, тіло, рухати аналізаторами (очі, вуха). Функціональна асиметрія дозволяла здійснювати ці повороти, переноси, «мисленнєво», «уявно» – з точки зору пралюдини, хоча ще й мимовільно, без участі свідомості.

Гіперсугестивність і функціональна асиметрія разом створили соціальну і біологічну основи виникнення *мови*, оскільки зсув, зміщення сигналів призвели до того, що вони стали подвоєними стосовно один одного, тобто стали сигналами сигналів. Згідно з вченням І. П. Павлова про *дві сигнальні системи*, вся психічна діяльність тварин відбувається на рівні першої сигнальної системи. Це образи предметів (зорові, слухові, нюхові та ін.), які є для тварин сигналом якого-небудь безумовного подразника, що спричинює зміну поведінки за типом умовного рефлексу. Елементи комунікації тварин не означають зовнішніх предметів та їх властивостей і відношень – вони пов’язані з конкретною ситуацією і служать конкретним біологічним цілям. Сигнали першої сигнальної системи у людини також відіграють важливу роль у регуляції поведінки, але, на відміну від тварин, поведінкою людини керують

не безпосередні сигнальні подразники, а їх *образи* – сигнали мозку. Ці образи-сигнали сигналізують про предмети і тим самим впливають на поведінку людини. Відомо, що більше половини всієї інформації про навколишній світ людині постачають зоровий і слуховий аналізатори, тому серед усіх сигналів домінують видимі дії, частіше за все дії інших осіб, та зовнішні звуки. Вони стають сигналами сигналів, які коригують усі інші сигнали. Сигнали сигналів, або знаки сигналів, надають з цього моменту статус *жестів* звичним або спільним діям, а також і звукам, які спільно чуються і вимовляються. Так виникає знакова, але ще не символічна, *прамова* в її безпосередній формі, невіддільно від ситуації спільної діяльності. Прамова є ситуативною, вона доінтелектуальна, однак вона уже спільна. Це означає, що прапращур людини це вже не просто тварина, а суспільна тварина. Умовно кажучи, цій стадії розвитку в онтогенезі відповідає маленька дитина, яка знаходиться на стадії доінтелектуальної мови (1-3 роки). Перехід до символічної, неситуативної мови, яка є виключною прерогативою людини, ймовірно відбувся тоді, коли спільності людей стали активно протидіяти одна одній, ворогувати за вільні території, яких на той час уже майже не залишилось. Цей процес взаємодії, очевидно, міг бути спрямованим виключно проти гіперсугестивності. Засобами, які протистоять навіюваності, стають заперечуючі дії, жести, звуки, які покликані забезпечити захист від зовнішнього навіювання. Мова набула нову функцію – *інтердиктивну*, тобто гальмівну в своїй основі, заборонну за своїм змістом (*табу*). Мова, яка заперечувала ситуацію, ставала абстрагованою від ситуації і, відповідно, її можна було в принципі переносити з однієї ситуації на іншу. Виникає *друга сигнальна система* – слова, поняття. За допомогою слів можуть бути сигналізовані, замінені сигнали першої сигнальної системи. Слово їх замінює, узагальнює і може викликати всі ті дії, які викликають перші сигнали, або протидіяти їм. Таким чином виникає людина з її символічною смисловою мовою і відносно невисокою навіюваністю, яка дозволяє досить інтенсивно наслідувати інших (дорослих) до того часу, доки не будуть розвинені індивідуальні пізнавальні можливості. Друга сигнальна система стала могутнім засобом самоуправління і саморегуляції людини. Сприймання набуло таких властивостей як предметність, константність, осмисленість, структурність, увага стала довільною, пам’ять – смисловою, мислення – логічним і абстрактним. Завдяки мові практично всі психічні процеси людини вийшли за межі своєї природної обмеженості, отримали можливість подальшого, потенційно безмежного вдосконалення.

Виняткове значення для формування психіки людини мала спільна діяльність. Розподіл праці, який відбувався між людьми, призводив до радикального ускладнення будови діяльності. Якщо вершиною розвитку

діяльності у тваринному світі стало виникнення в її складі окремих операцій, що мають пристосувальний характер, то в діяльності людини з'являється *дія* – сукупність операцій, спрямованих на створюваний предмет. Тварини не здатні виготовляти знаряддя й предмети за допомогою інших знарядь. Вони використовують знаряддя лише для біологічних цілей і в конкретних ситуаціях і ніколи не взаємодіють один з одним з приводу використання цих знарядь. Для первісних мисливців вистежування і сполохування дичини, полювання, виготовлення знарядь праці є різновидом дії, яка, на відміну від *операції*, може бути позбавлена біологічного сенсу, але завжди має соціальний смисл. Наявність такого сенсу забезпечує здійснення діяльності за умови розбіжності того, на що вона спрямована (дичина – полювання, камінь – виготовлення знарядь), і того, що її реально спонукає (потреба в їжі, одязі, помешканні). Така розбіжність є характерною рисою дії і може розглядатися як *критерій людини*, бо у тварин функції спонукання і спрямування діяльності злиті. З виділенням у будові діяльності дії психіка набуває вигляду *первісної свідомості* – образу довколишнього в його стійких, незалежних від біологічних потреб первісної людини, властивостях.

Складниками первісної свідомості є *значення – слова, що несуть у собі досвід спільної діяльності, і соціальний смисл*. Разом вони забезпечують відносну незалежність образу світу від біологічних потреб первісної людини та випереджальне відображення процесів спільної діяльності. Формування значення слова та *поняття*, яке відповідає цьому слову, відбувається у процесі спілкування і узагальнення, що протікають одночасно.

Зміст значень постійно збагачується, охоплюючи об'єкти, безпосередньо не пов'язані з процесом праці. Вони позначають різні прояви людського життя, а згодом стають повноцінним засобом *спілкування* – багатопланового процесу встановлення і розвитку контактів між людьми.

4. Структура свідомості

Свідомість *– це вища інтегруюча форма психіки, узагальнене відображення об'єктивних стійких властивостей і закономірностей довколишнього світу*. Емпірично постає як безупинно змінювана сукупність почуттєвих і розумових образів, що безпосередньо з'являються перед суб'єктом у його внутрішньому досвіді і передують його практичній діяльності, – мозаїка станів, що відіграє більш-менш значну роль як у зовнішній, так і у внутрішній рівновазі індивіда.

Основні *функції свідомості*: *відображувальна*, *регулятивно-оціночна*, *рефлексивна*, *творчо-креативна*. Свідомістю формується внутрішня модель зовнішнього світу; в результаті цього формування людина пізнає, переживає і

перетворює оточуючий світ. Свідомість будь-якого індивіда унікальна, але не довільна – вона обумовлена зовнішніми щодо свідомості факторами, насамперед структурами соціальної системи, в якій існує індивід. Її соціальний характер виявляється через опосередкованість знаковими (зокрема вербальними) і символічними структурами. Свідомість виникає в результаті суспільно-історичних умов формування людини в трудовій діяльності при постійному спілкуванні за посередництвом мови з іншими людьми і розвивається у відповідності з певними трансформаціями в історії людського суспільства.

До найважливіших характеристик свідомості належать:

– цілеспрямована перетворювальна активність;

– інтенціональність – спрямованість на предмет: свідомість завжди – це усвідомлення чогось;

– чітке розпізнавання суб'єкта і об'єкта («Я» і «не-Я»), рефлексія – відображення або розуміння суб'єктом самого себе;

– пізнання, яке здійснюється через словесне мислення і забезпечує цілеспрямоване набуття знань;

– інтеграція вражень, думок і почуттів, які утворюють особистість. Свідомість – це деяка цілісна установка, яка об'єднує епізоди розумового життя індивіда;

– наявність інтелектуальних схем, у відповідності з якими сприймається, перероблюється і зберігається інформація;

– уявлення дійсності, яка відсутня в даний момент часу або взагалі не існує (уява, мрії, фантазія);

– наявність усвідомлених цілей діяльності, цілепокладання;

– вольовий контроль і регуляція людиною своєї власної психіки і діяльності;

– здатність до самоспостереження, усвідомлення людиною свого ставлення (переживання) до природи, речей, інших людей: це світ почуттів, в якому знаходять своє відображення складні об'єктивні суспільні відносини;

– споглядання, яке забезпечує осмисленість і одухотвореність ставлення людини до світу. Мотиваційно-ціннісний характер свідомості – це основа етичного ставлення людини до інших людей. Основою цього ставлення є не використання людини як засобу для досягнення мети, а визнання її існування як такої;

– творча функція свідомості: свідомість є інстанцією, яка не лише відображає світ, але й одночасно його породжує, зупиняючи безкінечну плинність світу або шляхом структурування ситуації (відображальна функція), або через утвердження форм культури (функція творення).

На основі цих характеристик В. П. Зінченко виділяє два прошарки свідомості:

1) *буттєва свідомість* – включає в себе біодинамічні властивості рухів, досвід дій, а також чуттєві образи, які зберігаються в пам'яті людини. Вона пов'язана з накопиченням, трансформацією і організацією індивідуального досвіду людини.

2) *рефлексивна свідомість* – це свідомість для свідомості, тобто вона забезпечує функціонування самої свідомості. Завдяки саморефлексії людина виділяє саму себе з навколишнього світу і осмислює його і себе в ньому. Рефлексивна свідомість включає в себе два поняття: значення і смисл.

1) значення – це узагальнена ідеальна модель об'єкта в свідомості суб'єкта, в якій зафіксовані істотні властивості об'єкта, виділені в сукупній суспільній діяльності. Значення складають зміст суспільної свідомості, який засвоюється людиною (мова). Це світ ідей, понять: операційних, предметних, вербальних, житейських, наукових.

2) смисл – це суб'єктивне розуміння і ставлення до ситуації, інформації. Це світ людських цінностей, переживань, емоцій, афектів, асоціацій і образів.

Процеси взаємної трансформації значень і смислів (осмислення значень і означення смислів) виступають засобом діалогу і взаєморозуміння

Свідомість виявляє себе у станах, що різняться за ясністю відображення:

1) *втрата свідомості* – повна відсутність свідомості, відсутність реакцій на стимуляцію;

2) *глибокий сон, сон без сновидінь* – повна відсутність свідомості, неможливість сприйняття снів і впливів;

3) *швидкий сон, сон із сновидіннями* – свідомість значно спрощена, дискретна, можливі відтворення сну, переробка інформації. Сновидіння відображають мотивацію, бажання людини і служать для їх символічної реалізації, зменшують емоційне напруження, що накопичилось протягом дня;

4) *перехідний стан від активності до сну* – часткова свідомість, вільне переміщення мнемічних образів;

5) *знижена психічна активність* – свідомість послаблена, увага малорухлива, функції пам'яті утруднені;

6) *середня психічна активність* – повна свідомість, увага легко переключається, мнемічні реакції в нормі;

7) *стан підвищеної психічної активності* – свідомість розпливчаста, мнемічні реакції або погіршуються, або покращуються;

8) *стан зміненої свідомості* – периферійна увага звужена, нерозчленована, центральна увага («фокус свідомості») особливо ясна і виразна, доступність зовнішньої інформації. В інших випадках, наприклад, у

стані *медитації* зв'язок із зовнішньою дійсністю з часом припиняється, натомість встановлюється зв'язок зі своїм глибинним «Я», сутністю, де реалізується стан «океанічного союзу зі Всесвітом».

5. Самосвідомість

Вищим рівнем розвитку свідомості є ***самосвідомість***, яка дає змогу людині не лише відображати зовнішній світ, але й себе саму (Я-образ), усвідомлювати свої мотиви, моральні конфлікти, давати адекватну самооцінку, визначати своє місце у цьому світі, трансформувати зовнішній світ у свій власний мікросвіт.

Самосвідомість виконує такі функції:

1) *самопізнання* (самовідчуття, самоспостереження, самоаналіз);

2) *самовідношення* (самопочуття, себелюбство, скромність, гордість);

3) *саморегуляція* (стриманість, самовладання, самоконтроль, самооцінка, самовиховання).

Самосвідомість складається з компонентів, які формуються поступово.

1. Найпростіша самосвідомість, сутність якої полягає в нечіткому відчутті власного існування. В. М. Бехтерєв пов'язував її з усвідомленням немовлям тотожності своїх відчуттів із власним тілом, здатністю до розрізнення відчуттів власного тіла від відчуттів, які викликаються зовнішніми предметами (з'являється у місячному віці). Представники психоаналізу (З. Фрейд, А. Адлер, Е. Фромм, Е. Еріксон, М. Кляйн та ін.) розглядали процес зародження самосвідомості у зв'язку з суб'єктивним відділенням дитини від матері.

2. Самосвідомість дитини розвивається не лише в процесі оволодіння власним тілом, а й знаходиться у стійкому зв'язку із свідомістю. На думку Л.С. Виготського, С.Л. Рубінштейна, О.М. Леонтьєва, Л.І. Божович, самосвідомість є етапом розвитку свідомості, який зумовлюється розвитком мови і довільних рухів, зростанням самостійності, а також змінами у стосунках з дорослими. У 2–3 роки дитина виділяє себе із середовища, усвідомлює своє «Я» активним началом, автономним від середовища (фізичного, соціального), як суб'єкта діяльності (предметної, ігрової).

3. Виникнення свідомого «Я», усвідомлення своїх психічних властивостей, яке відбувається в результаті узагальнення даних самоспостереження на основі розвинутого абстрактного мислення спостерігається з підліткового віку. В результаті розвитку самосвідомості виникає «Я-концепція» – сукупність усіх уявлень суб'єкта про різні сторони своєї особистості та організму.

4. Усвідомлення свого внутрішнього досвіду, наявність розвинутої рефлексії, соціально-моральнісна самооцінка, самоповага, яка формується на

основі накопиченого досвіду спілкування і діяльності, відбувається у підлітковому віці та ранній юності.

У структурі самосвідомості можна виділити:

- Усвідомлення близьких і далеких цілей, мотивів свого «Я» («Я як діючий суб'єкт»);
- Усвідомлення своїх реальних і бажаних якостей («Реальне Я» та «Ідеальне Я»)
- Пізнавальні, когнітивні уявлення про себе («Я як об'єкт самоспостереження»).

Отже, самосвідомість дозволяє людині усвідомити себе через іншого («Те, що я бачу в інших, це може бути і моєю якістю»), виробити певне ставлення до самої себе на основі усвідомлення своїх реальних і бажаних якостей, оцінювати свої вчинки, розуміти мотиви і результати своїх дій.

6. Несвідоме та його роль у психічній діяльності людини

Психічна діяльність людини не обмежується лише свідомістю, вона включає в себе *несвідоме, підсвідоме і надсвідоме*. Несвідоме розглядається як форма психічного відображення, в якій образ дійсності і ставлення до неї суб'єкта не виступають предметом спеціальної рефлексії (усвідомлення), а складають нероздільне ціле. У несвідомому стані, на відміну від свідомості, неможливі цілеспрямований контроль людиною своїх дій та оцінка наслідків цих дій.

До сфери несвідомого належать:

- психічні явища, які виникають під час сну (сновидіння);
- субсенсорні реакції – реакції-відповіді на реально діючі подразники (ультра та інфразвук тощо), вплив яких людина не відчуває;
- інстинкти – сукупність уроджених компонентів поведінки і психіки людини (інстинкт самозбереження, роду, смерті, стадний інстинкт);
- потяги – психічні стани, що виражають недиференційовану, неусвідомлену або недостатньо усвідомлену потребу суб'єкта;
- гіпноз – тимчасовий сноподібний стан психіки, що характеризується різким звуженням і зняттям поля свідомості й самосвідомості та різким фокусуванням на змісті навіювання з втратою самоконтролю;
- інтуїція – безпосереднє збагнення істини без логічної підстави, засноване на попередньому досвіді;
- патологічні стани: марення, галюцинації, лунатизм;
- автоматизми (навички);
- неусвідомлювані спонукання до діяльності (мотиви і смислові установки).

Фактор несвідомого потрібно враховувати, аналізуючи питання мотивації поведінки, спадковості, природи емоцій, творів мистецтва та ін.

Концептуальний аналіз сучасного розуміння проблеми несвідомого розділяється на два основні напрямки:

1) *теорія психоаналізу*, згідно якій свідоме і позасвідоме перебувають у постійному конфлікті, протистоянні (З. Фрейд, В. Райх, К. Юнг та ін.);

2) *теорія неусвідомлюваної психічної установки*, в основі якої лежить ідея цілісної психіки, що спирається на уявлення про фундаментальну єдність людської особистості (школа Д. Узнадзе).

З.Фрейд вважав несвідоме нижчим рівнем психіки, над яким неможливий довільний контроль і оцінка. Це темна, ірраціональна частина нашої психіки, яка функціонує за принципом задоволення інстинктивних потягів.

К. Юнг виділяє особисте і колективне несвідоме. *Особисте несвідоме* складається з пригнічених спогадів, забутих переживань або матеріалу, що не виявився у свій час досить яскравим, щоб бути пережитим у свідомості. *Колективне несвідоме* – найглибший рівень особистості, що містить спогади і образи (архетипи), передані у спадщину від наших далеких пращурів. Центральним поняттям тут виступають архетипи (Матері, Героя, Діви, Мудреця, Самості та ін.). Це загальні, апріорні, психічні та поведінкові програми, які забезпечують структурування особистості, розуміння світу, внутрішню єдність та взаємозв'язок культури і взаєморозуміння.

Сучасне розуміння несвідомого вбачає в ньому специфічно людське явище, яке обумовлене суспільними умовами розвитку свідомості людини і нерозривно з нею пов'язане. Несвідоме відрізняється від свідомості тим, що реальність, яка ним відображується, зливається з переживаннями суб'єкта, його ставленням до світу через такі форми уподібнення, ототожнення себе з іншими людьми і явищами як ідентифікація, емоційне зараження, синкретизм – об'єднання різних явищ в один ряд через співпричетність, а не через вияв логічних зв'язків.

Особливим виявом несвідомого є підсвідоме і надсвідоме.

Підсвідомість охоплює те коло психічних явищ, які на даний момент перебувають поза фокусом свідомості, але за відповідних умов легко переходять у її сферу. Це – рухи, які в минулому були усвідомленими, але з повторенням стали автоматичними (навички, операціональні установки), глибоко засвоєні соціальні норми і мотиваційні конфлікти, які породжують *захисні механізми особистості*. Підсвідомість захищає свідомість від зайвої роботи і психічних перевантажень. До підсвідомості відносять і прояви *інтуїції*, які не пов'язані з породженням нової інформації, а ґрунтуються лише

на використанні здобутого досвіду. Підсвідоме формується також на основі імітації, наслідування поведінки.

Надсвідомі явища (надсвідоме) – це рівень психічної активності особистості під час виконання творчих завдань, який не піддається усвідомленню і вольовому контролю. Надсвідоме можна розглядати як механізм творчої інтуїції, за якою відбувається рекомбінація колишніх вражень, але на вищому психічному рівні. Діяльність надсвідомого виявляється на певних етапах творчості. Їх неусвідомлюваність створює захист для гіпотез, які виходять за межі пізнавально-психологічних бар'єрів, вивільняючи свідомість від консерватизму і надмірного тиску раніше набутого досвіду. Лише потім свідомість обирає потрібну гіпотезу шляхом їх логічного аналізу.

Отже, з погляду на генезу людської психіки, несвідоме є першим етапом її розвитку, а свідоме – другим. У зв'язку з цим можна вважати, що несвідоме і свідоме – це дві відносно самостійні сфери психічної діяльності; вони взаємодіють між собою, активно впливаючи одна на одну. До того ж несвідоме і надсвідоме містять у собі багаті можливості, які стимулюють раціональні аспекти людської життєдіяльності та творчих дій суб'єкта.

6. Психофізіологічна проблема: мозок і психіка

В історії психології існують три підходи до розв'язання проблеми взаємозв'язку психічних і фізіологічних процесів:

- ✓ *теорія психофізіологічного паралелізму* стверджує, що психічне і фізіологічне – це явища, які невіддільні одне від одного, проте не пов'язані між собою причинно-наслідковими зв'язками. Одночасно між ними існує гармонія, яка подібна до двох годинників, що завжди показують однаковий час, оскільки вони запущені з найвищою точністю (Лейбніц, Гартлі, Вундт).
- ✓ *теорія механічної тотожності* зводить психічні процеси до фізіологічних: «мозок виділяє думку (психічне) подібно до того, як печінка – жовч» (П.-Ж. Кабаніс). Ця теорія не враховує якісних відмінностей між психікою і нервовими процесами.
- ✓ *теорія єдності* стверджує, що психічні і фізіологічні процеси якісно відмінні, хоча і виникають одночасно. Психіку не можна зводити до нервової системи, яка є лише матеріальним субстратом перебігу психічних процесів. Тому, обмежуючись лише дослідженнями нервової системи, психіку також неможливо зрозуміти, адже на формування психічних образів впливають багато інших факторів – організм в цілому, фізичне середовище, соціальні умови. Власне психічні образи є результатом діяльності нервової системи, ідеальним породженням матеріального субстрату. Вони здійснюють

зворотний вплив на нервову систему, а через неї і на організм. У свою чергу, вступаючи у взаємодію із середовищем, організм змінює його.

Особливу роль в побудові психічних образів відіграє головний мозок. Спираючись на ідеї І. М. Сєченова, І. П. Павлова, В. М. Бехтерєва, вітчизняні вчені розглядають *психічне як продукт діяльності мозку*. Так, за О.М. Леонтьєвим, психіка людини є функцією тих вищих мозкових структур, які формуються у людини онтогенетично в процесі оволодіння нею формами діяльності, у системі людських відносин. При цьому визнається самодетермінація (самовизначення) психічної діяльності і водночас суспільна обумовленість людської свідомості. Головна відмінність між фізіологічним і психічним полягає в тому, що ознакою фізіологічних явищ є їх локалізація в одному просторі з органом, який їх породжує, тоді як орган психіки і його продукт – це різно локалізовані явища. Це виявляється уже на рівні відчуттів: їх характеристики формулюються не в термінах стану суб'єкта, тобто їх носія, а в термінах властивостей його джерела – об'єкта (психофізіологічний парадокс).

Джерелом психічної діяльності є світ, що впливає на мозок. Сама діяльність мозку залежить від взаємодії людини із зовнішнім світом. На рівні організму психіка опосередковує біологічні процеси, на рівні індивіда – соціальні, на рівні особистості – творчі. Тому на нижчих рівнях життя зв'язок психічного з фізіологічним є очевидним, тоді як на вищих психічна діяльність як форма самопізнання і саморегуляції «знімає», діалектично «заперечує» біологічну форму, приходить їй на зміну. Отже, мозок не є причиною чи суб'єктом психічного, це лише умова, матеріальна основа для виникнення і функціонування психіки, матеріальний місток, що поєднує її з об'єктивним світом.

Оскільки відображення світу людиною здійснюється через мозок, вивчення структури мозку і його функцій – важлива умова розуміння психічних явищ. Мозок – це центральний відділ нервової системи людини і тварин. Він має складну будову і є наслідком еволюції нервової системи – сукупності центральних і периферійних утворень, що регулюють і контролюють усі функції організму. Розрізняють *спинний і головний мозок*.

Спинний мозок та мозковий стовбур здійснюють головним чином ті форми рефлекторної діяльності, які є природженими (безумовні рефлекси). Головний мозок складається з нервових клітин, які поєднуються між собою особливими відростками – аксонами і дендрітами. Найбільш важливою особливістю нервових клітин є їх здатність проводити нервові імпульси, в яких кодується інформація, що надходить із організму та зовнішнього середовища, а також здатність зберігати сліди цих впливів. Головний мозок –

найдосконаліший орган в живій природі. Це надскладна нейрональна система, у просторі якої здійснюються нервові процеси, які протікають у певному режимі і складі, породжуючи психічні процеси, які, у свою чергу, здійснюють регулюючий вплив на нервові процеси і діяльність всього організму в цілому. Ця частина нервової системи еволюційно виникла на основі розвитку дистантних рецепторних органів. Маса мозку складає близько 2,2 % від загальної маси тіла (у дорослої людини це дорівнює приблизно 1100 – 1500 г. за об'єму 1400 куб. см.) Особливу роль в головному мозку відіграють права та ліва великі півкулі. На їх поверхні знаходиться тонкий прошарок сірої речовини, яка переважно складається з нервових клітин. Це *кора головного мозку*. Під нею знаходиться біла речовина. Це підкоркові відділи мозку, які включають *довгастий мозок, мозочок, міст, середній мозок, мозолисте тіло, таламус, гіпоталамус.* Усього в головному мозку нараховується двадцять мільярдів клітин і триста мільярдів міжклітинних з'єднань.

Особливу роль в регуляції багатьох психічних процесів, властивостей і станів людини відіграє *ретикулярна формація*, яка складається з сукупності розріджених сіткоподібних нейронних структур, анатомічно розташованих у спинному мозку, довгастому мозку і задньому мозку. Ретикулярна формація впливає на електричну активність мозку, на функціональний стан кори та підкірки, мозочка та спинного мозку, відіграючи важливу роль в управлінні механізмами сну і неспання, научіння і уваги.

Кора головного мозку – це орган набутих за життя форм поведінки (научіння), які регулюються психікою. У корі головного мозку виділяються:

- *сенсорні зони*, які приймають і обробляють інформацію від органів чуттів і рецепторів;

- *моторні зони*, які керують скелетними м'язами і рухами, діями людини;

- *асоціативні зони*, які служать для переробки інформації. Вони розташовані у різних частинах кори і відповідають за різні процеси обробки інформації. Наприклад, асоціативні зони, які знаходяться в лобній частині мозку, тісно пов'язані з мислительною діяльністю, мовою, пам'яттю і усвідомленням положення тіла у просторі.

Нейропсихолог О. Р. Лурія виділив три відносно автономні блоки головного мозку, які забезпечують нормальне функціонування відповідних груп психічних явищ:

1) *блок тонусу кори (енергетичний)* – включає ретикулярну формацію стовбура мозку, структури середнього мозку, його глибинних відділів, лімбічної системи та інш. Він забезпечує загальний рівень активності та вибіркову активізацію окремих підструктур, необхідних для нормальної

роботи психічних функцій. Джерелом тонусу є потік інформації із зовнішнього і внутрішнього середовища.

2) *блок прийому, переробки та зберігання інформації* – пов'язаний з пізнавальними процесами (відчуттям, сприйманням, пам'яттю та ін.) Його коркові проекції містяться в основному в задніх і скроневих відділах мозку.

3) *блок програмування, регуляції та контролю* – охоплює передні відділи кори (лобні долі). Він пов'язаний з мовленням, понятійним мисленням, програмуванням, вищою регуляцією поведінки і психічних функцій (організація рухів, дій), їх свідомим контролем.

З блочним представництвом структур мозку пов'язана *проблема локалізації психічних функцій*. Існують дві різних точки зору на розв'язання цієї проблеми:

1) локалізаціонізм; 2) антилокалізаціонізм.

Представники *локалізаціонізму* стверджують, що кожна психічна функція, психічна властивість або стан одночасно пов'язані з роботою обмеженої ділянки мозку, так що всі психічні явища, як на карті, можна розмістити на поверхні і в глибинних структурах мозку.

Прихильники *антилокалізаціонізму* доводять, що з кожним психічним явищем практично пов'язана робота всього мозку в цілому, всіх його структур. Було запропоноване поняття *функціонального органу*. Це прижиттєво сформована система тимчасових нервових зв'язків між окремими ділянками мозку, яка забезпечує функціонування відповідної властивості, процесу, стану. Різні ланки такої системи можуть бути взаємозамінними, так що будова функціональних органів у різних людей може бути різною. Проте в межах цієї теорії не вдається пояснити факт існування певного зв'язку окремих психічних і мозкових порушень, наприклад порушення зору – з пошкодженням потиличних відділів кори, мови і слуху – з пошкодженням скроневих ділянок великих півкуль і т. п. Обидва вчення продовжують співіснувати, доповнюючи одне одного у своїх слабких позиціях.

Функціональна організація роботи мозку

У функціонуванні головного мозку людини сильно розвинена спеціалізація великих півкуль головного мозку. Хоча це парний орган, але на відміну від інших парних органів в організмі людини, великі півкулі головного мозку не можуть взаємозамінювати одна одну. Півкулями виконуються різні функції, що дістало назву *функціональної асиметрії головного мозку*. Права півкуля контролює сенсорні й рухові функції лівої половини тіла, а ліва здійснює контроль його правої половини.

Ліва півкуля	Права півкуля
Аналітичні тенденції сприйняття (детальність, точність)	Синтетичні тенденції сприйняття (цілісність, глобальність), інтуїція
Оцінка точних фізичних параметрів подразника	Емоційна оцінка подразників,
Оптимістичне світосприйняття	Песимістичне світосприйняття
Усне мовлення, чутливість до смислу	Метафоричний зміст мовлення, почуття гумору
Довільне запам'ятовування	Мимовільне запам'ятовування
Запам'ятовування імен, символів	Запам'ятовування образів, подій, впізнавання облич людей
Інтерпретація жестів та міміки	Розпізнавання міміки та жестів
Читання карт, схем	Сприйняття емоційного стану
Вербальне мислення	Наочно-образне мислення
Лічба	Орієнтація у просторових відношеннях
Алгебра	Геометрія
Ритм музики	Розрізнення музичних тонів, мелодій
Хронологічний порядок	Плинність часу
Раціональний стиль подолання стресу	Раціональний стиль подолання стресу

Обидві півкулі функціонують у взаємозв'язку. Ліва півкуля здійснює аналіз даних сприймання та словесно-логічної пам'яті і формує образ світу, ознаки якого можна передати словом (друга сигнальна система). Права півкуля забезпечує миттєве й цілісне оперування інформацією різного, не завжди усвідомлюваного змісту, що робить образ багатим, різноплановим і різнорівневим явищем (перша сигнальна система). Функціональна асиметрія притаманна лише людині. Вона формується у процесі спілкування протягом раннього онтогенезу і впливає на індивідуально-психологічні характеристики особистості. Людей, у яких домінує права півкуля, І. П. Павлов назвав "художнім" типом. Тих, у кого переважає ліва – «мислительним», у кого відносна врівноваженість, І. П. Павлов відніс до «середнього» типу. Зовнішні вияви функціональної асиметрії мозку дозволяють робити висновки про деякі найбільш характерні риси особистості.

Представники ***мислительного типу*** здебільшого оптимісти, які вважають, що більшу частину своїх проблем зможуть вирішити самостійно. Без особливих труднощів вступають у контакт з людьми. В роботі і побутових справах більше покладаються на розрахунок, ніж на інтуїцію. Більше довіряють інформації, яку отримують з друкованих джерел, ніж власним

враженням. Їм краще даються види діяльності, що вимагають логічного мислення (математика, викладання точних наук, конструювання, програмування, креслення, автомобільна і льотна справа та ін.).

Представники ***художнього типу*** схильні до деякого песимізму, покладаються більше на власні почуття, ніж на логічний аналіз подій, і при цьому частіше за все не помиляються. Не дуже контактні у спілкуванні, але натомість можуть продуктивно працювати навіть у несприятливих умовах (шум, різні перешкоди і т. п.). Їх очікує успіх там , де потрібні здібності до образного мислення (художник, актор, архітектор, лікар, вихователь).

Перед представниками ***середнього типу*** цією людиною відкривається широке поле діяльності. Зони її успіху там, де потрібно вміти бути послідовним у роботі і одночасно образно, цілісно сприймати події, швидко і ретельно продумувати свої дії навіть в екстремальній ситуації. Управлінець і випробувач складних технічних систем, лектор і полководець – усі ці професії потребують гармонійної взаємодії протилежних типів мислення.

Література: [1], [2], [4], [8], [10], [12], [13], [27], [34], [49], [65], [83].

Питання для самоперевірки

1. Чому здатність до відображення є атрибутом живої матерії?
2. Яка послідовність етапів розвитку психіки?
3. Який зв’язок психіки із середовищем і умовами життя організму?
4. Яка роль праці і спілкування у виникненні свідомості?
5. Які біологічні передумови відіграли вирішальну роль для виникнення первісної свідомості?
6. У чому виявляється схожість і відмінність психіки тварин і людини?
7. Яка роль мови у виникненні свідомості?
8. Назвіть основні атрибути людської свідомості.
9. Яка роль першої і другої сигнальних систем в регуляції психічних явищ?
10. Які компоненти входять до складу самосвідомості?
11. Схарактеризуйте поняття «несвідоме» як психічне явище. Яка його роль у житті людини?
12. Назвіть основні структури і деталі будови мозку.
13. Назвіть основні функціональні відділи (блоки) головного мозку людини.
14. Які форми рефлекторної діяльності і поведінки регулюються корою великих півкуль, а також спинним мозком і мозковим стовбуром
15. Що таке функціональна асиметрія мозку ? Які функції виконують ліва і права півкулі головного мозку?

Тема 4. **Особистість**

План

1. Загальне поняття про особистість.
2. Особистість у системі психологічних знань.
3. Проблема визначення особистості у вітчизняній та зарубіжній психології.
4. Системний підхід до вивчення людини і особистості. Людина, індивід, суб'єкт, особистість, індивідуальність – базові поняття у психології особистості.
5. Теорії особистості та їх класифікація.
6. Стратегії і підходи до вивчення структури особистості.
7. Спрямованість як стержнева властивість особистості.
8. Природа активності особистості.
9. Самосвідомість як психологічний центр особистості. «Я-образ», «Я-концепція», самооцінка, рівень домагань.

Ключові поняття: особистість, персона, суб'єкт, індивід, індивідуальність, суб'єктність; психологічна структура особистості, спрямованість, активність особистості, потреба в персоналізації; самосвідомість: «Я-образ», «Я-концепція», самооцінка, самоповага, рівень домагань; психологічна стійкість і гнучкість особистості, самоактуалізація.

1. Загальне поняття про особистість

Особистість – це життєвий та науковий термін, який означає:

1) людського індивіда як суб'єкта суспільних відносин і свідомої діяльності. Це особа в широкому розумінні слова;

2) сформовану за життя стійку сукупність індивідуально своєрідних, соціально значущих рис, психологічних властивостей, що визначають спосіб мислення, особливості емоційно-вольової сфери та поведінки даної людини, характеризують її як члена того або іншого суспільства чи спільноти (соціальний, духовний зміст людини).

Хоча ці два поняття – особа як цілісність людини (лат. *persona*) і особистість (лат. *personalitas*) як її соціальне (суспільне Я) і психологічне (внутрішнє Я) обличчя – вживаються іноді як синоніми, термінологічно це не одне і те ж. Вихідне, пряме значення цього терміну – *духовний зміст людини* – вказує на предмет психологічної науки, яка покликана вивчати психічну, духовну активність людини, її соціально-психологічні стосунки.

Існує також «вершинне» розуміння, коли особистість визначають як особливий рівень соціального і духовного розвитку та саморегуляції людини: «Особистістю є творчо (вільно) і талановито діюча людина, що створює нові форми суспільного життя» (В. Давидов). Зрозуміло, що такого рівня розвитку особистості досягає відносно нечисельна кількість людей. Його індикатором є втілення в особистості «надособитстісних», суспільно-історичних потреб розвитку людства.

2. Особистість у системі психологічних знань

Особистість – це поняття міждисциплінарне, тобто є предметом вивчення усіх соціальних наук.

Діалектико-матеріалістична філософія розглядає особистість як сукупність соціальних якостей, що формуються в процесі історично конкретних видів діяльності і суспільних відносин. Підкреслюється, що особистість виникла і розвинулась у процесі суспільно-історичного розвитку людства, у спільній трудовій діяльності та спілкуванні. Особистість – це діалектична єдність загального (соціально-типового), особливого (класового, національного, релігійного і т. д.) і окремого (індивідуального). У конкретно-історичних обставинах особистість постає як цілісність, тип якої формується певною соціальною системою. Проблема особистості у філософії – це проблема місця, яке вона займає у світі: чим людина може стати, чи може вона зробити саму себе, створити своє власне життя.

Соціологія вбачає в особистості систему внутрішньої регуляції (саморегуляції) соціальної активності людини, зі становленням якої людина стає суб’єктом цієї активності, а через це – й тих соціальних відносин, в які вона вступає. Особистість окремої людини не є предметом соціологічних досліджень, бо в цих дослідженнях фіксуються сукупнісні особистісні якості груп людей. Для соціології особистість становить інтерес як точка перехрещення соціальних зв’язків, як об’єкт впливу багатьох соціальних чинників, що забезпечує відтворення соціально адаптованого індивіда, інтегрованого до певної суспільної системи.

Педагогіка розуміє під особистістю людину як учасника еволюційного процесу, яка є носієм соціальних ролей і наділена можливістю вибору життєвого шляху, в процесі якого нею здійснюються перетворення природи, суспільства і самої себе. Серед інших особливо актуальними для педагогіки є проблеми розвитку, формування та ефективного пізнання педагогом особистості вихованця, учня. Вони безпосередньо пов’язані з гуманістичними тенденціями, що утворюють ядро навчально-виховного процесу.

Розумінню природи особистості сприяють також *релігієзнавство, культурологія, етика, естетика, література, музика, образотворче мистецтво*.

У вітчизняній психології *особистість* (у широкому розумінні) традиційно визначають як конкретну живу людину в сукупності її соціальних, набутих якостей, психологічних характеристик і морфофізіологічних особливостей її організму. *Особистість* – це особливе соціальне утворення, система психологічних механізмів соціальної суб'єктності людини, що формується лише через взаємодію з іншими людьми та відображає міру засвоєння й реалізації нею соціальних цінностей, цілей, норм, способів і засобів діяльності і ставлення до них.

Сучасна психологічна наука здійснює багаторівневий аналіз особистості.

У *загальній психології* активно проводять дослідження характеристик психічних властивостей і відношень особистості, ієрархії її тенденцій і мотивів, інтегруються дані про сенсорно-перцептивні, мнемічні, мисленнєві, емоційно-вольові психічні процеси. Встановлено, що у кожному психічному процесі представлені проекції всіх основних характеристик людини як індивіда (функціональні), суб'єкта діяльності (операційні), особистості (мотиваційні). Об'єднання психічних процесів у складні ансамблі – психічні стани і властивості сприяє утворенню цих вищих рівнів інтеграції завдяки взаємозв'язку основних характеристик людини, її цілісності і єдності. Отже, у загальній психології під особистістю частіше за все розуміють деяке ядро, інтегруюче начало, яке пов'язує в одне ціле різні психічні процеси і стани індивіда та надає його поведінці необхідної послідовності і стійкості.

Диференціальна психологія досліджує індивідуально-психологічні властивості особистості, причини і наслідки темпераментних, характерологічних, гендерних відмінностей між людьми, діагностує та прогнозує особливості розвитку окремих властивостей, нахилів, здібностей.

Вивчення особистості в *соціальній психології* базується на аналізі суспільства, в якому відбувається її соціальний розвиток (соціалізація, культурація). Соціальні психологи досліджують структуру комунікації й взаємодії особистості з іншими людьми, соціальними групами і соціумом, статусні характеристики (позиція, авторитет, престиж, влада) і соціальні ролі особистості, її самосприйняття в контексті цих ролей, установки, міжособистісні стосунки і соціальну перцепцію.

Вікова психологія вивчає фактори, умови й закономірності розвитку і формування особистості на різних вікових стадіях і етапах її життєвого шляху.

Педагогічна психологія розглядає особливості розвитку і формування пізнавальної сфери особистості учня, студента в навчально-пізнавальній діяльності, досліджує закономірності морального розвитку особистості в

процесі виховання та самовиховання, вивчає психологічні аспекти професійного становлення особистості педагога.

Цінність такого багаторівневого психологічного вивчення особистості полягає в тому, що всі зазначені галузі дозволяють розкрити діалектику загального, особливого і одиничного в психологічному складі особистості.

Широта і надзвичайна складність теоретико-пізнавальних та практичних проблем і завдань дослідження особистості зумовила необхідність виникнення окремої самостійної галузі академічної психології – *психології особистості*. Це теоретична дисципліна, яка вивчає психічні властивості людини як цілісного утворення, як певної системи психічних якостей, що має відповідну структуру, внутрішні взаємозв'язки, характеризується індивідуальністю та активно взаємодіє з природним і соціальним середовищем.

Значний внесок у психологію особистості роблять такі дисципліни, як *поведінкова генетика, когнітивна нейропсихологія і математична статистика*.

3. Проблема визначення особистості у вітчизняній та зарубіжній психології

Концептуальне значення (від лат. *conception* – спосіб розуміння, тлумачення якихось явищ) особистості багатогранне, охоплює широкий спектр внутрішніх і зовнішніх психічних процесів, станів, властивостей, які обумовлюють особливості поведінки людини в різних ситуаціях. У сучасній психології існує значна кількість визначень особистості, які відображають ту чи іншу авторську позицію, що ґрунтується на певних методологічних засадах.

Психологи, що будують свої теорії, спираючись на діалектико-матеріалістичну методологію *(К. А. Абульханова-Славська, Б. Г. Ананьєв, О. Г. Асмолов, Л. С. Виготський, І. С. Кон, Г. С. Костюк, О. М. Леонтьев, С. Д. Максименко, В. М. М'ясищев, К. К. Платонов, А. В. Петровський, С. Л. Рубінштейн, В. І. Слободчиков та ін.),* розглядають особистість як суспільно-історично обумовлену та індивідуально виявлену організацію психологічних властивостей людини: розумових, емоційно-вольових, мотиваційних та ін., яка, *по-перше*, є свідомим індивідом (тобто здатна до рефлексії, свідомої регуляції і саморегуляції стосунків, станів); *по-друге*, є суб'єктом пізнання та перетворення дійсності (діяльне «Я» суб'єкта); *по-третє*, є суб'єктом і об'єктом суспільних відносин, в які вона вступає у своїй предметній діяльності, та носієм системи соціальних ролей, що визначаються її соціальним статусом.

Загальноприйнятим у вітчизняній психології є положення про те, що особистість – це результат суспільного розвитку й власної активності

свідомого і відповідального суб'єкта. *«Особистість – це конкретна людина як суб'єкт перетворення світу на основі його пізнання, переживання і ставлення до нього» (К. К. Платонов*), з чого випливає, що особистість людини формується й розвивається у процесі активної взаємодії з зовнішнім середовищем: предметним і соціальним.

На думку *Л. С. Виготського*, особистість є категорією історичною. Її показником є співвідношення натуральних (пририроднх) і вищих (культурних) психічних функцій. Чим більше в людині представлено культурне, тим сильніше виражений процес опанування світом і власною поведінкою, тим визначнішою є особистість.

За А. В. Петровським, особистістю в психології позначають системну соціальну властивість, яку набуває індивід у предметній діяльності та спілкуванні і яка характеризує рівень та якість представленості суспільних відносин у свідомості індивіда.

Особистість у вітчизняній психології традиційно розглядається як духовна, соціально-психологічна інстанція людини, функціями якої є *виокремлення себе з оточення, самоспричинення внутрішньої і зовнішньої активності, самовираження та саморозвиток у цілісній життєдіяльності, активне переживання у часі і просторі свого існування (екзистенції).* У відповідності з цим, атрибутами особистості є:

1) *соціальність,* «надприродність» – особистість не можна зводити до біологічних, індивідних якостей людини. Особистість є соціальною, оскільки всі її ролі та її самосвідомість – це продукт суспільного розвитку;

2) *суб'єктність* (внутрішній світ особистості) – як вищий рівень психічного відображення (самосвідомість) і регуляції (саморегуляції), як здатність бути джерелом власної активності, причиною вчинків, здатність змінювати себе і світ, відносна незалежність від зовнішніх умов, суверенність Я, відповідальність за свою життєдіяльність;

3) *моральність* як найважливіший модус буття людини, як гуманістична основа взаємодії людини з соціальним світом. Особистість через механізм совісті визначає моральні вчинки людини, що мають істотне значення для неї самої та її оточення;

4) *трансцендентність* – неперервний розвиток, прагнення вийти «за межі себе», творчість як спосіб буття особистості – і, як наслідок, її проблемність, незавершеність і суперечливість.

5) *неповторність,* унікальність, своєрідність кожної конкретної особистості, її внутрішнього світу.

У західній психології також не створено єдиної цілісної теорії особистості та її загальновизнаного визначення. Більшість теоретичних визначень особистості у персонології можна звести до наступних загальних положень:

- підкреслюється значення індивідуальності, або індивідуальних відмінностей (зрозуміти, які специфічні якості або їх комбінації відрізняють одну особистість від іншої, можна лише шляхом вивчення індивідуальних відмінностей). За С. Мадді, вияв відмінностей між людьми формує основу аналізу периферії особистості, в якому робиться акцент на визначення типів і базових характеристик особистості (наприклад, рис). Особистість розглядається як певний тип (або їх поєднання) з характерними особливостями поведінки (А. Адлер, Г. Айзенк, Е. Кречмер, З. Фрейд, Е. Фромм, Е. Шелдон, К. Юнг та ін.).

Вияв схожості між людьми лежить в основі міркувань про ядро особистості, де основна увага приділяється ідентифікації характеристик і тенденцій, які визначають загальну спрямованість життя людини і виявляються в усіх аспектах її існування. Для розгляду ядра особистості використовують моделі конфлікту, самореалізації та узгодженості;

- у більшості визначень особистість подається як деяка гіпотетична структура або організація. Наприклад, за *Г. Олпортом*, «особистість – це індивідуально своєрідна, прижиттєво сформована сукупність психофізіологічних систем, рис особистості, якими визначаються своєрідні для даної людини мислення та поведінка».

Р. Кеттел під особистістю розуміє систему рис, тобто відносно стійкі особливі утворення, які виявляються у внутрішньому діалозі суб'єкта з самим собою, а також у поведінці, висловлюваннях, ставленні до нього з боку інших людей.

Р. Бернс вбачає в особистості насамперед діяльне Я суб'єкта, Я-концепцію, тобто систему планів, відношень, спрямованості, смислових утворень, які коректують його поведінку. Поведінка індивіда розглядається, хоча б частково, як організована та інтегрована особистістю: «особистість включає в себе більш чи менш стабільні чинники, завдяки яким поведінка однієї людини є узгодженою та відмінною від поведінки інших людей в аналогічних ситуаціях» (Чайлд). Іншими словами, особистість – це те, що впорядковує і узгоджує різні види індивідуальної поведінки.

- особистість мислиться як абстракція, що ґрунтується на висновках, одержаних у результаті спостереження за поведінкою людини: «Особистість – це комплексна гіпотетична конструкція: гіпотетична тому, що ми створюємо її на основі спостережень за поведінкою індивіда, комплексна в силу того, що вона складається з менших компонентів – властивостей, потреб, Я, его, суперего і т. д.» (Е. Богман, Г. Велш);

- ряд персонологів (А. Адлер, Е. Еріксон, А. Маслоу, Р. Мей, К. Роджерс, Е. Фромм, Е. Шостром та ін.) наголошують на необхідності співвідношення особистості з життєвою історією індивіда або перспективами розвитку. Наприклад, *Абрахам Маслоу* визначає особистість як здатність людини до самоактуалізації, тобто вміння злитися зі своєю внутрішньою природою, обрати свою мотивацію в житті, здатність постійно розгортати свої потенції. Особистість характеризується в еволюційному процесі як суб'єкт і об'єкт впливу внутрішніх і зовнішніх факторів, включаючи генетичну і біологічну обумовленість, соціальний досвід і соціальне середовище;

- підкреслюється, що особистість як така відносно незмінна і постійна у часі і ситуаціях, що змінюються. Вона забезпечує відчуття безперервності у часі та мінливому середовищі. Так, *Сальваторе Мадді* визначає особистість як конкретну сукупність характеристик і прагнень, які обумовлюють ті загальні й індивідуальні особливості поведінкових проявів (думок, почуттів і дій), що є стійкими у часі і можуть або не можуть бути пояснені тільки через аналіз соціальних і біологічних факторів, які впливають на актуальну ситуацію функціонування людини.

Більшість авторів, чиї точки зору на особистість тут наведено, така різноманітність визначень не надто бентежить, адже смислові відтінки, які вносяться кожним визначенням, дають можливість краще висвітлити і глибше зрозуміти цей складний феномен. Відтак, особистість необхідно розглядати з різних теоретичних позицій. Головне, щоб різні концепції і моделі особистості давали можливість краще розуміти, передбачати її поведінку і позитивно впливати на її розвиток. Тож, підводячи підсумок, зазначимо, що жодне визначення не може дати вичерпного уявлення про особистість, але кожне з них висвітлює певні грані цього явища. Використання різних визначень розширює і поглиблює наше розуміння особистості. Такий підхід був названий психологом-когнітивістом Дж. Келлі *конструктивним альтернативізмом*. За Келлі, на поточний момент усі наші уявлення про особистість відкриті для сумніву і можуть бути переглянуті. Можливо, у віддаленому майбутньому науковці нарешті з'ясують, яка концепція особистості є найбільш достовірною і приймуть її за остаточну. Однак, на теперішній час набагато ефективнішою є стратегія використання декількох різних інтерпретацій (конструктивних альтернатив), що дозволяє бачити наочні переваги кожної з них.

4. Системний підхід до вивчення людини і особистості. Людина, індивід, суб'єкт, особистість, індивідуальність – базові поняття у психології особистості

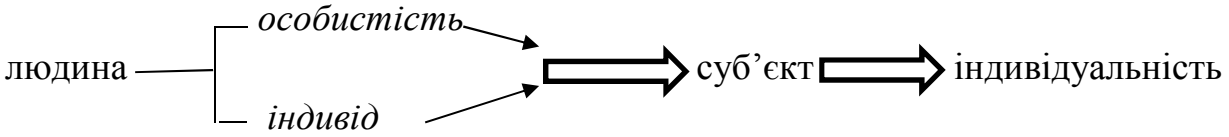
Особистість, як цілісне інтегративне утворення, є системним об'єктом, що взаємодіє з іншими складними системами (природою і суспільством). З огляду на те, що сфера особистості є зоною перехрещення досліджень соціального й інтелектуального розвитку, психопатології і самореалізації, научіння і міжособистісних стосунків та ін., її дослідження потребує узагальнення й системного аналізу, що дозволить в єдиній системі понять охопити різнобічні характеристики цього феномену. Розглядаючи особистість як систему, її потрібно досліджувати в різних площинах:

1) як деяку якісну одиницю, систему, що має свої специфічні, унікальні риси. Вона аналізується в рамках окремих елементів (компонентів) і структури, частини і цілого, організації і координації, розвитку, ієрархії, вимірів та рівнів;

2) як частину макроструктури (суспільства, натовпу, нації, малої групи);

3) як частину мікросистем, закономірностям яких вона підкоряється.

У науковій літературі використовується ряд термінів, які дуже тісно пов'язані з поняттям «особистість». Це *«людина», «індивід», «суб'єкт»* та *«індивідуальність».* Щоб уникнути термінологічної плутанини, слід чітко усвідомити зміст і обсяг цих понять, а також особливості їх співвідношення.



Окремого представника біологічного виду прийнято називати *особиною*. Людина розумна (homo sapiens) – це вид приматів, який у процесі тривалої еволюції (*антропогенезу)* досяг найвищого біологічного та психічного розвитку. Фізичний тип сучасної людини визначають здатність до прямоходіння, пристосованість рук до трудової діяльності, високорозвинений головний мозок, функціональна асиметрія великих півкуль, мовний апарат, порівняно невелика кількість інстинктивних програм поведінки, які не відзначаються жорсткістю і добре піддаються соціалізації.

Людина – сукупна назва конкретних представників людства як носіїв певних відносин (подружніх, сімейних, культурних, економічних та інших). Оскільки людина – це продукт еволюції природи (антропогенезу, расогенезу), суспільства (соціогенезу) та людства (етногенезу), у цьому понятті відображається єдність прояву природних, суспільних та історичних властивостей.

Загальним для всіх людей є те, що кожен окремо взятий представник homo sapiens проходить у певному соціумі свій життєвий шлях. Особливим є те, що сукупність індивідних і особистісних властивостей як результату процесів онтогенезу і соціалізації у кожної окремої людини неповторна і складає сутність індивідуальності. Індивідуальність реалізується в людині як суб'єкті діяльності (гри, праці, пізнання, спілкування).

Термін *«індивід» (від лат. individuum – неподільний)* вживається в тих випадках, коли людину розглядають як одну з багатьох представників деякої спільності (виду, групи, колективу) без наголосу на особливі якості і умови діяльності. У понятті «індивід» виявляються дві основні ознаки: природна та суспільна.

Природний індивід – це конкретна людина як одинична природна істота, продукт філогенетичного й онтогенетичного розвитку, єдності природного і набутого, носій індивідуально-своєрідних рис.

До групи первинних індивідних властивостей належать статево-вікові та індивідуально-типологічні.

Індивідуально-типологічні властивості утворюють:

а) загальносоматичні анатомічні (конституціональні) особливості: процеси обміну речовин (тип метаболізму), морфологічні структури організму в цілому (будова тіла);

б) нейродинамічні властивості нервової системи, мозку, функціональна асиметрія великих півкуль, динаміка перебігу нервових процесів збудження і гальмування: сила, врівноваженість та рухливість нервової системи;

Взаємодія вікових, статевих та індивідуально-типологічних властивостей визначає динаміку вторинних індивідних властивостей, до яких належать:

- сенсорно-моторна організація людини, або система психофізіологічних функцій: сенсорних, перцептивних, мнемічних, мовних, вербально-логічних, моторних, що є чуттєвою тканиною психічної діяльності людини, змісту її свідомості;
- система органічних потреб, потягів, яка обумовлена статевим диморфізмом.

Вища інтеграція всіх індивідних властивостей представлена в темпераменті та задатках. Індивідні властивості – це передумови розвитку особистості. З одного боку, вони утворюють фундамент, основу формування суб'єктних і особистісних властивостей, а з іншого – визначають формально-процесуальний аспект їх вияву. Людина є індивідом на всіх етапах онтогенезу і за всіх умов. Результатом розвитку природного індивіда є *біологічна зрілість*.

Суспільний індивід – соціальна істота, яка вже вийшла за рамки природної (біологічної) обмеженості, використовує знаряддя, знаки і через них оволодіває власною поведінкою і психічними процесами. Найбільш загальною характеристикою соціального індивіда є його *активність*. Соціальний вимір обумовлюється впливом культури і структури спільностей, в яких конкретний індивід виховується і в яких він бере участь.

Суб'єкт – людина як типовий носій видів людської активності, що виявляє здатність бути причиною свого існування, відтворювати своє буття у світі *(С.Л. Рубінштейн)*. Людина завжди є суб'єктом (учасником) історичного і суспільного процесу в цілому, суб'єктом конкретної діяльності, зокрема суб'єктом пізнання і перетворення дійсності. Сама ж діяльність при цьому є формою активності людини, що дозволяє їй удосконалювати світ і саму себе. Людину, як суб'єкта практичної та теоретичної діяльності, характеризують: *свідомість, самосвідомість, здібності, психогенні потреби, емоції, знання, вміння, навички, психічна зрілість.* Людину як суб'єкта вирізняє творчий підхід до вирішення проблем, автономність, ініціативність, власна цілеспрямована активність, свобода волі.

Усвідомлення себе носієм знань, умінь, волі, відношень, здатність робити свідомий вибір у системі соціальних стосунків, давати звіт у своїх намірах та діях, ставити мету, приймати рішення та відповідати за їх наслідки визначається поняттям *суб'єктність.* Сходження до суб'єктності – інтегральної властивості особистості, яка виражає сутність внутрішнього світу людини, – відбувається поступово. Через активно-перетворювальну діяльність особистість акумулює в собі здібності до цілепокладання, рефлексії, самоаналізу, саморегуляції, відповідальності, активності, свободи вибору. Цілісність особистості включає чотири форми суб'єктності:

- Суб'єкт вітального ставлення до світу (з народження);
- Суб'єкт предметного ставлення (з другого року життя);
- Суб'єкт ставлення до оточуючих людей (приблизно з 3-х років);
- Суб'єкт ставлення до самого себе (з підліткового віку).

Отже, з позиції сучасної психології суб'єктність «пронизує» всі життєві проекції людини, проявляючись в індивідному, особистісному, індивідуальному та універсальному способі буття. Вищою формою суб'єктності є ціннісно-смислова самоорганізація дій, усвідомлена саморегуляція та особистісне осмислення подій і вчинків, що призводять до зміни себе й оточення.

Особистість – це система психологічних механізмів соціальної суб'єктності людини, що формується лише через взаємодію з іншими людьми на основі тієї культури, носіями якої вони є. Це соціальна характеристика людини

як окремого представника людського роду із властивими їй як загальновідомими, так і специфічними ознаками (соціогенні потреби, спілкування, соціальні ролі, соціальний статус, ціннісні орієнтації, світогляд, переконання, позиція, структура домагань, соціальна зрілість тощо). Особистість людини в її діяльнісному аспекті виявляється для інших людей як та чи інша певна *сукупність соціально значущих рис, властивостей,* які є доволі стійкими, свідчать про індивідуальність, визначають моральні вчинки людини. Їх поділяють на психодинамічні (темперамент, екстраверсія, емоційна реактивність), когнітивні (соціальний інтелект, винахідливість, допитливість, кмітливість, критичність, розсудливість, поміркованість, переконаність), феноменологічні (довіра до життя і людей, вірність, мудрість), вольові (витримка, ініціативність, наполегливість, принциповість, рішучість, сміливість, самостійність, упертість, цілеспрямованість), морально-етичні (альтруїзм, великодушність, гідність, доброзичливість, правдивість, совість, справедливість, товариськість, терпимість, шляхетність) та інші. У цьому сенсі особистість – порівняно стала сукупність людських якостей, набуваючи які у процесі дорослішання, індивід стає соціально визнаним та соціально відповідальним суб'єктом своєї поведінки.

Основна форма розвитку особистісних властивостей – це *життєвий шлях* людини у суспільстві, її соціальна біографія. Особистісний рівень психічного розвитку відзначається тим, що людина орієнтується на власні переконання і ставлення, автономну систему моральних вимог та оцінок, що роблять людину не лише стійкою та відносно незалежною від впливів соціального оточення, а й дозволяють їй свідомо та відповідально впливати на оточення, навколишній світ, змінювати їх за своїм задумом, а також розвивати, вдосконалювати саму себе відповідно до розуміння своїх життєвих перспектив.

Індивідуальність – це людина, охарактеризована в аспекті її неповторності, унікальності, несхожості на інших людей. Поняття індивідуальності розкриває форму, спосіб буття конкретної особистості. Індивідуальність людини як одиничного й групового суб'єкта є предметом вивчення психології індивідуальних відмінностей. При цьому індивідуальність розуміється у двох значеннях.

По-перше, як одиничне й неповторне поєднання різних за мірою вияву, але властивих усім без винятку людям загальних особистісних рис. Тут індивідуальність є ознакою особистості. З цієї точки зору, чим яскравіше виявлена індивідуальність, тим ближче людина до патології.

По-друге, як доповнення загальних рис, які характерні для популяції в цілому і виявляють загальні тенденції її розвитку, такими рисами, що властиві лише окремій людині і генетично пов'язані з конкретними незакономірними

обставинами її розвитку. Тобто індивідуальність – це сукупність індивідних і особистісних рис, які відрізняють одну людину від іншої.

Б. Г. Ананьєв убачає в індивідуальності ознаку людини як біологічної й соціальної істоти, тобто індивідуальність визнається новим психофізіологічним утворенням. Кожна людина має свої специфічні особливості: індивідуальну історію, досвід, характер, темперамент, задатки, здібності, самовладання, самопочуття, самоідентифікацію, самооцінку, життєву трансспективу, що об'єднує та генерує минуле, теперішнє й майбутнє, потребу і здатність до самореалізації тощо. Ці особливості утворюють системну організацію особистості як інтегральну цілісність, що включає різні рівні психічної організації людини. Індивідуальні особливості суб'єкта утворюють єдину ієрархічну структуру, неповторне поєднання індивідних і особистісних властивостей людини, що включає в себе як нейрофізіологічну організацію фізичної бази свідомості особистості, так і способи взаємодії суб'єкта з соціальним світом.

Характеристики індивідуальності представлені на схемі:

Духовна індивідуальність
(духовно-світоглядні характеристики:
нтереси, ідеали, цінності, самосвідомість)
Соціальна індивідуальність
(предметно-змістовні якості*:*
здібності, характер, риси особистості, типи)
Природна індивідуальність
(біологічний фундамент особистості:
стать, темперамент, задатки, асиметрія
півкуль головного мозку)

} ***Інтегрована індивідуальність***

<u>*Інтегрована індивідуальність*</u> (за В.С. Мерліним) – це цілісність індивідуальності як системи, що саморозвивається, з властивими їй інтегральними ефектами (адаптивність, оптимальність, результативність, компенсаторність). У цілому її слід розуміти як сукупність смисложиттєвих відносин і настанов людини у світі, які набуваються в процесі життя в суспільстві, забезпечують орієнтування в ієрархії цінностей і опанування поведінкою в ситуації боротьби мотивів; втілюються через діяльність і спілкування в продуктах культури, в інших людях, у самому собі.

За змістом поняття «індивід», «суб'єкт», «особистість», «індивідуальність» знаходяться у відношенні включення: найвужчим за змістом є поняття «індивід», а найширшим – поняття «індивідуальність» (у його першому

значенні). Ці поняття можна також впорядкувати за тим, як вони проявляються в онтогенетичному часі людини:

- спершу людина виявляє себе як індивід;
- на цій матеріальній основі у процесі соціалізації формується свідомість, людина стає суб'єктом;
- ядро особистості, самосвідомість, формується вже на основі свідомості;
- у процесі подальшого розвитку особистості людина набуває своєї індивідуальності. Становлення індивідуальності виявляється у формі самореалізації особистості, що пов'язана з ціннісними орієнтаціями, сенсом життя, життєвою позицією.

Зв'язок між індивідом, особистістю та індивідуальністю відбивається у формулі: «Індивідом народжуються. Особистістю стають. Індивідуальність відстоюють». Якщо людський індивід не може стати особистістю, не засвоївши свою соціальну сутність, то особистість не може виявити свою самостійність, не набувши індивідуальності. Отже, щоб зрозуміти людину, її душевний склад і поведінку як цілісне утворення, необхідно вивчати її і як індивіда, і як суб'єкта, і як особистість, і як індивідуальність.

Із проведеного аналізу понять випливає, що прояви індивіда, особистості та індивідуальності не збігаються. Вони досліджуються в рамках відносно незалежних один від одного біогенетичного, соціогенетичного і психогенетичного напрямків сучасного людинознавства. Втім, як слушно зауважує Б. Г. Ананьєв, розділення людських властивостей на індивідні, особистісні і суб'єктні доволі умовне, адже вони є характеристиками людини як цілого, що одночасно є і природною і суспільною істотою. Ядром цього цілого є структура особистості, в якій перетинаються (узагальнюються) найважливіші властивості не лише особистості, а також індивіда і суб'єкта.

5. Теорії особистості та їх класифікація

У кінці 30-х років XX ст. у психології особистості розпочалася активна диференціація напрямків досліджень. На сьогоднішній день можна виділити п'ять основних підходів до вивчення особистості:

1) біогенетичний; 2) соціогенетичний; 3) психогенетичний; 4) експериментальний; 5) психометричний.

1. Біогенетичний підхід. Вивчення особистості проводиться з точки зору раннього дитячого досвіду, генетичних передумов і еволюційного розвитку. Предметом особливої уваги представників цього підходу є взаємодія поведінкових аспектів і біологічної основи. Основною детермінантою

розвитку визнається спадковість. Цей підхід представлений наступними теоріями:

- ✓ *теорія рекапітуляції* – онтогенез людини в стислому вигляді повторює філогенез людства (Ст. Холл, В. Штерн, А. Гезелл, Л. Термен);
- ✓ *теорія класичного психоаналізу (фрейдизм)* – індивід постійно переживає внутрішні конфлікти, відчуваючи на собі тиск несвідомих сексуальних й агресивних потягів з боку несвідомої частини психіки (Id), яка вимагає негайного задоволення інстинктивних потреб, а з іншого боку – фруструючий вплив репресивних щодо їх вияву норм суспільства й власної совісті (Супер-его). Індивід вимушений обмежувати свої потяги, співвідносячи їх з вимогами суспільства.

Представники цього підходу роблять акцент на ендогенних (внутрішніх) причинах психічного розвитку. Соціальний розвиток індивіда розглядається як похідний від біологічного, як пристосування до середовища існування.

2. Соціогенетичний підхід. Вивчається соціальне оточення індивіда і його вплив на розвиток особистості: вплив моделей, соціальних ролей і культури в цілому. Культура при цьому виконує функції стандартизації: інтегровані в особистості соціокультурні елементи стають для людини нормою (стандартом відчуття, мислення і дій). Найбільше значення при цьому має культурна атмосфера сім'ї. На основі стандартів соціального мислення і дій у людини формується почуття належності до соціокультурної спільноти. Соціокультурні умови і виховання визначають розвиток особистості. Соціогенетичний підхід об'єднує велику кількість етнопсихологічних, соціально-психологічних теорій та емпіричних досліджень (Р. Бенедикт, М. Мід), які тією або іншою мірою пов'язані з загальними положеннями біхевіоризму щодо вирішення проблеми формування научіння: класичного (Дж. Уотсон), оперантного (Б. Ф. Скіннер), соціального (Н. Міллер, Дж. Доллард), соціально-когнітивного (А. Бандура).

Отже, розвиток у соціогенетичних теоріях розглядається переважно як процес кількісного накопичення навичок, зв'язків, пристосувальницьких реакцій до середовища (суспільства).

3. Психогенетичний (біосоціальний) підхід не заперечує значення ні біології, ні середовища. Пріоритет надається вивченню психічних структур: інтелекту, здібностей, окремих пізнавальних функцій і динамічних особливостей психічних процесів. На основі цього підходу виникли двохфакторні концепції детермінації розвитку особистості, зокрема, *теорія конвергенції* двох факторів – середовища (зовнішніх умов) і спадковості. За В. Штерном, механізмом психічного розвитку є *інтроцепція*, тобто інтеграція дитиною

своїх внутрішніх цілей з тими, що задаються оточенням. Оскільки потенційні можливості новонародженої дитини не визначені, вона сама ще не усвідомлює себе і свої схильності, їй це допомагає зробити оточення. Соціальне середовище організує внутрішній світ підростаючої особи, надаючи йому чітку, оформлену й усвідомлену структуру. При цьому дитина намагається взяти з середовища все те, що відповідає її потенційним схильностям, ставлячи бар'єр на шляху тих впливів, які суперечать її внутрішнім схильностям. Конфлікт між зовнішнім (тиском середовища) та внутрішніми схильностями дитини має й позитивне значення для її розвитку, позаяк саме негативні емоції, які викликають цю невідповідність у дітей і є стимулом для розвитку самосвідомості. Фрустрація, затримуючи інтроцепцію, змушує дитину пильніше вдивдятися в себе і в оточення для того, щоб зрозуміти, що саме їй потрібно для хорошого самопочуття і що конкретно в оточенні викликає у неї негативне ставлення. За Штерном, головним способом самоствердження особистості є внутрішнє самовдосконалення.

Перспективною в психогенетичних концепціях є позиція, яка має на меті, виявити, по-перше, внесок спадковості у варіабельність поведінкової ознаки, а, по-друге, форму організації схильності до тієї чи іншої поведінки, включаючи інтенсивність вияву тієї чи іншої властивості.

4. Експериментальний підхід. Основою вивчення особистості є дослідження процесів сприймання, мислення, научіння і вищої нервової діяльності. Розуміння цих процесів призводить до розуміння того, як конкретні події впливають на наступну поведінку індивіда через вплив на структуру його особистості.

5. Психометричний підхід. Дослідження особистості ґрунтується на вивченні ознак, які відображають внутрішню структуру властивостей особистості. Вимірювання особистісних властивостей та їх відмінностей базується на спостереженнях за поведінкою індивіда, на самозвітах, на непрямій оцінці його характеристик.

У результаті диференціації досліджень у другій половині XX ст. на базі зазначених вище підходів було розроблено велику кількість теорій особистості.

Теорія – це система взаємопов'язаних ідей, поглядів, наукових положень і принципів, яка має на меті пояснити феномен особистості, виділити її структурно-складові компоненти, дати наукове розуміння унікальності й складності функціонування та закономірностей розвитку і формування особистості в реальному світі.

Зараз співіснують різні альтернативні теорії, які описують особистість як інтегроване ціле і пояснюють відмінності між людьми. Для кожної теорії

особистості, як і її автора, характерна залежність розуміння особистості від образу людини, який явно або приховано існує в культурі і науці на певному етапі їх розвитку. У психології на даний час сформувалося декілька образів людини (О. Г. Асмолов):

1. Людина, яка відчуває, тобто пасивно сприймає світ. Це аналог розумної машини з переробки і споживання інформації, який склався в інтроспективній (асоціативній) психології – «людина раціональна.» Її основні риси виявляються зокрема, і в когнітивній психології. Представники когнітивізму – *Ж. Піаже, Дж. Келлі, Дж. Брунер, Л. Кольберг, Л. Фестінгер* та інші дотримуються моделі людини раціональної, активної, розумної, освіченої, умілої. Особлива увага приділяється розвитку ментальних структур психіки, які за аналогом з комп'ютером розглядаються як обчислювальний пристрій з прийому та переробки інформації.

2. *Людина як вмістилище потреб, інстинктів, потягів. За Фрейдом,* – це «людина потребуюча,» яка багато бажає, але мало може. Постійно переживаючи внутрішні конфлікти між сексуально-еротичними потягами, з одного боку, і морально-психологічними обмеженнями, з іншого, людина змушена робити вибір між сексуальною активністю і якимись іншими видами діяльності. Підкоряючись інстинктам життя, вона спрямовується ними до зростання, розвитку і творчості (за допомогою прагнення до задоволення та уникнення болю).

3. *Людина як система реакцій на різні стимули.* Цей образ людини представлений у *рефлексології* В. М. Бехтерєва, *теорії вищої нервової діяльності* І.П. Павлова, *реактології* К. М. Корнілова і в «поведінковій психології» *(біхевіоризм)*. Людина розглядається як механічна, реактивна істота, поведінкою якої керують зовнішні стимули – заохочення або покарання, а більшість форм поведінки набувається шляхом научіння. Сучасні необіхевіористи виходять з більш поміркованої і гнучкої позиції. Зокрема, Альберт Бандура, вважає, що людина – це продукт і, одночасно, творець свого природного середовища і соціального оточення, що своїми діями змінює реальність. на усвідомленні й відповідальності за свої дії: не реакція, а акція (подолання механіцизму).

4. *«Людина-діяч»* – образ, який склався у вітчизняній психології радянського періоду. Спираючись на філософську базу історичного й діалектичного матеріалізму Л.С. Виготський, Г.С. Костюк, С.Л. Рубінштейн, О.М. Леонтьєв, К.К. Платонов, та інші психологи розуміли людину передусім як соціальну істоту, породжену життям у суспільстві, яка прагне досягнення суспільно-значущих цілей і відстоює своїми конкретними вчинками, справами певний соціально-історичний спосіб життя. За такого підходу, ключ до розуміння

природи людини лежить не в ній самій, а в тих різноманітних системах, в яких здійснюється її життя. Тільки в результаті процесу привласнення індивідом історичних досягнень людства, що триває впродовж його життя, він набуває справді людських властивостей і здібностей.

Отже, розуміння природи особистості в кінцевому рахунку детермінується концепцією розуміння природи людини. Під природою людини розуміється певний комплекс базових здібностей, схильностей, прагнень і засобів вирішення складних життєвих питань.

Групу теорій, що об'єднані загальною ідеєю, називають *науковим напрямком*. У межах наукового напрямку, у свою чергу, можна виділити піднапрямки, які диференціюють вихідну ідею, створюючи похідні ідеї.

Психодинамічні теорії беруть свій початок з *класичного психоаналізу* Зигмунда Фрейда. До психодинамічного напрямку також належать і модифікації фрейдизму – неофрейдистські теорії: індивідуальна психологія (Альфред Адлер); аналітична психологія (Карл Юнг), які виводять поведінку із внутрішніх суб'єктивно-психологічних властивостей особистості. Термін «психодинамічний» вказує на конфліктний характер боротьби між трьома підсистемами особистості: вродженими ірраціональними, імпульсивними інстинктами і потягами несвідомого (*Ід*) та інтерналізованими в процесі ранньої соціалізації морально-етичними нормами і стандартами поведінки надсвідомого (*Супер-его*), які разом тиснуть на свідому, раціональну частину нашої психіки – *Его*, що відповідає за прийняття рішень і намагається задовольнити бажання *Ід* з урахуванням обмежень, що накладаються зовнішнім світом і цензурою *Супер-его* (*совістю* та *его-ідеалом*). Поняття динаміки стосовно особистості передбачає, що поведінка людини є скоріше детермінованою, ніж довільною або випадковою. Особистість є продуктом динамічної взаємодії між природними потребами і соціокультурними впливами. У класичному психоаналізі вся динаміка зводиться до різних типів перетворень несвідомих потягів та постулюється їх визначальна роль у регуляції поведінки.

Частина постфрейдистів не прийняла радикального біологізму Фрейда, а натомість, визнавши важливість значення его-процесів в адаптації особистості, перенесла акцент на свідому частину психіки людини, яка, на їх думку, й складає основу поведінки і функціонування особистості. Цей напрямок у психоаналізі дістав назву *его-психології*, що описує людей як більш раціональних, здатних приймати відповідальні рішення і свідомо вирішувати свої життєві проблеми. Найбільш відомі теорії даного напрямку – его-теорія Еріка Еріксона, соціокультурна теорія Карен Горні, раціогуманістичний психоаналіз Еріха Фромма.

Соціодинамічні теорії головну роль у детермінації поведінки відводять зовнішній ситуації і не надають істотного значення внутрішнім якостям особистості. До цієї групи належать:

- *теорія психологічного поля*, автором якої є німецький психолог *Курт Левін*, розглядає психологічне середовище як частину одного інтегрованого поля, життєвого простору, інша частина якого – людина. У поняття життєвого середовища входить усе, що може стати причиною виникнення потреб та обумовити поведінку особистості: очікування, цілі, образи об'єктів, реальні або уявні перешкоди на шляху досягнення мети, діяльність людини тощо. «Я» (особистість) є часткою в цьому полі, а поведінка – це функція особистості та її життєвого простору в даний момент часу. Поле включає в себе не лише теперішній стан індивіда, але й його уявлення про своє минуле і майбутнє – бажання, страхи, мрії, плани і надії. Усі частини поля, незважаючи на їх хронологічну різночасовість, суб'єктивно переживаються як одночасні й рівною мірою впливають на поведінку людини.

- *теорії соціалізації (Р. Бенедикт, Ч. Кулі, Дж.-Г. Мід, М. Мід)* виходять з того, що людина, народжуючись біологічною істотою, стає особистістю завдяки впливу соціальних умов життя, засвоюючи, здебільшого на неусвідомленому рівні, через соціально-психологічні механізми *наслідування*, *ідентифікації*, *емпатії*, *рефлексії* норми, еталони поведінки, стереотипи та інші соціально значущі характеристики свідомості і поведінки, які регулюють її взаємини із суспільством;

- *теорія научіння* – життя особистості, її відношення і поведінка – це результат підкріпленого научіння, засвоєння суми знань і навичок. Особистість розглядається як проста сукупність соціально прийнятних відповідей на стимули навколишнього середовища і соціального оточення (біхевіористи Е. Торндайк, Дж. Вотсон, Б. Скіннер);

- *теорія соціального научіння* – научіння соціальним діям відбувається в результаті спостереження індивіда за поведінкою інших людей і наслідування значущим моделям (Дж. Роттер, А. Бандура);

- *соціокогнітивна теорія ролей (Т. Сабрін)* – суспільство пропонує кожному індивіду, який у процесі соціалізації включається в різні соціальні групи, набір стійких способів поведінки (ролей), визначених його статусом. Індивід засвоює очікування рольової поведінки, вивчає способи їх виконання і тим самим стає особистістю. Різнобічність особистості визначається багатством соціального репертуару, який накладає відбиток на характер її поведінки, стосунки з іншими людьми.

Інтеракціоністські теорії (англ. *interaction* – взаємодія, взаємовплив) базуються на концепції «міжіндивідуальної взаємодії» ам. соціального

психолога Джорджа-Герберта Міда. Сукупність процесів соціальної взаємодії конституює і суспільство, і соціального індивіда, котрі не можуть існувати як автономні утворення. Усупереч біхевіоризму Мід заперечував аналіз поведінки особистості на ґрунті лише зовнішніх реакцій і робив акцент на урахуванні суб'єктивного досвіду особистості, внутрішньої мотивації її дій. Дія індивіда (фізична або вербальна) сприймається іншими людьми, будучи опосередкованою значенням, тому головна увага приділяється проблемам комунікації як «обміном символами», серед яких особливо виділяються мова та жести. Тотожність значень у досвіді того, хто діє, і того, хто сприймає дію, припускає можливість прийняття ролі «іншого», а у разі складної взаємодії за участю багатьох осіб – ролі «узагальненого іншого» (знеособлені установки, цінності та норми колективного життя певного середовища). У процесі соціалізації на стадії колективних ігор дитина набуває здатності уявляти, як її сприймають партнер по спілкуванню або група, на основі образу «узагальненого іншого» усвідомлювати, що від неї очікують, і відповідно інтерпретувати ситуацію, конструювати власні дії та передбачати їх наслідки.

За Дж.-Г. Мідом, *структура особистості* соціальна за своїм походженням і складається з трьох компонентів (підсистем) – «I» (Я), «me» (мене), self (самість), що забезпечують активність особистості, а також контроль над власною поведінкою відповідно до норм, соціальних ролей і установок партнерів по взаємодії. «Я» – несоціалізований елемент, набір спонтанних потягів і потреб, головний агент особистісного розвитку – характеризує автономність індивіда, його уособлені форми спонтанної (імпульсивної) поведінки та специфічне реагування на зовнішні стимули й акції. «Ме» (дослівно – «мене», тобто, яким мене мають бачити інші) – рефлексивне нормативне «Я», сукупність інтерналізованих установок «узагальнених інших», своєрідний внутрішній соціальний контроль, що ґрунтується на врахуванні очікувань-вимог значущих інших. Формується завдяки спостереженню себе самого з «перспективи інших». Рефлексивне «Я» контролює і спрямовує імпульсивне «Я» у відповідності з засвоєними нормами поведінки з метою успішного, з точки зору індивіда, здійснення соціальної взаємодії. Об'єднання «I» та «me» відбувається в особистості через внутрішній діалог. Результатом цього процесу є self –особистісне «Я», сукупність імпульсивного і рефлексивного «Я». Отже, особистість в інтеракціонізмі розуміється як активна творча істота, яка здатна оцінювати й конструювати власні дії.

Експериментальні теорії – побудовані на аналізі й узагальненні зібраних дослідним шляхом фактів (наприклад, теорія соціального научіння, теорії рис Г. Айзенка і Р. Кеттела). До експериментальних належать також

когнітивістські теорії, в яких головна увага приділяється дослідженню внутрішніх структур організації пізнавальної сфери особистості, її інтелекту. На думку когнітивістів (Р. Аткінсон, Дж. Брунер, Дж. Келлі, М. Маконі, Ж. Піаже, Л. Фестінгер та ін.), поведінка особистості детермінована її знаннями, когнітивними структурами і схемами. За Дж. Келлі, поведінка визначається тим, як люди прогнозують майбутні події. Ядро особистості представлене у системі конструктів. Особистісний конструкт (від лат. construction – побудова) – це засіб логічної інтерпретації досвіду, своєрідна біполярна оціночна вісь (наприклад, *білий – чорний, добрий – злий, цікавий – нудний*), елементарна одиниця нашого сприйняття, ставлення і т. п., в якій поєднані об'єктивні відомості та їх суб'єктивна інтерпретація. Людина, як активний суб'єкт, конструює реальність (витлумачує її), створюючи унікальну систему конструктів, за допомогою яких здійснюється розуміння об'єктів. Конструкти також виконують роль мотиву і мети пізнавальної діяльності, на їх основі особистість намагається прогнозувати події. Ті конструкти, які ефективно передбачають події, залишаються, неефективні – руйнуються.

Накопичення досвіду відбувається за рахунок формування нових конструктів, а вдосконалення конструктивної системи може йти двома шляхами: або за принципом визначення, коли складається більш виразніша думка про невелику кількість об'єктів, або за принципом розширення, коли виникає установка мати хоча б невиразне уявлення про досить широке коло речей. Найважливішою характеристикою сукупності (системи) особистісних конструктів конкретного індивіда є її відносна *когнітивна складність*, яка виражає кількість одиниць, що складають систему, їхню розгалуженість. Для оцінки особистісних конструктів, за допомогою яких люди інтерпретують життєві події, Келлі розробив *Репертуарний тест рольового конструкту*. Експериментальним шляхом виявлена залежність між складністю когнітивної системи особистісних конструктів людини та її здатністю відповідно описувати, аналізувати й оцінювати сприймані об'єкти в їхній суперечливій єдності. *Когнітивно складна людина* має чітко диференційовані конструкти, може чітко відрізняти себе від інших, здатна прогнозувати поведінку інших, розглядає їх за багатьма категоріями. *Когнітивно проста людина* має конструктну схему, в якій відмінності між конструктами чітко не виявляються, вона не достатньо відрізняє себе від інших, не здатна прогнозувати поведінку інших людей, розглядає інших, використовуючи обмежену кількість категорій.

Неекспериментальні теорії побудовані з опорою на життєві враження, клінічні спостереження й досвід. Теоретичні узагальнення, як правило, не перевіряються експериментально (психоаналіз, гуманістичні теорії).

Гуманістичні теорії становлять опозицію біологізаторським і соціологізаторським теоріям. З одного боку, вони не приймають положення зовнішнього детермінізму, які відстоює біхевіоризм, а з іншого – протистоять внутрішньому детермінізму сексуальних й агресивних потягів, які є основою вчення фрейдизму про активність особистості. *А. Маслоу, К. Роджерс, В. Франкл, Дж. Олпорт, Р. Мей* розробили оригінальні оптимістичні концепції, які спрямовані на розвиток, самореалізацію, допомогу особистості. Ці вчені глибоко переконані в тому, що люди – це дещо більше, ніж проста сума ролей, зв'язок стимульно-реактивних шаблонів або згусток тваринних потягів. Гуманістично орієнтовані психологи зосередилися на вивченні тих здібностей і можливостей людини, на які не звертали уваги ні позитивізм, ні біхевіоризм, ні психоаналіз. Це *кохання, творчість, "Я-концепція", саморозвиток, вищі цінності буття, особистісне зростання, самоактуалізація, сенс життя* та ін.

Гуманістична психологія сповідує *холістичний підхід* до вивчення особистості, згідно з яким людина – це єдина й цілісна істота. Ця цілісність "Я" створює унікальний характер переживань кожної людини. У людині неможливо розділити органічне й психічне, усвідомлюване і неусвідомлюване, почуття й думку. Світоглядні позиції послідовників гуманістичної психології формувалися на основі феноменології, що зосереджується на вивченні людського «Я», та філософії екзистенціоналізму, головний лейтмотив якої – прагнення людини віднайти сенс свого особистісного існування та жити вільно й відповідально у відповідності з етичними принципами, серед яких центральним є визнання того, що кожна особистість – це творець свого власного життя, тому люди самі повинні обирати, як їм жити, і при цьому визнавати й цінувати внутрішній суб'єктивний світ іншого та свій власний. Кожна людина живе лише в теперішньому моменті "тут і тепер", і саме він є найсуттєвішим для буття, тому найважливішим джерелом інформації про людину є її екзистенційний стан, її суб'єктивний досвід (характер сприйняття світу, мислення та переживання), який стає доступним їй через його усвідомлення "тут і тепер". Якщо ці принципи стають внутрішньою позицією, суб'єкт активізує пошук внутрішнього досвіду, який призводить до духовного розвитку людини та її особистості. Практичне завдання гуманістичної психології якраз і полягає в тому, щоб ефективно використати внутрішній досвід індивіда для пізнання й позитивної зміни його особистості.

Структурні теорії. Головна проблема – вияв структури особистості та системи понять, за допомогою яких вона повинна бути описана. Структурні концепції є гіпотетичними за своєю природою і мають справу з відносно незмінними характеристиками, які люди демонструють за різних обставин і в різний час. Ці стабільні характеристики виконують роль основних будівних

блоків людської психіки. Наприклад, це *структурна теорія рис Г. Олпорта, Р. Кеттела, Г. Айзенка, Р. Мейлі, структурні теорії К. Платонова, А. Щербакова.* Структура особистості також може бути описана за допомогою концепції типу особистості як сукупності багатьох різних рис, що утворюють самостійну категорію з чітко окресленими межами *(типології А. Аугустінавічуте, Е. Кречмера, О. Лазурського, Ф. Моргуна, Е. Фромма, В. Шелдона, К. Юнга).*

Динамічні концепції зосереджені на дослідженні процесуальних аспектів функціонування індивіда, мотивації, фокусуються на динамічних, мінливих особливостях поведінки, вивченні якісних змін в особистості, прогресивних або регресивних форм і тенденцій розвитку, причин трансформації особистості. Зусиллями теоретиків і практиків різних психологічних шкіл, які намагалися зрозуміти й проінтерпретувати поточні аспекти поведінки людини, створені дві альтернативні моделі мотивації: редукціоністська та компетентнісна.

Редукціоністська модель була запропонована З. Фрейдом, який доводив, що всі особистісні процеси – від зняття сексуального напруження до почуття гумору – є похідними від спроб індивіда зменшити психічну напругу. Цієї точки зору дотримуються й радикальні біхевіористи, які розглядають енергію як функцію від зменшення драйву (мотиву). Багато видів основних життєвих (біогенних) потреб, таких як голод, спрага, потреба у сні, відпочинку, статевому розмноженні, вкладаються в пояснення мотивації людини з позиції редукції напруження. Проте наприкінці 50-х років XX ст. *Г. Харлоу* було помічено, що навіть активність тварин за умови задоволення основних фізіологічних потреб зовсім не припиняється, а продовжується ніби на новій мотиваційній основі: пошук їжі, води тощо замінюється пошуком нових вражень, так званою «дослідницькою» поведінкою.

Теорії, в основі яких лежить *компетентнісна модель,* роблять основний наголос на прагненні людини оволодіти зовнішнім середовищем або набути нового досвіду з метою отримання задоволення. Прихильники цієї точки зору *(А. Адлер, Е. Еріксон, А. Бандура, К. Роджерс, А. Маслоу)* стверджують: у міру дорослішання людини її поведінка все частіше спрямовується на набуття навичок і умінь в основному для того, щоб підвищити компетентність або ефективно взаємодіяти з оточенням, і все рідше її поведінка буває спрямованою виключно на зменшення напруження. *Абрахам Маслоу*, наприклад, вважав, що в певні моменти індивідом керує дефіцит потреби і тоді він прагне зменшити напруження. В іншому випадку його ведуть за собою зростаючі потреби, і тоді він прагне посилити напруження, користуючись цим як засобом реалізувати свій особистісний потенціал.

Структурно-динамічні теорії поєднують в собі аналіз структури і мотивації *(психоаналіз, індивідуальна психологія А. Адлера, соціокультурна теорія К. Горні)*.

Теорії, що охоплюють віковий діапазон:

дошкільний і шкільний період життя – теорії *Л. Божович, Д. Ельконіна, Д. Фельдштейна, Г. Фрейд, М. Кляйн та ін.;*

усе життя – психоаналіз, его-психологія, гуманістична психологія.

Теорії рис, якостей, властивостей *– диспозиційна теорія – Г. Олпорт, теорія рис – Р. Кеттел; теорія типів особистості – Г. Айзенк.* Усі вони належать до диспозиційного напрямку.

Диспозиційний напрям (від лат. disposito – розподіл) – виходить з того, що поведінка людини завжди є результатом тієї або іншої конфігурації особистісних рис, тобто набору готовностей, схильностей суб'єкта (диспозицій) до поведінкового акту, дії, вчинку або до їхньої послідовності. Особливу увагу дослідників цього напрямку привертають стійкі якості (риси особистості), властиві цій людині, які забезпечують сталість її поведінки з часом та зі зміною ситуації. Разом з тим дослідники по-різному визначають кількість та сутність базових параметрів, необхідних для адекватного опису особистості.

Першим психологом, який почав розробляти диспозиційний напрям, був *Гордон Олпорт*. Він створив диспозиційну теорію особистості або концепцію еквівалентності стимулу і реакції. За Олпортом, *риси – це психологічні особливості, що перетворюють сукупність стимулів (роблять рівнозначними для людини ряд ситуацій) і зумовлюють сукупність еквівалентних (рівносильних) реакцій у відповідь на ці стимули (викликають певні види поведінки, еквівалентні для даної риси)*. Риси є рушійним та визначальним елементом поведінки. Вони не перебувають в пасивному очікуванні потрібних стимулів, а шукають своєї ситуації, вибудовують поведінку особистості: особистість потрапляє в ті ситуації, яких вона шукає, щоб виявити певні риси. Олпорт розрізняв *загальні риси*, які властиві певній кількості людей у межах даної культури, оскільки вони перебувають в умовах схожих впливів, у них розвиваються схожі адаптаційні моделі; та *індивідуальні риси*, властиві окремій особистості, що виявляються унікально в кожної конкретної людини і найбільш повно відображають її особистісну структуру. Пізніше вчений назвав індивідуальні риси індивідуальними диспозиціями, серед яких вирізняв *кардинальні диспозиції*, що пронизують всі вчинки особистості: практично все, що робить особистість, визначається їх впливом; центральні та вторинні диспозиції. *Центральні диспозиції* – це не такі всеохоплюючі, але доволі яскраві характеристики особистості, які можна легко визначити. Їх кількість у кожної людини коливається від 5 до 10. Вони утворюють будівельні блоки

індивідуальності. *Вторинні або стильові диспозиції* менш помітні і менш загальні, а тому менш придатні для характеристики особистості в цілому риси: уподобання людини в смаках, інтересах, ситуаційно зумовлені характеристики, що виявляються з певною регулярністю і є причиною характерних моментів поведінки людини. Риси лише відносно незалежні одна від одної. Вони не відокремлені одна від одної чіткими межами, а особистість – це певний набір рис, що перекривають одна одну. Поведінка, яку стимулює риса, визначається одночасним впливом інших рис.

Більшість теорій рис *(Р. Кеттел, Г. Айзенк, Р. Мак-Крей, П. Коста та ін.)* будуються на особливій психометричній техніці факторного аналізу індивідуальних відмінностей, що виявляються на різних рівнях – від доволі абстрактного до абсолютно конкретного. Ці відмінності можуть бути центральними або периферійними, абстрактними або конкретними, загальними або специфічними, вродженими, або такими, що виникли в результаті научіння. У більшості теорій є твердження і описи, що стосуються кожного з рівнів. На мові теорії особистісних рис ці рівні описуються наступним чином.

Суперфактори – найбільш абстрактні, унікальні, незалежні фактори вищого порядку, базові елементи, з яких складається особистість. На сьогодні виділені п’ять суперфакторів, які утворюють модель під назвою *«Велика п’ятірка». Це* екстраверсія, нейротизм, схильність до згоди (поступливість), відкритість досвіду, добросовісність. Параметри великої п’ятірки несуть інформацію про індивідуальні особливості, надзвичайно важливі для взаємодії. Вони дозволяють прогнозувати, що робитимуть люди в широкому спектрі значущих ситуацій.

Вихідні фактори. На цьому рівні суперфактор розділяють на складові елементи. Наприклад, такий суперфактор, як екстраверсія, розділяється на два вихідні фактори – комунікабельність та імпульсивність, або на шість факторів: теплота, комунікабельність, асертивність, активність, прагнення до збуджуючих відчуттів і позитивні емоції.

Специфічні поведінкові події. Факторами цього рівня є поведінкові прояви вихідної риси. Наприклад, якщо людина постійно прагне поспілкуватися і поговорити з друзями і знайомими, то її можна назвати комунікабельною і екстравертованою.

Теорії дослідження форм поведінки – теорія оперантного научіння (Б.-Ф. Скіннер); соціально-когнітивна теорія – А. Бандура; теорія соціального научіння – Дж. Роттер.

Представники радикального біхевіоризму (Дж. Б. Уотсон, Е. Торндайк, К. Брод, Е. Толмен, Б. Скіннер та ін.) переконують, що більшість форм поведінки набувається шляхом *научіння*. Це основний процес, через посередництво якого

середовище викликає стійкі зміни в поведінці. Особистість із точки зору научіння – це той досвід (набір поведінкових шаблонів), який людина набула протягом життя. Ставлячи своїм головним теоретичним завданням передбачення поведінки та контроль за нею (поведінку людини можна безпосередньо спостерігати, вимірювати й аналізувати), ці вчені повністю ігнорують внутрішні причини поведінки: свідомість, самосвідомість, ментальні процеси, емоційні стани, волю, творчість, особистість, байдуже ставляться до гуманістичних ідеалів у процесі виховання, знімаючи питання про цілеспрямовані впливи на моральне становлення особистості, про сутність її внутрішніх переконань, ціннісних орієнтацій.

Теорія соціального научіння *(Н. Міллер, Д. Доллард, Р. Сірс, А. Бандура та ін.),* намагаючись подолати недоліки радикального біхевіористичного підходу до розвитку, запозичила деякі положення з психоаналізу і поєднала їх з принципами научіння. Її перші представники – *Н. Міллер і Д. Доллард* – на відміну від класичного біхевіоризму визнавали роль внутрішньої мотивації в поведінці, роблячи акцент на її спонукальній функції. Вони виділяли первинні спонукання (драйви), що виникають з органічних потреб (голод, спрага, біль), і вторинні, власне психологічні (гнів, провина, секс, потреба в діях, страх, тривога). Основний регулятор поведінки в психоаналізі – принцип задоволення – був ними трансформований в принцип підкріплення (винагороди). Функціонування людини розглядається як продукт взаємодії поведінки, особистісних факторів і впливу оточення. Згідно з доктриною Альберта Бандури, люди впливають на оточення тією ж мірою, якою оточення діє на них. Через процеси саморегулювання й пізнання вплив оточення значно опосередковується, адже існує постійна взаємодія між поведінковими, когнітивними факторами і факторами зовнішнього середовища, що працюють як взаємозалежні детермінанти.

Незважаючи на те що у психології особистості накопичений величезний емпіричний матеріал, його інтерпретація в різних теоретичних підходах часто не збігається, багато психологічних теорій особистості є неповними, однобічними і мало піддаються емпіричній перевірці, що не дозволяє чітко визначити як поняття особистості, так і її складові.

У радянський період розвитку психології найбільш відомі здобутки у галузі психології особистості пов’язані з теоретичними і прикладними дослідженнями представників наукових шкіл Л. С. Виготського, С. Л. Рубінштейна, Б. Г. Ананьєва, А. В. Петровського. Вагомий внесок також зробили Л. І. Анциферова, Л. І. Божович, К. К. Ковальов, І. С. Кон, Г. С. Костюк, О. М. Леонтьєв, Б. Ф. Ломов, В. М. М’ясищев, К. К. Платонов, П. М. Якобсон та ін. Дослідження особистості вони проводили у руслі діалектичного та

історичного матеріалізму, керуючись принципами детермінізму, активності, розвитку, єдності свідомості і діяльності. Загальним підсумком цього періоду стало тверде переконання у тому, що особистість – це не просто результат біологічного дозрівання або пасивний відбиток соціального середовища, а перш за все суб'єкт активної взаємодії з середовищем. Міра особистісного розвитку визначена як втілення в особистість «надособистісних», суспільно-історичних потреб розвитку людства.

Як спробу системного підходу можна виділити ***вчинковий підхід*** до вивчення особистості, започаткований С. Л. Рубінштейном та продовжений школою В. А. Роменця (В. Татенко, І. Маноха та інші). За Рубінштейном, вчинок – це така дія, у якій «провідне значення має свідоме ставлення людини до інших людей, до норм суспільної моралі». Вчинок є актом активності особистості, він об'єднує в одну діючу систему і середовище, і успадковані потяги, і самі поведінкові акти, надає їм відповідного сенсу. Отже, вчинок є основною особистісною формою і одиницею поведінки, він завжди діалогічний. Вчинок складається з внутрішнього плану дій, свідомо вироблених намірів, прогнозу результатів та оцінки відповідно до норм і вимог соціуму. Особистість складається, змінюється, виходячи із досвіду багатьох вчинків, які є провідним механізмом і рушійною силою її становлення. У вчинках виявляється особистісна позиція, морально зріла особистість звільняється від зовнішньої детермінації, від фатальної залежності від ситуації. Вона самоствердкується, об'єктивується у вчинках, через вчинок піднімається до своєї сутності.

6. Стратегії і підходи до вивчення структури особистості

Структура особистості – це відносно стійкий зв'язок і взаємодія основних компонентів (сторін) особистості як цілісного інтегративного утворення: мотиваційної спрямованості, досвіду, характеру, здібностей, інтелектуальних, емоційно-вольових, психофізіологічних якостей, темпераменту. Вона дуже складна і багатогранна. Щоб пояснити структуру особистості, потрібно визначити природу її організації та дати характеристику її складових. У психології існують різні підходи (стратегії) вивчення структури особистості:

1) конституціонально-антропологічна; 2) факторна; 3) мотиваційно-динамічна; 4) блокова.

Конституціонально-антропологічна стратегія (К. Сіго, Е. Кречмер, Е.Шелдон та ін.). Під конституцією (лат. constitucio – будова) розуміється сукупність відносно стійких морфологічних і функціональних властивостей організму людини, обумовлених спадковістю (генотипом), а також тривалим і

достатньо інтенсивними впливами зовнішнього середовища. Об'єктом дослідження є вроджені схильності до реагування, які часто ототожнюються з *темпераментом* як ядром особистості. Організація особистості зводиться до вияву типів характеру. Типи розглядаються як дискретні категорії, між якими існують чіткі межі між подібними видами поведінки. Людина може належати або до одного або до іншого типу. Матеріалом для аналізу є клінічні дані.

Ернст Кречмер у своїй праці *«Будова тіла і характер» (1921)* встановив кореляції психіатричного діагнозу із соматичним типом, розділивши людей на циклоїдів і шизоїдів (знаходяться на межі між здоров'ям і хворобою), а також на циклотимних і шизотимних здорових людей.

Циклотимний тип. Конституційно – це *пікніки*: середнього зросту, голова кругла зі схильністю до облисіння, тулуб короткий і кремезний, добре розвинена грудна клітка, не дуже сильні та короткі кінцівки, м'яка мускулатура. Обличчя кругле, навіть п'ятикутне, широке чоло, світла шкіра, схильність до повноти.

Шизотимний тип. Конституційно – це *астеніки* (лептосомний тип): стрункі, худорляві, мають тонкі кінцівки, видовжене обличчя з відхиленим назад лобом. Голова невелика, профіль здебільшого гострий, волосся густе; облисіння спостерігається рідко; мускулатура слабка, схильності до повноти не відзначено.

Е. Кречмер додав до основного поділу ще й *віскозний (в'язкий) тип*, будова тіла якого відповідає атлетичному типові.

Атлетичний тип – тулуб і обличчя мають правильну форму; осанка пряма, зріст вище середнього, але іноді може бути кремезним; кінцівки довгі, мускулисті. Реакції швидкі, сильні. Характер відвертий, безпосередній, іноді запальний, але спалахи гніву швидко минають. Діяльність орієнтована на матеріальну перемогу над зовнішнім світом, іноді діє агресивно. Комунікабельний і соціально активний. Намагається домінувати, викликати повагу, утвердитися у своєму середовищі, оточенні.

Зауважимо, що виводити пряму залежність структури особистості від соматичної конституції, типу нервової системи і т.д. не можна. На думку більшості вчених, навіть тип конституції у цілому формується під впливом як біологічних (спадковість, гормони і т.п.), так і соціальних факторів. Важливу роль відіграють харчування і спосіб життя, при цьому в них можуть виявлятися як статеві, так і гендерні відмінності.

Факторна стратегія або *диспозиціональний напрямок* (Г.Айзенк, Р.Кеттел, Дж. Гілфорд та ін.). Об'єкт аналізу – риси особистості, зафіксовані в мові, за вибором яких судять про структуру особистості, використовуючи певні правила індуктивного умовиводу. Особливостями структур цього типу є

те, що вони охоплюють майже увесь масив лінгвістичних даних про особистість та систематизують його шляхом поступового узагальнення – від гранично конкретних одиничних психологічних термінів словника до гранично абстрактних понять, що розглядаються як «фактори» структури особистості. Багатофакторні теорії розглядають особистість як сукупність деякої кількості базових рис як відносно постійних тенденцій реагувати певним подібним чином у різних ситуаціях і у різний час. Згідно з теоріями особистісних рис, люди відрізняються один від одного мірою вияву риси, яка може приймати будь-яке значення з деякого інтервалу. Прихильники теорій особистісних рис вважають відмінності між індивідами скоріше кількісними, ніж якісними. Для розпізнавання рис важливі крайні оцінки.

Г. Айзенк виділяє такі суперриси або типи як інтроверсія – екстраверсія, емоціональна стійкість – нейротизм, психотизм – сила супер-его. Наявність екстра-чи інтроверсії визначається залежністю реакцій і діяльності людини від зовнішніх вражень, що виникають у даний момент (екстравертованість), чи від образів, уявлень і думок, пов'язаним з минулим і майбутнім (інтровертованість). Екстраверти добре засвоюють соціальні норми та легко налагоджують контакти з іншими людьми, тоді як інтроверти погано пристосовуються до раптової зміни ситуації і важко входять у чужий для них світ почуттів інших людей. Екстраверт відкритий для зовнішніх впливів, а інтроверт – навпаки. За Г. Айзенком, емоційно стабільний екстраверт відповідає сангвінічному темпераменту (жвавий тип за І.П. Павловим), нестабільний екстраверт – холерику (нестримний тип), стабільний інтроверт – флегматику (спокійний тип), нестабільний інтроверт – меланхоліку (слабкий тип).

Р. Кеттел, піддавши факторному аналізу дані реєстрації реальних життєвих фактів поведінки в конкретних повсякденних ситуаціях (L-дані), дані самооцінки при заповненні анкет (Q-дані) і дані об'єктивних тестів (T-дані) виділив 16 особистісних факторів – вихідних рис, які являють собою основоположні структури і утворюють блоки структури особистості. Вихідні риси у свою чергу поділяються на конституціональні та риси, сформовані навколишнім (фізичним і соціальним) середовищем.

Конституціональні риси розвиваються з біологічних і фізіологічних даних індивіда (емоційна стійкість – емоційна нестійкість, розкутість – напруженість тощо).

Риси, сформовані навколишнім середовищем відображають характеристики і стилі поведінки, засвоєні в процесі научіння (домінантність – підлеглість, розсудливість – безтурботність, відповідальність – безвідповідальність, сміливість – боягузливість, довірливість – підозрілість,

мрійливість – практичність, дипломатичність – прямолінійність, радикалізм – консерватизм тощо).

Р. Кеттел також проводив класифікацію, виділяючи загальні та унікальні риси. *Загальна риса* – це така риса, яка в тій або тій мірі присутня у всіх представників однієї й тієї ж культури (самооцінка, інтелект, інтроверсія тощо). *Унікальні риси* – це такі риси, які є лише у небагатьох або лише у когось одного (екстрасенсорні здібності, сфера інтересів та установок).

Особистісні риси є більш значущими і сильними прогностичними ознаками поведінки у тих випадках, коли контекст поведінки знайомий і неформальний; існує можливість вибору одного з багатьох варіантів поведінки, а не всього лише декілька варіантів; обстановка зберігається протягом більш-менш тривалого часу, а не змінюється дуже швидко; існує багато можливих варіантів прийнятної поведінки, а не декілька.

Зауважимо, що у диспозиційному підході поняття «особистість» та «індивідуальність» фактично ототожнюються. Сама особистість не розглядається як суб'єкт системи відносин, як системна соціальна якість індивіда, тому структури особистості та індивідуальності повністю збігаються, а соціальне середовище, стосовно якого особистість виявляє свої риси, мислиться як незмінне, аморфне, «середовище взагалі».

Мотиваційно-динамічна стратегія (З. Фрейд, К. Юнг, А. Маслоу, О.Леонтьєв, Д. Узнадзе та ін.). Переважно розглядаються наступні питання:

1. Чому організм приходить в стан активності – вивчення потреб, потягів, інстинктів;

2. На що спрямована активність – вияв мотивів;

3. Яким чином здійснюється регуляція динаміки поведінки – вияв емоцій.

Блокова стратегія (В. Джемс, К. Платонов, С. Рубінштейн, А.Щербаков, Б. Братусь та ін.). Структура особистості збирається на основі спостережень у повсякденному житті з блоків (іноді їх називають рівнями або підструктурами).

Основними аналітичними напрямками дослідження структури особистості (вимірами) є: 1) соціально – психолого – індивідуальний; 2) діяльнісний; 3) генетичний (віковий), в межах яких вирішуються питання побудови цілісної структури особистості. Кожний вимір особистості має свою внутрішню будову, утворюється відповідними підструктурами, компонентами, рівнями розвитку.

У працях С. Л. Рубінштейна, Г. С. Костюка, Б. Г. Ананьева, Ф. Лерша, О. М. Леонтьєва, В. С. Мерліна, В. М. Мясищева, К. К. Платонова, О. Г. Ковальова, А.В. Петровського, В. Моргуна та ін. конкретизовані уявлення про

структуру особистості, чітко виявляється тенденція до синтезу багатовимірної системної психологічної структури особистості.

За С. Л. Рубінштейном, структура особистості включає три основні групи психологічних властивостей (підструктури):

1) *відношення і спрямованість* як основні тенденції особистості – це те, що людина хоче (що її приваблює, до чого вона прагне);

2) *здібності* як людські можливості і потенції – це те, що людина може;

3) *характер* як домінуючі й стійкі тенденції використання, реалізації й розширення можливостей – це те, якою людина є насправді (що з тенденцій, диспозицій увійшло в неї, закріпилось як стрижневі особливості особистості).

К. К. Платонов розробив модель *динамічної функціональної структури особистості*, яка включає 4 основні підструктури, розташовані по вертикалі за ієрархічним принципом: біологічне – соціальне.

Соціально-психологічний рівень

Вищі під-

структури:

1) спрямованість: потреби, мотиви, інтереси, життєві цілі, ціннісні орієнтації, ідеали, переконання, світогляд, у яких проявляються відношення особистості у вигляді моральних рис.

Формується у процесі виховання;

Психолого-педагогічний рівень

2) підструктура соціального досвіду (знання, навички, вміння і звички, набуті в особистісному досвіді шляхом научіння або навчання) – індивідуальна культура або підготовленість особистості;

Індивідуально-психологічний рівень

нижчі під-

структури:

3) підструктура форм відображення (психологічна) охоплює індивідуальні особливості окремих психічних процесів (пізнавальних, емоційно-вольових). Сюди входить інтелект як певний рівень розвитку мислительної діяльності особистості, який забезпечує можливість набуття нових знань та їх ефективного використання у процесі життєдіяльності. Процес формування рис цієї підструктури відбувається шляхом тренування;

Психофізіологічний рівень

4) біологічно зумовлена підструктура – об'єднує типологічні властивості особистості, статеві і вікові особливості, психопатологію – найбільш загальні й актуальні для життєдіяльності та поведінки комплекси органічних властивостей. Процес формування цієї під структури може відбуватися шляхом вправляння.

Окрім того, дослідник виділяє ще дві специфічні (не самостійні) підструктури особистості: *характер і здібності,* які «накладаються» на основні, маючи вихід на кожну з них, і виявляються в комплексі біологічних і соціальних якостей як загальні властивості особистості.

1. ***Характер*** – сукупність стійких індивідуальних соціально-значущих рис особистості (рис характеру), які формуються і виявляються в діяльності та спілкуванні й обумовлюють стиль поведінки особистості в типових ситуаціях.

2. ***Здібності*** – своєрідний ансамбль рис особистості, який забезпечує швидке й ефективне (успішне) входження, оволодіння і здійснення певної діяльності. Наявність здібностей забезпечує швидкий темп виконання, високу продуктивність та оригінальні результати діяльності.

Отже, запропонована К. К. Платоновим структура особистості узагальнює процесуально-ієрархічні підструктури особистості, показує субординацію нижчих підструктур вищими і включає накладені на них підструктури характеру і здібностей. Структура особистості, її елементи не залишаються незмінними впродовж життя. Зміни особистості можуть бути пов'язані не лише з її віковим розвитком, а й з патологією, соціальною деградацією тощо.

У концепції персоналізації особистості, А. В. Петровський виділяє три складові структури особистості:

1) *інтраіндивідна* (внутрішньоіндивідна) підсистема – системна організація індивідуальності, що представлена в будові темпераменту, характеру, здібностей тощо.

2) *інтеріндивідна* підсистема як включеність соціального індивіда у простір міжіндивідних зв'язків, де взаємостосунки і взаємодії, що виникають у групі, можуть трактуватися як носії особистості їх учасників. Особистісне постає як вияв групових відносин (колективістське самовизначення, групова емоційна ідентифікація або співчуття як співучасть тощо), групове виступає в конкретній формі вияву особистості (колективізм, гуманізм, товариськість, лідерство тощо).

3) *метаіндивідна* (надіндивідна) підсистема – «ідеальна представленість» особистості в життєдіяльності інших людей, за рахунок довгострокових

«внесків» (смислових перетворень) в їх інтелектуальну та емоційно-вольову сфери, які суб'єкт свідомо або мимовільно здійснює через свою діяльність (явище *персоналізації*).

Отже, за А. В. Петровським, структура особистості – це цілісне системне утворення, сукупність соціально значущих психічних властивостей, відносин і дій індивіда, що склалися в процесі онтогенезу і визначають його поведінку як свідомого суб'єкта діяльності і спілкування, що реалізує потребу в персоналізації.

У структурі особистості, яка має ендопсихічну та екзопсихічну організацію, взаємодіє біологічне і соціальне.

Ендопсихіка як підструктура особистості відображає внутрішню взаємозалежність психічних елементів і функцій (чутливість, сприйнятливість, імпульсивність, емоційність, особливості пам'яті, мислення, уяви, здатність до вольового зусилля тощо). Це внутрішній механізм людської особистості, який ототожнюється з нервово-психічною організацією людини і описується такими характеристиками як ієрархічність та цілісність (стабільність поведінки в динамічних умовах та обставинах).

Екзопсихіка визначається ставленням людини до зовнішнього середовища і включає систему відносин людини та її досвід, інтереси, нахили, ідеали, почуття, сформовані знання, світогляд, переконання. Характеризується показниками активності та самостійності.

Людина є природною істотою, але біологічне в процесі історичного розвитку під впливом соціальних умов змінилося, набуло своєрідних специфічних людських особливостей, які докорінно відрізняють людину від тварин. Поза людським суспільством людина не може по-людськи розвиватися. Суспільні умови життя зумовили розвиток мови, свідомості, довільний вияв психічних процесів і властивостей. Людина живе, навчається, діє у суспільному середовищі, яке є провідним у формуванні і визначальним у виявленні її продуктивних сил. Однак і природні нахили розвитку індивіда, його тілесна організація, нервова та ендокринна системи, переваги й вади, фізичний розвиток суттєво впливають на формування його індивідуально-психологічних особливостей. Тому природне і соціальне утворюють єдність і не повинні механічно протиставлятися одне одному як самостійні підструктури особистості. У вітчизняній психології реальним базисом особистості людини визнається сукупність її суспільних відносин, які реалізуються через різноманіття діяльностей. Суспільство розглядається не просто як деяке зовнішнє середовище особистості. Вона активно включена в систему суспільних відносин, і цим визначається формування структури особистості, яка утворюється комплексом властивостей: мотивів, прагнень, установок,

звичок, ідеалів, переконань і т.д. Але детермінованість особистості суспільними відношеннями не означає, що вона є їх пасивним відбитком. Як включення особистості в систему відношень, так і її участь у них може здійснюватися лише як активний процес. Формуючись, особистість сама починає визначати розвиток усіх психічних феноменів людини.

Трьохрівневу структуру особистості теоретично й емпірично обґрунтував *Б. С. Братусь*. Він виділив такі рівні структури особистості:

1) *особистісно-смисловий* (смислові орієнтації, ставлення до інших людей, до себе);

2) *індивідуально-виконавчий*, на якому смислові орієнтації реалізуються в конкретній діяльності (характерологічні риси, особливості, властивості);

3) п*сихофізіологічний*, що характеризує особливості будови і динаміки, режимів функціонування психічних процесів.

7. Спрямованість як стержнева властивість особистості

Основним, провідним компонентом структури особистості вітчизняні психологи визнають спрямованість – систему стійких мотивів (домінуючих потреб, цілей, інтересів, схильностей, переконань, ідеалів, світогляду і т. д.), яка дозволяє зрозуміти, що для людини є найбільш цінним, та визначає поведінку (діяльність, спілкування) особистості в динамічних зовнішніх умовах. Спрямованість завжди соціально обумовлена і є системоутворюючою властивістю особистості, яка визначає її психічний склад і дозволяє прогнозувати її майбутнє.

С. Л. Рубінштейн проблему спрямованості насамперед пов’язував з питанням про динамічні тенденції, які в якості мотивів визначають людську діяльність, і, в свою чергу, самі визначаються її цілями й завданнями. Спрямованість включає два тісно пов’язаних між собою моменти: а) предметний зміст; б) напруження, яке при цьому виникає.

В. М. Мясищев виділяв в структурі особистості домінуючі ставлення, які визначають спрямованість особистості. Досліджуючи спрямованість або домінуюче відношення, необхідно розрізняти:

а) ставлення людини до інших людей;

б) ставлення до себе;

в) ставлення до предметів зовнішнього світу.

При цьому враховуються соціальна значущість відношень особистості, рівень їх суспільної цінності (моральність її повсякденної поведінки), відповідність поведінки особистості прогресивним соціальним ідеям (ідейність особистості). Міра стійкості цих відношень зумовлює послідовність і принциповість особистості.

Б. І. Додонов у спрямованості вбачає сукупність найважливіших цільових програм (стійких мотивів), які орієнтують поведінку і діяльність особистості відносно незалежно від конкретних умов і обумовлюють її смислову єдність.

Таким чином, спрямованість особистості – це ціннісно-орієнтаційна категоризація її свідомості, яка визначає всю систему спонукань людини, її стратегічні й тактичні цілі, життєві плани, рівень її життєвої активності. Завдяки своїй спрямованості люди здатні долати перешкоди, докладати зусиль і йти своїм курсом в реалізації цільових програм.

Спрямованість особистості характеризується такими формами:

1) *домінуючі потреби,* які є джерелом активності особистості;

2) *мотиви* – спонукання до діяльності, які пов'язані з задоволенням потреб суб'єкта (потяги, установки, бажання, схильності, прагнення, цілі, інтереси, ідеали, переконання, світогляд, цінності, ціннісні орієнтації, особистісні смисли) і моральні якості (гуманізм, альтруїзм, гедонізм, егоїзм, колективізм, індивідуалізм, тощо).

Серед різноманітних потреб особистості (потреба у свободі, творчій діяльності, спілкуванні, пізнанні, самоствердженні, сенсі життя тощо) особливе місце займають дві взаємопов'язані фундаментальні потреби – потреба бути особистістю (потреба в персоналізації) і потреба в самореалізації.

Потреба в персоналізації, за А. В. Петровським, забезпечує активне включення індивіда в соціальні зв'язки і, разом з тим, обумовлюється цими зв'язками, суспільними відносинами і т. п. Як і будь-яка потреба, вона може мати багаторівневу реалізацію і виявляється як прагнення суб'єкта бути ідеально представленим у життєдіяльності інших людей, їх свідомості, почуттях і волі через посередництво активної участі в спільній діяльності. Залучаючи інших до своїх інтересів і бажань, людина, одержавши в процесі зворотного зв'язку інформацію про успіх або невдачу реалізації цього прагнення, тим самим задовольняє або не задовольняє потребу в персоналізації.

Потреба в самореалізації виявляється в прагненні суб'єкта реалізувати свій особистісний потенціал (запас життєвої енергії, задатки, здібності) і є передумовою творчого розвитку. Людина в процесі освіти і самоосвіти повинна ознайомитися зі шляхами, за посередництвом яких вона може стати тим, ким вона здатна стати (К. Роджерс). Проявом цієї потреби виступає самоактуалізація як повне переживання життя, постійний вибір і реалізація своїх здібностей (А. Маслоу). Самоактуалізація, за своєю суттю, є прагненням до самоствердження за рахунок специфічного включення цілого набору специфічних особистісних функцій: рефлексії, колізійності, мотивації, опосередкування, смислотворення, створення власної картини світу. В. Франкл однак застерігає, що реалізація себе як життєва мета є досить егоцентричною.

Необхідно звертатися до інших, смислових категорій буття, і тоді самоактуалізація буде лише засобом досягнення особливих «смислових», «надособистісних» цілей буття.

Люди з різною спрямованістю по-різному переживають задоволення або незадоволення своїх потреб.

Класифікація мотивів проводиться за наступними критеріями:

За джерелом виникнення, обумовленості: соціальні, колективістські, індивідуальні, діяльнісні, заохочувальні.

За видами діяльності: суспільно-політичні, професійні, учбово-пізнавальні, ігрові.

За зв'язком із суспільними потребами: ідейні, політичні, економічні, моральні, естетичні.

За часом прояву: постійні, тривалі, короткочасні.

За проявом у поведінці: реальні (актуальні, які стимулюють поведінку і дії) і потенційні (мотиви сформовані, але не проявляються в даний момент).

За силою прояву: сильні, помірні, слабкі.

За ступенем усвідомленості: усвідомлені, неусвідомлені.

усвідомлені – людина усвідомлює, що саме її спонукає до діяльності, що є змістом її потреб. До цієї групи мотивів належать цінності, інтереси, ідеали, бажання, схильності, прагнення, переконання. Усі вони виконують функцію смислотворення, тобто надають *особистісного смислу* відображеній в індивідуальній свідомості об'єктивній дійсності. Особистісний смисл усвідомлюється як «значення для мене» тих знань (понять, умінь, дій, норм, ролей, цінностей, ідеалів), які існують у конкретному суспільстві. *Функція контролю* здійснюється мотивами опосередковано, через механізм емоційної корекції. *Емоції* оцінюють особистісний смисл подій і у випадку невідповідності цього смислу мотивам змінюють загальну спрямованість особистості. Людину можна вважати особистістю, якщо в її мотивах існує ієрархія, тобто вона здатна долати власні безпосередні спонукання заради соціально значущих мотивів;

неусвідомлені – людина не усвідомлює, що спонукає її до діяльності, що є змістом її потреб. Представлені установками, потягами.

Ступінь розвитку і характер спрямованості активності особистості у різних людей неоднакові. Нерідко людина знає, як себе поводити в тих чи інших ситуаціях, але не переживає це знання як потребу ствердити його у житті. Суперечності між знаннями і реальною поведінкою спричиняють *когнітивний дисонанс*. Він причетний до виникнення подвійної моралі, яка сигналізує про дефект сфери переконань, коли справжні переконання людини істотно відрізняються від тих, які вона проголошує і демонструє оточуючим.

Усвідомлюючи це, вона може прикладати багато зусиль для того, щоб справляти враження цілісної і принципової особистості.

Отже, у формах спрямованості особистості виявляються як її відношення (предметні, суспільні, соціально-психологічні, інтимні тощо), так і моральні якості. Спрямованість особистості складає основу єдності, цільності, сили характеру.

У спрямованості належить розрізняти рівень, широту, інтенсивність, стійкість і дієвість. Це дозволяє прослідкувати динаміку розвитку особистості, виявити головні тенденції її поведінки.

Традиційно в теоретичних і практичних дослідженнях особистості виділяють наступні ***види спрямованості***:

а) *особистісна (на себе)* – переважають мотиви власного благополуччя, прагнення до особистої першості, престижу, особистосго зиску, спокою;

б) *ділова* (на завдання) – домінують мотиви, породжені самою діяльністю, захоплення процесом діяльності, безкорисливе прагнення до пізнання, оволодіння новими уміннями і навичками;

в) *колективістська* (на взаємодію з оточенням) – має місце тоді, коли вчинки людини визначаються потребою у спілкуванні, прагненням підтримувати гарні стосунки з колегами по роботі, навчанні. Така людина виявляє інтерес до спільної діяльності, хоча може і не сприяти успішному виконанню завдання.

Д. Фельдштейн виділяє такі основні ***типи особистісної спрямованості***:

- *гуманістична* (позитивне ставлення до себе та інших). За такої спрямованості вчинки людини гармонійно поєднують свої власні інтереси і потреби з суспільними, колективним, груповими, інших людей;
- *егоїстична* (позитивне ставлення до себе і негативне до суспільства);
- депресивна (ставлення до себе байдуже, ставлення до суспільства можна охарактеризувати як терпиме);
- *суїцидна* (ні сама людина, ні суспільство, що її оточує, не мають для неї жодної цінності.

Отже, спрямованість особистості – це ціннісно-орієнтаційна категоризація її свідомості, яка визначає всю систему спонукань людини, її стратегічні й тактичні цілі, життєві плани, рівень її життєвої активності. Завдяки своїй спрямованості люди здатні долати перешкоди, докладати зусиль і йти своїм курсом в реалізації цільових програм.

8. Природа активності особистості

Активність особистості – це свідомий, вибірковий, ініціативний вплив на довкілля, на інших людей і на себе, прагнення розширювати сферу своєї

діяльності, здатність нести в собі потенціал енергії, сили, творчості. Вона залежить від мотивів поведінки особистості, світогляду, ціннісних орієнтацій, характеру, темпераменту. Активність виявляється в рівні домагань особистості і може мати різну спрямованість: бути соціально корисною, прогресивною або шкідливою, антисуспільною.

У сучасній психології існує декілька точок зору на природу активності особистості. Вперше це питання було ґрунтовно розглянуто З. Фрейдом. З позицій психоаналізу джерелом активності людини є природжені інстинктивні потяги, які мають сексуальну і агресивну природу: «ерос» (принцип насолоди, задоволення) і «танатос» – потяг до руйнування, смерті. Вони є імпульсивними, ірраціональними, неусвідомлюваними, тому їх природа, на думку фрейдистів, не піддається логічному пізнанню. Людина розглядається в енергетичній парадигмі, згідно з якою поведінка визначається психічною енергією («*лібідо*»), її кількістю та розподіленням. У психоаналізі мотиви соціальної поведінки людини ототожнюються з її психологічними потребами, принижується роль свідомості в управлінні поведінкою. Позитивне в теорії Фрейда – це звернення до сфери несвідомого у психіці людини, мотивації, розробка захисних механізмів (витіснення, перенос, проекція, заміщення, раціоналізація, сублімація, тощо) і дослідження їх ролі в детермінації поведінки.

Неофрейдисти А. Адлер, К. Юнг, К. Хорні, Е. Фромм та інші виходили з визнання вирішальної ролі середовища і обмежували роль сексуальних та агресивних потягів у пояснені психіки людини і рушійних сил людської поведінки. Проте незмінно зберігався постулат про протистояння особистості і суспільства, їхню конфліктність. У їх теоріях особистість є відображенням соціального середовища, яке проектує на неї свої найважливіші якості, що стають *формами активності* особистості, наприклад: пошуки кохання і схвалення, гонитва за владою, престижем і статком, прагнення скоритися групі авторитетних осіб, втеча від свободи та ін.

Альфред Адлер вважав, що кожна людина в дитинстві відчуває свою неповноцінність і тому прагне її компенсувати, домогтися переваги над іншими. Перевага, як мета, має негативну (агресивну) і позитивну (конструктивну) спрямованість – прагнення до саморозвитку, росту, компетенції. Поведінка дитини, яка спрямовується усвідомленням своїх фізичних обмежень, стає, в свою чергу, *стилем її життя* – комплексом поведінкової активності, спрямованої на подолання меншовартості і посилення почуття значущості і переваги (у фізичному, моральному, інтелектуальному, матеріальному плані). Концепція А. Адлера з її принципами цілісності,

соціальності, цільової орієнтованості і гуманізму стала відправною точкою гуманістичного напрямку у психології.

Карл Юнг розглядав *лібідо* як творчу життєву енергію, яка може сприяти постійному особистісному зростанню індивіда. Юнг впровадив поняття «психея» (душа), яке охоплює особу як цілісність і має таку структуру: *Его* – реальне Я людини; *Маска* – те, якою людина бажає виглядати перед іншими людьми; *Тінь* – особисте позасвідоме, куди витісняються всі ті особистісні якості (комплекси), які неприємні людині, викликають у неї тривогу і які вона не бажає визнавати своїми; *колективне позасвідоме*, яке, в свою чергу, складається з *архетипів* або першообразів, які проявляються в міфах, легендах, казках у багатьох народів, наприклад, архетип Матері, архетип Героя, архетип Предка та ін. Архетипи – це система колективного, універсального і безособистісного характеру, ідентична у всіх індивідів. *Колективне позасвідоме* не розвивається індивідуально, а успадковується. Архетипи специфічним чином відображаються людиною, задаючи форму психічного змісту сновидінням, творчості, визначають своєрідність її особистості, індивідуальності поведінки. У межах «психеї» циркулює *лібідо* – життєва енергія, рух якої підлягає принципам еквівалентності, ентропії та протилежностей. Інакше кажучи, будь-який дисбаланс у розподіленні енергії викликає компенсаторні тенденції.

Найбільш відомим внеском Юнга вважаються описані ним дві основні форми спрямованості, або життєві установки: екстраверсія та інтроверсія, які співіснують одночасно, але у кожної людини одна з них стає домінантною.

В екстравертній установці активність спрямована на об’єкти зовнішнього світу, інших людей. Екстраверт рухливий, балакучий, швидко встановлює контакт, зовнішні фактори є для нього поштовхом до активності.

Інтроверт, навпаки, зосереджений на внутрішньому світі своїх думок, почуттів і досвіду. Він схильний до споглядання, стриманий, прагне до усамітнення, сторониться об’єктів, його інтерес зосереджений на собі.

Еріх Фромм відмовився від фрейдівського поняття «лібідо» і виділив насамперед соціальні й культурні умови, що визначають особистісний розвиток. Е.Фромм описував існування сучасної людини у термінах відокремлення від природи та ізоляції від оточуючих (почуття самотності). Він стверджував, що конфлікт між прагненням до свободи і прагненням до безпеки становить основну мотиваційну силу в житті людей. Дихотомія свобода-безпека – це універсальний і неминучий факт природи людини, який обумовлений екзистенційними потребами, що забезпечують саме її існування у світі. Ці потреби виростають зі спроб особистості розкрити сенс свого існування, знайти шляхи з’єднання зі світом. До їх числа входять:

1) *потреба у прихильності*, або у встановленні зв'язків між людьми. Об'єднання з іншими може бути конструктивним («плідна любов», яка передбачає безпосередню участь у житті іншої людини і спільність з нею і водночас надає партнерам свободу бути унікальними й самостійними, можливість зберегти цілісність свого»Я» і незалежність) і деструктивним – встановлення зв'язків через стосунки влади і підлеглості (садо-мазохістичні за своєю суттю), які не дають особистості нормального здорового розвитку;

2) *потреба у подоланні* своєї пасивної тваринної природи, щоб стати активним і творчим будівничим свого життя. Людина може долати свою пасивну природу як продуктивним шляхом творення життя, турботи про нього, так і деструктивним шляхом його руйнування;

3) *потреба у самоідентичності* реалізується через розвиток самосвідомості і, як наслідок, усвідомлення себе окремою істотою («Я – це Я»), відстоювання свого індивідуального «Я» з позицій досвіду і знання, надбаних у самостійній життєвій активності. Негативною складовою цієї потреби є злиття з групою, натовпом, конформність особистості, позитивною – справжня індивідуальність, вільна і відповідальна за свої вчинки;

4) *потреба в укоріненості* (у почутті стабільності, безпеки, захищеності);

5) *потреба в орієнтації* (в системі поглядів, перспективі розвитку). Система орієнтації – це сукупність переконань, які дозволяють людям сприймати й пізнавати реальність, діяти цілеспрямовано.

На відміну від психодинамічних теорій, представники ***«гуманістичної психології»*** – К. Роджерс, А. Маслоу, Р. Мей, Г. Олпорт та ін. головним фактором активності особистості вважають прагнення до майбутнього, до максимальної самореалізації (*самоактуалізації*) свого потенціалу. Ці вчені солідарні в тому, що людина – це активна, інтенціональна, творча істота. Центральна роль відводиться мотивам, які забезпечують не пристосування до середовища, не конформну поведінку, а ріст конструктивного начала людського «Я». Проте ці вчені також дещо однобічно і неадекватно тлумачать активність особистості, оскільки не визнають її обумовленості соціально-історичними факторами.

Розробляючи проблему активності особистості, ***вітчизняна психологія*** спирається на ідеї (принципи) про активний характер відображення, про походження свідомості з трудової діяльності, її провідну роль в поведінці і діяльності людини. С.Л. Рубінштейн зазначає наступні напрями активності, з якими пов'язується свобода особистості:

1) вольова активність, яка мобілізує ресурси індивіда на подолання усвідомлюваних ним об'єктивних і суб'єктивних перешкод;

2) соціальна (власне особистісна) активність, що полягає у здійсненні соціально значущих дій (вчинків) і прийнятті на себе відповідальності за них;

3) понаднормативна активність, яка відзначається перевищенням, збагаченням, і узагальненням поставлених ззовні вимог;

4) творча активність, що передбачає розв'язання завдань з великою долею невизначеності;

5) надситуативна активність, тобто вихід за межі ситуації, яка передбачається соціокультурною нормою і відповідає минулому досвідові самого суб'єкта;

6) активність самокерування, спрямована зокрема на самопізнання й самовдосконалення, побудову і реалізацію життєвих стратегій, організацію власного життєвого шляху.

Отже, активність особистості є специфічним способом співвіднесення себе з іншими людьми, визначення своєї позиції і самовизначення. У цьому процесі виявляється ступінь включення в спільноту, ставлення до неї, усвідомлення ставлення оточуючих до себе і т.д. Активність виявляється також у здатності людини не лише керувати ситуацією, життям взагалі, а й у здатності бути творцем ситуації.

9. Самосвідомість як психологічний центр особистості. «Я-образ», «Я-концепція», самооцінка, рівень домагань

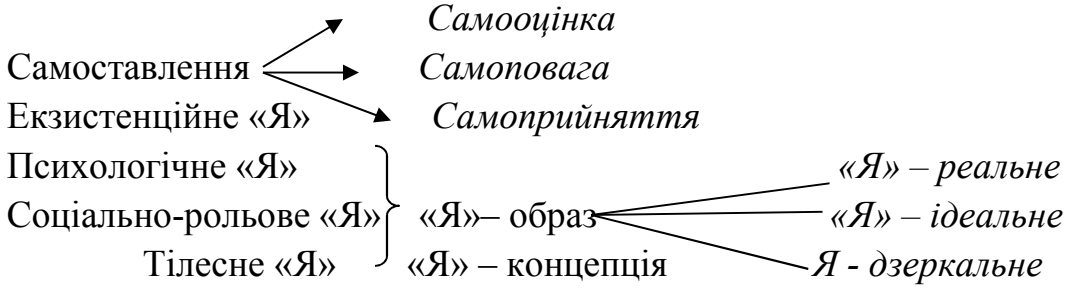
Важливе значення для нормального функціонування особистості має такий внутрішній регулятивний механізм, як *самосвідомість* – динамічна система уявлень людини про саму себе, за допомогою яких особистість виділяє себе з навколишнього світу, усвідомлює свої фізичні, інтелектуальні, моральні та інші якості, здійснює самооцінку цих якостей. Самосвідомість – це результат пізнання реальної обумовленості своїх переживань, яка є продуктом індивідуального та суспільного розвитку. Ця здатність формується у міжособистісних стосунках і виявляється в них. Самосвідомість людини, як і її ставлення до інших, ґрунтується на двох різних началах – об'єктному і суб'єктному. Феноменально це виявляється у відчутті свого «Я» – центрального компоненту самосвідомості. За В. Джемсом, наше «Я» – це особистісна неперервність, яку ми усвідомлюємо кожний раз, коли прокидаємося вранці. З нього беруть початок усі процеси нашої психіки, у ньому відфільтровуються всі наші знання і увесь життєвий досвід. В. Джемс і Р. Бернс виділяють два аспекти нашого «Я»:

1) «Я» – усвідомлююче (процес), об'єктне начало, яке відображає уявлення людини про все, до чого можна застосувати займенник «моє» (*реальне* або *емпіричне Я*) : мої конкретні якості, знання, уміння, можливості, речі, статус у групі, друзі, сім'я – їх оцінку і значущість. На основі цих уявлень складається *самооцінка* (як ставлення до своїх конкретних якостей) і *самоповага* а також *Я-образ*, *самоприйняття*, яке виявляється у самоставленні. Ці уявлення про себе складають периферію самосвідомості, яка

опосередковує ставлення людини до світу, людей і самої себе. Таке ставлення породжує оцінку і пізнання відповідних якостей іншого, їх порівняння зі своїми. При цьому інша людина може стати засобом або самоствердження, або самореалізації. Об'єктне або предметне ставлення задає межі власного Я, свою відмінність від інших та відособленість.

2) «Я» – як суб'єкт (зміст). Суб'єктне начало відповідає цілісному відчуттю себе як джерела свідомості, власної активності, своєї волі, своїх переживань та ін., формує *образ «Я»* – відносно стійку, не завжди усвідомлювану систему уявлень індивіда про самого себе (сенс «Я»), яка переживається як неповторна і на основі якої він будує свою взаємодію з іншими. Будуючи Я-образ, особистість використовує такі прийоми, як самосприйняття, самоспостереження, самоаналіз, самоусвідомлення. Із суб'єктним «Я» співвідноситься безпосереднє й безоціночне сприймання та переживання іншої людини як цілісної особистості, що породжує внутрішній зв'язок з нею та різноманітні форми співпричетності (співпереживання, співробітництво, співжиття та ін.).

Наше «Я» має декілька граней, кожна з яких була у свій час предметом інтересу різних психологічних шкіл і напрямків.



Форми переживання людиною своєї особистості

- ***Тілесне або фізичне «Я»*** – переживання свого тіла як втілення «Я», образ тіла, переживання фізичних дефектів, усвідомлення здоров'я або хвороби. Усвідомлення тотожності своїх відчуттів із власним тілом виникає уже в місячному віці. Особливо велике значення тілесне «Я» набуває в підлітковому віці, а інші сторони «Я» в цей період ще відстають у своєму розвитку.

- ***Соціально-рольове «Я»*** – виявляється у відчутті себе носієм певних соціальних ролей і функцій. Суттєво впливає на формування соціальної ідентичності людини. Відповідає на питання: *«хто Я ?»*

- ***Психологічне «Я»*** – включає в себе сприйняття власних рис, диспозицій, мотивів, потреб і здібностей і відповідає на питання «який Я»? Складає основу *«Я»- образу* і *«Я»- концепції*, хоча тілесне і соціально-рольове «Я» також входять у його склад.

«Я-образ» – це афективно-когнітивне утворення, яке включає емоційно-ціннісне ставлення до себе та уявлення про свої конкретні здібності, можливості, своє місце серед інших тощо. Динамічні Я-образи, які переживаються «тут і тепер» – «реальне Я», «ідеальне Я», «фантастичне Я», образ тіла тощо, є складовими відносно стійкої «*Я*-концепції»

1) ***Реальне Я***, або уявлення про те, який я насправді (Я-фізичне, соціальне, розумове, емоційне). Я-реальне мотивує поточну активність, детермінує вибір найближчих цілей та рівень домагань, визначає особливості спілкування з людьми, причинно обумовлює вибір стратегії адаптації і життєвих стратегій;

2) ***Ідеальне Я*** – або уявлення про те, яким би суб'єкт, на його думку, повинен стати, орієнтуючись на моральні норми. Я-ідеальне необхідне для збереження самоповаги, мотивує діяльність людини, визначає вибір соціальних статусів і ролей, визначає довгострокові цілі і засоби їх досягнення, виступає як необхідний орієнтир у самовихованні;

3) ***Динамічне Я*** – те, яким суб'єкт має намір стати;

4) ***Фантастичне Я*** – те, яким суб'єкт бажав би стати, якщо це було б можливим. Воно призначене компенсувати неможливість здійснення бажаного майбутнього;

5) ***Дзеркальне Я***, або уявлення про те, як мене сприймають інші. Дзеркальне Я виникає на основі взаємодії індивіда з різноманітними первинними групами на основі одержуваного зворотного зв'язку. Суб'єкт «дивиться як у дзеркало, в іншу людину» і в такий спосіб налагоджує, уточнює, коректує образи свого Я. Я-дзеркальне є основним джерелом формування Я-концепції, регулює поведінку, контролює реалістичність Я-концепції.

Я-образ – це актуально усвідомлювана частина Я-концепції. Внаслідок постійного притоку нової інформації образ Я є гнучким і лабільним (нестійким, рухливим). Я-образи входять у склад «потоку психіки», «потоку свідомості» і в залежності від швидкості зміни ситуації змінюють одне одного. Таким чином особистість гнучко реагує на зміни в навколишньому середовищі, соціальному оточенні. Міра адекватності «Я-образу» виявляється при визначенні самооцінки особистості.

У підлітковому віці утворюється ***Я-концепція***, тобто загальна конфігурація самосприйняття: концепція людини про те, якою вона є, що виявляється в сукупності установок стосовно самої себе. На відміну від лабільного Я-образу, Я-концепція є стійким психологічним компонентом, що задає певну лінію поведінки. Цей структурний елемент особистості, який є важливим регулятором її поведінки, складається з трьох компонентів:

1) когнітивний – уявлення про свої здібності, зовнішність, соціальну значущість і т. д.

2) емоційно-оціночний: самоповага, самокритичність, себелюбство, самоприниження і т. п.

3) поведінковий (вольовий): прагнення бути зрозумілим, завоювати симпатії, повагу інших, підвищити свій статус або ж приховати свої недоліки, ухилитися від оцінки, критики.

- *Екзистенційне Я* – це відчуття себе як джерела активності, або, навпаки, пасивного об'єкта впливів, переживання своєї свободи або несвободи, відповідальності або непричетності. Це первинна точка відліку будь-яких уявлень про себе. У цьому «Я» відображаються особливості не якихось конкретних особистісних структур, а загальних принципів стосунків особистості з оточуючим її світом.

- *Сенс Я, або самоставлення* – включає самооцінку, самоповагу, самоприйняття. Самоставлення є механізмом зворотного зв'язку. Воно сигналізує про те, що в житті все в порядку або, навпаки, не все.

Отже, наше Я включає в себе і уявлення про себе, і свою оцінку, і програми свого самовдосконалення, і звичні реакції на вияв деяких своїх якостей, і здібності до самоспостереження, самоаналізу й самореалізації. Саме через «*Я*», яке дає можливість людині орієнтуватися в собі, як і в зовнішньому світі, здійснюється об'єднання усіх компонентів особистості в одне ціле і постійна гармонізація (узгодження) її компонентів.

Самооцінка – це оцінка особистістю самої себе, своїх можливостей, якостей і місця серед інших людей. За допомогою самооцінки відбувається регуляція поведінки особистості, самоствердження, створення в оточуючих певного враження про себе. Критерії самооцінки неоднозначні. Індивід оцінює себе двома шляхами:

1) шляхом порівняння себе з іншими людьми. Еталоном виступають ціннісні орієнтації, ідеали особистості;

2) шляхом співставлення рівня своїх домагань (бажаний рівень самооцінки, що виявляється у ступені трудності досягнення мети, яку індивід ставить перед собою) з об'єктивними результатами своєї діяльності. Прагнення до підвищення самооцінки у тому випадку, коли людина має можливість вільно обирати ступінь труднощів чергової дії, породжує конфлікт двох тенденцій: з одного боку – прагненя підвищити домагання, щоб пережити максимальний успіх, а з іншого – знизити домагання, щоб уникнути невдачі. У випадку успіху рівень домагань підвищується, людина виявляє готовність розв'язувати складніші завдання, при невдачі – відповідно знижується.

Формування рівня домагань визначається: 1) передбаченням успіху або невдачі; 2) урахуванням і оцінкою минулих успіхів або невдач.

Дослідження показують, що у ситуації ризику люди з низьким рівнем домагань стурбовані не тим, щоб досягти успіху, а тим, щоб уникнути невдачі. Вони обирають або найбільш прості завдання, або найбільш складні. Перші –

тому, що переконані в успіху, другі – тому, що невдача в цьому випадку буде виправдана винятковою складністю завдання.

Педагогу потрібно формувати реальний рівень домагань і адекватну самооцінку, які сприяють виникненню самоповаги учня.

Самоповага – це визначальний компонент образу «Я» особистості, який характеризується відношенням її реальних досягнень до того, на що людина претендує, розраховує. Вона включає , по-перше, самооцінку ефективності, сили (впевненість у собі), а по-друге, почуття гідності.

На початку 20 ст. В. Джемс запропонував таку формулу:

Самоповага = успіх : домагання

Щоб зберегти самоповагу, суб'єкту слід докласти вольових зусиль і досягти успіху. Інколи це важкий, але в більшості випадків конструктивний шлях. Можливий також інший, менш привабливий варіант: зниження рівня домагань, тоді самоповага, навіть коли успіхи незначні, не буде втрачена. У процесі виховання слід націляти особистість на перший спосіб збереження самоповаги, що дає їй змогу самоствердитися в суспільно значущій діяльності, виявивши при цьому позитивні вольові риси і сильний характер.

Література: [1], [2], [9], [13], [26], [27], [42], [46], [51], [67], [68], [75].

Питання для самоперевірки

1. Як розуміється особистість у загальній психології?
2. Дайте своє визначення особистості. Чому до цього часу не існує взнаного усіма психологами визначення особистості?
3. Чи згодні виз думкою, що кожну людину можна назвати особистістю?
4. Що таке персонологія?
5. У якому співвідношенні знаходяться поняття *людина, індивід, субєкт, особистість, індивідуальність?*
6. Назвіть атрибутивні ознаки особистості. Чому вони отримали таку назву?
7. Які характеристики поєднує в собі інтегральна індивідуальність (за В. С. Мерліним)?
8. Які психологічні теорії особистості ви знаєте?
9. Із яких блоків складається структура особистості за К. Платоновим?
10. Чим визначається і що включає в себе екзопсихіка особистості?
11. Назвіть основні складові спрямованості особистості.
12. Чим відрізняються погляди на джерела активності особистості представників фрейдизму і неофрейдизму?
13. Яке місце займає Я-концепція в структурі самосвідомості?
14. Як пов'язані між собою самооцінка і рівень домагань?

Тема 5. **Діяльність**

План

1. Поняття про активність та діяльність.
2. Діяльнісний підхід у психології як принцип і як теорія.
3. Потребово-мотиваційний компонент діяльності.
4. Сутність і структура діяльності.
5. Основні види діяльності та їх психологічні особливості.

Ключові слова: активність, поведінка, діяльність, структура діяльності, мета, дія, операція, потреба, мотив, мотивація, інтеріоризація, екстеріоризація, навичка, уміння, звичка, повідна діяльність, гра, навчання, праця, імпульсивна поведінка, індивідуальний стиль діяльності.

1. Поняття про активність та діяльність

Загальною характеристикою життя є *активність* – це властивість всього живого, діяльнісний етап живих організмів як умова їх існування у світі. Активна істота містить у собі джерело свого власного руху (потреби). Маючи на увазі цю особливу якість – здібність до саморуху, завдяки якій жива істота відтворює себе, – кажуть, що вона є *суб'єктом активності*. Бути суб'єктом – означає відтворювати себе, бути причиною свого існування у світі, активно вступати у взаємодію із середовищем.

Активність має три основні показники: 1) індивідуальний темп;

2) схильність до різноманітних дій; 3) потреба в діяльності.

Людське життя проявляється двома формами активності: поведінкою і діяльністю. Під поведінкою розуміють зовнішні прояви системи рухових реакцій організму людини на впливи об'єктивного світу, а діяльність – це цілеспрямована взаємодія людини з оточуючим світом, у процесі якої суб'єкт активно та свідомо намагається досягти поставленої мети.

Діяльність – це реальний зв'язок суб'єкта з об'єктом, в який необхідною умовою входить психіка (О. М. Леонтьєв). У процесі взаємодії з довкіллям можливі *два види активності*: адаптивна і перетворювальна. У першому випадку суб'єкт пристосовується до об'єкта (середовища існування), асимілюючи його якості, включаючи об'єкт в систему своєї активності і змінюючи свої власні якості. Адаптивна форма поведінки поділяється на два типи: 1) реактивна (здійснюється за типом реакції на зміну середовища);

2) цілеспрямована (діяльність).

Активність тварин і діяльність людини суттєво відрізняються за психологічними ознаками. Активність тварин характеризується як *поведінка* і

обмежується інстинктивними та умовно-рефлекторними діями, спрямованими на пристосування до мінливих умов життя та задоволення біологічних потреб. Адаптивний підхід найбільш обґрунтовано представлений у класичному *біхевіоризмі*. Згідно з науковою парадигмою даного підходу всі види й форми психіки – від елементарних сенсорних реакцій до творчої поведінки – це способи адаптації індивіда, які послідовно ускладнюються.

Вітчизняна психологічна наука ґрунтується на тому, що ***діяльність*** – це специфічно людська активність, яка регулюється свідомістю та породжується потребами і спрямована на пізнання та перетворення зовнішнього світу і самої людини.

Перетворювальна активність поділяється на два типи:

1) творча поведінка (активність), яка створює нове середовище, інакше – конструктивна активність. Творча активність, на відміну від діяльності, може виникати в процесі здійснення останньої і пов'язана з породженням «побічного продукту», який і є у підсумку творчим результатом;

2) руйнування, дезадаптивна поведінка, яка не створює нове середовище, а знищує старе.

Суттєвими ознаками діяльності є:

- *усвідомленість* – людина, яка реалізує діяльність, усвідомлює мету і засоби її досягнення, передбачає очікуваний результат;
- *технологічна опосередкованість* – будь-який вияв активності сучасної людини включає в себе в тій чи іншій формі діяльнісний досвід всього людства у вигляді відповідних технологій діяльності, знарядь і засобів праці, опанованих стратегій і тактик;
- *соціальна опосередкованість* – активність людини реалізується в соціумі, носить суспільний характер, потребує координації з активністю інших людей.

2. Діяльнісний підхід у психології як принцип і як теорія

Діяльність – категорія міждисциплінарна.

Філософія розглядає діяльність як один з найважливіших атрибутів буття людини, який пов'язаний з цілеспрямованою зміною зовнішнього світу і самої людини.

В *історії* діяльність розглядається як специфічна форма суспільно-історичного буття людей, цілеспрямоване перетворення ними природної й соціальної дійсності.

У *педагогіці* діяльність вивчається як необхідна умова розвитку учня, в процесі якої набувається життєвий досвід, відбувається пізнання

навколишньої дійсності, засвоюються знання, напрацьовуються уміння й навички.

Предметом *психології* є вивчення цілісної діяльності суб'єкта в усіх її формах і видах, у їх трансформаціях, у філогенетичному, історичному і онтогенетичному розвитку.

У психологічну науку категорію діяльності вперше ввів М. Я. Басов (1892–1931). *Діяльнісний підхід* до вивчення психіки є основним методологічним принципом, в основу якого покладена розроблена К. Марксом *категорія предметної діяльності*, і *теорією діяльності*, яка розглядає психологію як науку про породження, функціонування і структуру відображення психічного в діяльності індивідів. Вітчизняні вчені розглядають діяльність як суспільно-історичну категорію, а індивідуальну діяльність як момент, складову частину діяльності суспільства. Аналіз системи діяльностей, які реалізують життя людини у суспільстві, дає змогу розкрити і таке багаторівневе системне утворення як *особистість*.

Основними принципами діяльнісного підходу є:

- принципи розвитку, історизму, предметності;
- принцип активності, який включає активність надситуативну як специфічну особливість людської психіки;
- принцип інтеріоризації – екстеріоризації як механізмів засвоєння суспільно-історичного досвіду;
- принцип єдності будови зовнішньої і внутрішньої діяльності;
- принцип системного аналізу психіки;
- принцип залежності психічного відображення від місця об'єкта, що відображається, в структурі діяльності.

Завдяки застосуванню цих принципів у психологічних дослідженнях були розроблені уявлення:

- про провідну діяльність як основу і рушійну силу розвитку психіки в онтогенезі;

- про ієрархію мотивів і особистісних смислів як одиницях будови діяльності;

- про структуру діяльності;

- про уподібнення як механізм формування образу;

- про значення, особистісний смисл і чуттєву тканину свідомості.

Одним з основних аспектів аналізу діяльності є *структурно-функціональний аспект*. У його основі лежить принцип аналізу «за одиницями»: розчленування реальності на одиниці, які містять у собі основні властивості, що притаманні їй як цілому. Ієрархічні взаємозв'язки між

одиницями діяльності рухливі, і в залежності від місця відображуваного об'єкта в структурі діяльності змінюється зміст психічного відображення.

Метод психологічного аналізу діяльності людини спрямований на вияв її конкретно-історичної природи, будови, предметного змісту і взаємопереходів її форм і складових, що відбуваються у відповідності з їх системними зв'язками і відношеннями.

Психологічний аналіз діяльності передбачає вивчення:

1) її зовнішніх умов, об'єкта, засобів, результатів, їх впливу на дії та психіку;
2) внутрішніх умов, цілей, мотивів, способів саморегуляції;
3) можливостей самоуправління.

3. Потребово-мотиваційний компонент діяльності

Джерелом активності є потреби, які спонукають суб'єкта (людину чи тварину) діяти певним чином і в певному напрямку.

Потреба – це стан живої істоти, який показує її залежність від конкретних умов існування і породжує відповідну активність стосовно цих умов. Між потребами людини та потребами тварин існують суттєві відмінності. У потребах тварини безпосередньо представлена природна річ як стимул її активності (наприклад, потреба в їжі – власне їжа).

Потреби людини формуються в процесі її соціалізації, навчання й виховання, тобто залучення до світу людської культури. Природна річ перестає бути простою здобиччю, тобто предметом, який має лише біологічний зміст бути їжею (людина їсть страву, застосовуючи посуд, тобто задовольняє також і свої культурні потреби). Застосовуючи знаряддя праці, людина може видозмінювати предмет, пристосувати його до своїх потреб. У людини задоволення потреб є активним, цілеспрямованим процесом оволодіння формою діяльності, що визначається суспільним розвитком. Отже, істотними ознаками *людських потреб* є об'єктивність їх походження, історичний характер, залежність від практичної діяльності, соціальна обумовленість.

Потреби є первинним джерелом активності і діяльності особистості. Вони мають наступні *загальні ознаки*:

а) *предметність* – усвідомлення й переживання потреби в чомусь, чого бракує для забезпечення умов життя і розвитку людини. Зміна і розвиток потреб проходить через зміну, розширення й ускладнення предметів, які є засобами задоволення потреб;

б) *умови і спосіб задоволення* – конкретизують потреби (культурно-історичний фактор). Люди, задовольняючи свої потреби в різних умовах і маючи різні навички, навчаються різним способам задоволення потреб.

Залежно від природного та культурного середовища і типу особистості формується індивідуальний набір способів задоволення потреби. Конкретизація способів задоволення потреб призводить до закріплення якогось одного або декількох способів дій, за допомогою яких задовольняється потреба;

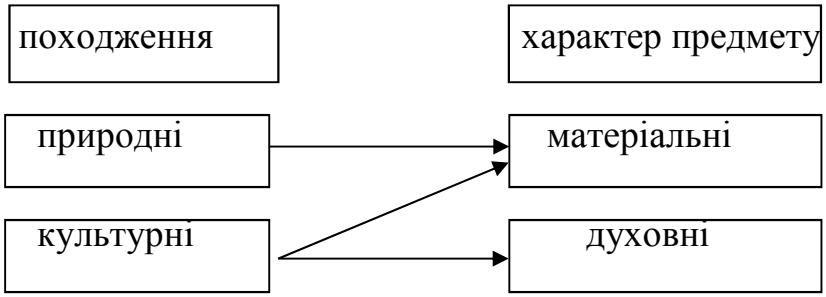
в) *сила, періодичність виникнення* і *здатність до відтворення*. Потреба є станом нестачі, який виявляється у відхиленні напруження від середнього рівня. Цю нестачу особистість прагне компенсувати. Принципово ненасичуваними є *потреби у пізнанні, самоактуалізації*;

г) *здатність до розвитку, динамічність*. Потреби виявляють здатність як до екстенсивного, так і до інтенсивного зростання. Для них характерне як кількісне, так і якісне зростання до певної межі насичення;

д) *відносність*. Розвиток системи наших потреб відбувається за постійного порівняння з рівнем задоволення їх у знайомих, сусідів, колег.

Потреби розвиваються і змінюються у процесі їх задоволення. Задовольняючи свої потреби, люди змушені змінювати природу і суспільні відносини, оволодівати новими прийомами і видами предметно-практичної діяльності. Тим самим вони постійно розвивають і удосконалюють свої особистісні якості.

Розрізняють потреби за двома характеристиками: за походженням та за характером предмету.



За походженням потреби поділяють на:

- *природні* – вони безпосередньо забезпечують існування людини (потреби в їжі, воді, відпочинку, сні, свіжому повітрі, сонячній енергії, руховій активності та ін). Якщо вони не задовольняються, то людина починає хворіти і врешті-решт гине;

- *культурні* – це залежність діяльності людини від продуктів людської культури (одяг, житло, предмети, що необхідні для праці (інструменти) та культурного спілкування з іншими людьми). Якщо вони не задовольняються, людина деградує як особистість.

За характером предмета потреби поділяють на *матеріальні й духовні.* У матеріальних виявляється залежність людини від предметів матеріальної культури (в їжі, одязі, житлі, предметах побуту, гігієни та ін.).

Духовні потреби – це залежність від продуктів суспільної свідомості. Виявляються у виробництві та засвоєнні духовної культури (поділитися думками, написати вірш, прочитати мудру книгу, переглянути кінофільм, послухати класичну музику тощо. Гранично вони виявляються у вірі в божественне начало, пошуках істини, захисті добра, твореннї краси тощо).

У *гуманістичній психології* існує поділ потреб на *базові*, *похідні* та *вищі*.

Базові – це потреби в матеріальних умовах і способі життя, у спілкуванні, пізнанні, діяльності та відпочинку. Вони диктуються об'єктивними законами життя індивіда в суспільстві та його розвитку як особистості.

Похідні – це потреби, що формуються на основі базових. До них належать емоційні, культурні, поведінкові, навчальні та ін.

Вищі – це потреби, пов'язані з такими аспектами життя людини, як її жертовність заради інших людей (альтруїзм), кохання, творчість особистості, пошук сенсу життя, розвиток свого інтелектуального, духовного потенціалу. Вершинною є *потреба в самоактуалізації*, яка включає в себе пошук істини й розуміння, спробу досягти рівності й справедливості, творення прекрасного й прагнення до нього (А. Маслоу).

Потреби розкриваються в *мотивах* (бажаннях, прагненнях, намірах, інтересах, потягах, установках та ін.), які спонукають людину до діяльності і стають формою вияву потреб. ***Мотив*** (*з лат. motus – рух*) – це ідеальний або матеріальний предмет потреби, що спонукає суб'єкта до активної діяльності, яка покликана задовольнити його біологічні й культурні потреби. Якщо потреби складають сутність, основну рушійну силу всіх видів людської активності, то мотиви є конкретними, різноманітними проявами цієї сутності. Це відносно стійкі атрибути особистості, які є відображенням більш або менш адекватно відбитих у свідомості об'єктивних рушійних сил людської поведінки і виявляються в різних обставинах. Поняття «мотив» використовується для пояснення індивідуальних відмінностей у діяльності, що здійснюється в ідентичних умовах.

Щоб визначити мотив, необхідно відповісти на питання: «Заради чого здійснюється конкретна діяльність?». Мотив, з одного боку, є частиною зовнішнього середовища – ситуативним фактором (наприклад, складність завдання, вимоги і вказівки керівника, установки оточення), а з іншого – як дещо внутрішнє, що передбачає емоційне ставлення суб'єкта та його знання про ті матеріальні або ідеальні об'єкти, які можуть задовольнити потребу, і ті дії, які здатні забезпечити її задоволення.

Для успішної діяльності, яка не обмежується лише матеріальною складовою, особливо цінними є просоціальні мотиви, процесуально-змістові мотиви, мотиви досягнення, саморозвитку та ін.

• *Просоціальні (суспільно значущі) мотиви* пов'язані з почуттям обов'язку, відповідальністю перед людьми. Особистості, яка спонукається до діяльності цією групою мотивів, притаманні нормативність, відданість групі, визнання і захист групових цінностей, прагнення реалізувати групові цілі.

• *Процесуально-змістові* мотиви – спонукання до активності процесом і змістом діяльності. Людину приваблює діяльність як така, подобається її виконувати, виявляти інтелектуальну або фізичну активність, цікавить зміст того, що вона робить. Конкретним виявом цієї групи мотивів може бути пізнавальна, ігрова, естетична мотивація.

•*Мотив досягнення* – прагнення досягати кращих результатів і оволодівати майстерністю в якійсь діяльності. Проявляється у виборі складних завдань і намаганні їх виконати.

•*Мотив саморозвитку* – прагнення до особистісного росту, самовдосконалення, реалізації свого потенціалу, здібностей, компетентності.

Мотивацією називається сукупність зовнішніх та внутрішніх умов (спонукальних факторів), що викликають активність суб'єкта і визначають її спрямованість. Термін «мотивація» за обсягом є ширшим, ніж «мотив». Під мотивацією розуміють:

1) спонукання до поведінки, діяльності певним мотивом (мотивування).

2) відносно стійку та індивідуально-неповторну систему мотивів (бажання, хотіння, прагнення; цілі, інтереси, ідеали, переконання, світогляд).

Схема переходу потреби в мотив:

Актуалізація потреби – мотивація (усвідомлення потреби) – *мотив* (пошук предмета, який би міг задовольнити птребу, обґрунтування рішення).

Інтенсивність актуальної мотивації (що діє «тут і тепер») залежить від сили мотиву й інтенсивності ситуативних детермінант мотивації (вимог та впливу інших людей, складності завдань тощо).

Актуальна мотивація = Мотиви + Ситуативні фактори.

Певним мотивом (або навіть сукупністю мотивів) мотивація діяльності не вичерпується, тому слід враховувати вплив факторів конкретної ситуації.

Отже, мотивація – це сукупність усіх чинників (як особистісних, так і ситуативних), які спонукають людину до поведінкової активності або цілеспрямованої діяльності. Це циклічний процес безперервного взаємного впливу і перетворення, у якому суб'єкт дії і ситуація взаємодоповнюють одне одного, і результатом цього є реальна поведінка. Мотивація в цьому випадку мислиться як процес неперервного вибору і прийняття рішень на основі зважування поведінкових альтернатив. Оскільки мотиваційні сфери особистостей різняться за змістом і структурою мотивації, ієрархією, силою і стійкістю мотивів, не існує якогось єдиного, кращого способу мотивації. Те, що було

ефективним при мотивуванні одних людей, може бути зовсім неістотним для мотивації інших.

4. Сутність і структура діяльності

У психології існують два найбільш розроблені підходи до аналізу структури діяльності. *Перший підхід* традиційно розділяє будь-яку діяльність на основі так званого «вертикального» зрізу.

Діяльність складається з ряду окремих, відносно самостійних етапів:

1) *етап постановки мети* – чітке усвідомлення поставленого завдання. Мета є системоутворюючим фактором у вертикальній структурі діяльності;

2) *етап планування роботи*, який містить набір можливих технологій, тактичних і методичних прийомів, програму конкретних дій;

3) *етап здійснення діяльності*, тобто безпосередня реалізація активності, втілення наміченої програми, що супроводжується поточним контролем;

4) *етап підведення підсумків* включає перевірку отриманих результатів, їх співставлення з запланованими, виправлення помилок (якщо вони були і якщо виправлення можливе);

5) *етап підведення остаточних підсумків,* метааналіз і оцінка зробленого.

У відповідності з етапами особливості діяльності визначаються змістом цілей, предметом, на який вона спрямована, засобами і способами, за допомогою яких вона здійснюється, кінцевими результатами.

1) Зміст діяльності визначається суспільними умовами, вимогами, досвідом, а не лише потребами, які її породили. Він включає такі психологічні компоненти: 1) пізнавальний; 2) емоційний; 3) вольовий.

2) Процес діяльності починається з постановки мети на основі потреб і мотивів або з усвідомлення людиною завдання , яке перед нею поставлено.

Мета, на яку спрямована діяльність, як правило, є більш-менш віддаленою. Тому її досягнення складається з розробки плану, установок, моделей, схем майбутніх дій, тобто послідовного вирішення людиною низки окремих завдань, які постають перед нею в міру просування до мети.

3) Мета діяльності – це довільне визначення її результату, образ можливого як прообраз дійсного, тоді як діяльність – це мотиваційний процес використання тих чи інших засобів для досягнення мети. Мета одночасно є:

- ✓ заздалегідь визначеним ідеалом;
- ✓ внутрішнім спонукальним мотивом діяльності;
- ✓ здобутим результатом на кінцевому відрізку діяльності.

Усі інші компоненти діяльності – її мотиви, засоби виконання, відбір і переробка необхідної інформації – можуть як усвідомлюватися, так і не

усвідомлюватися, але мета діяльності обов'язково має бути усвідомлюваною *(«Якщо ти знаєш, що робиш, можеш робити все, що забажаєш»* М. Фельденкрейс). Відсутність такого усвідомлення – не діяльність, а *імпульсивна поведінка*, яка є еволюційно давнішим і швидшим способом реагування. Імпульсивні дії виникають несподівано навіть для самого суб'єкта. Вони провокуються емоціями, а усвідомлення їх наслідків відбувається лише після завершення дії. У редукованому вигляді імпульсивні дії зберігаються у мовних реакціях, міміці та жестах людини, яка переживає сильні емоційні стани.

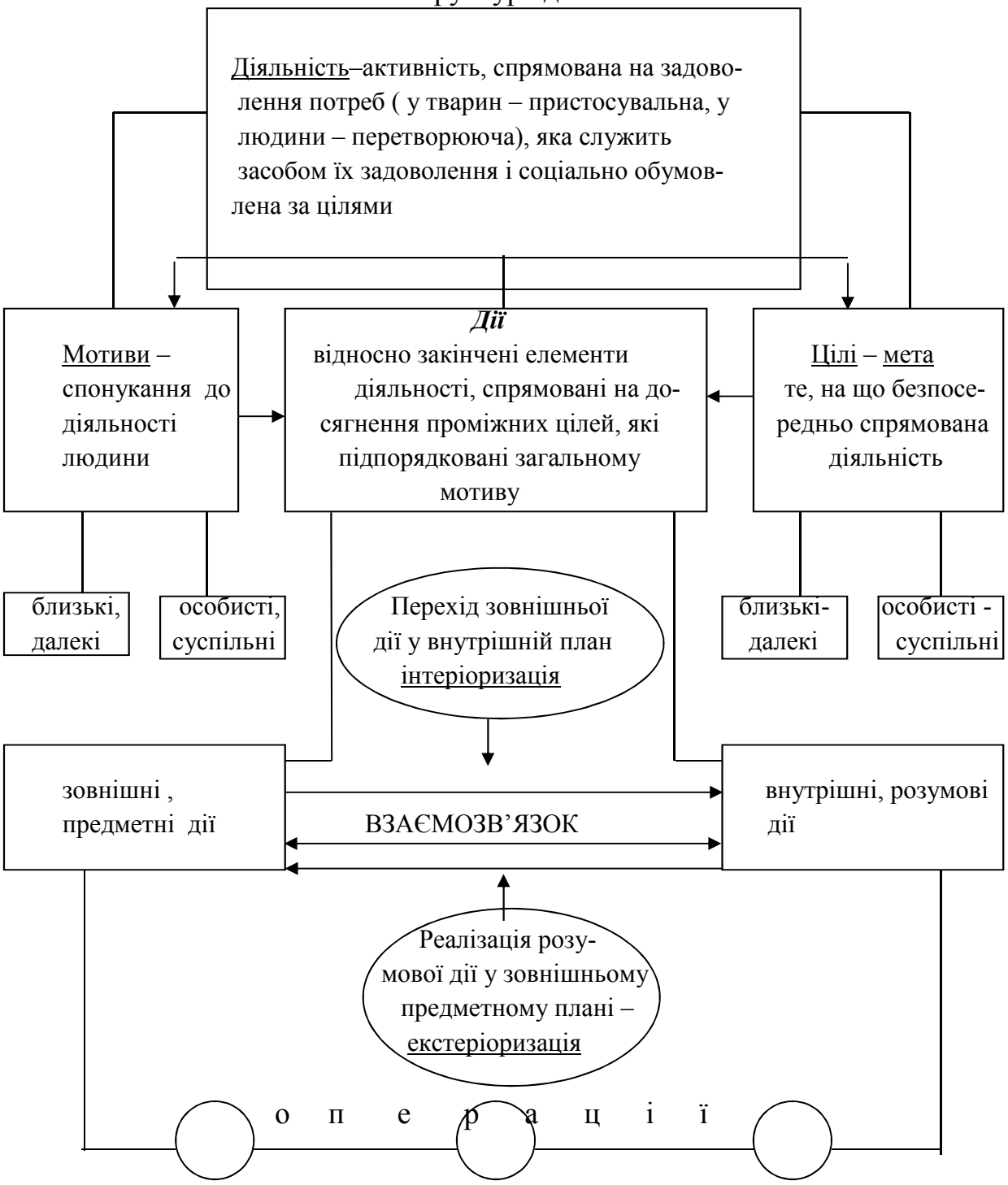
4) Предмет, на який спрямована діяльність, може бути матеріальним (виробництво матеріальних благ) та ідеальним (ідеальна свідомість, здібності тощо). Відповідно розрізняють предметно-практичну, предметно-розумову, знаково-практичну, знаково-розумову діяльності.

5) Засоби діяльності – це знання, уміння і навички; способи – це шлях, який обирає суб'єкт для досягнення результату (спроб і помилок, наслідування, алгоритму, дослідницької діяльності). Своєрідним поєднанням засобів і способів діяльності є *індивідуальний стиль діяльності* – система стійких, індивідуально-своєрідних способів і прийомів розв'язання різноманітних завдань, який дозволяє людям з різними здібностями, темпераментами, характерами домагатися приблизно однакової ефективності, здійснюючи одну й ту саму роботу

6) З точки зору результату діяльності розрізняють *репродуктивну і творчу діяльність*, тякі є принципово протилежними формами людської активності. Я. О. Пономарьов підкреслює, що для творчого акту, на відміну від репродуктивної діяльності, характерне розходження мети (задуму, програми) і результату. Для творчої людини найбільшою цінністю є побічні результати своєї діяльності, щось нове і незвичайне. Для людини нетворчої важливі результати, пов'язані безпосередньо з досягненням мети, а не їх новизна. На думку О. М. Матюшкіна, творча активність особистості, на відміну від адаптивних типів активності, породжується у процесі спілкування, діалогу, ґрунтується не на мотивації досягнення, а на різних видах пізнавальної мотивації. Творча діяльність пов'язана, перш за все, з постановкою нових проблем і завдань. Її головними психологічними регуляторами є не механізми зворотного зв'язку, а розуміння як основна ланка рефлексивних механізмів регуляції мислення.

Інший підхід до структури діяльності ґрунтується на «горизонтальному» її розчленуванні на окремі складові – рухи, дії, операції, навички, вміння, звички.

Структура діяльності



П с и х о ф і з і о л о г і ч н і ф у н к ц і ї (здатність до відчуттів, до утворення і фіксації слідів минулих впливів, моторні здібності) одночасно виступають і як необхідні передумови і як засоби діяльності.

Кожен відносно закінчений елемент діяльності, спрямований на виконання одного простого поточного завдання, називають *дією.* Дія – це основний структурний елемент діяльності. Вона складається з системи рухів, спрямованих на присвоєння предмета чи його змісту. Дія має свою конкретну мету і мотив, або здійснюється на основі загального мотиву всієї діяльності.

За формою здійснення дії розрізняють: предметні (виконавчі) та мовленнєві дії; перцептивні (дії у плані сприймання) та розумові (мнемічні, мисленнєві та інші).

Предметні дії – це реальне перетворення об'єкта з метою встановлення його властивостей. Матеріалізовані дії здійснюється за допомогою знаково-символічних засобів: схем, діаграм, креслень та ін.

Перцептивні дії – ідеальне перетворення реальних або знаково-символічних об'єктів в плані сприйняття.

Мовленнєві дії здійснюється або у плані зовнішнього мовлення, коли операції з перетворення об'єкта проговорюються вголос, або у плані внутрішньої мови, «про себе». Відповідно вони відрізняються за своїми функціями: повідомлення якоїсь інформації комусь або собі.

Розумові дії – це «згорнуті», скорочені дії, що виконується у внутрішньому плані і здійснюються без опори на будь-які зовнішні засоби. Мовленнєвий процес «іде» із свідомості, залишаючи лише кінцевий результат – предметний зміст дії.

Після розробки плану, схеми майбутніх дій людина приступає до реалізації предметних дій. Вони спрямовані на оволодіння предметами, встановлення контакту з людьми, тваринами, рослинами, тощо. *Предметні дії* складаються з певних рухів, пов'язаних у просторі та часі. Виконання будь-якої зовнішньої дії полягає у втіленні певної *системи рухів*, яка залежить від мети діяльності, властивостей предмета, на який спрямована ця дія, а також від умов дій. Механізми, які складають і регулюють рухи людини, є умовнорефлекторними, тобто складаються прижиттєво.

У процесі діяльності виконання рухів безперервно контролюється й коректується співставленням їх результатів з остаточною метою діяльності. Це відбувається за допомогою органів чуттів (зір, слух, м'язові відчуття) і здійснюється за принципом зворотного зв'язку. Каналом цього зв'язку служать органи чуттів, а джерелом інформації – певні ознаки предметів та рухів, які сприймаються та відіграють роль орієнтирів дії. П. К. Анохін назвав такий зв'язок *зворотною аферентацією.* У процесі засвоєння знань утворюється образ рухів і дій – *акцептор дії*, з яким порівнюється виконувана дія. У разі відхилення від окресленого способу її виконання проводиться корекція відповідно до поставленої мети та акцептора дій.

Генетичний аспект аналізу діяльності: основною, генетично вихідною є зовнішня, предметна діяльність, яка породжує всі види внутрішньої психологічної діяльності. На початкових етапах онтогенезу це обов'язково спільна діяльність дитини й дорослого.

Процес переходу від зовнішньої до внутрішньої, ідеальної дії називають *інтеріоризацією*. Це перетворення властивостей предметів у здібності і потреби людини (механізм розпредмечування). Послідовність інтеріоризації: предмет – образ – символ – знак – поняття. Завдяки інтеріоризації психіка людини набуває здатності оперувати образами предметів, які в даний момент відсутні в її полі зору. Людина виходить за рамки даної миттєвості, вільно в "уяві" пересувається в минуле та майбутнє у часі та просторі. Важливим знаряддям цього переходу є слова, а засобом переходу – *мовна дія*. Повністю оволодіти дією – значить опанувати нею не лише у розумовому плані, а ще й в емоційному і вольовому (імпульсивні та вольові дії).

Зворотний перехід – від внутрішньої діяльності у зовнішню називається *екстеріоризацією*, яка є механізмом опредмечування, тобто втілення розумової дії або образу в чуттєво і практично доступну для інших матеріальну реальність, в конкретні зовнішні дії людини. Так, результати розумових дій під час розв’язування задачі зовнішньо виражають у формулах, графічних схемах, чи записують словесно.

Функції дій можуть бути реалізовані як свідомо, так і без участі свідомості (наприклад, рухи гортані, граматичні форми та зміст фрази, тощо).

Успішне виконання будь-якої діяльності потребує від людини оволодіння необхідними для неї засобами. Воно передбачає вироблення у людини вмінь і навичок.

Процес, коли певні компоненти дій вимагають спочатку детальної свідомої регуляції, а потім починають виконуватися за все меншої участі свідомості, називається *автоматизацією.* Таку часткову автоматизованість виконання та регуляції доцільних рухів у людини називають *навичкою*. У ході такої автоматизації відбувається зміна *структури дій* – засобів виконання рухів, сенсорного контролю над діями, центрального регулювання дій. Завдяки навичкам виконання дій стає раціональним, з належною точністю і швидкістю, без зайвих витрат енергії.

Формування навичок відбувається у процесі вправ.

Вправою називається багаторазове виконання певних дій або видів діяльності, що мають на меті їх опанування, яке спирається на розуміння та супроводжується свідомим контролем та коректуванням.

Виконання вправи відбувається у три фази:

1) усвідомлення завдання та способів його виконання, встановлення тимчасових нервових зв’язків, які забезпечують систему рухів;

2) утворення динамічного стереотипу;

3) автоматизовані виконання дії, завченість дій.

Провідним фактором формування навичок є мовна діяльність – словесне відтворення людиною дій, які вона спостерігає та виконує, а також «ідеальна діяльність» – відтворення «в умі» образу дій, які потрібно виконати. Таким чином, навичка виступає як свідомо автоматизована дія. Але людина володіє цілою системою навичок – це є причиною *взаємодії навичок.* У цьому процесі можливі два крайні випадки – інтерференція та індукція навичок.

Інтерференція навичок – це негативне перенесення навичок. Мета, об'єкти або умови двох дій сприймаються як схожі, але насправді вони суттєво розрізняються за прийомами виконання, контролю та центрального регулювання, іншими словами, за прийомами діяльності. У цій ситуації використовуються неефективні прийоми діяльності, заміна яких новими вимагає багато часу та повторень. Наприклад, у Швеції – лівосторонній автомобільний рух, що викликає значні труднощі у водіїв, які звикли до правостороннього руху. Інтерференція заважає при навчанні, особливо при переучуванні. Для того щоб її послабити необхідно інтерферуючі завдання розвести у часі, до свідомості учня донести ознаки, які мають суттєві відмінності.

Індукція навичок – позитивний перенос навичок. Мета, об'єкти або умови завдань розрізняються зовні, тоді як дії, які необхідні для правильного вирішення, схожі за прийомами виконання, контролю та центральної регуляції. У цій ситуації використовуються правильні дії і формування навичок значно полегшується. Наприклад, вивчення мов буде ефективнішим, якщо паралельно викладаються англійська – німецька, російська – українська.

Навчання прискорюється, якщо учню спеціально демонструють риси суттєвої подібності в завданнях їх при зовнішній видимій різниці. Такий перенос дозволяє відразу, без спроб та помилок, успішно вирішувати нові типи завдань, тобто відкриває шляхи до принципово нового, інтелектуального типу поведінки.

Дія, яка відокремилася від конкретних завдань, в яких вона виникла, позначається особливим терміном – *операція*. Це спосіб виконання дії, що визначається умовами наявної (зовнішньої або уявної) ситуації. За походженням операції бувають пристосувальні (виникають шляхом адаптації, пристосування, безпосереднього наслідування) й доцільні (усвідомлені).

Будь-яка поведінка в нових умовах або стосовно нових об'єктів базується на *переносі операцій.* Такий перенос розглядають як *уміння*, тобто використання знань та навичок для вибору та здійснення прийомів дій у відповідності до поставленої мети.

Уміння передбачають *екстеріоризацію* – втілення знань у фізичні дії.

Основна відмінність умінь від навичок полягає в тому, що уміння завжди спираються на активну інтелектуальну діяльність і обов'язково включають в

себе процеси мислення. Свідомий інтелектуальний контроль – це основне, що відрізняє уміння від навичок. Уміння та навички розділяють на рухові, пізнавальні, теоретичні та практичні.

Ще один елемент діяльності – *звичка*. Її специфічна відмінність від уміння та навички полягає в тому, що звичка – це так званий непродуктивний елемент, негнучка частина діяльності, яка людиною виконується механічно і не має свідомої мети або явно вираженого продуктивного завершення. Звичка не завжди буває розумною та корисною (шкідливі звички).

4. Основні види діяльності та їх психологічні особливості

Виникнення та розвиток різних видів діяльності у людини є складним та довготривалим процесом. Активність дитини тільки поступово, в процесі розвитку, під впливом виховання та навчання набуває форми свідомої цілеспрямованої діяльності. Спочатку ця активність має характер *імпульсивної поведінки* (з народження). З 11–12-го дня життя починають формуватися перші *умовні рефлекси.* Упродовж першого року життя на базі умовних рефлексів розвивається *дослідницька поведінка,* під впливом научіння та наслідування починає формуватися *практична поведінка.* В єдності з цими формами активності розвивається *комунікативна поведінка.* Від народження вона реалізується в домовних формах, а з 7–8 місяця дитина починає оволодівати *мовною поведінкою.*

Основні види діяльності – це гра, навчання, праця. Особливим видом діяльності є *спілкування* – багатоплановий процес установлення та розвитку контактів між людьми, який породжується потребами у спільній діяльності; включає обмін інформацією, вироблення єдиної стратегії взаємодії, сприйняття та розуміння партнера зі спілкування (соціальна перцепція).

Гра – найпростіша форма діяльності (вид). Її особливістю є те, що метою є сам процес діяльності, а не практичний результат. Для дитини гра є формою реалізації її активності, життєдіяльності. Як така, гра пов’язана з функціональним задоволенням. Її спонукою є потреба в активності, а джерелом – наслідування та досвід. Ігрова діяльність, особливо сюжетно-рольова гра, є процесом соціалізації індивіда (опанування соціальними ролями, оволодіння соціальним досвідом людства тощо). Виходячи з того значення, яке відіграє гра в житті дитини дошкільного віку (4–7 років), психологи називають її провідною діяльністю цього періоду.

Під *провідною діяльністю* розуміють ту діяльність, в межах якої людина найбільше розвивається і яка вирішальною мірою визначає формування її психічних можливостей і здібностей. Розрізняють три види провідної діяльності: гру, учбову діяльність і працю. Незважаючи на те, що на ранніх

етапах онтогенезу дорослі багато чому навчають дитину, зокрема й навичкам трудової діяльності, все ж саме гра є найважливішою для її психічного розвитку на даному етапі. У процесі гри перед дитиною розкриваються широкі можливості для *научіння* (перцептивного, сенсорного, моторного та сенсомоторного). Научіння в тій або іншій формі входить в усі інші види діяльності. Це скоріше побічний результат будь-якої діяльності. Під научінням розуміють переважно неусвідомлюване засвоєння людиною практичного і соціального досвіду в результаті її взаємодії з оточенням і матеріальними об'єктами. Це респондентне (умовно-рефлекторне) та оперантне (научіння шляхом спроб і помилок), різновидами якого є наслідування, ідентифікація. До інтелектуальних (усвідомлених) видів належать: *вікарне научіння* (через спостереження), научіння за допомогою *переносу*, *знакове научіння* (реагування не на властивості самого предмета, а на те, що він означає), научіння мисленню, відношенням, поняттям.

Навчання – це діяльність, безпосередньою метою якої є засвоєння певної інформації (знань, умінь), дій (учинків, навичок), нових форм поведінки. Це специфічно людська діяльність. У дитини вона з'являється тоді, коли та здатна регулювати свої дії свідомою ідеальною метою, десь у 6–7 років.

Праця – провідна, головна діяльність людини, яка спрямована на виробництво певних суспільно корисних (або в усякому разі тих, що споживаються) продуктів – матеріальних або ідеальних. Трудова діяльність є специфічною видовою поведінкою людини, адже якби люди перестали працювати, то неминуче б перестали існувати як вид. За своєю природою та характером трудова діяльність є суспільною. У праці людина самоствердкується, реалізує свій духовний, соціальний, фізичний потенціал. Працю у психології розглядають як репродуктивну, продуктивну (працю за алгоритмом) і творчу (створення нового, що суттєво відрізняється від уже відомого, або є таким, чого ще не існувало взагалі).

Вплив трудової діяльності на психіку людини

1. Праця є джерелом активності. Будь-яка трудова діяльність вимагає певних фізичних та розумових зусиль. Надто активна позиція викликає втому та стрес, недостатня активність є причиною нудьги, неспокою.

2. Праця структурує час, визначає розпорядок кожного дня. Відсутність часової структури дезорієнтує людину.

3. Праця дозволяє регулярно спілкуватися з іншими, є важливим джерелом соціальних контактів.

4. Праця дає особистості відчуття творчості, майстерності та мети. Якщо вона не приносить людині задоволення, то дає хоча б відчуття майстерності та досягнень. Творча праця дає людям задоволення, мотивує і підтримує їх.

5. Праця є джерелом особистого статусу та ідентичності.

Отже, трудова діяльність спонукає людину набувати і використовувати нові знання, вміння, приймати відповідальні рішення, сприяє формуванню позитивної самооцінки і почуття особистого контролю над своєю долею. Вона стає засобом професійної самореалізації зрілої особистості. Трудова діяльність допомагає людині зрозуміти саму себе, дає їй почуття захищеності, власної компетентності, самоповаги, які потрібні при взаємодії зі світом, відчуття влади над часом і почуття життєвої перспективи.

Література: [1], [2], [4], [8], [11], [12], [33], [47], [57], [60], [71], [72].

Питання для самоперевірки

1. Чим обумовлюється активність природного індивіда?
2. Що характеризує діяльність як специфічну форму людської активності?
3. У чому коріниться головна відмінність поведінки тварин і діяльності людини?
4. На основі так званого «вертикального» зрізу дайте характеристику етапів діяльності.
5. Укажіть основні психологічні компоненти змісту діяльності.
6. Назвіть основні компоненти структури діяльності.
7. Що таке потреба і мотив діяльності?
8. Які класифікації потреб ви знаєте?
9. Що таке мотивація?
10. У чому схожі і чим відрізняються дія і операція?
11. Поясніть принцип залежності психічного відображення від місця об’єкта, що відображається, у структурі діяльності. Наведіть приклади.
12. У чому полягає сутність процесів інтеріоризації та екстеріоризації дії?
13. Як виробляються навички і що є показником їх досконалості?
14. У чому полягає основна відмінність умінь від навичок?
15. Схарактеризуйте основні види діяльності.
16. Чи можна стверджувати, що принципова відмінність між різними видами діяльності полягає в характері її результатів?

Тема 6. **Темперамент**

План

1. Поняття про темперамент: історичний та теоретичний аспекти.
2. Фізіологічні основи темпераменту. Тип вищої нервової діяльності (ВНД) і темперамент.
3. Психологічні властивості темпераменту.
4. Типи темпераментів та їх психологічна характеристика.
5. Темперамент і діяльність.

Ключові поняття: темперамент, гуморальна, морфологічна, фізіологічна теорії темпераменту, основні характеристики типів вищої нервової діяльності: сила, врівноваженість, рухливість, лабільність, динамічність; типи темпераменту: сангвінік, холерик, флегматик, меланхолік; психологічні властивості темпераменту: сенситивність, реактивність, активність, темп реакції, пластичність, ригідність, емоційна збудливість, резистентність, екстравертність, інтровертність.

1. Поняття про темперамент: історичний та теоретичний аспекти

Розглядаючи історичний аспект вчення про темперамент, потрібно звернути увагу на той факт, що вивчення індивідуальних психологічних особливостей людини триває майже 2,5 тис. років, а психологічні знання про темперамент – найстаріші психологічні знання, проте й досі у проблематиці темпераменту є багато суперечливого та незрозумілого. Зокрема, ставиться під сумнів сама можливість психологічних типологій, досі дискутується питання про кількість можливих типів, про роль природних основ темпераменту.

Найдавнішою теорією темпераменту була теорія давньогрецького лікаря й філософа *Гіппократа* (460–377 рр. до н. е.), який уперше зробив спробу з'ясувати, чим зумовлюються індивідуальні відмінності у поведінці людей. Він стверджував, що люди розрізняються співвідношенням 4 основних «соків» життя, – крові, флегми, жовтої жовчі та чорної жовчі. На основі вчення Гіппократа, давньоримський лікар *Клавдій Гален* (II ст. до н. е.) розробив першу типологію темпераментів, яку виклав у відомому трактаті «De temperamentum». Згідно його вчення, тип темпераменту залежить від переваги в організмі одного із соків. У науці ця теорія увійшла під назвою *гуморальної* (від лат. humor – рідина, соки організму). Гален дав назву типам темпераменту, які й у наш час користуються широкою популярністю: *сангвінік* (від лат. sanguis – «кров»), *флегматик* (від грец. – phlegma – «флегма»), *холерик* (від грец. chole – »жовч») і *меланхолік* (від грец. melas chole – «чорна жовч»). Ця

типологія виявила свою практичну корисність у тому, що містила доволі точний опис узагальнених портретів людей, за допомогою яких можна було передбачити поведінку людини з певним типом темпераменту в конкретних життєвих ситуаціях. Концепція античних вчених Гіппократа та Галена, хоча вона й не давала правильного пояснення фізіологічних основ темпераменту, стала своєрідним міфом психологічної науки, мала величезний вплив на вчених протягом багатьох віків і не втратила своєї привабливості й у наш час. Варто зауважити, що студенти більш охоче запам'ятовують і відтворюють положення про вплив «флегми», «чорної жовчі» тощо на індивідуальну поведінку, ніж чіткі та логічні критерії для розрізнення темпераменту, сформульовані сучасними дослідниками.

Морфологічну теорію темпераменту запропонував німецький психолог і психіатр *Ернст Кречмер* (1888–1964), який відстоював залежність психічного складу людини від будови (конституції тіла). Він запропонував класифікацію типів конституції і вважав, що кожному з них відповідає свій темперамент: пікнічному – ***циклотимний*** (*гіпоманіки*: палко рухливі, нестримні; *синтонні*: практичні реалісти, гумористи; *важкокровні*), астенічному, атлетичному і диспластичному – ***шизотимний*** (*гіперестетики*: дратівливі, нервові, ніжні, самозаглиблені ідеалісти; *шизотимні*: холоднокровно енергійні, систематично послідовні, спокійно аристократичні; *анестетики*: холодні, вперті, байдужі). Система Кречмера у першу чергу була призначена для діагностики психічних захворювань, вона дозволяла передбачити напрямок і форми негативних змін психіки індивіда.

Гуморальна і морфологічна теорії темпераменту мають серйозні недоліки: першоосновою темпераменту вони визначають фізіологічні системи організму, які не мають для цього необхідних властивостей. Також ці теорії нівелюють розбіжності між темпераментами хворої і здорової людини, пояснюючи темперамент лише біологічними факторами, тоді як це *категорія психобіологічна*, його властивості не є повністю ні природженими, ні залежними від середовища.

2. Фізіологічні основи темпераменту. Тип ВНД і темперамент

Наукове (експериментальне) вивчення темпераменту бере свій початок з робіт видатного фізіолога І. П. Павлова (1849–1936), в яких досліджувалися типи нервової системи й вищої нервової діяльності. І. П. Павлов, вивчаючи особливості вироблення умовних рефлексів у тварин, звернув увагу на індивідуальні розбіжності в їхній поведінці й особливостях перебігу умовнорефлекторної діяльності, що виявлялися насамперед у таких аспектах, як швидкість і точність утворення умовних рефлексів, а також в особливостях

їхнього загасання. Учений висунув гіпотезу про те, що індивідуальні відмінності не можуть бути пояснені тільки розмаїтістю експериментальних ситуацій: у їх основі лежать деякі фундаментальні властивості нервових процесів збудження і гальмування. Істотною рисою вчення Павлова про фізіологічні основи темпераменту є те, що ці основи він вбачав в *особливостях функціонування кори великих півкуль*, її умовнорефлекторної діяльності. Вчений довів, що нервові процеси в корі великих півкуль характеризуються певними властивостями, які, поєднуючись, утворюють ***тип вищої нервової діяльності***: *сила* (або *слабкість*) процесів збудження і гальмування, їхня *урівноваженість* (або переважання одного з них над іншим) і *рухливість* (чи *інертність*).

Сила збудження відображає працездатність нервової клітини, яка виявляється у функціональній витривалості, тобто в здатності витримувати тривале або короткочасне, але сильне збудження, не переходячи при цьому у протилежний стан гальмування. *Сила гальмування* виявляється в здібності до утворення різних гальмівних умовних реакцій, таких, як згасання і диференціювання.

Співвідношення сили процесів збудження і гальмування показує, чи є даний індивід *врівноваженим* або *неврівноваженим*.

Рухливість нервових процесів виявляється в швидкості переходу одного нервового процесу в інший та в здатності до зміни поведінки в мінливих умовах середовища існування. Мірою цієї властивості нервової системи є швидкість переходу від однієї дії до іншої, від пасивного стану до активного, і навпаки. Протилежною характеристикою рухливості є *інертність нервових процесів.*

Виділені І. П. Павловим властивості нервових процесів утворюють певні комбінації, які визначають тип нервової системи, або *тип вищої нервової діяльності*. Він складається з характерної для окремих індивідів сукупності основних властивостей нервової системи – сили, врівноваженості й рухливості процесів збудження і гальмування. І. П. Павлов виділив 4 основні типи нервової системи. За силою нервових процесів розрізняються сильні і слабкі типи. Сильні типи поділяються на урівноважених і неврівноважених, підставою їх розподілу є врівноваженість нервових процесів. Неврівноважений тип характеризується переважанням збудження над гальмуванням. У свою чергу, сильні урівноважені типи діляться на рухомі та інертні, коли підставою розподілу є рухливість нервових процесів. Типи нервової системи за своїми основними характеристиками співвідносяться з чотирма класичними типами темпераменту:

- сильний, урівноважений, рухомий – жвавий тип (сангвінік);

- сильний, урівноважений, інертний – спокійний, але малорухливий тип (флегматик);
- сильний, неврівноважений тип з переважанням збудження – збудливий, нестримний тип (холерик);
- слабкий тип – гальмівний тип (меланхолік).

Отже, І.П. Павлов розумів тип нервової системи як природжений, який слабо піддається змінам під впливом середовища і виховання. На його думку, властивості нервової системи утворюють фізіологічну основу темпераменту, який є психічним виявом загального типу нервової системи. Але пояснення природи темпераменту з позицій лише типологічних особливостей нервової системи недостатньо.

У 60-ті роки XX ст. у результаті досліджень Б. М. Теплова (1961), а потім В. С. Мерліна (1964) та В. Д. Небиліцина (1966) типологія Павлова була доповнена новими елементами. Б. М. Теплов відкрив ще дві властивості нервових процесів: *лабільність* і *динамічність*. *Лабільність* нервової системи виявляється у швидкості виникнення і припинення нервових процесів. *Динамічність* нервових процесів виявляється в легкості й швидкості утворення позитивних (динамічність збудження) і гальмівних (динамічність гальмування) умовних рефлексів.

В. Д. Небиліцин запропонував 12-вимірну класифікацію властивостей нервової системи людини, до якої входять вісім первинних властивостей (сила, рухливість, динамічність і лабільність по відношенню до збудження і гальмування) і чотири вторинні властивості (врівноваженість за цими основними властивостями). Показано, що дані властивості мають стосунок як до всієї нервової системи (її загальні властивості), так і до окремих аналізаторів (парціальні властивості).

Властивості темпераменту, які ґрунтуються на певному типі нервової системи, є найбільш стійкими і постійними порівняно з іншими особливостями людини. Властивості нервової системи необхідно вивчати з урахуванням особливостей поведінки людей в життєвих ситуаціях і поведінці.

3. Психологічні властивості темпераменту

Психологічною характеристикою темпераменту є не самі по собі властивості нервової системи або їх поєднання, а типові особливості перебігу психічних процесів і поведінки. Так, основними компонентами темпераменту (за В. Д. Небиліциним) є:

- *загальна психічна активність*, яка характеризує не змістовний, а енергетичний рівень поведінки (млявий, інертний, бурхливий, нестримний вияв енергії);
- *моторика* – виявляється у швидкості, різкості, амплітуді м'язових рухів, мовнорухових особливостях, почерку тощо;
- *емоційність* – відображає здатність до емоційних переживань.

Власне динамічний або процесуальний аспект темпераменту визначає:

1) швидкість виникнення психічних процесів (відображає сенсомоторну реактивність, що характеризується швидкістю появи відповіді на подразник), їх стійкість;

2) інтенсивність психічних процесів.

Це індивідуальні властивості темпераменту, які є природженими та індивідуально своєрідними.

3) діапазон темпу і ритму діяльності та поведінки (показники динаміки оволодіння і виконання операцій та способу дій). У даному аспекті темперамент характеризує людину як суб'єкта діяльності. Певне поєднання властивостей темпераменту, які виявляються у пізнавальних процесах, діях і спілкуванні людини, визначає її *індивідуальний стиль діяльності*.

Емоційність людини є також однією з найважливіших формально-динамічних характеристик темпераменту. Вона визначається швидкістю появи емоційної реакції, афекту, або переживання, після початку дії подразника або появи значущої ситуації. Емоційність складається з наступних компонентів:

1) якість (модальність) емоції, яка переважає на даний момент (радість, гнів, сум тощо);

2) емоційна збудливість (швидкість і легкість виникнення емоційних переживань);

3) сила (інтенсивність) емоційних переживань (вразливість – емоційна холодність);

4) рівень емоційної стійкості (здатність виконувати задану роботу в емоційно складних і несприятливих умовах).

Емоційність енергізує діяльність («енергетика мотивів»), залежно від задоволення чи незадоволення мотивів змінюється її продуктивність і якість.

Динамічні відмінності за емоційністю виявляються у ступені *вразливості*, в *імпульсивності*, *емоційній лабільності* (швидкість, з якою припиняється емоційний стан або відбувається зміна одного переживання іншим). Емоційні властивості темпераменту є формами вияву особистісних характеристик.

Класифікуючи темперамент, беруть до уваги індивідуальну схильність людини реагувати на ситуацію переважно однією з природжених емоцій. Як

показали дослідження, людина зі слабким типом нервової системи (*меланхолік*) особливо схильна до реакції страху, її емоційні переживання, як правило, довготривалі та мають інтрапунітивну спрямованість – депресія, нудьга, печаль, почуття провини, сорому, сором'язливість. Представники сильного типу нервової системи: *холерик* схильний до гніву й лютості (екстрапунітивна спрямованість), *сангвінік* – до позитивних емоцій (проте іноді говорять про внутрішню холодність сангвініка попри його зовнішню комунікабельність та формальну емпатійність), а *флегматик* взагалі не схильний до бурхливого емоційного реагування через інертність пізнавальних процесів, хоча потенційно він, як і сангвінік, тяжіє до позитивних емоцій.

Отже, з одного боку, темперамент як індивідуальна характеристика створює основу для формування суб'єктних властивостей, а з іншого – визначає форму і динаміку їх прояву. Щоб краще зрозуміти індивідуально-типологічні відмінності, правильно визначати індивідуальний стиль діяльності конкретної людини, учня, слід розглянути основні компоненти темпераменту (загальну психологічну активність, моторику, емоційність) крізь призму пізнавальних процесів, предметної діяльності і спілкування, перш за все звернувши увагу на швидкість виникнення психічних процесів, їх інтенсивність, стійкість, темп і ритм діяльності та поведінки.

Проблема психологічної характеристики темпераменту в життєвих ситуаціях активно досліджувалася В. С. Мерліним і його співробітниками. До конкретних властивостей темпераменту В. С. Мерлін відносить:

1) особливості емоційно-вольової сфери:
- активність;
- стриманість;
- емоційну збудливість;
- швидкість виникнення і зміну почуттів;
- особливості настрою;
- стан тривоги;

2) працездатність; 3) швидкість входження в нову роботу; 4) загальну ригідність особистості; 5) швидкість засвоєння і переробки навичок; 6) особливості уваги (обсяг, концентрація, розподіл, переключення).

У психології існує також класифікація темпераментів, яка ґрунтується на врахуванні динамічних аспектів таких психологічних особливостей, як *екстраверсія* / *інтроверсія*, а також на відмінностях, пов'язаних з *емоційною стійкістю* (стабільністю): на одному полюсі – постійність настроїв, упевненість у собі, високий опір негативним впливам, а на іншому – різка зміна настроїв, дратівливість, образливість, високий рівень тривожності.

Екстравертам властиві сила й рухливість нервових процесів і, у зв'язку з цим, імпульсивність, гнучкість поведінки. Екстраверт характеризується як комунікабельний, відкритий, говіркий, ініціативний, рухливий, безтурботний тип.

Інтровертам притаманні слабкість та інертність нервових процесів. Це пасивний, миролюбний, схильний до самоаналізу, надійний тип, який має ускладнення в соціальній адаптації, замкнений на своєму внутрішньому світі.

Ці індивідуальні особливості досліджувалися англійським психологом Г.Ю. Айзенком у зв'язку з індивідуальними відмінностями у властивостях нервової системи. За даними електроенцефалографічних досліджень, *інтроверсія – екстраверсія* тісно пов'язана з рівнем коркової активації. Айзенк стверджує, що інтроверти надзвичайно збудливі і, відповідно, дуже чутливі до зовнішньої стимуляції. З цієї причини вони схильні уникати ситуацій, які надмірно сильно на них впливають. І навпаки, екстравертам властива слабкість генерації процесу збудження в поєднанні із силою, швидкістю та стійкістю реактивного гальмування. Тому вони недостатньо збудливі і нечутливі до стимуляції; відповідно, вони постійно шукають ситуацій, які могли б їх збуджувати. Наприклад, екстраверти набагато терпиміші до болі, ніж інтроверти; вони роблять більше пауз під час роботи, щоб поспілкуватися і випити кави, ніж інтроверти; збудження підвищує ефективність їх вчинків і дій, тоді як інтровертам воно лише заважає.

Айзенк започаткував новий підхід до визначення основних типів темпераменту: сполучення екстраверсії та емоційної нестабільності (холерик), екстраверсії та емоційної стійкості (сангвінік), інтроверсії та емоційної стійкості (флегматик), інтроверсії та емоційної нестабільності (меланхолік). Айзенк не проводить чіткої межі між темпераментом і особистістю. Різниця між ними полягає у тому, що особистість – це соціопсихічна категорія, яка охоплює все багатство змістовних характеристик людини, тоді як темперамент охоплює лише формальні аспекти поведінки (чутливість, емоційність, активність і т. д.).

4. Типи темпераментів та їх психологічна характеристика

Психологічна характеристика типів темпераментів за В. С. Мерліним визначається такими основними психічними властивостями:

- *Сенситивність* – це міра чутливості до явищ дійсності, з якими стикається людина. Це цілісна властивість сенсорної організації індивіда, яка означає виникнення психічної реакції на зовнішній подразник найменшої сили. Сенситивні особи чутливі, вразливі.

- *Реактивність* – показує ступінь мимовільності реакцій на зовнішні або внутрішні впливи. Виявляється в темпі, силі і формі відповіді, а найяскравіше – в емоційній вразливості.

- *Активність* характеризується такими показниками як прагнення до продовження розпочатої діяльності, сила натиску, жвавість рухів, енергійність дій, витривалість щодо напруження, пов'язаного з активністю, різноманітність здійснюваних дій, схильність їх варіювати тощо. Про характер співвідношення активності і реактивності роблять висновок, зважаючи на те, від чого переважно залежить діяльність людини: від випадкових обставин чи від намічених цілей, прагнень. Між реактивністю і активністю існує негативний зв'язок. Високореактивні індивіди характеризуються зниженою активністю, їхня діяльність малоінтенсивна. Особам з низькою реактивністю властива висока активність.

- *Темп реакції* – це швидкість перебігу різних психічних процесів і реакцій (швидкість переробки інформації, що впливає на органи чуттів, швидкість рухів, динаміка запам'ятовування, забування, відтворення, час розв'язування задачі, темп мови тощо).

- *Пластичність* та *ригідність* показують, наскільки гнучко і легко пристосовується людина до зміни зовнішніх впливів або, навпаки, наскільки інертні її поведінка, звички, судження. Завдяки пластичності психічної діяльності перебудовуються або компенсуються особливості вищої нервової діяльності.

- *Емоційна збудливість* – це готовність емоційно реагувати на значущі для людини подразники, що може виявлятись в таких особливостях поведінки, як дратівливість, запальність.

- *Резистентність* – це можливість чинити опір негативним або несприятливим обставинам (у стресових ситуаціях – аварії, конфлікти тощо).

- *Екстраверсія* та *інтроверсія*.

Сполучення цих властивостей утворює певний тип темпераменту.

Сангвінік: знижена сензитивність; висока реактивність і активність; урівноваженість; пластичність; екстравертованість; підвищена емоційна збудливість; прискорений темп реакцій.

Холерик: знижена сензитивність; висока реактивність; ригідність; екстравертованість; підвищена емоційна збудливість; прискорений темп реакцій.

Флегматик: знижена сензитивність; низька реактивність; висока активність; ригідність; інтровертованість; знижена емоційна збудливість; уповільнений темп реакцій.

Меланхолік: підвищена емоційна сензитивність; невисокі реактивність та активність; ригідність; інтровертованість; підвищена емоційна збудливість;

депресивний характер емоцій; уповільнений темп реакцій; низька резистентність.

Розгорнута психологічна характеристика типів темпераменту

Сангвініки характеризуються живою, оптимістичною, веселою вдачею. Вони рішучі, ініціативні, впевнені у своїх силах. Усе це є наслідком поєднання високої збуджуваності з гарними гальмівними властивостями. Сангвініки чутливі до нових ідей і взагалі до всього нового, передового, швидко і безболісно пристосовуються до нових обставин, обов'язків, місця роботи, колективу. Вони здатні самостійно, без зовнішнього впливу, продукувати нові ідеї і наполягати на їх реалізації. Не пасують перед невдачами, у складних ситуаціях зібрані, цілеспрямовані. Люди такого типу готові до компромісу, вміють обдумано відкласти нереалізовані ідеї. Щодо зовнішніх виявів почуттів, то тут слід зазначити, що у сангвініків швидка, емоційно забарвлена, голосна і водночас не різка, а дещо плавна мова. Для них характерний рівний, оптимістичний настрій, переважання позитивних емоцій над негативними. Сангвінік – сильний тип нервової системи, схильний і здатний до лідерства. Люди цього типу легкі в контактах, люблять товариство і самі відрізняються товариськістю, цінують гумор і жарт. У масі своїй сангвініки прекрасні тактики, що не заперечує наявності у них здібностей до стратегічного мислення. Вони надзвичайно працездатні, причому їх працездатність тим вища, чим цікавіша діяльність, якою вони займаються. Справедливо було б зазначити, що сангвініка можна охарактеризувати як людину працездатну, але не обов'язково працелюбну. Сангвініки –хороші організатори, їх діяльність є продуктивною в тих сферах, які вимагають вияву організаторських і тактичних здібностей. За певних життєвих обставин і виховання позитивне прагнення сангвініка до лідерства може перерости в потребу абсолютного домінування над людьми. Проте, притаманна йому врівноваженість робить можливим попередження такого розвитку особистості та формування соціально прийнятного типу поведінки.

Холериків часто називають нестримними і неврівноваженими, оскільки вони вирізняються високим рівнем збуджуваності і низькими гальмівними властивостями. Це запальні люди, надзвичайно рухливі, схильні до ініціативи й активності. На відміну від упевнених у собі сангвініків, холериків можна назвати самовпевненими. Як у роботі, так і в інших справах (дискусіях, суперечках, веселощах) їх важко зупинити. При цьому в усіх справах люди такого типу темпераменту виявляють, як правило, нетерпимість – вони різкі, безапеляційні, однозначні. Нетерпимість холериків виявляється в тому, що їм важко переживати стан очікування (навіть розпочинаючи читати книгу, такі люди спочатку заглядають в її кінець, щоб дізнатися, чим все закінчиться).

Вони завжди прагнуть якомога скоріше досягти результату, через це їх стиль роботи характеризується метушливістю. Непостійність притаманна також почуттям і емоціям холерика. У моменти життєвих невдач йому властиві то гнів, то відчай; то активна діяльність, то апатія. Він може швидко пристосуватися до зміни обставин, або навпаки – важко і повільно. У холерика швидкі й різкі рухи (зазвичай не бере предмети, а хапає, не кладе їх, а кидає). Миттєво реагує на все яскраве, нестандартне. Швидко, майже на льоту «схоплює» інформацію, так само швидко засвоює, при цьому не завжди усвідомлює її до кінця. Одна з переваг холерика – вміння в критичних ситуаціях виявляти нестримну і відносно тривалу активність. У такі моменти він вирізняється здатністю концентрувати свої зусилля і демонструвати інтенсивну працездатність та витривалість. Для холерика характерні також часті зриви, особливо тоді, коли ситуація, в якій він опинився, вимагає стримування емоцій, бажань, бурхливої активності. Несприятливі умови, а також незнання людиною особливостей цього типу темпераменту можуть призвести до виснаження холериком власного потенціалу активності.

Флегматикам притаманні такі особливості, як інертність, урівноваженість збудженості і гальмування, спокій, незворушність. Флегматик відрізняється від інших типів темпераменту впевненістю, небагатослівністю, виваженістю слів і дій. При цьому буде помилкою вважати, що цьому типу темпераменту не властива ініціативність, підприємливість. Просто флегматики, перш ніж проявити ініціативу, добре подумають і зважать всі умови і наслідки її реалізації. За всіх обставин, і навіть у критичних ситуаціях, флегматики не втрачають «здорового глузду» і залишаються спокійними та незворушними. Для них невдача – це звичайне, нормальне явище життя, тому сприймається з розумінням і без зайвих емоцій. І взагалі, для людей цього типу темпераменту не існує проблеми стримування емоцій. Флегматики терплячі, вміють чекати «свого часу» і сприймають таке очікування без емоційних переживань. Серед них багато представників консервативного складу. Вони повільно пристосовуються до нових обставин, мають постійні уподобання, не схильні різко змінювати свої погляди і симпатії. Мова флегматиків – спокійна, помірно повільна, без різко виражених емоцій. Невиразна і стримана також їх жестикуляція та міміка. Як правило, вони говорять послідовно, ґрунтовно, висловлюють виважені і вивірені думки. Людей з домінантними рисами темпераменту флегматика радше можна охарактеризувати як стратегів, а не тактиків. Це, однак, не означає, що вони нездатні до вирішення організаційно тактичних завдань. Перш ніж діяти, флегматики прагнуть виявити перешкоди, які можуть завадити їм досягти поставленої мети і визначають способи їх подолання. Свої дії такі люди постійно співвідносять з майбутніми

перспективами, через що, як правило, досягають професійної майстерності. Незважаючи на притаманну їм повільність, флегматики нерідко встигають якісно виконувати великі обсяги роботи, оскільки не витрачають час на дрібниці й не відволікаються. Ще одна проблема флегматиків – труднощі при виборі рішення. Проте, на відміну від меланхоліків, вони розв'язують свої проблеми самостійно, не звертаючись за допомогою до інших людей.

Меланхоліки вирізняються такими характерними особливостями, як невпевненість, нерішучість, безініціативність, образливість, зневіра у свої сили, низька комунікабельність, мрійливість, покірність (здатність підкорятися правилам або сильнішим особистостям). Їм притаманні уповільнена мова, тривожність (часті хвилювання, стурбованість), швидка втомлюваність, слабкість голосу. Меланхоліки, як правило, слабкі стратеги і тактики, це люди, які добре виконують операціональні функції. Вони акуратно працюють, коли відчувають свою затребуваність, відповідальність за доручену справу, коли їх контролюють, допомагають, підтримують, надають чіткі рекомендації та інструкції стосовно того як і що робити. Особливо важливим для них є заохочення, підтримка, схвалення. Переваги цього типу темпераменту позитивно проявляються в ситуаціях, де потрібна увага, зокрема, в умовах примусового ритму діяльності (документування, облік, контроль тощо). Оскільки меланхолік слабкий, емоційно нестійкий тип темпераменту, йому складно «тримати себе в руках» і діяти продуктивно. Такі люди більше, ніж інші потребують психологічного захисту від емоційних, інтелектуальних, емоційних навантажень.

Зауважимо, що у тих випадках, коли ми повинні визначати тип темпераменту конкретної людини за нечисельними або навіть одноразовими проявами, то з найбільшою точністю це можна зробити в максимально важких для цих проявів умовах. Наприклад, для судження про активність необхідно спостереження відповідних проявів в умовах втоми, для висновку про лабільність або ригідність необхідний аналіз про перебудову дій в умовах, що швидко змінюються і т.д.

На сьогодні визначення типів темпераменту ще не завершене. Однією з найбільш відомих розробок у цьому напряму є «Спеціальна теорія індивідуальності» В. М. Русалова. У її основу покладено положення про те, що змістовні аспекти психічної діяльності людини у процесі її розвитку потрапляють під вплив соціально зумовлених закономірностей, а формальні характеристики підпорядковані еволюційно-генетичним законам. Відповідно, темперамент реалізується у двох аспектах, тому у кожної людини є два темпераменти: «соціальний» – проявляється в соціальній сфері в особливостях комунікативно орієнтованих стратегій; «предметний» – визначає особливості

об’єктно орієнтованих стратегій, які проявляються у предметній сфері. У структурі темпераменту Русалов виділяє чотири основні блоки: ергічність (витривалість), темп (швидкість), пластичність та емоційність (чутливість), які оцінюються у соціальній та предметній сфері. Передбачається, що у спілкуванні та діяльності вони виявляються по-різному. Ця теорія експериментально підтверджена (А. В. Лібін).

5. Темперамент і діяльність

Залежно від змісту та умов діяльності темперамент людини виявляється по-різному, відіграє позитивну або негативну роль. Там, де потрібна висока працездатність, витривалість, краще показує себе сильний тип нервової системи, а де потрібно виявити співчуття, емпатію, там краще може впоратися слабкий тип нервової системи.

Неврівноваженість холерика шкодить там, де потрібна витримка, терплячість. Холеричний темперамент має ту перевагу, що дозволяє зосередити значні зусилля в короткий проміжок часу. Надміру млявий темп рухів, монотонна мова флегматика не сприяють успіху в діяльності, яка вимагає значної рухливості, швидкості впливу на інших, але натомість представники флегматичного темпераменту мають цінну здатність довго і наполегливо працювати, домагаючись поставленої мети. Слабкість збудження і гальмування дій, що притаманна меланхоліку, призводить до лякливості, нерішучості. Меланхоліки відзначаються повільним входженням в роботу, однак компенсують це більшою витримкою. Сангвінікам властиві швидкі реакції, вони легко і швидко пристосовуються до нових обставин і умов життя та діяльності, відзначаються підвищеною працездатністю, особливо на початковому етапі роботи, але в кінці їх працездатність знижується через швидку втомлюваність і зменшення інтересу. Схильність сангвініка до новизни, нудьга при виконанні одноманої, хоча й важливої діяльності, знижує активність та постійно викликає прагнення до нового, модного. Регламентація діяльності сангвініків і холериків призводить до їх швидкої втоми, тому вони віддають перевагу діям, які можна довільно припинити, а також прагнуть до чергування неоднорідних дій. Цим типам показана зміна способів або типу роботи, що дозволяє цим людям тривалий час працювати ефективно без перерви і з малою кількістю зроблених помилок. Флегматики і меланхоліки, навпаки, в умовах строгої регламентації діяльності показують більшу опірність і продуктивність, ніж холерики і сангвініки. Поміркуйте над тим, яким типам темпераменту слід формулювати робочі інструкції докладні, детальні, а яким – узагальнені, що містять мінімальну кількість додаткових вказівок.

Розглядаючи питання про вплив типу темпераменту на ефективність діяльності, важливо зрозуміти, що не існує «хорошого» або «поганого» темпераменту. Кожний темперамент має у конкретних видах діяльності свої недоліки та переваги. Властивості темпераменту є психологічно рівноцінними і визначають спосіб, а не рівень досягнень людини, складаючи основу її *індивідуального стилю діяльності* – характерну для кожного суб'єкта сукупність способів, що забезпечують успішність виконання якоїсь дії, компенсуючи недоліки деяких властивостей за рахунок сильних сторін. Проте існує коло професій, які пов'язані з діяльністю людини в екстремальних умовах (льотчики, космонавти, диспетчери та ін.) і вимагають *професійної придатності*, тобто сукупності певних властивостей темпераменту індивіда, які зумовлюють успішність складної професійної діяльності. Тут доцільно застосовувати професійний відбір, який здійснюється на підставі психологічної діагностики властивостей темпераменту. Темперамент визначається за експериментальними психофізіологічними даними і опитувальниками. Кожна людина, визначивши тип свого темпераменту, зможе ефективніше використовувати його позитивні риси та пом'якшувати негативні.

Отже, з урахуванням умов діяльності властивості темпераменту мають не абсолютну, а відносну рівноцінність. Щодо навчальної діяльності, то вона не належить до числа екстремальних, а тому властивості темпераменту і нервової системи впливають на її успішність опосередковано. *Для оптимізації навчання* учитель зобов'язаний знати вікові особливості темпераменту своїх учнів і враховувати їх у навчально-виховній роботі, професійній орієнтації, трудовій діяльності. Діяльність *холерика* слід контролювати якомога частіше, в роботі з ним неприпустимі різкість, нестриманість, оскільки вони можуть викликати негативну реакцію у відповідь. Разом з тим будь-який проступок холерика повинен бути вимогливо і справедливо засуджений. Стосовно нього негативну оцінку допустимо застосовувати в дуже енергійній формі і так часто, наскільки це вимагається для покращення результатів його роботи або навчання. Перед *сангвініком* потрібно безперервно ставити нові, по можливості, цікаві завдання, які вимагали б від нього зосередженості й напруження, необхідно постійно залучати його до активної діяльності і систематично заохочувати його зусилля. Флегматика потрібно залучити до активної діяльності й зацікавити. Він потребує до себе систематичної уваги. Його не можна швидко переключати з одного завдання на інше. Стосовно меланхоліка неприпустимі не лише різкість, грубощі, а й просто підвищений тон, іронія. Про негативний вчинок, здійснений меланхоліком, краще поговорити з ним наодинці. До нього слід виявляти підвищену увагу, вчасно похвалити за успіхи, рішучість, волю. Негативну оцінку потрібно використовувати якомога обережніше, всіляко намагаючись пом'якшити її негативний вплив.

Література: [1], [2], [4], [8], [10], [12], [13], [29], [36], [57], [59], [76].

Питання для самоперевірки

1. Дайте визначення темпераменту.
2. Чи тотожні поняття «темперамент» і «тип вищої нервової діяльності»? Аргументуйте свої відповідь.
3. Які особливості нервової системи утворюють фізіологічну основу темпераменту?
4. Назвіть типи темпераменту та дайте їх психологічну характеристику.
5. У чому полягає мінливість темпераменту? Чи може темперамент людини суттєво змінюватися впродовж її життя?
6. До якої підструктури особистості входить темперамент?
7. Чим зумовлені екставертованість та інтовертованість темперамету за Айзенком?
8. На чому базується морфологічна теорія темпераменту Е. Кречмера?
9. Дайте характеристику циклотимного і шизотимічного темпераментів (за Кречмером).
10. Розкрийте зв’язок темпераменту з емоційно-вольовою сферою, характером, здібностями.
11. Наведіть приклади поведінки людей з різними типами темпераменту в однакових ситуаціях.
12. У яких життєвих ситуаціях темперамент людини розкривається найбільш яскраво?
13. Як потрібно враховувати особливості темпераменту учнів на заняттях?
14. За рахунок чого можна компенсувати недоліки темпераменту?
15. Як може позначатися темперамент на формуванні рис особистості?
16. Які властивості темпераменту позначаються на розвитку пізнавальних здібностей?

Тема 7. **Характер**

План

1. Поняття про характер та його фізіологічні основи.
2. Історія вчень про характер.
3. Характер в структурі особистості.
4. Характер і система відношень людини.
5. Типове та індивідуальне у структурі характеру.
6. Характер в нормі і патології. Акцентуації характеру.
7. Особливості формування характеру.

Ключові слова: характер, характерологія, структура характеру, динамічний стереотип, акцентуація, риси характеру, симптомокомплекси рис характеру, типи характеру: гіпертимний, дистимний, циклоїдний, лабільний, психастенічний, демонстративний, шизоїдний, інтравертний, екстравертний, фізіогноміка, характерологічний панцир, самовиховання характеру.

1. Поняття про характер та його фізіологічні основи

Термін характер (з грецького «відбиток», «чеканка», «риса») у психології використовують:

1) *у вузькому значенні*, коли під характером розуміють моральну спрямованість особистості та її вольові якості;

2) *у широкому значенні* характер – це індивідуально своєрідне поєднання, сукупність (ансамбль) постійних істотних властивостей особистості, які утворюються і виявляються в діяльності й спілкуванні та впливають на систему відношень індивіда з іншими людьми, суспільством вцілому, на ставлення праці, речей, до самого себе і т. д.

Характер – це зафіксована у звичках, манерах, стреотипних формах емоційного реагування, мислення і поведінки система взаємовідносин з оточенням, яка обумовлює поведінку людини в типових ситуаціях. Це прижиттєве психологічне утворення, яке формується впродовж соціалізації і має тенденцію до змін. Разом з цим – це найбільш стійка психологічна особливість людини, яка визначає її «Я», індивідуальність. На рівні особистості характер пов’язаний з основними її життєвими цінностями і сценаріями, підтверджений внутрішньою філософією, глибинними переконаннями, соціальним досвідом. Характер впливає на особливості спілкування з іншими людьми. Існує складний взаємовплив характеру та соціальних ролей людини. Особливості характеру вирішальною мірою

впливають на соціальний статус особистості, визначають її престиж, авторитет.

Характер особистості можна правильно зрозуміти лише в її діяльності й поведінці: характер надає їм певного стилю, може проявлятися і у виборі цілі діяльності і як засіб досягнення певної мети. Про характер людини судять і по тому, як вона мислить і поводить себе в різних обставинах, якої думки вона про інших і саму себе, які манери їй властиві. Отже, знати характер людини дуже важливо, адже це дозволяє передбачати її поведінку, особливості реагування на дії і вчинки інших людей, корегувати їх.

На характер впливають:

1. *Тип вищої нервової діяльності* людини та *темперамент*.

Якщо в рамках темпераменту параметри вказують на біологічні стереотипи реагування, то в рисах характеру відображаються притаманні індивіду поведінкові матриці, які спочатку є усвідомлюваними (виховуються, прищеплюються, нав'язуються), а потім певною мірою автоматизуються.

2. *Динамічні стереотипи* – системи нервових зв'язків у корі великих півкуль, які внаслідок багаторазового повторення закріплюються і створюють фундамент для звичних дій, емоційних станів, звичок, рис характеру, які переважно виявляються без участі волі.

3. Взаємодія першої та другої сигнальних систем, яка утворює *художній*, *мислительний* та *змішаний* типи (за Павловим).

Отже, характер людини є складним синтезом типу нервової діяльності і життевих вражень, умов життя і виховання. Характер відіграє важливе значення у психологічній діяльності людини, виконуючи такі основні функції: 1) сигнальну; 2) регуляції поведінки; 3) мотиваційну.

2. Історія вчень про характер

Існує особливий розділ психології особистості, який отримав назву *характерологія* (вчення про характер). Вона має тривалу історію свого розвитку. Найважливішими проблемами характерології протягом століть було встановлення типів характеру та їх визначення за зовнішніми ознаками. Відтак сформувались такі напрямки:

- *фізіогноміка* – це вчення про зовнішню вираженість сутності людини в рисах обличчя (форма і розмір підборіддя, вух, роту, носу, очей та ін.) і формах її тіла. Виникнення фізіогноміки в античні часи зумовлене практичними потребами пізнавати особливості іншої людини за дефіциту інформації про неї. У 18 ст. набула популярності фізіогномічна система Й.-К. Лафатера, який у трактаті *«Фізіогномічні фрагменти»* (1775) висловив думку про те, що

людська голова є «дзеркалом душі» і вивчення її будови, конфігурації а також міміки є основним шляхом пізнання людського характеру. Дані фізіогноміки використовують з метою створення типології характерів. Зараз цей напрямок має прикладне значення. Зокрема, знання з фізіогноміки використовують при відборі персоналу (В. Тараненко).

- *хіромантія* – система передбачень рис характеру і долі людини за шкіряним рельєфом долонь. У своїх витоках хіромантія тісно пов'язана з астрологією. Науковий інтерес до хіромантії відродився останнім часом у зв'язку з використанням того факту, що на 3-4 місяці розвитку зародку відбувається формування малюнка на долонях, яке обумовлено це впливом генів батьків, або хромосомними відхиленнями плоду. Не так давно виникла наука *дерматогліфіка,* яка вивчає закономірності ембріонального розвитку пальцевих візерунків та їх зв'язок зі спадковістю.Популярними є спроби зв'язати характер людини з її іменем, датою народження (нумерологія).

У діагностичному плані заслуговує на увагу *графологія* – наука, яка розглядає почерк як різновид виразних рухів, які відображають психологічні властивості того, хто пише. На цій основі встановлюється зв'язок між особливостями почерку і характером. Проте найбільш повне і яскраве уявлення про характер людини можна одержати тоді, коли знаєш специфіку вчинків, поведінки, діяльності людини.

Як окремий напрямок характерології можна виділити визначення індивідуальних особливостей людини за її манерою, силуетом, положенням тіла. Характер найбільш яскраво розкривається в поставі людини: як вона стоїть, сидить, як вона рухається і, навіть, у якій позі засинає.

Конституціонально-антропологічний напрямок характерології. К. Сіго, Е.Кречмер, В. Шелдон розглядають характер у зв'язку з будовою тіла, як психічну конституцію людини, яка відповідає її тілесній конституції. Ці вчені пояснюють характер природженими, насамперед ендокринними факторами і не розділяють поняття «характер» і «темперамент».

У психоаналізі розроблені оригінальні типології характеру. З. Фрейд, А.Адлер, К.Юнг, В. Райх, Е. Фромм пов'язували утворення рис і типів характеру з результатом напруженої роботи людини по руйнуванню конфліктних ситуацій. *Вільгельм Райх* вважав, що будь-який характер складається з двох основних компонентів: вроджених установок стосовно світу, а також автоматичних реакцій на різні ситуації. Він включає в себе психологічні установки і цінності, стиль поведінки (комунікабельність, сором'язливість, агресивність та ін.) і фізичні установки (поза, звичка триматися і рухатися, володіння власним тілом, манера рукостискання та ін.). За Райхом, кожній особистісній позиції відповідає позиція фізична, що

виражається тілесно у вигляді «м'язового панциря», функція якого полягає в тому, щоб захистити людину від неприємних переживань та обмежити можливості відчувати задоволення. Райх вважав, що характер формується як деяка захисна структура особистості, що покликана блокувати у дитини тривогу, викликану сексуальними переживаннями та страхом покарання за них. Перша захисна реакція дитини спрямована на придушення цих переживань. Оскільки репресивні захисні механізми поступово починають діяти автоматично, вони перетворюються у стійкі риси характеру, які утворюють систему *характерного панцира* індивіда. Рухи закутої в захисний панцир людини виглядають як примусові, неприродні, незрабні. Формування характерного панциру перешкоджає вільному вираженню емоцій і руху енергії в тілі, створює основу для ізоляції, самотності, потреби в авторитеті, страху відповідальності, страждань на сексуальному грунті, впертості, нетерпимості. Таким чином, людина живе всередині свого характеру як черепаха в панцирі, захищаючись за його допомогою від власних недоліків, з якими вона стикається, якщо відкрито взаємодіє зі світом. Для цього їй доводиться придушувати деякі почуття і обмежувати репертуар можливих дій, напружуючи відповідні м'язи тіла через страх перед своєю необмеженою свободою. Вона боїться свободи і не вміє нею користуватися. Якщо людина звільняється від ярма характеру, який втілюється у м'язевому панцирі (хронічна м'язова напруженість), вона більше не потребує стереотипних захисних реакцій. Їй стають доступними нові реакції, які виникають спонтанно, але адекватно ситуації «тут і тепер». Райх постійно закликав своїх пацієнтів чітко усвідомлювати власні риси характеру. Він часто імітував їх характерні жести і пози або інші особливості поведінки (нервову усмішку, наприклад), або ж закликав самих пацієнтів повторювати і підкреслювати їх. Коли пацієнт переставав ставитися до зовнішніх проявів свого характеру як до чогось банального і звичного, його мотивація змінюватися у кращий бік посилювалася. Якщо людині вдається послабити свій панцир психологічних захистів, вона стає здатною до *саморегуляції*, тобто здійснює вчинки у відповідності зі своїми власними схильностями і почуттями, а не слідує нав'язаним зовні кодексам поведінки або чужим приписам.

3. Характер у структурі особистості

У багатьох моделях структури особистості (С. Л. Рубінштейн, К.К. Платонов, Б. Г. Ананьєв, О. Г. Ковальов та ін.) характер позиціонується як одна з найважливіших підструктур особистості. К. К. Платонов розглядає характер як «каркас» і підструктуру особистості, яка пронизує її основні підструктури – від підструктури біологічної зумовленості до підструктури

спрямованості. Зміст характеру відображає суспільні впливи і складає життєву спрямованість особистості, тобто її матеріальні і духовні потреби, мотиви, інтереси, переконання, ідеали і т. д. Спрямованість, в свою чергу, лежить в основі *єдності, цілісності, сили* характеру. Характер людини передбачає наявність чогось значущого для неї у світі, житті, від чого залежать мотиви її вчинків, цілі її дій тощо. Вирішальним для розуміння характеру людини є співвідношення між *суспільно* і *особистісно* значущим. Характер можливо зрозуміти лише як певну єдність спрямованості та способу дій. Люди зі схожою спрямованістю можуть йти різними шляхами у досягненні мети, використовуючи свої особливі прийоми, стиль мислення та способи дій. Тому характер, як і темперамент, пов'язаний з *індивідуальним стилем діяльності* людини, адже особистість характеризується не лише тим, що вона робить, але й тим, як вона це робить. Певні риси характеру людини дозволяють швидше формувати один стиль діяльності й уповільнювати інший, вони яскраво виявляються у ситуації вибору способів дії та поведінки. Наприклад, як рису характеру можна розглядати міру вияву в особистості *мотивації досягнення*, тобто міру вияву її потреби досягнення успіху. Так, частині людей властивий вибір дій, які забезпечують успіх (вияв ініціативності, змагальної активності, прагнення до ризику і т. д.), в той час як інша частина прагне уникати невдач (ухиляється від ризикованих дій і відповідальності, поводить себе пасивно, безініціативно). Отже, можна говорити про єдність, але не тотожність особистості і характеру. Особистісно-смислова сфера (потреби, мотиви, цінності) знаходить свій вияв у конкретній формі відношень, способах поведінки, шляхах і засобах досягнення цілей, тобто характері.

У структурі характеру виділяються *зміст* і *форма*. Зміст характеру визначається умовами життя і виховання. Вчинки людини завжди мотивовані, на щось або на когось спрямовані. Але форми намірів, прагнень можуть бути різними. Це залежить і від обставин, ситуацій, у яких знаходиться людина, і від особливостей її характеру, темпераменту.

Вивчаючи структуру характеру, вчені виділяють в ньому три основні аспекти: інтелектуальний, вольовий і емоційний.

Характер є цілісним утворенням, проте це не виключає аналізу окремих його компонентів, які дістали назву рис характеру. *Риси характеру* – це стійкі форми поведінки, які виявляються у зв'язку з конкретними, типовими для даного виду поведінки ситуаціями.

У структурі характеру вирізняють основні, провідні риси характеру (моральна спрямованість і воля), навколо яких формується характер людини, і другорядні, що визначаються основними. Так, структурними компонентами характеру є:

1) моральні риси (совісливість, чесність, порядність, людяність, правдивість, справедливість, почуття власної гідності, обов'язку, колективізму);

2) вольові риси (витримка, цілеспрямованість, наполегливість, ініціативність, дисциплінованість, рішучість, сміливість тощо);

3) перцептивні риси (спостережливість, уважність);

4) мнемічні риси (особливості поєднання видів пам'яті, наприклад: властивість – забудькуватість);

5) інтелектуальні риси (глибина, гострота думки, самостійність, критичність, мислення, розсудливість, поміркованість, винахідливість, допитливість, кмітливість, переконаність);

6) вербальні риси (красномовність, мовчазність, буркотливість тощо);

7) емоційні риси (чуйність, сердечність, оптимізм, експансивність тощо).

Кожний структурний компонент характеру інтегрально виявляється якоюсь мірою в кожній рисі характеру і в характері вцілому.

Більшість індивідуальних виявів характеру не піддаються класифікації за окремими властивостями і станами – злопам'ятність, підозрілість, щедрість, терпимість тощо. Це комплексні риси характеру.

Усі риси характеру мають між собою закономірний зв'язок. Найбільш загальні властивості характеру розташовуються на полюсах: сила – слабкість, твердість – м'якість, цільність – суперечливість, повнота– ущербність, визначеність – невизначеність.

Сила характеру визначається тією енергією, з якою людина домагається здійснення поставлених цілей. Це здатність людини пристрасно захопитись якоюсь справою, ідеєю, почуттям і розвивати велике напруження сил при зустрічі з труднощами, вміння долати їх.

Слабкість характеру пов'язують зі станами нерішучості, «астенічності» в досягненні цілей, нестійкості поглядів і т.д.

Твердість характеру означає жорстку послідовність та наполегливість у досягненні цілей, відстоюванні своїх поглядів і т.д.

М'якість характеру виявляється у гнучкому пристосуванні до зміни зовнішніх обставин, досягнення мети за рахунок деяких поступок, знаходження компромісів.

Цільність, або, навпаки, суперечливість характеру визначаються мірою поєднання провідних і другорядних рис характеру. Якщо провідні і другорядні риси знаходяться в гармонійному поєднанні, якщо відсутні суперечності у прагненнях та інтересах, то такий характер називають *цільним*, якщо ж вони різко контрастують – то *суперечливим.*

Повнота характеру – це всебічний розвиток основних його структурних компонентів: розумових, моральних, емоційно-вольових.

Визначеність характеру. Показниками є твердість і незалежність людини в її прагненнях і переконаннях, у боротьбі за досягнення цілей. Визначеність характеру людини як суб'єкта діяльності відбивається на принциповості і сумлінності у виконанні дій, незалежно від важливості доручення.

Про людей з невизначеним характером важко сказати: хороші вони, чи ні. Це люди безпринципні, без чітких позицій в політичному, трудовому житті, в побуті.

4. Характер і система відношень людини

С. Л. Рубінштейн, Д. М. Узнадзе за одиницю аналізу беруть динамічні тенденції особистості, фіксовані узагальнені *установки особистості*, які показують ставлення особистості до дійсності і визначають відносну стійкість її поведінки. Із всієї сукупності відношень особистості виділяються насамперед ті форми, які мають для людини першочергове, життєвоважливе значення. Б. Ф. Теплов у структурі характеру людини виділив чотири ***симптомокомплекси*** – групи взаємопов'язаних рис, які є взаємозалежними і виявляються в системі відношень:

1) у *ставленні до інших людей* (доброта, доброзичливість, вимогливість, люб'язність, правдивість, поблажливість, порядність, принциповість, тактовність, терпимість, товариськість, турботливість, деспотичність, грубість, зарозумілість, конформність, нахабність, підозрілість, потайливість, упередженість, безтактність);

2) у *ставленні до справи, праці* (добросовісність, відповідальність, винахідливість, дисциплінованість, ініціативність, наполегливість, самостійність, серйозність, продуманість, працелюбність, ретельність, байдужість, лінощі, недбальство);

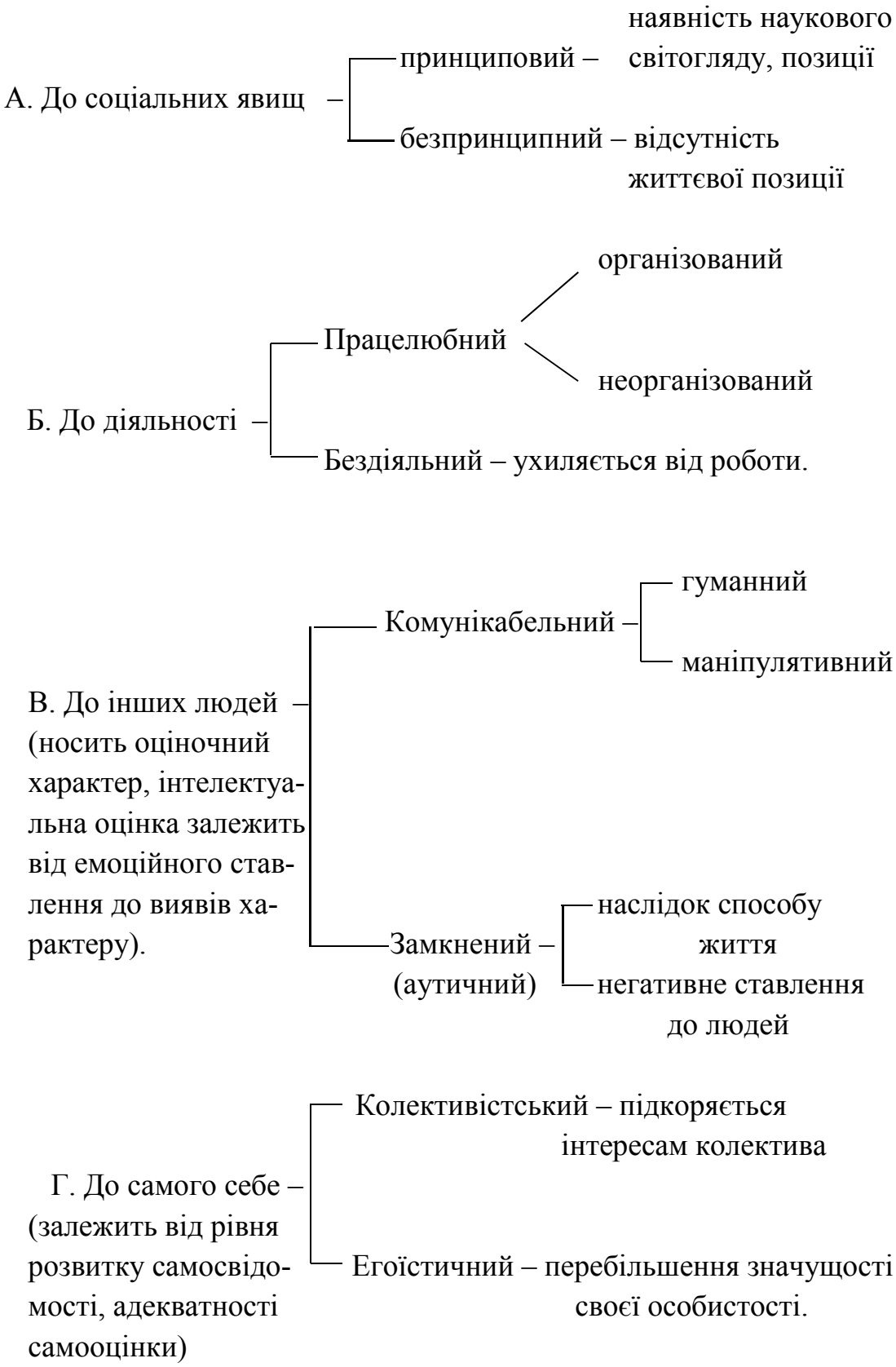
3) у *ставленні до себе* (самолюбство, самокритичність, невпевненість, скромність, почуття власної гідності, самоповага, комплекс неповноцінності, честолюбність);

4) у *ставленні до власності* (речей, ідей, почуттів) – акуратність, безкорисність, бережливість, байдужість, помірність, скаредність, щедрість, жадібність, легковажність, неохайність, нетерпимість тощо.

Ця класифікація є умовною, адже насправді існує тісний зв'язок, взаємопроникнення вказаних аспектів відношень. Характер і систему відношень не слід ототожнювати – це різні психологічні особливості людини. Характер є лише потенційною основою для вияву тієї чи іншої системи відношень.

Види характеру розрізняють:

1. *За відношенням* 2. *За змістом*



5. Типове та індивідуальне у структурі характеру

За М. Д. Левітовим, тип характеру – це конкретний вияв в індивідуальному характері рис, які є загальними для певної групи людей. В індивідуальному характері відображаються різні *типові риси*: національні, професійні, статево-вікові. Загалом не може бути абсолютної або універсальної класифікації характерів, поділу їх на типи.

Дослідники довільно обирають основу для класифікації і відповідно до завдання, яке перед ними стоїть, поділяють людей на групи за переважаючими якостями. Так, наприклад, подібні характери можуть спостерігатися в людей, що мають домінуючі вольові, або емоційні якості. Вольовий (активний, цілеспрямований, діяльній). Емоційний (діє під впливом переживань, пориву). Поміркований (оцінює усе з точки зору розумності).

Соціальні типології визначають характер на основі ставлення людини до суспільства та моральних цінностей. Соціальний характер – це сукупність суттєвих ознак, властивих певній групі людей і зумовлених суспільними умовами. Соціальний характер залежить від системи цінностей, що панують у суспільстві, відображає ідеали і цінності певної епохи та відзначається певною культурно-історичною динамічністю.

Типологія соціального характеру Е. Фромма. Дослідник розрізняє продуктивну і непродуктивну орієнтації характеру.

Продуктивна орієнтація – це відповідь на суперечність людського існування у суспільстві. У ній виявляється здатність людини до продуктивного мислення, любові, праці. Вона дає незалежний, чесний, урівноважений, люблячий, творчий тип характеру, носій якого здійснює соціально-корисні вчинки.

До *непродуктивних орієнтацій характеру*, ґрунтуючись на особливостях діяльності й стосунків людини, Е. Фромм відносить:

- *рецептивний характер.* Людина з такою орієнтацією характеру фіксована на оральній стадії психосексуального розвитку (за Фрейдом) і вважає, що джерела усіх благ і негараздів знаходяться зовні, а не в ній самій; для таких людей властиві *пасивність*, психологічна *залежність* від інших, нерішучість, тривожність, проте вони досить дружелюбні, довірливі, чутливі, сердечні, віддані в дружбі і коханні. Часто за їх чуйністю приховується потреба заручитися доброзичливою підтримкою;
- *експлуататорський характер* (орально-агресивний тип) – така людина, як і рецептивна, нічого не створює сама, але на відміну від неї, безсоромно користується чужими речам, ідеями, людьми, відбираючи їх силою або хитрістю. Люди з такою орієнтацією характеру занадто агресивні й самозакохані, схильні до конфронтації, бунтарства проти авторитетів,

жадають тріумфу, грубі й жорстокі. Їх вирізняють сарказм та іронія, садизм як насолода від розчарувань і приниження інших, обман, цинізм, виражений потяг до ризикованих пригод і авантюризм;

•*здирницький або накопичувальний характер* (анальний тип за Фрейдом) – носій якого виявляє постійне прагнення економити і, по можливості, заволодівати або контролювати речі, ідеї, стосунки. Таким людям властивий педантизм, нав'язлива пунктуальність, акуратність, упертість, ригідність, що психологічно поєднуються зі скупістю. Їх почуття безпеки ґрунтується на здирництві й економії, неухильному слідуванні традиції, а недовіра й відчуженість від інших є способом утримання того, що в них є. Вони потайливі, всіляко уникають прояву справжніх почуттів, надчутливі до сторонніх впливів і перешкод, знаходяться в полоні власних обмежень, задоволення у них завжди поєднується з почуттям провини. Сильними рисами таких людей є віра в себе, серйозність, дисциплінованість і ретельність в роботі, законослухняність;

•*ринковий характер* (фалічний тип) – орієнтується в основному на стосунки: «ти мені – я тобі», «вигідно – невигідно». Це нарцисичні, самозакохані особи, незалежні й активні, націлені на успіх і конкуренцію, Самооцінка і самоповага представників цього типу залежать виключно від впливу зовнішніх причин успіху або невдачі в кар'єрі, коханні. Такі люди здатні бути опорою для інших, взяти на себе роль лідера, надати культурному розвитку нових імпульсів й ініціювати зміну застарілих традицій. Їхньою сильною рисою є самостійність, а слабкою – егоїзм. Беручи ініціативу в свої руки, відстоюючи власну незалежність, часто нав'язують іншим свої ідеї і думки. Вони вимогливі, багато беруть, але мало віддають, схильні до агресії.

6. Характер в нормі і патології. Акцентуації характеру

Існує широкий діапазон норми розвитку характеру. Визначення норми характеру тісно переплітається з питанням про кардинальні ознаки *гармонійних рис* характеру. Це сукупність індивідуально-психологічних стереотипів поведінки, що сприяють гармонізації міжособистісних стосунків і можливості уникнути міжособистісних і внутрішньоособистісних конфліктів. *Гармонійний характер* складається з двох груп психологічних параметрів, що включають: 1) адаптивність; 2) самоактуалізацію.

Адаптивність включає:

1) *реалізм* у сприйнятті оточення (перцептивна складова). В оцінці ситуації потрібно керуватися *здоровим глуздом*, правильно визначати її сутнісні, дієві параметри, чітко і тверезо розуміти сутність і мотиви свого оточення. Реалізму заважає феномен *каузальної атрибуції*, що проявляється в

пристрасному і неадекватному, викривленому розумінні і поясненні мотивів вчинків оточуючих;

2) бажання людини адаптуватися до існуючих обставин, оточення, підтримувати безконфліктні та ефективні стосунки (мотиваційна складова); Тут важливу роль відіграють ціннісний бік життя і розумне поєднання егоїстичних і альтруїстичних цілей. Людина ранжує життєві події за цінністю і значущістю для того, щоб вирішити, до яких з них їй слід пристосуватися, що вона може ігнорувати а з чим їй варто боротися;

3) здатність адаптуватися – приймати оточення таким, яким воно є (регулятивна складова). Тут важливо вміти виявляти необхідні для комунікації риси характеру і компенсувати (приховувати або пом'якшувати) неадаптивні.

Якщо на рівні адаптивності гармонійним вважається прийняття інших, то на рівні *самоактуалізації* – прийняття себе. У прийнятті себе відображаються реалізм в оцінці своїх якостей, здібностей і можливостей, розуміння і прийняття напрацьованих цінностей і актуальних потреб, згода з собою, подолання психологічних комплексів або примирення з ними. Прийняття себе починається з *реальної самооцінки* і формування *самоповаги*.

Іншими важливими якостями самоактуалізації є спонтанність, простота (природність), автономність (незалежність) і центрація на суті проблеми, що в комплексі утворюють *зрілість характеру* – здатність пристосовуватися до середовища за законами житейського розуму. Вона передбачає поєднання досить високих ідеальних прагнень з готовністю виконувати скромні земні завдання заради цих високих прагнень. На противагу зрілості виступає інфантилізм як ознака дисгармонійного характера. До інфантильних властивостей характеру належать наївність, несамостійність, егоцентризм.

Особистість, яка досягла високого рівня самоактуалізації, реагує на проблему творчо, а не стереотипно. Про таку людину не скажеш, що вона безхарактерна, тому що остання проявляє слабкий, нестійкий і залежний характер. Скоріше це людина *з незалежним характером*, яку не можна просто так підкорити своїй волі. Разом з тим вона позбулася свого захисного м'язового панциря, а це означає, що не характер диктує, як їй жити, а вона керує своїм характером, якщо у неї ще залишилися стереотипні реакції. Тому така людина весь час різна, і про неї не скажеш точно, які стійкі риси їй притаманні. До неї найкраще підходить термін «позахарактерна», тобто така, що не підпадає під традиційні класифікації характерів.

Характер має важливе значення для діагностики відхилень у психічному розвитку. Цілий ряд соматичних хвороб можуть негативно впливати на характер. Певні риси характеру дозволяють людині гідно триматися під час соматичного захворювання.

Патологічні риси характеру називаються психопатією.

Академік П. Ганнушкін виділив три ознаки психопатії:

1) такі особливості характеру перешкоджають успішному пристосуванню людини до життя;
2) вони визначають психічний склад особистості;
3) не піддаються змінам протягом всього життя.

Психопатії проявляються як в типових так і нетипових ситуаціях. Якщо психопатія – це патологія, то акцентування – це балансування на грані норми. Акцентуація – це надмірне вираження окремих рис характеру і їх поєднань, крайній вияв норми поведінки. Традиційно психологи (П. Ганнушкін, К. Леонгард, Є. Личко) виділяють два типи акцентуації:

1. Характеру;	2. Темпераменту.
1. Педантичний.	1. Гіпертимний.
2. Застрягаючий, ригідний.	2. Дистимний.
3. Конформний тип.	3. Циклоїдний.
4. Істероїдний або демонстративний.	4. Екзальтований.
5. Шизоїдний.	5. Тривожний, психастенічний тип.
6. Нестійкий тип.	6. Емотивнй, лабільний.

Охарактеризуємо окремі з названих типів характеру детальніше.

Гіпертимний (гіперактивний) тип характеризується постійно бадьорим настроєм, оптимізмом, життєрадісністю, енергійністю, підвищеною психічною і руховою активністю. Жадоба діяльності стимулює в гіпертимів ініціативу, пошук нових вражень. При цьому їм властиві підвищена неврівноваженість, безшабашна веселість, легковажність, безпечність. Гіпертими зазвичай товариські, дружелюбні, доброзичливі, але часто поводяться без моральних обмежень. Авантюристи, ненадійні, швидко забувають про обіцяне та обов’язки. Запальні, однак намагаються не псувати стосунків. Конформісти, легко піддаються впливу, навіюванню. Погано контролюють свою поведінку, схильні до порушення загальноприйнятих норм. Оптимістичність іноді спонукає таких людей до самохвальби. Гарний настрій допомагає їм переборювати труднощі, до яких вони ставляться легко, як до тимчасових. Вони непогані організатори короткочасних справ. Але багато з того, за що беруться, не доводять до завершення, швидко переключаються на інші справи. На роботі і вдома у них панує безлад. Вони залюбки працюють в команді, але легко відволікаються і через це часто порушують трудову дисципліну. Їм не варто довіряти клопітку, одноманітну роботу, обмежувати їх контакти.

Гіпертими добре показують себе під час авральної роботи. Головне – створити оптимальні умови для вияву їхньої ініціативи, розкриття особистості.

Дистимний (гіпотимний) тип характеризується зниженим фоном настрою аж до депресивних станів, відрізняється повільністю реакцій і дій, надає перевагу достатньо усамітненому способу життя. Практично все бачиться ним якщо не в чорних, то в темно-сірих кольорах. Навіть якась радісна подія не може йому надовго підняти настрій. Радість затьмарюється думками про її скороминучисть, а майбутнє бачиться песимістичним. Відповідно, безрадісні почуття і очікування звідусіль проблем обмежують його активність. Дистиміки часто безпідставно переживають глобальне почуття провини. З іншого боку, вони серйозні, надійні і добросовісні, мають тверді етичні позиції, охоче відгукуються на прохання про допомогу. Разом з тим дистиміки мають виражену потребу у співчутті і розумінні, дружбі і любові. Дистиміки можуть рокритися лише у вузькому колі людей, яким довіряють. Тому їм небхідна підтримка з боку близьких людей і позитивна оцінка їх вчинків. Представники цього типу надають перевагу індивідуальній роботі, яку виконують хоча й повільно, зате якісно і послідовно. Спільної роботи в групах вони уникають.

Циклоїдний (грец. *kikloeides* – колоподібний) ***тип*** – чергування фаз гарного і поганого настрою – від піднесеного до депресивного – з різним періодом. Циклоїдам властиві різкі й безпідставні зміни настрою, періодичні коливання працездатності, загальної активності. У фазі піднесення вони охоче спілкуються, легко розв’язують проблеми. У період спаду їх працездатність і комунікабельність різко знижуються, погіршується настрій. Ці особливості є біологічно зумовленими, а критика і неприємності в цей період можуть тільки подовжити, поглибити його. Людину з циклоїдним типом характеру не варто призначати на роботу з постійно високим темпом праці. У періоди зниження працездатності таким людям не слід братися за нові види роботи, для них шкідливі також емоційні перевантаження.

Лабільний, емотивний тип характеру. Його вирізняє глибина почуттів, надмірна емоційність (гостра реакція на зовнішні подразники), психологічна вразливість до всіх удач і невдач. Людей з таким характером називають м’якосердними, задушевними. Вони емпатійні, чуйні і є хорошими слухачами. Особливо характерна для них сльозливість. Свої почуття яскраво не виявляють, а намагаються зберігати їх в собі. Оскільки в емотивних людей душевне потрясіння може викликати сильну депресію, а конфліктні ситуації – розгубленість, вони намагаються відгородится від брутальності, різких, категоричних контактів. Навіть незначна подія може цілком змінити їх емоційний стан. Звичайна критика може часом спричинити травму на все

життя. Для осіб із лабільним характером дуже важливий гарний психологічний клімат у групі. Сприятливо впливає на них спілкування з *гіпертимами*.

Психастенічний тип. Людям з такою акцентуацією характеру властиві нерішучість, тривожність, недовірливість, обережність, сором'язливість, замкнутість, низька самооцінка, помисливість, які компенсуються сумлінністю, пунктуальністю, раціональністю у спілкуванні, схильністю до аналітичної діяльності, фантазування. Характерна тенденція до утворення ритуальних дій. Психастеніки виглядяють моторно незрабними, тому ручні навички і спорт – не їх сильна сторона. Відсутність твердої позиції компенсується прагненням ретельно усе досліджувати, не поспішаючи з висновками. Тому за потреби раціонально осмислити ситуацію варто поговорити з такою людиною, і вона детально її проаналізує. Психастенік не порушує правил, інструкцій, порядку і графіків роботи. Найбільше за все він боїться не виправдати покладених на нього сподівань, тому таким людям не слід доручати самостійне прийняття рішень, особливо відповідальних. Схильний перестраховуватися, по багато разів перевіряти свої і чужі дії з метою уникнення нещасних випадків. Боїться несподіваних поворотів подій і змін у своєму житті. Пом'якшити негативний вплив цього характеру можна за рахунок розвитку образної пам'яті, емоційності, що сприятиме відтворенню різних ситуацій і зіставленню їх, правильним висновкам. Потрібно донести до такої людини її суверенне право на свободу думок.

Педантичний тип характеру, як і застрягаючий, ґрунтується на інертності психічних процесів. У роботі він прагне граничної чіткості, акуратності, організованості, завершеності. Особливо це стосується формальних вимог або ретельного дотримування дрібних правил і деталей. Педанти зволікають з прийняттям рішення, затягуючи стадію попереднього обдумування. Перед тим як виконати якусь дію, вони мусять переконатися, що це найоптимальніший спосіб рішення проблеми. Педанти серйозно підходять до всіх питань – як робочих, так і побутових. Вони дуже посидючі і, як правило, доводять усе розпочате до кінця. Перфекціоністи. Для педантичного типу характерна ригідність – неготовність до зміни дій у відповідності з новими ситуаційними вимогами. Травмуючі події педанти переживають дуже довго, оскільки не можуть їх витіснити з пам'яті, повертаючись до них знову і знову, копаючись в собі і намагаючись зрозуміти, а як все ж потрібно було вчинити. Нездатність витісняти сумніви і схильність до самоперевірок призводять до нерішучості. Люди цього типу неконфліктні, оскільки конфліктів вони побоюються через свою нерішучість і невміння швидко реагувати, щоб підібрати потрібні аргументи їм необхідний час. Проте на

порушення порядку реагують досить сильно. Вони пунктуальні і добросовісні, їх цінують за ретельність і орієнтацію на високу якість роботи. Однак авральна робота не для них. Леонгард відмічає, що більшість представників цього харакеру на військовій службі почуваються краще, ніж у цивільній діяльності.

Застрягаючий (ригідний) тип характеризується затримкою афектів, що виявляється як застрягання на певних думках і почуттях. Афект особливо проявляється, якщо задіті його інтереси, уражені почуття справедливості, гідності, гордості, себелюбства. Такі люди злопам'ятні, підозрілі, ревниві, мстиві, що зумовлено стійкістю і малорухомістю переживань. Застрягання на почутті, думці, справі спричиняють надмірну деталізацію, підвищену охайність (охайно прибирає робочий стіл, ретельно розкладає папери тощо). Для людей цього типу характерні впертість у досягненні намічених цілей, тривале вольове напруження і твердолобість; вони часто висувають підвищені вимоги не лише до інших, а й до себе. Схильні до деспотизму, самореклами, конфліктів, честолюбні і самовпевнені. Цей тип має приблизно однакові можливості як позитивного так і негативного розвитку характеру, що дуже важливо враховувати при організації індивідуальної роботи. З одного боку, застрягаючий тип прагне досягти високих показників у будь-якій діяльності, а з іншого – може тиранити своє оточення, якщо побачить у комусь конкурента своїх досягнень. Людям із таким характером варто доручати облаштування виробничого, службового приміщення. Життя таких людей не відзначається різноманітністю. Спілкування допомагає їм перебороти внутрішню інертність.

Демонстративний тип характеру вирізняється емоційною жвавістю, прагненням бути помітним, жадобою уваги до своєї персони, бажанням компліментів у свою адресу, зайвою метушнею, рекламуванням своєї роботи. Вони схильні до гри «на публіку» фантазування, брехливості й облудності. Складається враження, що прагнення до успіху, мати кращий вигляд порівняно з іншими – мало чи не єдина риса цього типу характеру. Частіше за все це відбувається не «від зла». Вони емоційно лабільні, тому швидко пристосовуються до людей. Але вони непостійні, непослідовні: сьогодні вони можуть погоджуватися з вами, а завтра – з вашим опонентом, причому обидва рази цілком щиро. Окрім того, такі люди часто висувають надмірні вимоги до оточуючих, схильні до критики, іронії та сарказму. При цьому власні промахи ними вітісняються, не помічаються. Носії демонстративного характеру легко піддаються навіюванню, не здатні критично поглянути на себе з боку, неминуче відчувають труднощі, якщо в організації не враховують їх особистісно-психологічної своєрідності. Не вагаючись, їм можна доручити рекламу продукції. Добре, якщо вони будуть отримувати задоволення не лише

від основної роботи, а й від участі в художній самодіяльності, реалізуючи свої природні акторські задатки.

Шизоїдний тип характеру виникає на базі меланхолійного (сензитивний шизоїд) або флегматичного темпераменту, але в його становленні важливу роль відіграє брак уваги і турботи до малюка, гіперопіка, фізичне і психічне насильство з боку батьків. Сутністю шизоїдного типу є орієнтація діяльності більшою мірою на внутрішні відчуття і переживання, ніж на зовнішні, ситуативні. Зовні вони виглядають неактивними і неемоційними (маскоподібна міміка), але всередині у них відбувається активна діяльність, вирують емоції. Основними базовими особливостями шизоїда є його глибока інтровертованість, замкнутість, відлюдкуватість, некомунікабельність і відмежування від зовнішнього світу, зануреність у власні фантазії. Він не страждає через свою відлюдкуватість, виправдовуючи її відсутністю цікавих людей, банальністю і тривіальністю всіх комунікацій, відсутністю задоволення від процесу спілкування. Типовими ознаками осіб з таким характером є нездатність переживати яскраві емоції, зниження рівня емоційного реагування, емоційна холодність навіть стосовно близьких людей, нездатність до емпатії, ніжності, тепла у спілкуванні. Однак гнів для шизоїдів є нетиповим. Через недостатність інтуїції у спілкуванні, шизоїди не розуміють підтексту соціальних стосунків, погано розуміють натяки, через що взаємодія з ними стає проблематичною. Спілкуються вони лише з тими людьми, які їх розуміють. Коли комунікація з шизоїдом налагоджена, на його обличчі можна спостерігати емоцію зацікавленості. Шизоїд поводить себе так, як вважає зручним для себе і суб'єктивно правильним. Він не схильний орієнтуватися на зовні задані норми і правила поведінки. Йому властиві як чутливість до критики, так і прямота висловлювань, безкомпромісність: він може, не зважаючи на ранги і ситуацію, висловити людині все, що він про неї думає, віч-на-віч. Шизоїду притаманні ригідність і схильність до поведінкових стереотипів, нелюбов до будь-яких змін в собі і навкруги. Представники шизоїдного типу мають досить високі розумові здібності, широкі інтереси, нестандартне мислення, у їх судженнях завжди присутня деяка оригінальність. Вони часто усвідомлюють процеси, які для інших протікають неусвідомлено. Їх стратегія – творчість, мета – створення нового. Надають перевагу індивідуальним видам діяльності, цікавляться філософією, духовними практиками, медитацією. Щоб краще адаптуватися до соціуму, шизоїду потрібно навчитися будувати соціальні контакти, подолати замкнутість, працювати над усвідомленням власних емоцій і намагатися зрозуміти почуття інших людей, розвивати здібності вираження емоцій.

Нестійкий тип. Найприкметніше в ньому – відсутність твердих внутрішніх принципів, недорозвиненість почуття обов'язку, інших вищих моральних якостей. Люди такого типу постійно прагнуть до миттєвих задоволень і розваг. Ця якість буває вираженою настільки, що людина нехтує елементарними обов'язками, не хоче нічого робити, налаштована тільки на споживання. Працівник із нестійким характером створює відчутні проблеми в організації. Свої обов'язки він виконує час від часу, працює здебільшого з примусу. Послаблення контролю, вимог до такого працівника відразу негативно позначається на результатах його роботи. Люди з цим характером лідирують там, де потрібно виконати приємну, помітну частину роботи, пов'язану з розвагою. Здебільшого вони не здатні впливати на групу.

Конформний тип характеру. Ознаками його є незібраність, розгубленість, несамостійність. Люди з таким характером можуть діяти тільки за чиєїсь підтримки. Легко погоджуються з думкою більшості, підкоряються і виконують усі вимоги, намагаються бути в тіні, золотій середині. Вони є природними носіями норм, цінностей, інтересів організації, у якій працюють, відрізняються м'якістю у спілкуванні, здатністю «розчинитися» у цінностях та інтересах іншого. Працівники з конформним характером погано адаптуються в умовах стресу. Вони можуть бути хорошими заступниками керівника, але самостійна робота їм не під силу.

Екстравертний тип характеру відзначає висока адаптивність, контактність, відкритість до нової інформації. Екстраверти готові до компромісу, рідко конфліктують; орієнтуються на обставини, а не на суб'єктивну думку. Вони дуже товариські, готові уважно вислухати співрозмовника, прийти на допомогу, легко погоджуються на компроміс, схильні до поширення чуток, дещо легковажні, намагаються взяти від життя все, що тільки можливо.

Інтровертний тип характеру. Людям із таким характером властива низька контактність, відірваність від реальності, схильність до філософських роздумів, намагання уникати конфліктів. Вони надають перевагу самотності, у стосунках з іншими стримані, принципові. Представники цього типу характеру нерідко проявляють надмірну впертість, у відстоюванні своїх поглядів вони не завжди послідовні й об'єктивні.

У реальному житті поширені змішані форми акцентуацій характеру:

- *проміжні типи* як результат одночасного розвитку кількох типових рис;
- *амальгамні типи*, тобто нашарування нових рис характеру на його сформовану структуру.

Акцентуації можуть мати приховану і відкриту форми. За домінування певної акцентуації у людини підвищується вразливість до одних стресогенних впливів при відносній стійкості до інших. Акцентуації проявляються не

завжди і не всюди, а лише у важких життєвих ситуаціях, які висувають підвищені вимоги до «місця найменшого спротиву» в характері конкретної людини. Як правило, вони не перешкоджають задовільній соціальній адаптації особистості, або порушення мають тимчасовий характер. У певних життєвих ситуаціях акцентуації можуть навіть сприяти успішній соціальній адаптації. Так, людина з демонстративною акцентуацією буде компенсована й адаптована, якщо стане актором, а шизоїд легко зможе адаптуватися до роботи, яка потребує тривалого усамітнення. Переважна більшість акцентуацій з'являється в підлітковому віці.

Важливим для педагогічної практики є діагностика симптомокомплексу рис характеру. Практично важливим є питання про недоліки характеру (лінощі, потайливість, нечесність, жорстокість, агресивність егоїстичність), аналіз причин їх появи і шляхи подолання.

7. Особливості формування характеру

Формування характеру – це процес становлення стійких психологічних утворень особистості під впливом об'єктивних і спеціально створених для цього умов, коли її дії та вчинки в результаті їх багаторазових повторень стають звичними й визначають типову модель її поведінки. Характер людини формується в процесі її індивідуального життя під провідним впливом суспільних умов. Виділяють наступні етапи розвитку характеру:

1. Закладання основ характеру (дошкільний і молодший шкільний вік).

2. Етап активного розвитку рис характеру (підлітковий і юнацький вік).

3. Етап стабілізації характеру: молодість (21–26 років). Людина у віці повноліття практично завершує формування рис характеру, її вчинки набувають відтінку сталих правил, які не підлягають обговоренню

4. Етап зрілості характеру (середня і пізня дорослість).

5. Етап руйнування характеру (через важкі психічні і соматичні хвороби, у старечому віці).

Особливо важливу роль у вихованні характеру відіграє активна діяльність особистості, і передусім *праця* як середовище її суспільного буття, спілкування, як необхідна умова її самопізнання та самореалізації. Також особлива роль належить *вихованню*. Виховання організовує обставини життя і спрямовує в потрібному напрямі життєві впливи, підкріплює їх, створює відповідне ставлення до навколишньої дійсності особистості. Разом з тим воно гальмує негативні впливи, перешкоджає закріпленню небажаних звичок і рис її поведінки. З підліткового віку стає можливим самовиховання і саморегулювання процесу становлення характеру. Особливо дієвими чинниками є самостійність і самодіяльність у праці, навчанні. При цьому необхідно

поставити юнака чи дівчину в такі умови, за яких вони могли б виявити колективізм, мужність, витримку, працьовитість. Але виховання в колективі не повинно нівелювати індивідуальні якості особистості. Потрібно розкривати й зміцнювати кращі риси характеру кожного члена колективу, створювати умови для вияву їх індивідуальності. Успішне формування рис характеру потребує єдності виховних заходів сім'ї, школи та соціального середовища, громадськості.

Література: [1], [2], [4], [8], [10], [12], [13], [25], [36], [57], [59], [62], [87].

Питання для самоперевірки

1. Дайте визначення характеру. Які функції виконує характер?
2. Які риси людини об'єднує в собі характер?
3. Яке місце займає характер у структурі особистості?
4. У якому зв'язку перебувають характер і спрямованість особистості; характер і здібності; характер і темперамент; характер і почуття та емоції?
5. Назвіть структурні компоненти характеру.
6. Як співвідносяться характер і система відношень особистості?
7. Дайте визначення акцентуацій характеру. Охарактеризуйте основні їх типи.
8. У яких типах (акцентуаціях) характеру проявляється така властивість, як ригідність?
9. Які акцентуації поєднує в собі циклотимний тип характеру?
10. Укажіть на схожі і відмінні ознаки педантичного і застрягаючого типів характеру.
11. Які акцентуації відповідають егоїстичному характеру?
12. Яка акцентуація лежить в основі аутичного характеру?
13. Що означає поняття «характерний панцир»? Яку функцію він виконує?
14. Які ознаки включає поняття гармонійного характеру.
15. Проаналізуйте основні шляхи формування характеру.
16. Назвіть основні етапи розвитку характеру.

Тема 7. **Здібності**

План

1. Поняття про здібності та їх фізіологічні основи.
2. Структура здібностей. Загальні і спеціальні здібності.
3. Проблема діагностики і формування здібностей.
4. Здібності і завдання профорієнтації.

Ключові поняття: здібності, структура здібностей, загальні здібності, спеціальні здібності, задатки, нахил, обдарованість, талант, геніальність, психограма.

1. **Поняття про здібності та їх фізіологічні основи**

За визначенням С. Рубінштейна, ***здібності*** – це людські можливості й потенції, це те, що людина *може*. Це своєрідний ансамбль (поєднання) індивідуально-психологічних властивостей, рис особистості, які зумовлюють успішне входження, оволодіння й здійснення певної діяльності. Сутність здібностей не можна зводити до знань, умінь і навичок. На відміну від навичок, здібності – це результати закріплення не способів дій, а психічних процесів («діяльностей»), за посередництвом яких регулюються дії й діяльність. Здібності забезпечують успішне й швидке набуття знань, умінь і навичок, їх закріплення й ефективне використання на практиці.

Основні проблеми вивчення здібностей

1. Проблема співвідношення здібностей і задатків.
2. Встановлення місця здібностей в структурі особистості, вияв їх ролі в розвитку характеру.
3. Фундаментальна проблема загальних і спеціальних здібностей.
4. Психофізіологічні і психологічні аспекти проблеми індивідуальних відмінностей і здібностей.
5. Проблеми психології творчості.
6. Проблема обдарованості.
7. Проблема діагностики здібностей.

Здібності виявляються, формуються й удосконалюються в діяльності.

Основні показники наявності здібностей:

1) інтенсивність, динаміка діяльності (темп, ритм, швидкість);

2) широта переносу операцій: навчившись застосовувати операцію в одній ситуації, людина може успішно застосувати її в інших аналогічних ситуаціях;

3) рівень досконалості діяльності;

4) енергетична економічність виконання даної діяльності;

5) індивідуальна своєрідність виконання діяльності;

6) оригінальність, самостійність, неповторність результатів діяльності.

7) висока мотивація, прагнення до цієї діяльності, іноді всупереч несприятливим обставинам.

Отже, здібності можна розглядати як *інструментальну функцію психіки*. Це процес матеріалізації виконавчими органами психіки і моторики природної чутливості та смислів відображеного в предметні конструкції. Матеріалізація продуктів чутливості складається з трьох видів здібностей:

1) здатності відображати зовнішній світ і себе в ньому;

2) здатності проектувати зовнішнє середовище і самого себе;

3) здатності створювати в процесі своєї діяльності продукти і предмети для задоволення різноманітних потреб, працювати над собою з метою самовдосконалення.

Здібності – це продукт суспільно-історичної практики людини.

Історіогенез здібностей пов'язаний з розподілом праці в людському суспільстві. У процесі відокремлення розумової праці від фізичної почали формуватися пізнавальні здібності та абстрактний інтелект. З розвитком виробництва, військової справи виникла суспільна потреба в культивуванні певних здібностей. У наш час спостерігається стійка тенденція до поглибленої спеціалізації здібностей.

Онтогенез здібностей полягає в засвоєнні дитиною суспільно-історичного досвіду, втіленого в продукти людської діяльності. Він залежить від наступних умов: дозрівання організму, соціальних умов, організованого навчання і виховання, власної активності особистості.

Фізіологічною основою здібностей є *задатки* – природні передумови здібностей. Задатки не специфічні й багатозначні стосовно конкретного змісту і конкретних форм діяльності. Їх можна умовно поділити на три групи:

1) особливості будови й функціонування головного мозку (коркова нейродинаміка, функціональна асиметрія, здатність мозкових структур змінюватися під впливом навчання та виховання);

2) особливості анатомо-фізіологічної будови органів чуттів, руху і мови; *функціональні органи* – нервово-м'язові системи, які складаються прижиттєво й забезпечують функціонування відповідних здібностей;

3) властивості нервової системи (наприклад, активність і саморегуляція), тип ВНД (мислительний, художній і середній).

Задатки – це лише потенційні можливості розвитку здібностей. Вони не гарантують і не обумовлюють появу і розвиток тих чи інших здібностей. Задатки розвиваються: у процесі дозрівання організму вони набувають нових якостей; на основі безумовних утворюються системи умовних рефлексів, які К. К. Платонов назвав елементарними здібностями. Вони формуються в

перші місяці життя людини, напр. абсолютний музичний слух, здатність до елементарного спілкування на експресивному рівні тощо.

В. А. Крутецький виділяє ще один вид задатків – соціальні задатки, які є необхідною умовою оволодіння вищими рівнями здібностей. Наприклад, задатком до розвитку вищих математичних здібностей виступає, як обов'язкове, знання елементарної математики. Задатки і здібності тісно пов'язані між собою, їх не можна штучно розривати, але також не можна і взаємно ототожнювати. Задатки забезпечують формування та вдосконалення здібностей людини в процесі індивідуального розвитку і є причиною індивідуальних відмінностей людей у здібностях.

На рівні соціального індивіда функціонують власне здібності (активність, спостережливість, комунікативність, інтелект тощо). Вони формуються прижиттєво в процесі опанування предметною діяльністю та спілкуванням. На їх формування справляють значний вплив спрямованість особистості, її мотивація й інтереси, характер і вимоги діяльності, відповідність задатків напрямкам формування особистості. Розвиток здібностей в процесі діяльності може відбуватися в дуже широких межах. В основі однакових досягнень при виконанні діяльності можуть лежати різні здібності; у той же час одна здібність може бути умовою успішності різних видів діяльності. Це забезпечує можливості широкої компенсації здібностей.

Особистісний рівень розвитку здібностей характеризується ставленням суб'єкта до своїх здібностей як до засобу реалізації певного способу життя. На рівні особистості здібності виявляються у творчості (талант)

2. **Структура здібностей. Загальні і спеціальні здібності**

Здібності розрізняють за такими критеріями:

1) якість; 2) широта; 3) своєрідність їх поєднання (структура);

4) ступінь розвитку.

Якість здібностей визначається тією діяльністю, умовою успішного виконання якої вони є. Так здібності діляться на математичні, технічні, художні, літературні, організаторські, педагогічні, спортивні тощо.

За широтою здібності поділяють на загальні і спеціальні.

Загальні здібності необхідні для виконання різноманітних видів діяльності. До них належать багато *рис особистості:*

а) *перцептивні* (уважність, обсяг уваги, спостережливість тощо);

б) *мнемічні* (розвинуті індивідуальні особливості пам'яті);

в) *інтелектуальні* (розумові здібності: критичність, самостійність, послідовність мислення, інтуїція, аналітико-синтетична здібність);

г) *рухові* (точність і витонченість рухів рук, пальців, координованість тощо);

д) *імажитивні* (розвинуті здібності уяви як продукування нових оригінальних образів, багата фантазія);

е) *комунікативні* (здібності до спілкування, взаємодії з людьми: емпатія, тактовність тощо);

є) *вербальні* (мовні);

ж) *експресивні*.

Загальні здібності пов'язуються з глобальною активністю (насамперед пізнавальною, та саморегуляцією суб'єкта).

Спеціальні здібності є умовами, які необхідні для виконання якогось одного конкретного виду діяльності, наприклад, у музиканта – це музичний слух, музична пам'ять і почуття ритму, у художника – оцінка пропорцій, у вчителя – педагогічний такт тощо. Жодна окремо взята здібність не може бути достатньою умовою для успішного оволодіння діяльністю. У людини повинно бути багато загальних і спеціальних здібностей, які б взаємно доповнювали і збагачували одна одну.

У *структурі здібностей* можуть своєрідно поєднуватися:

а) теоретичні і практичні здібності.

Теоретичні здібності визначають схильність до абстрактно-логічного мислення, теоретичної інтелектуальної праці;

Практичні – до конкретно-практичної діяльності.

Поєднання теоретичних і практичних здібностей властиве лише різнобічно обдарованим людям.

б) учбові та творчі здібності

Учбові здібності визначають успішність навчання та виховання, засвоєння знань, умінь, навичок, формування якостей особистості. Наприклад, загальна і спеціальна научуваність, виховуваність.

Творчі здібності визначають успішність створення предметів матеріальної і духовної культури, виробництво нових ідей, відкриттів, винаходів тощо.

в) предметно-діяльнісні або предметно-пізнавальні здібності та здібності до спілкування, взаємодії з людьми.

Предметно-діяльнісні здібності пов'язані зі взаємодією людей з природою, технікою, знаковою інформацією, художніми образами.

Здібності до спілкування найбільше соціально обумовлені. Це мова людини як засіб спілкування, здібності міжособистісного сприймання і оцінювання людей, здібності до соціально-психологічної адаптації тощо.

Умовами розвитку в людини соціальних здібностей є:

- наявність суспільства, соціально-культурного середовища;
- відсутність природних задатків до користування певними предметами і необхідність навчання цьому з дитинства;
- обов'язкова участь у різних видах діяльності;
- відсутність з народження жорстко запрограмованих структур поведінки на зразок вроджених інстинктів і можливість утворення нових тимчасових зв'язків на основі навчання і виховання;
- наявність кваліфікованих наставників, вчителів.

Отже, *здібності* – це не статичні, а динамічні утворення, їх формування і розвиток відбувається поетапно. Виділяють два ***рівні здібностей***: репродуктивний і творчий.

Репродуктивний рівень забезпечує високе вміння засвоювати готові знання, оволодівати існуючими зразками діяльності і спілкування.

Творчий забезпечує створення нового, оригінального. Слід враховувати, що репродуктивний рівень включає творчий і навпаки.

Вирізняють три *рівні творчого розвитку здібностей*:

1) обдарованість; 2) талант; 3) геніальність.

Термін "обдарованість" використовують у двох значеннях:

а) як певний рівень розвитку загальних здібностей, їх якісно своєрідного поєднання, що обумовлює широту можливостей людини адаптуватися до життя, рівень і своєрідність її діяльності. Обдарованість як цілісна індивідуальна характеристика пізнавальних можливостей індивіда та його здібностей до научіння визначається розумовим потенціалом, або *інтелектом* – загальною здібністю до пізнання та розв'язання проблем без спроб і помилок «в умі». Це своєрідна міра генетичного (сукупність задатків, природних даних) і соціального (набутого досвіду). *Функції обдарованості:* успішне пристосування до середовища, знаходження рішення в усіх випадках, коли виникають нові, непередбачені проблеми, які потребують творчого підходу. Цілям соціальної адаптації слугує *соціальний інтелект*.

б) *спеціальна обдарованість* – це якісно своєрідне поєднання здібностей, їх діапазон, який виявляється у творчій діяльності. Обдарованість може бути таких видів: наукова, технічна, педагогічна, художня, поетична, музична і т.д. Кожен вид обдарованості характеризується певними домінантними якостями, які відображають специфіку творчості в конкретній сфері людської діяльності. У психології і педагогіці існує проблема обдарованих дітей, які значно випереджають своїх ровесників в розумовому розвитку або демонструють видатні спеціальні здібності.

В. М. Слуцький виділив наступні ознаки обдарованих дітей:

1. *Висока цікавість і дослідницька активність*. У таких дітей підвищена

біохімічна й електрична активність мозку. Нестачу інформації обдаровані діти сприймають хворобливо, тому обмеження їхньої активності може спричинити негативні реакції невротичного характеру;

2. Уже в ранньому віці їх відрізняє *здібність відслідковувати причинно-наслідкові зв'язки і робити відповідні висновки*. Вони особливо захоплюються побудовою альтернативних моделей і систем.

3. Вони звичайно мають *відмінну пам'ять,* яка ґрунтується на ранньому оволодінні мовою і абстрактним мисленням;

4. Здібність класифікувати й категоризувати інформацію й досвід, уміння широко використовувати набуті знання.

5. *Великий словниковий запас, який супроводжується складними синтаксичними конструкціями, а також вміння ставити запитання*. Багато обдарованих дітей залюбки читають енциклопедії, вигадують нові слова і т.п.

6. *Підвищена концентрація уваги на будь-чому, наполегливість в досягненні результату в тій сфері, яка їм цікава*.

За певних сприятливих соціальних умов і розвитку таких якостей особистості як спрямованість, морально-вольові здібності обдарованість може перерости в талант. За В. В. Клименком, ***талант*** – це людина, яка оригінально розв'язує всім відомі завдання (складні практичні, теоретичні і художні проблеми, що виникають з розвитком суспільства). Талант може проявлятися в одній або в декількох сферах творчої діяльності.

Геній – це найталановитіша людина, яка досягла найвищого рівня розвитку здібностей. Результати її діяльності мають незаперечне історичне значення і є фундаментальним внеском у культуру. Геній виявляє найпередовіші тенденції прогресу свого часу.

3. Проблема діагностики і формування здібностей

Для вивчення здібностей застосовується кількісний і якісний аналіз. За допомогою якісного аналізу з'ясовуються властивості індивідуальності, які необхідні для виконання конкретної діяльності, провідні компоненти тих чи інших здібностей (музичних, математичних, педагогічних тощо).

Головне питання, яке розв'язує якісний аналіз – це встановлення того, які саме здібності притаманні конкретній людині.

Кількісний аналіз дає відповідь на запитання: якою мірою здібності розвинені і яка їх будова. Для цього потрібно методами психологічного дослідження встановити психологічний діагноз їх розвитку.

Досить поширеним методом є тестування, яке дає змогу диференціювати людей за рівнем розвитку їх здібностей, наприклад, інтелектуальних.

Широко використовуються такі тести інтелекту: тест загальних здібностей Айзенка, матриці Равена, вербального інтелекту тест Векслера та ін. На відміну від інших тестів (особистісних і проективних), вони враховують вік досліджуваного – фактичний і реальний, що дає можливість оцінити рівень інтелектуального розвитку конкретної людини відносно досягнень людей її віку.

Результати тестування не є абсолютними, вони залежать від культурних особливостей тієї спільноти, до якої належить дана людина.

Тестуванням встановлюється не кінцевий, а досягнутий рівень розвитку здібностей, за яким можна встановити його відповідність або невідповідність успіхам у реальній діяльності. Важливе значення мають також методи вивчення продуктів діяльності (бесіди, анкетування, експертні оцінки незалежних спостерігачів тощо). Різнопланове вивчення здібностей передбачає поєднання кількісного аналізу з якісним.

На формуванні здібностей позначаються віковий та індивідуальний аспекти. Вікове виступає у вигляді сенситивних періодів, які є найсприятливішими для розвитку певних здібностей: мови, гостроти сприймання, яскравості уяви, відповідальності тощо.

Індивідуальні відмінності, особливо такі як спрямованість, воля є підставою внутрішніх умов діяльності людини – активності та саморегуляції. Активність, наприклад, зумовлює різноманітність дій, успішність виконання завдань, що потребують швидкого темпу, напруженості. Саморегуляція виявляється в методичності, організованості в діях, систематичності. Від їх сполучення й розвитку залежить своєрідність і дієвість обдарованості.

Людині потрібно не лише розвивати свої здібності, а ще й уміти ними керувати. Разом з відсутністю необхідних соціальних умов психічного розвитку – це одна з причин того, що багатообіцяючі діти часто не виправдовують пов’язаних з ними сподівань.

Розвиток здібностей пов’язаний з виникненням у дитини *інтересів*, які мають тенденцію переходити у *нахили* – стійку спрямованість на оволодіння і здійснення діяльності, яка викликає інтерес. Успіхи в діяльності викликають позитивні емоції, які підсилюють спонукання до дії.

Вивчення і розвиток здібностей нерозривно пов’язані з питаннями профорієнтації. Це особливо актуально для підліткового і раннього юнацького віку. *Профорієнтація* – це орієнтація особистості на певні групи професій, вимогам яких вона найбільше відповідає (враховуючи потреби суспільства в тих чи інших професіях, покликання особистості, її інтереси і нахили). Профорієнтаційна робота в школі включає два важливі аспекти:

1) профінформацію; 2) профконсультацію.

Завданнями профінформації й професійної пропаганди є привертання уваги учнів до професій, необхідних у тому чи іншому регіоні. Для цього використовують професіограми, карти професій, в яких характеризується місце і роль професій в суспільному розподілі праці, вимоги до знань, умінь, навичок тощо. Їх серцевиною є *психограма* – якісний аналіз здібностей, потрібних для успішного оволодіння професією та протипоказання щодо неї.

Завдання профконсультації полягають у формуванні обґрунтованих рекомендацій щодо вибору професії. Для цього застосовується кількісний аналіз здібностей, на підставі якого можна визначити рівень їх розвитку. Професійною консультацією повинен займатися професійний психолог.

Література: [1], [2], [4], [8], [9], [12], [13], [28], [39], [57], [59], [83], [88].

Питання для самоперевірки

1.Дайте визначення здібностей і поясніть його.

2. Назвіть основні групи задатків. Яка їх роль у розвитку здібностей?

3.Як поділяються здібності на види за змістом і за характером діяльності?

4.Які здібності належать до загальних, які – до спеціальних?

5. До яких здібностей (загальних чи спеціальних) слід віднести здібність до навчання?

6. Які поєднання здібностей виділяють у їх структурі?

8. У чому виявляються індивідуальні відмінності у здібностях людей?

9. Що ви розумієте під обдарованістю, талановитістю, геніальністю?

10.Назвіть загальні умови формування і розвитку здібностей.

11. У чому полягає зв’язок розумових здібностей з працездатністю людини та її вольовими якостями?

12. Яке значення мають здібності у професійному самовизначенні учнів?

Тема 9. **Увага**

План

1. Загальна характеристика уваги.
2. Природа уваги.
3. Фізіологічні основи уваги.
4. Основні властивості уваги.
5. Види уваги.
6. Розвиток уваги. Вікові особливості уваги.
7. Шляхи формування уваги на уроці.

Ключові поняття: увага, орієнтувальний рефлекс, моторна теорія уваги, теорія апперцепції, властивості уваги: обсяг, розподіл, концентрація, стійкість, переключення, коливання уваги; мимовільна, довільна та післядовільна увага; зовнішня увага, внутрішня увага, об'єктивація, неуважність.

1. Загальна характеристика уваги

У кожен момент життєдіяльності людини на неї так чи інакше впливає багато різних об'єктів, проте не всі вони однаково нею відображаються. Одні предмети і явища, з якими безпосередньо пов'язана діяльність суб'єкта, усвідомлюються ним ясно і чітко, другі – наче відступають на задній план свідомості і майже не помічаються, треті у даний момент часу взагалі для нього не існують. Так, зайнятий розв'язанням якоїсь складної математичної задачі учень не бачить і не чує, що навколо нього відбувається. Захопившись читанням цікавої книжки, школяр не помічає голосів людей, що недалеко від нього розмовляють, звуків радіо, які доносяться з сусідньої кімнати, тощо. Таким чином, усвідомлення середовища здійснюється суб'єктом *вибірково* – у кожному акті будь-якої діяльності він сприймає одні об'єкти, їх уявляє, про них думає і не помічає інших. Інакше кажучи, він уважний до одних і неуважний в цей час до інших об'єктів. Відповідно, людина усвідомлює ті об'єкти, до яких вона уважна.

Отже, здійснення відбору потрібної інформації, забезпечення вибіркових програм дій і зберігання постійного контролю над їх перебігом прийнято називати увагою.

Визначення: ***увага*** – це спрямованість і зосередженість свідомості чи психічної діяльності суб'єкта на певних об'єктах, явищах навколишньої дійсності або власних переживаннях за одночасного відволікання від інших, що забезпечує підвищення рівня сенсорної, інтелектуальної або рухової активності індивіда.

Спрямованість виявляється у довільному або мимовільному виборі значущих об'єктів, які відповідають потребам суб'єкта, меті та завданням його діяльності. Вибірковий характер свідомої діяльності, який є *функцією уваги*, однаковою мірою проявляється і в нашому сприйманні, і в рухових процесах, і в мисленні.

Концентрованість виявляється в одночасному відволіканні від усього стороннього, у тимчасовому ігноруванні усіх інших об'єктів. При цьому відображення стає більш ясним і чітким, думки та інформація утримуються у свідомості доти, доки діяльність не буде завершена, доки не буде досягнута її мета. Таким чином забезпечуються контроль і регулювання діяльності.

Отже, увага людини має соціальну природу. Вона породжена трудовою діяльністю і є однією з основних характеристик трудового процесу. Увага необхідна для всіх видів сенсорної, інтелектуальної та рухової діяльності. В діяльності увага існує і нею підтримується. Увага з'являється там, де спрямованість діяльності утримує мету, задум. Бути уважним – значить бути діяльним стосовно тих чи інших об'єктів. Водночас увага є *необхідною внутрішньою умовою і формою організації психічної діяльності суб'єкта*. Вона потрібна для того, щоб будь-яке враження від предметів і явищ зовнішнього світу дійшло до свідомості людини.

Увага відіграє важливу роль в організації регуляції психічної діяльності людини, тобто виконує *активізуючу, регулятивну і контрольну функції*. Процес пізнання починається з уваги і нею підтримується. За П.Я. Гальперіним, увага є контролем за тим явищем або предметом, який сам кидається у вічі. Від того, на чому і як ми зосереджуємося, залежить ясність, чіткість, повнота наших відчуттів, сприймань, уявлень, думок, переживань та інших відображень об'єктивної дійсності. Ослаблення уваги може призвести до значних порушень перцептивних процесів і викривлення образу, що формується.

<u>*Специфічною особливістю уваги*</u> є те, що це єдиний психічний процес, який не має свого змісту (свого предмета пізнання). Увага виявляється немов би всередині психічних процесів і невіддільна від них. Характеризуючи динаміку перебігу пізнавальних психічних процесів, вона виявляється в ефективності сприймання, пам'яті, мислення, мовлення. У своїх вищих формах увага пов'язана з регулюванням перебігу психічних процесів і свідомої поведінки людини.

Увага – це також стан людини. Вона проявляється в зовнішніх ознаках, таких як міміка, різноманітні рухи, поза.

2. Природа уваги

Увага – одна з найдавніших проблем психології. Природа уваги у психології розглядалася представниками різних психологічних напрямків і шкіл залежно від їх поглядів на психіку загалом.

Представники *англійської асоціативної психології* (Дж. Локк, Д. Гартлі, Г.Спенсер) взагалі не включали поняття «увага» в систему психології. Зосередженість вони трактували як асоціацію уявлень.

Представники *інтроспективної психології* (Й. Гербарт, В. Вундт, Е.Тітченер) вбачали в увазі лише суб'єктивний, внутрішній бік. Увага, на їх думку, – це стан свідомості, який характеризується ясністю, чіткістю, інтенсивністю її змісту або процесів, що усвідомлюються.

Послідовники *волюнтаристського напрямку* (А. Шопенгауер, Ф. Нітше, В.Вундт) пояснювали прояви уваги винятково завдяки волі, хоча мимовільну увагу неможливо пояснити вольовою діяльністю. За Вундтом, який розробив *перцептивно-волюнтаристську теорію* уваги, процес уваги – це фіксована точка свідомості, її ясне поле, яке обумовлене переходом змісту свідомості із зони перцепції (сприймання) в зону *апперцепції*, яка є особливою психологічною активністю, проявом невідомої суб'єкту внутрішньої сили.

Представник *фізіологічного напрямку* в психології Т. Циген пояснював увагу не суб'єктивними станами, а боротьбою відчуттів і неусвідомлених уявлень за володіння фіксованою точкою свідомості. Уявлення, яке бере верх, стає усвідомленим, домінуючим у свідомості. Відповідно, увага – це *стан усвідомлення уявлень*. Зміна уявлень – перехід уваги від одного уявлення до іншого. Акт зосередження виникає в результаті асоціації імпульсів відчуттів, які залежать від інтенсивності, ясності, сили емоційного тону, який їх супроводжує.

Французький психолог Т. Рібо (1839–1916) висунув *теорію рухової (моторної) уваги*. Він вважав, що уваги без її фізичного прояву не існує. Увага – це не духовний акт, який діє таємниче, її механізм – руховий, тобто він діє на м'язи у формі затримки. За Рібо, людина, яка не вміє керувати м'язами, нездатна до зосередженості свідомості. Також Рібо стверджував, що увага, незалежно від того, чи є вона ослабленою або посиленою, завжди пов'язана з емоціями і викликається ними.

Представники *біхевіоризму* розглядають увагу лише як орієнтацію поведінки, як установку організму по відношенню до зовнішніх стимулів.

Зв'язок уваги і установки досліджувався Д. Узнадзе (1886–1950). Під установкою вчений розумів реальний психічний стан людини, в якому проявляється її готовність до певної поведінки. Внутрішньо установка і виражає собою стан уваги людини. Цим, зокрема, пояснюється те, чому в

умовах імпульсивної поведінки (коли увага відсутня) у суб'єкта тим не менш можуть виникати цілком визначені психічні стани, почуття, думки, образи, які переживаються ним з достатньою мірою ясності і чіткості для того щоб мати можливість орієнтуватися в умовах ситуації. З поняттям установки в теорії Узнадзе також пов'язане поняття *об'єктивація*. Вона трактується як виділення під впливом установки певного образу або враження, отриманого при сприйманні навколишньої дійсності. Цей образ, або враження, і стає об'єктом уваги (звідси назва – об'єктивація).

3. Фізіологічні основи уваги

Досліди фізіологів І. М. Сєченова та І. П. Павлова довели, що увага має рефлекторний характер. Явище уваги детерміноване об'єктивними причинами, які діють за суб'єктивних умов, наявних у самому організмі. Вони тісно пов'язані з природним пристосуванням організмів до умов існування й утворенням *орієнтувальних рефлексів* (за Павловим, це дослідницький рефлекс «що таке?»). Уже у тварин він виявляється як активна реакція на кожну зміну обставин, яка викликає загальне пожвавлення, мобілізацію організму до негайного реагування (але ще невідомо до якого) і ряд специфічних рухових реакцій, спрямованих на ознайомлення з цими змінами в поточній ситуації. Орієнтувальні рефлекси спочатку реагують на різкі зміни середовища, але з набуттям досвіду, тренувань і розвитку збагачуються більш тонкими й досконалими умовними рефлексами, що набувають для суб'єкта сигнального значення. Орієнтувальні реакції виявляються в активній установці аналізаторів на чіткіше сприймання нових явищ або тих, що мають певне значення для суб'єкта. Це джерело цікавості як у тварин, так і в людей. Пояснюється це тим, що під час орієнтувальної реакції змінюється перебіг мозкових процесів у корі великих півкуль Утворюється осередок оптимального збудження, викликаний певним подразником. Один значущий подразник (або їх комплекс) викликає за законом індукції нервових процесів гальмування в суміжних ділянках кори головного мозку. Об'єкти, імпульси яких доходять до зони оптимального збудження, відображаються у свідомості людини, а ті об'єкти збудження, які потрапляють у загальмовані ділянки кори, залишаються поза увагою.

Осередок оптимального збудження є динамічним утворенням взаємодії споріднених збуджень середньої інтенсивності, що найбільше сприяє створенню нормальних умов для певної діяльності. Зміна подразників, тривала їх дія на одні й ті самі центри головного мозку викликають переміщення осередку на інші ділянки кори та зміну обрисів його форми, що узгоджується з динамікою зміни змісту діяльності індивіда.

Таким чином, *фізіологічною основою уваги* є наявність осередку оптимального збудження в корі великих півкуль, що негативно індукує суміжні її ділянки. О. Ухтомський (1875–1942) назвав такий панівний осередок збудження *домінантою,* експериментально довівши, що цей осередок відносно стійкий, він не тільки гальмує, а й підпорядковує собі побічні імпульси, завдяки їм посилюючись і набуваючи більшої стійкості.

Зовнішнім виявом домінанти є робоча поза тіла людини. У стані уваги людина напружує м'язи тіла, обличчя набуває специфічного виразу, в органах відчуттів при цьому настає сенсибілізація, тобто підвищення чутливості до зовнішніх подразників, або ж вона знижується до зовнішніх подразників, якщо суб'єкт зосереджується на внутрішній діяльності, на власних психічних станах. Змінюються при цьому і вегетативні процеси, серцебиття, кровообіг.

Відоме явище, коли слабкі звуки музики, звичний шум у приміщенні іноді навіть підсилюють зосередження уваги на виконуваній роботі, а їхня відсутність часом відволікає увагу від роботи. Дослідження Б. Теплова і В. Небиліцина довели, що якість уваги залежить від типу нервової системи людини. З'ясувалося, що людям зі слабкою нервовою системою додаткові подразники заважають зосереджуватися. Щодо людей із сильною нервовою системою, то додаткові подразники іноді навпаки, концентрують їх увагу.

Виникнення панівної домінанти спонукається актуальними проблемами, мотивами, інтересами, а зміна домінант зумовлюється виникненням нових потреб, сильніших і значущих. Тривале виконання одних і тих самих дій призводить до втоми та затухання домінанти, послаблення уваги. Тоді потрібна зміна діяльності або відпочинок. У стані втоми організму увага послаблюється, легко відволікається. Тому *стан уваги* може слугувати показником утоми людини.

Проте поняття оптимального осередку збудження, або домінанти, до кінця не розкриває механізми уваги людини, зокрема її довільний характер. *Психологічний механізм уваги* концентрується на змісті подразника і пояснює його через різноманітні взаємозв'язки людини з довкіллям, через здатність ставити перед собою мету, підпорядковуючи її досягненню всі свої можливості й дії, а це дає змогу регулювати увагу. Керуючись певними цілями й мотивами, людина спрямовує увагу переважно на необхідні їй об'єкти, зосереджується на них, незважаючи на перешкоди, абстрагується від того, що не пов'язане з метою діяльності, переборює відволікання, опановує свою увагу. Певною мірою суб'єкт сам організовує, регулює і контролює свою діяльність завдяки увазі, що стає властивістю особистості як свідомої істоти.

Сучасні нейрофізіологічні дослідження (П. Анохін, Д.-Е. Бродбент, Г. Джаспер, Д. Ліндслі, Г. Мегун, Дж. Моруцці, Е. Пеон, Є. Соколов,

Є.Хомська та ін.) підтвердили провідну роль ретикулярної формації та коркових механізмів у регуляції уваги. Встановлено, що увага можлива лише на основі загальної активності кори. У лімбічній системі та лобних долях мозку виявлені так звані нейрони уваги (клітини-детектори новизни) і клітини очікування (Г. Джаспер, Г. Волтер), що підтверджує специфічний характер уваги, в основі якої лежить вибіркова активація окремих біологічних систем – системи харчових, захистих, орієнтувальних рефлексів.

3. Властивості уваги

В усіх видах свідомої діяльності повинні мати місце:

1) процес вибору основних, домінуючих процесів, котрі складають предмет, на який людина звертає увагу;

2) наявність «фону», який складається із тих процесів, доступ яких у свідомість затриманий, але вони в будь-який момент (за умови появи відповідної задачі) можуть перейти в центр уваги суб'єкта і стати домінуючими.

Саме у зв'язку з цим прийнято розрізняти *широту уваги* (обсяг і розподіл), *стійкість*, *концентрацію*, *переключення* та *коливання*.

Обсяг уваги визначається кількістю одномоментно сприйнятих об'єктів (у межах 0,1 *сек*), які можуть зберігатися в центрі чіткої свідомості, і залежить від знань про об'єкти, їх групування, розміщення у просторі. Обсяг уваги практично не відрізняється від обсягу безпосереднього запам'ятовування, або короткочасної пам'яті. Широта обсягу уваги залежить також від вікових особливостей людини. Кількісна характеристика середнього обсягу уваги дорослої людини 7±2. Основною умовою розширення обсягу уваги є формування вмінь групувати, систематизувати, поєднувати за смислом матеріал, який сприймається.

Розподіл – це властивість, яка характеризує можливість одночасного виконання декількох видів діяльності. Необхідною умовою є вільне володіння одним із видів діяльності. Важко поєднуються одночасне виконання двох видів розумової діяльності, ефективнішим є розподіл уваги між розумовою та моторною діяльністю. Вміння розподіляти увагу формується в процесі оволодіння діяльністю, воно може бути розвинуте шляхом тренування й накопичення відповідних навичок.

Переключення – динамічна характеристика уваги, яка визначається швидкістю довільного перенесення уваги з одного об'єкта на інший. При потребі воно відбувається 3–4 рази за секунду. Переключення може бути обумовлене або програмою свідомої поведінки, вимогами діяльності, або необхідністю включення в нову діяльність у відповідності до мінливих умов, або здійснюватись з метою відпочинку (коли попередня діяльність вже

втомила людину). У випадку, коли діяльність протягом тривалого часу залишається незмінною, а відбувається лише зміна об'єктів або операцій, має місце переключення уваги в межах її сталості. Таке переключення при тривалій роботі запобігає втомі і тим самим підвищує сталість уваги.

Важливим є з'ясування умов, від яких залежить успішність переключення (особливостей попередньої і наступної діяльності; ставлення до них людини; інтенсивності, концентрованості уваги людини на попередній діяльності). Увага переключається легше, коли існує зв'язок між попереднім і наступним видами діяльності, якщо наступний вид діяльності цікавіший за попередній, а також за умови, що попередній вид діяльності повністю завершено. За інших умов переключення уваги відбувається повільно і з певними труднощами. Передбачається, що індивідуально-типологічні особливості переключення уваги пов'язані з особливостями рухливості нервових процесів.

Концентрація уваги виявляється в рівні її зосередженості на об'єкті. Це показник міри заглибленості людини в обраний вид діяльності. Чим більше сконцентрована увага на об'єкті, тим менше люина помічає сторонні впливи, тим продуктивнішою є її діяльність.

Стійкість уваги виявляється у тривалості зосередження (концентрації) уваги на об'єкті. Як і концентрація, стійкість уваги, залежить від змісту діяльності, ступеня зацікавленості нею і особливо від індивідуальних особливостей людини – її вміння, звички зосереджуватися, підґрунтям чого є активність та стійкість збуджень в активних ділянках кори великих півкуль головного мозку.

Коливання – це періодичні короткочасні й мимовільні зміни рівня інтенсивності уваги (посилення чи послаблення). Вони носять циклічний характер, за якого певні змісти свідомої діяльності то набувають домінуючого характеру, то втрачають його. М. Ланге встановив, що при сприйманні слабких подразників коливання уваги мають період від 2–3 до 10–12 с.

Успіх у діяльності досягається в процесі взаємодоповнення якостей уваги: обсяг – переключення, переключення – розподіл тощо.

4. Види уваги

За предметом, матеріалом діяльності увагу класифікують на

1) сенсорно-перцептивну; 2) інтелектуальну (зосередженість і срямованість думки); 3) рухову.

За провідним аналізатором*:* зорова, слухова, кінестетична.

За спрямованістю активності*:* зовнішня і внутрішня увага. Об'єкти *зовнішньої уваги* належать до зовнішнього світу (наприклад, різні предмети

сприймання). Внутрішня увага спрямовується на наші відчуття, уявлення пам’яті, думки, стани, переживання тощо.

На сьогодні краще вивчена ***зовнішня увага***. Вона зумовлена структурою зовнішніх подразників, що впливають на людину, або "структурою зовнішнього поля". Ці подразники визначають напрям, обсяг та стійкість уваги суб’єкта за умови, що подразник відрізнятиметься від інших за силою, інтенсивністю дії. У разі, коли дія подразників у певний час урівноважена, жоден із них не домінує, виникає коливання уваги. Напрям зовнішньої уваги змінюється під впливом новизни об’єктів та їхньої структурної організації. Важко сприйняти велику кількість предметів, якщо вони розкидані, представлені без будь-якого порядку, і навпаки, ми легко це зробимо, якщо вони будуть організовані в певні структури.

Внутрішня увага суб’єкта пов’язана зі структурною організацією його діяльності. Увага індивіда може бути прикутою до потреб, мотивів, якщо вони усвідомлюються, якщо індивід намагається виробити мету, спланувати її виконання, прийняти рішення тощо. Під час діяльності увага може переноситися на уявлення пам’яті, думки, почуття, які індивід переживає, виявляючи певне ставлення до своєї діяльності. У процесі діяльності внутрішня увага може бути більш і менш напруженою. Це залежить від досвіду суб’єкта, від складності мети, яку він ставить перед собою, тощо.

У діяльності зовнішня і внутрішня увага чергуються, гальмуючи одна одну. Наприклад, важко зосереджено думати про щось суб’єктивно важливе й одночасно виконувати креслення складних рисунків. Внутрішня увага сприяє підвищенню ефективності сприймання, пам’яті, мислення, уяви. Без її формування неможливий моральний, розумовий та естетичний розвиток.

За формою організації вирізняють колективну, групову та індивідуальну увагу.

Колективна увага означає зосередження уваги певної групи індивідів на одному об’єкті. Наприклад, учні зосереджено слухають розповідь учителя.

Групова увага полягає у зосередженні уваги групи в умовах роботи в колективі. Прикладом групової уваги є увага школярів під час лабораторних робіт або розв’язування завдань, підібраних відповідно до можливостей окремих груп учнів.

Індивідуальна увага полягає у зосередженні суб’єкта на своєму завданні.

Учитель має завжди чергувати, узгоджувати види уваги учнів, дбати про перехід від одного виду до іншого.

За характером цільового спрямування та за рівнем вольових зусиль розрізняють мимовільну, довільну та післядовільну увагу.

Мимовільна увага виникає незалежно від наміру та мети людини внаслідок зовнішніх причин, тобто особливостей подразників, що діють на аналізатори, а також внутрішніх спонукань, спрямованості особистості. До таких змін зовнішніх причин належать *сила* і *раптовість дії подразника*. Наприклад, виразне мовлення вчителя чи раптова зміна темпу мовлення, інтонації здатні викликати і підтримувати увагу. Чинниками, що зумовлюють мимовільну увагу, є також *новизна*, незвичність та контрастність подразника. Так, мимовільну увагу викличуть у школярів поява серед них нового учня, нові види наочності на уроці. Викликає увагу *рухливість об'єкта*, а також початок та припинення дії подразника (враховуючи це, роблять рекламу). Інколи корисно розпочати урок, не чекаючи абсолютної тиші в класі.

Окрім зовнішніх причин, мимовільну увагу зумовлюють і внутрішні спонукання. Так, увага пов'язана із загальним станом людини, з її настроєм, переживаннями, потребами, інтересами. Особливо дієвий чинник активізації мимовільної уваги становить пізнавальна потреба, елементарними формами якої є зацікавленість, допитливість. Що сильнішою є пізнавальна потреба, то частіше зміни у стимулі (ситуації) викликатимуть мимовільну увагу. Загальнопсихологічними умовами побудови уроку, на якому пробуджується і підтримується мимовільна увага на основі пізнавального інтересу, є змістовність матеріалу, своєрідність форми викладу, організаційних форм, методів роботи.

Довільна увага властива лише людині, є соціальною за походженням і опосередкованою внутрішніми мовними процесами. Її сутність криється у свідомому спрямованому і регульованому зосередженні уваги, яке зумовлене потребами діяльності. Таку увагу називають активною і вольовою. Психологічний зміст довільної уваги пов'язаний з виробленням мети діяльності та вольовим зусиллям. Відомий психолог В. Джемс писав, що головний подвиг волі полягає у спрямованості свідомості на непривабливий об'єкт. Виникнення такої здатності пов'язане з розвитком і вдосконаленням спеціальних фізіологічних механізмів. Саме лобні ділянки кори великих півкуль програмують і коригують поведінку людини відповідно до тих завдань, які ставлять перед нею життя та діяльність.

Довільна увага – це спрямованість людини на кінцевий результат діяльності. Людина, виробивши мету, передбачає кінцевий результат, планує способи його досягнення, здійснює контроль за процесом діяльності. Увага регулює напруження в реалізації того чи іншого етапу діяльності, але виявляє в кожному з них свою специфіку. Увага спрямована на активний пошук, на аналіз інформативних ознак та на ретельне планування діяльності.

Між мимовільною і довільною увагою існують взаємозв'язки і переходи. Не тільки довільна увага виникає з мимовільної, а й довільна стає мимовільною. Останнє виникає у зв'язку зі змінами мотивації діяльності. Так, учень приймає завдання вчителя, керуючись усвідомленням необхідності його виконати, і береться за роботу, хоча сам зміст роботи спочатку не приваблює його. Проте в процесі виконання завдання він здобуває результати, які його зацікавлюють. Виникає безпосередній інтерес до змісту завдання, під впливом якого змінюється увага учня. Таку увагу називають ***вторинною мимовільною***, або ***післядовільною***. У післядовільній увазі напруження волі слабшає, проте інтенсивність уваги не зменшується, залишаючись на рівні довільної уваги. Тому така увага є біль тривалою і продуктивнішою за довільну і при цьому зберігається свідомий контроль. Тому в процесі трудової та навчальної діяльності важливо створювати умови для появи післядовільної уваги, адже вона сприяє успішному виконанню навчальних завдань і зменшенню суб'єктивного відчуття втоми.

Види уваги	**Умови виникнення**	**Основні характеристики**	**Механізми**
Мимовільна (не зв'язана з участю волі)	Дія сильного контрастного або значущого подразника, що викликає емоційний відгук	Мимовільність, легкість виникнення і переключення	Орієнтувальний рефлекс або домінанта, яка характеризує більш-менш стійкий інтерес особистост і
Довільна, планомірно здійснювана увага, форма контролю	Постановка (прийняття) задачі, пізнавальна діяльність, потреби	Спрямованість у відповідності з задачею. Потребує вольових зусиль у боротьбі з відволіканням, втомлює.	Провідна роль II сигнальної системи.
Післядовільна увага	Входження в діяльність і вини-кнення внаслідок цього інтересу	Зберігається цілеспрямованість, знімається напруженість.	Домінанта, що характеризує інтерес, який виник в процесі даної діяльності.

Велику роль відіграє увага у прогнозуванні, або антиципації. На основі однієї інформативної ознаки досвідчений спеціаліст відшукає інші. Ступінь розвитку здатності до передбачення зумовлюється професійним досвідом.

Отже, довільна увага керує психічною сферою людини при розв'язуванні різноманітних практичних і теоретичних завдань. Підтримання стійкої довільної уваги залежить від багатьох умов, зокрема усвідомлення обов'язку у виконанні певної діяльності.

6. Розвиток уваги. Вікові особливості уваги

Увага – це первинний пізнавальний процес, з яким народжується дитина. Увага забезпечує вияв нового, несподіваного, цікавого. Завдяки увазі малюк дивується новизні навколишнього світу і досліджує його. Це передумова дослідницької активності. Генетично первісною у дитини є мимовільна увага, що виникає вже в перші тижні її життя. Це є *безумовнорефлекторна увага*, що викликається подразниками, безпосередньо пов'язаними із задоволенням органічних потреб. Ознаки стійкої мимовільної уваги можна спостерігати в ранніх симптомах прояву *орієнтувального рефлексу* – фіксації поглядом предмету і зупинки ссальних рухів при першому розгляданні предметів або маніпуляції ними. Перші умовні рефлекси починають вироблятися у немовляти також на основі орієнтувального рефлексу, тобто за умови, якщо дитина звертає увагу на подразник, виділяє його, зосереджується на ньому. З часом мимовільна увага набуває більш складних форм і на її основі починає формуватися орієнтувально-дослідницька діяльність у вигляді маніпулювання предметами. Увага ще дуже нестійка, легко гальмується сторонніми впливами, при тривалому повторенні згасає.

Вищі форми уваги, які довільно регулюються, проявляються у дитини насамперед у підпорядкуванні її поведінки мовним інструкціям дорослого, а потім, набагато пізніше – ***у дошкільному віці*** (4–6 років), у формуванні стійких видів саморегульованої довільної уваги. Упродовж другого і третього років життя мовна інструкція дорослого, доповнена в подальшому участю власної мови дитини, стає фактором, який стійко спрямовує увагу малюка. Для того, щоб організувати свою стійку увагу, малюку потрібно не тільки вислухати мовну інструкцію, а й самому в практичному плані виділити потрібні ознаки, закріпивши їх у своїх практичних діях. Формування довільної уваги у дитини пов'язане з подальшим розвитком усвідомлення нею необхідності виконувати певні завдання, коритися правилам і володіти своєю поведінкою. Отже, основним чинником розвитку довільної уваги є *мова*, яка підкріпляється розгорнутою практичною діяльністю дитини, а потім поступово скорочується

і набуває характеру внутрішньої дії, яка опосередкує поведінку і забезпечує її регуляцію і контроль.

У старших дошкільників проявляється вміння самостійно, з власної ініціативи, ставити перед собою нескладні завдання і спрямовувати свою увагу на їх виконання. У зв'язку з розвитком їх розумової діяльності, виникненням мисленнєвих дій у них зароджується і *внутрішня увага*, що виявляється в таких актах, як пригадування минулих подій, лічба про себе тощо. Досягнення в розвитку мимовільної і довільної уваги у дітей наприкінці дошкільного віку є складовим моментом їх готовності до початку шкільного навчання.

Подальший розвиток уваги у дітей відбувається в процесі шкільної і позашкільної діяльності. Ця діяльність ставить нові, щораз складніші вимоги до уваги учнів і разом з тим приводить до створення тих внутрішніх умов, від яких залежить її успішний розвиток. Навчальна робота ставить учнів перед потребою усвідомлювати її завдання, необхідність їх виконання незалежно від того, привабливі вони чи ні, відповідно планувати і організовувати свою діяльність, контролювати її хід і результати.

Молодший шкільний вік (7–10 років) – стійкість уваги складає 10–20 хв., малий обсяг уваги (2–3 знаки), малорозвинутий розподіл, домінує мимовільна увага. Тут особливо треба дбати про усунення зовнішніх перешкод, що заважають зосередженню дітей на роботі. Увага дітей цього віку тим стійкіша, чим більше приваблює їх сама робота. Звідси важливість турбот вчителя про те, щоб у процесі навчання викликати і зміцнювати в дітей безпосередній інтерес до його змісту, підкріплювати навчальний матеріал різними засобами унаочнення.

У період шкільного навчання всі властивості уваги неухильно розвиваються, але швидкість цього розвитку нерівномірна: у віці 10–12 років розвиток уваги уповільнюється, що пояснюється гормональним впливом пубертатного віку. До кінця підліткового віку (14–15 років) показники всіх властивостей уваги ростуть значно швидше.

У ***підлітків*** (10–15 років) розвиваються переважно довільна і післядовільна увага, зростає стійкість уваги, яка в середньому досягає 40–45 хв., обсяг – 4–6 знаків, значно вдосконалюються розподіл і переключення. Виробляються вміння бути уважним за несприятливих зовнішніх обставин, контролювати свою увагу і володіти нею. Для цього віку властиве прагнення розвивати у себе вміння бути уважним, переборювати слабкі сторони своєї уваги. Виховання уваги тісно пов'язане з формуванням відповідальності, цілеспрямованості, дисциплінованості, самоконтролю, спостережливості.

Ранній юнацький вік (16–17 років). Розвиток уваги у старшому шкільному віці прямо залежить від змісту і форм розумової і практичної

діяльності учнів. Розвивається здатність тривалого зосередженя на пізнавальних об'єктах, переборювати дію сильних відволікаючих факторів. Показник обсягу уваги зростає до 5–6 знаків і більше, стійкість уваги – 45–50 хвилин. У ряді психологічних досліджень доведено (І. В. Страхов та ін.), що розвиток довільної уваги та її особливостей у старшокласників пов'язаний з формуванням логічного мислення, узагальнюючих прийомів розумової діяльності. Від цього залежить подальше вдосконалення їх здатності переключати увагу у зв'язку з урізноманітненням видів діяльності, переходами від одних навчальних і практичних завдань до інших. Переключення уваги є важливим фактором ефективності праці в старших класах, поліпшення їх самоорганізації. Удосконалюється здатність довільно розподіляти і переключати увагу. Учні здатні одночасно виконувати чотири різні дії. Зростанням вибірковості уваги зумовлене формування інтересу старшокласників до певних галузей науки і певних видів діяльності, що сприяє глибшому засвоєнню знань в обраних галузях. У старших класах зростає роль *післядовільної уваги*. Учіння спонукається спеціальними інтересами, тривалість яких залежить від захоплення діяльністю. В юнацькому віці починає формуватися уважність до людей як важлива риса характеру підростаючої особистості.

7. Шляхи формування уваги на уроці:

1. Організація учбового матеріалу, його структурування, підбір яскравих прикладів.
2. Використання технічних засобів навчання (ТЗН).
3. Організація діяльності учнів на уроці (темп, ритм, зміна діяльності тощо).
4. Організація діяльності вчителя (його усної й письмової мови, методи педагогічного впливу і оцінки).
5. Формування в учнів навичок навчальної діяльності та наукової організації праці (дій контролю і самоконтролю).
6. Формування в учнів мотивації навчання, стійких інтересів до учбової, суспільної і трудової діяльності.

Досвідчений педагог, готуючись до уроку, завжди передбачає труднощі, які можуть виникати у школярів, намагається їм запобігти. За участю уваги відбуваються процеси оцінювання, порівнювання та корекції. Особливу роль виконує *контрольна функція уваги*. Вона сигналізує про те, що завдання ще не виконано, дію не завершено і спонукає суб'єкта до активної діяльності.

За П. Я. Гальперіним, у кожній дії людини є орієнтувальна, виконавча і контрольна частини. Увага – це контроль за змістом образу, думки, переживання, які знаходяться в даний момент часу у свідомості людини. Усі

відомі акти уваги, які виконують форму контролю, як довільного, так і мимовільного, є результатом формування нових розумових дій. Як самостійний і конкретний акт увага виділяється лише тоді, коли дія стає не тільки розумовою, а й скороченою. Тому не будь-який контроль слід розглядати як увагу. Контроль лише оцінює дію, тоді як увага сприяє її покращенню.

Для того, щоб сформувати новий прийом довільної уваги, потрібно разом з основною діяльністю запропонувати учню завдання перевірити її хід і результати, розробити і реалізувати відповідний план.

Література: [1], [3], [5], [9], [10], [12], [13], [14], [55], [57], [62], [72], [82].

Питання для самоперевірки

1. Дайте визначення уваги як форми психічної діяльності.
2. Які психологічні функції виконує увага?
3. Які фізіологічні механізми лежать в основі уваги?
4. К працює психологічний механізм регулювання уваги?
5. У чому полягає значення уваги для психічної діяльності людини?
6. Чим обумовлені різні погляди психологів на природу уваги?
7. Назвіть види уваги та наведіть приклади.
8. Назвіть основні форми уваги, поясніть їх сутність та наведіть приклади кожної з них.
9. Розкрийте основні властивості уваги.
10. Наведіть приклад стійкості уваги.
11. Чи завжди розсіяність уваги є показником неуважності людини до предмета діяльності?
12. Наведіть приклад переключення уваги.
13. Які об’єктивні і суб’єктивні фактори можуть позитивно впливати на увагу людини?
14. Чому в умовах імпульсивної поведінки (коли увага відсутня) у суб’єкта можуть виникати цілком визначені психічні стани, почуття, думки, образи, які переживаються ним з достатньою мірою ясності і чіткості для того щоб мати можливість орієнтуватися в умовах ситуації?
15. Чи завжди виникнення інтересу до діяльності обумовлює перехід від довільної уваги у післядовільну?
16. Як відбувається розвиток уваги?

Тема 10. **Відчуття і сприймання**

План

1. Проблема пізнання.
2. Поняття про відчуття. Класифікація відчуттів.
3. Загальні властивості та закономірності відчуттів.
4. Поняття про сприймання. Особливості сприймання.
5. Класифікація сприймань.
6. Перцептивні стилі й типи сприймання.

Ключові поняття: відчуття, сприймання, аналізатор, поріг відчуттів, післядія в аналізаторах, сенсибілізація, синестезія, компенсація, адаптація, послідовний образ, константність сприймання, цілісність сприймання, предметність сприймання, структурність сприймання, вибірковість сприймання, ілюзія, апперцепція, установка на сприймання, перцептивний стиль.

1. Проблема пізнання

Проблема пізнання передбачає розв'язання питання про співвідношення чуттєвого і раціонального компонентів свідомості. Людина пізнає дійсність на трьох рівнях:

1) ***безпосереднє або чуттєве*** (сенсорне і перцептивне) пізнання, для якого необхідною умовою є наявність реально існуючого предмета пізнання і дія його на органи чуттів. Це рівень відчуттів, сприймань і уявлень;

2) ***опосередковане або раціональне пізнання***, яке дає суб'єкту можливість вийти за межі емпіричних узагальнень і отримати глибокі й всебічні знання про предмети і явища дійсності. Це рівень абстракцій, виражений у гіпотезах, теоріях, законах і причинно-наслідкових зв'язках. Таке пізнання здійснюється через поняття, моделі, вимірювальні прилади і обов'язково передбачає розгорнутий «ланцюжок» логічних міркувань, тому його ще називають логічним. Форми логічного пізнання: поняття, судження і умовивід;

3) ***надчутливе пізнання –*** інтелектуальна або раціональна інтуїція (Рене Декарт), метафізика, безпосереднє, природжене істинне знання, як результат взаємодії душі зі світом ідей (Платон). Цей вид пізнання особливо розповсюджений у містичних релігійних і філософських езотеричних течіях (ведизм, піфагореїзм, платонізм, гностики, розенкрейцери та ін.).

Між чуттєвим і логічним пізнанням існує тісний взаємозв'язок. Логічне пізнання не може бути здійсненим без опори на чуттєве, а останнє, в свою чергу, змінюється і розвивається під впливом логічного пізнання.

Структура прийому інформації

Під впливом подразника на *органи чуттів* виникають *нервові імпульси*, які нервовими провідниковими шляхами потрапляють в *головний мозок*, там обробляються і формуються окремі *відчуття*, на основі яких складається цілісний *образ сприйманого предмета*. Цей образ співставляється з *еталоном пам'яті*, в результаті чого відбувається *впізнавання* предмета, а потім за посередництвом мислительної діяльності поточна інформація співставляється з минулим досвідом і таким чином відбувається *осмислення* інформації. *Увага* повинна бути спрямована на прийом і розуміння інформації.

Чуттєве пізнання забезпечується такими пізнавальними процесами як відчуття і сприймання.

2. Поняття про відчуття

Відчуття – це відображення в корі головного мозку окремих властивостей предметів та явищ оточуючого світу, які в даний момент впливають на органи чуття людини. Розрізняють:

а) зовнішні відчуття – відчуття запаху, смаку, тепла, холоду, кольору, ваги тощо;

б) внутрішні – голоду, спраги, рухів тіла, положення його у просторі.

Відчуття здійснюють дві функції:

1) *інформаційна функція* – вони несуть інформацію про оточуючий світ, внутрішній стан організму. Дослідження показали, що в умовах сенсорної ізоляції через короткий час починається розлад психіки.

2) *регуляторна функція* – інформація потрібна для того, щоб регулювати життєдіяльність організму, для встановлення взаємозв'язків з оточуючим середовищем та пристосування до нього. У відповідності з одержаною інформацією здійснюється управління роботою органів дихання, серцево-судинної системи, залоз внутрішньої (та зовнішньої) секреції, м'язового апарату та самих органів чуттів. Причому центральна нервова система не тільки сигналізує відповідним органам про виконання тієї чи іншої дії, а й одержує повідомлення про характер її виконання і, у разі потреби, вносить необхідні корективи, тобто здійснює зворотний зв'язок (аферентацію).

Для виникнення відчуттів потрібні наступні ***умови***:

1) фізичні властивості об'єктів матеріального світу (колір, звук, температура, вага тощо), які називаються подразниками;

2) вплив подразників на органи чуття – подразнення;

3) фізіологічний процес збудження, що виникає під впливом дії подразників на складні нервові механізми, які І. П. Павлов назвав

аналізаторами. У людини в процесі еволюції утворилися такі аналізаторні системи: зорова, слухова, тактильна, нюхова, смакова.

Кожний ***аналізатор*** складається з трьох частин:

периферійна – її становить орган чуття (рецептор), що сприймає подразнення і перетворює фізичну енергію подразника у нервовий імпульс;

провідникова – відповідний центровий нерв;

центральна – та ділянка кори великих півкуль, де представлений даний аналізатор, що сприймає лише адекватне йому подразнення: слуховий – звуки, дотиковий – дотики, нюховий – запахи, розкладаючи тим самим на елементи безмежну кількість впливів, які діють на організм. Аналізатори без впливу матеріального об'єкта залишаються бездіяльними. Відчуття виникають як реакція нервової системи на той чи інший подразник і мають рефлекторний характер.

Відчуття розрізняють за характером відображення і місцем розташування рецепторів:

1) ***екстероцептивні*** (зовнішні) – ті, які відображають властивості предметів та явищ зовнішнього середовища і мають рецептори на поверхні тіла. Вони діляться на дві групи:

а) *контактні* – передають подразнення за безпосереднього контакту з об'єктами, що впливають на них;

б) *дистантні* – реагують на подразнення від віддаленого об'єкту.

2) ***інтерорецептивні*** (внутрішні) відчуття мають рецептори, які розташовані у внутрішніх органах і тканинах тіла і відображають стан внутрішніх органів.

3) ***пропріорецептивні*** – відчуття, рецептори яких розташовані у м'язах та зв'язках: вони дають інформацію про рух і положення нашого тіла. Підклас пропріоцепцій, який являє собою чутливість до руху, називається також *кінестезією*, а відповідні рецептори – *кінестетичними*.

Деякі види відчуттів можна вважати зовнішньо-внутрішніми: температурні, больові, смакові та ін.

3. Загальні властивості та закономірності відчуттів

До властивостей відчуттів відносять:

1) ***якість*** – основна особливість даного відчуття, яка відрізняє його від інших видів відчуттів і варіюється у межах даного виду відчуттів (слухові – за висотою, тембром, гучності; зорові – за насиченістю, контрастом, кольором тощо).

2) ***інтенсивність*** – кількісна характеристика відчуттів, яка відрізняється силою діючого подразника і функціональним станом рецептора.

3) ***тривалість*** – часова характеристика. Головним чином визначається часом дії подразника на орган чуттів та його інтенсивністю.

Під час дії подразника на орган чуттів відчуття виникає не одразу, а згодом, через деякий час. Ця закономірність дістала назву латентного (прихованого) періоду відчуттів. Наприклад, тактильні відчуття виникають через 130 мілісекунд, больові – 370, смакові – 30 млск.

Подібно до того як відчуття не виникає одночасно з початком дії подразника, воно і не зникає одночасно з припиненням дії подразника. Ця інерція відчуттів проявляється у так звані *післядії відчуттів* (дзвін у вухах). Вона використовується, наприклад, у кінематографі під час демонстрації окремих кадрів, фаз рухів, коли виникає ілюзія безперервності руху.

4) ***просторова локалізація*** – просторовий аналіз, який здійснюється дистантними рецепторами, дає нам інформацію про локалізацію (розташування) подразника у просторі.

Виникнення і перебіг відчуттів підпорядковані ряду ***закономірностей***. Провідною з яких є:

1) ***пороги чутливості*** аналізатора – це той діапазон у силі подразнень, в межах якого можуть виникати відчуття. Приміром, матеріальним джерелом слухових відчуттів є коливання повітряних хвиль, діапазон яких у людини знаходиться в межах від 16 до 20000 коливань за секунду.

Розрізняють абсолютні та відносні пороги чутливості аналізатора. *Абсолютні пороги* у свою чергу поділяються на нижній та верхній.

Нижнім порогом чутливості називається подразнення мінімальної сили, яке, діючи на органи чуттів, здатне спричинити відчуття. Цей поріг характеризує гостроту чутливості аналізатора: чим він нижчий, тим аналізатор чутливіший (тим меншої сили подразнення відчувається), і навпаки – чим поріг вищий, тим менш чутливий аналізатор.

Середнє значення нижніх абсолютних порогів виникнення відчуттів

Аналізатор	Величина нижнього абсолютного порогу
Зоровий	Здатність сприймати ясною темною ніччю полум'я свічки на відстані 48 км. від ока
Слуховий	Розрізнення цокання наручного годинника в повній тиші на відстані до 6 м.
Смаковий	Відчуття наявності 1 ч. л. цукру в розчині 8 л. води
Нюховий	Відчуття наявності парфумів при лише одій краплі у приміщенні, що складається з 6 кімнат
Тактильний	Відчуття руху повітря, спричиненого падінням крила мухи на поверхню шкіри з висоти близько 1 см.

Верхнім порогом абсолютної чутливості є найбільша сила подразника, за якої ще виникає відчуття даного виду. Так, збільшення гучності звуку понад 120–140 децибелів викликає біль у вухах і стає небезпечним для слухового аналізатора людини.

Відносний поріг, або поріг розрізнення – це мінімальна різниця у силі двох подразників, яка викликає ледве помітну різницю в інтенсивності відчуттів. Так, людина відчуває, що вага змінилась, якщо її збільшити або зменшити на 1/30 попередньої ваги. Отже, поріг розрізнення ваги становить 1/30. Для світла він дорівнює – 1/100, для звуку – 1/10. Ці дані пояснюються законом Вебера – Фехнера: *зі зростанням сили подразника в геометричній прогресії інтенсивність відчуття збільшується в арифметичній прогресії;*

2) ***адаптація*** – це зміна чутливості аналізатора відповідно до сили подразника. Вона настає при сильних або слабких, але тривалих подразненнях. Наприклад, ми перестаємо відчувати дотик ручного годинника – таким малим стало відчуття; перебуваючи деякий час у темряві, починаємо розрізняти навколишні предмети – зір значно посилився, загострився;

3) чутливість одного аналізатора може змінюватися і під впливом подразнення іншого. Це явище називається ***сенсибілізацією*** – підвищення чутливості аналізатора в процесі його взаємодії з іншим аналізатором або при систематичному тренуванні. Як правило, це явище виникає при слабких подразненнях. Так, слабкий слуховий подразник підвищує чутливість зорового аналізатора до кольору. Але можливе і послаблення чутливості аналізатора під впливом неадекватного подразнення (сильні і тривалі подразники). Наприклад, дуже яскраве світло знижує слухову чутливість;

4) ***компенсація*** – підвищення чутливості одних аналізаторів при втраті чутливості іншими. Наприклад, надзвичайного розвитку набувають слухові і тактильні відчуття у сліпих, у глухих – відчуття вібрації: дехто з людей, що втратили слух, можуть слухати музику, поклавши руку на інструмент, спершись на нього ліктем, тощо;

5) ***синестезія*** – поява відчуттів, не характерних для тих аналізаторів, які подразнюються. Найчастіше це – зорові образи при подразненні слухового аналізатора, але можливі синестезії у різних видах відчуттів: недарма ми вживаємо вислови типу «гострий смак», «солодкі звуки» і т. п.;

6) ***післядія в аналізаторі*** – явище, за якого збуджений аналізатор не припиняє своєї роботи одразу після зникнення подразнення, і відчуття ще деякий час триває, хоча подразник вже не діє на аналізатор. Післядію у зоровому аналізаторі називають ***послідовним образом***. Послідовні образи бувають позитивними і негативними, ахроматичними та хроматичними. Позитивні послідовні образи за своєю якістю відповідають подразнику, який

їх викликав, тобто образ баченого певний час зберігається без змін. Позитивні послідовні образи так чи інакше переходять у негативні. Негативні послідовні образи за своєю якістю зворотні або додаткові якості реального подразника: біле – чорне, зелене – червоне, і т. п.

Чутливість аналізаторів, яка властива конкретній людині, не є постійною й незмінною. Для відчуттів людини, як і для будь-якого іншого психічного процесу, властива загальна закономірність: вони розвиваються у процесі діяльності.

Сенсорне виховання дітей, тобто розвиток у них різноманітних відчуттів, вимагає спеціального вправляння, що приведе до чіткої диференціації відчуттів, збільшення їх точності, різноманітності, усвідомленості.

4. Поняття про сприймання. Особливості сприймання

Сприймання – це відображення в свідомості людини предметів або явищ об'єктивної дійсності за їх безпосередньої дії на аналізатори. У процесі сприйняття формується цілісний (перцептивний) образ (предмета, ситуації, іншої людини).

Перехід від відчуттів до сприймань – це перехід до складнішого і більш повного відображення людиною оточуючого світу. Зовнішні явища, які діють на наші органи чуттів, викликають суб'єктивний ефект у вигляді відчуттів без будь-якої зустрічної активності суб'єкта по відношенню до дії. Здатність відчувати властива всім живим істотам, які мають нервову систему, з народження. Здатність сприймати світ у вигляді образів мають тільки людина та вищі тварини, вона у них утворюється і удосконалюється у життєвому досвіді. На відміну від сприймань, відчуття не сприймаються як властивості конкретних явищ або процесів, які відбуваються зовні і незалежно від нас. Сприймання завжди постає як те, що суб'єктивно співвідноситься з оформленою у вигляді предметів, існуючою поза нами дійсністю, навіть тоді, коли ми маємо справу з ілюзіями або коли властивість, яку ми сприймаємо, викликає просте відчуття (в даному випадку це відчуття обов'язково відноситься до якогось явища або об'єкту, асоціюється з ним).

Відчуття знаходяться в нас самих, а властивості предметів, що ми сприймаємо, їх образи, локалізовані у просторі. Цей процес, який характерний для сприймання, на відміну від відчуттів, називається об'єктивацією.

Ще одна відмінність сприймання від відчуттів полягає в тому, що результатом виникнення відчуттів є деяке відчуття (яскравості, гучності, солоного, рівноваги тощо), в той час як в результаті сприймання складається образ, який включає комплекс різних взаємопов'язаних відчуттів, які

приписуються людською свідомістю певному предмету, явищу, процесу. Для того щоб певний предмет був сприйнятий, необхідно здійснити стосовно нього певну зустрічну активність, яка спрямована на його дослідження, побудову та уточнення образу. Для появи відчуттів цього, як правило, не потрібно.

Окремі відчуття, так би мовити, «прив'язані» до специфічних аналізаторів, і достатньо буває дії стимулу на їх периферійні органи (рецептори), щоб виникло відчуття. Образ, який складається в результаті процесу сприймання, передбачає взаємодію, скоординовану роботу одразу кількох аналізаторів.

Сприймання як і відчуття – рефлекторний процес. І. П. Павлов дослідив, що в основі сприймання лежать умовні рефлекси, тимчасові нервові зв'язки, які утворюють у корі великих півкуль головного мозку під час дії на рецептори предметів або явищ оточуючого світу. Порівняно з відчуттями сприймання є вищою формою аналітико-синтетичної діяльності мозку. В основі сприймання лежать два види нервових зв'язків: зв'язки, які утворюються у межах одного аналізатора, і міжаналізаторні зв'язки. Перший випадок спостерігається під час дії на організм комплексного подразника однієї модальності (мелодія – сукупність окремих звуків – один складний подразник). Інший випадок – це зв'язки у межах різних аналізаторів. І.М. Сєченов пояснював сприймання предмета або простору *асоціацією* зорових, кінестезичних, дотикових та інших відчуттів. До цих асоціацій у людини обов'язково приєднується і слуховий образ слова, яким позначається цей предмет або просторове відношення. Завдяки таким зв'язкам між аналізаторами ми відображаємо і такі властивості предметів або явищ, для яких не існує спеціальних аналізаторів (розмір предмета, його вага тощо). Тому у сприйманні людина глибше пізнає світ, ніж у відчуттях.

Сприймання – це своєрідна дія, спрямована на обстеження об'єкта, що сприймається, і на створення його копії, його подібності. Важливим компонентом сприймання є моторні процеси (рухи рук, очей). Велику роль відіграють моторні компоненти в акті дотику.

Аналіз функцій рухів руки у процесі дотику і ока у процесі зору показав, що вони діляться на два великих класи:

1. Рухи пошукові, установчі та коректувальні.

2. Рухи, які приймають участь у побудові образу, у вимірюванні просторових характеристик об'єкта, у впізнанні знайомих об'єктів. Це клас *перцептивних дій*. Можна сказати, що сприймання – це система перцептивних дій, оволодіння якими вимагає спеціального навчання та практики.

Основні особливості сприймання:

1) ***Цілісність*** – це структурна єдність частини сприйнятого, коли навіть за окремою рисою вимальовується об'єкт у всій повноті і багатогранності: за пелюсткою – квітка, за контурами – постать, за запахом – речовина;

2) ***Предметність*** – віднесення образу сприйнятого предмета до самого предмета, в результаті чого для суб'єкта, який сприймає, ніби зникає різниця між реальним суб'єктом і його образом, відбувається об'єктивіцазія – образ немов зливається з самим об'єктом: ми бачимо не відображення будинку, зошита, книги у нашому мозку, а сам будинок, зошит, книгу;

3) ***Осмисленність*** – розуміння суті сприйнятого об'єкта, його призначення, належності до певної групи, класу, категорії об'єктів. Розглядаючи місто, ми жилі будинки сприймаємо як споруди для життя людей, школи як учбові заклади, зелені насадження як сквери як для відпочинку і т. п.;

4) ***Константність*** – відносна стійкість образу сприйнятого об'єкта, незважаючи на зміни умов сприймання – відстані, освітленості, положення у просторі. Далекі об'єкти дають на сітківці ока малий відбиток, але сприймаються не як малі, а як віддалені; при певному куті зору на круглі об'єкти вони відбиваються на сітківці як еліпс, але сприймаються все ж круглими і т. п. Механізмом константного сприймання є динамічні стереотипи, тобто тимчасові нервові зв'язки, утворені під впливом багаторазового сприймання предмета в певній системі послідовності, структурі.

5) ***Узагальненість*** – одиничні об'єкти сприймаються як особливий прояв загального, яке представляє певний клас об'єктів, однорідних з даним за якоюсь ознакою.

6) ***Вибірковість*** – переважне виділення одних об'єктів порівняно з іншими. Вибірковість розкриває активність людського сприймання, яке обумовлюється потребами і інтересами, професійною спрямованістю і т. п.

Фактори продуктивності сприймання

Велике значення у будь-якій діяльності, а особливо в навчальній, має якість сприймання, його продуктивність. До показників продуктивності сприймання відносяться:

1) ***обсяг сприймання*** – кількість об'єктів, яку може сприйняти людина упродовж однієї фіксації або за одиницю часу;

2) ***швидкість*** – час, який потрібен для адекватного сприймання предмета або явища;

3) ***точність*** – відповідність образу що виник особливостям того об'єкту, що сприймався, і завданню, яке стоїть перед людиною;

4) ***повнота*** – ступінь цієї відповідності;

5) ***надійність*** – можлива тривалість сприймання з необхідною точністю і вірогідність адекватного сприймання об'єкта в заданих умовах і протягом заданого часу.

Саме за цими показниками можна судити про рівень розвитку перцептивних здібностей людини.

5. Класифікація сприймань

Залежно від критерію, покладеного в основу класифікації, розрізняють різні види сприймань:

1) ***від особливостей об'єкта, що сприймається***, виділяють:
   сприймання предметів;
   сприймання мовлення (письмового та усного);
   сприймання музики;
   сприймання людини людиною – «*соціальна перцепція*».

Соціальна перцепція є професійною важливою якістю вчителя і має дві сторони: 1) *когнітивна* – здатність за зовнішнім проявом зрозуміти, що насправді являє собою людина, проникнути в глибину її особистості та індивідуальності; 2) *емоційна* – здатність визначити за зовнішніми, поведінковими ознаками емоційний стан, в якому знаходиться людина в даний момент, здатність до співпереживання, тобто *емпатія*.

2) ***залежно від провідної ролі того чи іншого аналізатора:*** зорове сприймання, дотикове, слухове, нюхове, кінестезичне, смакове.

3) ***залежно від форм існування матерії*** виділяють: сприймання простору, сприймання часу, сприймання руху.

✓ *Сприймання простору* – це відображення об'єктивно існуючого простору. Включає в себе сприймання форми, розміру і взаємного розташування об'єктів, їх рельєфу, віддаленості і напрямку, в якому вони знаходяться. Особливу роль у просторовій орієнтації виконують зоровий і руховий аналізатор, за допомогою якого встановлюється взаємодія між різними аналізаторами.

✓ *Сприймання часу* – відображення тривалості, швидкості та послідовності або одночасності перебугу явищ дійсності. В основі сприймання часу лежить ритмічна зміна збудження та гальмування, затухання збуджувального та гальмівного процесів у центральній нервовій системі, у великих півкулях головного мозку. У сприйманні часу приймають участь різні аналізатори, але найбільш точне орієнтування та диференціювання проміжків часу дають кінестезичні та слухові відчуття.

✓ *Сприймання руху* – це відображення зміни положення, яке об'єкти займають у просторі. Основну роль у сприйманні руху відіграють зоровий та

кінестетичний аналізатори. Людина може одержувати інформацію про пересування предметів у просторі двома різними шляхами: безпосередньо сприймаючи акт пересування і на основі умовиводу про рух об'єкта, який деякий час перебував в іншому місті (годинникові стрілки).

Сприймання не завжди дає адекватне відображення предметів об'єктивного світу. Властиве в певних умовах всім людям неадекватне, помилкове відображення предметів називається ілюзією. *Ілюзії* – це відхилення сприйняття конкретного об'єкта за формою, кольором, величиною, консистенцією, константтністю, віддаленістю від суб'єкта сприйняття. За модальністю ілюзії поділяють на зорові, слухові, тактильні та рухові. Зорові ілюзії спостерігаються при зоровому сприйманні плоских контурних зображень. Це *оптико-геометричні ілюзії*, які виявляються в уявному викривленні метричних відношень між окремими елементами зображень. На ілюзії видимого руху базується ефект кінематографу, особливостями індукованого руху пояснюється «залізнична» ілюзія (рух нерухомого об'єкта (спостерігача), зумовлений спостереженням за рухом близьких до нього навколишніх об'єктів). Причинами виникнення ілюзій також можуть бути несприятливі умови сприймання (дощ, туман, сутінки), дефектність органів чуття (короткозорість, часткова глухота), сильні емоційні переживання людини та ін.

Зміст сприймання визначається такими важливими факторами як *установка на сприймання*, інтерес, значущість того, що сприймається для суб'єкта. Установка впливає також і на характер сприймання. Сприймання залежить від бажання чи небажання людини сприйняти об'єкт, від її настрою, переживань і почуттів, від світогляду і знань, вольових якостей та особливостей характеру і темпераменту. Залежність сприймання людини від змісту всього її попереднього досвіду, який впливає на формування гіпотез про особливості сприйманого об'єкта, називається *апперцепцією*.

5. Перцептивні стилі й типи сприймання.

Перцептивні стилі проявляються у способах організації суб'єктом свого сприйняття. Вдмінності в перцептивних стилях формування первинних образів проявляються в таких параметрах:

1) аналітичність – синтетичність.

Аналітичний – люди цього типу схоплюють перш за все деталі тих об'єктів, що сприймаються, а потім переходять до їх узагальнення. Переживають труднощі у виділенні цілісної структури, орієнтуються на відмінності.

Синтетичний – у представників цього типу переважають загальні уявлення, тенденція до сприйняття явища як інтегрованого цілого іноді на шкоду пізнанню окремих властивостей предметів та явищ.

Для представників *аналітико-синтетичного* типу властива здатність сприймати як деталі так і предмети в цілому.

2) об'єктивність – суб'єктивність.

Люди *суб'єктивного типу* сприймання виявляють тенденцію до формування широкого поля сприйняття з доповненням суб'єктивною інтерпретацією сприйнятого, «забарвлюють» образи сприйнятих ними об'єктів власними переживаннями, накладають на них відбиток свого емоційного стану. Для представників *об'єктивного типу* притаманні незворушність і точність, нейтральність при сприйманні оточуючого.

3) концептуальність – перцептивність.

Концептуальність (активність) виявляється в раціональному підході та формулюванні гіпотез про правильні підстави для класифікацій.

Перцептивність (пасивність) виявляється у використанні методу проб та помилок на підставі безпосереднього сприйняття стимулу.

4) упевненість – обережність.

Упевненість (тенденція до оцінювання) виявляється в здатності виразити сприйняте одним узагальненням, включаючи і неіснуючі деталі.

Обережність (уникання оцінювання) виявляється в детальному звіті про сприйняте з повідомленням найменших деталей.

5) дезінтегрованість – інтегрованість.

Дезінтегрованість проявляється в нестабільності, незакономірності та непов'язаності сприйнятого з реальністю. *Інтегрованість* проявляється в реалістичності, логічності, систематичності сприйняття.

6) орієнтованість на колір – орієнтованість на форму.

Орієнтованість на колір проявляється в тенденції надавати перевагу ознакам кольору як основі класифікації. *Орієнтованість на форму* проявляється в тенденції надавати перевагу ознакам форми як основі класифікації.

7) *візуальність – гаптичність*.

Візуальність проявляється як тенденція спиратись при інтерпретації на зорові образи. *Гаптичність* проявляється як тенденція спиратися при інтерпретації на дотиково-кінестетичні враження.

У широкому спектрі різних досліджень перцептивних стилів виявлено, що існують дві групи досліджуваних. *Першій групі* властиві прояви синтетичності, суб'єктивізму, впевненості, активності, *другій групі* властиві прояви аналітичності, об'єктивності, невпевненості, пасивності.

Виявлення індивідуальних властивостей сприймання в учнів і врахування їх у процесі роботи з ними допоможе, по-перше: уникнути однобічності сприймання дітьми навчального матеріалу; по-друге: правильно здійснити професійну орієнтацію дітей.

Література: [1], [3], [5], [8], [10], [12], [13], [14], [56], [57], [60], [61], [72].

Питання для самоперевірки

1. Яку роль відіграють відчуття і сприймання у загальному процесі пізнання людини?
2. За якими критеріями побудована сучасна класифікація відчуттів?
3. Дайте характеристику основних видів відчуття.
4. Назвіть і охарактеризуйте основні властивості відчуттів.
5. Що таке чутливість і поріг чутливості?
6. Чим пороги розрізнення відрізняються від абсолютних порогів?
7. Що розуміють під «адаптацією» відчуттів?
8. Чи можливий розвиток чутливості у людини?
9. Чим подібні і чим відрізняються сприймання від відчуттів?
10. Чому сприймання не можна звести до простої суми відчуттів?
11. Назвіть основні властивості сприймання.
12. Дайте характеристику закономірностей сприймань.
13. За якими показниками визначається продуктивність сприймання?
14. Який вплив справляє на сприймання людини попередній досвід?
15. Що таке ілюзії сприймання? Наведіть приклади.
16. Розкажіть про особливості сприйняття часу, простору, руху. Наведіть приклади із власного досвіду.
17. У чому проявляється активний характер відчуттів і сприймань у взаємодії людини із середовищем?
18. Які індивідуальні особливості сприймання?
19. Що таке спостереження та його значення для праці вчителя?

Тема 11. **Пам’ять**

План

1. Поняття про пам’ять як психічний процес.
2. Види пам’яті та їх особливості.
3. Теорії і закони пам’яті.
4. Індивідуальні відмінності пам’яті у людей.
5. Формування і розвиток пам’яті.

Ключові поняття: пам’ять, механізми пам’яті, асоціативна теорія пам’яті, діяльнісна теорія пам’яті, рухова пам’ять, емоційна пам’ять, образна пам’ять, словесно-логічна пам’ять, механічне запам’ятовування, асоціація, логічне запам’ятовування, забування, впізнавання, власне відтворення, пригадування, згадування, явище ремінісценції, продуктивність запам’ятовування, мнемотехнічні прийоми запам’ятовування.

1. Поняття про пам’ять як психічний процес

Пам’ять – це фіксація, збереження і наступне відтворення людиною обставин її життя і діяльності, її минулого досвіду. Пам’ять – найважливіша психічна функція, яка є об’єднавчою ланкою організації психіки. Кожен пізнавальний процес перетворюється в пам’ять, і будь-яка форма пам’яті трансформується у щось інше. Пам’ять відрізняється від усіх інших пізнавальних процесів тим, що вона безпосередньо не спрямована на відображення зовнішнього середовища. На відміну, наприклад, від сприйняття і мислення пам’ять лише реконструює та організовує вже отриману інформацію. Нове знання вона конструює шляхом реорганізації відображень предметів, подій в *уявленнях* – суб’єктивних чуттєвих образах попередніх сприймань.

Завдяки пам’яті зберігається цілісність «Я» людини, усвідомлюється єдність її минулого і теперішнього. Пам’ять лежить в основі здібностей, є необхідною умовою научіння, набуття знань, формування умінь і навичок. Без пам’яті не можливе нормальне функціонування а ні особистості, а ні суспільства. Пам’яттю наділені всі живі істоти, але найвищого рівня розвитку вона досягає у людини. У долюдських організмів є лише два види пам’яті:

1) генетична і 2) механічна.

Генетична пам’ять – це передача спадковим шляхом із покоління в покоління життєво необхідних біологічних, психічних і поведінкових властивостей (наприклад, рефлекторні форми реагування, інстинктивні форми поведінки). У людини – це єдиний вид пам’яті, який не піддається впливу через навчання і виховання.

Механічна пам'ять – це здатність до рефлекторного научіння, до набуття індивідуального життєвого досвіду живим організмом. За механічного запам'ятовування *повторення* є єдиним засобом фіксації у пам'яті суб'єкта потрібних відомостей.

Можливості пам'яті тварин обмежені їх органічною будовою, вони можуть пам'ятати і відтворювати лише те, що безпосередньо набувається шляхом класичного умовно-рефлекторного або ж оперантного *научіння* (коли правильна реакція або зміна поведінки підкріплюється і стає більш ймовірною) без використання мнемічних засобів.

У людини завдяки мові як засобу запам'ятовування і збереження інформації відпала потреба покладатися лише на свої природні (органічні) можливості. Людство постійно удосконалює засоби і прийоми покращення пам'яті та збереження необхідної інформації. У різні історичні епохи роль пам'яті була неоднакова. У прадавні часи, коли людство ще не володіло писемністю, вимоги до точності і стійкості запам'ятовування і збереження інформації були особливо жорсткими. У наш час завдання майже буквально відтворювати сприйняте раніше уже не вимагається, натомість пріоритетним є розумовий розвиток, який пов'язаний з такими властивими лише людині видами пам'яті як *довільна*, *логічна* і *опосередкована.*

Довільна пам'ять пов'язана з постійним вольовим контролем над процесом запам'ятовування. *Логічна* або *смислова* пам'ять заснована на узагальнених і систематизованих асоціаціях, які відображають найбільш важливі та істотні властивості та відношення предметів і явищ навколишньої дійсності. *Опосередкована* пам'ять пов'язана з використанням різноманітних засобів запам'ятовування – предметів матеріальної і духовної культури.

Пам'ять має три основні ***функції*** (процеси): запам'ятовування, збереження і відтворення інформації.

1) ***Запам'ятовування*** відбувається в трьох формах:

а) *закарбування* – це короткочасне або тривале збереження матеріалу, який подавався одноразово на декілька секунд (іконічна або миттєва пам'ять);

б) *мимовільне запам'ятовування* – збереження в пам'яті матеріалу, який неодноразово сприймався, але людина не ставила перед собою спеціального завдання його запам'ятати. Максимальної продуктивності мимовільне запам'ятовування досягає під час розв'язування задач, що потребують пошуку невідомого, розуміння прихованих зв'язків і відношень;

в) *довільне запам'ятовування* (заучування) – цілеспрямоване запам'ятовування з метою збереження матеріалу в пам'яті. Мнемічна спрямованість має різний зміст, яким може бути *повнота*, *точність* або *тривалість* запам'ятовування. Відповідно, запам'ятовування може бути

суцільним або вибірковим, дослівним або «своїми словами», відповідатиме чи не відповідатиме тій послідовності, в якій подавався матеріал, «назавжди» або на певний час. Ефективність довільного запам'ятовування значною мірою залежить від повторення – неодноразового відтворення матеріалу, та заучування – багаторазового повторення. У разі повторення матеріал краще запам'ятовується тоді, коли подрібнюється на частини, кожна з яких повторюється окремо.

2). *Збереження* – процес пам'яті, що забезпечує утримання результатів запам'ятовування протягом тривалого часу. Значною мірою воно залежить від міцності запам'ятовування та використання матеріалу в діяльності. Чим частіше використовується матеріал, чим більшого значення йому надає людина, тим довше він зберігається в її пам'яті. Збереження має два аспекти: а) власне збереження; б) забування.

Забування – процес, протилежний збереженню. Забування виявляється в тому, що втрачається чіткість запам'ятованого, зменшується його обсяг, виникають помилки у відтворенні, стає неможливим відтворення і, нарешті, унеможливлюється впізнання.

Німецький вчений *Герман Еббінгауз* (1850–1909), на підставі експериментів із запам'ятовування беззмістовних складів визначив, що через деякий час після заучування відсоток матеріалу, який ще зберігається в пам'яті, є обернено пропорціональним до його обсягу. Чим краще матеріал зберігається, тим легше потім його відтворити.

3). *Відтворення* – є показником міцності запам'ятовування й водночас наслідком цього процесу. Основою для відтворення є активізація раніше утворених тимчасових нервових зв'язків у корі великих півкуль головного мозку. Відтворення матеріалу, який зберігається в довготривалій пам'яті, полягає в переході його з довготривалої пам'яті в короткотривалу, тобто актуалізація його у свідомості. Відтворення залежить від процесів запам'ятовування і забування, але має також свої особливості та механізми. Відтворення відбувається на декількох рівнях:

а) впізнавання або відтворення з опорою на сприймання;

б) власне відтворення, що не викликає вольового зусилля;

в) пригадування – потребує вольового зусилля;

г) спогад – локалізоване у часі й просторі відтворення образів минулого суб'єкта (життєвого шляху).

В ігровій, навчальній та трудовій діяльності пам'ять функціонує у тісному взаємозв'язку з іншими психічними процесами і властивостями особистості.

2. Види пам’яті та їх особливості

Існує декілька критеріїв, за якими пам’ять поділяється на види.

І. ***За характером психічної активності***, яка переважає в діяльності людини:

1) *рухова пам’ять* (моторна активність);

2) *емоційна* або а*ффективна пам’ять* (активність почуттєвої сфери);

3) *образна* (активне відображення картин природи і людського життя) – включає зорову, слухову, дотикову, нюхову і смакову пам’ять;

4) *словесно-логічна* (вербальна).

ІІ. ***Залежно від участі волі*** в процесах запам’ятовування і відтворення:

1) *мимовільна*;

2) *довільна*.

ІІІ. ***За тривалістю запам’ятовування*** (час, протягом якого інформація зберігається в пам’яті):

1) *Сенсорна* (миттєва) або *іконічна*. Її тривалість від 0,1 – 0,5 с до 2с. Це пам’ять-образ – повне остаточне враження, яке виникає від безпосереднього сприйняття стимулів. Завдяки сенсорній пам’яті ми отримуємо можливість розпізнавати образи ще в процесі їх формування і відразу ж «зчитувати» необхідну інформацію.

2) *Короткочасна* пам’ять. Забезпечує оперативне утримування і відтворення матеріалу, що надходить із сенсорної і довгочасної пам’яті. Тривалість утримання мнемічних слідів не перевищує декількох десятків секунд, в середньому становить близько 20 с (без повтору). У короткочасній пам’яті зберігається не повний, а лише узагальнений образ сприйнятого, його найсуттєвіші елементи. Її характеризує показник обсягу, який в середньому містить від 5 до 9 одиниць інформації, які людина в змозі точно відтворити після декількох десятків секунд. Проте це не стосується наочного матеріалу (облич, пейзажів, творів образотворчого мистецтва), обсяг короткочасного запам’ятовування якого може бути більшим. Короткочасна пам’ять пов’язана з так званою актуальною свідомістю людини. З миттєвої пам’яті в неї потрапляє лише та інформація, яка усвідомлюється, співвідноситься з актуальними інтересами і потребами людини, привертає до себе її підвищену увагу.

3) *Довгочасна* – здатність зберігати інформацію часто значного обсягу протягом тривалого часу (від годин до десятиліть). Інформація відтворюється людиною багато разів і без втрат. Матеріал запам’ятовується і зберігається завдяки його перебудові в особливим чином організовані смислові групи. Систематичне відтворення інформації – це запорука розвитку довгочасної пам’яті, яка до того ж потребує мислення і зусиль волі.

4) *Оперативна пам'ять* розрахована на збереження інформації протягом певного, заздалегідь визначеного терміну, в діапазоні від декількох секунд до декількох днів. Вона обслуговує лише окремі дії, після виконання яких інформація, збережена чи відтворена оперативною пам'яттю, стає непотрібною і забувається. Цей вид пам'яті займає проміжне положення між короткочасною і довгочасною пам'яттю.

IV. ***За способом запам'ятовування*** виділяють:

а) механічну; б) смислову.

3. Теорії і закони пам'яті

Дослідженням пам'яті займаються представники різних наук: психології, біології, генетики, медицини, кібернетики. Усі вони разом розширюють наші знання про природу пам'яті. Розглянемо детальніше власне психологічні теорії пам'яті у хронологічному порядку їх виникнення.

1) ***Асоціативна теорія***. Виникла у 17 ст., її положення активно розроблялися у 18 – 19 ст., не втратила свого наукового значення і в наш час. Представники: *Г. Еббінхаус, Г. Мюллер* та ін. Центральним поняттям даної теорії є *асоціація* – зв'язок між окремими психічними явищами (відчуттями, уявленнями, думками, почуттями), їх поєднання, за якого актуалізація одного з них зумовлює появу іншого. Пам'ять розуміється як складна система короткочасних і довгочасних, більш або менш стійких асоціацій *за суміжністю, подібністю, контрастом, часовою і просторовою близькістю*. Окремі елементи інформації запам'ятовуються, зберігаються і відтворюються не ізольовано, а в певних логічних, структурно-функціональних і смислових асоціаціях з іншими. Особливий вид асоціацій – *причинно-наслідкові*, які відображають причинні зв'язки між подразниками і є основою для логічного мислення. Розумова діяльність школяра пояснюється процесом утворення складних систем асоціацій і переходу від простих механічних асоціацій до складних смислових. *Основна проблема*, яку не змогла розв'язати ця теорія, – це пояснення вибірковості людської пам'яті, адже асоціації утворюються на випадковій основі, а пам'ять із всього масиву інформації, яка надходить і зберігається в мозку людини, обирає завжди певну інформацію.

2) *Гештальттеорія* (кінець 19 ст. – 30-ті роки 20 ст.). Представники: *М. Вертгеймер, К. Левін, Б. Зейгарник*. Вихідний принцип, на базі якого слід пояснювати феномен пам'яті, на їх думку, це не асоціація первинних елементів, а їх цілісна організація – гештальт (з нім. *Gestalt – образ, структура, цілісна форма*). Прихильники цієї теорії вважали, що матеріал, як при запам'ятовуванні так і при відтворенні, постає у вигляді цілісної структури, а не випадкового набору елементів. Гештальтистам певною мірою

вдалося пояснити проблему вибірковості пам'яті через поняття «потреба» та «установка». Так, деякий актуальний на даний момент стан потреби створює у людини певну установку на запам'ятовування або відтворення. Відповідна установка оживляє у свідомості індивіда деякі цілісні структури (гештальти), на базі яких у свою чергу запам'ятовується або відтворюється матеріал. Ця установка контролює хід запам'ятовування і відтворення, визначає відбір потрібних відомостей. Однак, ця теорія не змогла розв'язати проблему формування і розвитку пам'яті людини у філо- і онтогенезі, адже гештальти мислились як наперед задані природжені утворення психіки, які протягом життя залишаються незмінними.

3) *Смислова теорія* (поч. 20 ст.). Представники: *А. Біне, К. Бюллер* та ін. стверджували, що робота процесів пам'яті знаходиться у безпосередній залежності від наявності чи відсутності смислових зв'язків, які об'єднують матеріал в більш або менш широкі смислові структури. Стверджується, що смислове запам'ятовування підлягає іншим законам, ніж механічне. Так осмисленість визначається зв'язками нового, невідомого з відомим, тому матеріал, який необхідно завчити або відтворити, потрібно включати в контекст певних смислових зв'язків.

4) *Інформаційно-кібернетична теорія* (1950-ті роки) – використовує досягнення кібернетики та інформатики, розглядаючи людський мозок як аналог надскладної електронно-обчислювальної машини.

5) *Діяльнісна теорія* пам'яті отримала розвиток у вітчизняній психології у межах загальнопсихологічної *теорії діяльності*. Представники – *О.М. Леонтьєв, П.І. Зінченко, А.А. Смирнов*. У контексті цієї теорії пам'ять – це особливий вид психологічної діяльності, який включає систему теоретичних і практичних *дій*, що потрібні для вирішення *мнемічної задачі*, тобто запам'ятовування, збереження і відтворення різноманітної інформації. Ці процеси тісно пов'язані з діяльністю суб'єкта, опосередковані розумінням, усвідомленням значимості тих чи інших фактів для діяльності. У цій теорії досліджується склад мнемічних дій і операцій, залежність продуктивності пам'яті від того, яке місце в структурі займають мета і засоби запам'ятовування тощо.

Узагальнення фактів, які були отримані в рамках цих та інших теорій, дозволило вивести ряд законів пам'яті. Розглянемо деякі з них.

1. ***Осмисленість інформації***. Заучування відбувається у 6 разів легше, ніж беззмістовного матеріалу того ж характеру і обсягу. Смислову організацію матеріалу, що визначає успішність його запам'ятовування й відтворення, забезпечують такі мислительні операції як аналіз, синтез, систематизація, узагальнення, класифікація тощо. При відтворенні будь-якого тексту з метою

його запам'ятовування в пам'яті закарбовуються не скільки самі слова, речення, а думки, які в ньому містяться. Осмисленість залежить від зв'язків, які існують між новою інформацією і досвідом, знаннями, поняттями людини, уже відомими їй діями і операціями.

2. ***Зв'язок пам'яті з мотивацією***. Ми завжди краще запам'ятовуємо те, що хочемо вивчити, що нас цікавить, що має особистий смисл. Забування також може бути пов'язане з мотивацією. Людина прагне уникнути переживання неприємних емоцій і забуває про речі, які їх викликають (психоаналітична теорія).

3. ***Установка на запам'ятовування***, коли людина ставить перед собою відповідну мнемічну задачу. Установка визначає термін, міцність і характер запам'ятовування. Те, що в структурі діяльності займає місце її мети, пам'ятається краще, ніж засоби її досягнення. Відповідно для того, щоб покращити продуктивність запам'ятовування матеріалу, необхідно якимось чином зв'язати його з основною метою діяльності.

4. ***Повторення матеріалу*** буде продуктивним, якщо цей процес є інтелектуально насиченим, у ньому використовуються нові способи структурування і логічної обробки матеріалу (підлеглість і співпідлеглість понять, винятки, доповнення, схожість і відмінність, причина і наслідок). Розподілення повторень протягом доби дає кращий результат, ніж коли увесь матеріал заучують одразу.

5. Час між поданням інформації та її відтворенням впливає на якість відтворення таким чином: чим більше часу пройшло до початку відтворення, тим нижчим буде результат. Як експериментально довів *Герман Еббінхаус*, після 100% механічного запам'ятовування беззмістовних складів протягом першої години забувається до 60% інформації, а через 6 днів залишається менше ніж 20% інформації. Потім обсяг відтворення дуже повільно зменшується протягом багатьох днів і навіть місяців.

6. Пам'ять покращується, якщо вміло організувати увагу, створювати відповідний емоційний фон, використовувати уяву, закони сприймання (фігура і фон) тощо. Люди краще запам'ятовують те, що самі роблять і придумують (*ефект генерації*).

7. Щоб успішно боротись із забуванням, потрібно знати, що окремі частини матеріалу негативно взаємодіють між собою (*інтерференція*). Відбувається так зване проактивне і ретроактивне гальмування: негативний вплив попередньої «порції» заученого матеріалу на наступну і наступної на попередню. Прикладом *проактивного гальмування* є ситуація, коли студент, перед тим, як почати готуватися до іспиту, отримає з дому погані новини. Це утруднить засвоєння матеріалу. Не варто також вчити один за одним предмети,

які схожі між собою. *Ретроактивне гальмування* (назад діюче). Якщо після засвоєння якого-небудь матеріалу (вірш) ми беремося за нову, складну і тривалу діяльність (розв'язання складної математичної задачі), якість відтворення першої порції може погіршитись.

Слід уникати перевтоми. З нею пов'язане явище *ремінісценції* – це віддалене у часі, іноді – значно, відтворення пам'яттю того, що мало місце раніше і, здавалося б, не запам'яталося. Тому не варто відкладати підготовку до іспиту на останні дні або ніч. Ремінісценція – це зняття втоми нервових клітин, яка настає після виконання мнемічного завдання. Через деякий час ця втома щезає, а продуктивність відтворення підвищується.

4. Індивідуальні відмінності пам'яті у людей

Індивідуальні відмінності пам'яті виявляються у кількісних показниках: швидкості і точності запам'ятовування, тривалості збереження інформації і в обсязі пам'яті, тобто у кількості відомостей, які стали надбанням пам'яті.

Існують також якісні відмінності. Наприклад, *готовність до відтворення* – здатність швидко відшукати у пам'яті потрібну інформацію, що свідчить про продуктивність пам'яті. Розвитку цієї риси сприяє, по-перше, передбачення, коли завчений матеріал буде потрібний, і, по-друге, систематизація матеріалу, віднесення його до певних груп, класів, категорій. Якісні індивідуальні відмінності пам'яті виявляються у тому, як, яким способом людина краще запам'ятовує – у *типі пам'яті*. Вирізняють зоровий, слуховий, емоційний і змішаний типи пам'яті. Частіше за все у людей поєднуються різні типи пам'яті, наприклад, зорова і слухова, зорова і рухова, рухова і слухова і т.п., однак у більшості людей все ж домінуючою є зорова пам'ять. Типи пам'яті, з одного боку, обумовлені співвідношенням першої і другої сигнальної систем, а з іншого – умовами життя і вимогами професійної діяльності.

5. Формування і розвиток пам'яті

У розвитку пам'яті виділяють дві генетичні лінії:

1) її удосконалення в усіх без винятку цивілізованих людей внаслідок суспільного прогресу; 2) поступове поліпшення пам'яті в окремо взятого індивіда в процесі його соціалізації.

За П. П. Блонським, філогенетичними щаблями розвитку пам'яті людини на різних історичних етапах розвитку суспільства були: рухова, афективна, образна і логічна, які послідовно з'являлися одна за одною.

Послідовність формування видів пам'яті в онтогенезі:

1) моторна або рухова пам'ять;

2) афективна пам’ять (приблизно на 6 місяці після народження);

3) образна (починає формуватися на другому році життя і досягає свого «піку» розвитку лише у юнацькому віці);

4) логічна (елементарні форми з’являються з 3–4 років, а нормального розвитку набуває у підлітковому та юнацькому віці).

Л. С. Виготський вважав, що удосконалення пам’яті людини у філогенезі відбувалося головним чином шляхом удосконалення засобів запам’ятовування, серед яких найвагомішими були мова і письмо. Це зумовило зміщення акцентів з безпосереднього на опосередковане запам’ятовування. *О. М. Леонтьєв* експериментально довів, що безпосереднє запам’ятовування з віком поступово заміщується опосередкованим, що відбувається завдяки засвоєнню дитиною досконаліших стимулів і засобів запам’ятовування і відтворення матеріалу. Із зовнішніх (пальці рук, зарубки, вузлики на пам’ять) вони поступово стають внутрішніми (почуття, асоціація, образ, думка). У формуванні внутрішніх засобів запам’ятовування центральне значення надається мові.

У наш час розроблено і практично використовується багато систем і методів удосконалення пам’яті. Серед них ті, що спеціалізуються на:

1) регуляції уваги; 2) удосконаленні сприймання матеріалу;

3) тренуванні уяви; 4) розвитку здатності осмислювати і структурувати матеріал; 5) використанні мнемотехнічних засобів, прийомів та дій.

Так, у роботах *А. А. Смирнова* та його учнів розкривається роль різних мнемонічних прийомів, тобто готових, відомих способів запам’ятовування матеріалу. Серед них:

1) *смислове групування* – поділ матеріалу на групи за певним критерієм (смислом, асоціацією) ;

2) виділення *смислових опорних пунктів*, які служать опорою для більш широкого змісту (тези, заголовок, запитання, приклади, образи того, про що йдеться в тексті);

3) *план* – сукупність опорних пунктів;

4) *співвідношення нового зі старим, добре відомим*;

5) *класифікація* – розподілення якихось предметів, явищ, понять за класами, групами на основі загальних ознак;

6) *структурування* – встановлення взаємного розташування частин, що складають одне ціле;

7) *аналогія* – встановлення подібності в певних відношеннях предметів, явищ, понять;

8) *перекодування* – вербалізація, або проговорювання, подання інформації в образній формі.

9) *доповнення матеріалу*, що підлягає запам'ятовуванню, привнесення нового.

Було встановлено, що дії запам'ятовуються краще, ніж думки, а серед дій, в свою чергу, краще запам'ятовуються ті, які пов'язані з подоланням перешкод, а також самі перешкоди.

В. Я. Ляудіс експериментально вивчала будову мнемічних дій і виділила чотири мнемічні операції:

1) орієнтування в матеріалі (як співвідносяться елементи матеріалу, що запам'ятовується, з досвідом суб'єкта);

2) групування матеріалу на основі встановлених властивостей окремих елементів;

3) встановлення внутрішньогрупових відношень між елементами матеріалу, що підлягає запам'ятовуванню;

4) встановлення міжгрупових зв'язків.

Література: [1], [3], [4], [8], [10], [12], [13], [23], [32], [37], [57], [72], [73].

Питання для самоперевірки

1. Що таке пам'ять? Які функції вона виконує?
2. Які види пам'яті є у тварин?
3. Яку роль відіграє пам'ять у житті людини?
4. У чому полягають суттєві відмінності пам'яті від інших пізнавальних процесів?
5. Яким шляхом і в якій послідовності відбувалося удосконалення пам'яті людини у філогенезі?
6. За якими критеріями пам'ять поділяють на види?
7. Дайте характеристику видам пам'яті за психічною активністю.
8. У чому полягає відмінність між короткочасною та оперативною
9. пам'яттю?
10. Які процеси пам'яті ви знаєте? У чому полягають їхні функції?
11. Якими є головні умови продуктивного запам'ятовування?
12. Дайте характеристику психологічних теорій пам'яті (асоціативний напрямок, гештальтизм, смислова теорія, теорія діяльності).
13. У чому проявляються індивідуальні особливості пам'яті?
14. Які мнемонічні прийоми запам'ятовування ви використовуєте у навчальній діяльності?
15. Які чинники впливають на розвиток пам'яті?

Тема 12. **Мислення**

План

1. Інтелектуальна поведінка.
2. Загальна характеристика мислення.
3. Види мислення та їх класифікація.
4. Мислення як процес розв’язання задач.
5. Основні мисленнєві операції.
6. Логічні форми мислення.
7. Індивідуальні особливості мислення.

Ключові поняття: інтелектуальна поведінка, логічне (опосередковане) пізнання, мислення, поняття, судження, умовивід, наочно-дійове мислення, конкретно-образне мислення, понятійне мислення, емпіричне мислення, теоретичне мислення, аналіз, синтез, узагальнення, абстрагування, проблема, проблемна ситуація, задача, властивості мислення.

1. Інтелектуальна поведінка

Пізнавальна діяльність суб’єкта починається з відчуттів і сприймання. Відображаючи дійсність на чуттєвому рівні, суб’єкт отримує різноманітну інформацію про зовнішні властивості і ознаки предметів, які фіксуються в його психіці, свідомості у формі зорових, звукових, тактильних, смакових, просторових, часових образів. Коли даних чуттєвого пізнання виявляється недостатньо для розв’язання проблеми, що виникла, суб’єкт змушений застосовувати інтелектуальну поведінку як особливу форму пошукової активності. Характерною особливістю інтелектуальної поведінки є те, що орієнтувально-інтелектуальна діяльність, яка й раніше входила до складу будь-якої поведінки, починає виокремлюватися і стає самостійною діяльністю, яка передує поведінці, створює для неї основу. Вищі ссавці (примати) орієнтуються в умовах середовища існування, гальмуючи свої безпосередні реакції і формуючи попередній «образ дії», який стає орієнтувальною основою дії і визначає подальші складні форми рухового акту. У процесі орієнтувально-дослідницької діяльності відбувається наступне: 1) формується конкретна задача; 2) створюється загальна «стратегія» діяльності, яка повинна привести до вирішення задачі; 3) виникає «тактика» дій, яка може привести до успіху; 4) виділяються ті способи рішення або *операції*, які можуть привести до вирішення задачі; 5) виникають *контрольні механізми*, за допомогою яких ефект дії співставляється з вихідним наміром.

Інтелектуальна поведінка є продуктом тривалого розвитку і має дуже складну психологічну структуру. У тварин вона виражена лише в початковій формі, має *наочний характер*, навіть її найбільш високорозвинені форми продовжують зберігати тісний зв'язок зі сприйняттям і протікають у межах ситуації, яка безпосередньо сприймається. Лише у людини, яка переходить до суспільної праці, з розвитком знарядь і мови цей наочний характер інтелектуальної поведінки поступається місцем новим формам, за яких складні завдання спочатку вирішуються в «розумовому плані», а потім здійснюється у зовнішніх діях. Змінюється співвідношення основних психічних процесів. Якщо раніше інтелектуальна діяльність цілковито підкорялась наочному сприйняттю, то зараз сприймання змінюється під впливом тих абстрагованих схем, які формуються на основі засвоєння історичного досвіду і оволодіння абстрактними кодами мови. Виникає стрибок від чуттєвого до раціонального. Мислення – це раціонально-пізнавальна діяльність, за допомогою якої індивід створює нові знання та здійснює творчу діяльність. Це пошук і відкриття суб'єктом нової інформації, прогнозування подій, поведінки об'єктів.

Отже, мислення людини нерозривно пов'язане з розвитком чуттєвого пізнання, виникає на його основі, але дозволяє пізнавати дійсність глибше, в її суттєвих особливостях. На відміну від безпосереднього пізнання, результатом словесно-логічного мислення людини є не образ, а деяка думка, ідея, поняття. Сучасні дослідження показують, що в процесі мислення не відбувається збільшення вихідної інформації. Інформація, яка була отримана за допомогою органів чуттів і зберігалася в нашій пам'яті, поглиблюється, структурується, в ній з'ясовуються суттєві ознаки і на її основі робляться певні теоретичні і практичні висновки.

2. Загальна характеристика мислення

Основні ознаки мислення як пізнавального психічного процесу:

1) *мислення* – це процес *опосередкованого пізнання* за допомогою системи засобів, зокрема мисленнєвих операцій, мови й мовлення, знань людини. До опосередкованого пізнання людина вдається в тих випадках, коли безпосереднє пізнання стає неможливим через недосконаліть наших органів чуттів або через складність процесу пізнання;

2) *мислення* – це процес *узагальненого пізнання*, який у людини має знаковий характер і виявляється у словах (поняттях);

3) *мислення* – це процес відображення істотних ознак, властивостей, сторін пізнавального явища, розкриття яких дає можливість зрозуміти закони його функціонування, цілеспрямовано впливати на нього (істотними

називають таку сукупність ознак предмета, кожна з яких необхідна, а всі разом достатні, щоб відрізнити даний предмет від інших);

4) *мислення* – це соціально обумовлений процес, його зміст і характер завжди детерміновані загальним рівнем пізнання, якого досягнуло суспільство;

5) *мислення* – це процес, який формує особистість, ядро її інтелектуально-творчого потенціалу. Якщо людина втрачає здатність до мислення, вона зазнає удару по всій своїй сутності.

Узагальнене визначення: ***мислення*** – це опосередковане і узагальнене відображення в свідомості людини предметів і явищ об'єктивного світу в їх суттєвих властивостях, зв'язках та відношеннях.

Мислення – це не лише психічний процес, а й внутрішня розумова діяльність, яка має свої цілі, засоби і прийоми, включає елементи контролю і оцінки, є дієвим засобом контролю взагалі.

Психологія мислення вивчає психологічні механізми і закони перебігу мислення, місце мислення в структурі пізнавальної діяльності, індивідуально-типологічні особливості мислення, можливості його тренінгу і корекції.

Фізіологічні основи мислення. Як і будь-який інший психічний процес, мислення – це властивість складної функціональної системи, яка складається в мозку людини. В основі мисленнєвого процесу лежить аналітико-синтетична робота всієї кори великих півкуль головного мозку. Разом з тим ученими виявлені специфічні ділянки мозку, які дістали назву *центрів мислення*. Їх ушкодження призводить до розладу процесу мислення.

Мислення виконує чотири *основні функції*:

1) *розуміння* – складна аналітико-синтетична діяльність мозку, що спрямована на розкриття внутрішньої сутності предметів, процесів і явищ, на усвідомлення зв'язків, відношень, залежностей, які в ній відображаються;

2) *розв'язання проблем та задач* шляхом встановлення загальних взаємозв'язків між явищами і предметами; розумінні сутності конкретного явища як різновиду певного класу; узагальненні властивостей однорідної групи явищ та ін.

3) *цілеутворення*;

4) *рефлексія (самопізнання)* – це думка, яка спрямована на саму себе (або знання про своє знання). Вона проявляється при аналізі людиною засобів власного пізнання у їх відношенні до цілей і умов пізнання і полягає у здатності суб'єкта усвідомлювати спрямованість своєї уваги, спостерігати за собою немов би з боку очима сторонньої людини, аналізувати, виділяти, співвідносити власні дії з предметною ситуацією, відкриваючи при цьому нові знання про навколишній світ. Завдяки *особистісній рефлексії* стає можливим

аналіз власної активності, самого себе, своїх переживань, оцінка своїх станів, учинків, минулих подій, розуміння причин помилок і невдач, побудова нового образу свого «Я» у процесі спілкування з іншими людьми, прогнозування розвитку стосунків тощо.

3. Види мислення та їх класифікація

Класифікація видів мислення проводиться за такими критеріями:

1) ***за рівнем узагальнення і опосередкованості*** *(форми мислення).*

У філо- і онтогенезі форми мислення проходять такий розвиток:

а) ***предметно-дійове*** (наочно-дійове) мислення характеризується тим, що здійснюється в реальному маніпулюванні предметами й обслуговує перш за все практичні завдання. Вирішення завдання безпосередньо входить у саму діяльність. Основна характеристика цієї форми мислення визначається можливістю спостерігати реальні об'єкти та пізнавати відношення між ними в реальному перетворенні ситуації. В онтогенезі вона є провідною у дітей до 2–3 річного віку. Жан Піаже експериментально встановив, що дитячому мисленню властиві такі властивості як *суб'єктивізм*, *егоцентризм*, *синкретизм* (об'єднання предметів і явищ за випадковими ознаками). Предметно-дійове мислення розвивається у зв'язку з оволодінням предметною діяльністю. Особливого значення тут набуває оволодіння опосередкованими діями з використанням предметів, знарядь-засобів. Практичні пізнавальні дії є основою для більш пізніх форм мислення;

б) ***наочно-образне мислення*** – форма мислення, в основі якої лежить моделювання й уявне вирішення проблемної ситуації. Відбувається за допомогою образів, які являють собою можливі дії й результати (процес інтеріоризації). Домінує у дідей з 2–3 до 6–7 років. У цей період наочно-образне мислення ще безпосереднє і тісно пов'язане зі сприйняттям. У дітей ще відсутня здатність до абстрагування від первинних ознак і переходу до більш високого рівня узагальнення (ефект Піаже). У дорослих наочно-образне мислення відбиває суттєві зв'язки дійсності через зміну образів уявлень, тобто через перетворення уявлень. Воно відіграє велику роль у технічній творчості, винахідництві, конструкторський діяльності тощо;

в) ***понятійне мислення (словесно-логічне).*** Це мислення, що втілюється в поняттях, логічних конструкціях (судженнях, умовисновках) і характеризується застосуванням мовних засобів. Завдяки оперуванню поняттями словесно-логічне мислення дозволяє пізнавати суттєві закономірності, які не підлягають спостереженню. Воно є основним і, як правило, найрозвиненішим прийомом мислення у дорослої людини, пронизує і підкоряє собі допонятійні види, які дозволяють, в основному, пізнавати зовнішній бік предметів і явищ

матеріальної дійсності (колір, форму, розміри, рух, розташування у просторі, властивості, зміну ситуації). Проникати ж у сутність цих предметів і явищ, встановлювати причинно-наслідкові зв'язки і відношення між ними можна лише за участі словесно-логічного мислення.

Отже, наочно-дійове, наочно-образне і словесно-логічне мислення утворюють етапи розвитку мислення в онтогенезі, однак усі ці види мислення існують у дорослої людини і взаємодіють у вирішенні різноманітних завдань. Їх не можна розглядати як більш або менш цінні. Словесно-логічне мислення не слід вважати «ідеальним», кінцевою точкою інтелектуального розвитку.

2) ***за використовуваними засобами*** *розрізняють* образне та вербальне мислення.

Різновидом ***образного мислення*** є *візуальне* (Р. Арнхейм), за якого творче вирішення проблемних завдань відбувається як образне моделювання. Основою візуального мислення є наочно-дійове та наочно-образне мислення. У розвинутій формі візуальне мислення властиве талановитим архітекторам та дизайнерам.

Образне та вербальне мислення є антагоністами. Носії образного мислення мають труднощі у вирішенні завдань, поданих у знаковій формі, оскільки для повноцінної мислительної роботи їм потрібно бачити або уявляти предмети. Носії вербального мислення надають перевагу оперуванню абстрактними знаковими структурами, їм бракує ефективності у вирішенні завдань, які потребують оперування образами.

3) ***за сферою застосування, характером завдань, які розв'язуються*** виділяють практичне і теоретичне мислення; ***за типом пізнання*** – емпіричне та теоретичне мислення.

Практичне мислення здійснюється через зовнішню практичну діяльність, включає в себе наочно-дійове і наочно-образне мислення. Воно спрямоване на розв'язання практичних завдань, або перетворення практичних ситуацій. Основна мета – підготовка фізичного перетворення дійсності: постановка мети, складання планів, проекту, схеми. У розумовій діяльності переважає використання матеріальних і матеріалізованих засобів розв'язання задач (реальних об'єктів, засобів праці, знаково-символічних об'єктів – формул, алгоритмів, планів, креслень тощо) та відповідні дії з ними;

Емпіричне мислення спирається на спостереження, відображає в уявленні предмета його зовнішні властивості. Його основне призначення – упорядкування та класифікація об'єктів, які безпосередньо доступні пізнанню та спостереженню. За емпіричного узагальнення порівнюються й узагальнюються окремі властивості різних предметів, які відносяться до

певного класу. Головною функцією емпіричного мислення є виділення родо-видових зв'язків предметів і об'єднання їх у різні класи й категорії.

Конкретизація емпіричних знань полягає у підборі ілюстрацій, прикладів, які входять до даного класу предметів.

Теоретичне мислення (включає понятійне й образне) спрямоване на відтворення внутрішнього сутнісного буття об'єкта. Якщо в емпіричному мисленні окремий об'єкт постає як самостійна реальність, то в теоретичному мисленні, в залежностях, які ним відкриваються, об'єкт є способом виявлення іншого об'єкта всередині певної системи. Отже, теоретичне знання виникає як мислене перетворення предметів, відображає їх внутрішні відношення і зв'язки, виходячи за межі уявлення. Сутність теоретичного абстрагування й узагальнення полягає в аналізі певної цілісної системи з метою виявлення закономірностей становлення внутрішньої єдності цього цілого. Основне завдання теоретичного мислення – це пояснення походження та розвитку системи, яка аналізується. Теоретичне мислення є процесом пізнання і створення законів, правил.

Теоретичне мислення складається з трьох компонентів:

•*теоретичний аналіз*. Полягає у виділенні в цілісному системному об'єкті деякого особливого зв'язку або відношення, яке є генетично початковою основою для всіх окремих проявів системи. Щоб уявно звести до цього основного зв'язку всі можливі окремі прояви системного об'єкта, необхідно здійснити узагальнення. У навчанні теоретичний аналіз спрямований на знаходження *загального принципу* побудови деякого класу задач і загального способу їх розв'язання;

•*змістова рефлексія* забезпечує пошук і розгляд суттєвої засади власних дій. Завдяки рефлексії виділяються схеми діяльності, способи, шляхи рішення проблеми, механізми пізнання, усвідомлення причин успіху чи невдачі;

•*планування* (мисленнєве експериментування, або *внутрішній план дій*) – мисленнєвий пошук, побудова системи можливих дій, визначення оптимальних дій, що відповідають суттєвим умовам задачі.

*4) **за структурою та ступенем розгорнутості мислительних дій**:*

а*) дискурсивне*, *аналітичне* (або *раціональне*) мислення – розгорнутий у часі процес міркування за допомогою умовисновків. Має чітко виражені етапи, значною мірою усвідомлюване, здійснюється на базі понятійних структур;

б) *інтуїтивне* мислення протікає досить швидко, згорнуто, не має чітко виражених етапів, мінімально усвідомлюється, оперує образами з дуже нечіткими формальними характеристиками;

5) ***за послідовністю мислительних дій:***

а) *алгоритмізоване* – дія за інструкцією (оволодіння принципами розв'язання математичних задач, орфографічними правилами тощо);

б) *евристичне мислення* (інсайт) – це раціоналізаторський вид розв'язання задач за допомогою скорочених правил і способів, які найбільше відповідають даній ситуації;

6) ***за ступенем новизни й оригінальності:***

а) *репродуктивне, відтворююче мислення;*

б) *творче мислення* – продуктивне інтуїтивне мислення, переважно звертається до образів, нечітких множин. Для творення нових ідей мислення має бути вільним від критики, зовнішніх та внутрішніх бар'єрів. На етапі відбору й оцінювання творчих ідей потрібна висока критичність до нових ідей;

7) ***за адекватністю відображення реальної дійсності:***

а) *реалістичне* – спрямоване на зовнішній світ, відображає його й керується його реальними законами;

б) *аутичне* – майже не залежить від дійсності, реальних законів і керується афективними потребами людини (прагненням отримувати насолоду і уникати неприємних переживань).

Аутичне мислення у дитини є природженим, а реалістичне набувається завдяки досвіду.

8) ***за предметним змістом*** мислення буває: математичне, філософське, історичне, поетичне, художнє, музичне;

9) ***за впливом на емоційну сферу:***

а) *саногенне* справляє позитивний вплив на самооцінку і формування образу «Я», сприяє подоланню негативних емоцій, розв'язанню життєвих і особистісних проблем;

б) *патогенне* породжує роздуми, думки, уявлення, які пов'язані з образою, соромом, заздрістю, невдачею, страхом, ревнощами та іншими негативними переживаннями.

10) види мислення розрізняються ***за стилем:*** природничо-наукове; строге, гуманітарне.

Усі зазначені види мислення співіснують і можуть бути представлені в одній і тій самій діяльності, але в залежності від її характеру і кінцевих цілей домінує той або інший вид мислення.

4. Мислення як процес розв'язання задач

У вузькому значенні мислення розуміють як процес розв'язання задач. Саме в цій діяльності воно найяскравіше проявляється, діагностується та тренується. Будь-яка *задача* має об'єктивну (предметну) і суб'єктивну

(психологічну) структуру. У психологічному аналізі процесу розв'язання задачі важливо знати, чи має суб'єкт готові засоби досягнення мети у своєму минулому досвіді. У разі їх відсутності виникає потреба у їх пошуку або створенні. Тож, як у теоретичному, так і в практичному мисленні задача визріває з *проблемної ситуації*. Це особливий вид пізнавальної ситуації, в якій немає готового, відповідного до обставин, рішення, і яка саме з цієї причини вимагає обдумування. Суб'єктивно проблемна ситуація переживається як стан невизначеності, усвідомлюється як суперечність між реальним і об'єктивно необхідним рівнем знань для успішного розв'язання проблеми. Як наслідок цього, у суб'єкта виникає пізнавальний інтерес, який стає спонукальним мотивом пізнавальної активності.

Проблемна ситуація має два основні структурні елементи:

- відоме;
- невідоме.

Мислення – це процес руху думки від відомого до невідомого, який складається з трьох етапів.

1. Розв'язання проблемної ситуації починається із загальної орієнтації в ситуації, в процесі якої за допомогою послідовної постановки запитань і пошуку відповіді на них суб'єкт здійснює операції переведення інформації з мови образів у форму символів, понять і навпаки, здійснює пошук відсутніх ланок інформації. На основі проведеного аналізу формулюється проблема. *Проблема* – це усвідомлена конкретна проблемна ситуація.

2. На другому етапі відбувається *перетворення проблеми в задачу* (основні компоненти задачі – дане і шукане), проводиться аналіз поставленого питання, побудова гіпотези (варіантів способів розв'язання задачі). Те, наскільки правильно визначена проблема і яка кількість елементів у ній врахована, впливає на визначення типу задачі й дає можливість передбачити напрямок її розв'язання та можливі результати.

3. Заключний етап – *розв'язання задачі*. Людина перебирає і зважує можливі рішення, порівнює гіпотези з шуканою відповіддю. Якщо рішення знайдено, то процес закінчується, якщо ні, то досліджується інша альтернатива. Знайшовши розв'язок, суб'єкт може обмежитися розв'язанням тільки цієї конкретної задачі (емпіричне мислення) або знайти загальний спосіб розв'язання задач такого класу, до якого належить і ця конкретна задача (теоретичне мислення).

Задача відрізняється від проблемної ситуації тим, що вона усвідомлена суб'єктом, об'єктивована і, найчастіше, описана словесно або в іншій знаковій формі (числовій, графічній).

Зустрічаються проблемні ситуації, коли задача сформульована з самого початку. До них належать:

1) *показові задачі*: є питання, відомий метод розв'язання і відомо, що саме слід вважати рішенням;

2) *відкриті задачі*: є питання, відомий метод розв'язання, але відсутній стійкий критерій того, що вважати рішенням. Наприклад, задача про карлика, що постійно піднімається ліфтом до 10 поверху, а далі йде пішки, хоча живе на 16. Задача не має однозначного рішення;

3) *риторичні задачі*: вони чітко сформульовані кимось, обов'язково мають рішення, коло пошуку дуже обмежене. Наприклад, кросворди, ребуси та інші аналогічні задачі;

4) *класичні проблеми* – вони вже поставлені, однак через якісь обставини ще не розв'язані.

Розв'язуючи задачу, людина може йти шляхом:

- спроб і помилок;
- базуватися на відомих способах (алгоритмах);
- застосовувати аналогії в нових умовах;
- будувати нову стратегію рішення (творче мислення).

Стратегія в найбільш розвиненому вигляді формується у професіоналів, визначаючи індивідуальний стиль їхньої діяльності, загальні підходи до постановки і розв'язання нових задач. Процес розв'язання проблемних ситуацій і рішення задач потребує від людини значних вольових зусиль, високої культури розумової праці, концентрації її пізнавальної активності.

Існує багато типів і видів творчих задач, які можна використовувати в учбовому процесі (проблемне навчання):

- задачі з явно вираженою суперечністю (задачі-парадокси, антиномії) сприяють виробленню вміння бачити суперечності, здатності формулювати проблему;
- задачі з конкретно заданою інформацією (неповною, зайвою, суперечливою тощо) сприяють розвитку здатності знаходити потрібну інформацію й правильно використовувати її;
- задачі з прогнозування розвивають здатність генерувати гіпотези та інше.

Не зважаючи на тип, усі задачі мають загальні особливості своєї структури, правила розв'язання тощо.

Як діяльність, розв'язання задач включає три типи мислительних дій:

1) *орієнтувальні дії* починаються з аналізу умов і виникнення гіпотези;
2) *виконавчі дії* – вибір прийомів рішення задачі;

3) *контрольні дії* – знаходження відповіді й перевірка рішення з вихідними умовами задачі.

П.Я. Гальперін визначив наступні *етапи формування розумових дій*:

1) вияв орієнтувальної основи дії (як учень орієнтується в завданні, що в ньому виділяє спочатку);

2) формування дії у матеріальному плані;

3) формування дії у голосному мовленні;

4) формування дії у внутрішньому мовленні (без звуків), коли дія коментується і контролюється не за допомогою промовляння вголос, а у скороченому і згорнутому внутрішньому мовленні.

5. Основні мислительні операції

Кожна мисленнєва дія включає мисленнєві операції: аналіз, синтез, порівняння, абстрагування, узагальнення, класифікацію, систематизацію та інші.

Аналіз – це мисленнєвий поділ предметів і явищ на частини чи властивості (форма, колір, смак та ін.). Зароджується в практичній діяльності, спочатку здійснюється за допомогою практичних дій і має в цей час мимовільний характер. Набуває довільності тоді, коли скеровується словесною вказівкою людини (як і синтез).

Синтез – мисленнєве об'єднання частин або властивостей в єдине і якісно нове ціле. У процесі розумової діяльності аналіз і синтез постійно переходять одне в одного. Це дві базові операції мислення. Вони мають діалектичний взаємозв'язок і забезпечують повне і глибоке пізнання дійсності. Об'єкт пізнання не членується на частини, а мисленно включається в різні системи зв'язків і виявляє в них різні властивості. Це забезпечує операція «аналіз через синтез».

Порівняння – логічний прийом знаходження спільного і відмінного в предметах, речах та явищах, які пізнаються. Важливо порівнювати предмети і явища, які дійсно мають якісь зв'язки між собою; правильно обрати основу (показник) порівняння; порівнювати за однією й тією самою ознакою, що береться в одному й тому самому відношенні. Ознаки, за якими порівнюються предмети і явища, повинні бути суттєвими.

Абстрагування – виділення певних ознак з групи інших суттєвих ознак предмета чи явища; відокремлення одних ознак від інших: істотних від неістотних, необхідних від випадкових. Ця операція зароджується ще в наочно-дійовому мисленні. Могутнім засобом абстрагування є слово. У процесі абстрагування виділяються абстрактні поняття: кількість, якість,

форма, активність, процесуальність, інтенсивність, константність та ін., якими оперує теоретичне мислення.

Конкретизація – перехід від загального до одиничного, яке відповідає цьому загальному. Цей процес протилежний абстрагуванню і полягає у наповненні узагальнювальної ознаки конкретним змістом. У навчальній діяльності конкретизувати – означає навести приклад, який підтверджує загальне, теоретичне положення.

Узагальнення – це мисленнєве об'єднання однорідних предметів і явищ за їхніми спільними і суттєвими ознаками, виділеними в процесі абстрагування. Узагальнення проявляється у висновках, визначеннях, правилах, класифікаціях.

Класифікація – це система розташування предметів за класами на основі подібності цих предметів всередині класу та їх відмінності від предметів інших класів. Іншими словами, це встановлення родових і видових залежностей. Вона сприяє впорядкованості знань і глибокому розумінню їх структури;

Систематизація – класифікація за певною системою, яка забезпечує розмежування і подальше об'єднання не окремих об'єктів, а їх групи і класи;

Серіація – це розміщення явищ в межах одного виду і роду. Наприклад, ряд однакових об'єктів (кубики, матрьошки) розташовують в ряд за збільшенням або зменшенням їх розмірів.

6. Логічні форми мислення (вивчають психологія і логіка)

Результати процесу мислення переважно існують у формі суджень, умовиводів і понять. Це основні форми абстрактного ***міркування*** – зіставлення думок, що спрямоване на з'ясування істинності думки, її доведення або спростування, чи встановлення нового знання. Правильним є міркування, у якому одні думки (висновки) з необхідністю випливають з інших думок (засновків).

Судження – це твердження про наявність або відсутність якихось ознак, властивостей або відношень у певних предметів. У судженнях виявляється наше знання предметів і явищ матеріального світу, їх властивостей і зв'язків. Судження існує, виявляється і формулюється у реченні. Залежно від того, скільки предметів відображається у судженні, вони бувають *одиничними* (напр., Земля – третя планета сонячної системи), *частковими* (деякі метали легші за воду) і *загальними* (усі люди смертні); *простими і складними* (кути бувають або прямі, або гострі, або тупі); *істинними і хибними*.

Умовивід – це форма мислення, що порівнює два і більше суджень. У результаті ми приходимо до нових суджень, які містять інформацію, що не дана в жодному із вихідних суджень.

Існує три види умовиводів.

1. *Умовивід за аналогією* або традуктивний умовивід. Ґрунтується на схожості істотних ознак об'єктів і, виходячи з цього, робиться висновок про можливу схожість цих предметів за іншими ознаками. Хід думки – від особливого до особливого. Наприклад, на Марсі є атмосфера, отже там може бути життя. Це ймовірний умовивід, який дає змогу робити припущення, гіпотези, здогадки.

2. *Індуктивний умовивід* – хід думки від конкретного до загального. Наприклад: 1) Іванов – студент 2 курсу НДПУ: Іванов в зимову сесію складає екзамен з загальної психології; 2) Петров, Сидоров також студенти 2курсу, які взимку складають екзамен з загальної психології. Усі студенти 2 курсу взимку складають екзамен з загальної психології. Висновок має ймовірний характер.

3. *Дедуктивний умовивід* – хід думки від загального до конкретного, він дає змогу зрозуміти конкретний факт на основі загального положення (аксіоми, вислови, що несуть певну обґрунтовану думку), або знання про частину класу предметів чи одиничний предмет. Наприклад, усі числа, які закінчуються на 00, діляться на 4, отже число 3100 поділиться на 4.

Поняття складаються в процесі мислення, яке виявляється в судженнях і умовисновках. Це форма мислення, що відображає сутність предметів і явищ дійсності в їх суттєвих зв'язках і відношеннях, узагальнюються їх істотні ознаки. Поняття мають характер всезагальності – одними й тими ж поняттями користується велика кількість різних людей.

Кожне поняття характеризується об'ємом і змістом.

Об'єм поняття – це знання про коло предметів, суттєві ознаки яких відображені в понятті.

Зміст поняття – це знання про сукупність суттєвих ознак певного класу предметів або явищ.

Залежність між змістом і об'ємом понять, одне з яких входить в об'єм іншого, така: чим ширшим є зміст поняття, тим вужчий його об'єм. І навпаки: чим вужчий зміст поняття, тим ширший його об'єм. (Завдання: визначити об'єм і зміст поняття «психічні явища« і «пізнавальні психічні процеси»). Поняття з більшим об'ємом називається *родовим* (наприклад: «психічний стан»), поняття яке має порівняно з першим менший об'єм ознак, називається *видовим* (афект, стрес, настрій, фрустрація). Одне і те ж поняття може бути і родовим і видовим: по відношенню до більш загального воно родове

(мислення – поняття), а по відношенню до більш загального – видове (мислення – пізнавальний психічний процес).

Поняття, які мають найбільш широкий об'єм, називаються *категоріями*. Так, категоріями психології є *психіка, відображення, діяльність, розвиток психіки, особистість, свідомість, несвідоме, образ, дія* тощо, у філософії – *матерія, рух, простір, час, буття, кількість, якість, форма*.

Поняття поділяються на загальні і одиничні, конкретні й абстрактні.

Одиничні поняття відображають ознаки одиничних об'єктів і є найбільш вузькими за об'ємом. Це поняття про будь-яку країну, місто, річку, теорію, конкретного вченого, політика, письменника, історичну подію тощо.

Загальні поняття відображають ознаки цілих класів однорідних предметів (людина, індивід, особистість, активність, діяльність, форми відображення). Узагальнити поняття – означає перейти від менш загального до більш загального (Наприклад, особистість – людина).

У *конкретних поняттях* відображаються певні предмети, явища і зв'язки між ними (меблі, рослини, тварини, почуття, емоції).

В *абстрактних поняттях* відображаються істотні ознаки і властивості, відокремлені від самих об'єктів (відображення, чутливість, предметність, константність, інтенсивність, сила, тривалість, добро, істина, вартість тощо).

7. Індивідуальні особливості мислення

Індивідуальні відмінності мислення обумовлені здебільшого соціальними умовами життя, діяльності і навчання. Разом з тим вони залежать і від типу вищої нервової діяльності, співвідношення першої і другої сигнальної систем. Найбільш істотними якостями, в яких виявляються індивідуальні відмінності мислення є: самостійність, критичність, гнучкість, глибина, широта, послідовність, швидкість, стиль мислення.

Самостійність мислення виявляється у здатності людини самостійно висувати гіпотези, шукати нові шляхи розв'язання пізнавальних задач, давати об'єктивну оцінку результатів пізнання, враховувати попередні помилки.

Критичність мислення – це здібність людини об'єктивно оцінювати факти, прискіпливо перевіряти свої і чужі рішення, не потрапляти під вплив чужих думок, виявляти самокритичне ставлення до своїх дій. *Некритичність мислення* – це схильність людини дивитися на свої і чужі думки не як на гіпотези, а як на абсолютні істини.

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

Гнучкість мислення – це здатність людини швидко і невимушено переходити від однієї ситуації до іншої, змінювати стратегію і тактику

рішення, знаходити нові, нестандартні дії в умовах, що змінюються. Протилежна риса – *ригідність мислення*. Це схильність до шаблону, утруднене переключення від однієї системи дій до іншої.

Глибина думки – виявляється мірою заглиблення в аналіз тих чи інших явищ. Це вміння побачити і тримати під своїм контролем велику кількість зв'язків і відношень між об'єктами, помічати суперечності і знаходити шляхи їх розв'язання, передбачати можливі наслідки подій і процесів. Протилежна властивість – *поверховість мислення*. Це виділення зовнішніх, одиничних ознак, встановлення випадкових зв'язків між ними, низький рівень узагальнення.

Широта мислення – це здатність охопити широке коло питань, які стосуються різних галузей науки і практики. Це показник ерудованості людини, її інтелектуальної різнобічності. Протилежна якість – *вузькість мислення*.

Послідовність мислення – вміння дотримуватись логічної послідовності у судженнях та їх обґрунтуванні. Здатність людини послідовно аргументувати свою думку називається ***доказовістю мислення***.

Швидкість мислення характеризується часом здійснення мислительної операції. Це здатність швидко розібратися в складній ситуації, обміркувати її, знайти правильне рішення і прийняти його. Залежить від знань, міри досконалості мислення, навичок, досвіду відповідної діяльності і рухливості нервових процесів.

Економічність мислення – це вміння людини оптимально обирати шляхи у розв'язуванні задач, яке включає сукупність властивостей інтелекту: узагальненість, усвідомленість, гнучкість, стійкість, самостійність мислення.

Стилі мислення

Аналітичний стиль – орієнтований на всебічне об'єктивне вивчення питання. Людина з аналітичним складом розуму схильна до логічної, методичної, ретельної манери розв'язання проблеми.

Синтетичний стиль мислення полягає в тому, щоб створювати щось нове, комбінувати, проводити мисленні експерименти.

Прагматичний стиль мислення спирається на власний досвід, використовує легкодоступну інформацію. Прагматики шукають швидке рішення, бодай воно лежить навіть на поверхні.

Реалістичний стиль мислення визнає факти і лише факти. «Реальне» – це те, до чого можна доторкнутися.

Ідеалістичний стиль мислення виявляється в тому, що людина робить глобальні інтуїтивні оцінки без детального аналізу проблем.

Наведемо ще одну класифікація стилів мислення (за впливом його продуктів на процес пізнання):

Стандартне (трафаретне) мислення – відображає усталені віками істини. Нічого нового для прогресу воно не дає.

Оригінальне мислення – не змінює основні базові знання і фундаментальні положення, але об'єкти чи явища розглядаються з нового, недослідженого боку. Дає можливість розв'язати нестандартну задачу.

Революційне (парадоксальне) мислення. Докорінно змінює старі догми і аксіоми. Приклади: Геліоцентрична теорія Н. Коперника, морально-релігійне вчення Ісуса Христа, теорія відносності А. Енштейна.

Література: [1], [3], [4], [8], [10], [12], [13], [41], [50], [52], [56], [61], [80], [81], [83].

Питання для самоперевірки

1. Дайте виначення мислення. Які функції виконує мислення?
2. Назвіть основні ознаки мислення як психічного процесу.
3. Які компоненти входять у склад мислительної діяльності?
4. У чому коріниться головна відмінність мислення тварин і людини?
5. У яких ідеальних формах існують інтелектуальні продукти мислительної діяльності?
6. Як мислення пов'язане з мовою та мовленням?
7. Охарактеризуйте основні форми мислення.
8. Підберіть синоніми до поняття «логічне мислення».
9. За яким критерієм виділяють алгоритмізоване і евристичне мислення?
10. Чим різняться емпіричне і теоретичне мислення?
11. З яких компонентів складається теоретичне мислення?
12. З чого починається усвідомлення і розв'язання проблемної ситуації?
13. Як співвідносяться між собою проблемна ситуація і задача?
14. Які типи мислительних дій включає розв'язання задачі?
15. Якими способами суб'єкт може розв'язувати задачу?
16. Назвіть етапи формування розумових дій (за П. Гальперіним).
17. Наведіть приклади дедуктивного та індуктивного умовиводів.
18. Охарактеризуйте основні операції мислення.
19. Чим зумовлені індивідуальні особливості мислення?
20. Які якості мислення є показниками індивідуальних відмінностей між людьми?
21. Чим відрізняються прагматичний і реалістичний стилі мислення?

Тема 13. **Уява**

План

1. Поняття про уяву як специфічно людський вид діяльності.
2. Уявлення і уява.
3. Аналітико-синтетичний характер образів уяви.
4. Види і форми уяви.
5. Розвиток уяви.

Ключові поняття: уява, пасивна уява, активна уява, відтворююча уява, творча уява, уявлення, мрія, ідеал, ідеалізація, аглютинація, аналогія, акцентування, перенесення, гіперболізація, схематизація, типізація, фантазія, ілюзії уяви, галюцинація, марення, сновидіння, дидактогенія, ятрогенія.

1. Поняття про уяву як специфічно людський вид діяльності

Уява – це пізнавальний психічний процес, який виявляється у створенні людиною на основі її попереднього досвіду образів об'єктів, яких вона безпосередньо не сприймала і не сприймає в даний момент.

Уява є своєрідною формою відображення реальної дійсності в нових, несподіваних, незвичних поєднаннях і зв'язках. Уява властива лише людині та має соціальну природу. Вона виникла у процесі трудової діяльності, спілкування. В уявлюванні очікуваного результату полягає докорінна відмінність людської праці від інстинктивної поведінки тварин. Уява орієнтує людину в процесі діяльності – створює психічну модель кінцевого або проміжних продуктів праці, що сприяє їх предметному втіленню.

Функції уяви*:*

- ✓ *Пізнавально-інтелектуальна функція* забезпечує:
- випереджальне відображення реальності;
- моделювання кінцевого результату діяльності й тих засобів, які необхідні для її виконання;
- створення програми поведінки людей, коли проблемна ситуація невизначена;
- створення образів, які не програмують активну діяльність, а підміняють її (фантазія);
- створення образів об'єктів з опорою на схеми, графіки, карти, фотознімки території, описи тощо;
- створення принципово нових образів предметів та явищ;
- ✓ *афективно-захисна* – зняття психічного напруження, саморегуляція емоційних станів, органічних процесів;

- ✓ *психотерапевтична* – уява (фантазія) може бути засобом зцілення, відпочинку і відновлення сил.

Уява тісно пов'язана з іншими процесами (сприйманням, пам'ятю, уявленням, мисленням, емоціями, волею). Специфіка уяви як психічного процесу полягає в переробленні минулого досвіду людини, що зберігається у вигляді образів, уявлень. Мислення і уява дозволяють проектувати майбутнє. Як і мислення, уява виникає в проблемній ситуації, тобто в тих випадках, коли необхідно знайти принципово нове рішення; як і мислення, вона мотивується потребами особистості. Реальному процесу задоволення потреби може передувати уявне задоволення цих потреб. Але випереджальне відображення дійсності, здійснюване в процесах уяви, відбувається в конретно-образній формі, у вигляді яскравих уявлень, в той час як випереджальне відображення в процесах мислення відбувається шляхом оперування поняттями, які дозволяють узагальнено і опосередковано пізнавати світ.

У проблемній ситуації, з якої починається пізнавальна діяльність, існують дві системи випередження свідомістю результатів цієї діяльності:

1) організована система образів; 2) організована система понять.

Можливість вибору образу лежить в основі уявлень, можливість нової комбінації понять лежить в основі мислення. Залежно від різних обставин, які характеризують проблемну ситуацію, одна й та сама задача може розв'язуватися як за допомогою уяви, так і мислення. Уява працює на тому етапі пізнання, коли невизначеність ситуації надто велика. Її цінність полягає в тому, що, доповнюючи ситуацію, вона дає змогу прийняти рішення і продовжити діяльність навіть за відсутності належної повноти для мислення.

2. Уявлення і уява

Необхідно розрізняти уяву і уявлення. *Уявлення* – це психічний процес відображення предметів і явищ оточуючої дійсності у формі узагальнених, наочних вторинних образів, які виникають у свідомості за відсутності безпосередніх подразників. Це зближує їх з образами пам'яті, уяви і наочно-образним мисленням. Продуктом (кінцевим результатом) уявлення є *образ уявлення*. За своєю природою уявлення завжди *полімодальні*, тобто завжди включають у свій склад елементи як зорових, так і тактильних, слухових і рухових слідів складної практичної діяльності з предметами. Зовні образ увлення може здаватися розмитим і біднішим порівняно із образом сприймання і є скоріше схемою, загальним обрисом якоїсь речі, ніж її наочним зображенням. Однак він включає у свій склад різні аспекти уявлень про предмет. Наприклад, образ уявленя про лимон включає як його зовнішній вигляд (форму і колір), так і його смак, фактуру, вагу і т. п. Ще однією

особливістю образу уявлення є те, що він є не пасивним відбитком, а завжди включає у свій склад інтелектуальну переробку вражень про предмет, виділення у предметі найбільш суттєвих ознак, віднесення його до певної категорії. Отже, *уявлення* – це процес довільного створення образу і мисленного маніпулювання (оперування) ним при розв'язанні задач.

Залежно від предмету уявлення виділяють два види уявлень: *1) візуальні* (конкретний образ); *2) абстрактно-логічні* (абстрактні поняття).

Уява, як і уявлення, використовує матеріал, що був одержаний за допомогою сприймання і збережений пам'яттю. Уява – це більш творчий процес, який полягає у створенні нових образів та їх трансформації. Вона забезпечує створення моделі нової ситуації – такої, що раніше не виникала. Цей процес розвивається у часі, як правило, в ньому можна прослідкувати сюжетну лінію. В уявленні об'єкт більш статичний: він або нерухомий, або з ним здійснюється обмежена кількість операцій маніпулятивного характеру. Уявлення є механізмом відтворюючої уяви, але існують також ще і різні форми творчої уяви, які не можна звести до уявлення.

3. Аналітико-синтетичний характер образів уяви

Уява є функцією кори великих півкуль, результатом діяльності мозку. Фізіологічною основою уяви є зумовлена певною потребою реконструкція систем тимчасових нервових зв'язків, які утворилися в корі головного мозку в процесі запам'ятовування. У функціонуванні уяви задіяні також глибинні відділи мозку, передусім гіпоталамо-лімбічна система. За даними К.-Г. Прибрама та ін., її порушення зумовлює розлад програм поведінки, а найважливіша роль уяви полягає саме у їх виробленні.

Процеси уяви, як і процеси сприймання, пам'яті, мислення, мають аналітико-синтетичний характер. У створенні образів уяви провідною є взаємодія двох сигнальних систем. Співвідношення почуттів і мови, образу і слова набуває різного характеру в різних видах уяви, залежно від конкретного змісту діяльності, в яку включається створення образів.

Для виникнення нового образу необхідно:

1) щоб раніше утворені системи зв'язків, їх структура були детерміновані характером раніше сприйнятих предметів;

2) щоб вони розпались (дисоціація) і утворили нові поєднання, сполучення (асоціація), відповідно до нових потреб, які актуалізуються в діяльності людини.

Синтез уявлень в процесах уяви здійснюється в різними способами (прийомами). Найелементарніший прийом синтезування образів – *аглютинація* – передбачає «склеювання» різних, у повсякденному житті не

поєднуваних якостей, частин, властивостей (русалка, кентавр, сфінкс, тролейбус, танк-амфібія та ін.)

Близька до аглютинації *гіперболізація,* що характеризується не лише перебільшення чи зменшенням предмета, а й зміною кількості частин предмета (Гулівер, Котигорошко, Горгона, Хлопчик-Мізинчик та ін.).

Перенесення ознак одних предметів на інші, яким ці ознаки не властиві (образи розмовляючих тварин, «живої» і «мертвої» води).

Загострення (або акцентування) – підкреслення яких-небудь ознак. За допомогою цього прийому створюються товариські шаржі та злі карикатури.

Якщо в уявному образі відмінності зливаються, а риси подібності виступають на перший план, то такий прийом називається *схематизацією*. Це може бути створений художником орнамент, елементи якого взяті з рослинного світу, або стилізовані фігури, що використовуються в телевізійних заставках перед трансляцією спортивних передач.

Типізація – прийом, для якого характерно виділення істотних властивостей в однорідних явищах чи об'єктах і втілення їх у новому конкретному образі. Це найскладніший прийом творчої уяви, що ґрунтується на операціях аналізу, синтезу і узагальнення. Широко використовується в художній літературі, скульптурі, живописі при створенні соціально-типових образів (наприклад, Тарас Бульба, Козак Мамай, Наталка Полтавка).

Аналогія (уподібнення) – літальні апарати створені за аналогією з птахами; ехолот, локатор, «електронне око» (біоніка), крокуючий екскаватор.

4. Види і форми уяви

Діяльність уяви може бути охарактеризована за такими критеріями:

1) за участю вольової регуляції:

- *мимовільна* – в основу створення нових образів не покладена спеціальна мета. Вона тісно пов'язана з почуттями, емоціями. Приклад – сновидіння, ілюзії, галюцинації.

- *довільна* – спрямовується метою створити образ якогось предмета, можливої ситуації, уявити або передбачити сценарій розвитку подій.

2) за характером активності:

- *пасивна* – протікає без постановки мети. Людина продукує образи, що не втілюються в життя, програми поведінки, які не будуть здійснені. Може бути довільною і мимовільною.

- *активна* – завжди спрямована на виконання творчого або логічного завдання, визначається і контролюється волею. Образи цієї уяви активно втілюються в життя. Може бути репродуктивною або творчою.

***3) залежно від характеру діяльності* активну уяву поділяють на:**

- *творчу* – допомагає самостійно створювати нові, оригінальні образи, які реалізуються в оригінальних і цінних продуктах діяльності. Їх новизна полягає не в елементах, а у видозміні цих елементів та їх сполучень.

- *репродуктивну* (відтворюючу) – процес створення людиною образів нових предметів на основі їх словесного опису або графічного зображення. Прицьому створений образ є лише суб'єктивно новим, а об'єктивно його уже створили інші люди. Так, у конструктора-винахідника, який створює нову машину, уява – творча, а в інженера, що реконструює образ машини за кресленням – репродуктивна.

4) залежно від змісту діяльності:

- *технічна* – характерне створення образів просторових відношень (просторова уява) у вигляді геометричних фігур і побудов (креслення, схеми), їх легка дисоціація і об'єднання в нові поєднання, мисленнєве перенесення їх в різні ситуації. Важливу роль у створенні нових технічних конструкцій відіграють асоціації за схожістю.

- *наукова* – знаходить свій вияв у побудові гіпотез, проведенні експериментів, напрацюванні узагальнень при створенні понять.

- *художня* – має переважно чуттєві образи (зорові, слухові, тактильні), які є напрочуд яскравими і детальними.

Разом з тим існують суттєві відмінності впливу уяви на художню і наукову творчість. Для художньої творчості уява важлива на всіх етапах творчого процесу (задум, пошук виражальних засобів, побудова твору, оцінка сприймання твору). Інакшою є роль уяви в науковій творчості: тут багата уява потрібна при виникненні задуму, формулюванні гіпотези, при пошуці шляхів розв'язання проблем. На інших етапах наукової творчості уява може приносити негативний результат, якщо вона підміняє логічне мислення, експериментальне доведення і т. д.

5) за характером образів:

- *конкретна уява* – уявляються певні предмети, речі, ситуації тощо;
- *абстрактна уява*, що оперує більш узагальненими образами (схемами, символами).

6) за відношенням до актуальної ситуації:

- *сприймаюча уява* (прикута до ситуації);
- *творча уява* (здатна вийти за межі ситуації).

Саме за цим поділом уяви в шахістів відрізняють "позиційну" і "комбінаційну" гру.

Форми уяви

Виділяють наступні форм уяви:

✓ *мрія* – образ бажаного майбутнього, яке не має точної дати здійснення. Очікуване в ній не гарантовано, а має лише гіпотетичний характер. У мріях виявляється безпосередній зв'язок уяви з потребами людей. Мрія виникає в ситуації, коли задоволення потреб у даний момент неможливе, тому вона існує як реальне прагнення, як мотив діяльності. Це також елемент наукового передбачення, прогнозу і планування діяльності. Особливістю мрії є побудова тих образів, які поки що не втілені, а іноді й не можуть бути втіленими. Відповідно, мрії можуть бути реальними і нереальними; дієвими і безплідними. Цінність мрії визначається її змістом і активністю. Втілення мрії в реальність дозволяє здійснити наявність волі, рішучості, цілеспрямованості і упевненості в собі. Позитивний вплив на людину справляє лише активна, творча мрія, вона збагачує життя людини, робить його яскравим і цікавим.

✓ *ідеалізація* – це втілені в ідеальному, досконалому образі (*ідеал*) кращі тенденції людини, найпривабливіші людські риси і чесноти; утворення понять про об'єкти, що не мають свого аналогу в дійсності, наприклад, «точка», «абсолютно чорне тіло» та ін.

✓ *фантазія* – відображення дійсності у видозміненому (химерному, фантастичному) вигляді. Образи фантазії усвідомлюються як приємні, але нездійсненні. Вони створюється на основі гри, вільного комбінування. У своїй уяві людина ніби звільняється від обмежень і, виходячи за них, вона здатна по-новому тлумачити відомі факти, розширити обрії свого життя. Іноді фантазування зумовлює наукові відкриття. Творча активність, викликана фантазією, має переважно спонтанний, некерований характер. Її спрямованість залежить від особистої обдарованості людини, її інтересів і набутого досвіду;

✓ *ілюзії уяви* мають місце у сприйманні об'єктів зі спотворенням окремих їхніх властивостей. На відміну від ілюзії сприймання, яке викликається особливостями будови об'єкта, ілюзії уяви є наслідком привнесення в образ змісту уявлень пам'яті. Так буває, коли індивід помиляється, вважаючи одну людину за іншу, або під впливом емоції страху може сприйняти неживий предмет як живий і такий, що чимось загрожує (палка – змія). Причому ілюзорний образ ототожнюється з об'єктом сприймання і розцінюється як реально існуючий.

✓ *галюцинація* – образ, що переживається без будь-якої зовнішньої стимуляції. Виникають внаслідок мимовільного проектування образів ззовні та локалізації їх у просторі та часі, що призводить до переживання цих спонтанно виниклих у свідомості образів як об'єктивної реальності. Галюцинація спостерігається при багатьох психічних захворюваннях, травмах, інтоксикаціях, важких душевних потрясіннях;

✓ *марення (маячіння)* – спонтане генерування образів недосяжного і фантастичного майбутнього, у яких людина не може зневіритися й ідеалізує їх (ідеї величі, багатства, шляхетного походження, любовні) Ці марення носять образний характер, неясні, неконкретні, розмиті, уривчасті. Свідомий план у них значно приглушений, явний сюжетний зв'язок відсутній. Іноді марення супроводжується афективними проявами страху, безпідставної тривоги, відчуттям неясної небезпеки (марення переслідування, отруєння, ревнощів);

✓ *сновидіння* – певним чином організована система образів, що виникають під час сну. Сновидіння – це несвідома візуалізація бажань, інколи може мати і прогностичне значення. Образи сновидінь вирізняються спонтанністю, символічністю, реальні і часові співвідношення в них дуже спотворені. Сюжети сновидінь в образній, символічній формі відбивають основні мотиви і установки суб'єкта у напрямку, окресленому несвідомим. Сновидіння складають важливу ланку в системі психологічного захисту, тимчасово послаблюють напруженість психічного конфлікту і сприяють відновленню пошукової активності. За Фрейдом, сновидіння – це «фізіологічне марення нормальної людини».

Розвиток уяви

Розвиток уяви має надзвичайно важливе значення для оптимізації пізнавальних можливостей людини, регуляції її поведінки, планування її майбутньої діяльності, передбачення результатів. Особливо важлива роль уяви в педагогічній творчості. Уміння вчителя уявити внутрішній світ учнів, навчальну ситуацію, можливі наслідки є запорукою успішності педагогічної діяльності. Не менш важливе значення має прогнозування майбутніх результатів, планування своєї діяльності.

Основна умова розвитку уяви – залучення дитини до різноманітної діяльності. Діяльність уяви залежить від загальної спрямованості особистості, від її психічного життя взагалі. Особлива роль у створенні образів уяви належить інтуїції, інтересам, потребам, ідеалам, світогляду. Уява не лише впливає на хід психічного життя людини, а й обумовлює формування її *креативності*, є необхідною умовою вияву творчих здібностей. Надзвичайно важлива роль уяви у формуванні характеру. З діяльністю уяви пов'язане формування таких морально-психологічних якостей особистості як гуманність, почуття обов'язку, вміння співчувати. Процеси уяви можуть бути надзвичайно емоціогенними, стимулювати різні емоційні переживання, підтримувати настрій, або, навпаки, змінювати його на протилежний. Уявлення успіху, візуалізація перемоги над собою, звернення до конкретних

або метафоричних образів боротьби і подолання є центральним компонентом вольового зусилля.

Бідність і однобічність розвитку уяви може бути показником розумової відсталості людини, психічних захворювань. Але в певних умовах і багата уява може бути симптомом психічних розладів. Особливо негативно на розвиток уяви впливає алкоголь, токсини, наркотики. Деякі розлади психічної діяльності виникають у зв'язку з надмірною вразливістю і живою уявою (*галюцинації*).

Уява може відчутно впливати на органічні процеси людини: поява *стигматів* у фанатичних віруючих. Відомі випадки так званих *ятрогеній,* коли необережно сказане лікарем слово може викликати у вразливого пацієнта реальне відчуття хвороби і у нього можуть виявитись відповідні симптоми. У педагогічній діяльності слід остерігатись *дидактогеній*, коли нетактовне слово директора, вчителя, вихователя травмує психіку учня, провокує у нього невиправдані страхи, пригнічений настрій, фрустрацію, може викликати нервові розлади.

Література: [1], [2], [4], [8], [10], [12], [13], [41], [50], [52], [56], [61], [80].

Питання для самоперевірки

1. Дайте визначення уяви.
2. Чому уява є вищою формою розумової діяльності?
3. Які функції виконує уява у психічній діяльності людини?
4. Дайте психологічне пояснення відсутності уяви у тварин.
5. Чим уява відрізняється від образного мислення?
6. Чи завжди уява включається в процес мисленнєвої діяльності?
7. Які ознаки основних відмінностей уяви від уявлень пам'яті?
8. Чим відрізняється уява від фантазії?
9. Як уява впливає на фізіологічні та органічні процеси людини?
10. Проаналізуйте основні прийоми створення образів уяви.
11. Чим різняться уява відтворююча і творча?
12. Як пов'язана уява з емоційно-вольовою сферою людини?
13. Чи може яскрава уява негативно позначитися на психічному житті людини?
14. У чому полягають особливості мрії як різновиду творчої уяви?

Тема 14. **Емоції і почуття**

План

1. Переживання як особлива форма відображення.
2. Поняття про емоції та почуття.
3. Функції почуттів та емоцій, їх основні властивості.
4. Форми вираження почуттів. Емоційні стани.
5. Вищі почуття та їх психологічна характеристика:
   а) інтелектуальні почуття;
   б) моральні почуття;
   в) естетичні почуття;
   г) праксичні почуття.
6. Розвиток і виховання почуттів.

Ключові поняття: емоції, почуття, переживання; емоційні стани: емоційне збудження, напруження і напруженість, настрій, афект, стрес, фрустрація, пристрасть, хвилювання, тривога; емоційні риси особистості: емоційна спрямованість, емоційність, емпатія, симпатія, емоційна стійкість, тривожність, емоційна культура особистості, емоційна зрілість.

1. Переживання як особлива форма відображення

Разом з чуттєвим та логічним відображенням дійсності існує особлива форма психічного відображення – ***переживання***. Це безпосереднє відображення самим суб'єктом власних станів, а не відображення властивостей і співвідношень зовнішніх емоціогенних об'єктів (Л. Веккер). Переживання представлене емоціями і почуттями людини. У психології термін «переживання» вживається в трьох значеннях (Ф. Василюк):

1) будь-яке емоційно забарвлене явище дійсності, яке безпосередньо представлене в свідомості суб'єкта і виступає для нього як подія його індивідуального життя;

2) прагнення, бажання і хотіння, які являють собою процес вибору суб'єктом мотивів і цілей його діяльності і які тим самим сприяють усвідомленню ставлення особистості до подій її життя;

3) особлива діяльність, що виникає в критичній життєвій ситуації, завдяки якій людині вдається, як правило, перенести важкі події, повернути втрачену осмисленість існування. Продуктом цієї діяльності є знаходження внаслідок переоцінки цінностей свого місця у світі, сенсу життя.

На відміну від відчуттів, сприймання, мислення, які відображають властивості, закономірності предметів, речей та явищ, у переживаннях людини відображається її ставлення до предметів, явищ, подій дійсності

залежно від того, як ці предмети задовольняють або не задовольняють актуальні потреби людини. Переживання виявляються в емоціях і почуттях людини. Емоція – це оцінка у формі переживання інформації про зовнішній та внутрішній світ, яка надходить у мозок під впливом загального стану організму. Емоції більшою мірою пов'язані з біологічними процесами і є формою переживань, спільною і для людини, і для тварин. Почуття більше пов'язані і соціальною сферою, тому властиві лише людині. Насамперед це стосується так званих вищих почуттів. У почуттях виявляється ставлення людини до роботи, подій, інших людей, до самої себе.

2. Поняття про емоції та почуття

Емоції (з лат. *emovere* – збуджую, зворушую, вражаю, хвилюю) мають два значення:

- *вузьке значення* – це конкретна форма переживання почуттів у даний момент часу (безпосереднє відображення), що, як правило, має ситуативний характер (біль, страх, почуття втоми, бадьорості);
- *широке значення* як особлива форма переживань, у якій відображається ставлення людини чи тварини до предметів, речей, подій, виходячи з того, як вони задовольняють біологічні потреби (в їжі, воді, відпочинку, сні, температурний і руховий режим, статевий потяг).

За В. Вундтом, *прості емоції* (переживання задоволення – незадоволення, напруження – розрядки, збудження – спокою) характеризуються полярністю та утворюють тривимірний простір усієї системи емоцій і почуттів. Вони безпосередньо пов'язані з відчуттями, утворюють емоційний фон відчуттів. В основі емоцій *задоволення* (приємного) або *незадоволення* (неприємного), які виникають у зв'язку зі смаковими та нюховими відчуттями, а також відчуттям болю, лежать безумовні рефлекси. Складніші переживання «приємного» і «неприємного» розвиваються у людини за механізмом умовних рефлексів, тобто уже як почуття. Емоції задоволення і незадоволення, супроводжуючи виконання будь-якої дії, відіграють важливу роль у перетворенні її на звичку. При цьому потрібно враховувати, що емоційна пам'ять краще зберігає переживання задоволення, ніж незадоволення, і тому заохочення – більш дієвий засіб виховання, ніж покарання. Емоція *напруження* різко виявляється у зв'язку з процесами уваги, коли людина очікує на якісь події, а також завжди пов'язана зі створенням нового або руйнуванням старого способу життя і діяльності. Чим складнішою є створювана система умовних рефлексів, тим більшим напруженням супроводжується цей процес. Його завершення переживається як емоція *розрядки* (полегшення).

Еволюційно-біологічна теорія емоцій підкреслює, що в розвитку емоцій людини і тварин є багато спільного. Емоції, згідно цієї теорії, з'явилися в процесі еволюції живих істот як життєво важливі адаптаційні механізми, що сприяють пристосуванню організму до мінливих умов і ситуацій життя. Філогенетично найдавнішою емоційною реакцією є *емоційний тон відчуттів*. Він виникає за механізмом безумовного рефлексу і пов'язаний з переживанням задоволення або незадоволення в процесі відчуття. *Елементарні емоції*, як правило, мають характер орієнтувальної реакції, тобто несуть первинну інформацію про нестачу або надлишок чогось, виконують роль біологічної оцінки. Основні емоції та їх експресивний вияв мають природжений характер, як і генотипно обумовлена здібність до їх розуміння у живих істот – представників не тільки свого, а й інших видів.

Разом з тим між емоціями людини і тварин також існують і суттєві відмінності. Визначальною характеристикою емоцій людини є спосіб її життя, тобто те, як і заради чого вона живе. У процесі життя та діяльності людини її елементарні переживання перетворюються на *складні емоції*: радість, горе, смуток, інтерес-здивування, захоплення, гнів, хвилювання, обурення, піднесення тощо. Людина має специфічні емоції, які не властиві тваринам, – емоції сміху. Навіть найпростіші емоції людини соціалізовані. Складні емоції обов'язково регулюються інтелектом, волею, почуттями людини, важливим виражальним засобом емоцій людини є мова. Завдяки другій сигнальній системі емоції стають усвідомленими. Емоції виявляють оцінювальне ставлення індивіда до актуальних чи можливих ситуацій, сигналізують про смисл подій, які ще не настали або ж відійшли у минуле, вони є організуючим і мотивуючим фактором поведінки людини, її особистісного розвитку і стосунків із навколишнім середовищем.

Емоції входять такого складного акту, як почуття. ***Почуття*** – вища форма відображення, ставлення людини до дійсності з точки зору того, як задовольняються її соціальні потреби (культурні, духовні, особистісні). Почуття мають *предметний характер*, пов'язані з уявленням або ідеєю про деякий об'єкт. Почуття удосконалюються і, розвиваючись, утворюють ряд рівнів, починаючи від безпосередніх почуттів і закінчуючи вищими, що належать до духовних цілей та ідеалів. Почуття мають *історичний характер* і залежать від традицій, вірувань, звичаїв конкретного народу, групи чи соціального прошарку суспільства. Мотиви поведінки й діяльності суб'єкта переживаються ним як почуття, які закріплені у спрямованості його особистості. Почуття, на відміну від ситуативних і короткочасних емоцій, характеризуються стійкістю та тривалістю, визначають динаміку і зміст мінливих емоцій, настроїв, афектів.

За А. В. Петровським, «почуття – це пережите в різній формі внутрішнє ставлення людини до того, що відбувається в її житті, що вона пізнає або робить». Суб'єктивне ставлення має три аспекти, що становлять його зміст, або структуру: оцінний, експресивний (емоційний) і спонукальний.

Оцінний аспект ставлення пов'язаний із порівнянням себе й інших з певними зразками, еталонами поведінки, з визначенням рівня досягнень. Залежно від оцінки (гарний-поганий, приємний-неприємний, гарний-негарний, чесний-нечесний тощо) у людини виникає певне ставлення до предмета взаємодії (шанобливе чи презирливе – до людини, відповідальне або безвідповідальне – до своєї справи, навчання тощо).

Експресивний аспект ставлення пов'язаний з переживанням людиною свого ставлення до об'єкта ставлення, з приводу оцінки емоціями. Наприклад, оцінка людиною своєї неспроможності зумовлює не тільки негативне ставлення до себе, а й важке переживання цього ставлення.

Спонукальний аспект ставлення виражається, наприклад, у потягах й інтересах, виявляється в прагненні опанувати об'єктом, який подобається, увійти в контакт із людиною, яку обожнюють, займатися діяльністю, яка подобається.

Зазначені три аспекти ставлення не відірвані один від одного, хоча в різних видах взаємин можуть бути виражені різною мірою.

3. Функції почуттів та емоцій, їх основні властивості

Емоції та почуття виконують ряд важливих функцій у психічній діяльності людини, до яких належать:

1. *Сигнальна* (функція оцінки та виразна функція) – забезпечує орієнтування суб'єкта в навколишньому світі: переживання виникають і змінюються у зв'язку зі змінами, які відбуваються під впливом зовнішніх об'єктів або в організмі людини. *Функція оцінки* виступає у формі внутрішнього сигналу. Емоції забезпечують виділення предмета за критерієм його суб'єктивної цінності. Через емоції особистість пізнає себе, пізнає те, що для неї не є байдужим. *Виразна функція* виступає у ролі зовнішнього сигналу. Через свій зовнішній вияв у вигляді жестів, міміки, пантоміміки емоції й почуття допомагають суб'єкту налагоджувати зв'язок з іншими людьми та з самим собою;

2. *Енергетична* – можуть підвищувати або послаблювати життєвий тонус, активність людини. Відповідно, емоції можуть бути *активаційні* (бадьорість, радість, азарт), *тензійні* (емоції напруження) – гнів, страх, тривога і *самооцінні* – сум, провина, сором, розгубленість;

3. *Експресивна і комунікативна* – зовнішній вияв емоцій через спонтанні й довільні мімічні засоби, психомоторні (підстрибування, оплески, обійми, поцілунки, затуляння обличчя руками) та звукові засоби експресії (сміх і плач) повідомляє про наші переживання і ставлення до інших людей, тварин, речей;

4. *Регулятивна* (спонукальна) – стійкі переживання спрямовують нашу поведінку, підтримують її, примушують долати перешкоди тощо (мотивуюча роль). Емоції також організовують і регулюють діяльність людини. Занадто слабка емоційна збудливість не забезпечує потрібної мотивації діяльності, а занадто сильна руйнує її, дезорганізує і робить практично некерованою.

5. *Основна функція почуттів* – забезпечення пристосування людини до суспільного середовища з точки зору не лише окремої особи, але й з урахуванням інтересів суспільної організації.

Основні властивості почуттів і емоцій

1. *Модальність (якість)* емоційних явищ характеризується їх змістом і сигналізує про особливості ставлення індивіда до тих чи тих явищ дійсності. За цією ознакою розрізняють одні емоції і почуття від інших, наприклад радість від гніву, сорому, кохання. Емоцій дуже багато, але їх можна звести до трьох модальностей: задоволення, незадоволення, індиферентне ставлення.

2. *Предметність* – ступінь усвідомленості й зв'язку з конкретним об'єктом. Опредмечування почуттів знаходить своє вище вираження в тому, що самі почуття диференціюються, залежно від предметної сфери, до якої належать, на інтелектуальні, естетичні й моральні. Із цим рівнем пов'язане захоплення одним предметом і відраза до іншого, любов або ненависть до певної особи, обурення якою-небудь людиною чи подією тощо.

3. *Полярність* – кожне почуття та емоція у різних ситуаціях можуть проявлятися з протилежним знаком: задоволення – незадоволення, радість – печаль, сміх – сум. Полярні переживання мають явно виражений позитивний або негативний відтінок.

4. *Амбівалентність (двоїстість)* – неузгодженість декількох емоціональних ставлень, які одночасно переживаються суб'єктом стосовно певного предмета почуттів. (любов – ненависть, цікавість – страх тощо).

5. *Активність* – розрізняють стенічні та астенічні емоції, які відповідно посилюють або послаблюють психічну або фізичну активність.

6. *Динамічність емоцій* виявляється у фазовості їхнього перебігу, тобто в наростанні напруження та його розрядці (В. Вундт).

7. *Інтенсивність* характеризується глибиною переживань і величиною фізіологічних зрушень. Емоції можуть повністю заволодівати психікою, мати бурхливий або млявий характер перебігу, бути тривалими або короткочасними. Інтенсивність переживань залежить від сили й інтенсивності

подразника, що його викликає: слабкої, помірної та сильної мотивації, від інтенсивності інформаційних і енергетичних характеристик діяльності.

8. *Пластичність емоцій* виявляється в тому, що ту саму за модальністю емоцію можна переживати з різними відтінками.

9. *Субєктивність емоцій* полягає в тому, що та сама причина може викликати у людини різні емоції. Небезпека в одних людей зумовлює страх, в інших – азарт, завзяття.

10. *Заразливість емоцій* полягає в мимовільному передаванні свого настрою, переживання іншим людям, які спілкуються з певною особою або знаходяться серед натовпу. Внаслідок цього можуть виникати як загальні веселощі, так і паніка.

4. Форми вираження почуттів. Емоційні стани

Формою переживання почуттів є емоції. За К. Ізардом, до основних, або фундаментальних, емоцій належать: інтерес-хвилювання, радість, здивування, горе-страждання, гнів, огида, зневага, страх, сором, провина. Комбінація деяких інших утворює комплексні емоції: тривогу, депресію, любов, ворожість. Кожна емоція має власну картину суб'єктивного переживання, здійснюється за рахунок специфічних фізіологічних механізмів. Вияв емоцій пов'язаний зі складною комплексною роботою кори великих півкуль головного мозку, підкірки і вегетативної нервової системи. У людини провідна роль належить корі, однак велике значення і підкірки, оскільки там знаходяться центри, що керують вегетативною нервовою системою і регулюють роботу внутрішніх органів. Цим визначається тісний зв'язок емоцій з різноманітними змінами в функціях організму: з діяльністю серця, кровоносних судин, органів дихання, зі змінами в діяльності залоз зовнішньої (слинні, слізні, потові) і внутрішньої секреції, скелетних м'язів, зокрема рухами всього тіла (пантоміміка) і м'язів обличчя (міміка). Тому емоції характеризується притаманними лише їм виразними рухами, за змінами у яких можна судити, яку емоцію переживає людина в даний момент. Ці рухи в одних випадках відбуваються неусвідомлено, в інших – під контролем свідомості. Тоді вони можуть використовуватися у процесі спілкування, виконувати роль невербальних комунікативних засобів.

Порівняно тривалі емоційні переживання людини отримали назву *емоційних станів,* які являють собою цілісні характеристики психічної діяльності за певний період часу. Згідно *інформаційної концепції емоцій* П.В. Симонова, емоційні стани визначаються якістю та інтенсивністю актуальної потреби індивіда і оцінкою, яку він дає ймовірності її задоволення. Свідомо чи

несвідомо людина порівнює інформацію про те, що потрібно для задоволення потреби, з тим, що є в її розпорядженні в момент виникнення потреби. Якщо суб'єктивна ймовірність задоволення потреби велика, виникають позитивні емоції. Негативні емоції породжуються внаслідок усвідомлення суб'єктом реальної або уявної неможливості задоволення потреби або ж зниженням її ймовірності порівняно з прогнозом, який суб'єкт давав раніше. Багато емоційних станів виявляється у формі настроїв, афектів, стресів, фрустрацій, пристрастей.

Настрій – це загальний емоційний стан, який характеризується стійкістю і плавністю перебігу протягом значного проміжку часу. *Емоційний компонент настрою* характеризує домінуюча емоція (емоційна домінанта). До нього входять також переживання тілесного благополуччя (фізичного комфорту або дискомфорту). Розрізняють позитивні настрої, які виявляються у бадьорому стані і високому тонусі, і негативні, які характеризуються пригніченістю, демобілізують людину, викликають пасивність (депресивні стани). Особливість настроїв та, що вони не спрямовані на щось конкретне. Настрій не предметний, а особистісний (не завжди усвідомлюється), тому настрої різних людей, викликані однією причиною, можуть бути різними, навіть протилежними. *Когнітивний компонент настрою* утворюють інтерпретації поточної життєвої ситуації, повнота її розуміння, прогноз перспектив розвитку ситуації, інтерпретація й оцінка свого фізичного й душевного здоров'я, уявлення про себе. Міра впливу на людину її настрою має індивідуальний характер. Особи, яким властиве самовладання, не піддаються настрою, не занепадають духом навіть тоді, якщо для цього є якісь підстави, а навпаки, переборюють труднощі. Легкодухі й марновірні люди швидко піддаються настрою. Вони потребують підтримки близьких людей, колективу.

Афект – це бурхлива і відносно короткочасна форма переживання почуттів у вигляді сильного збудження. Викликаються афекти сильними подразниками (словами, поведінкою інших людей, деякими обставинами, екстремальними ситуаціями). Прикладом афектів може бути сильна радість, вибух гніву, страх. Страх виникає раптово в критичних умовах, коли суб'єкт не в змозі знайти швидкий і розумний вихід з небезпечної ситуації. Він нав'язує суб'єкту стереотипи дій, як-от: втеча, заціпеніння, агресія тощо. Афекти, як правило, відзначаються ситуативністю, високою динамічністю, супроводжуються різко виявленими органічними змінами і руховими реакціями, малою контрольованістю поведінки, але можуть, навпаки, викликати заціпеніння, загальмованість мови і повну байдужість (відчай). У цьому стані послаблюються гальмівні процеси кори великих півкуль. Людина у стані афекту говорить і робить те, що чого не дозволяє собі у нормальному

стані. Людина може контролювати афект лише на початковому етапі. За афекту звужується обсяг свідомості: вона скерована на обмежене коло предметів і уявлень, пов'язаних з переживанням. Події, що відбуваються з нею, сприймаються незвичайно («затуманюється» мозок), звичайна поведінка «руйнується». Розвитку афектів слід не допускати, оскільки вони дуже негативно впливають на стан нервової системи. Людина після афекту відчуває втому, пригніченість, депресію. Афекти залишають сильні і стійкі сліди у довготривалій пам'яті. Афекти, як і настрої, залежать певною мірою від індивідуальних особливостей людини – її характеру, темпераменту, виховання. У підлітків афекти виявляються частіше, ніж у дорослих, оскільки процеси гальмування виражені у них ще недостатньо. Але необхідно підкреслити, що стриматись, не втратити контроль над собою на першій стадії афекту може кожна людина. Переживання афектів, що мають позитивний характер, є необхідним і корисним для повноцінного психічного і фізичного розвитку людини. Постійне стримування, затискання почуттів руйнує організм.

Стрес – це різновид афектів. Це стан надмірно сильної і тривалої психологічної напруженості, що виникає за умов нервового, емоційного перевантаження. Стреси виникають як відповідь на екстремальні впливи (стресори). Залежно від виду стресора і характеру його впливу виділяють фізіологічні та психологічні стреси:

- фізіологічні (біль, голод, спрага, надмірне фізичне навантаження, висока або низька температура);

- психологічні (небезпека, невдачі в діяльності й спілкуванні, реальна або уявна загроза матеріальному або емоційному благополуччю, обман, інформаційне перевантаження).

Психологічні стреси поділяються на інформаційні та емоційні. Психологічний інформаційний стрес виникає тоді, тоді коли людині необхідно прийняти рішення в умовах дефіциту часу на обдумування. Поведінка людини дезорганізується, спостерігаються безладні рухи, порушується мова, частішають помилки у переключенні уваги, сприйманні, пам'яті і мисленні, проявляються емоції, які неадекватні ситуації, може відбутись втрата активності. Емоційний стрес, або *дистрес*, має місце в ситуаціях, які загрожують фізичній безпеці (війни, злочини, аварії, катастрофи), її економічному благополуччю, соціальному статусу, міжособистісним стосункам (страх втратити роботу, засоби існування, повагу колег, кохану людину).

Канадський фізіолог Г. Сельє виділяє 3 етапи розвитку стресу:

I. *Реакція тривоги* – фаза мобілізації захисних сил організму. Відбувається перерозподіл резервів організму: розв'язання головного завдання

забезпечується за рахунок другорядних завдань. Людина справляється з навантаженням за допомогою функціональної мобілізації, без структурних перебудов.

II. *Фаза стабілізації*. Зовнішня поведінка мало відрізняється від норми, але всі параметри, які були виведені з рівноваги у першій фазі, закріплюються на новому рівні. Ідуть внутрішні перевитрати адаптаційних резервів. При сильному стресі виникає загальна реакція збудження, і поведінка людини стає (більшою або меншою мірою) дезорганізованою, рівень виконання різко падає. Ще більше посилення стресу призводить до загального гальмування, пасивності, бездіяльності.

III. *Фаза виснаження* – настає тоді, коли вичерпуються захисні сили організму, що може призвести до значного погіршення самопочуття, різних захворювань і навіть смерті.

Стреси, особливо якщо вони часті і тривалі, негативно впливають не лише на психічний стан, а й на фізичне здоров'я (серцево-судинні хвороби). Незначний стрес, навпаки, може викликати приплив сил, активізацію діяльності, стенічні емоції. Поведінка людини у стресовій ситуації багато в чому залежить від її особистісних якостей:

- від сили нервової системи, стресостійкості;
- від уміння швидко оцінити ситуацію;
- від навичок миттєвої орієнтації за несподіваних обставин (здатність підтримувати готовність до моментальної дії при виникненні різних позитивних ситуацій);
- від вольової зібраності, рішучості, доцільності дій, розвитку витримки;
- від наявного досвіду поведінки в аналогічних ситуаціях.

Фрустрація – це емоційна реакція людини на неподолану перешкоду, бар'єр, який несподівано виник на шляху досягнення важливої життєвої мети. Термін «фрустрація» вживається у двох значеннях:

1) як несприятливі обставини, які гальмують або перешкоджають досягненню певної мети;

2) як стани, які виникають унаслідок неподоланої перешкоди, поразки.

Фрустрація може виникнути лише тоді, коли особистісно значущий мотив залишається незадоволеним або його задоволення гальмується і при цьому ступінь невдоволеності виявляється вищим за той, що людина може витерпіти. Цей стан може виникнути через міжособистісний конфлікт, особливо в колективі, в якому людина не отримує підтримки, співчуття. Характерною ознакою фрустрації є дезорганізація свідомості й діяльності, людина переживає стан роздратування, досади, безнадії, втрати перспективи,

відчаю, пригніченості, тому фрустрацію слід розглядати в контексті витривалості (толерантності) щодо життєвих труднощів і реакцій на ці труднощі. Особливості вияву фрустрації залежать від можливостей розрядки зовнішнього напруження. Розрізняють позитивні і негативні реакції на фрустрацію.

Позитивні реакції виявляються у конструктивних рішеннях, подоланні перешкоди. Ефект досягається шляхом підсилення прагнення, спрямованого на розв'язання проблеми.

Негативні реакції фрустрації можуть викликати різні форми неконструктивної поведінки, а саме: агресію, регресію, фіксацію, відмову, негативізм, репресію, депресію.

Агресія може бути спрямована на особу або об'єкт, що викликав фрустрацію. Форми агресії можуть бути фізичними і вербальними. Іноді агресія має замаскований характер. Агресія, яка переходить у гнів, може закінчитись афектом. Агресія може бути прямою (на саму перешкоду) і спрямованою на інші об'єкти, які заміщують фрустратор. Агресія на керівника може переміститися на колег, підлеглих або членів сім'ї. Можливе перенесення агресії на себе («аутоагресія»), коли людина починає картати себе, нерідко при цьому приписуючи собі неіснуючі недоліки або сильно їх перебільшуючи.

Регресія – виявляється у поверненні до форм реагування, поведінки, властивих людині на більш ранньому етапі життя. При цьому можливе виникнення інфантильних реакцій (аутизм), властивих дитячому віку.

Фіксація виявляється як даремне продовження попередньої діяльності за інерцією (стереотипність діяльності і рухів) або у повторенні неефективних способів поведінки. Наприклад, безуспішне повторення одного й того ж підходу в міжособистісних стосунках.

Відмова виявляється в тенденції суб'єкта не брати участь у вирішуванні проблеми, яка його безпосередньо стосується. Це пасивний підхід до ситуації. Переключення на інші цілі – це позитивна форма відмови.

Негативізм – перенесення негативного ставлення не лише на справжнього фрустратора, але й на інші проблеми, які мають з ним якусь подібність.

Репресія характеризується блокуванням, витісненням із свідомості неприємних ситуацій. Це нереалістична форма поведінки: «Проблема зникає, якщо про неї не думати».

Депресія (від лат. «пригнічення»), коли людина через блокування її цілеспрямованої поведінки переживає пригніченість, тугу, розпач. Почуття провини за події минулого і відчуття безпорадності перед життєвими труднощами поєднуються з почуттями безперспективності. Самооцінка помітно знижена, спостерігається сповільненість, безініціативність, швидка втомлюваність, зниження продуктивності діяльності.

Для виходу з фрустрації можливе заміщення, переоцінка цінностей, переорієнтація цілей, пошук обхідних шляхів, уявне вирішення проблеми. Фрустрація виникає насамперед у людей з підвищеною збудливістю, з недостатньо розвинутими гальмівними процесами, у невихованих, розбещених дітей. Якщо людина довгий час не виходить із стану фрустрації, то формується невроз – хвороба, яка виникає в наслідок конфлікту з оточуючим середовищем на ґрунті зіткнення бажань людини і дійсності, яка їх не задовольняє.

Пристрасті – це сильні, стійкі тривалі почуття до певного об'єкта, які оволодівають людиною. Їй здається, що вона не може існувати без цього об'єкта і тому прагне ним заволодіти, сконцентрувавши усі свої зусилля на одній меті. Пристрасті визначають емоційну спрямованість особистості – прагнення до певних переживань свого ставлення до дійсності, мають вибірковий характер. Серед типів емоційної спрямованості виділяються комунікативні та альтруїстичні (потреба переживати емоції, що виникають в умовах спільної дії, допомоги іншим); глоричні (як переживання слави, самоствердження); праксичні (емоції, що виникають зі зміною перебігу дії, трудової діяльності); романтичні (прагнення до незвичайного, таємничого); акізитивні (пов'язані з придбанням, накопиченням) та ін. Пристрасті виявляються не лише в емоційній, але і в пізнавальній, вольовій сфері у формі наполегливості.

Пристрасті бувають *негативні* (пристрасть до алкоголю, паління, марнославства) і *позитивні* – захоплення роботою, навчанням, спортом і т.п. – є силою людини, яка породжує велику енергію діяльності, сприяє продуктивності роботи.

5. Вищі почуття та їх психологічна характеристика

На відміну від емоцій, афектів, настроїв і стресових станів, які мають ситуативний характер і відображають ставлення індивіда до об'єкта в даний момент, в конкретних обставинах, вищі почуття є відображенням ставлення людини до об'єкта її стійких потреб, яке закріплене в спрямованості її особистості. Їх викликають факти, події, люди і обставини, щодо яких суб'єкт стабільно позитивно або негативно мотивований.

За змістом вищі почуття поділяють на моральні, естетичні, інтелектуальні, практичні.

Моральні – це почуття, в яких виявляється ставлення людини до власних вчинків, до вчинків інших людей, подій з точку зору їх відповідності чи невідповідності моральним нормам і принципам. До позитивних моральних

почуттів належать почуття обов'язку, патріотизму, гуманності, доброзичливості, співчуття, любові, честі, дружби, товариськості. До негативних моральних почуттів зараховують почуття індивідуалізму, егоїзму, ворожнечі, заздрості, злості, ненависті, недоброзичливості тощо. Виникнення морального почуття передбачає, що людиною засвоєні моральні норми та правила і вони перейшли у сферу її переконань. Однією з найважливіших особливостей моральних почуттів є їх дієвий характер. Вони стають спонукальними силами багатьох героїчних справ і шляхетних вчинків.

Естетичні – це почуття краси явищ природи, гармонії фарб, звуків, рухів і форм, які виявляють в такий спосіб ставлення людини до інших людей, живої і неживої природи, продуктів людської праці з точки зору їх досконалості, витонченості. Це почуття прекрасного і огидного, гармонії і дисгармонії, трагічного і комічного, високого і низького. Естетичне почуття неможливо охарактеризувати якоюсь однією емоцією. Такі почуття реалізуються через емоції, які за інтенсивністю простягаються від легкого хвилювання до глибокої схвильованості, від емоції задоволення до естетичного захвату при сприйнятті творів мистецтва, краєвидів, натури. Складність і своєрідність естетичних переживань полягає в специфічному й неповторному поєднанні різних за своєю спрямованістю, інтенсивністю і значенням емоцій. Як правило, естетичні почуття справляють стенічний вплив на психіку людини, активізуючи функції організму.

Інтелектуальні – почуття, що відображають ставлення людини до процесу пізнання, до істинності знань, їх повноти, досконалості (почуття нового, подиву, сумніву, здивування, впевненості, переконаності, любов до істини). Інтелектуальні почуття яскраво виявляються у пізнавальних інтересах, любові до знань, у навчальних і наукових смаках. Вони залежать від умов життя, навчання і виховання. Мають такі рівні: зацікавленість, допитливість, цілеспрямованість, стійкий інтерес, захоплення пізнавальною діяльністю. Інтелектуальні почуття підкріплюють, роблять приємною пізнавальну (навчальну, дослідницьку, наукову) діяльність, пов'язану з подоланням труднощів на шляху досягнення мети. Вони дають необхідну енергію для просування пізнання від досягнутого рівня до нових вершин.

Практичні (праксичні) – показують ставлення людини до процесу практичної діяльності та її результатів. Виявляються у захопленні, задоволенні діяльністю, у творчому підході, в радості від успіхів або невдоволеності від невдач, байдужості. Головні передумови їх виникнення і розвитку – яскраве уявлення про зміст і форму діяльності, її процес і результат, суспільна цінність роботи. Особливо успішно практичні почуття розвиваються тоді, коли

діяльність імпонує інтересам, нахилам і здібностям людини, коли в діяльності є інтерес до творчості, перспективи розвитку.

Рівень духовного розвитку людини залежить від міри розвитку усіх видів вищих почуттів. Разом з тим слід підкреслити умовність поняття «вищих почуттів», адже до них належать, наприклад, не лише моральні, але й аморальні почуття (себелюбство, жадібність, заздрість та інші), тобто, по суті, нижчі емоційні вияви особистості.

Виділяються також *комплексні стани* людини, які включають мислення, ставлення і емоції. Це гумор, сатира і сарказм, почуття трагізму, оптимізму, песимізму тощо.

Почуття гумору – це емоційний вияв такого ставлення до когось чи до чогось, яке поєднує в собі смішне і добре. Це сміх над тим, що любиш, спосіб вияву симпатії, привертання уваги, створення хорошого настрою. Це почуття є естетичним, але може розглядатися як інтелектуальне (якщо воно пов'язане з умінням помічати суперечності навколишньої дійсності) і разом з тим як моральне почуття.

Іронія – це поєднання сміху і нешанобливого ставлення до чогось, але яке ще не можна назвати недобрим або злим.

Сатира – має на меті засудження, розвінчання об'єкта. Сарказм втілюється як зле насміхання, знущання над об'єктом. Ці комплексні стани можна також трактувати і як види творчості.

6. Розвиток і виховання почуттів

Існує дві точки зору на питання про розвиток емоцій і почуттів.

1. Емоції не можуть розвиватися, оскільки вони пов'язані з функціонуванням організму і є спадковим. Це справедливо для елементарних емоцій, тобто суб'єктивного прояву органічних станів. Таку особистісну характеристику як емоційність небезпідставно відносять до вроджених і життєво стійких властивостей, проте вона все ж зазнає і соціалізуючого впливу.

2. Емоційна сфера людини розвивається. Це твердження справедливо уже для афектів, тим більше для почуттів, які є виключно результатом соціалізації. Виховання і самовдосконалення вищих емоцій і почуттів позитивно впливає на весь особистісний розвиток. Він може йти у декількох напрямках:

- включення у сферу емоційних переживань людини нових об'єктів, предметів, подій, людей;
- підвищення свідомого вольового управління і контролю своїх почуттів;
- поступове залучення в моральну регуляцію таких високих цінностей і норм співжиття, як совість, гуманність, порядність, обов'язок, відповідальність та ін.

Надзвичайно важливе значення має закріплення почуттів людини в її поведінці та вчинках. Є цілий ряд параметрів емоційної культури особистості: несуперечливість, дієвість почуттів, багатство почуттів, міра вияву почуттів, що має конкретний історичний та етнічний характер.

***Література**:* [1], [3], [4], [5], [8], [12], [13], [38], [43], [44], [61], [64], [78].

Питання для самоперевірки

1. До якого класу психічних явищ належить переживання? Яку роль воно відіграє у психічному житті людини?
2. Дайте визначення понять «емоції» і «почуття». Зазначте їх суттєві ознаки і відмінності.
3. Схарактеризуйте основні джерела емоцій і почуттів.
4. Як психологи пояснюють механізми виникнення емоцій? Чи існує єдина точка зору на це питання?
5. Дайте характеристику основних емоцій (за К. Ізардом).
6. У чому полягає відмінність емоцій людини від емоцій тварин?
7. Що розуміють під емоційними станами?
8. За якими ознаками можна констатувати, що людина знаходиться у стані емоційного збудження?
9. Визначте головні ознаки афекту, стресу, фрустрації. Як можна ефективно протистояти цим негативним емоційним станам?
10. Які об’єктивні й суб’єктивні фактори можуть впливати на настрій людини?
11. Чому моральні, інтелектуальні, естетичні та праксичні почуття відносять до вищих почуттів?
12. Від чого залежить розвиток емоційної сфери людини?

Тема 15. Воля

План

1. Загальне поняття про волю.
2. Проблема волі в історії психології. Теорії волі.
3. Довільні та вольові дії. Структура вольового акту.
4. Особливості вольової регуляції.
5. Воля у системі особистості, вольові якості особистості.
6. Розвиток волі у людини.

Ключові поняття: воля, вольове зусилля, вольовий акт, боротьба мотивів, прийняття вольового рішення, план дій, довільні й вольові дії, детерміністичні та індетерміністичні теорії волі, типи вольової саморегуляції, намір, вчинок, вольові якості: цілеспрямованість, ініціативність, рішучість, витримка, наполегливість, самостійність волі, навіюваність, самовладання; локус контролю, ризик, безвілля.

1. Загальне поняття про волю

Воля – це свідома організація і саморегуляція людиною своєї діяльності та поведінки, яка спрямована на подолання зовнішніх і внутрішніх перешкод, бар'єрів при досягненні поставленої мети.

У психічній діяльності людини воля може виявлятися як процес, стан, властивість. Це залежить від конкретної ситуації, що утруднює реалізацію намічених цілей, ставлення до неї суб'єкта тощо. Як психічний процес воля характеризується переходом від прагнення в рішення до діяльності. Подолання перешкод або, навпаки, утримання від активних дій викликають особливий емоційний стан – *вольове зусилля*, яке супроводжується значним психологічним напруженням, мобілізує внутрішні ресурси людини, характеризується силою, інтенсивністю, тривалістю переживання. Позитивний результат вольового зусилля – подолання лінощів, стресу, втоми, несприятливих обставин тощо – дає значне емоційне задоволення, переживається як перемога над собою і закріплюється в структурі особистості як певна вольова властивість – наполегливість, рішучість, ініціативність і т.п., у свою чергу вольова властивість актуально виявляється як процес.

Воля, як і інші форми психіки, свідомості є властивістю великих півкуль головного мозку людини. І. П. Павлов на основі експериментальних даних установив *фізіологічний механізм волі* – зумовлене свідомою метою рефлекторне збудження кінестетичних клітин кори великих півкуль головного мозку через активізацію слідів від подразників, які діяли раніше.

Воля має велике значення в житті людини. Вона виконує *регулятивну функцію*, яка виявляється як спонукальна (мобілізуюча) і гальмівна (утримуюча). Воля забезпечує вибір мотивів і цілей; регуляцію спонукання до дії за недостатньої або надлишкової мотивації; організацію психічних процесів в адекватну систему дій, які виконує людина; мобілізацію психічних і фізичних можливостей при подоланні перешкод і в досягненні поставлених цілей. Високий рівень розвитку вольових якостей особистості, розвинені уміння і навички вольової регуляції роблять людину здатною будувати власний спосіб життя, свідомо перетворювати себе і світ. Без сильної волі неможлива ніяка творча розумова і фізична праця, трудова діяльність. Воля не менш необхідна і в навчальній роботі у середній і вищій школі, у справі оволодіння науками і культурою поведінки.

2. Проблема волі в історії психології. Теорії волі

В історії психології воля розглядалася як проблема породження реальної дії, але двома основними шляхами, двома основними лініями.

1. Лінія Аристотеля – поняття волі пов'язується з проблемою породження не всякої дії, а лише дії на основі розуму, роздумів (*активна концепція*).
2. Лінія Декарта – воля розглядається у контексті породження будь-якої дії (реактивна концепція).

Реактивна концепція розроблялася у біхевіоризмі, реактології і рефлексології. Представники цих напрямків вважають, що вся поведінка людини – це реакції на різні зовнішні і внутрішні стимули, а відтак головне завдання психологів – це виявлення цих стимулів, визначення їх зв'язку з реакціями. Для такої інтерпретації людської поведінки поняття волі не потрібно.

В *активній концепції* поведінка людини розглядається у зв'язку з її власною активністю, а сама людина вважається наділеною здатністю до свідомого вибору форм реалізації своєї поведінки. Для такого розуміння поведінки поняття «воля» і «вольова регуляція» є основними, концептуальними ідеями.

Для психологічного дослідження волі має методологічне значення правильне розв'язання проблеми свободи волі. В історії філософії і психології склалися два протилежні напрямки пояснення вольової поведінки: детермінізм та індетермінізм.

Детерміністи розглядають волю як обумовлену зовні фізичними, психологічними, соціальними причинами.

Індетерміністи вважають, що воля – це автономна і самовизначальна сила, самопричина поведінки людини (А. Шопенгауер, Й. Фіхте, Ф. Ніцше,

В. Вундт). Людиною керує воля до життя, до смерті, до влади. Воля – це першопричина всього, це саме життя, а якщо це ілюзія, то і життя також ілюзія.

Відмінність філософських підходів до проблеми волі знайшла своє відображення в психологічних теоріях волі, які можуть бути поділені на дві групи:

1) «автогенетичні», або волюнтаристичні, теорії розглядають волю як специфічне утворення, яке існує нарівні з розумом, мотивами, емоціями і виступає як вищий і самостійний детермінатор і регулятор поведінки, яка до того ж сама себе обслуговує (В. Вундт, Н. Ах, І. Ліндворський, В. Джеймс);

2) «гетерогенетичні» теорії визначають волю як щось вторинне, продукт якихось інших психічних факторів і явищ. Наприклад, в історії психології відомі спроби ототожнити волю з мотивами, інтелектуальними або емоційними процесами (В.Чудновський, В.Іванников).

Сучасна психологія розглядає волю як детермінований процес. Ще І.П. Павлов розглядав механізм вольового руху як умовний, асоціативний процес, який підлягає законам вищої нервової діяльності. Вольові дії причинно обумовлені, вони виникають у процесі активної взаємодії з середовищем – природним і соціальним. Особливого значення набуває суспільно-історична обумовленість волі. Вітчизняна психологія спирається на положення про те, що воля людини виникла в процесі суспільно-історичного розвитку в трудовій діяльності. Суспільний спосіб життя сприяв тому, що люди в міру оволодіння дедалі складнішими формами діяльності поступово навчилися ставити перед собою певні цілі, завдання і свідомо домагатися їх реалізації. Ускладнення засобів діяльності і освоєння суспільно вироблених способів користування ними висувають високі вимоги до розвитку вольової сфери особистості. Це стосується і комунікативного аспекту діяльності, міжособистісних стосунків.

Воля людини детермінується потребами, але не підкоряється їм, навпаки, людина протистоїть тиску актуальних потреб і імпульсивних дій, а її вольова поведінка зумовлюється системою суспільно значущих мотивів, складом особистості. Дослідження різних аспектів волі в сучасній психології ведуться у багатьох напрямках (психологія мотивації, когнітивна психологія, психологія саморегуляції тощо), але ще досі не створена єдина, інтегративна теорія волі.

3. Довільні та вольові дії. Структура вольового акту

Діяльність називається вольовою тоді, коли в ній треба здійснити одну або ряд вольових дій. У структурі діяльності слід розрізняти довільні і вольові дії.

Довільні дії **–** це розумні, свідомі дії, які передбачають усвідомлення мети, попереднє уявлення тих операцій, які можуть забезпечити їх досягнення, черговість. Їх здійснення можливе за рахунок саморегуляції.

Структура вольвої саморегуляції:

- усвідомлена мета, якої прагне досягти людина;
- програма дій і операцій, яку повинна здійснити людина;
- свідомий контролю над плануванням і виконанням дій;
- прийняття рішення про завершеність або незавершеність дії (результат дії відповідає мотиву діяльності чи ні?).

Довільна дія формується й виявляється лише в ситуації актуальної потреби або життєвої необхідності, засобом розв'язання якої вона є. Будь-яка довільна дія людини є свідомо цілеспрямованим актом, але рівень, ступінь її усвідомленості може бути різним. Залежно від цього розрізняють два основних види довільних дій: обдумані дії й імпульсивні дії людини.

Обдумані довільні дії відрізняються високим рівнем свідомості, розумності. *Імпульсивна* ж дія виникає у зв'язку з емоційно забарвленим бажанням і підпорядкована почуттям, що переживаються людиною в даний момент, тому характеризується недостатньою усвідомленістю, обдуманістю. І вибір мети, і її досягнення здійснюються тут під безпосереднім впливом емоцій, афектів.

Вольова дія має усі суттєві ознаки довільної, але включає в себе необхідну умову – *подолання перешкод.* Вольові дії можуть здійснюватися людиною за власною ініціативою і за завданням інших: *самостійні дії і задані дії.* Вольові дії можуть розрізнятися за складністю.

Проста вольова дія характеризується безпосереднім переходом бажання у рішення та його реалізацію. Людина без вагань просувається до мети. Вибір мети, прийняття рішення про виконання дії відбувається без боротьби мотивів.

Складна вольова дія потребує значної напруги сил, терпіння, наполегливості, вміння організувати себе на виконання дії, врахувати її можливі наслідки. Вольовий акт має таку структуру:

1. *Мета і прагнення її досягти.* У міру того, як усвідомлюється мета, прагнення переходить у бажання (опредмечене прагнення), яке має споглядальний характер.
2. *Усвідомлення ряду можливостей досягти мети*.
3. *Поява мотивів, які підкріплюють або відкидають ці можливості* (хотіння, яке передбачає установку на реалізацію мети, впевненість у її досягненні, оволодіння відповідними засобами).

4. *Боротьба мотивів і вибір*. Сумнів або в даній меті або в засобах її досягнення, поява декількох цілей, що конкурують між собою, призводять до затримки дій, вибір потребує оцінки.

5. *Прийняття однієї з можливостей як рішення*. Супроводжується почуттям відповідальності за наслідки.

6. *Здійснення прийнятого рішення.* Потребує вольового зусилля у тих випадках, коли перемога одного мотива означає лише підлеглість інших. Цей процес може затягнутися залежно від складності завдання і ставлення до нього суб'єкта діяльності. Тоді від прийнятого рішення відділяється намір як особливий момент вольової дії.

Намір – це зафіксована у рішенні спрямованість на досягнення мети. Він є внутрішньою підготовкою для виконання відстроченої або утрудненої дії. Успіх вольового акту залежить від вольових якостей людини, глибини усвідомлення завдання, інтересу, а також від знань, умінь, навичок, рівня розвитку вольової регуляції.

4. Особливості вольової регуляції

Вольова регуляція є довільною регуляцією активності людини. Вона наділяє поведінку більш високим сенсом, створює стан оптимальної змобілізованості, забезпечує потрібний режим активності, концентрацію цієї активності в необхідному напрямку. Функцією вольової регуляції є підвищення ефективності відповідної діяльності. Вольова регуляція може увійти в діяльність на будь-якому етапі її здійснення: ініціації діяльності, вибору засобів і способів її виконання, слідування наміченому плану, контролю виконання. У ті моменти діяльності, коли виникає необхідність подолати перешкоду, суб'єкт здійснює свідому рефлексію своєї поведінки, діяльності на двох рівнях:

I рівень – усвідомлення суб'єктом своїх способів дій, свого стану, режиму і спрямованості активності, розуміння міри відповідності функціональної організації психіки необхідній формі діяльності;

II рівень – активна зміна функціонування психіки, вибір необхідного способу його перетворення.

Вольова регуляція стає найвищим рівнем освоєння людиною власної психіки. У кожному конкретному випадку вона виявляється через вольові стани: змобілізованість, зосередженість, пильність, рішучість, стриманість, стан «бойового збудження» та ін.

Змобілізованість – це готовність виявити максимум вольових зусиль, не допустити розвитку несприятливого емоційного стану, спрямувати свідомість не на переживання значущості майбутньої діяльності і очікування успіху або

невдачі, а на контроль своїх дій. Даний стан відображає самоналаштування на повну мобілізацію тих своїх можливостей, які забезпечують досягнення результату в даному виді діяльності. До станів, які характеризують змобілізованість людини, відносять зосередженість, уважність, пильність, зібраність.

Зосередженість як вольовий стан пов'язана з довільною концентрацією уваги на процесі діяльності і покликана забезпечити ефективність сприйняття, запам'ятовування, мислення, швидкість реагування на сигнали, якісний контроль за діями.

Пильність відображає готовність людини реагувати на очікувані стимули і пов'язана з організацією уваги.

Рішучість – це готовність розпочати здійснення прийнятого рішення, ініціювати дію за наявності ризику, у разі можливості неприємних наслідків. Цей стан виникає одночасно з прийняттям рішення. Його характерною особливістю є те, що за мірою наближення до бажаної мети, об'єкта рішучість може знижуватися, якщо людина не впевнена в успіху, і навіть переходити в свою протилежність – нерішучість.

Стриманість – це стан вольового напруження, пов'язаний з внутрішнім зусиллям придушення небажаних спонукань, які виявляються внаслідок виникнення певних емоційних станів (радості, цікавості, гніву, злості, дратівливості, прикрості).

5. Воля в системі особистості. Вольові якості особистості

Воля є важливим компонентом психіки людини і нерозривно пов'язана з мотивами, пізнавальними і емоційними процесами. Цей ієрархічний зв'язок чітко виявляється у структурі особистості К.К. Платонова, в якій воля посідає чільне місце у підструктурі форм відображення, забезпечуючи довільну регуляцію пізнавальних і емоційних процесів. З одного боку, усі довільні, зокрема і вольові, рухи є відображальними, рефлекторними, а з іншого, воля – це діяльнісний бік розуму і морального почуття особистості. Вольові дії мають особистісний характер, наділені особистісним смислом, опосередковуються свідомістю і самосвідомістю. Так, вольова поведінка здійснюється на основі знань у зв'язку з пізнаною необхідністю через довільне цілепокладання і контроль, які неможливі без участі мови. Слово як «сигнал сигналів» забезпечує пряму самостимуляцію вольової активності у формах самопереконання, самонаказу, самозвіту і т. п.

Воля – це прояв моральної спрямованості особистості, це єдність двох тенденцій: *потягів і повинностей*. Воля виникає тоді, коли людина здатна до рефлексії щодо власних потягів, бажань, може так чи інакше поставитися до них. На думку С. Л. Рубінштейна, воля людини пов'язана з наявністю

значущих для неї цілей і завдань. Сила волі буде визначатись мірою значущості і принадливістю цих цілей і завдань. Значущою метою для людини можуть бути її потреби та інтереси (з одного боку), а з іншого боку – суспільні потреби та інтереси, моральні цінності. Зміст волі визначається домінуванням тенденції обов'язку над тенденціями потягів: людина не лише визнає благом і метою своїх дій те, що їй хочеться, а що потрібно, і вона хоче того, а не іншого, бо вона усвідомлює, що це благо, що це має цінність. Воля загартовується у ситуації вибору, у боротьбі мотивів, коли відбувається самовизначення. Його результат залежить від того, які мотиви і цілі є визначальними для людини. Людина з цілісною, монолітною волею не позбавлена суперечностей в мотивах, але вони не переживаються як зовнішні, антагоністичні, а включаються як підлеглі моменти в єдність її основних прагнень. Для моральної людини суспільно значуще є також і особистісно значущим.

Вольова реалізація прийнятого рішення втілюється у ***вчинок***. Це результат поведінки людини, в якому людина себе виявляє і яким вона встановлює своє ставлення до інших.

Як психічна властивість воля виявляється в *базових, первинних вольових якостях особистост*і, таких як сила волі, енергійність, витримка, наполегливість.

Вторинні, або похідні, вольові якості – рішучість, сміливість, упевненість, володіння собою – виявляються в єдності з характером, тому їх можна розглядати не тільки як вольові, але й як характерологічні.

Третинні вольові якості: відповідальність, дисциплінованість, обов'язковість, принциповість, діловитість, ініціативність – відображаючи волю людини, разом з тим зв'язані з морально-ціннісними орієнтаціями і ставленням до праці. Такі якості формуються ближче до підліткового віку. На вищих рівнях свого вияву воля передбачає опору на духовні цілі і моральні цінності, на переконання та ідеали.

Розрізняють позитивні (сила волі) і негативні (безвілля) якості волі.

1. ***Цілеспрямованість*** – це свідома спрямованість особистості на досягнення більш або менш віддаленої мети, що визначається принциповістю і переконаністю людини та відзначається чітким і глибоким усвідомленням своїх цілей і завдань а також необхідністю їх планомірно й неухильно здійснювати.

2. ***Ініціативність*** – передбачає здатність самостійно ставити перед собою завдання і здійснювати їх без нагадувань і примусу з боку інших. У моральному плані вона характеризується соціальною сміливістю, відсутністю побоювання взяти на себе відповідальність за запропоновану дію, ідею.

3. ***Рішучість*** – це вміння своєчасно і зважено приймати самостійні рішення у складних умовах і неухильно реалізовувати їх у діяльності. В основі рішучості лежить вольове зусилля, спрямоване на подолання сумнівів, припинення вагань.

4. ***Витримка*** – це здатність гальмувати негативні причини та дії, що заважають досягненню мети.

5. ***Наполегливість*** – це уміння створювати можливості для подолання труднощів на шляху до мети. Найбільше визначається соціальними факторами, стійкістю мотиваційної установки.

Наполегливість слід відрізняти від такої риси, як упертість. *Упертість* – це необдуманий, нічим не виправданий вияв волі, коли людина наполягає на своєму недоцільному бажанні, не враховуючи обставин. Це негативна риса, яка свідчить про слабкість волі.

6. ***Самостійність волі*** виявляється у можливості критично поставитися до вчинків і дій як своїх власних, так і інших людей не піддаватися негативним впливам з боку інших людей, здібність здійснювати яку-небудь діяльність без сторонньої допомоги. Це результат високої принциповості людини, її моральної витримки.

Навіюваність – це якість, яка протилежна самостійності. Це підпадання людини під вплив інших людей. Навіюваність властива людям без стійких переконань і принципів. Вони некритично наслідують інших людей, не мають власної думки і позиції, їх поведінка ситуативна. Властива людям із слабкою волею.

7. ***Самовладання*** – це здатність не губитися у важких і несподіваних обставинах, керувати своїми діями, виявляючи при цьому розсудливість і стримуючи негативні емоції. Ця риса особистості лежить в основі *мужності* – здатності сміливо братися за виконання відповідального завдання, яке пов’язане з небезпекою, навіть з ризиком для життя. Відсутність уміння володіти собою робить людину невитриманою, імпульсивною.

8. Конформізм – це своєрідний вияв безвілля. Людина хоч і має свою думку і переконання, але в діях і вчинках підкоряється впливу, тиску групи і не відстоює свої позиції. Такі особи відзначаються ригідністю психічних процесів, бідністю ідей, зниженою можливістю самовладання, їм не вистачає віри у власні сили, вони виявляють пасивність, навіюваність і залежність від інших.

Сукупність позитивних якостей волі, які властиві конкретній людині, обумовлюють її силу волі. Як позитивні, так і негативні якості волі не є природженими, а розвиваються протягом життя у суспільстві.

Вольові якості значною мірою визначаються тим, на кого людина схильна покладати відповідальність за результат власних дій.

Стійка якість особистості, яка характеризує схильність людини покладати відповідальність за результати своєї діяльності на зовнішні сили, – це ***екстернальний локус контролю***. Дані досліджень показують, що схильність до екстернальної локалізації контролю пов'язана з такими особистісними рисами як безвідповідальність, невпевненість у своїх можливостях, тривожність, схильність знову і знову відкладати реалізацію своїх намірів тощо.

Інтернальний локус контролю характерний для тих людей, котрі приймають результати своєї діяльності на себе, пояснюють її успіх і невдачу, виходячи зі своїх здібностей, характеру, інтересів. Ці люди більш відповідальні, послідовні у досягненні своїх цілей, схильні до самоаналізу, незалежні.

Важливим показником вольової активності є ризик. ***Ризик*** – це характеристика діяльності за умов невизначеності для суб'єкта її кінцевого результату і наявності його передбачень про можливі негативні наслідки у разі невдачі (покарання, травма, втрата престижу тощо). Міра ризику визначається співставленням імовірності невдачі і мірою негативних наслідків у цьому випадку. Існують дві основні причини ризикованої поведінки:

1) Розрахунок на виграш, який очікується більшим, ніж негативні наслідки при невдачі (*ситуативний ризик*). Мотивація успіху тут вища, ніж мотивація уникнення невдачі. Отже, ризик – це явище, яке є важливим для прийняття рішення. Відповідно розрізняють виправданий і невиправданий ризик.

2) *Надситуативний ризик,* або «ризик заради ризику», – це надання переваги суб'єктом небезпечному варіанту дій. Людина свідомо ставить перед собою мету, успіх досягнення якої не гарантовано і при цьому існує велика ймовірність невдачі, до того ж очікуваний виграш не більше очікуваної невдачі.

Окремі вольові якості і вольова активність у цілому оцінюються за наступними параметрами: сила, широта, стійкість і спрямованість. Відповідно виділяють наступні типи вольової активності особливості.

Сила вольової якості – визначається рівнем вияву вольового зусилля, спрямованого на подолання труднощів.

Широта (або вузькість) вольової якості визначається через кількість діяльностей, у яких вона чітко виявляється.

Головною ознакою *стійкості* вольових якостей є міра постійності вияву вольового зусилля в однотипних ситуаціях.

Співвідношення цих властивостей у різних людей може бути різним.

Тип особистості	Показники вольової активності			
	Спрямованість	Сила	Стійкість	Широта
1-й тип	Позитивна	Сильна	Стійка	Широка
2-й тип	Позитивна	Сильна	Стійка	Вузька
або:	Позитивна	Сильна	Нестійка	Широка
або:	Позитивна	Сильна	Нестійка	Вузька
3-й тип	Позитивна	Слабка	Стійка	Широка
4-й тип	Негативна	Слабка	Стійка	Широка
5-й тип	Негативна	Сильна	Стійка	Вузька
або:	Негативна	Сильна	Нестійка	Широка
або:	Негативна	Сильна	Нестійка	Вузька
6-й тип	Негативна	Сильна	Стійка	Широка

Типи людей, які розрізняють за рівнем саморегуляції:

1. Морально-вольовий.
2. Аморально-вольовий.
3. Абулічний, або слабкий.
4. Імпульсивний.

Існують також проміжні типи. Перші два типи характеризуються високорозвиненою саморегуляцією, але відрізняються між собою моральними якостями. Решта – зі слабкою саморегуляцією і нестійкою мораллю.

Морально-вольовий тип саморегуляції – позитивний, здатний на моральні пориви та значні звершення. Це – господар своїх слів, який здатний домогтися соціально і особисто значущих цілей попри будь-які труднощі. Він використовує свої здібності на повну силу, завдяки чому вони інтенсивно розвиваються. Це – цілісна особистість у повному розумінні слова.

Аморально-вольовий – це індивідуаліст, який наполегливо переслідує егоїстичні цілі. Він є цілісним у своїй аморальності, розумним у визначенні способів досягнення намірів, але це – асоціальний тип.

Абулічний тип – характеризується в'ялістю й пасивністю, байдужістю до всього. Така людина легко погоджується з іншими, піддається їхньому впливу, навіюванню, залишаючись бездіяльною. Їй важко змусити себе працювати, а надто – долати труднощі. Такий тип виникає внаслідок слабкості внутрішніх спонукань, через те, що кора мозку не отримує потрібного тонусу, і слабовілля, тобто нездатності до зусилля. Такі люди можуть бути від природи обдарованими, але їхні здібності не розвиваються і не використовуються через пасивність. У деяких випадках апатичні типи є наслідком сформованого почуття власної неповноцінності, коли людина гадає, що вона ні до чого не здатна і нічого не може досягти в житті.

Імпульсивний тип. У людини цього типу багато сильних імпульсів, захоплень, але вона діє нерозважливо через недосконаліть механізму зіставлення імпульсивних спонукань з реальною ситуацією та особистими переконаннями.

Удосконалення вольової регуляції поведінки дітей тісно пов'язане з їх загальним інтелектуальним розвитком. Розвиток волі значною мірою залежить від розвитку мислення і від здібності людини правильно оцінювати ситуацію, свої можливості, наслідки своїх дій. Розвиток уяви забезпечує зв'язок вольових дій з майбутнім, спрямованість вольових дій на майбутню ситуацію. Усе це позначається на зміні особистісного смислу вольових дій, які при цьому виходять за межі наявної ситуації, і на формуванні вольових якостей особистості. У сфері формування вольових якостей особистості розвиток волі можна розглядати як просування від первинних до вторинних і далі – до третинних вольових якостей. Таким чином, розвиток волі невіддільний від розвиту свідомості, мислення, уяви, уваги, мотиваційно-потребової сфери особистості і здійснюється через розвиток діяльності людини та ускладнення її соціальних відносин. Тому виховувати волю у дитини у відриві від її загального психологічного розвитку практично неможливо.

6. Розвиток волі у людини

Людина не наділена волею від народження в готовому вигляді. Вольові якості особистості виникають і розвиваються в процесі діяльності під впливом обставин життя і виховання. Розвиток вольової регуляції поведінки у людини здійснюється у декількох напрямках.

1) Перетворення мимовільних психічних процесів у довільні (раннє дитинство, дошкільний вік). На кінець першого року життя у малюка вперше з'являються осмислені, цілеспрямовані довільні дії, опосередковані процесом їх узагальнення в словах. У період *раннього дитинства* в процесі практичної та ігрової діяльності відбувається формування осмислених довільних дій у зв'язку з розвитком активного мовлення і словесного мислення. У дітей-*дошкільників* відбувається формування вміння усвідомлено приймати і ставити цілі та підкоряти їм ігрові і практичні дії. Друга важива зміна у цьому віці – це розвиток усвідомлення дитиною морального змісту правил поведінки і оволодіння вміння керуватися ними у своїх вчинках. Також у дошкільників починає формуватися вміння свідомо керувати своєю поведінкою, контролювати її.

2) Набуття людиною контролю за своєю поведінкою. Найхарактерніша особливість *розвитку волі у молодших школярів* – розвиток уміння свідомо ставити навчальні і трудові цілі, завдання і підпорядковувати їм свою

пізнавальну діяльність. Вони вчаться свідомо керувати своїми складними пізнавальними і практичними діями – довільно викликати потрібні дії, контролювати їх виконання, стримувати небажані реакції. У дітей цього віку поступово починають формуватися моральні переконання і вміння керуватися ними в своїх вчинках і поведінці. В результаті у дітей розвиваються такі вольові якості, як *самовладання* і *витримка*.

3) Напрацювання вольових якостей особистості. У підлітковому віці виникає прагнення самостійно ставити цілі *самовиховання волі*. Виявляючи самостійність та ініціативу при постановці різних цілей і їх досягненні, підлітки починають глибше обмірковувати, обдумувати свої наміри і дії. У зв'язку з цим процес обговорення і прийняття рішення виділяється як відносно самостійних процес і перетворюється на особливу фазу вольового акту особистості. Внаслідок цих змін у підлітків розвиваються такі вольові якості, як *упевненість, ініціативність, рішучість, відповідальність, принциповість*. У цей період школярі з успіхом оволодівають умінням свідомо користуватися різними прийомами управління своєю поведінкою (самонаказ, самозаборона, переключення своїх дій), щоб подолати свої недоліки. Тим самим вони розвивають свою *витримку і самовладання*. Оволодіння прийомами самостійного планування і перевірки своєї діяльності стає основою формування у підлітків *організованості* їх поведінки.

У *ранньому юнацькому віці* розвиток волі передусім виявляється у формуванні уміння свідомо і самостійно ставити стійкі цілі щодо свого майбутнього життя і підпорядковувати їм свою поведінку і діяльність (плани самоосвіти і самовиховання). На поведінці юнаків відбивається інтенсивний розвиток моральних переконань. Старшокласники стають більш принциповими, організованими, дисциплінованими, ввічливими. Відбувається подальше оволодіння прийомами керування собою (самоконтроль, самозобов'язання). Оволодінню цими засобами особливо сприяє розвиток самокритики. Також старшокласники удосконалюють прийоми самостійного планування і організації своєї діяльності, у них виробляється стійкий *стиль вольової саморганізації навчальної і трудової діяльності*.

Отже, у юнацькому віці набуває вирішального значення самоформування волі, коли суб'єкт ставить перед собою все складніші завдання і віддаленіші цілі, досягнення яких потребує мобілізації значних вольових зусиль протягом тривалого часу. Розвиток вольової регуляції старшокласників і студентів пов'язаний зі збагаченням власної мотивації, розширенням соціальних зв'язків зі світом, переосмисленням власної ситуації розвитку, своєї моральної позиції.

Майбутнім вчителям, вихователям потрібно знати, як відбувається розвиток вольової регуляції поведінки у людини, індивідуальні особливості

вияву волі, вміти розрізняти типи людей за рівнем їх вольової активності та моральної спрямованості.

***Література**:* [1], [3], [4], [5], [8], [12], [13], [25], [57], [64], [70], [82].

Питання для самоперевірки

1. Дайте визначення поняття «воля», з'ясуйте її природу.
2. Що забезпечують основні функції волі?
3. За яких умов виникає воля?
4. Проаналізуйте сильні й слабкі місця психологічних теорій волі. Чому й досі не створено єдину теорію волі?
5. Дайте характеристику вольового зусилля як одного з провідних механізмів вольової регуляції.
6. Розкрийте взаємозв'язок волі і мотиваційної сфери особистості.
7. Розкрийте структуру вольового акту.
8. У чому полягає різниця між довільною і імпульсивною, довільною і вольовою діями?
9. На прикладі з особистого життя зробіть психологічний аналіз прийняття вольового рішення.
10. Які причини можуть викликати боротьбу мотивів?
11. За якими критеріями можна проводити класифікацію вольових якостей особистості?
12. Від чого залежить рівень вияву вольових якостей ?
13. Чи є впертість свідченням сильної волі?
14. Зазначте умови, які необхідні для виховання і самовиховання волі.
15. У чому полягає проблема виховання волі ?

Література до курсу лекцій «Загальна психологія»

Базова

Підручники, навчальні посібники

1. Варій М. Й. Загальна психологія: навч. посіб. [2-ге вид.]–К.:Центр учбової літератури, 2007. – 968 с.
2. Загальна психологія : навч. посіб. [в 2-х т.] / М. Д. Бойправ, В. П. Пісоцький, О.П. Щотка та ін.; за ред. О. П. Щотки, О. П. Пісоцького. – Т. 1. – Ніжин : НДУ ім. М. Гоголя, 2012. – 298 с.
3. Загальна психологія : навч. посіб. [в 2-х т.] / М. Д. Бойправ, В. П. Пісоцький, О.П. Щотка та ін.; за ред. О. П. Щотки, О. П. Пісоцького. – Т. 2. – Ніжин : НДУ ім. М. Гоголя, 2012. – 258 с.
4. Загальна психологія : підручник / О. В. Скрипченко, Л. В. Долинська, З.В. Огороднійчук та ін. – К : Каравела, 2012. – 464 с.
5. Загальна психологія : навч. посіб. / О. Сергєєнкова, О. Столярчук, О. Коханова, О. Пасєка. – К. : Центр навчальної літератури, 2019. – 296 с.
6. Загальна психологія : Хрестоматія. Навч. посіб. / Л. В. Долинська та ін. – К. : Каравела, 2017. – 640 с.
7. Корольчук М. С., Крайнюк В. М., Марченко В. М. Психологія: схеми, опорні конспекти, методики: навч. посібник / За заг. ред. М.С. Корольчука – К. : Ельга, Ніка-Центр, 2011. – 320 с.
8. Максименко С. Д. Загальна психологія : навч. посіб. для ВНЗ. – К. : Центр учбової літератури, 2016. – 272 с.
9. Москалець В. П. Загальна психологія: підруч. – К. : Ліра–К:, 2020. – 564 с.
10. М’ясоїд П. А. Загальна психологія: навч. посіб. – К.: Вища школа, 2000. – 479 с.
11. Павелків Р.В. Загальна психологія. Підручник. – К.: Кондор, 2009. – 576 с.
12. Психологія : базовий підручник для студентів вищих навчальних закладів / С. Д. Максименко, Т. Б. Хомуленко, М. А. Кузнєцов та ін.; за ред І. Ф. Прокопенка. – Х. : Фоліо, 2012. – 863 с.
13. Психологія : підручник для студ. вузів / Ю. Л. Трофімов, В. В. Рибалка, П.А. Гончарук та ін.; за ред. Ю. Л. Трофімова. – 5-е вид. – К. : Либідь, 2005. – 560 с.
14. Савчин М. В. Загальна психологія: навч. посіб. для студ. вищих навч. закладів – К.: Академвидав, – 2012. – 464 с.

Практикуми

15. Загальна психологія : практикум : навч.-метод. посібник / О.П. Щотка, М.Д. Бойправ, В. П. Пісоцький та ін.; за ред. О. П. Щотки – Ніжин : НДУ ім. М. Гоголя, 2007. – 287 с.
16. М'ясоїд П. А. Задачі з курсу загальної психології: навч. посібник. – К. : Вища школа, 2000. – 183с.
17. Практикум із загальної психології / за ред. Т. І. Пашукової. – К.: Т-во «Знання», КОО, 2000. – 204 с.

Довідкова література

18. Приходько Ю.О., Юрченко В.І. Психологічний словник-довідник : навч. посіб., [4-те вид.] – К. : Каравела, 2020. – 418 с.
19. Психологічний довідник учителя: [В 4-х кн.] / Упоряд. В. Андрієвська. Наук. ред. С.Д. Максименко. – К. : Главник, 2005.
20. Психологічна енциклопедія / Автор-упорядник О.М. Степанов. – К. : Академвидав, 2006. – 424 с.
21. Психологічний словник / за ред. В.І. Войтко. – К., 1982.
22. Шапар В. Б. Сучасний тлумачний психологічний словник. – Харків : Прапор, 2005. – 640 с.

Додаткова література

23. Байстер М., Лоберг К. Сила забування. – К.: Ранок, 2019. – 400 с.
24. Васянович Г.П. Основи психології : навч. посібник. – К. : Педагогічна думка, 2012. – 114 с.
25. Ващенко Г. Виховання волі і характеру: підручник для педагогів – К. : Школяр, 1999. – 385 с.
26. Гуманістична психологія. Антологія : навч. посіб. [в 3-х томах] / Упорядники і наук. ред. Роман Трач і Георгій Балл. – Том 1. Гуманістичні підходи в західній психології XX століття. – К.: Пульсари, 2005. – 250 с.
27. Гуменюк О. Є. Психологія Я-концепції : навч. посібник. – Тернопіль : Економічна думка, 2004. – 309 с.
28. Дементьєва К. Психологія обдарованої людини. – К.: КНТ, 2015.
29. Дрозденко К. С. Загальна психологія в практичному вимірі. Кредитно-модульний курс. Підручник. – К. : «Професіонал», 2007.
30. Екзистенційна та гуманістична психологія : навч. посіб. / І. М. Зварич, Г. В. Чуйко**,** Т. А. Колтунович; за наук. ред. В. Г. Панка. – Чернівці: Чернівец. нац. ун-т ім. Ю. Федьковича, 2019. – 496 с.
31. Євдокімова О. О. Історія психології: навч. посіб. [2-е вид.]. – Харків : Константа, 2020. – 320 с.

32. Загальна психологія: навч. посіб. [2-е вид.] / С. Д. Максименко, В. О. Соловієнко; Міжрегіональна Академія управління персоналом. – К. : МАУП, 2001. – 256 с.
33. Занюк С. С. Психологія мотивації: [навч. посібник]. – К. : Либідь, 2002. – 304 с.
34. Ільєнко М. М. Зоопсихологія з елементами порівняльної психології. – К. : Ліра-К., 2020.
35. Ільїна Н.М. Загальна психологія в екзаменаційних питаннях і відповідях: навч. посіб. – Суми : Університетська книга, 2009. – 239 с.
36. Індивідуально-психологічні властивості особистості: психологічний практикум: навч. посіб. / М. Д. Бойправ, В. П. Пісоцький, О. П. Щотка. – Ніжин : НДПУ ім. М. Гоголя, 2004. – 122 с.
37. Кавашіма Р. Тренуй свою пам’ять. Легкий спосіб натренувати пам’ять за японською системою. – К. : Ранок, 2020. – 112 с.
38. Кириленко Т. С. Психологія: емоційна сфера особистості: навч. посібник. – К.: Либідь, 2007. – 256 с.
39. Клименко В.В. Психологія творчості: навч. посібник. – К.: Центр навч. літератури, 2006. – 479 с.
40. Климчук В.О. Математичні методи у психології : навч. посіб. – К. : Освіта України. – 2009. – 288 с.
41. Костюк Г.С. Мислення і його розвиток // Навчально-виховний процес і психічний розвиток особистості. – К. : Рад. шк., 1989. – С. 194-251.
42. Костюк Г.С. Навчально-виховний процес і психічний розвиток особистості. – К. : Радянська школа, 1989. – 608 с.
43. Крайнюк В. М. Психологія стресостійкості особистості : монографія. – К.: Ніка-Центр, 2007. – 432 с.
44. Лазуренко О. О. Психологія емоцій : підручник. – К. : «Книга Плюс» – 2018. – 264 с.
45. Лозниця В.С. Психологія і педагогіка: основні положення: навч. посібник. – К.: ЕксОб, 1999. – 303 с.
46. Людина. Суб’єкт. Вчинок : Філософсько-психологічні студії / за ред. О.В. Татенка. – К.: Либідь, 2006. – 360 с.
47. Максименко С. Д. Горизонти психологічної науки XXI століття // Педагогіка і психологія. – 2019. № 1. – С. 44–54.
48. Максименко С. Д. Психологія в соціальній та педагогічній практиці: методологія, методи, програми, процедури. – К. : Наукова думка, 1998. – 216 с.
49. Максименко С. Д. Розвиток психіки в онтогенезі: [в 2-х т.]. К.: Форум, 2002.

50. Максименко С. Д. Системне мислення: формування і розвиток: начальний посібник. – К.: Києво-Могилянська академія, 2020. – 251 с.
51. Максименко С.Д., Максименко К.С., Папуча М.В. Психологія особистості: підруч. для студ. вищ. навч. закл. – К. : КММ, 2007. – 296 с.
52. Мерзлякова О. Критичне мислення : засоби оцінювання й цілеспрямованого розвитку // Психолог. – 2017. – № 11/12. – С. 4–75.
53. Методологія і психологія гуманітарного пізнання : колективна монографія. – Тернопіль: ТНЕУ, 2019. – 998 с.
54. Методи психологічних досліджень : навч.-метод. посібник / уклад.: В.М. Радчук, Г.С. Фесун, Т. М. Канівець – Чернівці: Чернівецький нац. ун-т ім. Юрія Федьковича, 2018. – 200 с.
55. Мілерян О. Увага і виховання дітей. – К : Рідна школа, 1995.
56. М’ясоїд П. А. Психологічне пізнання. Історія, логіка, психологія. – К: Либідь, 2016.
57. Немов Р.С. Психология : підручник для студ. пед. вузів : у 3-х кн. – Рівне : ВЕРТЕКС, 2002. – Кн. 1. : Загальні основи психології: Пер. з рос. – 576 с.
58. Основи психології / за ред. О. В. Киричука, В. А. Роменця. – Київ: Либідь, 1996. – 631 с.
59. Палій А. А. Диференціальна психологія :навч. посіб.. – К. : Академвидав, 2010. – 429 с.
60. Партико Т.Б. Загальна психологія. Академічний курс : Підручник. – К. : Вид. дім «Ін Юре», 2008.
61. Пасніченко А.Е. Психологія пізнавальної сфери особистості : відчуття, сприймання, мислення. Курс лекцій. – Чернівці: ВІЦ «Місто», 2013.
62. Педан Т. Характер за зовнішністю : психологічний практикум – К. : НІКА-ПРІНТ, 2009. – 335 с.
63. Питання і проблемні ситуації з психології та педагогіки / О. Скрипченко, Л.Долинська, Т. Лисянська. – К., 1997. – 231 с.
64. Пісоцький В.П., Горянська А.М.. Емоційно-вольова сфера особистості : навч.-метод. посібник. – Ніжин : НДУ ім. М. Гоголя, 2006. – 63 с.
65. Пісоцький В. П., Горянська А. М. Закономірності та динаміка психічного розвитку. Формування особистості в онтогенезі.: навч.-метод. посібник – Ніжин, 2003. – 58 с.
66. Пісоцький В.П. , Горянська А.М. Психічний розвиток та формування особистості в онтогенезі: навч. посіб. – К. КНТ, 2018. – 144 с.
67. Пісоцький В.П. Психологія особистості. Конспект лекцій: навч.-метод. посіб. – Ніжин : НДУ ім. М. Гоголя, 2017. – 134 с.
68. Пісоцький В. П. Психологія особистості: навч.-метод. посібн. для студентів пед. вузів. – Ніжин, 2000. – 43 с.

69. Подкоритова Л. О., Романовська Л. І. Основи психології і педагогіки : навч. посіб. – Львів : «Новий Світ-2000», 2015. – 452 с.
70. Поліщук С. Вольовий розвиток дітей молодшого шкільного віку. – Суми : Університетська книга, 2017. – 160 с.
71. Психологія праці : навч. посібник / Т. М. Канівець, А. В. Галичанська, Г.С. Фесун. – Чернівці, 2015. – 112 с.
72. Психологія: навч. посіб. / Винославська О.В., Бреусенко-Кузнєцов О.А., Зливков В.Л. та ін.; за ред. О.В. Винославської – К.: ІНКОС, 2005. – 352 с.
73. Психологія: підручник для педагогічних вузів / за ред. проф. Г.С. Костюка. – К. : «Радянська школа», 1968. – 572 с.
74. Роменець В. А. Історія психології XIX – початку XX століття. – К.: Вища школа, 1995. – 614 с.
75. Роменець В. А., Маноха І. П. Історія психології XX століття: навч. посіб. – К.: Либідь, 1998. – 992 с.
76. Русинка І.І. Психологія : навч. посіб. – К. : Знання, 2007. – 367 с.
77. Рибалка В.В. Методологічні проблеми наукової психології: посібник. – К.: Талком, 2017. – 245 с.
78. Савчин М. Онтологія та феноменологія здатності особистості переживати // Психологія і суспільство. – 2016. – № 4. – С 49 – 63.
79. Савчин М. В. Методологеми психології : монографія. – К : Академвидав, 2013. – 221 с.
80. Сігман М. Таємне життя розуму**:** як ми мислимо, відчуваємо й вирішуємо. – К.: Віват, 2019. – 288 с.
81. Смульсон М. Л. Задача в інтелектуальній діяльності // Педагогіка і психологія. Вісн. НАПН України. – 2017. - № 2. – С. 40 – 48.
82. Степанов О. М., Фіцула М. М. Основи психології і педагогіки. [3-є вид.] – К. : Академвидав, 2012. – 528 с.
83. Сургунд Н. А. Психологія інтелекту : навч. посіб. – Хмельницький : ФОП Житар, 2019. – 185 с.
84. Теоретичні проблеми загальної психології та їх висвітлення на семінарських заняттях : навч.-метод. посіб. / М. Д. Бойправ, О.П. Щотка, В. П. Пісоцький та ін. – Ніжин : НДУ ім. М. Гоголя, 2005. – 61 с.
85. Ткаченко О. М. Принципи та категорії психології. – К.: Вища школа, 1979. – 198 с.
86. Фурман А.В. Психокультура української ментальності. [3-є вид.] – Тернопіль : НДІ МЕВО, 2014. – 168 с.
87. Харцій О.М. Візуальна психодіагностика: навч. посіб. (модульний варіант) – К.: Магнолія 2006, 2016. – 224 с.
88. Яланська С.П. Психологія творчості : навч. посіб. [2-е вид.] – Полтава : Видавництво «Сімон», 2018. – 182 с.

Орієнтовані питання для заліку

1. Визначення психології як науки.
2. Психіка. Особливості психічного відображення.
3. Фізіологічні механізми психіки. Мозок і психіка.
4. Виникнення і розвиток психіки у філогенезі. Стадії розвитку психіки у тварин.
5. Основні етапи розвитку психологічної науки. Уявлення стародавніх філософів про природу душі.
6. Психологія як наука про свідомість (асоціонізм), її структура та метод вивчення.
7. Психологія як наука про поведінку. Біхевіоризм. Необіхевіоризм.
8. Неусвідомлені психічні явища, їх види. З. Фрейд і психоаналіз. Неофрейдизм.
9. Структура сучасної психологічної науки. Галузі психологічних знань.
10. Принципи та категорії психології.
11. Методологічна основа та характеристика конкретних методів психологічних досліджень.
12. Методи психології: вимоги, класифікація.
13. Основні проблеми і завдання сучасної психологічної науки.
14. Психологічна теорія діяльності. Її структура, значення і місце в психологічній науці.
15. Проблема особистості в психології. Сутність понять «індивід», «особистість», «індивідуальність».
16. Теорії особистості в сучасній психологічній науці.
17. Структура особистості (С.Л. Рубінштейн, О.М.Леонтьєв, К.К. Платонов, А.В. Петровський, В.В. Рибалка).
18. Спрямованість особистості. Структура та умови формування.
19. Свідомість та самосвідомість особистості.
20. Самооцінка, самоповага, рівень домагань.
21. Рушійні сили, умови формування і розвиток особистості.
22. Потреби як джерело активності особистості.
23. Індивідуально-психологічні властивості особистості: темперамент. Теорії темпераменту.
24. Психологічні властивості темпераменту.
25. Тип вищої нервової діяльності і темперамент.
26. Характер в структурі особистості.
27. Структура і риси характеру.
28. Акцентуації характеру та їх психологічна характеристика.
29. Поняття про здібності. Класифікація здібностей.

30. Рівні розвитку здібностей. Обдарованість, талант, геніальність. Умови розвитку здібностей.
31. Єдність методології, методів та конкретних методик досліджень психічних явищ.
32. Загальна характеристика пізнавальної діяльності. Структура і функції пізнавальної діяльності.
33. Увага, як одна з умов формування і розвитку пізнавальної діяльності. Поняття про увагу. Теорії уваги.
34. Класифікація видів уваги, їх характеристика.
35. Основні властивості уваги та їх розвиток.
36. Відчуття. Їх місце і значення у психічній діяльності. Основні властивості та закономірності.
37. Класифікація відчуттів.
38. Сприймання та його місце і значення у пізнавальній діяльності. Властивості та закономірності сприймання.
39. Класифікація сприймань та їх характеристика.
40. Сприймання та діяльність особистості.
41. Порівняльна характеристика відчуттів і сприймань.
42. Чуттєве і логічне пізнання діяльності, їх порівняльна характеристика і взаємозв’язок.
43. Пам’ять та її місце в структурі пізнання.
44. Основні теорії пам’яті.
45. Фізіологічні механізми пам’яті.
46. Процеси пам’яті та їх характеристика. Запам’ятовування і збереження.
47. Процеси пам’яті: відтворення і забування та їх закономірності.
48. Основні умови успішного запам’ятовування, збереження та відтворення інформації.
49. Рівні відтворення: спогади, впізнавання, пригадування.
50. Види пам’яті та основні критерії їх виділення.
51. Індивідуальні особливості пам’яті особистості.
52. Поняття про мислення як вищу форму пізнання. Соціальна природа мислення.
53. Мислення і чуттєве пізнання, мислення і мовлення, їх взаємозв’язок.
54. Структура мисленнєвої діяльності.
55. Основні мисленнєві операції та їх психологічна характеристика.
56. Логічні форми мислення та їх характеристика.
57. Поняття, їх види. Шляхи формування понять.
58. Судження і умовисновки. Їх психологічна характеристика.
59. Класифікація видів мислення, їх характеристика.

60. Мислення і процес розв’язування задач. Сутність та особливості понять «проблемна ситуація», «проблема», «задача».
61. Індивідуальні особливості та розвиток мислення в онтогенезі.
62. Уява в структурі пізнавальної діяльності. Уява і об’єктивна реальність.
63. Процеси уяви та основні прийоми побудови нових образів.
64. Види уяви та їх значення в художній та науковій творчості.
65. Поняття про почуття та емоції, їх функції, місце і значення в діяльності людини.
66. Емоційні стани особистості (настрій, афект, фрустація, стрес).
67. Класифікація почуттів та їх характеристика.
68. Воля. Поняття про вольову регуляцію діяльності людини. Теорія волі.
69. Психологічний аналіз структури вольової дії.
70. Вольові якості особистості та їх розвиток в онтогенезі.
71. Вищі почуття та їх характеристика.
72. Емоційні стани особистості. Афекти і фрустрація.
73. Стреси, їх характеристика та вплив на діяльність і поведінку людини.
74. Психологічні теорії емоцій.
75. Довільні і вольові дії. Структура вольового акту.

Навчальне видання

ПІСОЦЬКИЙ В. П., ГОРЯНСЬКА А. М.

ПСИХОЛОГІЯ.
Частина 1.
ЗАГАЛЬНА ПСИХОЛОГІЯ
конспект лекцій

Навчальний посібник

Технічний редактор – І. П. Борис
За авторським редагуванням

Підписано до друку 20.04.23 р.	Формат 60x84/16	Папір офсетний
Гарнітура Computer Modern	Обл.-вид. арк. 15,1	Електронне вид-ня
Замовлення	Ум. друк. арк. 15,11	

ВИДАВНИЦТВО НДУ ім.М.В.ГОГОЛЯ

Ніжинський державний університет
імені Миколи Гоголя.
м. Ніжин, вул. Воздвиженська, 3[А]
(04631)7-19-72
E-mail: vidavn_ndu@ukr.net
www.ndu.edu.ua

Свідоцтво суб'єкта видавничої справи
ДК № 2137 від 29.03.05 р.