

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
МИКОЛАЇВСЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ АГРАРНИЙ
УНІВЕРСИТЕТ

Обліково-фінансовий факультет

Кафедра економічної теорії і суспільних наук

ЗАГАЛЬНА ПСИХОЛОГІЯ

Курс лекцій

для здобувачів першого (бакалаврського) рівня вищої освіти
ОПП «Психологія» спеціальності С4 «Психологія»
денної та заочної форми здобуття вищої освіти

Миколаїв
2025

Друкується за рішенням науково-методичної комісії обліково-фінансового факультету Миколаївського національного аграрного університету протокол № 9 від «15» травня 2025 р.

Укладач:

Борко Т. М. – кандидат педагогічних наук, доцент, доцент кафедри економічної теорії і суспільних наук Миколаївського національного аграрного університету

Рецензенти:

Шарата Н. Г. – докторка педагогічних наук, професорка, проректорка з науково-педагогічної та виховної роботи і підвищення кваліфікації Миколаївського національного аграрного університету

Мазур В. М. – кандидатка психологічних наук, доцентка, доцентка кафедри психології спеціальної освіти та здоров'я людини Миколаївського інституту розвитку людини Університету «Україна»

3-14 **Загальна психологія** : курс лекцій для здобувачів першого (бакалаврського) рівня вищої освіти ОПП «Психологія» спеціальності С4 «Психологія» денної та заочної форми здобуття вищої освіти / уклад. Т. М. Борко. Миколаїв : МНАУ, 2025. 93 с.

Даний курс лекцій призначено для здобувачів першого (бакалаврського) рівня вищої освіти ОПП «Психологія» спеціальності С4 «Психологія» денної та заочної форми здобуття вищої освіти. Вивчення даного курсу сприяє підвищенню рівня фундаментальної психологічної освіти, формуванню підвалин стійкого наукового, осмисленого, раціонального світогляду, формуванню психологічної культури мислення, системи необхідних в процесі соціалізації знань про динаміку сучасних психологічних процесів і явищ, місце і роль психологічних інститутів, логіку психологічного розвитку.

УДК 159.9

ЗМІСТ

Передмова	4
Змістовий модуль 1. Вступ. Психологія як наука	6
Тема 1. Предмет психології, її задачі.....	6
Тема 2. Методологічні принципи психології.....	9
Тема 3. Методи психології.....	12
Тема 4. Психологія в структурі сучасних наук.....	17
Змістовий модуль 2. Психіка як предмет психології	20
Тема 5. Поняття про психіку.....	20
Тема 6. Еволюція психіки: розвиток психіки тварин.....	22
Тема 7. Походження і розвиток свідомості людини.....	25
Тема 8. Неусвідомлювані психічні процеси.....	29
Змістовий модуль 3. Сенсорно-перцептивна сфера особистості	31
Тема 9. Увага.....	31
Тема 10. Відчуття.....	33
Тема 11. Сприймання.....	36
Тема 12. Пам'ять.....	38
Змістовий модуль 4. Когнітивна сфера особистості	41
Тема 13. Уява.....	41
Тема 14. Мислення.....	44
Тема 15. Інтелект.....	50
Змістовий модуль 5. Емоційно-вольова сфера особистості	54
Тема 16. Воля. Вольова регуляція поведінки.....	54
Тема 17. Емоції. Почуття.....	57
Тема 18. Адаптація людини і функціональний стан організму.....	59
Тема 19. Емоційний стрес і регуляція емоційних станів.....	62
Змістовий модуль 6. Індивідуально-типологічні особливості людини	67
Тема 20. Темперамент як одна з базових психічних властивостей особистості.....	67
Тема 21. Характер як одна з базових психічних властивостей особистості.....	70
Тема 22. Здібності і спрямованість, як психічні властивості.....	75
Змістовий модуль 7. Особистість і діяльність	78
Тема 23. Поняття про особистість.....	78
Тема 24. Основні напрямки дослідження особистості.....	83
Тема 25. Діяльність як основна форма активності особистості.....	86
Список рекомендованих джерел	90

ПЕРЕДМОВА

Дисципліна «Загальна психологія» є однією з основних і обов'язкових для підготовки здобувачів вищої освіти, які обрали психологію сферою своєї майбутньої діяльності. Згідно з класифікаціями наук (Ж. Піаже та ін.), психологія посідає чільне місце серед гуманітарних і негуманітарних дисциплін. Психологія розкриває місце людини в соціальній групі, суспільстві, світі в цілому, сприяє пошукові життєвого сенсу. Разом з цим вона має значення для інших наук: педагогіки, математики, фізики, біології, фізіології, лінгвістики, логіки тощо. Психологія в системі наук виступає як джерело пояснення їх формування та розвитку.

Курс будується на діяльнісному підході, що сформувався у вітчизняній науці, і складається з окремих модулів, кожен з яких передбачає, по-перше, опис теоретичних вимог, що необхідні для осмислення певного психічного явища; по-друге, відображення основних його змістових і структурних характеристик; по-третє, розкриття особливостей розвитку і формування, а також використання різних методів для дослідження психічних явищ.

Мета: сформувати у студентів поняття про психологічну науку та психологічне пізнання, його специфіку, рівні, методи; природу і сутність психіки, свідомість та несвідоме; основні психічні функції та їх фізіологічні механізми; місце психології в системі наук; основні тенденції розвитку сучасної психології; основні категорії і принципи загальної психології; вітчизняні та зарубіжні теорії і концепції психічної діяльності людини.

Завдання вивчення даної дисципліни:

- формування уявлення про психічну активність як засіб відображення та перетворення навколишнього світу; аналіз закономірностей функціонування психіки;
- розширення світоглядного і професійного горизонту в результаті ознайомлення з розвитком психології як науки;
- ознайомлення з структурними компонентами психіки та їх взаємозв'язком;
- набуття студентами навичок пояснення і використання в практичній діяльності особливостей перебігу психічних процесів, функціонування психічних станів та прояву психічних властивостей;
- формування студентами навичок свідомого самоконтролю та саморегуляції власних психічних станів та поведінки.

Об'єктом вивчення сучасної психології є психіка як функція мозку. *Предметом* – закономірності розвитку і проявів психічного життя людини (психічних явищ) та їх механізми.

Результати навчання.

Після вивчення дисципліни «Загальна психологія» здобувачі вищої освіти повинні *знати*:

- основні поняття і категорії психологічної науки, розуміти специфіку психологічного пізнання;

- основні теоретико-методологічні проблеми сучасної психології, її основні категорії і принципи;
- природу психічного і його структуру, сутність свідомості, її функції і структуру, розуміти природу несвідомих явищ;
- основні психічні процеси, стани і властивості та їх фізіологічні механізми;
- напрямки дослідження особистості, її індивідуально-психологічних особливостей;
- методи психологічного дослідження та вимоги до них.

Після вивчення дисципліни «Загальна психологія» здобувачі вищої освіти повинні *вміти*:

- аналізувати провідні вітчизняні та зарубіжні психологічні теорії та концепції;
- розкривати зв'язок психіки та мозку, нейрофізіологічні основи психічних процесів, властивостей та станів;
- порівнювати психічні процеси, стани та властивості;
- здійснювати психологічну характеристику особистості, визначати типи та індивідуальні властивості особистості;
- проводити дослідження психічних процесів, станів та властивостей за допомогою різноманітних діагностичних методик.

ЗМІСТОВИЙ МОДУЛЬ 1.
ВСТУП. ПСИХОЛОГІЯ ЯК НАУКА
Лекція 1.
ПРЕДМЕТ ПСИХОЛОГІЇ, ЇЇ ЗАДАЧІ

План

1. Загальні принципи пізнання світу. Життєві і наукові психологічні знання.
2. Значення терміну «психологія». Предмет психології.
3. Психологія як наука про психіку і психічні явища.
4. Класифікація психічних явищ: психічні процеси, психічні стани, психічні властивості.
5. Психічні процеси: пізнавальні, емоційні, вольові.
6. Психічні стани як характеристика загального стану психіки.
7. Психічні властивості особистості: спрямованість, темперамент, здібності, характер.

Ключові слова: психологія, психологічні знання, наукова психологія, психічні явища, психічні процеси, психічні стани, психічні властивості.

Key words: psychology, psychological knowledge, scientific psychology, mental phenomena, mental processes, mental states, mental properties.

1. Загальні принципи пізнання світу. Життєві і наукові психологічні знання

*Мета психології – дати нам зовсім інше розуміння
тих речей, які ми знаємо якнайкраще
Поль Валері*

Психологія – це наука про найскладніше явище – психіку. Вона поєднує раціональність і глибоке розуміння людських почуттів. Особливість психології – у злитті об'єкта і суб'єкта пізнання: людина вивчає саму себе. Це робить завдання психолога складними, але надзвичайно важливими. Психологія не лише пояснює поведінку, а й допомагає керувати емоціями та внутрішнім станом.

Познайомтесь із двома історіями. Дафоцо – французький християнин, який пережив жахи концтабору. Попри знущання, він не затаїв зла, а відчув співчуття до свого ката, зберігши віру та любов до людей. Зовсім інша доля спіткала Марка Чепмена – фаната гурту «Бітлз». Він захоплювався Джоном Ленноном, але згодом охолов до кумира, змінився зовні та внутрішньо і вбив його.

Чому одні, страждаючи, залишаються добрими, а інші чинять зло, маючи все для щастя? Чому хтось у біді зберігає чистоту серця, а інший у спокої – руйнується зсередини? Саме такими питаннями займається психологія – наука про складну і суперечливу людську натуру.

Психологія може:

- допомагає краще розуміти себе та інших;

- покращує управління емоціями, поведінкою, життям;
- корисна у будь-якій професії;
- задовольняє цікавість до людської природи;
- розвиває соціальну й політичну проникливість;
- не дає відповідей на метафізичні питання (сенс життя, душа після смерті);
- не робить людину досконалою;
- не знімає відповідальності за власні дії.

Специфічне коло проблем, яке вивчає психологія, виділяється цілком виразно та ясно – це наше сприймання, наші почуття, думки, прагнення, наміри, бажання і т. д.

2. Значення терміну «психологія». Предмет психології

Психологія як наука пройшла складний шлях. Спочатку її вважали наукою про душу, пізніше – про свідомість, а згодом – лише про поведінку (біхевіоризм). Однак кожен підхід мав обмеження: неможливо вивчати людину, ігноруючи її думки, почуття й бажання. Сучасна психологія розглядає психіку як форму відображення об'єктивної дійсності мозком. Тобто психіка і свідомість – це результат роботи мозку, що дозволяє нам пізнавати й осмислювати світ.

3. Психологія як наука про психіку і психічні явища

Психіка як форма відображення:

Психіка – це здатність відображати об'єктивну реальність і на цій основі регулювати поведінку. Психологія вивчає факти, закономірності та механізми психіки.

Наукова і життєва психологія:

Життєві психологічні знання інтуїтивні, суперечливі, поверхові, пов'язані з окремими ситуаціями. Наукова психологія – раціональна, узагальнена, ґрунтується на поняттях, гіпотезах, експериментах. Вона має ширші можливості для накопичення й передачі знань.

Рефлекторна природа психіки:

Ідею про психіку як систему рефлексів висунули Р. Декарт, І. Сеченов і І. Павлов. Сеченов довів, що всі психічні акти – це рефлекси, що мають початкову (подразник), середню (мозкова обробка), і кінцеву (реакція) ланки. Павлов створив вчення про умовні рефлекси й довів, що психіка – це діяльність мозку у відповідь на подразники.

4. Класифікація психічних явищ: психічні процеси, психічні стани, психічні властивості

Психічна підструктура особистості включає три основні елементи: психічні процеси, психічні стани та психічні властивості.

Психічні процеси – це динамічні явища свідомості, що мають початок, розвиток і завершення. Вони бувають:

- пізнавальні (відчуття, сприйняття, пам'ять, мислення, уява);
- емоційні (переживання);
- вольові (прийняття рішень, дії).

Психічні стани – тимчасові стани психіки, які виникають під впливом внутрішніх або зовнішніх стимулів (наприклад, страх, тривога, настрій).

Психічні властивості – стійкі характеристики особистості (темперамент, характер, здібності), які формуються у процесі життя і діяльності.

5. Психічні процеси: пізнавальні, емоційні, вольові

1. Пізнавальні процеси

Спрямовані на отримання, обробку й зберігання інформації про світ.

Відчуття – відображення окремих властивостей предметів (температура, колір, звук).

Сприймання – цілісне образне відображення предмета або явища.

Уява – створення нових образів на основі минулого досвіду.

Пам'ять – процеси запам'ятовування, збереження, відтворення.

Мислення – опосередковане та узагальнене пізнання зв'язків і відношень.

Мова – засіб формування й вираження думки.

Увага – спрямованість і зосередженість психіки на об'єкті.

2. Емоційні процеси

Відображають ставлення людини до ситуацій, об'єктів, подій.

Емоції – короточасні реакції на значущі події (радість, страх).

Почуття – глибші й стійкі переживання (моральні, інтелектуальні).

Настрої – тривалі емоційні стани, що забарвлюють діяльність.

Стрес – реакція на сильне подразнення чи загрозу.

Афекти – короточасні, бурхливі емоційні спалахи.

3. Вольові процеси

Забезпечують цілеспрямовану діяльність і подолання труднощів.

Воля – здатність свідомо регулювати поведінку.

Вольове зусилля – внутрішня напруга для прийняття рішення або дії.

Вольовий акт – структура вольового рішення (мотивація – боротьба мотивів – рішення – дія – контроль – оцінка).

6. Психічні стани як характеристика загального стану психіки

Психічні стани – це короточасні, але важливі характеристики психіки, які впливають на поведінку, працездатність і прийняття рішень. Вони виникають під впливом зовнішніх умов, фізіології, ходу діяльності й взаємодії з людьми.

Ключові ознаки:

- цілісні: охоплюють усю психіку;
- рухливі: мають початок, динаміку і завершення;
- відносно стійкі: стабільніші за процеси, але змінні;
- взаємопов'язані з психічними процесами та рисами особистості;
- різноманітні й полярні (активність – пасивність, тривога – спокій).

Класифікація психічних станів:

1. За причиною: особистісні / ситуативні.
2. За домінантою: емоційні, вольові, інтелектуальні.
3. За глибиною: поверхневі / глибокі.
4. За тривалістю: короткі / тривалі.
5. За впливом: позитивні / негативні, стеничні / астеничні.
6. За усвідомленням: усвідомлені / неусвідомлені.
7. За причиною: зовнішні / внутрішні чинники.
8. За адекватністю: відповідні / невідповідні ситуації.

7. Психічні властивості особистості: вольові якості, темперамент, здібності, характер

Психологічні властивості особистості – це стійкі індивідуальні особливості, що визначають поведінку й діяльність людини.

Вольові якості – здатність свідомо керувати поведінкою, долати труднощі (рішучість, наполегливість, самоконтроль).

Темперамент – вроджені особливості психічної діяльності (швидкість реакцій, емоційність), впливає на стиль поведінки.

Здібності – індивідуальні психологічні передумови успішного виконання діяльності (загальні й спеціальні).

Характер – сукупність типових способів поведінки й ставлення до людей, праці, себе (наполегливість, доброзичливість тощо).

Завдання для самостійного опрацювання і закріплення матеріалу з теми

1. Що таке психологія та яке місце вона займає у системі наук?
2. Охарактеризуйте основні галузі психологічної науки.
3. Наукові напрямки психології в XX ст. та їх специфіка.
4. Яким чином відбувається психологічне дослідження?
5. Які питання та проблеми сучасного людського життя допомагає знайти відповідь психологія?
6. Охарактеризуйте поняття психіки та її функції.

Лекція 2

МЕТОДОЛОГІЧНІ ПРИНЦИПИ ПСИХОЛОГІЇ

План

1. Принципи психології. Принцип детермінізму в психології.
2. Принцип єдності свідомості і діяльності (положення про формування психіки, свідомості і особистості в діяльності і спілкуванні).
3. Принцип розвитку і його реалізація у філогенезі, розвитку свідомості, онтогенезі.

Ключові слова: методологія, метод, методика, принцип детермінізму, розвитку, єдності свідомості і діяльності, системності.

Key words: methodology, method, methodology, principle of determinism, development, unity of consciousness and activity, systematicity.

1. Принципи психології. Принцип детермінізму в психології

Методологія психології – система знань про базові засади та структуру психологічної теорії, принципи й способи здобуття знань, які відображають психічну діяльність, а також система діяльності, пов'язана з обґрунтуванням програм, логіки, методів, оцінки якості дослідницької роботи.

Методологічними принципами психології є загально-філософські твердження, що конкретизуючись, визначають предмет, стратегію і методи психологічних досліджень, а також вихідну позицію для інтерпретації одержаних результатів.

Принципи, на яких ґрунтується методологія сучасної вітчизняної психології: Л. Виготського, Б. Ананьєва, С. Рубінштейна, Г. Костюка, О. Леонтьєва та ін.

Серед методологічних принципів у вітчизняній психології насамперед виділяють:

- детермінізму;
- відображення єдності психіки і діяльності;
- розвитку системності.

Український психолог О. Ткаченко додав два принципи: відображення і системності.

Принцип детермінізму – стверджує, що психіка залежить від способу життя. Він розкриває основні причини виникнення психіки у філогенезі і онтогенезі, закономірну зумовленість психічних явищ, психічної діяльності та психічних властивостей людини.

Принцип єдності психіки і діяльності – дає змогу розкривати механізми появи і функціонування психіки. Виникнувши в діяльності, психіка утворює її внутрішній, ідеальний план. Цей принцип заклав засади об'єктивного дослідження психіки.

Принцип розвитку психіки в діяльності – дає змогу розглядати психіку як динамічне утворення, що постійно змінюється на різних етапах становлення особистості.

Принцип відображення – означає, що всі психічні функції генетично спрямовані на відображення дійсності. Випереджуючи фізичний контакт людини з об'єктом, психічне відображення сигналізує про значущі для неї об'єкти – воно має сигнальний характер.

Принцип системності – вимагає розглядати психіку як складну систему взаємопов'язаних психічних явищ. Згідно з принципом системності у процесі наукового пізнання всі принципи психології треба використовувати у взаємозв'язку.

2. Принцип єдності свідомості і діяльності

У 30-ті роки формуються основні принципи психологічної науки:

- детермінізм;
- принцип єдності свідомості та діяльності;
- принцип розвитку.

За визначенням С. Л. Рубінштейна – сама діяльність є єдністю зовнішнього і внутрішнього.

В праці «Основах психології» С. Л. Рубінштейн продовжив аналіз і остаточно сформулював принцип єдності свідомості та діяльності.

Застосування принципу єдності свідомості та діяльності дозволило пояснити:

- по-перше, психіка і діяльність людини нерозривно пов'язані між собою, тому вивчення психіки і дослідження закономірностей її розвитку доцільно будувати на принципах діяльнісного підходу;

- по-друге, діяльність, якою займається людина, в значній мірі визначає розвиток його мотивів і життєвих цінностей, що визначають загальну спрямованість суб'єкта.

У макроструктурі діяльності виокремлюють 4 основні блоки:

- спонукально-ціннісний;
- прогностично-проективний;
- виконавчо-реалізуючий;
- оцінно-порівняльний.

Системоутворювальним чинником діяльності є *мотив*. Провідні мотиви здебільшого визначають *спрямованість діяльності*.

Діяльність є сукупністю дій, кожна з яких має свою мету. Мета є *системоутворювальним чинником дій*.

Дія є одиницею аналізу діяльності, тому що містить усі її ознаки.

Містить акт свідомості – постановку та утримання мети, спрямованість поведінки.

Діяльність є системною якістю сукупності дій. *Аналіз діяльності* відбувається через аналіз її дій.

Мета – це те, чого прагне досягнути людина, задля чого вона працює, долаючи труднощі й перешкоди, чого хоче досягти у своїй діяльності.

Без мети не може бути свідомої діяльності.

Мотив – це внутрішня рушійна сила, яка спонукає людину до діяльності. Мотиви діяльності та поведінки людини генетично пов'язані з її органічними й культурними потребами.

Спонуками до діяльності є:

- матеріальні потреби;
- соціокультурні потреби.

Мотивація діяльності буває:

- близька (здійснити бажане найближчим часом);
- віддалена (здійснення бажаного планують на тривалий час);
- далека (здійснити бажане через десятки років).

3. Принцип розвитку і його реалізація у філогенезі, розвитку свідомості, онтогенезі

Принцип розвитку в психології передбачає поступовий перехід від простого до складного, від загального до специфічного, що виявляється на різних рівнях – філогенезі (еволюція видів), онтогенезі (розвиток індивіда) та свідомості.

1. Філогенез: розвиток живих організмів від простіших форм до складніших, з урахуванням еволюційних змін, адаптацій та формування нових функцій, у тому числі психічних процесів.

2. Онтогенез: індивідуальний розвиток організму, який включає стадії розвитку (від народження до зрілості), де кожна нова стадія базується на попередніх, від простих функцій до більш складних (наприклад, когнітивний розвиток).

3. Розвиток свідомості: від розвитку базових психічних процесів (відчуття, сприймання) до більш високих форм свідомості, таких як абстрактне мислення, рефлексія, самосвідомість, що зумовлено соціальними та культурними умовами.

Завдання для самостійного опрацювання і закріплення матеріалу з теми

1. Що ви розумієте під поняттям «методологія»?
2. Які основні функції методології?
3. Що становить собою методологічний простір наукової психології?
4. Які принципи філософсько-психологічного рівня?
5. Які принципи загальнонауково-психологічного рівня?
6. Які принципи психолого-прикладного рівня?
7. Яким чином поділяються методи психології?
8. Що становлять собою пізнавальні методи психології?
9. Охарактеризуйте кожен емпіричний метод психології.
10. У чому виявляється метод спостереження?
11. Які методи активного психологічного впливу ви знаєте?

Лекція 3 **МЕТОДИ ПСИХОЛОГІЇ**

План

1. Основні методи психологічних досліджень.
2. Загальне уявлення про методи наукового дослідження.
3. Дослідницькі методи в психології та методи активного психологічного впливу.
4. Основні групи психологічних методів: об'єктивні і суб'єктивні.
5. Основні типи психологічних тестів. Історія створення тестів. Проективні тести.
6. Експеримент як основний метод сучасної психології.

7. Види експериментів (лабораторний, природний). Квazi-експеримент.
8. Етичні проблеми психологічного дослідження. Принцип інформованої згоди.

Ключові слова: психологічне дослідження, науковий метод, методологія, спостереження, експеримент, тест.

Key words: psychological research, scientific method, methodology, observation, experiment, test.

1. Основні методи психологічних досліджень

Психологія має специфічні методи дослідження, що відповідають вимогам вивчення психічних явищ у розвитку та взаємозв'язку. Основним принципом є об'єктивність. *Методи включають спостереження, експеримент, аналіз діяльності, бесіду, інтерв'ю.*

1. Теоретичні методи – моделювання психічних явищ (зокрема математичне).

2. Організаційні методи – поперечні та поздовжні зрізи, для аналізу динаміки психічних процесів.

3. Емпіричні методи – спостереження, експеримент, опитування та тести, що забезпечують збір первинних даних. Спостереження дозволяє вивчати психіку в природних умовах, хоча має суб'єктивність. Експеримент допомагає контролювати умови дослідження, але може бути штучним.

Опитування в психології – це отримання інформації про психічне життя людини через анкетування (письмово) або бесіду (усно). Анкетування використовується, коли обмежений час або немає можливості зустрітися з досліджуванним. Бесіда дозволяє отримати точніші дані, включаючи невербальні ознаки. Тести дають можливість оцінити психічні якості, але мають недолік – учасник може вплинути на результати. Методи опрацювання даних включають математико-статистичні методи (наприклад, кореляційний аналіз), які визначають кількісні залежності, але не пояснюють зміст явищ. Інтерпретаційні методи (генезисний і структурний) допомагають тлумачити результати, виявляючи розвиток або порівнюючи різні групи.

2. Загальне уявлення про методи наукового дослідження

Методи наукового пізнання поділяються на загальні (універсальні) та спеціальні (для окремих наук). Загальні методи застосовуються в будь-якому дослідженні і є абстрактними. До загальнонаукових методів належать емпіричні (спостереження, порівняння, вимірювання, експеримент) та теоретичні (індукція, дедукція, ідеалізація). Спостереження та експеримент допомагають вивчати явища, порівняння виявляє їх схожості та відмінності. Інші методи: аналіз (розчленування), синтез (поєднання частин), індукція (висновки з часткових даних), дедукція (висновки від загального до часткового). Ідеалізація та формалізація допомагають створювати теоретичні моделі. Історичний метод вивчає явища в контексті їх розвитку.

3. Дослідницькі методи в психології та методи активного психологічного впливу

Дослідницькі методи в психології включають:

1. Спостереження – систематичне вивчення явищ без втручання в їх перебіг.
2. Експеримент – активне втручання в умови досліджуваного явища для визначення причинно-наслідкових зв'язків.
3. Тестування – оцінка психічних властивостей і особливостей за допомогою стандартизованих тестів.
4. Інтерв'ю – усне опитування для збору інформації через бесіду.
5. Анкетування – письмове опитування для збору даних від респондентів.

Методи активного психологічного впливу включають:

1. Психотерапія – лікування психологічних проблем через діалог та спеціальні техніки.
2. Когнітивно-поведінкова терапія – зміна негативних патернів мислення і поведінки.
3. Групова терапія – робота в групі для підтримки та розвитку через взаємодію з іншими.
4. Психоаналітичний вплив – розкриття підсвідомих процесів для розв'язання внутрішніх конфліктів.

4. Основні групи психологічних методів: об'єктивні і суб'єктивні

Принцип об'єктивності в психології вирішує питання співвідношення об'єктивного та суб'єктивного в дослідженнях. Психічне явище є об'єктивним, але його зміст визначається індивідом. Методи дослідження, такі як спостереження, експеримент, бесіди, анкетування, забезпечують об'єктивність пізнання. Практична психологія зосереджена на допомозі клієнтам і використовує методи, які можуть не відповідати науковим стандартам. Наукова психологія працює з абстрактними моделями, тоді як практична спрямована на конкретні технології вирішення проблем.

5. Основні типи психологічних тестів. Історія створення тестів. Проективні тести

Психологічне тестування є процесом вимірювання індивідуально-психологічних особливостей за допомогою стандартизованих методик. Воно включає різні типи тестів: для оцінки інтелекту, творчих здібностей, досягнень та особистісних рис. Тести інтелекту визначають розумовий потенціал, тести креативності – творчі здібності, а тест досягнень оцінює набуті знання та навички.

Проективні тести, такі як тест Рорхаха або малювання «дім», допомагають виявити глибші аспекти особистості. З часом термін «психологічне тестування» був замінений на «психологічна оцінка», що відображає більш широкий підхід до вивчення індивідуальних відмінностей.

6. Експеримент як основний метод сучасної психології

Експеримент є основним методом психологічного дослідження, що включає створення штучної ситуації для вивчення психічних явищ. Він дозволяє точніше оцінити психологічні факти, однак вимагає суворого дотримання етичних норм. Історія експерименту починається з XVIII століття, а як науковий напрямок він сформувався в XIX столітті. Основним документом експерименту є протокол, який містить опис груп, змінних, процедур і впливу експерименту на учасників.

7. Види експериментів (лабораторний, природний). Квазі-експеримент

1. Лабораторний експеримент – проводиться в контрольованих умовах, де дослідник може маніпулювати змінними та точно вимірювати ефекти.

2. Природний експеримент – проводиться в реальних умовах, де дослідник не може контролювати змінні, але вивчає їх в природному середовищі.

3. Квазі-експеримент – схожий на експеримент, але без випадкового розподілу учасників по групах. Це дозволяє вивчати явища, коли повноцінний експеримент неможливий.

8. Етичні проблеми психологічного дослідження. Принцип інформованої згоди

Етичні проблеми: не зашкодити учаснику, забезпечити конфіденційність, добровільність участі.

По-перше, надмірне експериментування, коли психолог заради отримання цікавих і важливих результатів ставить інтереси науки (часто свої кар'єрні) вище за інтереси клієнтів. Природно, і психолог-дослідник, і психолог-практик повинні вести науковий пошук, але як тільки вони відчують, що почали ставитися до клієнтів лише як до обстежуваних, як до досліджуваних і взагалі як до «статистичного матеріалу», то слід відновити пріоритети: на першому місці повинні бути інтереси клієнта і взагалі будь-якої «досліджуваної людини», які ніяк не повинні постраждати.

По-друге, втручання в особисте життя, в духовний світ обстежуваних людей. Проблема полягає в тому, що для «чистоти» дослідження часто доводиться працювати в режимі маніпулятивних (суб'єкт-об'єктних) стосунків, що передбачає підвищену етичну відповідальність психолога-дослідника.

По-третє, страх перед дослідженням найгостріших соціально-психологічних проблем, що може не сподобатися адміністраторам, замовникам або науковим керівникам, які не хочуть через вашу ініціативу мати неприємності з вищим керівництвом. В умовах сучасної України поки що існує відносна свобода у проведенні досліджень (обмежена вона хіба що фінансово та організаційно).

По-четверте, проблема несумлінності проведення дослідження. Виділяються два основні варіанти даної проблеми: 1) умисна несумлінність (підтасовування фактів); 2) низька кваліфікація або недбалість дослідника. На

жаль, отримані таким чином результати (та ще якщо вони були опубліковані в солідних журналах) можуть дезорієнтувати багатьох інших дослідників.

По-п'яте, некоректне співавторство у публікаціях і відвертий плагіат, що може виражатися в: 1) цитуванні або викладі у великих обсягах фрагментів наукових праць інших авторів без посилань на них; 2) включення свого прізвища в наукові публікації своїх підлеглих за відсутності хоча б одного рядка, написаною власною рукою тощо.

По-шосте, це кастовість і сімейність в науці. Як відзначає Р. Сельє, іноді причиною кастовості є пихатість і егоїзм деяких дослідників, сильно стурбованих тим, щоб хтось не випередив їх в науковому пошуку. Це змушує вже «авторитетних дослідників» з упередженням ставитися до молодих учених, не допускати їх у свої ряди, перешкоджати їх публічним доповідям або публікаціям у серйозних виданнях.

По-сьоме, проблема професійних секретів. Є секрети, необхідність яких не заперечується, - це секрети від клієнтів, яким далеко не все слід говорити про отримані результати дослідження (інакше вони просто можуть бути травмовані); секрети від адміністраторів, яким не слід повідомляти інформації, яка може завдати шкоди підлеглим або тим, хто навчається в їх закладі. Але це можуть бути і секрети від своїх колег по роботі, які можуть і не сприймати ваших інновацій і свіжих ідей (і серед друзів знаходяться охочі все і всю критикувати та перестраховуватися).

По-восьме, проблема необгрунтованого «просування» в науці людей, які не володіють для цього відповідними даними.

По-дев'яте, проблема зайвої формалізації багатьох аспектів науково-дослідної діяльності, що часто виявляється у зайвому захопленні природничонауковими методами, наприклад, коли унікальна, неповторна і неспіввідносна ні з якими психометричними нормами особистість «обчислюється» за допомогою, так званих, «особистісних тестів», як це робиться щодо більш простих проявів психічного (психофізіологічних реакцій, деяких репродуктивних інтелектуальних здібностей і т. д.), де об'єктивний метод цілком застосовний.

По-десяте, це підлаштовування під чийсь науковий авторитет або прикриття цим авторитетом і навіть відверта експлуатація його для досягнення своїх далеких від науки цілей. Сумно, коли сам «авторитет» (вже в літах і мало що міркуючий) спокійно спостерігає за тим, як експлуатують його добре і заслужене у минулому ім'я

По-одинадцяте, це відверте цькування своїх колег по роботі. В основі цього часто є заздрість і хворобливе суперництво. Етична проблема полягає в тому, що багато дійсно творчих фахівців дозволяють себе втягнути в ці конфлікти. Ця проблема загострюється тим, що в науці, особливо, у психологічній, не існує чітких критеріїв ефективності проведених досліджень, що і породжує спекуляції з приводу некоректності, низької кваліфікації суперників і конкурентів.

І, нарешті, *по-дванадцяте*, наукове обґрунтування і участь деяких психологів у глобальних суспільних маніпуляціях. Наприклад, заради тих же «високих гонорарів психолог» бере участь у виборчій кампанії якогось відвертого злочинця або непорядної людини, допомагаючи йому «пройти у владу» (на жаль, «брудні виборчі технології» вже давно стали реальністю в сучасній Україні).

Етичні проблеми починаються для психолога тоді, коли він сам усвідомлює свої дії і свою старанність як акт відвертої продажності. Природно, якщо у психолога немає професійної гідності і совісті, то немає для нього і етичних проблем, як це не сумно.

Завдання для самостійного опрацювання і закріплення матеріалу з теми

1. Поясніть сутність основних принципів психології.
2. Що таке метод наукового дослідження?
3. Які методи належать до основних?
4. Які методи належать до додаткових?
5. Назвіть вимоги до застосування методу спостереження.
6. У чому полягає суть методу експерименту?
7. Розкрийте сутність конкретно-наукових методів психології.
8. Розкрийте сутність проєктивних методів у психології.
9. Чи можна використовувати знання життєвої психології як базу для наукової психології?
10. Якою має бути позиція психолога щодо носіїв життєвої психології?
11. Чому важливо знання основ професійної етики психолога?
12. У чому полягають професійні ризики психолога?

Лекція 4 **ПСИХОЛОГІЯ В СТРУКТУРІ СУЧАСНИХ НАУК** План

1. Науки про людину і людство.
2. Психологія як гуманітарна та природнича наука.
3. Психологічні аспекти дослідження людини як біологічного виду: порівняльна психологія, зоопсихологія, загальна психологія.
4. Взаємозв'язок психології і сучасних наук.
5. Основні галузі психології. Фундаментальні і прикладні галузі психології. Загальна психологія, її предмет і задачі.

Ключові слова: гуманітарна наука, природнича наука, загальна психологія, вікова психологія, педагогічна психологія, практична психологія, психологічна корекція, фундаментальні галузі психології, прикладні галузі психології.

Key words: humanitarian science, natural science, general psychology, age psychology, pedagogical psychology, practical psychology, psychological correction, fundamental branches of psychology, applied branches of psychology.

1. Науки про людину і людство

Людина – біосоціальна, унікальна істота, в якій поєднується внутрішнє й зовнішнє (*homo duplex* за Дюркгаймом). Вона – творець історії, мікрокосм (за Сковородою), джерело знань.

Науки про людину поділяються на:

- природничі (анатомія, фізіологія, біохімія, медицина тощо);
- суспільні (соціологія, політологія, історія тощо);
- гуманітарні (педагогіка, культурологія, філологія тощо).

Сучасні науки про людину мають різні підходи (кількісні, якісні, гуманістичні) й визнають людину не тільки об'єктом, а й джерелом пізнання.

2. Психологія як гуманітарна та природнича наука

Психологія – міждисциплінарна наука, що поєднує природничі, соціальні та гуманітарні підходи. Вона має зв'язки з біологією (етологія, психофізіологія, психогенетика), медициною (психіатрія, нейропсихологія), хімією (психофармакологія), історією, соціологією, політологією. Вивчає психіку як відображення світу та як чинник діяльності людини. Займає центральне місце серед наук, інтегрує знання про людину й впливає на інші науки.

3. Психологічні аспекти дослідження людини як біологічного виду: порівняльна психологія, зоопсихологія, загальна психологія

Психологія людини – це наука, що вивчає особливості психіки, поведінки та діяльності індивіда. Вона допомагає зрозуміти, як людина взаємодіє з собою, іншими людьми та навколишнім світом.

У психології виділяють кілька понять:

- індивід – людина як біологічна істота;
- особистість – людина як суб'єкт соціальних стосунків;
- суб'єкт діяльності – поєднання біологічного та соціального в людині;
- індивідуальність – унікальна комбінація психічних, фізіологічних і соціальних особливостей.

Людина – біологічна й соціальна істота, яка має розвинений мозок, мову, здатність до праці й співпраці. Її здоров'я є основою щасливого життя та розвитку суспільства.

Порівняльна психологія вивчає спільне й відмінне в поведінці людей і тварин, виявляючи загальні принципи психіки. Її частина – зоопсихологія – досліджує психіку тварин, зокрема інтелект і емоції.

Загальна психологія формулює основні поняття, принципи та методи, що лежать в основі психологічної науки, і є фундаментом для професійної підготовки.

4. Взаємозв'язок психології і сучасних наук

Психологія тісно пов'язана з багатьма науками:

- філософія: спільні теми – сенс життя, цінності, світогляд;
- соціологія: обмін методами дослідження (опитування, анкетування), спільні теорії (соціалізація, міжособистісні стосунки);
- педагогіка: знання психології важливі для навчання та виховання дітей;
- історія: історичний підхід до розвитку психічних функцій (наприклад, у теорії Л. С. Виготського);
- технічні науки: проектування техніки з урахуванням людських можливостей;
- медицина та біологія: фізіологічна основа психіки, психосоматичні зв'язки, розвиток психотерапії.

5. Основні галузі психології.

Фундаментальні і прикладні галузі психології

Фундаментальна психологія досліджує загальні закономірності психіки, а прикладна застосовує ці знання в освіті, медицині, праві, спорті, бізнесі тощо.

Основні галузі прикладної психології:

- психодіагностика – оцінка психічного стану людини;
- психотерапія – допомога при серйозних психічних розладах;
- психокорекція – виправлення психічних відхилень;
- консультування – підтримка в життєвих труднощах.

Основні галузі психології

Клінічна психологія – дослідження та лікування психічних розладів.

Розвиткова психологія – розвиток особистості від народження до старості.

Соціальна психологія – поведінка людини в групі.

Психологія особистості – вивчення характеру, темпераменту, мотивації.

Когнітивна психологія – мислення, пам'ять, увага, мова.

Експериментальна психологія – наукові дослідження психіки.

Нейропсихологія – зв'язок психіки з мозком.

Організаційна психологія – психологія праці та управління.

Педагогічна психологія – процеси навчання й виховання.

Клінічна дитяча психологія – психічні порушення у дітей.

Інші галузі

Психологія здоров'я – вплив психіки на фізичне здоров'я.

Спортивна психологія – мотивація та підготовка спортсменів.

Психологія музики, творчості, реклами, ігор – вплив різних форм діяльності на психіку.

Завдання для самостійного опрацювання і закріплення матеріалу з теми

1. Чому загальна психологія становить фундамент розвитку всіх галузей психологічної науки?

2. Що є класичною складовою загальної психології?
3. Що є основними напрямками досліджень у системі загальної психології?
4. Що досліджує загальна психологія?
5. Основні функції практичної психології.
6. За якими певними ознаками доцільно розрізняти напрями науково-прикладної психології?
7. Що є предметом загальної психології?
8. Які галузі відносять до науково-прикладної психології?
9. З якими науками пов'язана психологія?
10. Що вивчає порівняльна психологія?

Змістовий модуль 2. ПСИХІКА ЯК ПРЕДМЕТ ПСИХОЛОГІЇ

Лекція 5 **ПОНЯТТЯ ПРО ПСИХІКУ**

План

1. Психіка як властивість високоорганізованої живої матерії.
2. Природа і механізми психічних явищ.
3. Поняття психіки.
4. Психіка в світлі теорії відображення.
5. Рефлекторна природа психічного.
6. Психіка як продукт і фактор еволюційного розвитку.
7. Психіка, нервова система, мозок.
8. Психіка і свідомість.

Ключові слова: психіка, подразливість, чутливість, відчуття, активність, «Я-концепція», свідомість, самосвідомість, адаптація, антропогенез, психогенез.

Key words: psyche, irritability, sensitivity, sensation, activity, «I-concept», consciousness, self-awareness, adaptation, anthropogenesis, psychogenesis.

1. Психіка як властивість високоорганізованої живої матерії

У філософії є два основні підходи до психіки

- Ідеалізм: психіка (душа) – первинна, нематеріальна, вічна.
- Матеріалізм: психіка – властивість матерії, що виникає в живих істот для відображення світу.

Декарт запропонував дуалізм – психіка і матерія існують окремо. Домарксистські уявлення: психіка як речовина мозку; як тінь (без функції); як ілюзія.

Марксизм: психіка – здатність матерії відображати реальність у вигляді знання й образів, що допомагає регулювати поведінку.

2. Природа і механізми психічних явищ. Подразливість

1. Донауковий період:

Психіку ототожнювали з душею – нематеріальною сутністю, що живе поза тілом.

2. Стародавній світ:

- Єгипет: психіка в серці.
- Китай (Конфуцій): психічні якості – вроджені.
- Індія: душа – вічна, свідома, активна.
- Греція: душа – частина природи (Геракліт, Арістотель, Демокріт).
- Рим: дух – активне начало (Лукрецій, Гален).

3. Середньовіччя:

Ф. Аквінський – душа безсмертна, підвладна Богові.

4. Новий час і сучасність:

- Сеченов, Павлов: психіка – рефлекси й сигнальні системи.
- Джемс: свідомість – потік, з'являється «Я».
- Психіка пов'язана з діяльністю, суспільством, особистістю.

Сучасна психологія:

Вивчає психіку як систему регуляції поведінки: сприймання, емоції, мотивацію, самосвідомість, особистість.

3. Поняття психіки

Психіка – це сукупність психічних процесів, станів і властивостей, які забезпечують взаємодію людини з навколишнім світом. Вона включає в себе сприймання, увагу, пам'ять, мислення, емоції, мотивацію і свідомість. Психіка регулює поведінку та діяльність людини, даючи змогу адаптуватися до середовища. Вона є результатом еволюції та розвитку мозку, а також залежить від соціокультурних умов.

4. Психіка в світлі теорії відображення.

Теорія відображення стверджує, що психіка є відображенням реального світу в свідомості людини. Вона обробляє і інтерпретує інформацію, що надходить через органи чуття, формуючи уявлення, образи та знання про навколишнє середовище. Психіка дозволяє людині адаптуватися до змін навколишнього світу, відповідно до соціальних і біологічних потреб.

5. Рефлекторна природа психічного

Рефлекторна природа психічного полягає в тому, що психічні процеси виникають як реакція на зовнішні та внутрішні подразники. Вони забезпечують адаптацію організму до змін умов середовища через рефлекси, що формуються на рівні нервової системи.

6. Психіка як продукт і фактор еволюційного розвитку

Психіка є результатом еволюційного розвитку, який забезпечує організмам здатність адаптуватися до змінюваних умов середовища. Вона є

важливим фактором виживання, оскільки дозволяє обробляти інформацію, приймати рішення та ефективно взаємодіяти з навколишнім світом.

7. Психіка, нервова система, мозок

Психіка – це здатність організму відображати дійсність, що виникає в процесі еволюції нервової системи. Нервова система передає й обробляє сигнали, а мозок є її центральним органом, де формується психічна діяльність.

8. Психіка і свідомість

Психіка – ширше поняття, що охоплює всі психічні процеси, а свідомість – вищий рівень психіки, властивий людині. Свідомість забезпечує самопізнання, цілеспрямовану діяльність, мовлення та усвідомлення себе в світі.

Завдання для самостійного опрацювання і закріплення матеріалу з теми

1. Що впливає з визнання психіки властивістю матерії?
2. Що таке високоорганізована матерія?
3. Які фізіологічні основи відчуттів?
4. Що є аналізаторами як органів відчуттів?
5. Які розрізняють види аналізаторів? Від чого вони залежать?
6. Що є основними властивостями відчуттів?
7. Чому через відчуття здійснюється безпосередній зв'язок свідомості із зовнішнім світом?
8. Які загальні властивості відчуттів?
9. З чим пов'язаний механізм подразливості?
10. Чим характеризується чуттєве пізнання?
11. Чому відчуття – це психофізичний пізнавальний процес?
12. Що є найпростішим психічним пізнавальним процесом?
13. Охарактеризуйте основні функції психіки.
14. Які існують загальні проблеми походження психіки людини?
15. Що сприяє забезпеченню адаптації до умов зовнішнього середовища?

Лекція 6

ЕВОЛЮЦІЯ ПСИХІКИ: РОЗВИТОК ПСИХІКИ ТВАРИН

План

1. Розвиток психіки тварин. Інстинктивна поведінка тварин і стадія елементарної поведінки.
2. Вчення І. Павлова про умовні і безумовні рефлексії.
3. Стадія навичок і предметного сприйняття, її основні особливості.
4. Стадія інтелектуальної поведінки. Основні особливості стадії інтелектуальної поведінки.
5. Концепція Леонт'єва-Фабрі.

Ключові слова: нервова система, подразливість, тропізми (таксиси), рефлекс, навичка, предметне сприйняття, інтелектуальна поведінка.

Key words: nervous system, irritability, tropisms (taxis), reflex, skill, objective perception, intellectual behavior.

1. Розвиток психіки тварин. Інстинктивна поведінка тварин і стадія елементарної поведінки

Психіка – це форма відображення, що забезпечує організму адекватну орієнтацію у середовищі.

Психіка тварин – внутрішній світ, що включає сприйняття, емоції, пам'ять, уявлення, мислення. Її вивчення можливе через поведінку, а не самоспостереження.

Стадії розвитку психіки тварин:

1. Сенсорна психіка – реакція на окремі властивості (світло, запах, дотик). Характерна для безхребетних, риб, амфібій.

2. Перцептивна психіка – сприймання предметів у цілому, формування уявлень, розвиток кори головного мозку. Властива ссавцям.

3. Інтелектуальна стадія – здатність до розв'язання завдань, наочно-дійове мислення (антропоїди).

Відмінності між психікою тварин і людини:

- тварини не здатні до абстрактного, словесно-логічного мислення;
- у людини є свідомість, мова, здатність до цілеспрямованої діяльності;
- у тварин – біологічний шлях розвитку психіки, у людини – суспільно-історичний.

2. Вчення І. Павлова про умовні і безумовні рефлексі

І. П. Павлов розвинув вчення про рефлексі, започатковане І. Сеченовим. Він довів, що поведінка є системою рефлексів, які виникають у відповідь на зовнішні та внутрішні подразники. Павлов поділяв рефлексі на безумовні (вроджені, спадкові) та умовні (набуті в процесі життя завдяки досвіду).

Основні положення:

- умовні рефлексі формуються за наявності повторюваного поєднання умовного і безумовного подразника;
- підкріплення (позитивне чи негативне) необхідне для закріплення умовного рефлексу;
- умовні рефлексі можуть зникати без підкріплення (гальмування);
- існує поняття «рефлекс мети» та «рефлекс свободи», що відображають роль психіки у поведінці;
- І. Павлов створив класифікацію умовних рефлексів: секреторні, рухові, судинні тощо;
- умовні рефлексі можуть мати сигнальне значення – допомагають заздалегідь реагувати на події.

Формування умовних рефлексів відбувається через утворення тимчасових зв'язків у корі головного мозку. Роль у цьому процесі відіграють як кора, так і

підкіркові структури. Ці рефлексії мають велике біологічне значення – дозволяють організму адаптуватися до змін у середовищі.

3. Стадія навичок і предметного сприйняття, її основні особливості

Стадії розвитку психіки тварин за О. Леонтєвим:

1. Сенсорна стадія – відображення окремих властивостей об'єктів (відчуття); характерна для безхребетних з гангліозною нервовою системою. Поведінка – інстинктивна.

2. Перцептивна стадія – цілісне сприйняття предметів, розвиток уявлень і пам'яті; характерна для хребетних. Поведінка – засвоєні навички.

3. Інтелектуальна стадія – конкретне мислення, розуміння зв'язків між об'єктами; притаманна вищим тваринам із розвиненим головним мозком. Поведінка – інтелектуальна.

Форми «мови» тварин

Запахи – використовують мурахи, собаки, бджоли.

Звуки – птахи, дельфіни, звірі передають емоції та сигнали.

Жести – пози, рухи, хвіст як показник настрою.

Фарби/вогники – маскування, зачленяння, впізнавання.

Взаємодія з середовищем: Низький рівень психіки – сильна залежність від середовища. Чим складніша нервова система й органи чуття, тим адекватніше психічне відображення. Найбільш розвинена психіка – у тварин із домінуванням головного мозку (примати).

4. Стадія інтелектуальної поведінки. Основні особливості стадії інтелектуальної поведінки

Інтелектуальна стадія розвитку психіки передуює стадії свідомості. До неї належать птахи та ссавці – еволюційно розвинені групи з високим рівнем поведінкової адаптації, завдяки теплокровності та складній нервовій системі.

Ссавці мають нову кору головного мозку, птахи – добре розвинений стріатум. Обидві групи демонструють складну поведінку, здатність до навчання, формування умовних рефлексів, асоціацій і вирішення нестандартних завдань.

Еволюція психіки у хребетних відбувалась у напрямку розумової діяльності, базованої на неспадкових формах поведінки. Рівень психічного розвитку прямо пов'язаний з будовою головного мозку.

Дельфіни, воронові та папури демонструють високий інтелект і часто перевершують хижих ссавців. Людиноподібні мавпи, особливо шимпанзе, здатні до цілеспрямованої діяльності, самопізнання, розуміння намірів інших і соціальної маніпуляції – їхній інтелект найвищий серед тварин.

5. Концепція Леонтєва-Фабрі

Концепція розвитку психіки тварин, сформульована О. М. Леонтєвим і доповнена К. Фабрі, пояснює еволюцію психічного відображення – від елементарної подразливості до складного сприймання і мислення. Вона

передбачає дві основні стадії: елементарну сенсорну психіку (нижчий і вищий рівні) та перцептивну психіку (нижчий, вищий і найвищий рівні).

На сенсорному рівні тварини реагують на біологічно значимі подразники, мають обмежену рухову активність і вроджену поведінку.

На перцептивному рівні формується цілісний образ об'єктів, розвивається навчання, дослідницька поведінка та елементи мислення.

Чим складніші умови існування, тим більш розвиненою стає психіка. У найвищих тварин спостерігається інсайт, використання знарядь та передумови до інтелекту. Альтернативні концепції (наприклад, Тейяра де Шардена) розглядають психіку як внутрішній бік матерії.

Завдання для самостійного опрацювання і закріплення матеріалу з теми

1. У чому полягає суть сигнальної ролі психіки?
2. Назвіть етапи розвитку нервової системи.
3. Назвіть етапи розвитку психіки.
4. Як розвиток психіки пов'язаний із середовищем та умовами життя?
5. Роль праці у виникненні людської свідомості.
6. Роль мови у розвитку людської свідомості.
7. Що спільного та відмінного у психічній діяльності тварин і людини?
8. Назвіть ознаки людської свідомості.
9. Охарактеризуйте умови розвитку людської свідомості.
10. Чим людський мозок відрізняється від мозку тварин?
11. Чим докорінно відрізняється психіка людини від психіки тварин?
12. Чому І. Павлов назвав інтелектуальну форму поведінки тварин «елементарною розсудливістю?»

Лекція 7

ПОХОДЖЕННЯ І РОЗВИТОК СВІДОМОСТІ ЛЮДИНИ

План

1. Поняття про свідомість. Свідомість як вищий рівень психічного відображення і вищий рівень саморегуляції.
2. Рефлексія і мотиваційно-ціннісний характер свідомості. «Я-концепція».
3. Фізіологічні основи психіки людини.
4. Будова нервової системи людини.
5. Будова головного мозку.
6. Поняття аналізатора.
7. Будова кори головного мозку. Співвідношення психічних явищ і роботи мозку.

Ключові слова: «Я-концепція», свідомість, самосвідомість, несвідоме, філогенез, онтогенез психіки, інтеріоризація, екстеріоризація.

Key words: «I-concept», consciousness, self-awareness, unconscious, phylogeny, ontogenesis of the psyche, interiorization, exteriorization.

1. Поняття про свідомість. Свідомість як вищий рівень психічного відображення і вищий рівень саморегуляції

Свідомість – це здатність людини пізнавати навколишній світ і саму себе за допомогою мислення, уваги, мови, саморефлексії та інтелекту. Це вища форма психічного відображення та саморегуляції, що відрізняє людину як суспільну істоту. У науці свідомість розуміють по-різному. У спрощеному сенсі – це стан бадьорості та здатність реагувати на навколишнє. У філософсько-психологічному — це світ внутрішніх переживань, думок і почуттів. З психофізіологічної точки зору, свідомість — це механізм контролю поведінки, що забезпечує адаптацію до середовища, керується мозковими функціональними системами. Свідомість має соціальне походження, оскільки формується у процесі трудової діяльності та комунікації. Звідси її розуміння як «спільного знання». Виділяють два типи свідомості:

Індивідуальна – усвідомлення людиною навколишнього світу і себе, здатність до абстрагування та ставлення до явищ.

Суспільна – система ідей, поглядів, традицій, що існують у певному суспільстві.

Свідомість пов'язана з самосвідомістю – уявленням людини про себе, ставленням до свого існування.

2. Рефлексія і мотиваційно-ціннісний характер свідомості. Я-концепція»

Рефлексія – це процес усвідомлення власних психічних станів, думок і вчинків, що допомагає пізнати себе і знайти своє місце у світі. Її коріння – в античній філософії: Сократ і Платон вважали рефлексію шляхом до самопізнання та духовного очищення. У філософії вона означає обдумування буття, у психології — практичний самоаналіз. Існують техніки рефлексії: ситуативна (оцінка теперішнього), ретроспективна (аналіз минулого), перспективна (планування майбутнього).

Види: особистісна, комунікативна, інтелектуальна, наукова та соціальна. Рефлексія буває конструктивною (допомагає розвиватися) і деструктивною (веде до зациклення на негативі). Для ефективної рефлексії важливо аналізувати себе без осуду, роблячи висновки для особистісного зростання.

3. Фізіологічні основи психіки людини

Людина функціонує як біоенергетична система на трьох рівнях: фізіологічному, психічному та соціальному. Фізіологічно організм підтримує сталість завдяки обміну речовин і енергії. Психічно людина керується емоціями, волею та самосвідомістю, що пов'язано з роботою вищої нервової системи. Функції психіки дозволяють адаптуватися до середовища через сприйняття, пам'ять, уяву, мислення та мову. Мозок має дві півкулі: ліва відповідає за аналітичне мислення, мову, точність, а права – за творчість,

інтуїцію, образи та просторову орієнтацію. Ліва півкуля працює логічно і послідовно, а права – синтетично, охоплюючи цілісну картину і використовуючи творчі процеси.

4. Будова нервової системи людини

Нервова система людини складається з центральної (головний і спинний мозок) та периферійної (сенсорні нейрони, ганглії та нерви) частин. Вона регулює діяльність організму, забезпечуючи сприйняття інформації, її аналіз та формування відповідей. Нервова система також взаємодіє з іншими системами, такими як ендокринна та імунна. Головний мозок відповідає за високі психічні функції, а лімбічна система — за емоції. Вегетативна нервова система регулює внутрішні органи. Психічне здоров'я залежить від емоційного стану, адже негативні емоції можуть впливати на здоров'я, спричиняючи стрес та неврози. Нервова система має захисні механізми, зокрема гальмування та сон, щоб уникнути перевантаження.

5. Будова головного мозку

Головний мозок – це надзвичайно складна структура, в якій кожна частина має свою специфічну функцію і взаємодіє з іншими відділами для забезпечення нормальної діяльності організму. Серед основних функцій головного мозку можна виділити:

1. Пізнавальні функції – обробка та інтерпретація інформації, отриманої від органів чуттів, та її використання для розумових процесів, таких як пам'ять, увага, мова, навчання та прийняття рішень.

2. Контроль рухів – великі півкулі мозку контролюють рухи тіла через моторні зони, а мозочок відповідає за їхню координацію і рівновагу.

3. Регуляція автономних функцій – стовбур мозку, зокрема довгастий мозок, містить центри, які контролюють основні функції, такі як дихання, серцебиття, артеріальний тиск і травлення.

4. Емоційна регуляція – лімбічна система, яка включає гіпокамп, мигдалевидне тіло та інші структури, відіграє важливу роль в емоційній поведінці та обробці емоційних реакцій.

5. Пам'ять та навчання – нейрони в корі головного мозку здатні зберігати та обробляти інформацію, створюючи спогади та розвиваючи навички.

6. Соціальна взаємодія та мовлення – ліві півкулі мають вирішальне значення для мовленнєвих функцій і здатності до спілкування. Вони контролюють як мовленнєвий, так і слуховий аналіз, забезпечуючи взаємодію з навколишнім світом через мову.

Мозкові оболонки виконують важливу захисну функцію, забезпечуючи захист мозку від механічних пошкоджень та інфекцій. Три оболонки – м'яка, павутинна і тверда – захищають мозок від травм, а також забезпечують підтримку і живлення тканин мозку.

6. Поняття аналізатора

Аналізатори складаються з рецепторів, нервових волокон і відділів ЦНС, що передають і обробляють сенсорну інформацію. Вони сприймають певні стимули (зорові, слухові, смакові, нюхові) і передають їх до відповідних областей мозку для обробки. Кожен аналізатор має свій поріг чутливості, який може змінюватися завдяки звиканню чи тренуванню. Робота аналізаторів ґрунтується на взаємодії збудження і гальмування, що дозволяє організму реагувати на зовнішні та внутрішні подразники. Це забезпечує адекватну і своєчасну реакцію на зміни в навколишньому середовищі.

7. Будова кори головного мозку. Співвідношення психічних явищ і роботи мозку

Кора головного мозку має товщину від 2 до 4 мм і складається з сірої речовини, переважно нейронів і астроцитів, та капілярів. Мозок, частина центральної нервової системи, включає кору головного мозку, лімбічну систему, базальні ганглії, таламус, гіпоталамус і мозочок.

Кора розділена на дві півкулі, з'єднані мозолистим тілом. Півкулі мають надлишкові функції, і видалення півкулі для лікування епілепсії може не призводити до великих дефіцитів. Розрізання мозолистого тіла призводить до синдрому спліт-мозку.

Мозок розділений на чотири частки: лобову, тім'яну, скроневу та потиличну. Лобова частка відповідає за рухи, когнітивні функції та прийняття рішень. Тім'яна частка обробляє сенсорні відчуття, а потилична – за зорову інформацію. Скронева частка відповідає за слух і пам'ять.

Рене Декарт запропонував дуалізм, розглядаючи душу і тіло як дві самостійні субстанції, що взаємодіють через шишкоподібну залозу в мозку. Це поставило проблему співвідношення психіки та фізіології, яка в подальшому розвивалася через рефлексі, психофізіологічну взаємодію і паралелізм.

Завдання для самостійного опрацювання і закріплення матеріалу з теми

1. Що становить собою свідомість?
2. У чому виявляється самосвідомість особистості?
3. Які структурні елементи свідомості?
4. Яка структура самосвідомості людини?
5. У чому виявляється самооцінка особистості?
6. Розкрийте сутність «Я – концепції».
7. У чому виявляється ідентифікація особистості?
8. Що таке рефлексія?
9. Яким чином відбувається розвиток самосвідомості людини?
10. Як суспільна дійсність впливає на свідомість особистості?
11. У чому виявляється адекватна самооцінка особистості?
12. У чому виявляється неадекватна самооцінка особистості?
13. У чому виявляється самоповага особистості?

Лекція 8
НЕУСВІДОМЛЮВАНІ ПСИХІЧНІ ПРОЦЕСИ
План

1. Неусвідомлені психічні процеси.
2. Загальна характеристика та класифікація неусвідомлених психічних процесів.

Ключові слова: несвідоме, неусвідомлювані дії, колективне несвідоме, витіснення, опір, установки, фрейдівські феномени, ілюзії сприймання, надсвідомі процеси.

Key words: unconscious, unconscious actions, collective unconscious, repression, resistance, attitudes, Freudian phenomena, illusions of perception, superconscious processes.

1. Неусвідомлені психічні процеси

Свідомості можна протиставити не тільки поведінку (як внутрішньо спостережуваному – зовні спостережуване), але і неусвідомлені, або несвідомі, психічні процеси. Неусвідомлені психічні процеси стали особливо інтенсивно вивчатися з початку XX століття. Вже перші результати цього вивчення фактично завдали смертельного удару по психології свідомості, цілком сумірний з тим, який вона отримала з боку біхевіоризму. Знайомство з неусвідомленими процесами необхідне для повнішого уявлення про те як супроводжувався пошук і уточнення предмету психології. Проте оскільки до "неусвідомленого психічного" зверталися в різний час дуже різні учені, викласти цю тему, простежуючи розвиток якогось одного напрямку або однієї теорії, неможливо. Тому ми спробуємо систематичний спосіб викладення.

2. Загальна характеристика та класифікація неусвідомлених психічних процесів

Неусвідомлені психічні процеси – це психічні явища, які відбуваються поза межами свідомого контролю, але при цьому суттєво впливають на поведінку, мислення, емоції та сприймання людини. Вони є фундаментом для автоматизації діяльності, інтуїції, творчості, а також забезпечують швидке реагування на зовнішні стимули без обов'язкового усвідомлення причин дії.

Класифікація неусвідомлених процесів

1. Неусвідомлені механізми свідомих дій:

а) автоматизми:

Первинні – вроджені (смоктання, дихання, мигання);

Вторинні – набуті навички, що колись були свідомими, але автоматизувались (читання, водіння, письмова моторика).

б) неусвідомлювана установка:

Стан готовності до дії, який не усвідомлюється, але спрямовує поведінку й сприймання (напр., ефект очікування чи вплив попереднього досвіду).

в) неусвідомлювані супроводи свідомих дій:

Паралельні невербальні прояви – жести, міміка, рухи тіла, що супроводжують основну діяльність, але не контролюються свідомо.

2. Неусвідомлені спонукачі свідомих дій:

Глибинні мотиви, потяги, емоції, що можуть бути витіснені або приховані, але керують вибором, рішеннями (напр., несвідомий страх або бажання).

3. Надсвідомі процеси (суперсвідомість):

Інтуїція, інсайти, творчі осяння – виникають без поетапного мислення, як результат попереднього досвіду, переробленого несвідомо.

Неусвідомлені процеси – це “фоновий інтелект” психіки, який забезпечує стабільність, ефективність і економність нашої свідомої діяльності. Їх вивчення важливе для розуміння поведінки, навчання, творчості та терапії психічних розладів.

У психоаналізі були розроблені ряд *методів* виявлення несвідомих афектних комплексів. Головні з них – це метод *вільних асоціацій* і метод *аналізу сновидінь*. Обидва методи припускають активну роботу психоаналітика, що полягає в тлумаченні безперервно продукованих пацієнтом слів (метод вільних асоціацій) або сновидінь.

З тією ж метою використовується вже частково знайомий як *асоціативний експеримент*.

В асоціативному експерименті випробовуваному або пацієнтові пропонують швидко відповідати будь-яким словом, що прийшло в голову, на слова, що пред'являються. І ось виявляється, що після декількох десятків проб у відповідях випробовуваного починають з'являтися слова, пов'язані з його прихованими переживаннями.

У нас немає можливості розбирати далі теорію і техніку психоаналізу, так само як і його критику. Все це вимагає спеціального курсу лекцій. Метою було лише познайомити з головним внеском З. Фрейда – відкриттям ним сфери динамічного несвідомого і описом форм його прояву.

Звернемося до *третього* класу неусвідомлюваних процесів, які умовно позначили як “надсвідомі” процеси. Якщо спробувати коротко їх охарактеризувати, то можна сказати, що це процеси утворення якогось інтегрального продукту великої свідомої роботи, який потім “вторгається” в свідоме життя людини і, як правило, міняє її течію.

Щоб зрозуміти, про що йде мова, уявіть собі, що ви зайняті вирішенням проблеми, про яку думаєте день за днем протягом тривалого часу, що обчислюється тижнями і навіть місяцями або роками. Це життєво важлива проблема. Ви думаєте над якимсь питанням, або про якусь особу, або над якоюсь подією, яку не зрозуміли до кінця і яке вас чомусь дуже торкнулося, викликало болісні роздуми, коливання, сумніви. Думаючи над вашою проблемою, ви перебираєте і аналізуєте різні враження і події, висловлюєте припущення, перевіряєте їх, сперечаєтеся з собою і з іншими. І ось одного прекрасного дня все вияснюється – неначе пелена падає з ваших очей. Іноді це трапляється несподівано і як би само собою, іноді приводом виявляється ще

одне рядове враження, але це враження як остання крапля води, що переповнила чашу. Ви раптом набуваєте абсолютно нового погляду на предмет, і це вже не рядовий погляд, не один з тих варіантів, які ви перебирали раніше. Він *якісно новий*; він залишається у вас і деколи веде до важливого повороту у вашому житті.

Завдання для самостійного опрацювання і закріплення матеріалу з теми

1. Вкажіть три великі класи неусвідомлюваних процесів.
2. Які три різні підкласи входять у перший клас – неусвідомлюваних механізмів свідомих дій?
3. Чому в психології багато уваги приділялася проблемі механізмів формування навику? Поясніть.
4. Які почалися експериментальні та теоретичні дослідження в школі Д. Н. Узнадзе щодо неусвідомлюваної установки?
5. Вкажіть науковця який створив теорію несвідомого?

Змістовий модуль 3. СЕНСОРНО-ПЕРЦЕПТИВНА СФЕРА ОСОБИСТОСТІ

Лекція 9

УВАГА

План

1. Поняття про увагу. Увага як психічний феномен.
2. Основні характеристики уваги.
3. Увага і свідомість. Фізіологічні механізми уваги й орієнтований рефлекс.
4. Основні види уваги. Мимовільна увага і фактори, що її спонукають.

Ключові слова: увага, довільна увага, мимовільна увага, післядовільна увага, домінанта, обсяг уваги, розподіл уваги, зосередженість уваги, стійкість уваги, коливання уваги, переключення уваги, концентрація уваги.

Key words: attention, voluntary attention, involuntary attention, post-voluntary attention, dominant, volume of attention, distribution of attention, concentration of attention, stability of attention, fluctuation of attention, switching of attention, concentration of attention.

1. Поняття про увагу. Увага як психічний феномен

Увага – це зосередженість на певному об'єкті чи явищі, що сприяє правильному розумінню та вирішенню задач, покращенню міжособистісних відносин та адаптації в соціумі. Вона є важливою умовою для успішного протікання інших психічних процесів, таких як сприймання, пам'ять і мислення. Увага визначається як вибіркова спрямованість свідомості на об'єкти, що відповідають потребам і цілям людини.

Теорії уваги:

1. Теорія Рібо: увага пов'язана з емоціями, які викликають зміни в фізіології, що підтримують зосередженість.
2. Теорія Гальперіна: увага — це психологічна дія, спрямована на зміст думки або образу, контроль над змістом свідомості.
3. Теорія Бродбенда: увага працює як фільтр, перемикаючи канали сприйняття при виконанні кількох задач одночасно.
4. Теорія Трейсман: фільтр уваги обмежує пропускну здатність і займається семантичним аналізом.
5. Теорія Дойч: інформація спочатку обробляється в пам'яті, а відбір даних здійснюється після її оцінки.

Функції уваги: вибір важливих подразників серед безлічі, збереження зосередженості та контроль за їхнім протіканням.

2. Основні характеристики уваги

Увага — це необхідна умова ефективності діяльності. Вона визначає, що людина помічає лише те, на чому зосереджена, а інше не сприймається. Увага залежить не тільки від зовнішніх подразників, а й від здатності людини довільно спрямовувати її на об'єкти (уважність). Недостатня уважність проявляється в розсіяному увазі.

Властивості уваги:

1. Зосередженість — інтенсивність зосередження на об'єкті.
2. Стійкість — тривалість зосередження, залежить від інтересу та сили впливу.
3. Переключення — навмисне перенесення уваги на інші об'єкти.
4. Обсяг — кількість об'єктів, які можна одночасно сприйняти; людина здатна утримувати 5–9 об'єктів одночасно.

3. Увага і свідомість. Фізіологічні механізми уваги й орієнтований рефлекс

Увага — це спрямованість психічної діяльності людини на певні об'єкти або явища, з абстрагуванням від інших. Вона визначається фізіологічними механізмами, зокрема вогнищем збудження в корі головного мозку, яке підкоряє інші вогнища збудження. Увага має різні характеристики: спрямованість, зосередженість, обсяг, стійкість, розподіл і переключення. Вона може бути мимовільною (орієнтовний рефлекс) або довільною (контрольований процес, який потребує вольового зусилля). Моделі уваги вказують на різні механізми фільтрації інформації, а також роль мозкових структур, зокрема фронтальної кори, ретикулуму і таламуса, у забезпеченні уваги.

4. Основні види уваги. Мимовільна увага і фактори, що її спонукають

Увага — це психічний процес, який дозволяє зосереджуватися на певних об'єктах або подіях, виділяючи їх із загального потоку інформації. Залежно від функціонального стану організму, виділяють кілька форм уваги: вибіркову, дифузну, розсіяну. Увага також поділяється на мимовільну (пасивну),

довільну (активну) та післядовільну. Важливими властивостями уваги є концентрація, стійкість, обсяг і переключність.

Мимовільна увага – це реакція на несподівані подразники, довільна увага виникає при свідомому зосередженні на завданні, а післядовільна з'являється, коли людина звикає до діяльності, і увага стає автоматизованою.

Увага може бути зовнішньою (сенсорна, рухова) та внутрішньою (інтелектуальна). Механізми уваги залучають різні частини мозку, зокрема таламус, базальні ганглії та лімбічну систему. Важливими умовами виникнення мимовільної уваги є рух, сильний вплив чи невідомість. Увага є важливою для виконання завдань і взаємодії з навколишнім світом, оскільки вона визначає, яку інформацію ми сприймаємо та обробляємо. Сформувані увагу можна через розвиток волі та свідомого контролю над власною діяльністю.

Завдання для самостійного опрацювання і закріплення матеріалу з теми

1. У чому виявляється увага?
2. Що є джерелом уваги особистості в її діяльності?
3. Чим зумовлені різні погляди психологів на природу уваги?
4. Охарактеризуйте структуру уваги.
5. У чому полягає механізм відволікання та розсіяності уваги?
6. Як взаємопов'язані увага та діяльність людини?
7. Чи можлива психічна активність без уваги?
8. Чи можлива діяльність без уваги?
9. Чи завжди довільна увага пов'язана зі свідомою метою?
10. Чи згодні ви з думкою, що увага виявляється тільки в діяльності й підтримується виключно нею?

Лекція 10 **ВІДЧУТТЯ**

План

1. Загальне поняття про відчуття.
2. Види відчуттів. Загальне уявлення про класифікації відчуттів.
3. Основні властивості і характеристики відчуттів.
4. Сенсорна адаптація і взаємодія відчуттів.

Ключові слова: відчуття, аналізатор, рецептор, нижній абсолютний поріг чутливості, верхній абсолютний поріг чутливості, поріг розрізнення, адаптація, закон Вебера-Фехнера, сенсibiliзація, синестезія.

Key words: sensation, analyzer, receptor, lower absolute threshold of sensitivity, upper absolute threshold of sensitivity, discrimination threshold, adaptation, Weber-Fechner law, sensitization, synesthesia.

1. Загальне поняття про відчуття

Відчуття – це пізнавальний психічний процес, який відображає окремі властивості предметів і явищ при їх дії на органи чуття.

Це найпростіша форма пізнання, яка починається з відчуттів, що дають нам первинну інформацію про зовнішній світ і внутрішні стани. Відчуття виникають внаслідок впливу на органи чуття, збуджуючи нервові центри мозку. Вони мають позитивне чи негативне емоційне забарвлення, що впливає на нашу реакцію на подразники. Для нормальної життєдіяльності важливо підтримувати баланс інформації, оскільки її перевантаження чи недовантаження можуть спричинити стрес чи втому. Відчуття допомагають орієнтуватися в навколишньому середовищі та є основою для пізнання світу, хоча кожна людина сприймає їх суб'єктивно, залежно від досвіду та емоційного стану.

2. Види відчуттів. Загальне уявлення про класифікації відчуттів

Класифікація відчуттів здійснюється за різними ознаками. *За розміщенням рецептора виділяють три основні класи:*

- екстроцептивні – відчуття зовнішніх подразників на поверхні тіла;
- проприоцептивні (кінестетичні) – відображають рух і положення частин тіла;
- інтероцептивні (органічні) – відчуття з внутрішніх органів.

За характером рецептора

Фоторецепція – чутливість до світла (зорові відчуття).

Хеморецепція – чутливість до хімічних речовин (нюхові, смакові відчуття).

Аудіорецепція – чутливість до звуку (слухові відчуття).

Механорецепція – чутливість до механічних дій (дотик, біль, рівновага).

Терморецепція – чутливість до температури.

За модальністю виділяють зорові, органічні, вібраційні, вестибулярні, слухові, нюхові, смакові відчуття, які мають підвиди.

3. Основні властивості і характеристики відчуттів

Інформацію про зовнішнє і внутрішнє середовище людина отримує через органи чуттів, що засновані на аналізаторі, який складається з трьох частин: периферичної (рецептори), провідникової та центральної (мозкова частина). Подразник викликає нервовий імпульс, який передається через нервові шляхи до коркових клітин аналізатора, де виникає відчуття. Чутливість є вродженою, але розвивається завдяки утворенню нових нервових зв'язків. Аналізатори працюють через умовно-рефлекторні процеси, при яких чутливість організму адаптується до подразників.

Основні властивості відчуттів:

1. Якість – відмінність відчуття від інших.
2. Інтенсивність – сила подразника і стан рецептора.
3. Тривалість – часова характеристика відчуття.
4. Просторова локалізація – місце виникнення відчуття.

Якість відчуттів визначається їх специфікою (наприклад, слухові відчуття різняться за висотою, тембром, гучністю). Інтенсивність залежить від сили подразника та стану рецепторів. Тривалість відчуття варіюється в залежності від аналізатора та часу дії подразника.

4. Сенсорна адаптація і взаємодія відчуттів

Сенсорні системи – це органи чуття, які отримують подразнення з зовнішнього та внутрішнього середовища і сприймають їх як відчуття (зір, слух, смак, нюх, дотик, рівновага). Загальною властивістю сенсорних систем є їхня здатність пристосовувати чутливість до інтенсивності подразника (адаптація). Пороги відчуття поділяються на абсолютні та відносні. Абсолютні пороги включають нижній (мінімальна інтенсивність подразника, що викликає відчуття) та верхній (максимальна інтенсивність, за якої ще зберігається відчуття). Відносний поріг – це зміна стимулу, яку потрібно зробити, щоб людина помітила різницю. Адаптація змінює чутливість, знижуючи або підвищуючи її під впливом тривалого подразника. Розрізняють повне зникнення відчуттів, притуплення відчуттів під впливом сильного подразника та підвищення чутливості під впливом слабкого подразника.

Взаємодія відчуттів проявляється через сенсibiliзацію (підвищення чутливості органу чуття), синестезію (злиття різних відчуттів) та компенсацію (перехід функцій одного аналізатора на інший). Сенсорна депривація (позбавлення сенсорних вражень) може призвести до порушення концентрації уваги та виникнення галюцинацій.

Основні характеристики відчуттів: модальність (якість), інтенсивність (сила), тривалість (час), локалізація (простір). Відчуття є елементарною формою чуттєвого пізнання світу, включаючи наші емоції, настрої та індивідуальні реакції.

Завдання для самостійного опрацювання і закріплення матеріалу з теми

1. Чому психічний процес «відчуття» належить до чуттєвого пізнання?
2. У чому полягає особливість відчуттів як чуттєвої форми відображення дійсності?
3. За якими принципами відчуття поділяють на види?
4. Чи всі подразники, що об'єктивно діють на органи чуття, можуть відображатися за допомогою відчуттів?
5. Охарактеризуйте основні властивості відчуттів.
6. Назвіть основні пороги чутливості. Чим вони визначаються?
7. Що таке сенсibiliзація відчуттів і яким є її механізм?
8. У чому виявляється синестезія відчуттів?
9. Який подразник називається адекватним?
10. Як взаємопов'язані відчуття та діяльність?
11. У чому можуть виявлятися індивідуальні можливості у відчуттях людей?

Лекція 11 **СПРИЙМАННЯ**

План

1. Загальна характеристика сприйняття. Поняття про сприйняття.
2. Основні класифікації сприйняття.
3. Властивості сприймання.
4. Ілюзії сприймання та галюцинації.

Ключові слова: сприймання, аперцепція, предметність, цілісність, константність, динамічний стереотип, установка, ілюзія.

Key words: perception, apperception, objectivity, integrity, constancy, dynamic stereotype, installation, illusion.

1. Загальна характеристика сприйняття. Поняття про сприйняття

Сприйняття – це психічний процес, у результаті якого людина отримує, організує та інтерпретує інформацію, що надходить через органи чуття, створюючи цілісні образи предметів і явищ навколишнього світу. Сприйняття є активним процесом, який включає в себе не лише фізичне сприймання подразників, але й їх обробку, осмислення та інтерпретацію, що визначається індивідуальними особливостями, досвідом, увагою та інтелектом людини.

Основні характеристики сприйняття:

1. Цілісність – сприйняття є процесом, що формує єдиний образ об'єкта на основі багатьох відчуттів.
2. Активність – сприйняття включає не лише отримання інформації, а й її інтерпретацію, що залежить від попереднього досвіду, знань і потреб.
3. Конструктивність – сприйняття часто відновлює інформацію, що не була безпосередньо отримана, на основі контексту та попереднього досвіду.
4. Перцептивна адаптація – здатність сенсорної системи адаптуватися до змінюваних умов подразників.

Поняття сприйняття охоплює різні типи, зокрема зорове, слухове, тактильне, смакове, нюхове сприйняття, а також відчуття рівноваги. Всі ці форми сприйняття разом допомагають людині орієнтуватися в оточуючому світі, будувати уявлення про нього та взаємодіяти з ним.

2. Основні класифікації сприйняття

Сприйняття є складним процесом, який поєднує різні види аналізаторів: зоровий, слуховий, тактильний, кінестезичний, нюховий, смаковий. У ньому завжди беруть участь рухові відчуття, що пов'язано з рухами очей чи іншими органами чуття.

Сприймання можна класифікувати за різними ознаками, зокрема за формами існування матерії, такими як простір, час і рух.

1. Сприймання простору залежить від роботи вестибулярного апарату, бінокулярного зору і м'язових зусиль при конвергенції очей.

2. Сприймання часу включає оцінку тривалості і послідовності подій, використовуючи біологічні ритми та інтервали часу.

3. Сприймання руху базується на сприйнятті руху об'єкта через сукупність зорових відчуттів, а також через специфічні теорії, такі як феномен фі, коли рух сприймається навіть без реального переміщення об'єкта. Сприйняття завжди інтегрує різні види чуттів і аналізаторів, що утворює цілісне уявлення про світ.

3. Властивості сприймання

Основні властивості сприймання:

1. Предметність – відображення об'єктів як цілісних предметів, а не набору не пов'язаних відчуттів. Образ об'єкта відноситься до реального предмета.

2. Цілісність – сприймання дає єдиний образ предмета, об'єднуючи різні відчуття про його властивості.

3. Структурність – сприймання є більше, ніж просто сума відчуттів. Наприклад, у музиці сприймається цілісна структура мелодії, а не окремі ноти.

4. Константність – здатність сприймати об'єкти як сталих, навіть при змінах умов (наприклад, розмір предмета, колір, форма не змінюються при зміні освітлення).

5. Осмисленість – сприймання завжди пов'язане з мисленням і усвідомленням функцій предметів.

6. Аперцепція – сприймання залежить від досвіду та психічного стану людини. Важливе значення мають установки, інтереси та емоції, які впливають на точність і зміст сприймання.

7. Об'єм сприймання – людина може сприймати 4-8 одиниць предметів одночасно.

Аперцепція пояснює, як особисті вподобання, емоції та установки визначають, що і як ми сприймаємо.

4. Ілюзії сприймання та галюцинації

Ілюзії сприймання – це спотворене відображення дійсності, яке може бути зоровим, слуховим тощо. Вони виникають через суб'єктивні (установки, емоції) та об'єктивні (освітленість, положення предметів) причини.

Ілюзії бувають:

- Фізичні – спотворення через фізичні умови (наприклад, ложка, що здається переламаною в воді).

- Фізіологічні – наприклад, контраст температур.

- Психологічні – через установки і сприймання.

Об'єктивні умови, як яскравість чи контраст, визначають адекватність сприймання. Суб'єктивні умови, зокрема уважність, також важливі для правильного сприймання. Сприймання може порушуватися через органічні ушкодження мозку, що призводить до афазії або порушень сприймання кольору. Також, під впливом глибинних переживань можуть виникати

галюцинації – сприймання неіснуючих об'єктів через активацію тимчасових нервових зв'язків у мозку.

Завдання для самостійного опрацювання і закріплення матеріалу з теми

1. Охарактеризуйте сприймання людини.
2. Назвіть та опишіть п'ять особливостей сприймання.
3. Які фізіологічні основи сприймання існують.
4. Яку роль відіграє друга сигнальна система у сприйманні.
5. Опишіть властивості сприйняття.
6. В чому виявляється апперцепція.
7. Згадайте та охарактеризуйте види сприйняття.
8. Чим відрізняється відчуття від сприйняття.
9. Який психічний процес називається сприйманням?
10. У чому полягає спільне та відмінне між сприйманням і відчуттям?
11. Охарактеризуйте загальні властивості сприймання.
12. Що таке структурність сприймання та який її механізм?
13. Що таке константність сприймання та який її механізм?
14. Як виявляється апперцепція у процесах сприймання?
15. Який вплив на сприймання може справляти попередній досвід?
16. Які чинники визначають об'єктивні умови сприймання?
17. Які чинники визначають суб'єктивні умови сприймання?
18. Що таке ілюзія у сприйманні та який її механізм?
19. Що таке спостереження?
20. Що таке спостережливість?
21. У чому може виявлятися професійна спостережливість?

Лекція 12 **ПАМ'ЯТЬ** План

1. Поняття про пам'ять.
2. Види пам'яті.
3. Процеси пам'яті.
4. Індивідуальні особливості пам'яті.

Ключові слова: пам'ять, процеси пам'яті, види пам'яті, «ефект краю», амнезія, закон забування Еббінгауза, закон Рібо, «ефект Зейгарник».

Key words: memory, memory processes, types of memory, «edge effect», amnesia, Ebbinghaus' law of forgetting, Ribault's law, «Zeiharnik effect».

1. Поняття про пам'ять

Здатність до запам'ятовування здавна привертала увагу. У давніх греків пам'ять вважалась даром богів, а слово «мнемічна діяльність» походить від

богині Мнемозини. Пам'ять – це запам'ятовування, збереження й відтворення досвіду, що забезпечує єдність особистості та усвідомлення зв'язку між подіями життя.

За І. Павловим, фізіологічною основою пам'яті є пластичність кори головного мозку та здатність до утворення тимчасових нервових зв'язків. Інформація зберігається у вигляді слідів – зв'язків, що виникають у відповідь на подразники.

Порушення пам'яті, як-от амнезія, призводять до втрати досвіду, навичок і соціальних зв'язків, що руйнує особистість і унеможливорює виконання життєвих ролей.

2. Види пам'яті

Види пам'яті розрізняють за трьома ознаками:

1. За характером психічної активності:

Рухова – пам'ять на рухи, основа навичок і вмінь.

Емоційна – запам'ятовування почуттів, що стимулюють діяльність.

Образна – пам'ять на уявлення, включає зорову, слухову, смакову тощо.

Словесно-логічна – пам'ять на думки, поняття; базується на мові, є суто людською.

2. За наявністю мети:

Мимовільна – запам'ятовування без спеціальної мети.

Довільна – свідоме запам'ятовування з певною метою.

3. За тривалістю збереження:

Короткочасна – коротке зберігання інформації після її сприйняття.

Довготривала – тривале зберігання знань, навичок.

Оперативна – використання тимчасової інформації в поточній діяльності.

Образна пам'ять пов'язана з конкретними уявленнями; словесно-логічна – з абстрактними думками. Рухова пам'ять лежить в основі дій і навичок, а емоційна – у збереженні пережитих почуттів. Мимовільна та довільна пам'ять є етапами розвитку пам'яті в онтогенезі.

3. Процеси пам'яті

Пам'ять охоплює чотири основні процеси: запам'ятовування, збереження, відтворення та забування.

Запам'ятовування – це активне закріплення образів у корі головного мозку.

Мимовільне відбувається без спеціальної мети, залежить від пізнавальної активності.

Довільне потребує вольових зусиль і цілеспрямованості.

Фактори ефективності запам'ятовування: мотивація, мнемічна задача, використання прийомів (сміслові групування, опори, співвіднесення з відомим, повторення), стан людини, вік, установка, особливості матеріалу.

Відтворення – це актуалізація збереженого в пам'яті.

Його форми:

- впізнавання (при повторному сприйнятті);
- власне відтворення (без підказок);
- пригадування (із зусиллям);
- спогади (події особистого життя).

Фактори: вік, час збереження, установка, обсяг і осмисленість матеріалу.

Забування – втрата або спотворення інформації.

Причини:

- інтерференція (проактивна й ретроактивна);
- згасання зв'язків через втому чи неактивність.

Згідно з Еббінгаузом, найбільше забувається одразу після сприймання.

Явище ремінісценції – покращення відтворення через певний час.

Збереження – утримання інформації в свідомому та несвідомому вигляді.

Фактори: повторне використання, установка, значущість і осмисленість матеріалу.

Усі процеси пам'яті мають динамічну сторону (перетворення інформації) і консервативну (збереження знань).

4. Індивідуальні особливості пам'яті

Індивідуальні особливості пам'яті проявляються у швидкості, точності, міцності запам'ятовування та готовності до відтворення.

Ці властивості залежать від типу нервової діяльності, знання мнемотехнік і систематичності навчання.

Швидкість – скільки повторень потрібно для запам'ятовування.

Точність – відповідність між тим, що запам'ятовувалось і відтворюється.

Міцність – тривалість збереження інформації.

Готовність до відтворення – легкість і швидкість пригадування.

Типи пам'яті за змістом:

Наочно-образна – краще запам'ятовуються образи (слухові, зорові тощо);

Словесно-логічна – ефективне запам'ятовування словесного матеріалу;

Проміжний тип – відсутність яскраво вираженої переваги.

Тип пам'яті зумовлений співвідношенням сигнальних систем і впливом професії.

У навчанні важливо враховувати індивідуальні відмінності для розвитку пам'яті кожного учня.

Завдання для самостійного опрацювання і закріплення матеріалу з теми

1. Охарактеризуйте пам'ять.
2. Що впливає на пам'ять?
3. Чим пам'ять відрізняється від інших психічних процесів?
4. Розкрийте поняття короткочасної пам'яті.
5. Назвіть механізми короткочасної та довготривалої пам'яті та опишіть їх.
6. Які основні відмінності короткочасної пам'яті від довготривалої?

7. Назвіть та охарактеризуйте різні порушення пам'яті.
8. Які є класифікації видів пам'яті?
9. Опишіть види пам'яті за предметом діяльності.
10. Опишіть види пам'яті за тривалістю перебігу процесу.
11. Опишіть види пам'яті за формою психічної активності.
12. Охарактеризуйте процес запам'ятовування.
13. Які є причини забування?
14. Дайте визначення збереження пам'яті.
15. Який тип пам'яті більш розвинений у вас? Опишіть його.

Змістовий модуль 4. КОГНІТИВНА СФЕРА ОСОБИСТОСТІ

Лекція 13.

УЯВА

План

1. Значення уяви в житті людини.
2. Уява як пізнавальний психічний процес.
3. Образи уяви, прийоми їх створення.
4. Види та індивідуальна своєрідність уяви.

Ключові слова: уява, аглютинація, гіперболізація, типізація, аналогія, алегоричні образи, мрія, фантазія, антиципація.

Key words: imagination, agglutination, hyperbolization, typification, analogy, allegorical images, dream, fantasy, anticipation.

1. Значення уяви в житті людини

Уява – це специфічно людський пізнавальний психічний процес, який називають також імажинативною діяльністю. Її значення в житті людини розкривають функції уяви.

Функції уяви:

Евристична: уява – обов'язковий чинник усіх видів творчості.

Передбачення: забезпечує постановку цілі діяльності, як ідеального образу майбутнього результату.

Практична: людина створює світ культури поряд з існуючим світом природи.

Пізнавальна: людина відкриває сутність явищ, недосяжних для органів чуттів.

Естетична: конструювання людиною прекрасного, втілення ідей про гармонійність, пропорційність у творах мистецтва. Вплив на розвиток особистості через мрію та ідеал, які забезпечують постановку життєвих перспектив і є виразом життєтворчості.

Мрія – образ бажаного майбутнього. Вона спонукає людину до дій, мобілізує її зусилля.

Ідеал – це уявлення про найвищу досконалість, зразок, що визначає спосіб дій людини. Є складовою частиною світогляду; організовує й спрямовує діяльність людини.

2. Уява як пізнавальний психічний процес

Для уяви властиве більш яскраве виявлення цих ознак.

В уявленні людина прагне відтворити минулий досвід якомога ближче до реальності. У творчій уяві людина ставить мету створити образ новий, неіснуючий у реальності.

Пізнавальні процеси – це відображення реально існуючих явищ.

Уява – створює картини, що не існують у дійсності. Уява, справді, становить певний відхід від навколишньої реальності, але в ній завжди зберігається зв'язок з дійсністю.

Зв'язок підтверджується наступними фактами:

1. Нові образи виникають із життєвих вражень, елементи образу існують реально, хоча в інших поєднаннях (пегас, сфінкс, кентавр).

2. При створенні нових образів враховуються відомі закономірності. Завдяки цьому образи уяви можна реально втілювати.

3. Завдяки уяві відновлюємо картини, відомі за описами: події минулого, поверхні недосяжних планет.

4. Через уявні образи людина висловлює свої емоційні стани. З іншого боку, образи уяви викликають у людини емоції, супроводжуються реальними переживаннями.

Уява – своєрідна форма відображення об'єктивної дійсності, психічний процес, що полягає у створенні нових образів шляхом переробки матеріалу сприймань і уявлень, утворених у попередньому досвіді.

3. Образи уяви, прийоми їх створення

Види образів уяви:

1. Образи предметів і явищ, на даний момент не спостережуваних, але принципово доступних для сприймання (існували в минулому, відомі за описами).

2. Образи об'єктів, не спостережуваних через обмеженість органів чуттів, але фіксовані приладами (радіація, магнітне поле).

3. Образи об'єктів, які повинні бути створені людиною або виникнути у процесі розвитку (план будинку, прогноз).

4. Образи об'єктів, що не існували, не існують й не можливі в майбутньому (казкові герої).

При створенні образів уяви використовується низка психологічних засобів:

Гіперболізація – це перебільшення або зменшення об'єктів й їх властивосте (килим-літак, велетень, ліліпут, гноми).

Акцентовування – перебільшення окремих частин з метою викликати до них увагу (в карикатурах, шаржах).

Доповнення – до образу певного предмету додаються елементи інших у незвичайному поєднанні (модернізація техніки).

Аглютинація – поєднання елементів різних образів (мавка, кентавр, екскаватор).

Реконструкція – за частиною образу добудовується цілісна його структура (робота реставраторів, археологів).

Типізація – вираження загальних ознак групи об'єктів у конкретному образі (герої художньої літератури: Іван Чіпка – пропаша сила).

Символізація – надання образу додаткового значення, що не впливає з його зовнішніх ознак (голуб – символ миру, символи в українських вишиванках).

Алегорія – надання образу прихованого значення (у байках діють звірі, а читач має на увазі людей).

Аналогія – моделювання нових образів на основі їх подібності з реально існуючими. Наприклад, біоніка проектує техніку з використанням принципів функціонування живих організмів («електронне око», локатор).

4. Види та індивідуальна своєрідність уяви

Види уяви вирізняють за кількома критеріями.

За характером цілі діяльності	
Довільна	Мимовільна
Людина свідомо уявляє	Відсутня мета уявити (сновидіння)
За новизною результатів діяльності	
Продуктивна (творча)	Репродуктивна (відтворювальна)
Створення нових оригінальних образів	Образи на основі описів, схем, малюнків, креслень

За змістом:

Художня. Її образи – чуттєві (зорові, слухові, дотикові тощо).

Виявляється в роботі над творами мистецтва, дозволяє митцям детально і чітко бачити втілювані ними явища, події.

Технічна. Переважають образи просторових відношень, геометричних фігур та побудов. Фіксуються у вигляді креслень, схем, малюнків, на основі яких створюється нова техніка – винаходи.

Наукова. Виявляється у науковому пошуку та відкриттях. Передбачає організацію експерименту, постановку гіпотез, узагальнення, врахування системи фактів, здатність змінювати погляд на неї, бачити її у різноманітних ракурсах.

За мотивуючою силою	
Активна (дієва)	Пасивна
Спонукає до діяльності (мрія)	Не спонукає до реалізації образів (марення)

За зв'язком з дійсністю	
Втілювана	Невтілювана
образи реально втілювані	реалізація образів неможлива

Індивідуальні особливості уяви залежать, як від фізіологічних, так і від особистісних чинників. До *фізіологічних* входить тип вищої нервової діяльності, перевага першої чи другої сигнальної системи. До *особистісних* – професійний чинник, залежність від освіти, попереднього досвіду.

Завдання для самостійного опрацювання і закріплення матеріалу з теми

1. Розкрийте поняття «уява».
2. Охарактеризуйте функції уяви.
3. Опишіть види уяви за характером продуктивності.
4. Охарактеризуйте види уяви за мірою свободи та характером образів.
5. Чим відрізняється активна уява від пасивної?
6. У чому виявляється сутність уяви? Які види уяви Ви знаєте?
7. Який зміст асоціації та теорії бісоціації?
8. У чому виявляється відтворювальна (репродуктивна) уява?
9. У чому виявляється творча (продуктивна) уява?
10. Якою є відтворююча залежна і незалежна уяви?
11. У чому виявляється активна і пасивна уяви?
12. Яким чином уяву поділяють за змістом?
13. Як відбувається процес уяви?

Лекція 14

МИСЛЕННЯ: ПОНЯТТЯ, ВИДИ, ФОРМИ, ОПЕРАЦІЇ

План

1. Природа й основні види мислення.
2. Основні характеристики мислення.
3. Класифікація мислення.
4. Основні форми мислення.
5. Основні види розумових операцій.

Ключові слова: мислення, наочно-дієве мислення, наочно-образне мислення, словесно-логічне мислення, поняття, усвідомлення, розуміння, умовивід, порівняння, умовивід, аналіз, синтез, абстрагування, конкретизація, індукція, дедукція.

Key words: thinking, visual-active thinking, visual-figurative thinking, verbal-logical thinking, concept, awareness, understanding, deduction, comparison, deduction, analysis, synthesis, abstraction, concretization, induction, deduction.

1. Природа й основні види мислення

За змістом:

- наочно-дійове
- наочно-образне
- абстрактне мислення

За характером задач:

- практичне
- теоретичне мислення

За ступенем новизни й оригінальності:

- репродуктивне (відтворювальне)
- творче (продуктивне) мислення

Розумові дії – це дії з об'єктами, відображеними в образах, уявленнях і поняттях про них. Ці дії відбуваються подумки за допомогою мовлення.

Розумові операції (складові розумових дій):

Аналіз – уявне розчленування об'єктів свідомості, виокремлення в них частин, аспектів, елементів, ознак і властивостей.

Синтез – це уявне поєднання окремих частин, аспектів, ознак об'єктів у єдине ціле.

Порівняння – розумова операція, за допомогою якої пізнаються схожі та відмінні ознаки і властивості предметів.

Абстрагування (від лат. *abstragere* – відволікати, відвертати) – тобто уявне відокремлення одних ознак і властивостей предметів від інших і від самих предметів, яким вони властиві.

Узагальнення – це продовження і поглиблення синтезуючої діяльності мозку за допомогою слова.

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

2. Основні характеристики мислення

Мислення – це процес руху думки від невідомого до відомого, який починається там, де перед людиною постає щось нове, незрозуміле.

Проблемна ситуація – це суперечність між обставинами та умовами, між тим, якими знаннями володіє на сьогодні суб'єкт, і тим, до чого він прагне.

Схема вирішення розумового завдання



3. Класифікація мислення

Види мислення:

За змістом:

- наочно-дійове;
- наочно-образне;
- абстрактне мислення.

За характером задач:

- практичне;
- теоретичне мислення.

За ступенем новизни й оригінальності:

- репродуктивне (відтворювальне);
- творче (продуктивне) мислення.

Наочно-дійове мислення полягає в тому, що розв'язання задач здійснюється шляхом реального перетворення ситуації та виконання рухового акту.

Наочно-образне мислення – це вид мислення, який відбувається на основі образів уявлень, перетворення ситуації в план образів. Цей різновид мислення виявляють поети, художники, архітектори, парфумери, модельєри

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

Види мислення за характером задач

Теоретичне мислення – це вид мислення, який полягає у пізнанні законів, правил.

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

Аналітичне мислення – це вид мислення, який розгорнутий у часі, має чітко виражені етапи, достатньою мірою усвідомлені суб'єктом.

Інтуїтивне, навпаки, вид мислення, згорнутий у часі, який протікає швидко, в ньому відсутній поділ на етапи, він мало представлений у свідомості.

У психології розрізняють ще *реалістичне мислення*, тобто такий вид мислення, який спрямований на зовнішній світ і регульоване логічними законами, а також аутистичне мислення, пов'язане з реалізацією власних бажань, намірів.

Види мислення за ступенем новизни та оригінальності:

Калмикова вирізняє *продуктивне* і *репродуктивне* мислення.

Репродуктивне мислення – це вид мислення, який забезпечує розв'язання задачі, спираючись на відтворення вже відомих людині способів.

У *продуктивному* мисленні найповніше виявляються інтелектуальні здібності людини, її творчий потенціал.

Українські та зарубіжні психологи (Г. Костюк, Дж. Гілфорд) дійшли висновку, що **творче мислення** є сукупністю тих особливостей психіки, які забезпечують продуктивні перетворення у діяльності особистості.

4. Основні форми мислення

Результати процесу мислення (думки) існують у формі *суджень, міркувань, умовиводів і понять*.

Судження – це форма мисленнєвого відображення, яка полягає в запереченні або утвердженні будь-якого факту, зв'язку чи відношення між предметами та явищами.

Характерною властивістю судження є те, що воно існує, виявляється і формується в реченні. Проте судження та речення – речі не тотожні. Судження – це акт мислення, що відображає зв'язки, відношення речей, а речення – це граматичне сполучення слів, що виявляє і фіксує це відображення.

Кожне судження включає *суб'єкт і предикат*.

Суб'єктом є предмет судження, про який йдеться і який відображається в нашій свідомості.

Предикат – це відображення тих відносин, ознак, властивостей, які ми стверджуємо.

Міркування – це низка пов'язаних суджень, скерованих на те, щоб з'ясувати істинність якоїсь думки, довести її або заперечити.

Умовиводом називають таку форму мислення, в якій ми з одного або кількох суджень виводимо нове.

Умовиводи бувають індуктивні, дедуктивні і за аналогією.

Індуктивний умовивід – це судження, в якому на підставі окремих фактів, посилай, конкретного, часткового роблять узагальнення.

Дедуктивний умовивід – це судження, в якому на підставі загальних висновків і положень здобувають знання про часткове, конкретне.

Умовивід за аналогією ґрунтується на подібності окремих істотних ознак об'єктів, і на цій підставі роблять висновок про можливу схожість цих об'єктів за іншими ознаками.

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

Істотні ознаки – це такі ознаки, які належать об'єктам за будь-яких умов, виражають їх природу, сутність, відрізняють ці об'єкти від інших об'єктів.

Поняття – елемент думки, слово – елемент мови. Немає поняття без слова, але не кожне слово – це поняття. Наприклад, «вечоріє» – слово і поняття, «так» – слово, але не поняття тощо.

Одні й ті самі поняття в різних мовах передаються різними словами. Кожне поняття характеризується обсягом і змістом.

Обсяг поняття – це відображене в ньому коло об'єктів.

Зміст поняття – це відображення в ньому сукупності їх істотних ознак.

В *абстрактних поняттях* відображаються істотні ознаки та властивості відокремлено від самих об'єктів («тактика», «мужність», «хоробрість», «добро», «зло» тощо).

Предметом мислення людини є пізнавальні завдання, які мають різне змістовне підґрунтя і зумовлюють різне співвідношення предметно-дійових,

перцептивно-образних і поняттєвих компонентів у їх розв'язанні. Залежно від цього розрізняють три головних різновиди мислення.

Наочно-дійове мислення – розв'язання завдання безпосередньо включається в саму діяльність.

Наочно-образне мислення виявляється в тому, що людина оперує образами предметів та явищ, аналізуючи, порівнюючи чи узагальнюючи у них істотні ознаки.

Словесно-логічне мислення (або абстрактне) відбувається у словесній формі за допомогою понять, які не мають безпосереднього чуттєвого підґрунтя, властивого відчуттю і сприйняттю.

Наочно-дійове, наочно-образне і словесно-логічне мислення є щаблями розвитку мислення в онтогенезі та філогенезі.

Розрізняють *теоретичне і практичне мислення* за типом розв'язуваних завдань і залежних від цього структурних та динамічних особливостей.

Теоретичне мислення – це пізнання законів, правил. Відкриття періодичної системи Менделєєва – продукт його теоретичного мислення. Основне завдання практичного мислення – підготовка фізичної зміни дійсності: постановка мети, створення плану, проекту, схеми.

Одна з важливих особливостей практичного мислення полягає в тому, що воно розгортається в умовах гострого дефіциту часу.

Існує також відмінність між *інтуїтивним* та *аналітичним* (логічним) мисленням. Переважно використовують три ознаки: часову (тривалість процесу), структурну (членування на етапи), рівень перебігу (усвідомленість або неусвідомленість). Аналітичне мислення розгорнуте в часі, має чітко виражені етапи, значною мірою представлене у свідомості самої мислячої людини. Для інтуїтивного мислення притаманна швидкість перебігу, відсутність чітко виражених етапів, воно мінімально усвідомлене.

У психології існує ще один важливий поділ мислення – на *реалістичне* та *аутистичне*. Перше спрямоване в основному на зовнішній світ, регулюється логічними законами, а друге пов'язано з реалізацією бажань людини.

Основними формами мислення є *поняття, міркування та умовивід*, що відображають ознаки предметів, можливі зв'язки та відношення між предметами.

5. Основні види розумових операцій

Розумові дії – це дії з предметами, відображеними в образах, уявленнях і поняттях про них.

Залежно від того, які образи відіграють при цьому провідну роль, розумові дії бувають *сенсорними, перцептивними, уявними, мисленнєвими*.

У розумових діях можна виокремити їх головні складові елементи (операції), або процеси – розумові операції: аналіз, синтез, порівняння, абстрагування, узагальнення, класифікація, систематизація.

Аналіз – це розчленування предметів і явищ у свідомості, виокремлення в них їх частин, аспектів, елементів, ознак і властивостей.

Аналіз у мисленні є продовженням того аналізу, що відбувається в чуттєвому відображенні об'єктивної дійсності.

Синтез – це мисленнєва операція об'єднання окремих частин, аспектів, елементів, ознак і властивостей об'єктів у єдине, якісно нове ціле.

Синтезувати можна елементи, думки, образи, уявлення.

Порівняння – це встановлення подібності й відмінності між предметами та явищами.

Операції порівняння можуть бути різними за складністю, залежно від завдання чи змісту порівнюваних об'єктів.

Абстрагування – це уявне відокремлення одних ознак і властивостей предметів та явищ від інших їхніх рис і від самих предметів (явищ), яким вони властиві.

Виокремлення в процесі абстрагування ознак предмета і розгляд їх незалежно від інших його ознак стають самостійними операціями мислення.

Узагальнення виявляється в мисленнєвому об'єднанні предметів, явищ у групи за істотними ознаками, виокремленими в процесі абстрагування.

Узагальнення – це продовження і поглиблення синтезуючої діяльності мозку за допомогою слова.

Класифікація – це групування об'єктів за видовими, родовими та іншими ознаками.

Її здійснюють з метою розмежування і подальшого об'єднання предметів на підставі їх спільних істотних ознак.

Систематизація – це упорядкування знань на підставі гранично широких спільних ознак груп об'єктів.

Систематизація забезпечує розмежування та подальше об'єднання не окремих предметів, як це відбувається при класифікації, а їх груп і класів.

Завдання для самостійного опрацювання і закріплення матеріалу з теми

1. У чому полягають специфічні особливості мислення як вищої форми пізнавальної діяльності?
2. У чому виявляється істотна відмінність абстрактного пізнання дійсності від чуттєвого?
3. У чому полягає особливість опосередкованого способу пізнання дійсності?
4. Що характеризує істотні ознаки предметів та явищ, які є об'єктом пізнання мислення?
5. Охарактеризуйте основні розумові операції.
6. Що є кінцевим продуктом розумового пізнання дійсності?
7. У чому полягає відмінність понять від уявлень як форм пізнання дійсності?
8. Як співвідносяться проблемна ситуація та розумове завдання?
9. Наведіть основні етапи процесу розв'язання розумового завдання.
10. За якими принципами мислення можна поділити на види.

Лекція 15. ІНТЕЛЕКТ

План

1. Проблема задатків, здібностей та інтелекту у диференційній психології.
2. Загальні інтелектуальні здібності.
3. Характеристика текстологічних підходів до інтелекту.
4. Стійкість інтелектуальних вимірювань.
5. Інтелект у структурі індивідуальних властивостей.
6. Спадковість і середовище у в детермінації інтелектуальних відмінностей.
7. Критерії та ступені важкості розумової відсталості

Ключові слова: інтелект, проблемна ситуація, стратегії мислення, інсайт.

Key words: intelligence, problem situation, thinking strategies, insight.

1. Проблема задатків, здібностей та інтелекту у диференційній психології.

Проблема задатків, здібностей вперше було досліджено *Ф. Гальтоном*. Він запропонував основні методи і методики, якими дослідники користуються і до сьогоднішнього дня: вимірював звуковистну чутливість, окомір, метод вільних асоціацій, метод близнюків, вперше досліджував особистісні властивості людини науки.

Задатки – деякі генетично детерміновані анатомо-фізіологічні особливості мозку і нервової системи, що є індивідуально-природною передумовою складного процесу формування і розвитку здібностей. Проте вони не зумовлюють самого розвитку здібностей.

Задатками можуть виступати:

1. Типологічні властивості нервової системи (швидкість утворення тимчасових нервових зв'язків, їх міцність, легкість диференціювань, сила зосередженості уваги, розумова працездатність);

2. Індивідуальні особливості будови аналізаторів, окремих ділянок кори головного мозку.

Здібності – індивідуально-психологічні властивості, яка визначає успішність виконання діяльності або ряду діяльностей, що не зводяться до умінь, знань і навичок, але зумовлюють легкість і швидкість навчання новим способам і прийомам діяльності.

Проблема здібностей – їхня природа, походження, вияв, формування. *Б. М. Тепловим* виділені ознаки здібностей:

- індивідуально-психологічні особливості, що відрізняють одну людину від іншої;

- тільки ті особливості, які мають відношення до успішності виконання діяльності або декількох діяльностей;

- здібності не зводяться до умінь, знань і навичок, але зумовлюють легкість і швидкість навчання новим способам і прийомам діяльності.

Інтелектуальні здібності – властивості інтелекту, що характеризують успішність інтелектуальної діяльності в тих або інших конкретних ситуаціях.

Інтелектуальні стилі – індивідуально-своєрідні способи постановки і вирішення проблем. Інтелект є загальною здібністю до пізнання.

Розрізняють *загальний інтелект* як здібність, що впливає на виконання будь-якої діяльності, виявляється в якості, швидкості і точності рішення розумових задач, в темпі і успішності навчання; *соціальний інтелект* – здібність, що визначає успішність оцінки прогнозування і розуміння поведінки людей.

2. Загальні інтелектуальні здібності

Інтелект – це певна здібність, що визначає загальну успішність пристосування людини до нових умов. Механізм інтелекту виявляється у рішенні задачі у внутрішньому розумовому плані при домінуванні ролі свідомості над несвідомим.

М. О. Холодна виділяє такі властивості інтелекту:

1) властивості рівнів, що характеризують досягнутий рівень розвитку окремих пізнавальних функцій, що лежить в основі психічних процесів (сенсорна відмінність, оперативна і довготривала пам'ять, об'єм і розподіл уваги, обізнаність);

2) комбінаторні властивості, що характеризують здібність до виявлення і формування різного роду зв'язків і відносин;

3) процесуальні властивості, що характеризують операціональний склад, прийоми і відображення інтелектуальної діяльності;

4) регуляторні властивості, що характеризують забезпечувані інтелектом ефекти координації, управління і контролю психічної активності.

3. Характеристика тестологічних підходів до інтелекту

Одними з перших учених, які почали вимірювати інтелект були *Ф. Гальтон* та *Б. Кеттелл*. Останній запропонував цілий ряд діагностичних процедур, які вимірювали гостроту зору, слуху, чутливості до болю, часу рухової реакції, надання переваги кольорам.

1905 рік став переломним у дослідженні інтелекту. У Франції почали розробляти об'єктивні процедури для дослідження розумово відсталих дітей. *Біне* та *Сімон* запропонували 30 звань (тестів) для вимірювання рівня розумового розвитку дитини.

У 1916 році американський вчений *Л. М. Термен* на основі тестів Біне-Сімона розробив новий набір тестів, що отримав назву шкали Стенфорд-Біне.

Поступово в тестології складаються дві прямо протилежні за своїми кінцевими теоретичними результатами лінії трактування природи інтелекту: одна була пов'язана з визнанням загального фактора інтелекту (Спірмен), інша із запереченням якої-небудь загальної основи інтелектуальної діяльності.

Однофакторний підхід до інтелекту (*К. Спірмен, Р. Б. Кеттелл, Дж. Равен, Д. Векслер, Ф. Вернон*).

Теорія інтелекту як єдиної здібності була розроблена К. Спірменом і базувалася на факті наявності позитивних кореляційних зв'язків між результатами виконання різних інтелектуальних тестів.

Багатофакторні теорії інтелекту (Л. Терстоун, Дж. Гілфорд, Р. Мейлі, Дж. Керрол).

Інтелект як певна кількість здібностей досліджувався у рамках теорії Л. Терстоуна. В результаті своїх досліджень інтелекту його вдалося виділити 10 групових факторів, 7 з яких були ним ідентифіковані і названі первинними розумовими здібностями: просторовий (здібність оперувати в умі просторовими відносинами), сприйняття (здібність деталізувати зорові образи), обчислювальний (здібність виконувати основні арифметичні дії), вербальне розуміння (здібність розкривати значення слів), побіжність мови (здібність швидко підбирати слова за заданим критерієм), пам'ять (здібність запам'ятовувати), логічне міркування (здібність виявляти закономірність у ряді букв, цифр, фігур).

4. Стійкість інтелектуальних вимірювань

Американськими вченими здійснено дослідження немовлят 12-18 місяців.

Ступінь взаємозв'язку між показниками тестів інтелекту, виконаних в різні вікові періоди, виявився залежним як від віку, в якому проводилося перше тестування, так і від величини часового інтервалу між вимірюваннями, що проводилося.

Протягом тільки шкільного періоду можлива зміна IQ в межах 50 балів. У 9% спостерігаються зміни в межах 30 балів, а в 58% в межах 15 балів.

5. Інтелект у структурі індивідуальних властивостей

Тривожність та інтелект. Ці два показники відображають енергетичний та інформаційний аспекти активності суб'єкта. За результатами дослідження Р. Кеттелла отримуємо в одних випадках тривожність та інтелект різноспрямовані (чим більше одне, тим менше інше), а в інших – рівноспрямовані.

Темперамент та інтелект. Отримані результати свідчать про взаємодію темпераменту та здібностей насамперед через характеристики активності – ергічності, пластичності і темпу.

Особистість та інтелект. Поняття інтелект починають розуміти за межами когнітивної сфери, розуміється у термінах багато чисельних здібностей, кожна з яких є важливою для адекватності та успішності у певній сфері життєдіяльності.

6. Спадковість і середовище у в детермінації інтелектуальних відмінностей

Одна з основних гіпотез: гени визначають величину діапазону, в якому може вимірюватися певна ознака індивіда. Для IQ цей діапазон коливається в межах 20-25 пунктів.

Як тільки якість середовища покращується, рівень IQ зростає до верхньої межі діапазону, і навпаки.

Конструкт «спадковість» визначається тією пропорцією у загальній варіативності ознаки, яка обумовлена генетичним впливом: показник спадковості $IQ = \text{варіативність, детермінована генотипом} / \text{загальна варіативність}$.

7. Критерії та ступені важкості розумової відсталості

У широкому смислі термін «розумова відсталість» означає яскраво виражену неповноцінність тих здібностей, наявність яких необхідна для виживання у певних культурних умовах. тому це напряду пов'язану з розвитком інтелекту.

Принциповим критерієм діагностики та класифікації розумової неповноцінності є психометричний коефіцієнт інтелекту. Розумово відсталіх ділять на ідіотів, імбецилів, дебілів та межових.

Серед найбільш поширених випадків клінічних різновидів неповноцінності можна назвати монголізм, церебральний параліч, мікроцефалію, кретинізм, гідроцефалію. Порівняно рідко зустрічаються фенілпіровічна агенція та амауротична ідіотія; причина цих захворювань криються у спадкових метаболічних порушеннях.

Завдання для самостійного опрацювання і закріплення матеріалу з теми

1. Що розуміють під інтелектом у психологічній науці?
2. Які основні функції інтелекту?
3. Як співвідносяться поняття «інтелект» і «мислення»?
4. Охарактеризуйте інтелект людини.
5. Яка роль інтелекту і мислення у розв'язанні завдань?
6. Що становить собою репрезентація в мисленні?
7. Як створюються репрезентації в мисленні?
8. Охарактеризуйте типи репрезентацій.
9. У чому виявляється евристика репрезентативності?
10. Як пояснюється евристика незвичайності?
11. Як розгортаються процеси формування репрезентації проблемної ситуації?
12. У чому різниці між продуктивним і репродуктивним мисленням? Яка в цьому роль інтелекту?
13. Яка роль інтуїції в мисленні?
14. Розкрийте сутність різних теорій інтелекту?
15. Яка вікова динаміка інтелекту?
16. У чому виявляється акселерація інтелекту?
17. Які гендерні, расові та соціальні особливості інтелекту?
18. Яким чином зовнішнє середовище впливає на вікову динаміку інтелекту?
19. У чому виявляються індивідуальні особливості інтелекту?

Змістовий модуль 5.
ЕМОЦІЙНО-ВОЛЬОВА СФЕРА ОСОБИСТОСТІ

Лекція 16.

ВОЛЯ. ВОЛЬОВА РЕГУЛЯЦІЯ ПОВЕДІНКИ

План

1. Поняття про волю та її функції.
2. Особливості вольової регуляції поведінки.
3. Характеристика вольової дії.
4. Вибір, як умова вольової дії.
5. Вольові якості особистості.

Ключові слова: воля, первинні (базальні) вольові якості, вторинні (системні) вольові якості, вольове зусилля, апраксія, абулія.

Key words: will, primary (basal) volitional qualities, secondary (systemic) volitional qualities, volitional effort, apraxia, abulia.

1. Поняття про волю та її функції

Дії класифікують на:

- 1) мимовільні, що виникають при неусвідомлених спонуканнях, мають імпульсивний характер, позбавлені чіткого плану (дії в стані афекту);
- 2) довільні, що передбачають усвідомлення цілі і наявність плану.

Вольова дія – це вольове зусилля з напруженою мобілізуючого характеру.

Воля – це психічний процес свідомої та цілеспрямованої регуляції людиною своєї діяльності та поведінки, що складається з довільних дій, пов'язаних із зусиллями, що потрібні для подолання перешкод на шляху до мети.

Функції волі:

- 1) Гальмування і стримування небажаних для особистості спонукань та дій.
- 2) Мобілізація, стимулювання активності (її посилення чи послаблення).
- 3) Спрямкування і реалізація активності у напрямку поставленої мети.

Фізіологічні основи волі включають в себе:

– діяльність рухових центрів, що знаходяться в лобних долях великих півкуль головного мозку і відповідають за регуляцію безпосередньо дій людини;

– роботу II сигнальної системи, яка забезпечує усвідомлення та регуляцію цільового та мотиваційного компонентів вольової дії;

– ряду складних умовнорефлекторних зв'язків, що виробляються під впливом набуття життєвого досвіду внаслідок соціалізації дитини.

2. Особливості вольової регуляції поведінки

Особливості вольової регуляції поведінки (В. О. Іванніков, 1980).

1) Вольова поведінка виникає при недостатній мотивації до необхідної дії – дитина бажає подивитися телевізор, коли потрібно зробити домашнє завдання.

2) Вольова дія побудована на розумінні необхідності виконання будь-чого для досягнення бажаного, причому необхідна дія ззовні не пов'язана з бажанням.

3) Воля – це довільне створення спонукання до дії.

3. Характеристика вольової дії

Структура вольової дії

Розглядають *просту й складну вольові дії* (акти).

При простому вольовому акті спонукання до дії безпосередньо переходить у дію. Досягнення мети здійснюється звичним способом.

Складна вольова дія передбачає кілька етапів:

1. Виникнення спонукань (поява недостатньо усвідомлених мотивів – потягів зробити щось).

2. Одночасне виникнення кількох бажань, як результату усвідомлення потягів.

3. Воління, коли виникає проблема вибору мети з кількох цілей.

4. Боротьба мотивів, які спонукають зробити взаємовиключні дії, з обдумуванням шляхів досягнення і доцільності того чи іншого вибору та врахуванням наслідків.

5. Прийняття рішення.

6. Створення плану реалізації та його виконання.

Перешкоди у виконанні бувають зовнішні (відсутність підручника) і внутрішні (прогалини в знаннях).

Вирізняють особливу вольову дію – вчинок.

Вчинок – це дія на досягнення суспільно значущої мети, акт моральної поведінки, регульований певними етичними нормами.

4. Вибір, як умова вольової дії

Важливою умовою вольової поведінки є усвідомлення свободи здійснення дії, яка можлива при наявності вибору. Якщо у людини є вибір, то це породжує відповідальність за прийняте рішення та його втілення.

У випадку, коли людина вимушена виконувати настанови та розпорядження інших, у неї виникає враження втрати індивідуальності та перетворення на маріонетку.

Рішення, самостійно прийняте людиною, виконується найбільш наполегливо, цілеспрямовано та продуктивно.

Здійснення вибору залежить від особистості, її характеру, можливостей, мотивів, рівня інформованості, здатності розбиратись у ситуаціях і передбачати їх вирішення, а також наслідки прийнятих рішень.

Можливість вибору забезпечує усвідомлення особистістю того, що вона сама визначає свою долю.

Ефективність поведінки в ситуаціях вибору залежить, по-перше, від здатності людини бачити різні альтернативи подій, а по-друге, від своєчасності прийняття рішення.

5. Вольові якості особистості

Коли способи здійснення вольових дій набувають стійкості, стабільності, повторюваності, вони перетворюються на вольові якості особистості, які можуть бути як позитивними, так і негативними.

Самостійність виявляється в тому, що людина визначає власні вчинки виходячи із своїх переконань, знань, а не під тиском інших людей.

Протилежна властивість – *залежність, навіюваність*.

Рішучість – це здатність своєчасно приймати правильні рішення.

Нерішучість – сумнів, перегляд уже прийнятих рішень.

Наполегливість – здатність до тривалого напруження енергії для подолання труднощів на шляху до мети. Наполегливість виявляється в ситуаціях неуспіху, коли потрібно неодноразово починати все спочатку.

Вперта людина не оцінює змін в ситуації, не орієнтується на інших, проявляє егоїзм.

Цілеспрямованість – здатність зберегти мету в умовах, що провокують її втрату чи підміну. Передбачає глибоку усвідомленість особистістю своїх завдань та їх значущості.

Витримка й самовладання – це вміння особистості примусити себе виконувати розумне рішення, незалежно від перешкод, підпорядковувати свою поведінку інтересам досягнення мети, не відволікатись на сторонні справи. Протилежні до *імпульсивності*.

Безвілля характеризується зниженням загальної активності людини, безініціативністю, неспроможністю докладати зусилля, доводити справи до кінця.

У випадку хворобливого безвілля його називають *абулією*.

Завдання для самостійного опрацювання і закріплення матеріалу з теми

1. Як розуміють вольові дії в психології?
2. Що означає поняття «воля»?
3. Назвіть основні функції волі.
4. Визначте особливості вольової регуляції поведінки (за В. О. Іванніковим).
5. Чим відрізняється проста вольова дія від складної?
6. Опишіть етапи складної вольової дії.
7. Що називається вчинком?
8. Чому вибір є умовою вольової дії?
9. Від чого залежить ефективність поведінки в ситуаціях вибору?
10. Назвіть вольові якості особистості.

Лекція 17.
ЕМОЦІЇ. ПОЧУТТЯ

План

1. Поняття про емоції, їх властивості.
2. Функції емоцій.
3. Класифікація емоцій.
4. Вищі почуття.
5. Форми переживання почуттів.

Ключові слова: емоції, амбівалентність, афект, настрій, стрес, фрустрація, почуття, сенічні почуття, астеничні почуття, інтелектуальні почуття, практичні почуття, моральні почуття.

Key words: emotions, ambivalence, affect, mood, stress, frustration, feelings, sthenic feelings, asthenic feelings, intellectual feelings, practical feelings, moral feelings.

1. Поняття про емоції, їх властивості

Емоції – психічне відображення у формі безпосереднього пристрасного переживання людиною життєвого сенсу явищ та ситуацій, що зумовлене відношенням їх об'єктивних властивостей до потреб людини.

Існують такі погляди на співвідношення понять емоцій і почуттів:

- вони є синонімами (С. Л. Рубінштейн);
- почуття – ширше поняття, а емоція лише прояв почуттів (А. В. Петровський Г. С. Костюк).

Емоції відзначаються наступними властивостями.

Якість – це конкретний зміст переживання, який людина розрізняє із іншими переживаннями. Насамперед, ми розрізняємо приємні і неприємні емоції. Серед приємних – радість, захоплення, піднесення тощо; серед неприємних – сум, горе, тривогу, страх тощо.

Полярність – наявність у кожного переживання протилежного за якістю, тобто переживання утворюють між собою антонімічні пари (любов – ненависть; радість – горе).

Амбівалентність – поєднання у складному почутті елементів полярних переживань (ревності — це водночас і любов, і ненависть).

Інтенсивність – це сила почуття.

Тривалість – характеристика стійкості емоцій, періоду їх незмінності в часі (тривалі чи нетривалі).

Рефлекторна природа – емоції виникають під впливом зовнішніх подразників.

Фізіологічним механізмом емоцій є діяльність підкоркових нервових центрів – гіпоталамусу, лімбічної системи, ретикулярної формації.

2. Функції емоцій

Основними функціями емоцій є оцінка, спонукання до діяльності, стереотипне розв'язання ситуацій, організація діяльності, вплив на пізнавальні й органічні процеси.

Оцінка за допомогою емоцій

Емоції миттєво сигналізують суб'єкту про значення навколишніх явищ, предметів для життєдіяльності.

Емоції спонукають до діяльності у певному напрямку. Вся мотивація відкривається людині у вигляді переживань (бажання, потяги, прагнення).

Емоції у функції стереотипного розв'язання ситуацій мають місце в умовах несподіваного ризику, коли потрібне негайне реагування задля збереження життя, здоров'я тощо (страх – спонукає до втечі, гнів – до агресії).

Функція організації діяльності полягає у тому, що позитивні емоції середньої сили підвищують ефективність діяльності, а негативні – знижують.

Емоції помітно впливають на пізнавальні процеси людини.

Так, емоційно насичену інформацію учень краще осмислює, запам'ятовує, використовує. За допомогою емоцій людина передбачає розгортання подій у певному напрямку, вона очікує приємних чи неприємних для себе ситуацій.

3. Класифікація емоцій

В основі поділу емоцій на види можуть бути різні *ознаки*:

- модальність (позитивні – негативні, приємні – неприємні, задоволення – незадоволення);
- інтенсивність (слабкі й сильні);
- тривалість (тривалі, нетривалі);
- глибина (глибокі, поверхневі);
- усвідомленість (усвідомлювані, неусвідомлювані);
- функції;
- вплив на організм (стенічні й астеничні);
- зміст (моральні, праксичні, естетичні, інтелектуальні). Іноді їх називають вищими почуттями;
- стабільність.

Вирізняють *переживання*, що відображають *ситуативне* або *узагальнене ставлення до об'єкту*. Перші залежать від умов діяльності, супроводжують її (емоції), а другі відповідають потребам, установкам людини, є незмінними від ситуації до ситуації (почуття).

4. Вищі почуття

Вищі почуття поділяють на:

Моральні почуття відображають стійке ставлення людини до інших та до себе, до суспільних явищ і норм (любов, заздрість, відповідальність, совість, чемність).

Естетичні – відображають ставлення особистості до явищ прекрасного та потворного (насолада, захопленість, огида). Почуття прекрасного викликають гармонія побудови, звучання, рухів, симетрія, пропорційність у явищах природи, предметах побуту й мистецтва.

Практичні – це переживання людиною свого ставлення до різних видів діяльності (радість успіху, сумління, натхнення). Іноді їх об'єднують з моральними, оскільки діяльність є також соціальним явищем.

Інтелектуальні – відображають ставлення особистості до пізнавальної діяльності (сумнів, здивування, впевненість, інтерес). Виконують важливу роль у навчанні та в науковій діяльності.

Завдання для самостійного опрацювання і закріплення матеріалу з теми

1. Як співвідносяться поняття емоції та почуття?
2. Назвіть властивості емоцій.
3. Визначте функції емоцій.
4. Опишіть класифікацію емоцій.
5. Які почуття називають вищими?
6. Назвіть форми переживання почуттів.

Лекція 18.

АДАПТАЦІЯ ЛЮДИНИ І ФУНКЦІОНАЛЬНИЙ СТАН ОРГАНІЗМУ

План

1. Поняття про адаптацію людини.
2. Особливості взаємодії людини з навколишнім середовищем.
3. Поняття психічного стану.
4. Класифікації психічних станів.

Ключові слова: гомеостаз, адаптація, психічний стан, психофізіологічний стан, адаптаційний бар'єр, монотонія, «емоційне вигорання».

Key words: homeostasis, adaptation, mental state, psychophysiological state, adaptation barrier, monotony, «emotional burnout».

1. Поняття про адаптацію людини

Адаптація (лат. *adaptatio*, від *adapto* – пристосовую) – процес пристосування об'єкта (адаптаціогенез); стан пристосованості об'єкта (результат адаптаціогенезу); дія, спрямована на об'єкт з метою його пристосування до визначених вимог, пристосування об'єкта до використання в конкретних умовах.

Поняття «адаптація» виникло:

1. В психологічні науки
2. В біології
3. В соціологічні науки

Адаптація в біології – процес і результат підвищення стійкості (надійності, пристосованості, толерантності) біологічного об'єкта до дії стресорів, чинників, рівень дози яких перевищує граничне значення стійкості конкретної біологічної системи.

В українській науці значна увага приділяється вивченню фізіолого-біохімічних основ адаптації організму людини до дії різноманітних подразників (М. Амосов, Я. Бендет, М. Калинський, Т. Коляда та ін.).

Українські вчені також здійснили вагомі теоретичні й експериментальні дослідження адаптації у рослин (Д. Гродзинський, В. Петрушенко та ін.).

Досягнення українських вчених у дослідженні закономірностей адаптації досить вагомі і в галузі спортивної медицини, зокрема при розробці теоретичних та практичних основ процесу спортивного тренування (В. Бальсевич, В. Запорожанов, В. Друзь та ін.).

Офтальмологічна адаптація (зорова адаптація). Полягає в регулюванні зіницею світлового потоку, який надходить в око за різноманітних умов освітлення.

Психофізіологічна адаптація – послаблення реакції рецепторів у відповідь на постійну дію чинників.

2. Особливості взаємодії людини з навколишнім середовищем

Навколишнє середовище (довкілля) – це частина природи, що оточує людину, підтримує її існування, створює умови для діяльності й суспільних відносин, безпосередньо впливає на її життя і здоров'я.

Навколишнє середовище складається з двох взаємозалежних частин: *природної і штучної*.

Енвайронментологія (від англ. *environment* – навколишнє середовище, довкілля). Ця наука має виражений прикладний (практичний) характер, а традиційна екологія є її теоретичною основою. Методологічними засадами енвайронментології слугують наукова теорія природокористування, вчення про охорону природи та сучасна концепція збалансованого розвитку природи й суспільства.

Перший, давній, період включає палеоліт, мезоліт і неоліт.

У *палеоліті* (від майже 2 млн. років до 30-35 тис. років тому) жили збирачі та перші мисливці – пітекантропи, синантропи, неандертальці та кроманьйонці.

У *мезоліті* (від 30 до 10 тис. років тому) до збирання та полювання людей додається рибальство, з'являються більш досконалі знаряддя з кісток, каміння, рогу, дерева (гачки, сітки, сокири, човни, глиняний посуд).

Неоліт (8-4 тис. років тому) відзначається появою землеробства, скотарства, свердлування, шліфування, перших будинків, святилищ.

Саме в *першому, давньому, періоді* виникла перша глобальна екологічна криза в усіх регіонах розселення людей.

Другий період – рабовласницький лад і феодалізм. У цей період інтенсивно розвивається землеробство, скотарство, виникають ремесла,

розширюється будівництво сіл, міст, фортець. Людство своєю діяльністю починає завдавати природі відчутної шкоди, особливо після виникнення та розвитку хімії та одержання перших кислот, пороху, фарб, мідного купоросу.

Третій період (XVIII ст. – перша половина XX ст.) – час бурхливого розвитку фізики, техніки, винайдення парового та електричного двигунів, атомної енергії. Це – період активного розвитку локальних і регіональних екологічних криз, протистояння природи та людського суспільства, страшних за своїми екологічними наслідками світових воєн, хижацької експлуатації всіх природних ресурсів.

Четвертий період (останні 40-50 років) характеризується розвитком глобальної екологічної кризи, виникненням і посиленням парникового ефекту, появою озонової дірки та кислотних дощів, суперіндустріалізацією, супермілітаризацією, суперхімізацією, суперспоживанням і суперзабрудненням усіх геосфер.

Екологічна криза екосфери планети в останній, четвертий, період розвивалася нерівномірно.

Тривалість умовно можна поділити на три етапи:

- Перший етап (1945-1970 рр.)
- Другий етап (1970-1980 рр.)
- Третій етап (з 1980 р. до теперішнього часу)

3. Поняття психічного стану

Психічний стан – наявний на даний час відносно стійкий рівень психічної діяльності, що проявляється в підвищеній або пониженій активності особистості.

Психічний стан – психологічна характеристика людини, що відображає її тривалі, статичні душевні переживання.

Види психічних станів:

- вплив на особистість (позитивні і негативні, стенічні й астеничні);
- переважні форми психіки (емоційні, вольові, інтелектуальні);
- глибина (глибокі, поверхневі);
- час протікання (короткочасні, тривалі та ін.);
- ступінь усвідомленості.

Психічні стани: стрес, настрій, афект, страх, гнів, сором, фрустрація, радість, агресія та ін.

Основні поняття і ключові слова: психічні стани, види психічних станів.

Стрес (пер. з англ. *stress* – напруга) – система реакцій організму у відповідь на будь-яку висунуту до нього вимогу.

Характеристика стресорів:

Стресор – фактор, який викликає стан стресу.

Ресурси – це такі речі, особистісні характеристики, умови, джерела енергії, які ми цінімо, бережемо, яких дотримуємося.

Фази стресу:

- фаза тривоги. Мобілізація організму для зустрічі з загрозою.

– фаза опору. Організм намагається опиратися загрозі, або справлятися з нею.

– фаза виснаження. Якщо дія стресу продовжується і людина не спроможна адаптуватися, це може виснажити ресурси тіла.

4. Класифікації психічних станів

Психічні стани – це цілісні характеристики психічної діяльності за певний період часу.

Три загальні виміри психічного стану: мотиваційно-спонукальний, емоційно-оцінний і активаційно-енергетичний.

За суто психологічними ознаками стани бувають: інтелектуальні, емоційні, вольові й комбіновані.

Психічні стани можна класифікувати як вияви психічних процесів:

- стани емоційні – настрої, афекти, тривога тощо;
- стани вольові – рішучість, розгубленість та ін.;
- стани пізнавальні – зосередженість, замисленість тощо.

Психічні стани розрізняють за *глибиною і тривалістю*.

З практичною метою виокремлюють стани: миттєві (нестійкі), довготривалі і навіть хронічні, або оперативні, поточні та перманентні.

Завдання для самостійного опрацювання і закріплення матеріалу з теми

1. Вкажіть українських науковців, які приділяли увагу вивченню фізіолого-біохімічних основ адаптації організму людини до дії різноманітних подразників.
2. Розкрийте особливості взаємодії людини з навколишнім середовищем.
3. Охарактеризуйте фази стресу.
4. Охарактеризуйте класифікації психічних станів.
5. Які стани виокремлюють за практичною метою?

Лекція 19.

ЕМОЦІЙНИЙ СТРЕС І РЕГУЛЯЦІЯ ЕМОЦІЙНИХ СТАНІВ

План

1. Поняття про емоційний стрес.
2. Стрес як неспецифічна реакція організму.
3. Класифікація тривоги. Індивідуальні особливості і прояви стресу.
4. Регуляція емоційних станів.

Ключові слова: стрес, дистрес, конфлікт, стресовий стан, емоційний стрес, тривога.

Key words: stress, distress, conflict, stressful state, emotional stress, anxiety.

1. Поняття про емоційний стрес

Емоційні стани, які формуються в людини, коли вона стикається з реальними психологічно важкими ситуаціями або вважає їх психологічно важкими чи нерозв'язними.

Чому саме негативні стрес-фактори є запорукою успішної адаптації?

Ціль емоційного стресу, як і фізичного, – адаптувати організм до дії стресора. Негативні емоції мобілізують організм на задоволення провідних біологічних і соціальних потреб та уникнення пошкоджуючих впливів.

Позитивні ситуації також можуть стати важким емоційним стресором, тому що вони пов'язані із руйнуванням звичних стереотипів, з можливою неспроможністю, з потребою нових зусиль і т. ін.

Ситуації, у яких суб'єкти довгостроково або гостро обмежуються (кимось або чимось) у задоволенні виражених біологічних чи соціальних потреб, одержали назву конфліктних ситуацій. Фактор стає стресором, якщо виникає «конфлікт» між вимогами самого фактору та неспроможністю фізичних та психологічних ресурсів індивідуума забезпечити досягнення соціально або біологічно значимих потрібних результатів.

2. Стрес як неспецифічна реакція організму

Чотири структури емоціогенних зон мозку:

- гіпоталамус є тригером, який за будь-якого виду стресу «запускає» діяльність структур мозку, необхідних для реалізації домінуючої мотивації;
- фронтальні структури кори: задіяні у визначенні зовнішніх подій, що мають високий ступінь ймовірності та оцінці можливостей задоволення потреб;
- гіпокамп: визначає події з низькою ймовірністю, невизначеністю, при цьому «наростає ступінь емоційної напруги»;
- мигдалеподібне тіло: оцінка конкуруючих мотивацій та виділення домінуючої потреби згідно попереднього життєвого досвіду.

На *ендогенний* сигнал (гуморальні й нервові стимули, що надходять із організму) реагує *гіпоталамус*.

На *зовнішній емоційний (інформаційний) стресор* реагує кора мозку надає сигнал гіпоталамусу – охоплюються лімбічні структури мозку

Адекватна реакція – це стан, який забезпечує максимальне пристосування індивідуума до нових умов життєдіяльності, до психогенного «тиску», до інформаційних перевантажень і т. п.;

Тривале гіперзбудження стрес-системи при дії дуже сильних стресорів характеризується хронічною активацією гіпоталамо-гіпофізарно-адреналової осі й симпатичної нервової системи та може призводити до меланхолійної депресії, головними симптомами якої є тривога, пригнічення харчових і сексуальних реакцій, гіпертензія, тахікардія;

При *гіпореакції* організм не може адекватно реагувати і змінювати свою поведінку й вегетативні функції відповідно до «вимог» стресора. У людей зі «слабким типом нервової діяльності» при дії емоційних стресорів частіше виникають «стресорні» хвороби, або «психосоматичні розлади».

Основні обставини стрес-реакції:

1. Особливостей функціонування ланок стрес-системи й стрес-лімітуючих систем і ступенем їх активації під впливом стресора. Ці процеси детерміновані генетично, однак можуть змінюватися в процесі життєдіяльності.

2. Придбаних індивідуально протягом життя особливостей: стан здоров'я в момент дії стресора та індивідуальний досвід (історія життя), що визначає значимість стресора.

3. Інтенсивністю стресора (силою й тривалістю його дії).

При високій стійкості у відповідь на слабкий стресор або виникає слабка стрес-реакція, або не виникає взагалі; на сильний стресор з'являється помірна стрес-реакція, що не викликає ушкоджень.

При низькій стійкості слабкий стресор викликає помірну стрес-реакцію, що не призводить до ушкоджень; на сильний стресор виникає стрес-реакція, яка може привести до ушкоджень.

3. Класифікація тривоги. Індивідуальні особливості і прояви стрес

Тривога – це важлива емоція, яка попереджує нас про небезпеку і мобілізує до відповідних дій. У нашому мозку функціонує комплексна система тривоги.

Ознаки тривожного розладу:

- 1) відчуття скутості та напруги;
- 2) неможливість сконцентруватися;
- 3) підвищена стомлюваність;
- 4) проблеми з засипанням;
- 5) періодично виникаюче або постійне відчуття тривоги і занепокоєння з будь-якого приводу;
- 6) поверхневий неглибокий сон;
- 7) різного роду страхи.

Тривожні розлади – це занепокоєння з приводу переїзду, зміни роботи або складання іспиту – це нормально.

Види тривожних розладів:

- панічне – повторювані раптові напади паніки;
- фобія – надмірний страх перед певним об'єктом, ситуацією, діяльністю;
- соціальний тривожний розлад – сильний страх засудження іншими в ситуаціях соціальної взаємодії;
- obsесивно-компульсивний розлад – повторювані ірраціональні тривожні думки, які змушують людину виконувати певні, повторювані дії з метою позбутися дискомфорту;
- тривожний розлад розлуки – страх опинитися далеко від дому або близьких;
- тривожно-іпохондричний синдром – хворобливе занепокоєння станом свого здоров'я;

– посттравматичний стресовий розлад (ПТСР) – постійний тривожний стан після травматичної події.

До симптомів тривожності загального характеру відносяться:

- прискорення серцевого ритму;
- прискорене дихання;
- почуття занепокоєння;
- проблеми з концентрацією уваги;
- труднощі з засинанням.

Панічна атака – почуття непереборної тривоги, занепокоєння, безпричинного страху, паніки. У багатьох людей остання наростає у міру наближення стресової події.

Найпоширеніші симптоми панічної атаки включають в себе:

- слабкість;
- запаморочення;
- задишка;
- сухість у роті;
- пітливість;
- побоювання та занепокоєння;
- побоювання та занепокоєння;
- паніка;
- горе;
- безпричинний страх;
- оніміння або поколювання в різних частинах тіла;
- страх смерті.

4. Регуляція емоційних станів

Як зняти тривогу і почуття страху природними методами

- здоровий сон в достатній кількості;
- медитація;
- фізична активність і спорт;
- здорове харчування;
- відмова від алкоголю і кофеїну;
- відмова від куріння.

Симптоми тривожного розладу у дітей:

- нервозність;
- дратівливість;
- безсоння;
- почуття страху;
- сором;
- бажання ізоляції.

Як позбутись тривожності у дітей

Для лікування найменших пацієнтів використовується когнітивно-поведінкова терапія (КПТ) та, у деяких випадках, медикаменти.

Тривожність у підлітків

Найпоширеніші методи лікування тривожності у підлітків – це розмовна психотерапія і прийом медикаментів. Вони додатково допомагають усунути симптоми депресії.

Тривожність і стрес

Стрес і тривога – дві сторони однієї медалі. *Стрес* – результат навантаження на мозок або тіло. Він супроводжує хвилюючу подію або діяльність.

Ознаки стресу тривоги:

- гловний біль;
- біль в шлунку;
- прискорене серцебиття та / або дихання;
- пітливість;
- запаморочення;
- нервозність;
- м'язова напруга;
- паніка;
- дратівливість;
- труднощі з концентрацією уваги;
- безпричинний гнів;
- хвилювання;
- порушення сну;

Тривожність і алкоголь

Деякі приходять до вирішення проблеми за допомогою алкоголю.

По-перше, алкоголь виснажує запаси магнію та вітамінів групи.

По-друге, деякі люди з тривожними розладами схильні до зловживання алкоголем або іншими психоактивними речовинами.

Людям, які страждають від алкогольної чи наркотичної залежностей, варто в першу чергу вирішити ці проблеми. Тоді лікування тривожності призведе до кращих результатів.

Як зняти тривогу і почуття страху за допомогою харчування

Медикаментозне лікування та розмовна психотерапія – стандарт лікування в разі наявності проблем з незрозумілою тривогою. Повноцінний сон і регулярні фізичні вправи теж допомагають поліпшити стан.

Продукти для зниження тривожності:

- лосось;
- ромашка;
- куркума;
- темний шоколад;
- йогурт;
- зелений чай.

**Завдання для самостійного опрацювання
і закріплення матеріалу з теми**

1. Яка динаміка розвитку стресу?
2. Що таке іррадіація стресу?
3. Які існують способи зниження хвилювання і тривоги?
4. Як стрес впливає на мотивацію діяльності?
5. Стрес – невід’ємна частина життя, але як його можна уникнути?

**Змістовий модуль 6.
ІНДИВІДУАЛЬНО-ТИПОЛОГІЧНІ ВЛАСТИВОСТІ ЛЮДИНИ**

Лекція 20.

**ТЕМПЕРАМЕНТ ЯК ОДНА З БАЗОВИХ ПСИХІЧНИХ ВЛАСТИВОСТЕЙ
ОСОБИСТОСТІ**

План

1. Поняття про темперамент.
2. Темперамент як властивість особистості.
3. Короткий огляд учень про темперамент.
4. Фізіологічні основи темпераменту.

Ключові слова: темперамент, холеричний темперамент, сангвіністичний темперамент, меланхолійний темперамент, флегматичний темперамент, пластичність, сензитивність, екстраверсія, інтраверсія, лабільність, ригідність.

Key words: temperament, choleric temperament, sanguine temperament, melancholic temperament, phlegmatic temperament, plasticity, sensitivity, extraversion, introversion, lability, rigidity.

1. Поняття про темперамент

Темперамент (лат. *temperamentum*) – вроджена стійка властивість людської психіки, одна з найважливіших структурних одиниць психодинамічної організації психічної діяльності, що визначає реакцію людини на інших людей та на події, що з нею відбуваються.

Темперамент – сукупність індивідуальних особливостей, що характеризують динамічну й емоційну сторони поведінки людини, її діяльності і спілкування.

Типи темпераменту:

1. Холерик – сильний тип темпераменту, що виявляється в загальній рухливості і здатності віддаватися справі з винятковою пристрасністю, в бурхливих емоціях, різких змінах настрою, неврівноваженості.

2. Сангвінік – сильний тип темпераменту, що характеризується рухливістю, високою психічною активністю, різноманітністю міміки, чуйністю і товариськістю, урівноваженістю.

3. Флегматик – сильний тип темпераменту, пов'язаний з повільністю, інертністю, стійкістю в прагненнях і настрої, слабким зовнішнім вираженням емоцій, низьким рівнем психічної активності.

4. Меланхолік – слабкий тип темпераменту, якому властиві сповільненість рухів, стриманість моторики і мови, низький рівень психічної активності, легка ранимість, схильність глибоко переживати навіть незначні події, переважання негативних емоцій, сензитивність.

2. Темперамент як властивість особистості

Характери темпераменту:

Сензитивність – особливість людини, що виявляється у виникненні чутливості (психічної реакції);

Реактивність – особливість людини, пов'язана з силою емоційної реакції на зовнішні і внутрішні подразники;

Активність – здатність людини, що полягає в подоланні зовнішніх і внутрішніх обмежень у виробництві, в суспільно значимих перетвореннях, у привласненні багатств, засвоєнні духовної культури;

Темп реакцій – особливість людини, що полягає у швидкості протікання психічних процесів, а певною мірою і психічних станів;

Пластичність-ригідність – особливості людини гнучко і легко пристосовуватися до нових умов;

Екстраверсія-інтроверсія – особливості людини, що виражаються в переважній спрямованості активності особистості або зовні (на світ зовнішніх об'єктів: навколишніх людей, подій, предметів), або всередину (на явища власного суб'єктивного світу, на свої переживання і думки).

Темперамент, будучи природженим, є базою більшості властивостей особистості. Але він визначає лише динаміку їх вияву (вразливість, емоційність, імпульсивність, тривожність).

Вразливість – властивість людини, що характеризує ступінь впливу різних подразників, час збереження їх в пам'яті і силу реакції у відповідь на цей вплив.

Емоційність – властивість, виражена у швидкості, змісті, якості, глибині, динаміці емоційних процесів і станів.

Імпульсивність – властивість, що полягає у схильності людини діяти за першим спонуканням, спонтанно, під впливом зовнішніх впливів або емоцій, що раптово наринають.

Тривожність – підвищена схильність людини відчувати неспокій у будь-яких ситуаціях життя, в тому числі і таких, що не призводять до цього.

Властивості темпераменту:

Сензитивність – міра чутливості до явищ дійсності, що стосуються особистості. Незадоволення потреб, конфлікти, соціальні події в одних людей викликають яскраві реакції, страждання, а інші ставляться до них спокійно, байдуже.

Реактивність – це особливості реакції особистості на подразники, що виявляються в темпі, силі та формі відповіді, а найяскравіше – в емоційній

вразливості, і відображуються на ставленні особистості до навколишньої дійсності та до самої себе.

Пластичність виявляється у швидкому пристосуванні до обставин, що змінюються.

Ригідність – особливість, протилежна пластичності, складність або нездатність перебудовуватися при виконанні завдань, якщо цього потребують обставини.

Резистентність – міра здатності опиратися негативним або несприятливим обставинам.

Екстравертованість та інтровертованість – спрямованість реакцій та діяльності особистості назовні, на інших (екстравертованість) або на саму себе, на свої внутрішні стани, переживання, уявлення (інтровертованість).

3. Короткий огляд учень про темперамент

Сила гальмування Родоначальники вчення про темперамент – Гіппократ (V ст. до н.е.) та Гален (II ст. до н.е.) створили гуморальну теорію темпераменту.

Основні види темпераменту за Гіппократом:

- сангвінік;
- холерик;
- флегматик;
- меланхолік.

Вчення Павлова про темперамент.

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

Сила збудження відбиває працездатність нервової клітки. Вона виявляється у функціональній витривалості, тобто в здатності витримувати тривале або короткочасне, але сильне збудження, не переходячи при цьому в протилежний стан гальмування розуміється як функціональна працездатність нервової системи при реалізації гальмування і виявляється в здатності до утворення різних гальмувальних умовних реакцій, таких, як згасання і диференціювання.

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

Рухливість нервових процесів – виявляється у швидкості переходу одного нервового процесу в інший.

Інертність – протилежність рухливості.

Типи темпераменту (Павлов):

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

4. Фізіологічні основи темпераменту

Види нервових процесів:

Сила збудження відображає працездатність нервової клітини. Вона проявляється в функціональній витривалості.

Сила гальмування – це функціональна працездатність нервової системи при реалізації гальмування.

Рухливість нервових процесів виявляється в швидкості переходу одного нервового процесу в інший, в здатності до зміни поведінки у відповідності із зміною Протилежністю до рухливості є інертність нервових процесів. Нервова

Протилежністю до рухливості є *інертність* нервових процесів. Нервова система тим більше інертна, чим більше часу і зусиль потрібно, щоб перейти від одного процесу до іншого.

Тип нервової системи – це поняття, яким оперує фізіолог, психолог користується терміном *темперамент*.

Завдання для самостійного опрацювання і закріплення матеріалу з теми

1. Якими властивостями перебігу психічної діяльності характеризується темперамент?
2. Які поєднання властивостей вищої нервової діяльності І. Павлов зробив засадовими стосовно поділу темпераментів на типи?
3. У чому виявляються особливості поведінки екстраверта?
4. У чому виявляються особливості поведінки інтроверта?
5. Як темперамент позначається на формуванні рис особистості?
6. У чому полягає вихованість темпераменту?
7. Яку роль у діяльності фахівця в системі суб'єкт-суб'єктні стосунки відіграє знання темпераменту людини?
8. У чому може виявлятися врахування вчителем, особливостей темпераменту об'єкта своєї діяльності?
9. У чому полягає вихованість темпераменту?
10. Які поєднання рис типів темпераменту зустрічаються найчастіше? Чим це можна пояснити психологічно?

Лекція 21.

ХАРАКТЕР ЯК ОДНА З БАЗОВИХ ПСИХІЧНИХ ВЛАСТИВОСТЕЙ ОСОБИСТОСТІ

План

1. Поняття про характер. Визначення характеру.
2. Особливості характеру як психічного феномена.
3. Характер як прижиттєве утворення.
4. Теоретичні й експериментальні підходи до дослідження характеру.

Ключові слова: характер, структура характеру, риси характеру, типи

характеру.

Key words: character, character structure, character traits, character types.

1. Поняття про характер. Визначення характеру

Характер – це сукупність відносно стійких індивідуально-своєрідних властивостей особистості, які виявляються у поведінці, діяльності й ставленні до людей, колективу, до себе, речей, праці тощо.

Риса характеру – це звична, стійка, повторювана форма реагування, поведінки чи ставлення.

Компоненти характеру: позиційні й загальні. До *позиційних* компонентів належать спрямованість, переконання, розум, почуття, воля й темперамент. **Загальні** компоненти інтегрують позиційні компоненти в різних варіаціях і співвідношеннях. До них належать повнота, цілісність, визначеність і сила характеру.

Спрямованість характеру виявляється у вибіркового позитивному чи негативному оцінному ставленні особистості до праці, речей, колективу, вчинків і діяльності людей і до самої себе.

У структурі характеру виокремлюють такі його компоненти:

- спрямованість;
- переконання;
- розумові риси;
- емоції;
- волю;
- темперамент;
- повноту;
- цілісність;
- визначеність;
- силу.

2. Особливості характеру як психічного феномена

Характер є прижиттєвим утворенням і може трансформуватися протягом всього життя. Формування характеру тісно пов'язано з думками, почуттями і прагненнями людини.

У рамках культурно-антропологічного напрямку розробляються поняття соціального і індивідуального характеру. Першим, хто спробував розмежувати ці поняття між собою, був Еріх Фромм.

Як писав Фромм, «індивідуальний характер – це те, завдяки чому люди що належать одній і тій же культурі, відрізняються один від одного».

С. Рубінштейн зазначав, що «характер виражається в спрямованості особистості, її установках і значущих відносинах, які регулюють і контролюють всі прояви людини».

Соціальний характер, на думку В. Куніцин це сукупність істотних ознак, властивих певній групі людей і є продуктом суспільного розвитку».

3. Характер як прижиттєве утворення

Виступаючи як прижиттєве утворення людини, характер визначається і формується протягом цього життя людини.

Риси характеру не є спадковими і не проявляються від народження, а також не є постійною і незмінною властивістю. Характер – прижиттєве утворення. Він формується і розвивається під впливом оточення, життєвого досвіду людини, її виховання.

Існують певні вікові особливості формування характеру. Вже в переддошкільному, а тим більше – у дошкільному віці змальовуються перші контури характеру.

Провідною діяльністю дитини-дошкільника є гра. У ігровій діяльності, особливо в колективних сюжетних іграх «з правилами», починає формуватися характер дошкільника, зокрема, такі його риси, як товариство і колективізм, наполегливість, сміливість, витримка, ініціативність.

Уже в дошкільному віці характер виробляється і в процесі безпосереднього засвоєння моральних норм і вимог, правил і навичок громадської, культурної поведінки.

У віці 6–7 років у дітей вже виявляється значна стійкість «гальмівного контролю» своєї поведінки, тоді як дитині 3–4 років такий контроль ще недоступний.

Зі вступом до школи починається новий етап у формуванні характеру дитини – шкільне навчання висуває нові вимоги. Молодший школяр уперше стикається з рядом суворих правил і шкільних обов'язків, що визначають усю його поведінку в школі, удома, в громадських місцях.

Особливого розвитку риси характеру отримують у підлітків.

Важливу роль у розвитку його характеру відіграє свідоме ставлення до дійсності, до навчання як основного його обов'язку, до самого себе.

4. Теоретичні й експериментальні підходи до дослідження характеру

Спроби побудови типології характерів неодноразово робилися упродовж усієї історії психології. Одна з найбільш відомих і ранніх була запропонована німецьким психіатром і психологом Е. Кречмером (початок ХХ ст.). Дещо пізніше аналогічну спробу зробив його американський колега У. Шелдон, а в наші дні – К. Леонгард, А. Личко, Е. Фромм і низка інших учених.

Усі типології характерів, як правило, виходять з ряду загальних ідей.

1. Характер людини формується в онтогенезі відносно рано і протягом життя проявляє себе як більш-менш стійке особистісне утворення.

2. Поєднання особистісних рис, які входять в характер людини, не є випадковими.

3. Велика частина людей відповідно до своїх основних рис характеру може бути розподілена на типові групи.

Кречмером було проведено багато вимірів частин тіла різних людей, що дозволило виділити 4 конституційні типи:

1. Лептосоматик (чи астеник) – людина з тендітною статурою, високим зростом, пласкою грудною кліткою, вузькими плечима і довгими та худими нижніми кінцівками.

2. Пікнік – людина з вираженою жировою тканиною, надмірно огрядна, малого або середнього зросту, тулубом, з великим животом і круглою головою на короткій шії.

3. Атлетик – людина з розвиненою мускулатурою, міцною статурою, високого або середнього зросту, з широкими плечима та вузькими стегнами.

4. Диспластик – люди з безформною, неправильною будовою. Індивіди цього типу характеризуються різними деформаціями статури, наприклад, надмірне зростання, непропорційна статура.

На думку К. Леонгарда, в оцінці стилів спілкування можна виділити певні типи акцентуації. У класифікацію, запропоновану К. Леонгардом, входять:

1. Гіпертимний тип. Його характеризує надзвичайна контактність, балакучість, вираженість жестів, міміки, пантоміміки. Така людина часто спонтанно відхиляється від первинної теми розмови.

2. Дистимний тип. Його характеризує низька контактність, небагатослівність, домінуючий песимістичний настрій. Такі люди є зазвичай домосідами, обтяжуються шумним товариством, рідко вступають в конфлікти з оточенням.

3. Циклоїдний тип. Йому властиві досить часті періодичні зміни настрою, унаслідок чого так само часто змінюється манера спілкування з оточенням.

4. Збудливий тип. Цьому типу властива низька контактність в спілкуванні, сповільненість вербальних і невербальних реакцій. Нерідко такі люди занудливі і похмурі, схильні до хамства і лайки.

5. Застраючий тип. Його характеризує помірна товариськість, занудливість, схильність до моралей, неговіркість. У конфліктах така людина зазвичай виступає ініціатором, активною стороною.

6. Педантичний тип. Людина з акцентуацією такого типу рідко вступає в конфлікти, виступаючи в них швидше пасивною, ніж активною стороною. На службі вона поводить як бюрократ, вибуває оточенню багато формальних вимог.

7. Тривожний тип. Людям з акцентуацією цього типу властиві: низька контактність, боязкість, невпевненість у собі, мінорний настрій. Вони рідко вступають у конфлікти з оточенням.

8. Емотивний тип. Ці люди віддають перевагу спілкуванню у вузькому колі обраних, з якими встановлені хороші контакти, яких вони розуміють «з півслова». Рідко самі вступають в конфлікти, граючи в них пасивну роль.

9. Демонстративний тип. Цей тип акцентуації характеризується легкістю встановлення контактів, прагненням до лідерства, жаданням влади і похвали. Така людина демонструє високу пристосовність до людей і в той же час схильність до інтриг (при зовнішній м'якості манери спілкування).

10. Екзальтований тип. Йому властиві висока контактність, балакучість, влюбливість. Такі люди часто сперечаються, але не доводять справу до відкритих конфліктів.

11. Екстравертований тип. Такі люди відрізняються високою контактністю, у них багато друзів, знайомих, вони балакучі, відкриті для будь-якої інформації, рідко вступають в конфлікти з оточенням і зазвичай грають в них пасивну роль.

12. Інтровертований тип. Його характеризує дуже низька контактність, замкненість, відірваність від реальності, схильність до філософствування. Такі люди люблять самотність.

Класифікація акцентуації характерів у підлітків, яку запропонував А. Личко, виглядає таким чином:

1. Гіпертимний тип. Підлітки цього типу відрізняються рухливістю, товариськістю, схильністю до пустощів.

2. Циклоїдний тип. Характеризується підвищеною дратівливістю і схильністю до апатії.

3. Лабільний тип. Цей тип характеризується великою мінливістю настрою, причому часто це непередбачуване.

4. Астеноневротичний тип. Цей тип характеризується підвищеною недовірливістю і примхливістю, стомлюваністю і дратівливістю.

5. Сензитивний тип. Йому властива підвищена чутливість до усього: до того, що приносить радість, і до того, що засмучує або лякає.

6. Психастеничний тип. Такі підлітки характеризуються прискореним і раннім інтелектуальним розвитком, схильністю до роздумів і міркувань, до самоаналізу і оцінок поведінки інших людей.

7. Шизоїдний тип. Найбільш суттєва риса цього типу – замкненість.

8. Епілептоїдний тип. Ці підлітки часто плачуть, ігнорують оточення, особливо в ранньому дитинстві.

9. Істероїдний тип. Головна риса цього типу – егоцентризм, жадання постійної уваги до власної особи.

10. Нестійкий тип. Його іноді невірно характеризують як тип слабовільної людини, що пливе за течією.

11. Конформний тип. Підлітки цього типу демонструють кон'юнктурне, а часто просто бездумне підпорядкування будь-яким авторитетам, більшості в групі.

Типологічна модель соціальних характерів Б. Братуся.

1. Егоцентричний. Визначається переважним прагненням лише до власної зручності, вигоди і престижу.

2. Групоцентричний. Людина ідентифікує себе з якоюсь групою, і її ставлення до інших людей залежить від того, чи входять вони в цю групу, чи ні.

3. Просоціальний або гуманістичний визначається тим, що людина цінує себе й інших, визнає рівні права, свободи й обов'язки.

4. Духовний або есхатологічний. Погляд на людину як на істоту, життя якої не закінчається разом зі смертю, а пов'язане з духовним світом.

Завдання для самостійного опрацювання і закріплення матеріалу з теми

1. Розкрийте сутність поняття «характер».
2. Що ви знаєте про класифікацію рис характеру?
3. Охарактеризуйте чинні теоретичні і емпіричні підходи до дослідження характеру.
4. Розкажіть про концепції акцентуації характеру, запропоновані К. Леонгардом і А. Личко.
5. Розкрийте поняття «соціальний характер».
6. Розкажіть про концепції характеру, запропоновані Е. Фроммом, Б. Братусем.
7. У чому полягає психологічний механізм формування характеру?
8. Які особливості формування характеру в дитячому віці ви знаєте?
9. Які особливості формування характеру в дошкільному і шкільному віці ви знаєте?
10. Які особливості формування характеру в підлітковому і юнацькому віці ви знаєте?
11. Що таке «самовиховання» характеру?

Лекція 22.

ЗДІБНОСТІ ТА СПРЯМОВАНІСТЬ – ПСИХІЧНІ ВЛАСТИВОСТІ, ЩО ВИЗНАЧАЮТЬ УСПІШНІСТЬ ДІЯЛЬНОСТІ ОСОБИСТОСТІ

План

1. Загальна характеристика здібностей людини.
2. Поняття про здібності.
3. Характеристика загальних здібностей.
4. Рівні розвитку здібностей і індивідуальні відмінності.

Ключові слова: задатки, здібності, майстерність, талант, геніальність, потреба, мотив, мотивація, спрямованість, рівень домагань.

Key words: aptitude, ability, mastery, talent, genius, need, motive, motivation, orientation, level of harassment.

1. Загальна характеристика здібностей людини

Здібності – індивідуально-психологічні особливості особистості, які є умовою успішного виконання певної продуктивної діяльності, не зводяться до знань, умінь і навичок, але забезпечують легкість і швидкість їх засвоєння та набуття.

Вивчення здібностей відбувається на основі таких підходів:

1) теорії спадковості. Їх представники тлумачать здібності як біологічно детерміновані явища, розвиток і прояв яких залежить від успадкованого генофонду.

2) теорія набутих здібностей. Один із її фундаторів, філософ Клод Гельвецій (1715-1751).

3) підхід, що утверджував діалектику вродженого і набутого в здібностях.

Здібності описують за допомогою відповідних характеристик. Вони наділені якістю (визначають ту діяльність, якій вони сприяють) і кількістю (ступенем вираженості).

2. Поняття про здібності

Здібності – це своєрідні властивості людини, її інтелекту, що виявляються в навчальній, трудовій, особливо науковій та іншій діяльності і є необхідною умовою її успіху.

Кожна здібність людини – це її складна властивість, внутрішня можливість відповідати вимогам, які ставить перед нею діяльність, і спирається на низку інших властивостей, до яких насамперед належать життєвий досвід людини, здобуті нею знання, вміння та навички.

Здібності людини спираються на наявні у неї знання, вміння та навички, на системи тимчасових нервових зв'язків, що є засадовими стосовно них, вони формуються й розвиваються у процесі набування людиною нових знань, умінь і навичок.

До загальних властивостей особистості, які за умов діяльності постають як здібності, належать до індивідуально-психологічні якості, що характеризують належність людини до одного з трьох типів людей, визначених І. Павловим як «художній», «розумовий» та «середній».

Для «художнього» типу властиві яскравість образів, жива вразливість, емоційність. Таким людям легше опанувати діяльність художника, скульптора, музиканта, актора тощо.

Для «розумового» типу характерне вміння оперувати абстрактним матеріалом, поняттями, математичними залежностями.

До часткових властивостей людини, які, постаючи у певному поєднанні, входять до структури здібностей, належать:

– *уважність*, тобто здатність тривало і стійко зосереджуватися на завданні, об'єкті завдання;

– *чутливість* до зовнішніх вражень, спостережливість.

В усіх без винятку галузях діяльності здібності мають багато спільного і разом з тим різняться. Залежно від цього розрізняють здібності загальні і спеціальні.

Загальними називають здібності, які певною мірою виявляються в усіх видах діяльності – навчанні, праці, грі, розумовій діяльності тощо.

Спеціальні здібності виявляються у спеціальних видах діяльності. Наявність певних властивостей є підґрунтям спеціальних здібностей.

Неправомірною виявилася гіпотеза про залежність здібностей від маси мозку. Відомо, що маса мозку дорослої людини становить приблизно 1400-1600 г. Мозок А. Франса – 1017 г.

Задатки – це не здібності, а тільки передумови до розвитку здібностей.

Спеціальні інтереси – це інтереси до змісту певної області людської діяльності, які переростають в схильність професійно займатися цим видом діяльності.

3. Характеристика загальних здібностей

Здібності – це здатність чи компетентність людини виконувати певний вид роботи на певному якісному рівні.

Види здібностей людей: за змістом і характером.

Здібності людини поділяють на загальні і спеціальні:

Загальними називають здібності людини, що в тій чи іншій мірі виявляються у всіх видах діяльності. Загальні здібності – це система властивостей особистості, яка забезпечує відносну легкість і продуктивність в оволодінні знаннями і в здійсненні різних видів діяльності.

Спеціальні здібності – властивості індивідуальності, які забезпечують успішність виконання певної діяльності. Вони ґрунтуються на відповідних задатках, потребують систематичних і наполегливих вправ, що зумовлюють їх розвиток, передбачають ставлення індивіда до них як до засобу розв'язування життєво важливих завдань.

Серед найбільш соціально обумовлених здібностей людини виділяють два види:

1. Здібності до спілкування, взаємодії з людьми;
2. Предметно-діяльнісні чи предметно-пізнавальні здібності.

Перші відносяться до сфери взаємодії людини з людиною, а другі – до взаємодії людини з предметами матеріальної, духовної культури і природи.

Соціальний інтелект – здібність розбиратися в людях і встановлювати з ними ефективні ділові взаємовідносини.

Вчені виділяють два рівні розвитку здібностей – *репродуктивний* і *творчий*. На репродуктивному рівні спостерігається високе вміння засвоювати знання, оволодівати діяльністю і здійснювати її за запропонованим зразком. На творчому рівні розвитку здібностей людина створює щось нове, оригінальне.

Потенційні здібності – це можливості розвитку особистості, які виявляються щоразу, коли перед нею постає необхідність розв'язання нових завдань.

Рівні здібностей: репродуктивний (забезпечує високе вміння засвоювати знання, оволодівати діяльністю) і творчий (забезпечує створення нового, оригінального).

Відносна перевага першої сигнальної системи в психічній діяльності людини характеризує *художній тип*, відносна перевага другої сигнальної системи – *мислительний тип*, *певна їх рівновага* – середній тип людей.

Обдарованість – це система здібностей людини, яка дозволяє їй досягнути значних успіхів в одній або кількох видах діяльності.

Талант – це такий рівень розвитку здібностей, який дає людині можливості творчо працювати й досягнути надзвичайно важливих, значущих успіхів у діяльності.

Геніальність – найвищий рівень творчих виявів особистості, який втілюється у творчості, що має історичне значення для життя суспільства.

4. Рівні розвитку здібностей і індивідуальні відмінності

Платон стверджував, що здібності є природженими, і всі знання, якими користується людина, – це її спомини про перебування в ідеальному світі «абсолютних знань». У Р. Декарта є вчення про природженість здібностей, відоме як вчення про природжені ідеї. На думку Ф. Галля, рівень розвитку психічних якостей пов'язаний з розміром окремих частин мозку, і якщо кістки черепа повністю відповідають вигинам та западинам у мозку, то за черепом людини можна визначити її здібності.

Велику роль у розвитку здібностей відіграє праця. П. Чайковський писав, що натхнення не любить лінкуватих. По 16 годин на добу працював Т. Едісон, який на запитання про причину його геніальності відповідав, що вона є результатом 99 відсотків поту та 1 відсотка таланту.

Завдання для самостійного опрацювання і закріплення матеріалу з теми

1. У чому виявляються здібності особистості?
2. Які основні компоненти здібностей?
3. Як взаємопов'язані здібності та задатки?
4. Які психічні властивості людини сприяють розвитку здібностей?
5. У чому виявляються якісні відмінності у здібностях людей?
6. Що є показником здібностей?
7. Що зумовлює розвиток здібностей особистості?
8. Що є вирішальною умовою розвитку здібностей?
9. Чи вважаєте ви задатки обов'язковою передумовою розвитку здібностей?
10. Чи передаються здібності спадково?

Змістовий модуль 7. ОСОБИСТІСТЬ І ДІЯЛЬНІСТЬ Лекція 23. ПОНЯТТЯ ПРО ОСОБИСТІСТЬ

План

1. Загальне поняття про особистість.
2. Визначення і зміст поняття «особистість».
3. Рівні ієрархії людської організації.
4. Взаємозв'язок соціального і біологічного в особистості.
5. Формування і розвиток особистості.

Ключові слова: індивід, суб'єкт, особистість, індивідуальність, суб'єкт діяльності, особистісні властивості, структура особистості.

Key words: individual, subject, personality, individuality, subject of activity, personal property, personal structure.

1. Загальне поняття про особистість

Особистість – з точки зору психології – це сукупність вироблених звичок і уподобань, психічний настрій і тонус, соціокультурний досвід та набуті знання, набір психофізичних рис та особливостей людини, її архетип, що визначають повсякденну поведінку і зв'язок з суспільством і природою.

Особистість – це конкретний людський індивід з індивідуально виявленими своєрідними розумовими, емоційними, вольовими та фізичними властивостями.

2. Визначення і зміст поняття «особистість»

Позиція – ієрархічна організована система відносин особистості до окремих аспектів її життєдіяльності, яка визначає сенс і зміст цієї життєдіяльності, характер і спрямованість активності.

Індивід – це поняття, яке визначає належність живої статі до людського роду. Головною характеристикою властивостей індивіда є їх переважна залежність від спадковості.

Сутнісна характеристика особистості та її основні особливості визначаються:

1) змістом світогляду людини, її психологічною сутністю. Світогляд людини – це сформована у нього система переконань, наукових поглядів на природу, суспільство, людські стосунки;

2) ступенем цілісності світогляду і переконань, відсутністю чи наявністю в них протиріч, що відображають протилежні інтереси різних верств суспільства;

3) ступенем усвідомлення людиною свого місця в суспільстві;

4) змістом і характером потреб та інтересів, стійкістю та легкістю їх змінення, їх вузькістю та багатогранністю;

5) специфікою співвідношення і проявлення різних особистісних якостей.

3. Рівні ієрархії людської організації

Американський психолог Леонід Веккер (1916-2001) вважав особистість основним носієм психосоціальних властивостей людини.

Індивідуальність – інтегральна біопсихосоціальна характеристика людини. Поняття «індивідуальність» використовують при аналізі індивідуальних відмінностей та ієрархічної організації психіки людини.

Для дослідження індивідуальності використовують *ідеографічний підхід*, орієнтований на пізнання окремих людей і зображення індивідуальності як унікального цілого.

Рівні у структурі індивідуальності	Властивості, що належать до кожного рівня	Системо-твірні властивості
1	2	3
В. Ананьев (1969)		
1. Індивід	1. Стать, вік, конституція, нейродинаміка. 2. Психофізіологічні функції, органічні потреби. 3. Задатки, темперамент	Властивості особистості
2. Суб'єкт діяльності	1. Когнітивні характеристики, Комунікативні властивості, працездатність. 2. Здібності	Властивості особистості
3. Особистість	1. Статус, соціальні ролі, структура цінностей. 2. Мотивація поведінки. 3. Характер, схильності	
В. Мерлін (1986)		
1.Властивості організму	1. Біохімічні властивості. 2. Загальносоматичні властивості	Індивідуальний стиль діяльності
2. Психічні властивості	1. Темперамент. 2. Властивості особистості	
3. Соціально-психологічні властивості	1. Соціальні ролі в соціальній групі. 2. Соціальні ролі в історичних спільнотах	
Є. Голубєва (1989)		
1. Організм	1. Первинні потреби. 2. Властивості нервової системи, спільні для людини і тварин. 3. Специфічно людські властивості нервової системи. 4. Прижиттєво сформовані системи тимчасових зв'язків	Емоційність, активність, саморегуляція, спонукання
2. Особистість	1. Схильності. 2. Найбільш узагальнені властивості темпераменту. 3. Реалізація здібностей. 4. Властивості характеру	

З огляду на неоднорідність різних характеристик індивідуальності можна представити її як триповерхову «будівлю»:

1) біологічний фундамент особистості – всі індивідні, формально-динамічні характеристики (стать, темперамент, задатки здібностей, асиметрія півкуль головного мозку);

2) предметно-змістові якості (риси, типи особистості, здібності, стильові характеристики поведінки);

3) духовно-світоглядні характеристики (спрямованість особистості, цінності, переконання, погляди, установки).

Структура індивідуальності

Духовно-світоглядні властивості	Інтереси, ідеали, цінності, самосвідомість	Мінливість
1	2	3
Предметно-змістові властивості	Риси, типологічні особливості, характер, здібності, індивідуальні стилі	Чутливість до впливів середовища
Індивідні властивості (біологічний фундамент особистості)	Темперамент, асиметрія півкуль, Задатки здібностей, стать	Стійкість

Ієрархічна структура індивідуальності

№	Рівень інтеграції	Рівень детермінації
VI	Індивідуальність	Біопсихосоціальний
IV	Особистість	Психосоціальний
III	Індивід	Психічний
II	Організм	Фізіологічний
I	Людина	Біологічний

Індивідний рівень властивостей – статеві та вікові конституційні (включаючи нейродинамічні) особливості (див. Ананьева 1977; 1980) – прийнято вважати безособовими передумовами розвитку суб'єкта (див. Асмолов, 1984; 1990).

4. Взаємозв'язок соціального і біологічного в особистості

Проблема співвідношення біологічного і соціального в особистості – одна з центральних проблем сучасної психології. В історії розвитку психології як науки розглядалися практично всі можливі зв'язки між поняттями «психічне», «соціальне» і «біологічне». Психічний розвиток трактувався і як повністю спонтанний процес, який не залежить ні від біологічного, ні від соціального; і як похідний тільки від біологічного чи тільки соціального розвитку; і як результат їх паралельної дії на індивіда тощо. Можна виокремити кілька груп концепцій, які по-різному розглядають співвідношення соціального, психічного і біологічного.

5. Формування і розвиток особистості

Розвиток – специфічний процес зміни, результатом якого є виникнення якісно нового, поступальний процес сходження від нижчого до вищого, від простого до складного.

Відомий український психолог Г. Костюк, підкреслюючи складність механізму розвитку, писав: «Розвиток – безперервний процес, що виявляється у кількісних змінах людської істоти, тобто збільшення одних і зменшення інших ознак (фізичних, фізіологічних, психічних тощо).

Формування – це складний процес становлення людини як особистості, який відбувається в результаті розвитку і виховання; цілеспрямований процес соціалізації особистості, який характеризується завершеністю.

Фактори, що впливають на формування особистості

До *внутрішніх факторів* відноситься власна активність особистості, породжувана протиріччями, інтересами та іншими мотивами, що реалізується в самовихованні, а також в діяльності і спілкуванні.

До *зовнішніх факторів* відносяться макро-, мезо- і мікросередовище природна і соціальна, виховання в широкому і вузькому, соціальному і педагогічному сенсі.

Середовище і виховання – це *соціальні фактори*, тоді як спадковість – *біологічний фактор*.

Спадковість – властивість організмів передавати від батьків до дітей певні якості і особливості.

Задатки – це анатомо- фізіологічні особливості організму, які є передумовами розвитку здібностей.

Розрізняють задатки двох видів:

а) загальнолюдські (будова мозку, центральної нервової системи, рецепторів);

б) індивідуальні (типологічні властивості нервової системи, від яких залежить швидкість утворення тимчасових зв'язків, їх міцність, сила зосередженої уваги, розумова працездатність; особливості будови аналізаторів, окремих областей кори головного мозку, органів і ін.).

Важливим фактором, що впливає на розвиток людини, є спілкування.

Спілкування – це одна з універсальних форм активності особистості (поряд з пізнанням, працею, грою), що виявляється у встановленні і розвитку контактів між людьми, у формуванні міжособистісних відносин.

Завдання для самостійного опрацювання і закріплення матеріалу з теми

1. За якими ознаками поділяються групи?
2. Яка група може стати для особистості референтною?
3. Які ознаки мають групи різного ступеня організації?
4. Назвіть істотні ознаки колективу.
5. У чому полягає істотна відмінність між офіційним та неофіційним лідерами групи?

6. Чим визначається статус особистості в колективі?

Лекція 24.

ОСНОВНІ НАПРЯМИ ДОСЛІДЖЕННЯ ОСОБИСТОСТІ

План

1. Теорії особистості.
2. Експериментальні теорії особистості.
3. Французька соціологічна школа.

Ключові слова: теорії рис; теорії типів; психодинамічні, соціодинамічні, інтеракціоністичні теорії особистості.

Key words: traits theory; theories of types; psychodynamic, sociodynamic, interactionist theories of personality.

1. Теорії особистості

Теорії особистості – психологічні, соціологічні та психотерапевтичні теорії, в основі яких лежать системи уявлень та закономірностей про природу особистості, її структуру, механізми розвитку, особливості психопатології.

Особистість – це складний концепт, який охоплює всі аспекти індивідуальності людини.

Одна з найвідоміших теорій особистості - це теорія Карла Юнга про архетипи. Юнг стверджував, що всі люди мають спільні психічні структури, які він назвав архетипами. Ці архетипи впливають на наше мислення, почуття та поведінку.

Інша відома теорія особистості – це підходи до розуміння особистості, зосереджені на ролі дитинства. Відповідно до цих теорій, ранні дитячі досвіди, включаючи взаємодію з батьками та оточуючою суспільністю, впливають на формування нашої особистості.

Також важливо згадати про теорію особистості, яка ґрунтується на генетичних аспектах. Ця теорія стверджує, що ваші гени впливають на ваші характеристики, які виявляються у вашій особистості.

Теорія – це система взаємопов'язаних ідей, побудов і принципів, які пояснюють певні спостереження над реальністю.

Теорії особистості виконують дві функції:

- 1) пояснюють поведінку людини;
- 2) передбачають поведінку людини.

Кожна теорія включає в себе певні компоненти.

Структура особистості – це основні незмінні характеристики, притаманні людині завжди.

Мотивація. Цілісна теорія особистості повинна пояснювати, чому люди чинять так, а не інакше.

Розвиток особистості – це зміна її від народження до кінця життя. Є чимало стадійних моделей для розуміння фаз зростання.

Психопатологія – кожний персонолог шукає відповідь на питання, чому деякі люди виявляють патологічні чи неадекватні стилі поведінки у повсякденному житті. *Етнологія* – це вивчення і пояснення причин ненормального функціонування психіки людини.

Психічне здоров'я – це критерії оцінки здорової особистості та поняття здорового способу життя.

Маслоу зазначав, що самоактуалізовані люди не є досконалими, вільними від помилок, їм можуть бути властиві й проблеми пересічних людей: почуття провини, тривожність, сум, внутрішні конфлікти тощо.

Він описує вісім шляхів самоактуалізації:

1. Повна віддача переживанням, коли людина цілком розкриває свою сутність;
2. Відмова від загальноприйнятої поведінки, вміння прислухатися до внутрішнього голосу, голосу «самості»;
3. Щомиттєві прогресивні вибори, які сприяють особистісному зростанню;
4. Чесність, взяття відповідальності на себе;
5. Готовність не подобатись іншим;
6. Прагнення робити свою справу настільки добре, наскільки це можливо;
7. Граничні, вищі переживання, моменти екстазу;
8. Виявлення індивідом того, що йому подобається, а що ні, що для нього добре, а що погано, куди він рухається й у чому полягає його місія.

У зв'язку з формуванням і досягненням мети Ш. Бюлер вирізняє п'ять фаз життєвого циклу.

Фаза I триває до 15-річного віку. Дитина живе сучасним і має про майбутнє розмиті уявлення.

Фаза II триває від 15 до 20 років і відповідає підлітковому та юнацькому вікові. В цей період людина усвідомлює свої потреби, здібності та інтереси. Вона виношує плани щодо вибору партнера, професії, розмірковує над сенсом життя, оцінює свої можливості та здібності.

Фаза III – від 25 до 40-45 років, період зрілості й розквіту. Це найбагатший період життя, бо людина досягає поставленої мети.

Фаза IV триває від 45 до 65 років. У цей період людина підбиває підсумки своєї минулої діяльності.

Фаза V починається в похилому віці – у 65-70 років. У цей період людина не має перед собою мети, яку ставила в молодості, більше уваги приділяє відпочинку, здоров'ю.

2. Експериментальні теорії особистості

Теорія особистості – це сукупність гіпотез або припущень про природу та механізми розвитку особистості. Існує багато їх класифікацій, зокрема:

1) За способом пояснення поведінки виділяють:

– психодинамічні теорії: описують особистість та пояснюють її поведінку, виходячи з психологічних та внутрішніх характеристик;

- соціодинамічні теорії: головну роль у детермінації поведінки людини відводять зовнішнім факторам, культурі, соціуму, традиціям і т. ін.;
- інтеракціоністські теорії: що ґрунтуються на принципі взаємодії зовнішніх та внутрішніх факторів в управлінні поведінкою людини.

2) За способом одержання даних про особистість виділяють:

- експериментальні теорії: побудовані на аналізі та узагальненні даних, що зібрані при проведенні дослідів;
- неекспериментальні теорії: узагальнення ґрунтуються на зовнішніх враженнях, спостереженні та досвіді.

3) Відповідно до погляду на особистість як на структурне чи динамічне утворення розрізняють:

- структурні теорії: головним є з'ясування структури особистості та системи понять, за допомогою яких вона має описуватися;
- динамічні теорії: центром їх уваги є розвиток особистості, діагностика її властивостей та формування.

3. Французька соціологічна школа

Французька соціологічна школа – один з панівних напрямів соціології кінця XIX – першої половини XX ст., заснований Е. Дюркгаймом.

Представники французької соціологічної школи займалися вивченням звичаїв, моральних та юридичних норм, світогляду неосвічених особистостей.

Дюркгейм вважав, що «загальні ідеї, які релігія чи наука впроваджують в наш розум, інтелектуальні операції, які ці ідеї припускають, вірування і почуття, які становлять суть нашої морального життя, – всі ці вищі форми психічної активності, які в нас пробуджує і розвиває суспільство, не знаходяться на поводу у тіла як наші відчуття і кінестетичні стану.

Завдання для самостійного опрацювання і закріплення матеріалу з теми

1. У чому полягає суть методу соціометрії і в чому обмеженість його у варіанті, запропонованому Дж. Морено?
2. За якою соціометричною шкалою визначається статус члена групи?
3. Чи завжди референтна група є для особистості взірцем еталонів поведінки, особистісних якостей?
4. Чи можна на підставі результатів соціометрії робити висновки про згуртованість групи.
5. Охарактеризуйте поняття «людина», «особистість», «індивід», «індивідуальність».
6. Розкрийте теорію особистості (за К. Юнгом).
7. Назвіть характерні риси особистості.

ДІЯЛЬНІСТЬ ЯК ОСНОВНА ФОРМА АКТИВНОСТІ ОСОБИСТОСТІ

План

1. Загальна психологічна характеристика діяльності.
2. Поняття діяльності. Спонукальні причини діяльності.
3. Специфіка людської діяльності та її атрибути.
4. Основні поняття психологічної теорії діяльності.
5. Основні принципи психологічної теорії діяльності.

Ключові слова: активність, діяльність, поведінка, дія, операція, вправа, уміння, навичка, психомоторика, вправа, знання, гра, навчання, праця, професія, професіоналізм.

Key words: activity, activity, behavior, action, operation, exercise, ability, skill, psychomotor, exercise, knowledge, game, study, work, profession, professionalism.

1. Загальна психологічна характеристика діяльності.

Діяльність – специфічно людська форма ставлення до навколишнього світу, змістом якої є доцільні зміни і перетворення речей і явищ залежно від людських потреб.

Але активність тварин і діяльність людини суттєво відрізняються за своїми психологічними аспектами.

Активність тварин – поведінка. Вона обмежується інстинктивними та умовно-рефлекторними діями, спрямованими на пристосування до умов життя і задоволення різноманітних потреб в їжі, розмноженні, захисті.

Людська діяльність за своєю сутністю є соціальною. Вона сформувалася історично, в процесі праці.

Характеристики діяльності – регульованість свідомою метою, суспільна природа, спрямованість на перетворення життєвого середовища.

Мета – це те, до чого прагне людина, для чого вона працює, за що бореться, чого хоче досягти в своїй діяльності. Без мети не може бути свідомої діяльності.

Мотив – це внутрішній рушій, що спонукає людину до діяльності.

Структура діяльності – мотиви, цілі, дії, засоби діяльності.

Мотиви – близькі, далекі; особистісні, суспільні.

Цілі – близькі, далекі; особистісні, суспільні.

Дії – зовнішні, предметні, внутрішні, розумові.

Засоби діяльності – вміння, навички.

Діяльність – форма цілеспрямованої психосоціальної активності, загальним результатом якої є конструктивне перетворення оточуючого світу і самого суб'єкта діяльності.

Основні форми діяльності: гра; навчальна діяльність; трудова діяльність; дозвілля.

2. Поняття діяльності. Спонукальні причини діяльності

Діяльність – це зовнішня (фізична) і внутрішня (психічна) активність людини, що регулюється усвідомлюваною метою.

Основною характеристикою діяльності є її предметність. «Власне, в самому понятті діяльності уже імпліцитно міститься поняття її предмету. Вираз «безпредметна діяльність» позбавлений всякого змісту.

Життєвий смисл свідомості не був би виправданим, якби вона не була пов'язана з діяльністю. В діяльності відбувається формування свідомості людини. Виникнувши, свідомість не стала осторонь діяльності, а справляє на неї певний вплив. Між свідомістю і діяльністю існує тісний взаємозв'язок, який С. Рубінштейн в середині 30-х років XX ст. сформулював у вигляді принципу єдності свідомості і діяльності.

Людські потреби, що є джерелом активності, дуже мінливі і різноманітні. Їх аналіз свідчить про те, що в процесі задоволення вони змінюються, збагачуються і зростає їх кількість. Причиною цього є незавершеність вигляду продукту людської діяльності, який постійно вдосконалюється і видозмінюється.

При аналізі психологічної будови діяльності найчастіше виділяють два підходи, які називають мотиваційний і операційний аспекти. Їх основи були закладені в працях Л. Виготського, С. Рубінштейна, О. Леонтьєва та ін. Першопричиною діяльності виступає потреба.

Мета (ціль) – це ідеальний образ об'єкта який в свідомості людини може задовольнити виниклу потребу.

Мотив – це те, що спонукає до діяльності і надає їй специфічні риси у виборі засобів і способів досягнення мети.

Предмет діяльності – це об'єкт або сукупність об'єктів, перетворюючи які можна досягти поставленої мети.

3. Специфіка людської діяльності та її атрибути

Діяльність людини виявляється у різних сферах життя суспільства, її спрямованість, утримання і кошти нескінченного різноманітні, що з складністю системи мотивуючих її джерел.

Слід зазначити, що різновиди діяльності мають предмет – об'єкт докладання активності. Так, предметом спілкування є люди, тварини; предметом гри – процес і певний результат в умовної у сфері діяльності; предметом вчення – система конкретних знань; праці – створюваний матеріальний чи творчий результат.

Вчення як вид діяльності – це процес придбання знань, умінь і навиків.

Знання – це відбиті людським свідомістю предмети і явища оточуючої його неминучого у формі фактів, образних уявлень, і наукових понять.

Навики – доведені до досконалості шляхом багаторазового повторення компоненти діяльності (практичні і теоретичні дії).

Вміння – освоєні суб'єктом способи виконання тих чи інших дій, який може самостійно запровадити у різних ситуаціях.

4. Основні поняття психологічної теорії діяльності

Діяльність – це специфічна форма суспільно-історичного буття людей, що втілюється в цілеспрямованому перетворенні ними природної і соціальної дійсності.

У діях людини можна виділити два плани:

1. Кожна дія чи діяльність – це насамперед зміна дійсності, вплив. Вона містить в собі ставлення індивіда як суб'єкта діяльності до об'єкта, який ця діяльність породжує, об'єктивуючись у продуктах матеріальної і духовної культури.

2. Але всяка річ або об'єкт, що породжується людиною, включається в суспільні відносини. За посередництвом речей людина співвідноситься з іншою людиною.

Психофізіологічні функції є основним «виконавчим» механізмом діяльності і являють собою, особливі «функціональні системи», що формуються в процесі онтогенезу. До них відносяться здатність до відчуттів, до утворення і фіксації слідів минулих впливів, моторні здібності тощо.

Психофізіологічні функції – це фізіологічне забезпечення психічних процесів. Вони складають необхідні передумови і засоби діяльності.

У структурі діяльності, таким чином, можна виділити два основних аспекти: операціонально-технічний (конкретні шляхи і способи виконання дії) і мотиваційний (причини, що обумовлюють загальну спрямованість і динаміку діяльності в цілому).

5. Основні принципи психологічної теорії діяльності

Видатний вітчизняний психолог О. Леонтьєв (1903-1979) визначав особистість як цілісне утворення, яке є відносно пізнім продуктом суспільно-історичного й онтогенетичного розвитку людини.

Основні принципи загально-психологічної теорії діяльності:

1. *Принцип єдності свідомості і діяльності*: свідомість не може розглядатися як замкнена в самій собі: вона повинна бути виведене в діяльність суб'єкта («розмикання» кола свідомості).

Таке розмикання відбувається через поняття “дія”, тому що дія включає постановку й утримання мети.

2. *Принцип єдності свідомості і поведінки*: поведінку не можна розглядати у відриві від свідомості, дія – це й акт поведінки.

3. *Принцип активності*: діяльність – активний цілеспрямований процес. Для людини типові дії, що підлеглі не логіці зовнішніх впливів, а логіці її внутрішніх цілей. Це не стільки реакції, скільки акції – дії, спрямовані на досягнення мети з урахуванням зовнішніх умов.

4. *Принцип предметності* людської діяльності і принцип її *соціальної обумовленості*: діяльність людини має предметний характер, вона реалізує соціально-виробничі і культурні цілі.

**Завдання для самостійного опрацювання
і закріплення матеріалу з теми**

1. Дайте визначення поняттю «діяльність».
2. Охарактеризуйте зв'язок між потребами і діяльністю.
3. Проаналізуйте роль мотивів у людській діяльності.
4. У чому полягає сутність процесу екстеріоризації дії?
5. У чому полягає сутність процесу інтеріоризації дії?
6. Які характерні ознаки гри як різновиду діяльності?
7. Які характерні ознаки навчання як різновиду діяльності?
8. Які характерні ознаки праці як різновиду діяльності?
9. Що означає для людини процес оволодіння діяльністю?
10. Проаналізуйте роль мови у життєдіяльності людини.

СПИСОК РЕКОМЕНДОВАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Базова література

1. Дуткевич Т. В. Загальна психологія. Теоретичний курс: навч. посіб. Київ : ЦНЛ, 2019. 388 с.
2. Дуткевич Т. В. Методи інтерактивного навчання на практичних заняттях з психології : метод. реком. Київ : КНТ, 2022. 84 с.
3. Загальна психологія. Семінарські та практичні заняття : методичний посібник. Частина 1. Київ : ПП «Дірект Лайн», 2019. 72 с.
4. Загальна психологія. Практичні заняття : навчальний посібник / С. Ю. Діхтяренко, Н. В. Чудаєва, Г. О. Шулдик, Л. А. Данилевич. Умань : ВПЦ «Візаві», 2013. 254 с.
5. Ільїна Н. М. Загальна психологія в екзаменаційних питаннях і відповідях : навч. посіб. Суми : Університетська книга, 2018. 239 с.
6. Карпюк Ю. Я. Практикум з загальної психології: навчально-методичний посібник / за ред. Ю. Я. Карпюк. Івано-Франківськ, 2016. 145 с.
7. Кіршо С. М. Загальна психологія : конспект лекцій з дисципліни для студентів I курсу всіх форм навчання спеціальності 053 «Психологія». Ч. I Одеса : ОНЕУ, 2020. 107с.
8. Максименко С. Д., Соловієнко В. О. Загальна психологія : навч. посіб. Київ : МАУП, 2020. 256 с.
9. Москалець В. П. Загальна психологія : підруч. Київ : Ліра-К, 2020. 564 с.
10. Основи загальної психології : навчальний посібник: У 2-х т. Т. 1. / уклад. : О. В. Полозенко та ін. Київ : НУБіП, 2009. 322 с.
11. Поліщук С. А. Методичний довідник з психодіагностики : навч.-метод. посібник. Суми : Університетська книга, 2024. 442 с.
12. Резван О. О., Кір'янова О. В., Моргунова Н. С. Практикум із психології : навч. посібник. Харків : ХНУМГ ім. О. М. Бекетова, 2019. 157 с.
13. Сергєєнкова О. П., Столярчук О. А., Коханова О. П., Пасєка О. В. Загальна психологія : навч. посіб. Київ : Центр учбової літератури, 2012. 296 с.

2. Додаткова література

14. Бушуєва Т. В. Проведення психодіагностичного обстеження : пПосібник для студентів. Київ : ПНУ імені М. П. Драгоманова, 2005. 94 с.
15. Варій М. Й. Загальна психологія: підр. для студ. вищ. навч. закл. Київ : Центр учбової літератури, 2009. 1007 с.
16. Варій М. Й., Терлецька Ю. М. Психологія : підр. для студ. вищ. навч. закл. Львів : Львівська політехніка, 2017. 292 с.
17. Вашека Т. Основи психологічної практики. Київ : НАУ-друк, 2019. 200 с.
18. Вовканич М. Д. Технології соціально-психологічної роботи з клієнтами, які схильні до суїциду : навч.-метод. посібник. Ужгород, 2002. 122 с.
19. Галян І. Психодіагностика. Київ : Академвидав, 2011.
20. Дуткевич Т. В., Савицька О. В. Практична психологія: вступ до

спеціальності : навч. посібник. Київ : Центр учбової літератури, 2019. 256 с.

21. Дудкевич Т. В. Савицька О. В. Практична психологія: вступ у спеціальність. Київ : Центр учбової літератури, 2007. 256 с.

22. Іванова О. В., Москалюк Л. М., Корсун С. І. Психологія: вступ до спеціальності : навч. посіб. Київ : Центр навчальної літератури, 2019. 184 с.

23. Заїка В. М. Динамічна модель особистісних трансформацій в умовах подолання кризових станів особистості. *Соціальна психологія*. 2009. № 1. С. 69-76.

24. Каліна Н. Психотерапія. Київ : Академвидав, 2010. 288 с.

25. Мартинюк І. А. Патопсихологія. Практикум : навч. посібник для студ. вищих навч. закладів. Київ : Каравела, 2023. 184 с.

26. Міщиха Л. П. Психологія творчості : навчальний посібник. Івано-Франківськ : Гостинець, 2007. 448 с.

27. Москалець В. П. Зоопсихологія і порівняльна психологія : підручник. Київ : Центр учбової літератури, 2021. 200 с.

28. Москальова А. С., Брюховецька О. В. Психологія: вступ до спеціальності: навч.-метод. посіб.. Київ : ДП «Вид. Дім «Персонал», 2011. 216 с.

29. Особистісно-професійне зростання: психологічні тренінги : навчально-методичний посібник / за ред. Л. В. Долинської, О. В. Темрук. Київ : Каравела, 2024. 560 с.

30. Періг І. М. Вступ до спеціальності «Психологія» : навчально-методичний посібник для студентів спеціальності «Психологія», «Практична психологія». Тернопіль : ТНТУ імені, 2017. 63 с.

31. Психологія життєвої кризи / ред. Т. М. Титаренко. Київ : Агропром-видав України, 1998. 348 с.

32. Психологія : підручник / Ю. Л. Трофімов, В. В. Рибалка, П. А. Гончарук та ін.; за ред. Ю. Л. Трофімова. Київ : Либідь, 2008. 560 с.

33. Практична психологія: Введення у професію : навч. посібник. Київ : Каравела, 2019. 248 с.

34. Романова І. Ф. Психологічні служби системи освіти в Україні: перспектива та особливості розвитку. *Соціальна робота в Україні: теорія і практика*. 2008. № 3. С. 94-102.

35. Шевців М. В., Філоненко М. М. Зоопсихологія з основами етології : підручник. Київ : Центр учбової літератури, 2021. 242 с.

3. Законодавчо-нормативні документи, акти

36. Збірник нормативно-правових документів психологічної служби освіти України / упоряд. В. Г. Панок, І. І. Цушко. Київ : Ніка-Центр, 2004. 340 с.

37. Збірник нормативно-правових документів психологічної служби та ПМПК системи освіти України / упоряд. В. Г. Панок, І. І. Цушко, А. Г. Обухівська. Київ : Ніка-Центр, 2005. 436 с.

38. Збірник нормативно-правових документів психологічної служби та ПМПК системи освіти України: 2005/06 навчальний рік / упоряд. В. Г. Панок, І. І. Цушко, А. Г. Обухівська. Київ : Ніка-Центр, 2006. 224 с.

39. Збірник нормативних документів з безпеки життєдіяльності. Київ : Основа, 2007. 896 с.

40. Збірник нормативно-правових документів психологічної служби та ПМПК системи освіти України / упоряд. В. Г. Панок, І. І. Цушко, А. Г. Обухівська. Київ : Шкільний світ, 2008. 256 с.

41. Про затвердження Положення про психологічну службу у системі освіти України : Наказ МОН України від 22.05.2018 № 509. URL: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/z0885-18#Text>

42. Про затвердження Положення про психологічну службу у системі освіти України : Наказ МОН України від 22.05.2018 № 509. URL: <https://zakon.rada.gov.ua/laws/show/z0885-18#Text>

Навчальне видання

Загальна психологія

Курс лекцій

Укладач: **Борко** Тетяна Миколаївна

Технічний редактор: Т. М. Борко

Комп'ютерний набір і верстка: Т. М. Борко

Формат 60x84 1/16. Ум. друк. арк. 13,0
Тираж 100 прим. Зам. №_____

Надруковано у видавничому відділі
Миколаївського національного агарного університету
54020, м. Миколаїв, вул. Георгія Гонгадзе, 9

Свідоцтво суб'єкт видавничої справи ДК № 4490 від 20.02.2013 р.