

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ

Миколаївський національний аграрний університет

Кафедра методики професійного навчання



ПСИХОЛОГІЯ

Опорний конспект лекцій

для здобувачів першого (бакалаврського) рівня вищої освіти
ОПП «Туризм» спеціальності ІЗ (242) «Туризм і рекреація»
денної форми здобуття вищої освіти

Миколаїв

2026

УДК 159.9

П86

Друкується за рішенням науково-методичної комісії інженерно-енергетичного факультету Миколаївського національного аграрного університету від 19.02.2026р., протокол № 5

Укладачі:

К. М. Горбунова - канд.пед. наук, доцент кафедри методики професійного навчання, Миколаївський національний аграрний університет.

Л. В. Гула – ст. викладач кафедри методики професійного навчання, Миколаївський національний аграрний університет.

Рецензенти:

А. Б. Веліховська – директор департаменту освіти і науки Миколаївської обласної держадміністрації, канд. педагог. наук, доцент.

В. Л. Короленко - канд. пед. наук, кафедри методики професійного навчання, Миколаївський національний аграрний університет.

© Миколаївський національний аграрний
університет, 2026

ЗМІСТ

	Стор.
ПЕРЕДМОВА-----	4
1. Модуль 1. Психологія як наука-----	5
1.1 Лекція 1. Предмет, завдання та розвиток психології -----	5
1.2 Лекція 2. Психіка як предмет психології-----	13
2. Модуль 2. Психічні процеси -----	21
2.1 Лекція 3. Відчуття-----	21
2.2 Лекція 4. Сприймання-----	30
2.3 Лекція 5. Увага -----	38
2.4 Лекція 6. Пам'ять -----	46
2.5 Лекція 7. Мислення -----	54
2.6 Лекція 8. Мовлення -----	61
2.7 Лекція 9. Уява -----	70
2.8 Лекція 10. Емоції і почуття -----	75
2.9 Лекція 11. Воля -----	86
3. Модуль 3. Психологічні властивості особистості-----	96
3.1 Лекція 12. Особистість , структура особистості -----	96
3.2 Лекція 13. Темперамент -----	106
3.3 Лекція 14. Характер -----	110
3.4 Лекція 15. Здібності -----	118
СПИСОК ВИКОРИСТАНОЇ ЛІТЕРАТУРИ -----	127

ПЕРЕДМОВА

Курс психології являє собою складову частину загальногуманітарної підготовки студентів. Найважливіші знання з психології, такі, як структура діяльності людини, психологічні особливості процесу спілкування, зміст та механізми пізнавальних процесів різного рівня психічної організації являють собою теоретичну та практичну підставу професійної діяльності. Саме з метою підготовки майбутніх фахівців, психологічно озброєних до самостійної професійної праці, укладено матеріал курсу, що спрямований на теоретичне усвідомлення та практичне застосування найважливіших загальнопсихологічних явищ та категорій, які мають місце у різних галузях людської діяльності. Посібник адресований студентам 3 курсу денної та заочної форми навчання напряму підготовки спеціальності 141«Електроенергетика, електротехніка та електромеханіка»

Головна мета посібника – надати практичну допомогу студентам при вивченні курсу, систематизувати та узагальнити теоретичний матеріал, отриманий на лекціях.

Модуль 1. ПСИХОЛОГІЯ ЯК НАУКА

Лекція 1

Тема: Предмет, завдання та розвиток психології

План.

1. Предмет, об'єкт психології. Історичні етапи становлення.
2. Місце психології в системі наук. Галузі психології
3. Методи психології
4. Сутність психіки в сучасній психології

1. Предмет, об'єкт психології. Історичні етапи становлення.

Теоретичні витoki психології (від грец. *psyche* - душа, *logos* - слово, поняття, вчення) як окремої галузі знання ми знаходимо в давньогрецькій філософії більш ніж двотисячолітньої давності.

У 1590 р. Рудольф Гоклениус вперше вжив термін "психологія" для позначення науки про душу в назві своєї праці "Психологія, тобто про досконалість людини, про душу і насамперед про виникнення її".

Але загально визнаним термін "психологія" стає лише у XVIII ст. після появи робіт Християна Вольфа "Емпірична психологія" і "Раціональна психологія", які стали першими підручниками з психології.

Експериментальні, строго наукові дослідження людської психіки почалися 150 років тому, коли німецький вчений Вільгельм Вундт заснував першу експериментальну психологічну лабораторію. З цього часу прийнято вести відлік історії психології як самостійної експериментальної науки.

Виділимо основні етапи розвитку психології, маючи на увазі, що розуміння об'єкту, предмету та цілей психології змінювалося в ході її історичного розвитку.

Виділяють наступні етапи становлення предмета психології:

1. Психологія як наука про душу (від Античності до 17-го століття). Наявністю душі пояснювали всі незрозумілі явища в житті людини.

2. Психологія як наука про свідомість (початок 17-го – середина 19-го століття). Під свідомістю розуміли здатність відчувати, думати. Співпадає з бурхливими розвитком природничих наук. На цьому етапі основним методом пізнання психіки є інтроспекція (самоспостереження).

3. Психологія як наука про поведінку (виникла на початку 20-го століття). Дослідження того, що можна безпосередньо фіксувати (поведінку, вчинки, реакції). Завдання – експериментально визначати психічні особливості людини.

4. Сучасний етап – психологія як наука про факти, закономірності та механізми психіки (з другої половини 20-го століття). Наукові дослідження поведінки та внутрішніх психічних процесів, практичне застосування отриманих даних.

Психологія – це наука про закономірності формування і розвитку психіки як особливої форми життєдіяльності.

Отже, предметом психології є психіка людини і тварини, її закономірності, механізми функціонування та факти.

Основний об'єкт психології - людина як суб'єкт, включений у безліч відносин з фізичним, біологічним і соціальним світом, виступає як суб'єкт діяльності, пізнання, спілкування.

Психологія вивчає внутрішній світ суб'єктивних (душевних) явищ, процесів і станів, усвідомлюваних чи неусвідомлюваних самою людиною, а також його поведінка. Таким чином, психологію сьогодні можна визначити як наукове дослідження поведінки і внутрішніх психічних процесів, а також як практичне застосування отриманих знань.

Задачі психології в основному зводяться до наступного:

- навчитися розуміти сутність психічних явищ та їх закономірності;
- навчитися керувати ними;
- використовувати отримані знання для підвищення ефективності діяльності людей у різних галузях практики, а також з метою підвищення психічного здоров'я, задоволеності і щастя людей в їх повсякденній життєдіяльності.

2. Місце психології в системі наук. Галузі психології Академік Б. М. Кедрів поміщав психологію в центрі "трикутника наук". Вершину трикутника складають природні науки, нижній лівий кут - суспільні науки, нижній правий - філософські науки (логіка і гносеологія). Між науками про природу (природними) і філософськими науками розташувалася математика, між природними і суспільними науками знаходяться технічні науки. Психологія ж займає центральне місце, що поєднує всі три групи наук. Вона виступає і як продукт всіх інших наук, і як можливе джерело пояснення їх формування і розвитку (рис. 1).

Психологія тісно пов'язана з соціальними (суспільними) науками, що вивчають поведінку людей. До соціальних наук відносяться психологія, соціальна психологія, соціологія, політологія, економіка, а також антропологія, етнографія. До них примикає група інших споріднених



Рис. 1. Класифікація наук за Б. М. Кедровим

дисциплін: філософія, історія, культурологія, мистецтвознавство, літературознавство, педагогіка, естетика. Їх відносять до гуманітарних

наук. Серед гуманітарних наук найбільш глибокі зв'язки з психологією має педагогіка. Психологія тісно пов'язана з природничими науками, насамперед з фізіологією, біологією, фізикою, біохімією, медициною, математикою. На їх стику виникають суміжні області: психофізіологія, психофізика, біоніка, медична психологія, нейропсихологія, патопсихологія і т. п.

Таким чином, психологія є наукою, в якій співвідносяться соціально-гуманітарне та природничо-наукове знання, що визначає її роль фундаменту в системі наук.

Психологія інтегрує дані цих галузей наукового знання і, в свою чергу, впливає на них, стаючи загальною моделлю людинознавства. Історична місія психології в сучасний час полягає в тому, щоб бути інтегратором всіх сфер людинознавства і основним засобом побудови загальної теорії. Психологія виконує місію об'єднання природних і суспільних наук у вивченні людини у єдину концепцію. Останнім часом посилюються зв'язки психології з технічними науками, виникають суміжні дисципліни: інженерна психологія, ергономіка, космічна та авіаційна психологія і т. п.

Сфера психологічної науки являє собою дуже розгалужену систему теоретичних і прикладних дисциплін, що розвиваються на кордонах з науками про природу, суспільство і людину. Причини такого розвитку можуть бути різними.

З одного боку, запити практичної діяльності людей і суспільства спонукають формування і розвиток нових психологічних дисциплін, як інженерна психологія, космічна психологія, педагогічна психологія і т. п. Це практичні (емпіричні) причини розвитку науки. З іншого боку, у психологію входять нові методи дослідження і пізнання. Зокрема, використання фізичних методів у психології породило виникнення експериментальної психології, психофізики. У свою чергу, застосування методів фізіології в психології сформувало психофізіологію; впровадження математичних методів зумовило формування математичної психології, інженерної психології, біоніки. Це *пізнавальні (гносеологічні)* причини розгалуження психологічних наук. Сьогодні, за різними даними, налічується не менше ста галузей психології.

Ядром сучасної психології є загальна психологія, яка вивчає найбільш загальні закони, закономірності та механізми психіки, що включає теоретичні концепції та експериментальні дослідження. Традиційно в якості галузей психології виділяють соціальну, вікову, інженерну психологію, психологію праці, клінічну психологію і психофізіологію, диференціальну психологію. Особливості психіки тварин зоопсихологія вивчає.

Психіка людини виступає предметом таких галузей психології:

- генетична психологія вивчає спадкові механізми психіки та поведінки, їх залежність від генотипу;
- диференціальна психологія досліджує індивідуальні відмінності у психіці людей, передумови їх виникнення та процес формування;
- вікова психологія вивчає закономірності розвитку психіки нормальної здорової людини; психологічні особливості і закономірності,

притаманні кожному віковому періоду, від дитинства до старості, і в зв'язку з цим ділиться на дитячу психологію, психологію юності і зрілого віку, психологію старості (геронтопсихологія);

- дитяча психологія вивчає розвиток свідомості, психічних процесів, діяльності, всієї особистості зростаючої людини, умови прискорення розвитку;

- педагогічна психологія досліджує закономірності розвитку особистості в процесі навчання, виховання;

- соціальна психологія вивчає соціально-психологічні прояви особистості людини, її взаємини з людьми, з групою; психологічну сумісність людей, соціально-психологічні прояви у великих групах (дію радіо, преси, моди, чуток на різні спільності людей).

Можна виділити ряд галузей психології, які вивчають психологічні проблеми конкретних видів людської діяльності:

- психологія праці розглядає психологічні особливості трудової діяльності людини, закономірності розвитку трудових навичок;

- інженерна психологія вивчає закономірності процесів взаємодії людини і сучасної техніки з метою використання їх у практиці проектування, створення та експлуатації автоматизованих систем управління, нових видів техніки;

- авіаційна, космічна психологія аналізує психологічні особливості діяльності льотчика, космонавта;

- медична психологія вивчає психологічні особливості діяльності лікаря і поведінки хворого, розробляє психологічні методи лікування і психотерапії;

- клінічна психологія досліджує прояви і причини різноманітних порушень у психіці та поведінці людини, а також відбуваються під час різних хвороб психічні зміни. У рамках клінічної психології як окремий розділ входить патопсихологія, що вивчає відхилення в розвитку психіки, розпад психіки при різних формах мозкової патології;

- юридична психологія вивчає психологічні особливості поведінки учасників кримінального процесу (психологія показань свідків, психологічні вимоги до допиту тощо), психологічні проблеми поведінки і формування особистості злочинця;

- воєнна психологія досліджує поведінку людини в умовах бойових дій.

Дискусійною є областю парапсихологія, яка вивчає прояви і механізми виникнення незвичайних "паранормальних" здібностей людини, таких як телепатія, ясновидіння, телекінез і т. п.

Таким чином, для сучасної психології характерний процес диференціації, що породжує значну її розгалуженість на окремі галузі, які нерідко вельми далеко розходяться і істотно відрізняються один від одного, хоча і зберігають загальний предмет дослідження - факти, закономірності, механізми психіки. Диференціація психології доповнюється

зустрічним процесом інтеграції, у результаті чого відбувається стикування психології з усіма науками (через інженерну психологію - з технічними науками, через педагогічну психологію - з педагогікою, через соціальну психологію - з громадськими та соціальними науками і т. д.).

У практичній психології розрізняють таку важливу галузь, як психологічне консультування з різних проблем (невлаштованість особистого життя і негаразди в сім'ї, проблеми взаємин подружжя, батьків і дітей, відхилення у розвитку дітей, труднощів у навчанні в школі чи у вузі, труднощі на роботі, вибір професії, конфлікти з колегами і керівництвом тощо). Ще одна область практичної психології психологічна корекція і психотерапія, спрямована на надання психологічної допомоги клієнту з нейтралізації та усунення причин відхилень, порушень в поведінці, спілкуванні, інтерпретації подій та інформації.

Канадський вчений Ж. Годфруа виділяє наступні спеціальності психологів-практиків: клінічний психолог, шкільний психолог, промисловий психолог, педагогічний психолог, психолог-ергономіст, психолог-консультант.

3. Методи психології

Метод - це шлях, спосіб пізнання предмета науки. Стосовно до психології під методом розуміють способи отримання фактів про психіку і способи їх інтерпретації. Психологія використовує цілу *систему методів*, які можна розділити на групи.

1. Емпіричні методи. Основними емпіричними методами отримання фактів у психології є спостереження і експеримент, допоміжними методами виступають тести, самоспостереження, бесіда, аналіз продуктів діяльності, соціометрія, близнецовий метод та ін.

Спостереження може бути безпосереднім і опосередкованим (застосовуються допоміжні засоби, технічні пристрої), а також (короткочасне спостереження) і лонгітюдним (тривалий, іноді протягом ряду років), вибірковим і суцільним. Особливий вид - включене спостереження, коли спостерігач стає членом досліджуваної групи. Наукове спостереження в психології включає наявність плану і цілей спостереження; фіксацію результатів спостереження та їх аналіз; формування гіпотез і їх перевірку в подальших спостереженнях.

Особливий вид спостереження самоспостереження (або інтроспекція), коли людина спостерігає сам за собою, за своїми переживаннями, думками або безпосередньо (висловлюючи вголос те, що він думає в даний момент), або опосередковано (записує в щоденниках, мемуарах, що він відчував, думав, переживав в тій чи іншій ситуації).

Головним методом психологічного дослідження є експеримент - активне втручання дослідника в діяльність випробуваного з метою створення умов, в яких виявляється психологічний факт. Розрізняють такі основні види експерименту:

а) лабораторний експеримент, в якому створюються штучні умови випробування і використовується спеціальна апаратура, а дії піддослідного визначаються інструкцією. При цьому випробуваний хоч і обізнаний про проведення експерименту, його істинного сенсу може не знати. Експеримент багаторазово проводиться з великою кількістю піддослідних, що дозволяє встановлювати загальні статистично достовірні закономірності розвитку психічних явищ;

б) натурний експеримент, в якому моделюються реальні умови і ситуації з тим, щоб отримати справжні дані про психіку та її якості у випробуваного;

в) природний експеримент, який психологічно принципово відрізняється від усіх інших тим, що випробуваний не знає про свою участь в експерименті, діє в природних умовах.

Особливо виділяють формує і керуючий експерименти.

Метод тестів - це метод випробувань, встановлення певних психічних якостей людини. Тест являє собою короткочасне, однакове для всіх досліджуваних завдання, за результатами якого встановлюються наявність і рівень розвитку певних психічних якостей людини. Тести можуть бути прогностичними і діагностичними. Загальні вимоги до тестів: вони повинні бути науково обґрунтовані, надійні, валідні і виявляти стійкі психологічні характеристики. Кожному випробуваному тест повинен надавати однакові можливості.

Існують різноманітні види тестування: особистісних особливостей людини, її темпераменту та інтелекту; здібностей; успішність діяльності; готовність до певної діяльності і т. п.

До емпіричним відносяться методи вивчення продуктів діяльності людини (вивчення малюнків, творів, результатів навчальної або трудової діяльності). По кінцевому продукту реконструюється процес його створення, особливості особистості того, хто його створював, властивостей його психіки.

2. Організаційні методи, що діють впродовж всього дослідження, можуть бути представлені:

а) порівняльними методами, у результаті яких відбувається зіставлення даних нормального і патологічного розвитку, порівняння різних ступенів еволюції або різних рівнів за певними параметрами. Наприклад, метод поперечних вікових зрізів дозволяє зіставляти параметри пам'яті у дошкільнят, школярів, дорослих, людей похилого віку;

б) лонгітюдним методом, який представляє собою безперервне простежування ходу психологічного розвитку групи випробовуваних протягом багатьох років.

В основі методології психологічних досліджень лежать принципи детермінізму, розвитку, об'єктивності, зв'язку свідомості та діяльності, єдності теорії і практики, а також імовірнісний підхід.

4. Сутність психіки в сучасній психології

Етимологічно слово “психіка” (від грец. – душа) має подвійне значення. Одне значення має смислове навантаження суті якої-небудь речі.

Психіка – це суть, де різноманіття природи збирається до своєї єдності, це віртуальне стиснення природи, це віддзеркалення об’єктивного світу в його зв’язках і відносинах.

Психічне відображення не є дзеркальним, механічно пасивним копіюванням світу (як дзеркало або фотоапарат), воно пов’язане з пошуком, вибором. У психічному віддзеркаленні інформація, що надходить, піддається специфічній обробці, тобто психічне відображення – це активне відображення світу у зв’язку з якоюсь необхідністю, з потребами, це суб’єктивне вибіркове відображення об’єктивного світу, оскільки належить завжди суб’єктові, поза суб’єктом не існує, залежить від суб’єктивних особливостей. Психіка – це “суб’єктивний образ об’єктивного світу”.

Психічні явища співвідносяться не з окремим нейрофізіологічним процесом, а з організованими сукупностями таких процесів, тобто психіка – це системна якість мозку, що реалізується через багаторівневі функціональні системи мозку, які формуються в людини у процесі життя, і оволодіння нею формами діяльності і досвіду людства, що історично склалися, через власну активну діяльність. Таким чином, специфічно людські якості (свідомість, мова, праця та ін.), людська психіка формуються в людини тільки прижиттєво, в процесі засвоєння нею культури, створеної попередніми поколіннями.

Таким чином, психіка людини включає щонайменше три складові:

- 1) зовнішній світ, природу;
- 2) її відображення як повноцінну діяльність мозку, як результат взаємодії з людьми;
- 3) активну передачу новим поколінням людської культури, людських здібностей.

Психічне відображення характеризується рядом особливостей:

- воно дає можливість правильно відображати навколишню дійсність, причому правильність віддзеркалення підтверджується практикою;
- сам психічний образ формується в процесі активної діяльності людини;
- психічне відображення постійно заглиблюється й удосконалюється;
- психічне відображення забезпечує доцільність поведінки та діяльності;
- психічне відображення зумовлюється індивідуальністю людини;
- психічне відображення має випереджаючий характер.

Ці особливості виникають, проявляються в процесі розвитку психіки, в якому виділяють ряд стадій, що характеризуються якісними змінами, появою нових можливостей психічного відображення дійсності.

Психіка людини – це якісно більш високий рівень розвитку психіки порівняно з психікою тварин (*homo sapiens* – людина розумна). Свідомість, розум людини розвивалися в процесі трудової діяльності, що виникає внаслідок необхідності здійснення спільних дій для добування їжі при різкій зміні умов життя первісної людини. Для забезпечення вимог такої активності людини її психіка повинна мати значно більші можливості. І хоча видовібіолого-морфологічні особливості людини стійкі вже протягом 40 тисячоріч, розвиток психіки людини відбувається в процесі трудової діяльності. Людина первісного суспільства мала дуже примітивну психіку, яка відрізнялася вже й на тому рівні від психіки тварин. Примітивність її пов'язана із відсутністю того історичного досвіду, яким володіє сучасне людство. Примітивність психіки може бути характерною і для сучасної людини, якщо вона не має можливості за певних об'єктивних обставин оволодівати в навчанні цим надзвичайно могутнім досвідом. Якщо ж людина хоча б частково засвоїла основи культури, то її потенціал значно зростає, а її психічні можливості дозволяють вирішувати проблеми життя і бути успішною. Таким чином, матеріальна, духовна культура людства – це об'єктивна форма втілення досягнень психічного розвитку людства. Завдання навчання, виховання полягають у тому, щоб забезпечити формування свідомості як утворення, яке виникає завдяки опосередкованості психіки людини суспільно-історичним досвідом, що дозволяє забезпечити відповідність психіки умовам життєдіяльності людини.

У процесі історичного розвитку суспільства людина змінює способи і прийоми своєї поведінки, трансформує природні задатки і функції у вищі психічні функції – специфічно людські, історично обумовлені форми пам'яті, мислення, сприйняття (логічна пам'ять, абстрактнологічне мислення), опосередковані застосуванням допоміжних засобів, мовних знаків, створених у процесі історичного розвитку. Єдність, вищих психічних функцій утворюють свідомість людини.

Психічні властивості не утворюють якісно нової єдиної єдності, вони характеризують людину у всій різноманітності її проявів, але разом з тим вони синтезуються і утворюють складні структурні утворення особистості, до яких необхідно віднести:

- 1) життєву позицію особистості (система потреб, інтересів, переконань, ідеалів, що визначає вибірковість і рівень активності людини);
- 2) темперамент (система природних властивостей особистості – рухливість, врівноваженість поведінки і тонус активності, що характеризує динамічну лінію поведінки);
- 3) здібності (система інтелектуально-вольових та емоційних властивостей, що визначає творчі можливості особи) і, нарешті,
- 4) характер як систему відносин і способів поведінки.

Лекція 2

Тема : РОЗВИТОК ПСИХІКИ І СВІДОМОСТІ

План.

1. Виникнення та розвиток психіки.
2. Розвиток механізмів психічної діяльності
3. Розвиток психіки на різних етапах еволюції тваринного світу
4. Виникнення та історичний розвиток людської свідомості

1. Виникнення та розвиток психіки

Виникнення та розвиток психіки — одне з найскладніших питань. Наукове пояснення цього питання розвинулося на основі досягнень біологічної та історичної наук. На певному етапі розвитку природи завдяки взаємодії механічних, термічних, хімічних, акустичних та світлових властивостей матерії з неорганічної матерії виникла органічна матерія — білкова речовина. В органічному світі процес відображення набрав нових властивостей. Якщо в неорганічній матерії згаданий процес має пасивний характер, то у живій — активний, відмінною рисою якого є здатність предмета, що відображує, реагувати на відображуване. Першими проявами такого біологічного відображення є процеси обміну речовин — асиміляція та дисиміляція, що відбуваються у живій матерії та є необхідною умовою життя. Складні білкові молекули, які називають коацерватами, здатні реагувати на впливи, пов'язані з обміном речовин.

Досягнення сучасної біології й біохімії свідчать, що коацервати реагують на впливи, корисні й шкідливі для засвоєння речовин і тих умов, за яких вони відбуваються. Індиферентні ж впливи не викликають реакції. Ця властивість коацерватів називається подразливістю. Подразливість живої матерії є основною властивістю, що виявляється під час переходу від неорганічної матерії до органічної. Подразливість характерна для рослинної стадії розвитку життя.

На стадії виникнення життя живі істоти починають реагувати не лише на біотичні впливи, що входять у процес обміну речовин, а й на нейтральні, небіотичні впливи, якщо вони сигналізують про появу життєво важливих (біотичних) впливів. Здатність реагувати на нейтральні подразнення, які сигналізують про появу життєво важливих впливів, називають чутливістю. Поява чутливості є ознакою виникнення психіки.

2. Розвиток механізмів психічної діяльності.

Матеріальним субстратом психіки є нервова система та її периферійні органи — рецептори. Ці механізми психіки є результатом тривалого процесу взаємодії живих організмів з їх середовищем. Поведінка — це своєрідна активність, прояв життєдіяльності живих істот, завдяки якій вони пристосовуються до свого оточення й задовольняють свої біологічні потреби. Поведінку тварин вивчають фізіологія та психологія. Фізіологія розкриває її фізіологічні та біохімічні механізми та закономірності, а психологія — психологічні. Як зазначалося, психічні реакції пов'язані з появою у живих

організмів чутливості, тобто реакції на нейтральні, індіферентні для організму подразнення. Такі реакції можна спостерігати в експериментальних умовах у деяких видів найпростіших. Експериментально доведено, що в інфузорій (парамецій) можна викликати реакцію на індіферентні для них подразники (світло), поєднуючи їх з важливими для життя подразниками (температурою).

Отже, вже у найпростіших є своєрідні механізми пристосування до оточення як засіб забезпечення життя. Ці механізми у процесі еволюції поступово під впливом ускладнених умов життя перетворилися у багатоклітинних організмів на нервову систему та рецептори. Морфологічні та фізіологічні явища, форма та функція в цьому перетворенні відбуваються в єдності, взаємозумовлюються.

Механізми регуляції поведінки живих істот та їхня функція філогенетично у процесі пристосувальної діяльності закріпилися в організмах і передаються спадково наступним генераціям, забезпечуючи їм пристосування до умов життя в їхній онтогенетичній життєдіяльності.

Розрізняють такі основні етапи розвитку нервової системи як механізму поведінки та психічної діяльності:

- дифузна;
- ганглієва (вузлова і ланцюгова);
- трубчаста.

Дифузна, або сіткоподібна, нервова система — це елементарна форма нервової системи, властива таким багатоклітинним живим істотам, як медуза, актинія, морська зірка. З появою дифузної нервової системи провідність збудження набагато прискорюється, досягаючи 0,5 метра за секунду; на противагу цьому швидкість провідності збудження по протоплазмі, що властиво найпростішим, які не мають нервової системи, становить лише 1–2 мікрони за секунду. Прискорення провідності збудження при дифузній нервовій системі дає живим істотам, яким властива така нервова система, можливість набагато швидше здійснювати пристосувальні реакції. Проте можливості дифузної нервової системи обмежені: на цьому етапі розвитку нервової системи ще немає постійного головного кінця, нервового центру, який би зосереджував одержану інформацію й керував нею, створював програму диференційованої поведінки, що властиво організмам на вищому, ганглієвому етапі розвитку нервової системи.

Ганглієва нервова система виникла через значне ускладнення умов життя. З'явилася потреба у централізованих апаратах для опрацювання інформації та регуляції рухів. Таким апаратом стали нервові вузли, ганглії, які почали зосереджувати збудження, що виникли в об'єднаних нервовим вузлом нервових волокнах, і спрямовувати рухи — відповіді на ці збудження. Вузлова нервова система — перший етап централізації нервових процесів; її можна спостерігати у нижчих видів хробаків.

Вищим етапом вузлової нервової системи є ланцюгова, коли в організмі виникають об'єднані в ланцюги вузли, або ганглії, серед яких головний зосереджує збудження, перероблює їх і регулює рухи окремих

частин організму. Вже у кільчастих хробаків можна помітити дію ганглієвої нервової системи, а найвищого щабля розвитку вона досягає у ракоподібних, павуків, комах.

Так, у кільчастого хробака на передньому, головному кінці зосереджуються нервові волокна, які закінчуються рецепторами і сприймають хімічні, термічні, світлові зміни та зміну вологості, що виникають в оточенні.

Сигнали цих змін проводяться до головного ганглія і опрацьовуються в ньому. Формується “програма” поведінки, що здійснюється у вигляді рухів окремих сегментів тіла хробака. Провідність збудження в ланцюговій нервовій системі набагато вища, ніж у дифузній. Отже, головний ганглій здійснює регулювальну функцію життєдіяльності хробака. При ланцюговій системі виникає новий принцип діяльності нервової системи — інтеграція нервових імпульсів і централізоване керівництво життєдіяльністю організму. На цьому етапі розвитку нервової системи з’являються рецептори — сприймачі інформації.

Дані порівняльної анатомії та фізіології свідчать, що спочатку розвинулися контактні органи, а потім — дистантні, або телерецептори (зір, слух, нюх). Зір виник за певних умов з чутливості організму до світлових (електромагнітних) подразнень. Спочатку ця чутливість розсіювалася по всьому організму, але згодом на вищих етапах еволюції організму поступово зосереджувалася в передній, головній його частині. Слух виник з вібраційної чутливості. Він розвивається найпізніше, у більшості безхребетних його немає. Нюхова чутливість виокремилася з недиференційованої хімічної чутливості, в якій об’єднувалися нюхова та смакова орієнтації організму в середовищі. У багатьох безхребетних смакова та нюхова чутливості недиференційовані. Рецептори та їх диференціація розвинулися в життєдіяльності, у рухах. Живі істоти, в яких є диференційовані рецептори, набагато краще орієнтуються в середовищі, забезпечуючи свої потреби в їжі, розмноженні, уникненні небезпеки. Комахам властиві не лише рухові органи або рецептори, а й секреторні для вироблення павутини у павуків, перероблення нектару у бджіл, будування трубочок у хробаків та ін.

Живі істоти з ганглієвою нервовою системою здатні до “научіння” та “перевчення”, виробляючи в результаті багатьох спроб навичку рухатися в заданому напрямі з метою уникнення больового подразнення. Хробакові потрібно було понад 150 спроб, щоб він з меншою кількістю помилок почав рухатися в лабіринті праворуч, аби уникнути електричного подразнення, яке діяло на нього під час руху ліворуч. А щоб перевчитися, тобто змінити цей “завчений” рух, потрібно було понад 225 спроб. Отже, ганглієва нервова система хробака дає змогу не тільки виробляти нові форми поведінки, а й зберігати вироблені навички, що свідчить про наявність у дощового хробака примітивної форми “пам’яті”. У хребетних тварин через ускладнення умов життя нервова система стала набагато складнішою. Процеси інтеграції та централізації дії нервової системи виявилися в утворенні цереброспінальної нервової системи, що складається зі спинного та головного мозку. Головний

мозок утворився з мозкової трубки, тому нервову систему хребетних тварин називають трубчастою. У процесі розвитку хребетних тварин під впливом умов життя утворилися довгастий мозок і мозочок, середній і проміжний мозок і великі півкулі головного мозку, де розвинулася найскладніша за будовою та функціями кора великих півкуль головного мозку. Кора великих півкуль об'єднує, інтегрує й регулює всю діяльність організму. Вищі відділи головного мозку утворювалися поступово, і їх структура та функції у різних хребетних, життєдіяльність яких відбувається за різних природних умов, не однакові. Тварини, що стоять на вищому щаблі розвитку, мають розвиненіший головний мозок. Показовими щодо цього є дані про співвідношення розвитку головного та спинного мозку у різних тварин і людини. Якщо розвиток спинного мозку взяти за одиницю, то питома вага головного мозку стосовно спинного буде такою: у черепахи — 1, півня — 1,5, коня — 2,5, кішки — 3, собаки — 5, шимпанзе — 15, людини — 49. З еволюцією тваринного світу питома вага кори головного мозку збільшується, починаючи відігравати провідну роль.

Дослідженнями доведено, що екстирпація (знищення) кори по-різному позначається на зоровій та руховій функціях тварин, що стоять на різних етапах біологічної еволюції. Так, щодо зорової функції птахи після знищення кори великих півкуль продовжують бачити, сідають на намічену місцевість, щури не розрізняють форми, реагують лише на світло, мавпа сліпне. Щодо рухової функції птахи після знищення кори великих півкуль продовжують літати, рухи у них не порушуються; у кішки рухи поновлюються за кілька годин; собака за 24 години може стояти, але самостійні рухи розладнані; мавпа може стояти лише зі сторонньою допомогою.

Екстирпація півкуль головного мозку у риб не позначається на їх життєдіяльності, у жаб — майже не позначається, у птахів — позначається: одужавши, птах починає літати, але не орієнтується в середовищі; кішка не нападає на мишу навіть якщо зголодніє; собака стає інвалідом — не знаходить їжі, не впізнає господаря, втрачає можливість набирати досвіду.

3. Розвиток психіки на різних етапах еволюції тваринного світу.

Характерною ознакою психічної реакції є чутливість організму до індиферентних подразників, які за певних умов (збіг їх з біологічно важливими подразниками) сигналізують про можливість або необхідність задоволення біологічних потреб організму.

Чутливість виникає на основі подразливості. Чутливість, вважає О. Леонтєв, генетично є не що інше, як подразливість на впливи, що орієнтують організм у середовищі, виконуючи сигнальну функцію. Подразливість властива органічній природі взагалі. Завдяки їй у рослинному світі відбуваються природжені реакції, які називають тропізмами. Тропізм — це автоматичні рухи в певному напрямі рослин і найпростіших організмів, що зумовлюються неоднаковістю фізико-хімічних процесів у симетричних частинах організму, які викликаються однобічними впливами подразників на

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

Відповідно до видів енергії, що діють на організми в умовах їх існування, розрізняють: фототропізми, хемотропізми, геліотропізми, гальванотропізми та ін. Наприклад, соняшник рухається під впливом фото- та термотропізмів; у спрямованості проростання коріння та стебла, у поведінці хробаків і деяких комах, які зариваються в землю або повзуть до верхівок рослин, виявляється дія гео-, фото- або термо- тропізмів.

З виникненням під впливом умов життя нервової системи, основною властивістю якої є чутливість до впливів навколишнього середовища, виникло психічне відображення, яке щодалі ускладнювалось через ускладнення умов життя, що спричинилося до ускладнення будови організму.

Розрізняють такі основні стадії розвитку психіки тварин:

- елементарна сенсорна психіка;
- перцептивна психіка;
- інтелект.

Стадія елементарної сенсорної психіки. Характерна особливість цієї стадії розвитку психіки полягає в тому, що поведінка тварин зумовлюється дією на організм окремих властивостей предметів, в оточенні яких живуть тварини, — хімічних, світлових, температурних тощо.

Ця стадія властива переважно безхребетним і тим хребетним, що живуть у воді, земноводним і плазунам, у яких немає предметного сприймання. На цій стадії відбувається диференціація чутливості до світла, дотику, запахів, рухова чутливість, у результаті чого виникають і розвиваються аналізатори — дотиковий, зоровий, нюховий і слуховий. Рівень розвитку аналізаторів і рецепторної їх частини залежить від особливостей умов життя живих істот.

Так, у павуків, комах добре розвинена дотикова чутливість (на щупальцях, лапках, крильцях).

Хімічна чутливість розвинена у павуків та інших безхребетних. Вона диференціюється у них на нюхову та смакову чутливість. У хруща налічують 50 тисяч органів нюху, а у трутня — понад 30 тисяч. Комахи чутливі до дуже незначних запахів. Бджола відрізняє запах помаранчової шкірки від 43 ефірних запахів. Бджоли реагують на запах, не приймають чужої бджоли. Комахи — це топохімічні істоти, тобто такі, які мають в організмі зони, чутливі до хімічних подразнень. Загальновідомі чутливість комах до температурних змін, зорова чутливість. Бджоли розрізняють кольори та форми квітів, але не геометричні фігури. Більшість комах є глухими. Лише ті з них мають слух, які власними рухами (крильцями) викликають достатньо інтенсивне коливання звукових хвиль.

Стадія перцептивної психіки. За сенсорною стадією психіки і на її основі розвивається перцептивна стадія діяльності тварин. Для цієї стадії характерне відображення предметів як цілого, а не окремих їх властивостей,

як це спостерігається на сенсорному етапі розвитку психіки. Наприклад, якщо ссавця відгородити від їжі, то він реагуватиме не тільки на предмет, куди спрямована його діяльність (на їжу), а й на умови, за яких ця діяльність відбувається, тобто намагатиметься подолати перешкоду. На сенсорному етапі такої реакції на умови, за яких відбувається життєдіяльність тварин, не буває. Стадія перцептивної психіки властива ссавцям. Вона зумовлюється істотними анатомо-фізіологічними змінами в організмі: розвитком великих півкуль головного мозку, і особливо їх кори та дистантних аналізаторів (зорового, слухового), посиленням інтеграційної діяльності кори.

Умовно-рефлекторна діяльність кори великих півкуль на рівні перцептивної психічної діяльності є підґрунтям для утворення уявлень.

Тривалість збереження образів пам'яті збільшується з еволюцією хребетних тварин. Так, при одноразовому збудженні образна пам'ять діє: у щура — по 10–20 секунд, у собаки — до 10 хвилин, у мавпи — до 16–48 годин.

Тривалість збереження образів пам'яті — цінна особливість перцептивного рівня розвитку психіки. Ця особливість є важливою передумовою виникнення інтелектуальної поведінки тварин.

На стадії перцептивної психіки відбуваються складні зміни у процесах розрізнення та узагальнення уявлень. Виникають диференціація та узагальнення образів предметів. Ці узагальнення — не сума окремих відчуттів, викликаних одночасною дією впливів, властивостей різних предметів, а їх єдність, своєрідна інтеграція, яка є підґрунтям для перенесення операції з однієї конкретної ситуації в іншу, об'єктивно схожу на неї, що істотно ускладнює поведінку тварин на цьому етапі психічного розвитку.

Успішність диференціації та узагальнення залежить не так від ступеня схожості, як від біологічної ролі того, що впливає на тварину. Розвиток узагальнення на стадії перцептивної психіки пов'язаний з розвитком інтегративних зон кори великих півкуль головного мозку, які об'єднують рухи в цілісну операцію (рухові поля), відчуття — у цілісний образ (сенсорні поля). Стадія інтелекту. Психіка більшості ссавців залишається на стадії перцептивної. Але у антропоїдів — людиноподібних мавп — відображувальна діяльність піднімається ще на один щабель свого розвитку.

Цей вищий щабель називають стадією інтелекту, або “ручного мислення” (О. Леонт'єв). Як показали дослідження, мавпам, особливо шимпанзе, властива елементарна розумова діяльність, зачатки наочно-дійового мислення. Мавпи швидше, ніж інші тварини, навчаються та перенавчаються, виявляють більшу рухливість процесів збудження та гальмування.

І. Павлов зазначав, що аналітико-синтетична діяльність кори головного мозку собаки — це конкретне, елементарне мислення. Однак розумова діяльність, інтелект тварин — це зовсім не те, що розум людини. Між ними існують надзвичайно великі відмінності.

Для стадії інтелекту характерним є розв'язання завдань. Мавпа (шимпанзе) в експериментальних умовах не могла безпосередньо дістати їжу (банан, помаранчу тощо). У клітці, де вона перебувала, лежала палиця, за допомогою якої можна було дістати їжу. Ставилося завдання: чи “здогадається” мавпа використати палицю, щоб оволодіти їжею. Спочатку шимпанзе пробує дістати їжу рукою, але зазнає невдачі. Невдача на деякий час відволікає мавпу від поживи. Вона, побачивши палицю, маніпулює нею. Якщо палиця та їжа потрапляють в одне поле зору, мавпа спрямовує палицю на їжу і оволодіває нею, підсуваючи її до себе. Такі дослідження проводилися в різних варіаціях.

Мавпа успішно розв'язувала поставлені перед нею в експерименті завдання. Найскладнішим з них було двофазне завдання, яке полягало в тому, що їжу можна було дістати довгою палицею, але спочатку цю довгу палицю потрібно було дістати короткою, яка була в межах безпосередньої досяжності.

Це завдання мавпа так само розв'язувала. Мавпи здатні об'єднувати в один акт дві дії послідовної операції, з яких перша є підготовчою для здійснення другої, вирішальної операції (двофазні завдання).

У життєдіяльності тварин легко помітити їх взаємні стосунки. Ці стосунки виявляються у своєрідних рухах, позах, акустичних сигналах. На різних етапах розвитку живих істот ці способи стосунків і взаємовпливів набирають різної складності. За їх допомогою тварини сигналізують про небезпеку, поживу, гнів, страх, передають ту чи іншу інформацію. Але ці різновиди стосунків, ця “мова” тварин мають інстинктивний характер, є виявленням емоційних станів. На відміну від людської мови “мова” тварин не є засобом трансляції індивідуального досвіду іншим тваринам.

Інтелектуальна поведінка антропоїдів пов'язана з розвитком кори великих півкуль головного мозку, особливо чолових долей та прифронтальних їх зон.

Якщо у мавпи знищити частину цих зон, то розв'язування ними двофазних завдань стає неможливим. Стадія інтелекту, що властива вищим ссавцям і досягла найвищого рівня розвитку у людиноподібних мавп, є передісторією виникнення та розвитку людської свідомості.

Для всіх стадій психічного розвитку тварин характерні фіксованість та індивідуальна мінливість поведінки. Фіксованими формами поведінки, що передаються спадково, є інстинктивні форми поведінки. Інстинкти (від лат. *instinctus* — спонука) — це акти взаємодії організму із середовищем, механізмом яких є система безумовних рефлексів. Інстинктивна діяльність часто охоплює і механізми тропізмів. Наукове пояснення походження інстинктів дав Ч. Дарвін (1809–1882), довівши, що будова поведінки тварин становить собою органічну єдність і стає результатом природного добору, тих змін у фізичній організації та поведінці, які були викликані зовнішніми умовами й закріпилися в організмі в результаті доцільності їх для життєдіяльності організмів. Розрізняють інстинкти живлення, розмноження,

самозбереження та інші форми родового або видового пристосування до навколишнього середовища.

Інстинктивні форми поведінки — це великої сили спонук для організму. Залежно від умов життя і стану організму виникають, чергуючись, ті чи інші акти поведінки, розмноження, захисту, акти, пов'язані з живленням, тощо. В індивідуальному пристосуванні тварин до умов життя інстинкти здаються осмисленими діями, проте якщо порушити якийсь ланцюг в інстинктивній дії, тварини все одно продовжують здійснювати наступні акти в ланцюгу інстинктивної дії, хоча успіху ця дія не забезпечує. Так, квочка продовжуватиме сидіти на покладах, навіть якщо забрати з-під неї яйця, а бджола, почавши заліплювати наповнені медом щільники, продовжуватиме це робити й тоді, коли випустити із щільників мед. Отже, інстинктивні дії — це неусвідомлювані, механічні дії.

Інстинктивні дії в індивідуальному житті тварин можуть змінюватися.

Наприклад, можна домогтися “мирного” співіснування лисиці та курки, кішки та миші. Проте така індивідуальна зміна інстинкту спадково не передається. Мінливість у фіксованих формах поведінки виявляється в набутті нових навичок і способів дій, що виникають у результаті багаторазового природного доцільного виконання рухів і дій або у процесі дресирування.

4. Виникнення та історичний розвиток людської свідомості.

З розвитком наук, особливо історії та біології, поступово формувалися погляди на походження людини та її свідомість. Найважливішою передумовою для виникнення людської свідомості було своєрідне ускладнення умов життя, в яких жили людиноподібні істоти — антропоїди. Під впливом умов життя центральна нервова система у них стала набагато складнішою структурно та функціонально. У великих півкулях головного мозку поступово розвивалися тім'яні, скроневі й особливо чоліві долі, які здійснювали вищі пристосувальні функції. Надто помітно розвинулися вони у людини під впливом праці. Про це свідчить те, що у мавпи чоліві долі становлять 0,4 відсотка великих півкуль, у орангутанга та шимпанзе — 3,4, а у людини — 10 відсотків.

У процесі біологічного етапу розвитку психіки утворилися передумови для появи вищих, специфічно людських форм психіки — свідомості. Знання біологічного етапу розвитку психіки як передісторії людської свідомості дає можливість науково пояснити її виникнення. Протягом історичного розвитку в різних видах діяльності у людини поступово формувалися специфічно людська, свідомо спрямовувана пізнавальна діяльність, уява, людські почуття та якості волі, різноманітні психічні властивості, які істотно відрізняються від інстинктивної психічної діяльності тварини.

Праця, суспільний спосіб життя — ось основні передумови історичного розвитку людської свідомості як вищої форми психіки, в якій виявляється ставлення людини до свого середовища, здатність змінювати природу, пристосовувати її до своїх потреб. Цих особливостей психіки у тварин немає.

Вони не виокремлюють себе з навколишнього середовища, пасивно пристосовуються до нового.

Знання умов виникнення та розвитку свідомості у людини має велике значення для її формування.

Лекція 3

Тема: Відчуття як найпростіший пізнавальний процес

План.

1. Характеристика відчуттів.
2. Властивості відчуттів.
3. Види відчуттів.

1. Характеристика відчуттів

Відчуття – психічний процес відображення окремих елементарних властивостей дійсності, що безпосередньо впливають на наші органи почуттів. Наприклад, якщо говорити про відчуття кольору, ми маємо на увазі однорідний колір, відволікаючись від величини і форми предмета.

Відчуття – це чутливість до фізичних і хімічних властивостей середовища. Сприйняття і уявлення, які виникли на основі відчуттів є й у тварин, і в людини. Однак відчуття людини відрізняються від відчуттів тварин. Відчуття людини зв'язані з її знаннями, які узагальнені досвідом індивіда.

У відчуттях відбиваються:

- 1) об'єктивні якості явищ (колір, запах, температура, смак тощо),
- 2) інтенсивність (наприклад, більш висока чи більш низька температура),
- 3) тривалість. Відчуття людини так само взаємозалежні, як взаємозалежні різні властивості дійсності.

Відчуття – перетворення енергії зовнішнього впливу в акт свідомості. Вони забезпечують почуттєву основу психічної діяльності, надають сенсорний матеріал для побудови психічних образів.

Окремі властивості предметів і явищ, що впливають на наші органи почуттів, є подразниками, а процес цього впливу - подразненням.

Нервовий процес, що виник у результаті подразнення, є збудженням. Органи відчуттів, одержуючи вплив від подразників, перетворюють енергію зовнішнього подразнення у нервовий імпульс. Кожен орган почуттів (око, вухо, чуттєві клітки шкіри) спеціалізований на прийомі і переробці різних специфічних зовнішніх впливів. Основною частиною будь-якого органа відчуттів є закінченням нервів. Звуться вони рецепторами (від лат. "recipere" - приймати).

Від рецептора нервовий імпульс, який виник у ньому, по доцентрових (афферентних; від лат. "afferentis" - приносити) нервових шляхах попадає у

відповідні ділянки мозку. Рецептори, що проводять нервові шляхи і відповідають ділянці в корі головного мозку є аналізаторами.

Для виникнення відчуття необхідна робота всього аналізатора в цілому, отже, не можна сказати, що зорові відчуття виникають в оці. Тільки аналіз нервового імпульсу, що надходить від ока у відповідні ділянки кори головного мозку (потилична частина), приводить до виникнення зорового відчуття. Діяльність аналізаторів умовно-рефлекторна. Сформований у корі головного мозку нервовий імпульс по центрових (ефферентних (від лат. "efferentis" - що виносить) нервових шляхах, впливаючи на рухові чи секреторні механізми, приведе до тієї чи іншої реакції, викликає відповідне настроювання чутливості рецептора.

Мозок, який одержує зворотний сигнал про діяльність рецептора, безупинно регулює його роботу. Органи чуттів нерозривно зв'язані з органами руху. Наприклад, у процесі зорових відчуттів око робить безупинні рухи, як би обмацуючи предмет. Нерухоме око практичне сліпе.

Таким чином, процес відчуттів – це не одноактне пасивне відображення тієї чи іншої властивості, а активний процес, складна діяльність аналізаторів, що має визначену структуру. Діяльність різних аналізаторів взаємозалежна. Сукупність всіх аналізаторів є сенсорною сферою психіки людини.

Відчуття не тільки несуть інформацію про окремі властивості явищ і предметів, але і виконують функцію, що активує мозок.

2. Властивості відчуттів

Для виникнення якого-небудь відчуття подразник повинен мати визначену величину інтенсивності. Мінімальна величина подразнення, яка викликає ледь помітне відчуття, є абсолютним нижнім порогом відчуття.

Здатність відчувати ці самі слабкі подразники є абсолютною чутливістю. Вона завжди виражається в абсолютних числах. Наприклад, для виникнення відчуття тиску досить впливу 2 мг на 1 кв.мм поверхні шкіри.

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

Поріг розрізнення, чи диференціальний поріг – здатність відчувати ледь помітне мінімальне розходження в силі двох однотипних подразників.

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

Нижні і верхні абсолютні пороги відчуттів (абсолютна чутливість) характеризують межі людської чутливості.

Але чутливість кожної людини змінюється в залежності від різних умов. Так, входячи в погано освітлене приміщення, ми спочатку не розрізняємо предмети, але поступово під впливом даних умов чутливість аналізатора підвищується.

Зміна чутливості аналізатора в результаті його пристосування до діючого подразника є адаптацією.

Різні аналізатори мають різну швидкість і різний діапазон адаптації. До одних подразників адаптація відбувається більш швидко, до інших – повільніше. Більш швидко адаптуються нюхові і тактильні аналізатори.

Наприклад. Повна адаптація до запаху йоду настає через одну хвилину. Через три секунди відчуття тиску відбиває тільки 1/5 сили подразника. Ще повільніше адаптуються слухові, смакові і зорові аналізатори. Для повної адаптації до темряви необхідно 45 хвилин. Після цього періоду зорова чутливість збільшується в 200 000 разів (найвищий діапазон адаптації).

Явище адаптації має доцільне біологічне значення. Воно сприяє відображенню слабких подразників і охороняє аналізатори від надмірного впливу сильних подразників.

Чутливість залежить не тільки від впливу зовнішніх подразників, але і від внутрішніх станів.

Підвищення чутливості аналізаторів під впливом внутрішніх (психічних) факторів є сенсibiliзацією. Так, наприклад, слабкі смакові відчуття підвищують зорову чутливість. Це пояснюється взаємозв'язком даних аналізаторів, їхньою системною роботою.

Сенсibiliзація, загострення чутливості, може бути викликано не тільки взаємодією відчуттів, але і фізіологічними факторами, введенням до організму тих чи інших речовин. Наприклад, для підвищення зорової чутливості істотно значення має вітамін А.

Чутливість підвищується, якщо людина очікує той чи інший слабкий подразник, коли перед нею висувається спеціальна задача розрізнення подразників. Чутливість окремої людини удосконалюється в результаті вправи. Так, дегустатори, спеціально вправляючи смакову і нюхову чутливість, розрізняють різноманітні сорти вин, чаю і можуть навіть визначити, коли і де виготовлений продукт.

У людей, позбавлених якого-небудь виду чутливості, здійснюється компенсація (відшкодування) цього недоліку за рахунок підвищення чутливості інших органів (наприклад, підвищення слухової і нюхової чутливості в сліпих).

Взаємодія відчуттів в одних випадках приводить до сенсibiliзації, до підвищення чутливості, а в інших випадках – до її зниження, тобто до десенсибилізації. Сильне збудження одних аналізаторів завжди знижує чутливість інших аналізаторів.

Так наприклад, підвищений рівень шуму в "голосних цехах" знижує зорову чутливість. Одним із проявів взаємодії відчуттів є контраст відчуттів.

Контраст відчуттів – це підвищення чутливості до одних властивостей під впливом інших, протилежних властивостей дійсності.

Наприклад, та сама фігура сірого кольору на білому тлі здається темною, а на чорному - світлою.

Іноді відчуття одного виду можуть викликати додаткові відчуття. Наприклад, звуки можуть викликати колірні відчуття, жовтий колір – відчуття кислого. Це явище називається синестезією.

3. Види відчуттів

Класифікація відчуттів відбувається за кількома ознаками:

1. За наявністю безпосереднього контакту рецептора з подразником виділяють :

- 1) дистантні відчуття (зір, слух, нюх)
- 2) контактні відчуття (смакові, больові, тактильні)

2. За розташуванням рецепторів прийнято ділити відчуття на три групи:

а) екстероцептивні (від лат. - зовнішній) - відображають якості предметів і явищ навколишнього світу, рецептори знаходяться зовні тіла, до них належать: зорові, слухові, нюхові, смакові, тактильні та інші відчуття;

б) інтероцептивні (від лат. - всередині) - рецептори розташовані на внутрішніх органах і відображають їхній стан, до них належать органічні відчуття;

в) пропріоцептивні (від лат. - власний) - рецептори розташовані в рухових апаратах нашого організму, вони дають нам інформацію про рух і положення тіла в просторі. Це кінестезичні та статичні відчуття.

У межах кожної з цих груп відчуття поділяють на види залежно від аналізаторів і адекватних (відповідних) їм подразників.

Адекватними називають ті подразники, до сприймання яких певний орган пристосований і які в звичайних умовах його збуджують (наприклад, світло – для ока, звукові коливання - для вуха).

Неадекватними (невідповідними) називають такі подразники, до сприймання яких орган не пристосований і які, звичайно, його не збуджують (наприклад, світло - для вуха, механічна дія – для ока і т.д.).

Зорові відчуття відіграють важливу роль у діяльності людини та пізнанні нею навколишнього світу. Апаратом зору є око – орган чуття зі складною анатомічною будовою. Світлові хвилі, які відображає предмет, переломлюючись, проходять через кришталік ока і фокусуються на сітківці у вигляді зображення. Для ока характерною є велика рухливість, яка забезпечується трьома парами м'язів, що рухають його в різних напрямках. Рухи очей, а також повороти голови збільшують можливості зорового аналізатора схоплювати велику кількість об'єктивних подразників, що звідусіль діють на нього.

Око за допомогою рухів моделює подразник, ніби знімаючи з нього зліпок. На це вперше звернув увагу І. М. Сеченов, який порівнює в цьому відношенні око зі щупальцями, що охоплюють предмет з усіх боків. Рухи очей бувають різні (рухи стеження, стрибкоподібні та ін.).

Найважливішою частиною ока є сітківка, яка з'єднується за допомогою зорового нерва з великими півкулями головного мозку. Закінчення зорового нерва різняться за формою і функціями. Рецептори, які нагадують формою

колбочки, пристосовані до відображення кольору. Вони розташовані в центрі сіткової оболонки і є апаратом денного зору. Нервові закінчення у вигляді паличок відображають світло. Вони розташовані навколо колбочок, ближче до краю сітківки. Це апарат присмеркового зору. Відчуття кольору і світла мають свої аналізаторні системи.

Отже, є дві великі групи зорових відчуттів: ахроматичні (безбарвні, які відображають перехід від білого до чорного через масу відтінків сірого кольору) і хроматичні (барвисті, які відображають світлову гаму з численними відтінками і переходами кольорів).

Відчуття кольору характеризується тоном, яскравістю і насиченістю. Людське око може розрізнити до 500 відтінків.

Відображення кольору значно збагачує пізнавальні можливості людини. Досліджено, що чорний колір сигналізує про небезпеку, пригнічує. Зелений колір – колір рослин – заспокоює. Голубий колір пов'язаний з кольором відкритого простору. Він може і заспокоювати, викликати радість, може навіювати за непокоєнні сть. Червоний – викликає збудження, почуття небезпеки.

Вплив кольору на емоційний стан людини враховується при забарвленні робочих приміщень. Колір стін класної кімнати повинен відповідати вимогам психології і технічної естетики, викликати бадьорий настрій у школярів. І навпаки, в спальній кімнаті для дітей має заспокоювати.

Емоційний вплив кольору широко використовується в мистецтві. Тому перед школою стоїть завдання широко використовувати колір в процесі навчання. Зоровий аналізатор дає змогу розрізнити яскравість кольору і цим сприяти виділенню предмету із фону. Чорне на білому або біле на чорному дуже добре видно. Цей закон контрасту лежить в основі розрізнення плоских чорно-білих зображень. Що гірше освітлений предмет і що далі розташований від людини, то більшим повинен бути контраст безпомилкового розрізнення подразника. Закон контрасту ставить певні вимоги до схем, плакатів, наочних посібників, виконаних як в ахроматичних, так і в хроматичних кольорах (кольоровий контраст).

Слухові відчуття також мають велике значення в житті людини. Вони допомагають людині правильно орієнтуватися в навколишньому середовищі і регулювати свої дії. Чутливі закінчення слухового нерва розташовані у внутрішньому вусі (завитку зі слуховою мембраною і чутливими волокнами).

Зовнішнє вухо (вушна раковина) вловлює звукові коливання, а механізм середнього вуха передає їх завитку. В основі збудження чутливих закінчень у завитку лежить принцип резонансу: різні за довжиною і товщиною закінчення слухового нерва приходять в рух (резонують) при однаковій кількості коливань у секунду. Коливання – це рух пружинних тіл, передаються до вуха повітряним середовищем.

Повітряна хвиля, що викликає слухові відчуття, має форму синусоїди і характеризується довжиною і амплітудою, або розмахом. Від довжини хвилі залежить частота коливань: що довша хвиля, то менша частота коливань.

Людське вухо сприймає повітряні хвилі в межах від 16 до 20 000 коливань за секунду. Коливання з частотами, що лежать поза цими межами, людина не чує.

Так, ми не чуємо коливань з частотами, нижчими від 16 коливань за секунду, відомих під назвою інфразвуків, і з частотами вищими за 20 000 коливань за секунду, що називаються ультразвуками.

Розрізняють три види слухових відчуттів: мовні, музикальні та шуми.

В цих видах відчуттів звуковий аналізатор виділяє чотири якості звука:

- 1) силу (або інтенсивність),
- 2) висоту,
- 3) тембр,
- 4) тривалість у часі.

Слухові відчуття мають велике значення в усній мові. В процесі оволодіння мовою і користування нею у людини виробляється фонематичний слух, тобто чутливість до звуків мови.

Він формується протягом життя залежно від мовного середовища, в якому виховується дитина. В основі дуже тонкої диференціації звуків мови лежить утворення тимчасових зв'язків, умовних рефлексів, які, правильно відображаючи акустичні подразники, одержують підкріплення, таким чином набувають значної міцності. Відмінність між звуками різних мов дуже невелика, проте людина виявляє досить велику чутливість до їхніх особливостей, оволодіваючи ними з раннього віку. Так, наприклад, в українській і російській мовах приголосні звуки можуть вимовлятися твердо і м'яко і від цього часто залежить значення слова. Для людей, що не володіють цими мовами, таке диференціювання звуків становить великі труднощі. Оволодіння іноземними мовами передбачає вироблення нової системи фонематичного слуху. Здатність до навчання іноземними мовами значною мірою визначається розвинутим фонематичним слухом. Фонематичний слух помітно впливає і на грамотність писемного мовлення, особливо в початковій школі.

Музикальний слух є теж соціальним явищем. Можливість естетичної насолоди музикою закладена в тому емоційному тоні, який пов'язаний зі звуком. Добре відомо, що окремий звук може бути приємним або неприємним. Але ж між цим елементарним емоційним станом і здатністю насолоджуватися музичними творами лежать століття розвитку музичної культури людства. Музикальний слух виховується і формується, як і мовний.

Шуми менш соціальні і значимі для людини. Шуми можуть викликати певний емоційний настрій (шум дощу, вітру), іноді є сигналом небезпеки (шипіння змій, кроки наближення ворога). В шкільній практиці доводиться зустрічатися з негативним впливом шуму: він заважає виділити у свідомості корисні сигнали – слова, втомлює нервову систему. Не випадково у великих містах оголошена боротьба із шумом на вулицях.

Вібраційна і слухова чутливість мають загальну природу відображення фізичних явищ. Вібраційні відчуття відображають коливання пружного середовища. Цей вид відчуттів називають "контактним слухом". Спеціально

вібраційних рецепторів людина не має, а відображати вібрацію зовнішнього і внутрішнього середовища можуть усі тканини організму.

У житті людини вібраційна чутливість підкорена слуховій та зоровій. Пізнавальне значення вібраційної чутливості зростає у тих видах діяльності, де вібрація є сигналом несправності в роботі якоїсь машини. Для глухих і сліпоглухих вібраційна чутливість компенсує втрату зору та слуху. Так, сліпоглухоніма Ольга Скороходова слухала музику, поклавши руку на рояль, або по кроках чула, хто зайшов до кімнати.

Організм здорової людини короткочасна вібрація може тонізувати, і навпаки - тривала й інтенсивна вібрація втомлює людину і здатна викликати больові явища.

Подразниками, що викликають нюхові відчуття, є мікроскопічні частини речовини, яка потрапляє в носову порожнину разом з повітрям, розчиняється в носовій рідині і діє на рецептор. У багатьох тварин це основний рецептор, він тісно пов'язаний із задоволенням потреб в їжі, паруванні, самозбереженні.

У житті людини нюхові відчуття не мають такого значення, як зорові і слухові. Вони мало пов'язані з орієнтуванням у навколишньому середовищі. Нюхова чутливість тісно пов'язана зі смаковою, допомагає розпізнати якість їжі. Нюх попереджає про несвіжість їжі, про небезпеку для організму повітряного середовища, дає змогу розрізнити в окремих випадках хімічний склад речовини.

У деяких випадках, коли це пов'язано з умовами діяльності людини і тренуванням, нюхова чутливість досягає значної досконалості (наприклад, у дегустаторів, пожежників, робітників парфумерних фабрик і т.д.). Значного розвитку нюх набуває у сліпих і сліпоглухих людей.

Завдяки органам нюху людина відчуває велику кількість різноманітних запахів і визначаються вони хімічною природою тих речовин, які стали їхнім джерелом. Тому і називають їх відповідно до об'єкта: "запах сіна", "запах первоцвіту", "запах троянди", "запах бензину" тощо.

Смакові відчуття тісно пов'язані з нюховими, їх поєднує спільна роль у процесі харчування. Смакові відчуття, як і нюхові, підвищують апетит людини, звідси й анатомічне сусідство їхніх органів: периферичні кінці смакового і нюхового аналізаторів знаходяться поруч і поєднуються один з одним. Аналізуючи якість їжі, смакові відчуття виконують також і захисну функцію. Особливістю динаміки смакових відчуттів є їхній тісний зв'язок з потребою організму в харчуванні. При голодуванні смакова чутливість підвищується, при ситості – знижується.

Органом смаку є язик. Виділяють чотири основні якості смакових подразників: кисле, солодке, гірке, солоне. Як вважають дослідники, із комбінації цих чотирьох відчуттів, до яких приєднуються мускульні рухи язика, і виникає гама смакових відчуттів.

В шкіряних покровах людини є кілька самостійних аналізаторних систем: тактильна (відчуття тиску, доторку), температурна (відчуття холоду і тепла). Всі види шкірної чутливості є контактними.

Тактильна чутливість нерівномірно розподілена по всьому тілу. Найбільшою вона є на слизовій оболонці язика, губ, на долонях і кінчиках пальців. У взаємодії людини з навколишнім середовищем тактильні відчуття відіграють велику роль, оскільки сигналізують про наявність того чи іншого подразника, який стикається з поверхнею тіла. Тактильні відчуття відображають важливі властивості предметів об'єктивного світу: рівність, шершавість, твердість, м'якість, сухість, вологість тощо.

Істотною умовою відчування цих властивостей є рух дотикових органів і передусім руки. Він дає змогу найрізноманітнішими способами вступити в контакт з предметами і краще відображати їхні властивості: форму, просторове розташування предметів, і в цьому відношенні, на думку І.М. Сеченова, є чутливістю, паралельною зору.

Життєва роль тактильних відчуттів особливо зростає у людей, позбавлених зору. Користуючись дотиком, вони навчаються читати руками (за допомогою спеціального шрифту Брайля), розпізнавати розміри, форми предметів тощо.

Коли натиснути на поверхню тіла, то цей тиск може викликати больові відчуття. Рецепторні закінчення больової чутливості розташовані під шкірою дещо глибше, ніж тактильні. В місцях великого скупчення тактильних рецепторів больових рецепторів менше. Якщо тактильна чутливість дає знання про якість предмету, то больові відчуття сигналізують організму про необхідність відірватися від подразника і мають яскраво виражений негативний емоційний тон. У больових відчуттях відображається інтенсивність подразника, його якість, місце дії. Больова чутливість дає сигнал про шкоду, завдану організму.

Ще один вид шкіряної чутливості – температурні відчуття: відчуття тепла та холоду. Температурна чутливість регулює теплообмін між організмом і навколишнім середовищем. Розташування рецепторів тепла та холоду по шкірі нерівномірне. Найбільш чутлива до холоду спина, найменш - груди. Температурні відчуття дають людині перші відомості про термічні властивості навколишніх предметів і явищ.

Велика кількість рецепторних закінчень цих відчуттів розташована на внутрішніх органах. Відчуття, що виникають від них, утворюють органічне почуття (самопочуття, як ми його називаємо) людини. До них належать відчуття голоду, спраги, ситості, нудоти, змін у діяльності серця, легень тощо.

Усі внутрішні органи мають свої рецептори (провідні шляхи, що пов'язують їх з великими півкулями головного мозку). Органічні відчуття є складовими інтероцептивних безумовних і умовних рефлексів. Органічні відчуття спричиняються імпульсами, що йдуть від внутрішніх органів. Це стосується відчуттів голоду, спраги, пов'язаних із задоволенням потреби в їжі і питті.

Органічні відчуття характеризуються недостатньою якістю, нечіткістю, непевною локалізацією. Тому І.М. Сеченов називав їх "темними чуттями".

Виникнення органічних відчуттів супроводжується переживаннями негативних емоцій, а зняття їх пов'язане з позитивним емоційним станом людини. У здорової людини, казав І.М. Сеченов, це "валове почуття загального доброго стану", а у хворої - "почуття загального нездужання".

Статичні, або гравітаційні, відчуття відображають статику тіла, його рівновагу, положення тіла в просторі. Їхні рецептори розташовані у вестибулярному апараті внутрішнього вуха. Різкі і швидкі зміни положення тіла відносно землі (гойдання на гойдалках, морська качка) призводять до запаморочення, "морської хвороби".

Психофізіологічні дослідження показали, що нормальна робота статичного аналізатора необхідна для відображення простору іншими аналізаторами, зокрема зору. Якщо подразнювати вестибулярний апарат електричним струмом, то зорове сприйняття ліній зміщується в горизонтальному напрямі. Освоєння космосу людиною зумовлює її інтерес до вивчення статичної чутливості в стані "невагомості". Досліди показують, що зміни роботи вестибулярного апарату в стані "невагомості" приводить до емоційних зрушень: почуття страху (від падіння вниз) змінюється почуттям радості і щастя. Змінюється форма предметів, що сприймаються зором: вони збільшуються, розпливаються, стають менш барвистими.

Кінестезичними відчуттями називають відчуття рухів і положення окремих частин власного тіла.

Кінестезичні відчуття виникають через скорочення і розслаблення м'язів, розтягування зв'язок, тертя суглобів. Периферична частина є низкою вільних нервових закінчень, кінцевих утворень, розміщених в суглобово-м'язовому апараті. В результаті цих відчуттів складається знання про силу, швидкість, траєкторію рухів частин тіла.

Велика кількість рухових рецепторів розташована в пальцях рук, язика, губах, оскільки цими органами необхідно здійснювати точні і тонкі робочі і мовні рухи. Кінестезичні відчуття, які йдуть від мовного апарату, І.П. Павлов називав "базальними компонентами мови", тобто вважав, що вони лежать в основі діяльності другої сигнальної системи. Рука, яку І.М. Сеченов називав "щупалом", є надзвичайно важливим органом пізнання предметного світу. За допомогою руки людина, особливо на перших порах її індивідуального розвитку, знайомиться з багатьма особливостями навколишніх предметів і явищ. Долонна поверхня руки, як зазначав І.М. Сеченов, дає нам відомості про форму предметів, нагадуючи в цьому відношенні сітківку ока. Рукою ми пізнаємо об'єм предметів, їхню вагу, товщину, силу механічного впливу, їхній рух, певну віддаленість, розміщення тощо. Рука корегує діяльність інших органів чуття, наприклад, зору, а в сліпих замінює його.

Великої досконалості досягає дотик, що здійснюється двома руками (бімануальний дотик). Він має асиметричний характер, функції правої та лівої руки не збігаються, а різняться в залежності від характеру об'єкта, цільової спрямованості сенсорної дії.

Зрозуміло, що розвиток кінестезичних відчуттів є одним із важливих завдань навчання. Уроки малювання, креслення, фізкультури, праці, читання

повинні плануватись з урахуванням можливостей і перспектив розвитку рухового аналізатора. Не менше значення для оволодіння рухами має їхній естетичний бік. Для його виховання необхідно танцювати, займатися художньою гімнастикою, фехтуванням і іншими видами спорту, що розвивають красу, легкість рухів. Особливе значення мають мовні кінестезії. Завдання педагога - виправляти помилки кінестезії при вимові слів. Формування правильного моторного образу слова підвищує мовну культуру, покращує грамотність писемної мови. Навчання іноземної мови вимагає вироблення таких мовних кінестезій, які не характерні для рідної мови. Тому педагогу необхідно стежити за правильною вимовою фонем, формуванням звуків мови, відповідно до вимог мови, яку вивчають.

Лекція 4

Тема: Сприйняття

План

1. Поняття про сприйняття.
2. Різновиди сприймань.
3. Властивості сприймань.

1. Поняття про сприйняття

Безпосередньо контактуючи з навколишнім світом, людина одержує інформацію не лише про певні властивості та якості, що притаманні тім або іншим об'єктам чи явищам, відчуваючи їх, а й відомості про самі об'єкти як цілісні утворення. Таке цілісне їх відображення в мозку людини характеризує другові ланку єдиного процесу чуттєвого пізнання - сприймання.

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

У сприйманні предмета як своєрідного синтезу його властивостей відбувається реакція на комплексний подразник, рефлекс на відношення між його якостями.

У результаті сприймання виникають суб'єктивні образи сприйманих об'єктів - уявлення.

Процес сприймання відбувається у взаємозв'язку з іншими психічними процесами особистості: мисленням (мі усвідомлюємо об'єкт сприймання), мовою (називаємо його словом), почуттями (виявляємо своє ставлення до нього), волею (свідомим зусиллям організуємо перцептивну діяльність).

Важливу роль у сприйманні відіграють емоційний стан особистості, її прагнення, переживання змісту сприйнятого. Емоції постають як мотив, внутрішнє спонукання до пізнання предметів та явищ. У сприйманні предметів та явищ світу важливу роль відіграють активність, дійовість особистості.

Вона виявляється в рухах органів чуття, спрямованих на об'єкти, які сприймаються, у їх обмацуванні, обстеженні зором їх контурів, окремих частин. У всіх різновидах сприймання моторний компонент сприяє виокремленню предмета серед інших об'єктів. На це звернув увагу Й.

Сеченов, вказуючи на ті, що сенсорний і руховий апарати в набутті досвіду об'єднуються у відображувальну систему. Практичні дії - це одна з основних передумов адекватного сприймання предметів та явищ об'єктивної дійсності.

2. Різновиди сприймань

У чуттєвому пізнанні відчуття та сприймання виявляються в єдності. Сприймань поза відчуттями не буває.

Розрізняють сприймання за сенсорними особливостями (зорові, слухові, нюхові, дотикові, смакові, кінестетичні, больові та ін.), відношенням до психічного життя (інтелектуальні, емоційні, естетичні), складністю сприймання (сприймання простору, рухові, годині).

Сенсорний склад сприйняття багато в чому збігається з відчуттям. На відміну від відчуття специфічне в сприйманні полягає в тому, що тієї чи інший бік зорового, слухового, тактильного сприймання стає предметом усвідомлення, розуміння його значення для життя.

Сенсорне сприймання предметів та явищ дійсності відбувається в комплексі, взаємодії органів чуття: зору та кінестетичних відчуттів, зору й слуху тощо. При цьому один з різновидів сприймання постає як провідний, а інші - як допоміжні.

Наприклад, у музичній діяльності провідним завжди є слух, а допоміжним - кінестетична чутливість. У кваліфікованого хірурга кінестетична чутливість відіграє велику роль - контролює й регулює рухи, потрібні для оперування.

За відношенням до психічного життя особистості сприймання набуває особливого значення. В об'єкті сприймання може специфічно постати інтелектуальний або емоційний бік чи предмета явища, що пізнається.

Наукові знання потребують інтелектуального їх сприймання, тобто сприймання змісту, розуміння зрозуміти й термінів, виконуваних дій, посиленої дії пам'яті, уваги, мислення.

Емоційне ж сприймання яскраво постає при сприйманні художніх, мистецьких творів. У цьому різновиді сприймання провідну роль відіграє його емоційний бік, безпосередній вплив сприйманого об'єкта на почуття - моральні, естетичні. Певна річ, художнє сприймання відбувається в єдності з інтелектуальним. Розуміння того, що сприймається, є необхідною його передумовою, алі емоційне переживання в художньому сприйманні визначає його характер: піднесеність або пригніченість настрою, переживання високого, комічного, трагічного, що збуджується сприйманим матеріалом. Сприймання за змістом - це сприймання простору, рухові, годині. У сприйманні простору, рухові та години беруть більшу чи меншу доля різні аналізатори в їх взаємозв'язку.

Сприймання простору відбувається за участю зорового, кінестетичного та слухового аналізаторів. Об'єктом просторових сприймань є диференціація розмірів і форм предметів, віддалі, розміщення їх у просторі, глибини, рельєфу. Сприймання розмірів на око й дотик досягає значної досконалості. Сприймання горизонтальних ліній точніше, ніж сприймання вертикальних. У сприйманні простору велику роль відіграє окомір. Просторові явища досить

точно сприймаються також тактильне та кінестетичне. Сліпі, наприклад, вивчаючи географію, виконуючи трудові дії, успішно орієнтуються дотиком на рельєфному глобусі в розміщенні деталей об'єктів праці.

Слухом людина достатньо успішно сприймає напрямок звуків у просторі: далеко, близько, вгорі, унизу, праворуч, ліворуч. Напрямок на слух можна визначити з точністю до 10 градусів. При моноуральному сприйманні звуку точність сприймання напрямків порушується.

Сприймання віддалі, глибини та рельєфності відбувається по-різному при монокулярному та бінокулярному баченні; При бінокулярному сприйманні (сприймання двома очима) точність визначення віддалі набагато більша, ніж при монокулярному (сприймання одним оком). Сприймання глибини та рельєфу залежить від того, як відображається предмет на сітківці ока: у кореспондуючих чи диспаратних крапках сітківки.

Якщо збуджуються кореспондуючі крапки сітківки, тобто такі, що симетрично розміщені в правому та лівому оці від центральної ямки, те зображення сприймається як один предмет, в одній площині. Якщо ж сприйнятий предмет на сітківці зображується диспаратне, тобто в обох очах по-різному віддалено від центральної ямки, то предмет бачимо або подвоєним, якщо диспаратність є значною, або об'ємно, рельєфно, якщо диспаратність є незначною. На цьому принципі побудовано стереоскопи, стереоскопічне кіно.

При сприйманні простору залежно від розміщення предметів у просторі виникають зорові ілюзії, тобто неточне сприймання розмірів, паралельності, опуклості, угнутості.

Приклади. Пряма паличка, занурена в склянку з водою, здається зігнутою; розмір сонця вранці та ввечері здається великим порівняно з тим, як воно сприймається в зеніті; два однакових гуляй, однакових кружечки, однакові лінії здаються різними серед більших або менших за розміром зображень таких самих предметів тощо. У сприйманні простору важливу роль відіграють акомодация та конвергенція органу зору.

Акомодация - це зміна опуклості кришталика відповідно до віддалі предмета, а конвергенція - це спрямування очей на предмет сприймання. Ці фізичні зміни в органі зору пов'язані зі сприйманням віддалі та обсягу предмета. Сприймання рухові - це відображення зміни положення предметів у просторі.

Сприймання рухові залежить від того, як сприймається рухомий предмет стосовно іншого нерухомого чи рухомого предмета. У першому випадку рух предмета сприймається адекватніше, ніж в іншому. При сприйманні рухомого предмета відносно іншого предмета, що рухається в одному з їм напрямку або в протилежному напрямку, може виникнути ілюзія відсутності або прискорення рухові.

Нерухомий предмет, відносно якого сприймається рух іншого предмета, здається рухомим, але його рух сприймається в протилежному напрямку. Якщо в полі зору немає нерухомого предмета, відносно якого

сприймався рухомий предмет, то рух сприймається в 15-20 разів повільнішим.

Рух літака на тлі безхмарного неба здається повільнішим. Сприймання часу полягає у відображенні тривалості та послідовності дії подразника на організм. Спеціального органу для сприймання часових явищ немає. У сприйманні години беруть доля усі аналізатори, відбиваючи тривалість їх дії.

Важливу роль у сприйманні години відіграють різні органічні зміни, ритмічність їх дії (дихання, серцебиття тощо).

Безпосереднє сприймання тривалості часу є незначним (0,75 с). Триваліші інтервали людина сприймає в результаті поділу та відліку їх рівними частинами в межах однієї секунди. Отже, великі інтервали години сприймаються опосередковано.

Сприймання послідовності відбувається завдяки переровам у тривалості дії подразників на аналізатори.

Сприймання тривалості залежить від ставлення до змісту, характеру сприйманого об'єкта.

Сприймання цікавого викликає ілюзію швидкості перебігу години, а сприймання нецікавого, неприємного, вимушене очікування створюють ілюзію уповільнення тривалості дії.

Знання різновидів сприймання та їх закономірностей має важливе значення для формування професійних якостей фахівця.

3. Властивості сприймань

Важливою умовою успішного сприймання об'єктів дійсності є його вибірковість. Вибірковість предмета сприймання зумовлюється потребами та інтересами людини, необхідністю в знаннях, професійною спрямованістю тощо.

Основні властивості сприймання – предметність, цілісність, структурність, константність, осмисленість. Предметність сприймання виявляється в співвіднесенні відомостей про об'єкти й з самими об'єктами як носіями певної інформації.

Така об'єктивізація одержуваних вражень у конкретних об'єктах реального світу забезпечує орієнтувальну та регулювальну функції в практичній діяльності людини. Предметність сприймання є набутою властивістю, що формується в процесі активної взаємодії суб'єкта з об'єктивним світом і базується на певній системі дій, приводить до розуміння предметності світу. Предмети та явища сприймаються як єдине ціле, у якому його окремі компоненти постають у єдності.

Відсутність у предметі якогось одного його боку або деталі не заважає цілісному сприйманню.

Предмет як ціле, ставлення до нього як цілого, що утворилося в процесі набуття досвіду, визначає його структуру.

Лише в процесі аналізу предмет розчленовується на складові, виокремлюються ті чи інші його характеристики.

Цілісно сприйняте не завжди осмислюється як предмет, що має певну структуру. Осмислення сприйнятого залежить від досвіду та знань

особистості. Тому одні й ті самі предмети людьми різного рівня культурного розвитку, дітьми та дорослими сприймаються та осмислюються по-різному.

За мірою осмислення сприйнятого виокремлюють синкретичне сприймання, характерними ознаками якого є нерозчленованість, злитість сприйманого.

Воно спостерігається в дітей, у малодосвідчених людей. Синкретизм спричинює неадекватність сприймання. При такому сприйманні предмет у свідомості не постає в специфічних, притаманних йому особливостях і може сприйматись як інший предмет, який чимось нагадує сприймане.

Деякі психологи пояснюють синкретизм сприймання дітей та малокультурних дорослих їх біологічним недорозвиненням. Таке пояснення синкретизму безпідставне. Синкретизм залежить переважливо від досвіду, знань особистості, які набуваються в єдності з розвитком, дозріванням організму. Константність сприймання полягає в тому, що форма, розмір, колір предметів сприймаються більш-менш стереотипно незалежно від розумів, за яких предмет сприймається.

Колір кам'яного вугілля сприймається як чорний, хоча на сонці він здається жовтуватим; циліндр сприймаємо як круглий, хоча в деяких положеннях його форма нагадує еліпс. Засадовими стосовно константного сприймання є динамічні стереотипи, тобто утворені тимчасові нервові зв'язки під впливом багаторазового сприймання предмета в певній системі, послідовності, структурі.

У сприйманні предметів та явищ важливу роль відіграють попередній досвід, попередні уявлення особистості. Залежно від повноти їх змісту, спрямованості, організованості сприймане відображається у свідомості більш-менш адекватно. Зміст попереднього досвіду, спорідненість його із сприйманим об'єктом, інтерес до нього є тією передумовою ефективності та адекватності сприймання, які називають *анперцепцією*. У багатьох випадках людина в предметах бачить ті, що вона хоче в них побачити залежно від особистісної установки на сприймання.

Сприймання визначається як об'єктивними, так і суб'єктивними умовами. Серед об'єктивних розумів, які забезпечують адекватність сприймання, потрібно враховувати яскравість, звучність, динамічність предмета, тобто силу подразника, та фізичні умови сприймання - освітленість предмета, віддаль від особини, що сприймає, будову самого предмета - структуру, де чітко виявляються його компоненти, контрастність тла та фігури.

Замасковані предмети, різні види камуфляжу, які приводять до часткового або повного злиття предмета з тлом, сприймаються нечітко, неадекватно. Серед суб'єктивних розумів сприймання особливо важливими є уважність і спостережливість.

Сприймання може порушуватися в результаті органічних ушкоджень кору великих півкуль головного мозку. Травми голови, крововиливи викликають сенсорну або моторну афазію (несприймання мови, порушення вимови, втрату здатності синтезувати, узагальнювати), нездатність,

наприклад, абстрагувати колір від предмета й переносити його на інший предмет. Під впливом глибоких переживань, прагнень щось побачити, почути виникають галюцинації, тобто відчуття предметів, звуків, запахів, яких насправді немає, які не діють на наші органи чуття. Галюцинації мають внутрішнє походження, без відповідного зовнішнього подразнення. Під година галюцинацій у корі великих півкуль головного мозку активізуються раніше утворені тимчасові нервові зв'язки під впливом дії чи тихнув інших предметів та явищ дійсності.

Спостереження й спостережливість. Важливими умовами адекватного сприймання є спостереження й спостережливість.

Спостереження найбільше відрізняє довільне сприймання від мимовільного. Найхарактерніший показник спостереження - тривале, цілеспрямоване зосередження уваги на предметі сприймання. Воно здійснюється з певною метою й за визначеним планом. Спостереження може бути тривалим, коли планується спостереження змін у поведінці тварин під впливом догляду за ними, розвитку дитини під впливом виховання, успішності учнів у засвоєнні знань залежно від розумів і методів навчання. Короткотривалим воно буває тоді, коли спостерігаються нетривалі за годиною явища.

У процесі спостереження увага може зосереджуватись або на явищі загалом, або на окремих його деталях. Це залежить від поставленої пізнавальної мети.

Успішне спостереження потребує визначення його мети, складання плану (де, коли і як провести спостереження), створення необхідних розумів для цього, підготовки засобів спостереження (приладів, інструментів) і фіксації його результатів.

Спостерігати треба вміти. Останнє має особливо велике значення тому, що не всім дітям та дорослим властиве вміння спостерігати. Рівень уміння спостерігати залежить як від навчання спостерігати, так і від спостережливості як якості особистості. Якщо дитину змалку привчають спостерігати явища природи, поведінку тварин, ті чи інші аспекти життя, те в неї розвивається такий бік характеру, як спостережливість, тобто здатність помічати в об'єктах малопомітне, алі важливе для розуміння їх суті.

Спостереження й спостережливість відіграють велику роль у навчанні та трудовій діяльності людини. Відомо, як високо цінував спостереження й спостережливість Ч. Дарвін (відкриття походження видів він пояснював своєю спостережливістю). І. Павлов вважав, що спостережливість дуже потрібна вченому. На його інституті було написано: "Спостережливість, спостережливість, спостережливість".

Облік закономірностей сприймання в діяльності. В залежності від того, чи є у людини потреба сприймати те, що говорить або демонструється, бажання та інтерес до предмету, різними будуть і результати сприйняття.

Важливу роль у сприйнятті відіграє установка, тобто готовність до сприйняття потрібної інформації. Установка надає величезний вплив як на процес, так і результат сприйняття. Від неї залежить, які об'єкти, деталі

будуть сприйматися, на що людина не зверне увагу, наскільки чітким і яскравим буде сприйняття об'єктів. Наприклад, ви кинули монету, вам буде набагато легше її відшукати, якщо ви точно знаєте, яка саме монета впала.

Хорошим засобом формування установки на сприйняття є словесна інструкція. При поясненні завдання важливо підкреслити, що в першу чергу потрібно звернути увагу. Установка може грати і негативну роль, формуючи у нас готовність до сприймання того, що потрібно мовця, направляючи нашу свідомість в потрібному напрямку, що було показано в експериментах Шафера і Мерфі.

Подивіться на професора Ахмана Орамыш, який зображений на рис. 5.

Так як вас орієнтували на портрет людини, то швидше за все, ви і побачили людину. Установка спрацювала! Подивіться на малюнок ще раз. Чи не здається вам, що це просто миша?

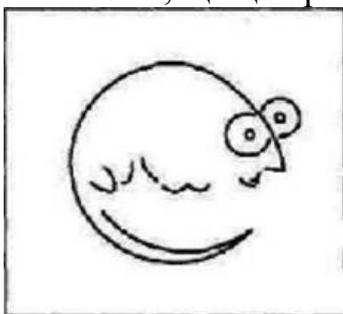


Рис 5. Професор Ахман Орамыш

Вплив установки особливо сильно позначається при сприйнятті людини людиною. Результати сприйняття багато в чому визначаються минулим досвідом, інтересами, знаннями людини. Ця залежність називається апперцепцией. Вплив минулого досвіду особистості на процес сприйняття проявляється в досліджах з спотворюють очками: в перші дні досліджу, коли випробовувані бачили всі навколишні предмети перевернутими, виняток становили ті предмети, перевернуте зображення яких, як знали люди, фізично неможливо. Так, незасвічена свічка сприймалася перевернутою, але як тільки її запалювали, вона бачилася нормально орієнтованою по вертикалі, тобто полум'я було направлено вгору.

Чим багатший досвід людини, тим більше він бачить в предметі. Більш того, іноді людина може побачити те, що хоче, навіть у тому випадку, якщо в даний момент цього ні перед його очима. Тому, викладаючи нове завдання, доцільно звертатися до життєвого досвіду людини, до його знань.

Сприйняття візуальної та мовної інформації

Народна мудрість "Краще один раз побачити, ніж сто разів почути" підтверджується експериментально. Б. Р. Ананьєв підкреслював, що сприйняття через зорову систему йде на трьох рівнях: відчуття, сприйняття і уявлення, а через слухову систему - лише на рівні подання. Це означає, що при читанні інформація сприймається краще, ніж "зі слуху". 20% надходить слухової інформації може загубитися, так як:

- 1) думки течуть в 8-10 разів швидше, ніж мова;
- 2) є відволікаючі фактори (реакція на зовнішні подразники);

3) через кожні 5-10 секунд мозок "відключається", спрацьовують захисні властивості мозку. Саме тому потрібне повторення однієї і тієї ж інформації різними способами і лексичними засобами. Доцільно повторювати складне завдання не менше трьох разів, широко використовуючи наочність.

Дослідження показали, що людина запам'ятовує 15% інформації, отриманої ним у мовній формі, 25% - в зоровій; якщо ж обидва ці способу передачі інформації використовуються одночасно, він може сприймати до 65% змісту цієї інформації.

Сприйняття візуальної інформації є свої закономірності. Ось деякі з них: вертикальна лінія зчитується довше, ніж горизонтальна, хоча вони рівні за величиною. Звідси випливає, що текст, надрукований у стовпчик, зчитується повільніше, ніж той же текст, надрукований у сходинок.

Лінії, що не мають перерви, з плавними заокругленнями зчитуються на 1/3 довше, ніж лінії з різко вираженими кутами. Отже, друкований текст буде читатися швидше, ніж письмова.

Зір вимагає групування інформації. При цьому необхідно враховувати закони гештальта. Найбільш загальним законом гештальттеорії є закон "хорошої форми", що означає тенденцію сприйманого образу приймати завжди закінчену, просту, упорядковану форму. Було запропоновано понад 100 законів гештальта, але до найбільш істотних з них можна віднести наступні:

1. Фактор подібності. Фігури, схожі з яких-небудь елементів (кольором, величиною, формою і т. д.), у сприйнятті об'єднуються і групуються.

2. Фактор близькості. Близько розташовані фігури зазвичай об'єднуються.

3. Фактор "спільної долі". Фігури можуть об'єднуватися загальним характером змін, які спостерігаються в них.

4. Фактор "гарного продовження". З двох пересічних або стосуються ліній вибирають лінії з меншою кривизною.

5. Фактор замкнутості. Замкнуті фігури сприймаються краще.

6. Фактор угруповання без залишку. Кілька фігур намагаються згрупувати таким чином, щоб не залишилося ні однієї стоїть окремо фігури.

Особливе значення в сприйнятті тексту відіграє колір друку і колірний фон. Як показали дослідження, краще сприймається чорний шрифт на білому фоні, потім чорний набір на всіх кольорових планшетах (т. е. фон). Погано сприймається жовтий на білому фоні, і навпаки.

При підборі кольору в комп'ютерних програмах для дисплея з кольоровим екраном важливо знати, що до взаємодоповнюючим кольорів належать три пари: червоний - зелений; жовтий - фіолетовий; синій - оранжевий.

При такому поєднанні кольорів не виникає нових відтінків, а відбувається лише взаємне підвищення насиченості і яскравості. Наприклад, червоні літери виглядають більш насиченими на зеленому тлі, а зелені - на

червоному. Колірний контраст посилюється, якщо окреслити букви чорним контуром, але ослабне, якщо їх окреслити білим контуром.

Дуже важливо враховувати емоційну реакцію людини при сприйнятті кольору. Доведено, що кольори впливають на наш настрій і навіть на прийняття рішень. Колір підсвідомо впливає на наш вибір. Більшість з нас будуть з великою довірою слухати на батьківських зборах вчитель, одягнену в темно-синій костюм, ніж у кофточку салатого кольору.

Кожний колір впливає на наше свідомість по-своєму. Немає "поганих" чи "хороших" квітів, мова йде лише про особливості сприйняття кольору.

Рожевий колір пасивний, заспокоює і пом'якшує емоції, сприяє зниженню агресії. Ось чому радять використовувати рожевий в дитячих кімнатах. Про властивості рожевого свідчать і ідіоми - "рожеві мрії", "життя в рожевому кольорі". Споглядання рожевого настільки пригнічує гнів і фізичну силу, що цей колір активно застосовують у виправних закладах і школах для важких дітей в цілях профілактики асоціальної поведінки та зменшення замахів на самогубство.

Психологи рекомендують рожеве людям, які насилу заспокоюються. Яким би важким не здавався день, бачачи перед собою рожеве, людина просто не зуміє зберегти агресивність.

Лекція 5

Тема: Характеристика уваги

План.

1. Характеристика уваги.
2. Види уваги.
3. Властивості уваги

1. Характеристика уваги

Увага - зосередженість діяльності суб'єкта в певний момент часу на якомусь реальному або ідеальному об'єкті - предметі, події, образі, міркуванні тощо (В.І. Страхов). Увага не психічний процес, а форма організації свідомості та умова успішного протікання психічних процесів та станів. Увага не має власного змісту, виявляє свою дію у зв'язку з відчуттями, сприйняттями, пам'яттю, мисленням тощо. Ці явища актуалізуються у людини не самі собою, а під впливом спрямованості особистості.

Отже, увага є вибірковою спрямованістю й зосередженістю свідомості особистості на об'єктах, що відповідають її потребам, інтересам та цілям діяльності або поведінки. Як пише С.Л. Рубінштейн, у кожному психічному процесі наявний момент, що

виражає різні ставлення особистості, зокрема, до світу людей, природи, свідомості до об'єкта. Це ставлення виявляється в увазі. Наприклад, коли учень цікавиться математикою, вона, ніби в полон, бере його свідомість. Він глибоко й зосереджено, зі стійкою увагою, виявляючи витривалість, працює над розв'язанням математичних задач.

Функції уваги полягають у тому, що людина серед безлічі подразників, що діють на неї, обирає потрібні, важливі, а інші гальмує, виробляє програми дій та зберігає зосередженість, контроль над їхнім протіканням.

П.Я. Гальперін розглядає увагу як самостійну форму психічної діяльності. Він дотримується гіпотези, що увага є діяльністю психічного контролю. Основні положення цієї гіпотези полягають у тому, що увага є однією зі складових орієнтовно-виконавчої діяльності, у якій вона не має власного продукту, а виконує функцію контролю, поступово стаючи внутрішньою скороченою автоматизованою дією.

Довільна увага є увагою планомірною. Це - контроль за дією, що відбувається на підставі виробленого плану, визначених критеріїв та способів їхнього використання.

Мимовільна увага - це також контроль, але такий контроль, який обмежується тим, що є у предметі, ситуації, тим, що "само собою впадає в око". Зміст діяльності такої уваги становить те, що відображає сприймання або мислення, пам'ять або почуття.

Увагу як дію контролю можна формувати. Для цього потрібно не просто поставити завдання, а й навчити перевіряти його виконання на основі певних критеріїв у конкретному напрямі та послідовності. Розпочинати слід з організації контролю як зовнішньої дії, дії, що виконується в матеріальній або матеріалізованій формі. А потім дія контролю шляхом поетапного опрацювання доводиться до розумової, узагальненої, скороченої та автоматизованої форми, коли вона, власне, і перетворюється на акт уваги.

Увага відіграє важливу роль у житті людини. Завдяки увазі регулюється діяльність та поведінка людини. Без уваги неможлива цілеспрямована практична діяльність, ні фізична, ні розумова, адже людина повинна з увагою ставитися до об'єкта та плану своєї діяльності, уважно стежити її за перебігом і наслідками. Увага є необхідною умовою чіткого, усвідомленого відображення навчального матеріалу та його міцного засвоєння. Згідно з поглядами К.Д. Ушинського, увага є тими єдиними дверима нашої душі, через які, безумовно, проходять усі об'єкти зовнішнього світу, відображені свідомістю.

2. Види уваги

Види уваги класифікують, передусім, за особливостями об'єктів. Залежно від того, належать об'єкти уваги до зовнішнього світу (наприклад, різні предмети сприймання) чи ними є наші відчуття, уявлення пам'яті, думки, переживання тощо, вирізняють зовнішню (перцептивну, сенсорну) увагу і внутрішню.

На сьогодні більше вивчена зовнішня увага. Вона зумовлена структурою зовнішніх подразників, що впливають на людину, або "структурою зовнішнього поля". Ці подразники визначають напрям, обсяг та стійкість уваги суб'єкта за умови, що подразник відрізнятиметься від інших за силою, інтенсивністю дії. У разі, коли дія подразників у певний час урівноважена, жоден із них не домінує, виникає коливання уваги. Напрямок зовнішньої уваги змінюється під впливом новизни об'єктів та їхньої структурної організації. Важко сприйняти велику кількість предметів, якщо вони розкидані, представлені без будь-якого порядку, і навпаки, ми легко це зробимо, якщо вони будуть організовані в певні структури.

Внутрішня увага суб'єкта пов'язана зі структурною організацією його діяльності. Увага індивіда може бути прикутою до потреб, що діють як мотиви, до мотивів, якщо вони усвідомлюються, якщо індивід намагається виробити мету, спланувати її виконання, прийняти рішення тощо. Під час діяльності увага може переноситись на уявлення пам'яті, думки, почуття, які індивід переживає, виявляючи певне ставлення до своєї діяльності. У процесі діяльності внутрішня увага може бути більш і менш напруженою. Це залежить від досвіду суб'єкта, від складності мети, яку він ставить перед собою, тощо.

У діяльності, природно, зовнішня і внутрішня увага чергуються. Вони гальмують одна одну, наприклад, важко зосереджено думати про щось суб'єктивно важливе й одночасно виконувати креслення складних рисунків. Внутрішня увага сприяє підвищенню ефективності сприймання, пам'яті, мислення, уяви. Моральний, розумовий та естетичний розвиток особистості неможливий без формування внутрішньої уваги.

За формою організації вирізняють колективну, групову та індивідуальну увагу. Колективна увага означає зосередження уваги певної групи індивідів на одному об'єкті. Наприклад, учні зосереджено слухають розповідь учителя. Коли більшість учнів класу уважно працюють, це позитивно впливає й на тих школярів, яким важко виявляти організовану увагу. Групова увага - полягає у зосередженні уваги групи в умовах роботи в колективі. Прикладом групової уваги є увага школярів під час лабораторних робіт або розв'язування завдань, підібраних відповідно до можливостей окремих груп учнів. Організувати роботу групами важко, бо групи відволікають одна одну.

Індивідуальна увага полягає у зосередженні суб'єкта на своєму завданні. Учитель має завжди чергувати, узгоджувати види уваги учнів, дбати про перехід від одного виду до іншого.

За характером цільового спрямування та за рівнем волевих зусиль вирізняють мимовільну, довільну та післядовільну увагу.

Мимовільна увага - виникає незалежно від наміру та мети людини. У дослідженнях російського психолога Е.М. Соколова був виявлений механізм формування такої уваги. На думку вченого, у центральній нервовій системі утворюється "нервова модель" стимулу або ситуації. Раптова зміна характеристик подразника призводить до виникнення невідповідності між інформацією, що надходить, та уявленнями. Це викликає орієнтувальний рефлекс та на його основі - мимовільну увагу.

Мимовільна увага виникає внаслідок зовнішніх причин, тобто особливостей подразників, що діють на нас, а також внутрішніх спонукань, спрямованості особистості.

Оскільки орієнтувальний рефлекс є біологічною реакцією, то в процесі його виникнення спрацьовує "закон сили". Він полягає в тому, що відповідна реакція залежатиме від інтенсивних змін стимулу. До таких змін зовнішніх причин належать сила і раптовість дії подразника. Наприклад, виразне

мовлення вчителя чи раптова зміна темпу мовлення, інтонації здатні викликати і підтримувати увагу.

Чинниками, що зумовлюють мимовільну увагу, є також новизна, незвичність та контрастність подразника. Так, мимовільну увагу викличуть у школярів поява серед них нового учня, нові види наочності на уроці.

Викликає увагу рухливість об'єкта, а також початок та припинення дії подразника (враховуючи це, роблять рекламу). Інколи корисно розпочати урок, не чекаючи абсолютної тиші в класі.

Крім зовнішніх причин, мимовільну увагу зумовлюють і внутрішні спонукання. Так, увага пов'язана з загальним станом людини, з її настроєм, переживаннями, потребами, інтересами. Особливо дійовий чинник активізації мимовільної уваги становить пізнавальна потреба, елементарними формами якої є зацікавленість, допитливість. Що сильніша пізнавальна потреба, то частіше зміни у стимулі (ситуації) викликать мимовільну увагу. Загально психологічними умовами побудови уроку, на якому пробуджується і підтримується мимовільна увага на основі пізнавального інтересу, є змістовність матеріалу, своєрідність форми викладу, організаційних форм, методів роботи.

Довільна увага полягає у свідомому спрямованому і регульованому зосередженні уваги, яке зумовлене потребами діяльності. Таку увагу називають активною і вольовою. Психологічний зміст довільної уваги пов'язаний з виробленням мети діяльності та вольовим зусиллям.

Відомий психолог У. Джеймс писав, що головний подвиг волі полягає у спрямованості свідомості на непривабливий об'єкт. Виникнення такої здатності пов'язане з розвитком і вдосконаленням спеціальних фізіологічних механізмів. Саме лобні ділянки кори великих півкуль програмують і коригують поведінку людини відповідно до тих завдань, які ставлять перед нею життя та діяльність.

Довільна увага - це спрямованість людини на кінцевий результат діяльності. Людина, виробивши мету, передбачає кінцевий результат, планує способи його досягнення, здійснює контроль за процесом діяльності. Увага регулює напруження в реалізації того чи іншого етапу діяльності, але виявляє в кожному з них свою специфіку. Увага спрямована на активний пошук, на аналіз інформативних ознак та на ретельне планування діяльності.

Велику роль відіграє увага у прогнозуванні, або антиципації. На основі однієї інформативної ознаки досвідчений спеціаліст відшукає інші. Ступінь розвитку здатності до передбачення зумовлюється професійним досвідом. Досвідчений педагог, готуючись до уроку, завжди передбачає труднощі, які можуть виникати у школярів, намагається їм запобігти. За участю уваги відбуваються процеси оцінювання, порівнювання та корекції. Особливу роль виконує контрольна функція уваги.

Отже, довільна увага керує психічною сферою людини при розв'язуванні різноманітних практичних та теоретичних завдань. Підтримання стійкої довільної уваги залежить від багатьох умов, зокрема усвідомлення обов'язку у виконанні певної діяльності. Усвідомлення

школярем свого обов'язку добре вчитися викликає у нього довільну увагу в навчальній діяльності тоді, коли щось відволікає від учіння.

Добре організований процес роботи, виконання домашніх завдань теж викликає готовність бути уважним. До того ж варто пам'ятати про негативну дію побічних подразників (телевізійні передачі, гучна музика тощо). Однак не треба домагатися й абсолютної тиші, коли учень виконує уроки. Згідно з поглядами російського фізіолога І.М. Сеченова, такі умови не сприяють підвищенню ефективності розумової праці. Спеціальні дослідження свідчать про те, що слабкі подразники не руйнують вольової уваги, а, навпаки, підсилюють її (наприклад, приємна тиха мелодія, шум вітру, хід годинника тощо).

Найпотужнішим спонукальним чинником уваги є пізнавальний інтерес, інтерес до знань та учіння. Цей інтерес має вирішальний вплив на всю психічну діяльність. Саме він сприяє переростанню довільної уваги у післядовільну. Основні особливості її полягають у тому, що воля відходить на задній план, а її функції замінює інтерес. Під його впливом збільшується вибірковість уваги. У такому стані післядовільна увага схожа на мимовільну увагу, її можна зруйнувати сильним подразником, що свідчить про підвищення порога орієнтувального рефлексу. Після довільній увазі властива економність, вона є оптимальною для виконання різних видів діяльності. Примусово викликати її не можна: шлях до післядовільної уваги лежить через захопленість справою.

Регулятивна та контрольна функції уваги відіграють важливу роль у діяльності тоді, коли вони своєчасно активізуються. Для реалізації мети діяльності дуже важлива своєчасна, а інколи й випереджувальна активізація уваги. Кожен учитель знає, як важко викликати увагу збуджених після перерви школярів. У зв'язку з синхронізацією уваги розрізняють передувугу - стан підвищеної готовності свідомості до виконання завдання, до включення у роботу. Передувуга може виникати мимовільно та під впливом інструкції. Цей стан може перейти у стан випереджувальної уваги, що передбачає цілеспрямований пошук та відбір інформативних ознак, результатів діяльності, планів здійснення мети, оптимальних методів її досягнення. Протилежним явищем до випереджувальної уваги є запізнена увага. Ця увага пасивна, виникає повільно, часто - примусово.

Отже, всі види уваги залежать від потреб, інтересів, цілей, цінностей особистості, які скеровують увагу, визначають її напрям, глибину та стійкість.

3. Властивості уваги

Увага - це динамічний перебіг пізнавальних процесів. Вона не має власного змісту, а також продукту, але має специфічні властивості. Дослідження властивостей уваги виконувалися під керівництвом М.Ф. Добриніна, І.В. Страхова, В.І. Страхова, Ф.М. Гоноболіна. Особливий інтерес становить розгляд уваги на основі діяльнісного (П.Я. Гальперін) та особистісного (І.В. Страхов, В.І. Страхов) підходів.

Часто в підручниках поняття уваги розкривається через такі важливі властивості цього явища, як спрямованість та зосередженість свідомості людини. Під спрямованістю розуміють насамперед вибірковий (селективний) характер свідомої діяльності. Вибірковість виявляється не тільки в доборі потрібної діяльності чи потрібного об'єкта, а й у більш-менш тривалому зберіганні їх у свідомості. Вибірковість виявляється у сприйманні, моторних процесах, мисленні, почуттях тощо.

Зосередженість як властивість уваги означає не тільки відволікання від другорядного, а й гальмування побічних подразників, які не мають відношення до діяльності, що становить предмет уваги суб'єкта. Зосередженість уваги - це утримування уваги на одному об'єкті або на одній діяльності при абстрагуванні від усього іншого. Наприклад, учень займається конструюванням. Він цілковито поринув у справи, не помічає, як плине час, не реагує на звертання до нього, навіть не чує їх. У цьому разі кажуть про велику силу зосередженості його уваги. Фізіологічною основою зосередженості уваги є сила осередку оптимального збудження і відповідна сила гальмування, що виникла внаслідок індукції та сприяє концентрації збудження в робочих ділянках мозку.

Із зосередженістю пов'язана інтенсивність" або напруження, уваги. Вона оцінюється електроенцефалографічним методом. Що менший інтерес у людини до діяльності, то більше впливають на неї інші подразники. Загальмувати їхню дію людині важче, а тому увага її буде напруженішою.

Зосередженість та інтенсивність уваги об'єднують, називаючи таку властивість уваги концентрацією. Концентрація уваги є умовою успішного виконання діяльності в тому випадку, коли вона поєднується з іншими властивостями, наприклад, з обсягом, розподілом уваги.

Стійкість уваги - це властивість, яка полягає у тривалому утриманні уваги на предметі чи якійсь діяльності. Вона визначається тривалістю зосередженої та інтенсивної уваги. Отже, стійка увага - це тривала, висококонцентрована увага. Ця особливість характеризується часом, впродовж якого діяльність людини зберігає свою цілеспрямованість. Особливо важливим є вміння зберігати стійкість уваги за несприятливих умов, коли діють різні подразники.

Стійкість уваги залежить від особливостей об'єктів, на які вона спрямована. Так, підвищують стійкість уваги цікаві об'єкти, і навпаки, одноманітні об'єкти не сприяють підтриманню уваги. Стійкість уваги підтримується поступовим ускладненням об'єкта сприймання, мислення або почуттів. Проте складний об'єкт, що не відповідає пізнавальним можливостям учнів, швидко викликає втому і знижує увагу до себе.

Стійкість уваги залежить також від активності особистості. Увага може бути стійкою, коли суб'єкт надає об'єктові чи діяльності важливого значення, коли ставиться до них з інтересом і виявляє практичну або відповідну пізнавальну активність, веде пошукову роботу в розв'язанні перцептивних та мисленнєвих завдань.

Коливання (флуктуації) уваги - це періодична короткочасна мимовільна зміна напруження уваги щодо певного об'єкта або діяльності. Це короткочасне та мимовільне підсилення або послаблення уваги, пов'язане зі зміною збудливості відповідних ділянок кори великих півкуль.

Стійка увага може зберігатися впродовж 10-15 хвилин, а короткочасні послаблення уваги не мають значення для діяльності, вони дають можливість зробити маленьку перерву в зосередженості. Отже, тимчасове зниження уваги є короткочасним і необхідним відпочинком, він непомітний і не руйнує стійкості уваги, дає змогу зберегти увагу до певної діяльності до 45 хвилин і більше.

Згідно з інженерно-психологічними дослідженнями, флуктуації уваги можна розглядати як процес самонастроювання сенсорних систем, що забезпечують регулювання їхньої "пропускну" здатності". Вчені пов'язують виникнення коливань уваги зі стадіальністю її зосередженості (включення в роботу, досягнення зосередженості, а потім її коливання, що долаються шляхом вольових зусиль, зниження зосередженості та працездатності при підсиленні втоми).

Стан, протилежний стійкості уваги, називають нестійкістю уваги. Нестійкість уваги виявляється в її відвертанні, або відволіканні, іншими об'єктами, тобто в зміні під їхнім впливом спрямованості діяльності людини. Що менш стійка увага, то частіше і легше вона відволікається другорядними для певної роботи зовнішніми і внутрішніми чинниками, внаслідок чого така робота тимчасово або й зовсім припиняється. Відволікають увагу ті ж агенти, що її мимовільно привертають, а саме: раптові, сильні, різкі, динамічні зовнішні подразники, а також різкі зміни стану організму.

Що менше розвинена особистість, то сильнішою є дія побічних подразників. Тому треба дбати про усунення всього, що може відволікати увагу дітей під час уроку (відчинення дверей, шум у коридорі тощо). Різні засоби унаочнення, які невчасно з'являються в полі зору учнів, відвертають їхню увагу від того, про що говорить учитель. Нестійкість уваги виникає в умовах непосильної, важкої, нецікавої та невмотивованої діяльності.

У всіх видах свідомої діяльності необхідно розрізняти основні, домінуючі процеси, які становлять предмет уваги людини, і "тла", що складається з тих процесів, доступ яких у свідомість ще закритий, але в потрібний момент вони можуть перейти в центр уваги і стати панівними. Відповідно прийнято розрізняти обсяг, розподіл та переключення уваги.

Обсяг уваги - це кількість об'єктів, які сприймаються одночасно з достатньою чіткістю. Обсяг уваги визначається низкою чинників, насамперед особливостями об'єктів сприймання. Не пов'язані між собою предмети сприймаються у кількості від 12 до 14.

С.Л. Рубінштейн підкреслював, що в навчальній діяльності потрібно зважати на особливості обсягу уваги школярів і не переобтяжувати їхню свідомість другорядною інформацією. Вчитель, пояснюючи певне питання, має показати учням внутрішні зв'язки між викладеними думками, що сприятиме розширенню обсягу уваги учнів.

Обсяг уваги залежить від досвіду та практичної діяльності людини. Обсяг уваги в учня, що починає читати, дуже малий, але під час опанування техніки читання, набуття досвіду читання художньої літератури збільшується й обсяг уваги, необхідний для цієї діяльності.

На обсяг уваги впливає суть поставленого завдання. Якщо перед учнем поставити завдання перевірити свою самостійно виконану роботу і знайти помилки у правописі слів, то учень намагатиметься розширити обсяг уваги. Якщо ж звузити завдання, наприклад, сказати, щоб учень відшукав помилки у словах з ненаголошеними "е" та "и", то він обмежить свою увагу лише словами з такими орфограмами.

Обсяг сенсорної уваги вивчається за допомогою приладу Є.О. Мілеряна, який називається тахістоскопом (від гр. "тахісто" - швидко, "скопео" - дивитись). Це екран з віконечком, у якому досліджуваному на короткий час демонструють літери або цифри, фігури, слова тощо. Кількість поданих на екран елементів матеріалу, яку запам'ятав досліджуваний, є показником обсягу його уваги.

Відволікання уваги треба відрізнити від її переключення, під яким прийнято розуміти довільну зміну людиною спрямованості своєї уваги з одного об'єкта на інший. Тут людина свідомо переходить від одного завдання до іншого, сама спрямовує свою увагу на нові об'єкти відповідно до змінених умов її роботи. Потреба переключати увагу виникає в багатьох випадках діяльності людини, наприклад, у роботі водія машини, педагога, який проводить урок у класі, шахіста, що грає з кількома партнерами. В основі зміни спрямованості уваги лежить переміщення в корі головного мозку осередку оптимального збудження.

Переключити увагу легше, якщо між попередньою і наступною діяльністю є зв'язок, якщо попереднє завдання виконане, а об'єкт наступної діяльності цікавить людину. Важче переключити зосереджену увагу з одного об'єкта на інший, якщо до наступного об'єкта або діяльності людина не має інтересу.

Не рекомендується часто змінювати зміст і види роботи у процесі навчальної діяльності, якщо це викликає труднощі у школярів. Під час втоми та одноманітної роботи переключення уваги є корисним і необхідним.

У переключенні уваги яскраво проявляються індивідуальні особливості людини. Уповільненість або швидкість переключення уваги залежить від рухливості основних нервових процесів (збудження та гальмування), проте вправління у переключенні уваги може підвищити його показники.

Розподіл уваги виявляється як одночасна увага до двох або кількох об'єктів та одночасне виконання дій з ними чи спостереження за ними.

Розподіляти увагу можливо й необхідно, у житті це потрібно повсякчас, а деякі професії вимагають неодмінного розподілу уваги (водій, пілот, учитель). Учитель одночасно стежить за класом і дає пояснення. Розподіл уваги необхідний і школяреві під час навчальної діяльності. Наприклад, він слухає пояснення вчителя і стежить за тим, що він показує (карта, картина), або слухає й одночасно робить записи.

Уміння розподіляти увагу виробляється в практичній діяльності. Дві роботи тільки тоді можна успішно виконувати, якщо одна з них настільки засвоєна або легка, що не потребує зосередженої уваги, людина виконує її вільно, лише трохи контролює і регулює. Часто буває так, що в центрі уваги людини - лише одна основна діяльність, а друга займає порівняно малу частину уваги, вона перебуває не в центрі уваги, а на периферії. Отже, при розподілі уваги вона концентрується здебільшого на одній діяльності, основою якої є певний осередок збудження в корі великих півкуль, а друга діяльність забезпечується менш збудженими в цей момент ділянками кори. З огляду на це неможливо розподілити увагу між такими діяльностями, які потребують участі одних і тих самих аналізаторів.

Наприклад, неможливо бути однаково уважним водночас до двох музичних творів. Важко бути уважним до двох видів розумової діяльності.

Важко розподіляти увагу, коли об'єкти уваги дуже складні. Успішніше відбувається розподіл уваги, коли поєднуються розумова та моторна діяльності. Основною умовою успішного розподілу уваги є високий рівень засвоєння принаймні одного виду суміжних діяльностей.

Розподіл уваги залежить від ступеня її зосередженості. Якщо один з об'єктів викликає глибоко зосереджену увагу, її важко розподіляти на інші об'єкти.

Уміння розподіляти увагу можна розвивати, виконуючи методично правильно відповідні вправи. Здатність людини до розподілу уваги залежить від її віку, рівня розвитку особистості та індивідуальних особливостей.

Властивості уваги слід розглядати як складну ієрархічну систему. Так, усі властивості уваги вважають проявами зосередженості уваги або поділяють на три види: інтенсивність, широту (обсяг та розподіл) і переключуваність (єдність стійкості та динаміки).

Лекція 6

Тема: Пам'ять

План.

1. Поняття про пам'ять.
2. Природа пам'яті.
3. Класифікація і види пам'яті.
4. Процеси і закономірності пам'яті.
5. Індивідуальні особливості пам'яті.

1. Поняття про пам'ять

Наш мозок має дуже важливу властивість. Він не тільки отримує інформацію про навколишній світ, але і зберігає, накопичує її. Кожен день ми дізнаємося багато нового, з кожним днем збагачуються наші знання. Все, що дізнається людина, може бути надовго збережене в «коморі» його мозку.

Образи предметів і явищ, які виникають у мозку в результаті впливу їх на аналізатори що не зникають безслідно після припинення цього впливу. Образи зберігаються і в відсутність цих предметів і явищ у вигляді так званих уявлень пам'яті. Подання пам'яті - це образи тих предметів чи явищ, які ми сприймали раніше, а зараз відтворюємо подумки. Уявлення можуть

бути зорові і слухові (подання людського голосу, мелодії, цвірінкання горобця і т.д.), нюхові (ми можемо уявити собі, тобто згадати, запах свіжого сіна, кави, конвалії), смакові (представити смакове відчуття від цукру, лимона). Уявлення можуть бути і відчутні (ми можемо пригадати відчуття від дотику до холодного мармуру або м'якого, ворсистого хутра). Подання пам'яті на відміну від образів сприйняття, звичайно, блідіше, менш стійкі і не такі багаті деталями (порівняйте, наприклад, образ людини, коли ви дивитеся на нього, і уявне представлення його образу), але вони складають важливий елемент нашого закріпленого минулого досвіду.

Пам'яттю називають відображення минулого досвіду людини, що виявляється в запам'ятовуванні, збереженні та наступному пригадуванні того, що вона сприймала, робила, відчувала або про що думала.

Пам'ять – це здатність живої системи фіксувати факт взаємодії із зовнішнім середовищем, зберігати результат цієї взаємодії у формі досвіду та використовувати його в поведінці.

Завдяки пам'яті людина може утримувати безліч змістових зв'язків між явищами світу. В разі її відсутності створюються «болісні розриви» в усьому духовному житті людини, що може призвести до тяжких хворобливих явищ. Втрата пам'яті (амнезія) призводить до руйнації та деградації осіб.

Завдяки пам'яті індивід у формі знання привласнює досягнення попередніх поколінь, оволодіває продуктами культури. Пам'ять – це ланка зв'язку між минулим, справжнім і майбутнім. Втрачаючи пам'ять індивід втрачає не лише своє минуле, а й здатність нормально жити.

Пам'ять, як і всі інші психічні процеси, є діяльність. Запам'ятовує людина, згадує чи, пригадує що-небудь, відтворює або визнає - завжди вона здійснює певну психічну діяльність.

Людина запам'ятовує найбільш точно ті факти, події та явища, які мають для неї, для її діяльності особливо важливе значення. І навпаки, все те, що для людини маловажно, запам'ятовується значно гірше і швидше забувається. Велике значення при запам'ятовуванні мають стійкі інтереси, що характеризують особистість. Все, що в навколишньому житті пов'язано з цими стійкими інтересами, запам'ятовується краще, ніж те, що з ними не зв'язало. На запам'ятовування сильно впливає емоційне ставлення людини до того, що запам'ятовується. Все те, що викликає у людини яскраву емоційну реакцію, відкладає глибокий слід надовго.

Продуктивність пам'яті залежить і від вольових якостей людини. Люди слабовільні, ледачі і не здатні до тривалих вольових зусиль запам'ятовують завжди поверхово й погано. Таким чином, пам'ять пов'язана з особливостями. Людина свідомо регулює процеси своєї пам'яті й керує ними, виходячи з тих цілей і завдань, які ставить у своїй діяльності.

2. Природа пам'яті

Однією з перших психологічних теорій пам'яті була асоціативна теорія. Основоположним принципом стало поняття асоціації – зв'язку між психічними явищами. Людина встановлює зв'язки між інформацією, яку треба запам'ятовувати, і інформацією, яку вона вже знає.

Запам'ятовування - це, як правило, встановлення зв'язку нового з тим, що вже є у свідомості людини. Запам'ятати навчальний матеріал - це означає пов'язати його з колишніми знаннями, запам'ятати іноземне слово - це означає пов'язати його з відповідним поняттям.

Зв'язок між окремими подіями, фактами, предметами чи явищами, відображеними в нашій свідомості і закріпленими у вашій пам'яті, називають асоціацією (у перекладі з грецької - «з'єднання», «зв'язок»). Без цих зв'язків, неможлива нормальна психічна діяльність людини, в тому числі діяльність пам'яті. Сутність асоціативного зв'язку полягає в тому, що поява у свідомості одного елемента цього зв'язку викликає появу у свідомості й іншого елемента цього зв'язку. Я чую прізвище людини, й у мене в свідомості виникає його образ. Я читаю англійське слово «the table», і у мене спливає поняття «стіл». Асоціативні процеси забезпечують запам'ятовування і відтворення різних явищ дійсності в певному зв'язку й послідовності.

Асоціації, або зв'язки, бувають різного роду. Перш за все слід розрізняти прості і складні асоціації. Прості асоціації - це класичні три види асоціацій (поняття про них склалося ще з часів Аристотеля): асоціації по суміжності, асоціації за подібністю і асоціації за контрастом.

В основі асоціацій по суміжності лежать просторові і тимчасові відносини між предметами і явищами. Якщо якісь предмети людина сприймала розташованими близько один до одного в просторі або наступними безпосередньо один за одним у часі, то між ними виникає асоціація. Асоціації з суміжності виникають, наприклад, при заучуванні іноземних слів, алфавіту, таблиці множення (тимчасова асоціація), розташування фігур на шаховій дошці (просторова асоціація).

Асоціації за подібністю виникають у тих випадках, коли предмети і явища чомусь схожі один на одного. Вид плакучої верби може викликати у свідомості образ жінки в горі; розповідь про великого полководця Кутузова може викликати образ Суворова.

За контрастом асоціуються різко відмінні, протилежні факти і явища. Отримавши погану оцінку, учень згадує, як він раніше отримував з цього предмету хороші оцінки. Читаючи в книзі про, сміливий вчинок людини, можна згадати про боягузтво, виявленої іншою людиною в подібній ситуації.

Конкретний зміст асоціації визначається цілою низкою умов, зокрема велику роль відіграють інтереси, професія людини. Наприклад, неважко здогадатися, якого роду образи по асоціації викличе слово «корінь» у математика, ботаніка, зубного лікаря і словесника.

Зрозуміло, всі прояви пам'яті не можна звести лише до зазначених трьох видів асоціацій, як це вважала ідеалістична психологія. Основу наших знань складають асоціації більш високого рівня, складні, або смислові, асоціації, що відображають об'єктивні зв'язки типу «причина-слідство», «рід і вид», «ціле і частина». Іншими словами, в цьому випадку зв'язок між об'єктами встановлюється не тому, що вони сприймалися одночасно або схожі один на одного, а тому, що одне явище є наслідок іншого, або частина іншого, або вид іншого.

Однак ця теорія не охоплює всіх характеристик людської пам'яті, зокрема таких як вибірковість (взаємопов'язані елементи запам'ятовуються не завжди).

Гештальтпсихологія. Феномен пам'яті пояснюється не асоціацією, а цілісністю організації (гештальт). Дослідження Зейгарнік (відкрито ефект зейгарнік). Цікавий і так званий ефект Зейгарнік: людина набагато краще запам'ятовує дії незавершені, ситуації, що неотримали природного дозволу. Якщо ми не змогли (або нам перешкодили) щось доїсти, допити, когось "долюбити", були близько до мети, але не добилися бажаного, то ми запам'ятовуємо це надовго, а завершене забувається дуже легко. Ця особливість пам'яті зумовлена тим, що незавершена дія – джерело сильних негативних емоцій, які в принципі у багато разів могутніші за силою впливу, ніж позитивні.

Тому люди дуже добре пам'ятають невдалу любов, хвороби, нещастя, те, як вони сиділи в окопі або у в'язниці, страждали, мучилися тощо, і зберігають досить розпливчатий спогад про "природну" течію життя.

Якщо людям запропонувати серію завдань і лише частину дозволити виконати до кінця, то виявляється, що незавершені завдання згадуються вдвічі частіше.

Пояснювали так: при отриманні завдання у досліджуваного виникає потреба виконати його, яке цілком реалізує себе, коли завдання виконане і залишається незадоволеною, якщо воно не доведене до кінця.

Цим самим доведено зв'язок між мотивацією і пам'яттю. Вибірковість пам'яті полягає в тому, що зберігаються сліди незавершених завдань.

Біхевіористична теорія після відкриття Павловим рефлекторної теорії будували теорію пам'яті на ролі вправ, необхідних для закріплення матеріалу. В процесі закріплення навичок відбувається їх запам'ятовування. (в процесі навчання ефект. пам'яті залежить від кількості вправ).

Діяльнісна теорія (Виготський, Смирнов, Вінченко) Включила в себе досягнення всіх інших теорій). Закономірності пам'яті визначаються не тільки особливостями її організації, а переважно тим, що робить індивід з цим матеріалом, яке місце надає йому в структурі діяльності. Леонт'єв (один з засновників діяльн. теорії провів експеримент). Дошкільнятам, школярам і студентам 15 слів для запам'ятовування з ілюстрації. Дошкільнята (не користувались) запам'ятовування буквально, безпосереднє. Школярі – картинки істотно допомагають, це свідчить про здатність користуватись допоміжними засобами. Студенти (не користувались) – пам'ять логічна користуються асоціаціями, групуванням слів).

Пам'ять досліджує не тільки психологія, а й фізіологія, біохімія.

Фізіологія: Людський мозок містить блоки приймання, переробки і зберігання інформації. У пам'яті утримується значно більше інформації, а можливо і вся, ніж вона про це «знає». Гіпотеза «абсолютної пам'яті».

Людина пам'ятає завжди все, але воно зберігається в глухих підвалах несвідомого. Відтворити це можна специфічними психотропними препаратами, під гіпнозом, завдяки електростимуляції певних частин мозку.

Н/д. Малоосвічена жінка захворіла на лихоманку і в марені заговорила грецькою, латинською мовою. (В дитинстві вона жила з Пастером, який читав в голос). Одужавши все забула.

Гіпнопедія гр. Нурнос – сон; paidria - навчання. Навчання під час сну, або гіпнозу. В стародавній Греції вчили учнів, у 20 ст. в США та Франції у військово-морських школах.

Хімічна теорія Пам'ять функціонує на молекулярному, біохімічному рівнях. ДНК – носій родової пам'яті – генотип. РНК – основа індивідуальної пам'яті. У 1962 р. дослідження з планаріями. (Хробаками) (Мак – Конел).

Навчали проходити лабіринти, потім розрізали навпіл. Регенеровані планарії із головної та хвостової частини успішно повторювали шлях проходження лабіринту. Це дало змогу зробити висновок, що інформація зберігається в молекулах РНК.

Однак хімічна теорія не може пояснити багатоаспектний сектор пам'яті. Пам'ять реалізується за рахунок психологічного, фізіологічного та біохімічного механізмів, ґрунтується на роботі мозку.

3.Класифікація і види пам'яті

Існує декілька засад класифікації за такими критеріями як :

- 1.Зміст матеріалу .
 - 2.Характерні мети діяльності.
 - 3.Час його закріплення і зберігання .
1. Класифікація за змістом матеріалу.

Рухова пам'ять – запам'ятовування і відтворення рухів. Рухова (моторна) пам'ять. Рухова (моторна) пам'ять виявляється в запам'ятовуванні і відтворенні рухів та їх систем. Вона лежить в основі вироблення і формування рухових навичок (ходьби, листи, трудових і спортивних навичок і т.д.). Рухова - пам'ять дозволяє, наприклад, піаністу грати в повній темряві, гімнастові подумки «відчути» порядок рухів у розученою комбінації.

Встановлено, що уявне представлення якогось руху завжди супроводжується ледь помітними, зародковими рухами відповідних м'язів. Напружено уявляючи собі рух, ми непомітно для самих себе здійснюємо його. Відомий досвід: якщо тримати в руці нитку з прив'язаним до кінця вантажем і уявити собі, що вантаж розгойдується; то вантаж поступово почне розгойдуватися. Це означає, що при поданні, будь-якого руху у відповідних рухових центрах кори мозку виникає слабкий процес порушення робочих органів. Емоційна - зберігає переживання і почуття, пов'язані з минулими подіями.

Станіславський: якщо ви здатні бліднути і червоніти при одній згадці про минулі події, у вас є емоційна пам'ять. М'ясищев досліди: Учням пропонувалось запам'ятати 50 картинок. При позитивному ставленні – всі 50, при негативному – 28, при байдужому – 7. Емоційна пам'ять – пам'ять про пережиті почуття. Позитивні - або негативні почуття, пережиті людиною, не зникають безслідно, а запам'ятовуються і відтворюються при певних умовах.

Емоційна пам'ять має велике значення в формуванні особистості людини. Вона дозволяє йому регулювати - поведінку залежно від раніше

пережитих почуттів. Пережиті і збережені в пам'яті почуття виступають як спонукальні сили або до здійснення тієї чи іншої дії, або до відмови від дії, якщо з ним пов'язані переживання в минулому.

Відтворення раніше пережитого почуття згадується при певних умовах: повторному сприйнятті або пригадування того, що пов'язано з ним в минулому.

Образна – зорові, слухові, нюхові, смакові уявлення обличч людей, аромат яблук, шум моря. Притаманна особливо художникам, музикантам, дітям дошкільного і молодшого шкільного віку. Образна пам'ять - це запам'ятовування, збереження і відтворення образів раніше сприймалися предметів і явищ дійсності. Розрізняють підвиди образної пам'яті - зорову, слухову, тактильну, нюхову і смакову. Зорова і слухова пам'ять найбільш чітко проявляється у всіх людей, а розвиток тактильної, нюхової і смакової пам'яті пов'язано переважно з різними видами професійної діяльності (наприклад, у дегустаторів харчової промисловості, фахівців парфумерного виробництва) або спостерігається у людей, які позбавлені зору і слуху.

Високого розвитку досягає образна пам'ять у людей, що займаються мистецтвом: художників, музикантів, письменників. Деякі художники, наприклад, можуть писати портрети по пам'яті, не потребуючи в тому, щоб люди позували. Композитори Моцарт М. А. Балакіреєв, С. В. Рахманінов могли запам'ятати складний музичний твір, прослухавши його всього один раз.

Деякі люди мають дуже яскраво виражену образну пам'ять, так званої ейдетическая пам'яттю (від грецького слова ейдос » - образ). Ейдетичні образи - наслідок тривалої інертності збудження центральної коркової ланки зорового або слухового аналізатора. Тому людина - ейдетика деякий час після сприйняття продовжує зовсім чітко, у всіх деталях бачити тільки що сприйняту картину, чути прослухану мелодію і т. д.

Точність відтворення, тобто відповідність образу оригіналу, істотно залежить від участі мови при запам'ятовуванні. Найважливішу роль тут відіграє правильне пояснення і розуміння того, що сприймається. Школярі, що сприймають предмет поза словесного пояснення, як правило, відтворюють його образ неточно, фрагментарно (уривчасто).

Словесно-логічна пам'ять нерозривно пов'язана з мисленням і мовою. Вона є провідною у засвоєнні знань учнями в процесі навчальної діяльності. Словесно-логічна пам'ять. Словесно-логічна пам'ять виражається, в запам'ятовуванні, збереженні та відтворенні думок, понять, словесних формулювань. Думки не існують поза мовою, поза тих чи інших слів і виразів. Тому й вид пам'яті називають не просто логічним, а словесно-логічним. Цей вид пам'яті специфічно людський. Тварини мають інші три види, пам'яті, але словесно-логічна пам'ять у них відсутня.

Відтворення думок не завжди відбувається в тому ж словесному вираженні, в якому вони були спочатку виражені. В одних випадках запам'ятовується і відтворюється тільки загальний зміст навчального матеріалу, суть думок, а буквальне словесне відтворення їх не потрібно. В

інших випадках необхідно запам'ятовувати і відтворювати точно, буквально словесне вираження думок (правила, визначення і т.д.). Однак буквально відтворення словесного матеріалу може відбуватися без розуміння його сенсу, тоді його заучування буде вже не логічним, а механічним запам'ятовуванням. Форма відтворення думки залежить від рівня мовного розвитку. Чим менш розвинена мова школяра, тим важче йому виразити сенс своїми словами. Але в цьому випадку якраз і важливо спонукати його переказувати навчальний матеріал своїми словами.

Запам'ятовування сенсу - це запам'ятовування загальних і суттєвих сторін навчального матеріалу і відволікання від несуттєвих деталей і особливостей. Виділення істотного залежить від розуміння самого матеріалу, того, що в ньому найбільш важливе і значуще, а що другорядне. Отже, запам'ятовування і відтворення смислового матеріалу тісно пов'язано з процесами мислення, з розумовим розвитком людини, із запасом його знань. Діти, особливо молодшого шкільного віку, самостійно виділяють істотні ознаки з великим трудом, їм необхідна допомога вчителя. Що стосується деталей, то діти запам'ятовують і відтворюють їх нерідко дуже добре, надають їм непропорційно велике значення, особливо коли ці деталі мають яскраву наочність, конкретність і емоційним впливом.

2. Класифікація за характером мети діяльності.

Мимовільна пам'ять – здійснюється без мети, без вольового зусилля. (в ігровій формі запам'ятовуються назви країн, постійно прослуховуючи музику запам'ятовуємо текст пісень, читаючи цікаву книжку запам'ятовуємо події.

Довільна пам'ять протікає з чіткою постановкою мети щось запам'ятати, відтворити, пригадати. Головне знаряддя довільної пам'яті – мова. Розвиток довільної логічної пам'яті вимагає не тільки нагромадження великого словникового запасу, а й оволодіння певною системою розумових операцій - класифікації, систематизації, послідовності.

Критерій розвиненої довільної пам'яті – усвідомлення мети запам'ятовування. Мимовільна та довільна пам'ять – послідовні ступені розвитку. Мимовільна пам'ять – генетично перший вид пам'яті. Має назву буквально, механічна. Заснована на наслідуванні. До 5 – 6 років діти відтворюють механічно речення, наслідуючи дорослих. Після 5 років про включення логічних процесів свідчать помилки в будові речень:

Н/д У наших дітях, у моїх братах . Довільна пам'ять 2 етап розвитку, виконує керівну функцію.

3. Класифікація за часом закріплення і зберігання:

Сенсорна пам'ять – миттєвий відбиток, що фіксується в периферичних частинах аналізаторів (у внутрішніх каналах вуха, на сітківці ока, в закінченнях шкірного, нюхового, смакового нервів).

Короткочасна характеризується швидким запам'ятовуванням матеріалу, негайним його відтворенням і дуже нетривалим зберіганням (20 – 30 сек.). Має механічний характер. Якщо матеріал осмислюється, то інформація переходить у тривалу пам'ять.

Тривала пам'ять зберігає людський досвід і забезпечує довгочасне (від годин до десятиліть) збереження матеріалу. Це найскладніший і наймісткіший вид пам'яті. Відомі випадки феноменальної пам'яті, коли інформація відтворюється після тривалого зберігання без змін.

У людей, які не мають описаних феноменальних здібностей, тривала пам'ять перетворюється на базу інтуїції (часто думаємо, що інтуїтивно знаємо, насправді це тривала пам'ять).

4. Процеси і закономірності пам'яті.

Пам'ять реалізується у вигляді взаємопов'язаних процесів: Запам'ятовування – збереження – відтворення – забування – аналіз матеріалу – виявлення найважливішого – узагальнення – запам'ятовування узагальнення. Запам'ятовування. Діяльність пам'яті починається з запам'ятовування, тобто з закріплення тих образів і вражень, які виникають у свідомості під впливом предметів і явищ дійсності в процесі відчуття і сприйняття. З точки зору фізіології запам'ятовування - це процес утворення і закріплення в мозку слідів збудження.

Від успішності запам'ятовування навчального матеріалу багато в чому залежать досягнення в навчальній діяльності школяра. Запам'ятовування може бути мимовільним, коли воно відбувається без заздалегідь поставленої мети запам'ятати, протікає без вольових зусиль, як би само собою. Зрозуміло, далеко не все, що необхідно пам'ятати людині, запам'ятовується їм мимоволі. Найчастіше людина ставить перед собою спеціальну мету - запам'ятати, докладає для цього певних зусиль, спеціальні прийоми .

Навчальна діяльність школярів - засвоєння знань, набуття вмінь та навичок - спирається переважно на довільне запам'ятовування. Систематичне, планомірне, спеціально організоване запам'ятовування із застосуванням певних прийомів називають завчанням.

2-й етап – збереження - це процес, що забезпечує утримання матеріалу в пам'яті в продовж тривалого часу. Пам'ять зберігає увесь наш досвід, але є механізми витискання із свідомості непотрібної інформації. На зберігання вимагають час і обсяг матеріалу.

3-й етап – відтворення - процесу який відтворює матеріал, що зберігається в пам'яті. Поділяється на впізнавання (відтворення в умовах повторного сприймання) і власне відтворення – мимовільне або довільне відтворення матеріалу .

4-й етап - забування – процес який призводить до втрати чіткості зменшення обсягу закріпленого в тривалій пам'яті матеріалу і неможливості його відтворити. Темп забування залежить від віку, характеру матеріалу, ситуацій в яких він запам'ятовувався. Забування пов'язане з підсвідомими мотиваціями, в результаті дегенеративних процесів у нервовій системі (алкоголізм, старіння) мозкових травм. Втрата пам'яті – амнезія повна, часткова, прогресивна.

5. Індивідуальні особливості й типи пам'яті.

Індивідуальні особливості генетично залежать від властивостей нервової системи. Виділяють різні типи пам'яті залежно від того, що успішніше

запам'ятовує людина і як вона вважає за краще запам'ятати.

По-перше, люди по-різному запам'ятовують різний матеріал. Одні найбільш добре запам'ятовують картини, особи, предмети, кольори, звуки. Це представники наочно-образного типу пам'яті. Інші краще запам'ятовують думки і словесні формулювання, поняття, формули і т. п. Це представники словесно-логічного типу пам'яті. Треті однаково добре запам'ятовують і наочно-образний, і словесно-логічний матеріал. Це представники гармонійного типу пам'яті. По-друге, люди воліють запам'ятовувати різними способами. З цієї точки зору розрізняють типи пам'яті залежно від ступеня участі основних аналізаторів у процесі запам'ятовування: зоровий, слуховий, руховий і змішаний (зрительнотруховий, зорово-руховий і слухо-руховий) типи.

Одні люди краще запам'ятовують зорово, інші - на слух, треті - за допомогою рухових відчуттів, четверті - при комбінованому способі. Спостерігаючи школярів, також можна бачити, що одні діти успішніше запам'ятовують навчальний матеріал, читаючи його про себе, інші - читаючи вголос або слухаючи вчителя, треті, для того щоб запам'ятати, вдаються до запису. Найбільш поширений змішаний тип пам'яті. «Чисті» види пам'яті зустрічаються рідше.

Індивідуальні відмінності пам'яті залежать від характеру діяльності людини. Інакше кажучи, типи пам'яті залежать від вправи аналізаторів, включених в конкретну діяльність людини (навчальну, професійну та т. д.). Певне значення мають і деякі особливості вищої нервової діяльності.

Індивідуальні відмінності виявляються у таких аспектах як: Швидкість – визначається кількістю повторень, необхідних для запам'ятовування. Точність – кількість помилок при відтворенні. Міцність – швидкість забування. Готовність – здатність пригадати в потрібний момент мислення.

Лекція 7

Тема: Мислення та мисленнєві операції

План.

1. Поняття про мислення.
2. Мисленнєві операції.
3. Види мислення.

1. Поняття про мислення

Пізнавальна діяльність людини починається з відчуттів і сприймань. Відображуючи дійсність на чуттєвому рівні за участю аналізаторів, людина одержує різнобічну інформацію про зовнішні властивості та ознаки предметів, які фіксуються в її свідомості у формі звукових, просторових, часових, смакових, дотикових та інших уявлень. Проте такої інформації про об'єктивний світ людині недостатньо для задоволення різноманітних потреб практичної діяльності, яка потребує глибокого і всебічного знання об'єктів, з якими доводиться мати справу. Вичерпні знання про об'єкти дійсності, їх внутрішню, безпосередньо не дану у відчуттях і сприйманнях сутність, людина одержує за допомогою мислення — вищої абстрактної форми

пізнання об'єктивної реальності. Уявне відображення дійсності характеризується низкою особливостей. Одна з цих особливостей виражається в опосередкованому характері уявного відображення дійсності.

Мислення людини нерозривно пов'язане з мовою, яка є знаряддям формування і способом існування думки. У слові закріплюється нагромаджений пізнавальний досвід, який людина використовує в разі потреби. Узагальнюючи у слові свої знання про предмети та явища дійсності, людина виходить за межі того, що дано їй безпосередньо у відчуттях і сприйманнях, значно розширює свої пізнавальні можливості, удосконалює мислення. Розумова діяльність органічно пов'язана з практикою. Практика є джерелом розумової діяльності. Мислення породжується потребами людської практики і розвивається у процесі пошуку шляхів їх задоволення. Навіть для наукових теоретичних проблем пізнання, які не пов'язані безпосередньо з потребами практики, вона є їх віддаленим джерелом. У свою чергу, практична діяльність неможлива без мислення, вона стимулює його постійний розвиток, сприяючи впровадженню досягнень людської думки в різні сфери життя суспільства.

Людина живе серед подій, які відбуваються одна за одною або паралельно. Потреби, цілі людини зумовлюють необхідність розібратись у тому, що з чого виходить, як пов'язані між собою події, об'єкти, явища, які їхні властивості детермінують цей зв'язок.

На перший погляд здається, що в цьому допоможе досвід, збережений у пам'яті людини. Наприклад, вона запам'ятала за прожитий період певну кількість випадкових зв'язків – і цього досить для підтримання життєдіяльності, для реалізації своїх потреб та завдань.

Отже, потрібне уважне вивчення, обстеження, аналіз ситуації з метою виявлення таких взаємозв'язків фактів, подій, об'єктів та їхніх властивостей, які необхідні для розв'язання проблем. Пошук саме істотної для нас ознаки - це не простий, а досить своєрідний акт, що виконує мислення. Кожний автор визначає зміст цього поняття, пов'язуючи його з загальним предметом

психології - психічним відображенням дійсності, яка опосередковує життя індивіда. Проте в поясненні предмета психологічної науки "психічне відображення" виступає як нерозчленована єдність. Відображення, що здійснюється мисленням, має свої сутнісні і специфічні властивості.

Мислення – це вища форма психічного відображення. Пізнання світу починається з відчуттів, сприймань та уявлень, але ця чутлива картина світу не дає змоги глибоко і всебічно його пізнати. Зокрема, живе споглядання неспроможне проникнути у складні форми взаємодії явищ, об'єктів, подій, у їхні причини та наслідки. Для відображення цих моментів буття необхідний перехід від відчуттів, сприймань (чуттєвого відображення) до мислення. Шляхом мислення індивід виявляє взаємозв'язки між предметами, подіями і явищами, з'ясовує причини та наслідки цієї взаємодії. Мислення, надбудовуючись над відчуттями й сприйманнями, відкриває нові сторони явищ та різних об'єктів. Так, у фізиці відкрито елементарні частинки або ультрафіолетові та інфрачервоні промені, їх не можна побачити, про них

можна тільки мислити. Емпіричне знання містить у собі чуттєві ознаки предметів, явищ дійсності, але там, де цих знань не вистачає, виникає напруження, що є сплавом думок і почуттів.

Отже, мислення використовує емпіричні знання для міркування і становить трамплін для вищого ступеня відображення світу, що полягає у здійсненні глибинного аналізу, пошуку значущих для індивіда орієнтирів.

Мислення дає знання про істотні властивості, зв'язки і відношення об'єктивної реальності, здійснює у процесі пізнання перехід від явища до його сутності (О.М. Леонт'єв). Мислення, на відміну від процесів чуттєвого відображення, опосередковано відображає дійсність. Воно здійснюється через аналіз, синтез, порівняння, узагальнення, тобто через мисленнєві операції, спираючись на знання, що дістає вираження у слові. Воно дає можливість вийти за межі безпосереднього досвіду.

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

Мислення має активний, дійовий і цілеспрямований характер. Виникнення в індивіда відчуттів, сприймань зумовлене зовнішніми чинниками. Ці процеси виникають при безпосередній дії подразників на органи чуття, незалежно від бажань суб'єкта. Мислення, зазвичай, актуалізується і спрямовується сутністю та значущістю для суб'єкта проблеми.

Мислення нерозривно пов'язане з мовою та мовленням. Думка об'єктивується у мові та мовленні. Мовлення є способом, а мова – засобом вираження думки і формою її існування. Будь-яка думка виникає і набуває свого розвитку у слові, а вдало дібране слово вдосконалює, уточнює думку. Що більше продумана думка, то чіткіше буде виражена у мовленні. Враховуючи особливості взаємозв'язку і взаємодії мислення та мовлення, П.Я. Гальперін розглядає формулювання думок уголос, закріплення думки або судження в слові як один із послідовних етапів формування розумових дій. Так, якщо вчитель пропонує учневі думати вголос, це поліпшує контроль за "маршрутами" думки та вдосконалює її. Особливу роль у процесі взаємодії мислення і мовлення відіграє внутрішнє мовлення. Воно обслуговує думку, сприяє виникненню її і готує до вираження у зовнішньому мовленні.

Наголошуючи на специфічності взаємодії мови і мислення, німецький філософ Й. Діцген зазначав, що мислення відображає світ як художник, а мова служить для цього художника пензлем, яким він змальовує загальну спорідненість усіх речей. Отже, мислення людини не існує поза мовою.

Мислення має соціальну природу. Суспільно-історичний характер мислення пояснюється тим, що виникнення і розвиток його зумовлені

суспільними потребами. Суспільний характер має і мета мислення, наприклад, актуальними для людства є екологічні проблеми планети.

Для розв'язання проблем люди використовують історичний досвід, засвоюють знання, закріплені у слові. У процесі засвоєння знань розвивається і мислення. Отже, мислення є продуктом суспільно-історичного розвитку. Водночас розвиток мислення суб'єктів зумовлює суспільний поступ, виконує роль його детермінанти.

Щоб підготуватися до життя, молоді потрібно опанувати досвід людства, вчитися. Цей досвід певним чином організований і поданий у навчальних планах, програмах, підручниках і посібниках для різних рівнів наявної в суспільстві системи освіти. Успішне засвоєння досвіду може відбутися на основі активної цілеспрямованої мисленнєвої діяльності, за умови виявлення творчості та самостійності школяра.

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

Визначення мислення, які можна знайти в більшості підручників, охоплюють декілька ознак. О.В. Брушлінський прагне збільшити кількість специфічних рис визначенні мислення. Але такий підхід швидше показує предмет дослідження або вказує на відмінність мислення від сприймання. Є й інші підходи до визначення мислення. С.Л. Рубінштейн вважав, що основним предметом психологічного дослідження мислення є його процес або розгляд цього процесу у плані діяльності. П.Я. Гальперін писав, що психологія вивчає не просто мислення і не все мислення, а тільки процес орієнтування суб'єкта при розв'язуванні інтелектуальних задач. О.К. Тихомиров переконаний, що предметом психологічного дослідження мислення є види мислення.

Сутність мислення можна визначити так: мислення - це психічний пізнавальний процес узагальненого та опосередкованого відображення істотних елементів, властивостей і зв'язків між ними у предметах і явищах об'єктивної дійсності. Це відображення відбувається на основі виникнення другосигнальних тимчасових нервових зв'язків з опорою на першосигнальні зв'язки. Тимчасові нервові зв'язки на рівні першої сигнальної системи віддзеркалюють емпіричні знання, у яких істотне і варіативне співіснують. Слово ж вбирає в себе суттєве у характеристиці предметів, явищ і подій, завдяки своїй здатності до узагальнення дає змогу відірватися від дійсності, абстрактно відобразити глибинне в об'єктах буття.

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

1. Розуміння. Г.С. Костюк зазначав, що процеси розуміння – це і є процеси нашого мислення, спрямованого на розкриття тих чи інших об'єктів у їхніх істотних зв'язках з іншими об'єктами, що досягається на основі

включення нового знання у суб'єктивний досвід. На думку Е.В.Ільєнкова, зрозуміти явище означає з'ясувати спосіб його виникнення, проаналізувати самі умови виникнення явища, що спричинює утворення понять та розуміння. Розуміння можна розглядати як одну з форм мислення, властивість або компонент мислення.

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

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

4. Рефлексію розглядають як діяльність суб'єкта, що спрямована на усвідомлення способів і дій його пізнання. Самопізнання виконує регулювальну функцію щодо поведінки або діяльності суб'єкта.

2. Мисленнєві операції

Щоб зрозуміти певний об'єкт, треба знати факти, що його характеризують. Перехід від фактів до розкриття їх сутності, до узагальнюючих висновків відбувається за допомогою розумових і практичних дій.

Розумові дії — це дії з об'єктами, відображеними в образах, уявленнях і поняттях про них. Ці дії відбуваються подумки за допомогою мовлення. Перш ніж діяти з предметами (розбирати їх, складати, щось будувати з них), людина робить це подумки, не вступаючи в контакт із цими предметами і не змінюючи будову самого об'єкта. При цьому залежно від того, які образи відіграють провідну роль, розумові дії бувають сенсорними, перцептивними, уявними, мисленнєвими. Дії мислення (наприклад, при розв'язуванні арифметичних задач) формуються на основі зовнішніх практичних дій. Дослідження процесу їх формування (П. Гальперін, Н. Талізін) показали, що спочатку дії відбуваються, спираючись на сприймання матеріальних предметів або їх зображення (дитина практично оцінює кількість). Далі вони здійснюються у плані голосного мовлення без спирання на предмети чи їх зображення. Нарешті, дії виконуються подумки за допомогою внутрішнього мовлення, тобто стають внутрішніми діями мислення. Далі вони автоматизуються, узагальнюються, згортаються.

Розумові дії, як і практичні, різноманітні; вони пов'язані з конкретним матеріалом.

У розумових діях можна виокремити їх основні складові, або процеси — розумові операції: порівняння, аналіз, синтез, абстрагування, узагальнення, класифікація, систематизація.

Порівняння — важлива розумова операція. За її допомогою пізнаються схожі та відмітні ознаки і властивості об'єктів. Операції порівняння різняться за складністю залежно від завдання чи змісту порівнюваних об'єктів. Порівнянню належить важлива роль у розкритті істотних ознак предметів.

Аналіз і синтез. Аналіз у мисленні є продовженням того аналізу, що відбувається в чуттєвому відображенні об'єктивної дійсності. Це уявне розчленування об'єктів свідомості, виокремлення в них частин, аспектів, елементів, ознак і властивостей. Об'єктом аналізу можуть бути будь-які предмети та їх властивості. Починається аналіз практичними діями і завершується уявним розумовим аналізом. Аналіз необхідний для розуміння сутності будь-якого предмета, але сам його не забезпечує.

Розуміння потребує не лише аналізу, а й синтезу. Аналіз і синтез — це протилежні й водночас нерозривно взаємопов'язані процеси.

Синтез — уявне поєднання окремих частин, аспектів, елементів, ознак і властивостей об'єктів в єдине, якісно нове ціле.

Синтез, як і аналіз, спочатку виникає у практичній діяльності, а потім стає дією мислення. Синтезувати можна елементи, думки, образи, уявлення. Аналіз і синтез — основні розумові операції, що в єдності забезпечують повне та глибоке пізнання дійсності.

Абстрагування і узагальнення. Розумовий аналіз переходить в абстрагування, тобто уявне відокремлення одних ознак і властивостей предметів від інших і від самих предметів, яким вони властиві.

Виокремлені у процесі абстрагування ознаки предмета розуміються незалежно від інших його ознак і стають самостійним об'єктом мислення. Так, спостерігаючи переміщення у просторі різних за характером об'єктів:

машини, людини, птаха, хмаринок, небесних тіл, людина виокремлює рух як спільну для них властивість і осмислює його як самостійну категорію.

Застосування операції абстрагування в пізнавальній діяльності дає можливість глибше й повніше відобразити найскладніші явища об'єктивної дійсності. Високим рівнем абстрагованості характеризується, зокрема, наукове, теоретичне мислення. Воно відіграє провідну роль в утворенні понять, які є засадовими для будь-якого знання. Абстрагування готує ґрунт для глибоких узагальнень. Операція узагальнення виявляється в уявному об'єднанні предметів, явищ у групи за істотними ознаками, виокремленими у процесі абстрагування.

Узагальнення — це продовження і поглиблення синтезуючої діяльності мозку за допомогою слова. Слово виконує узагальнюючу функцію, спираючись на знакову природу відображуваних ним істотних властивостей і відносин, що присутні в об'єктах.

Узагальнення виокремлених ознак предметів та явищ дає можливість групувати об'єкти за видовими, родовими та іншими ознаками. Така операція називається класифікацією. Класифікація здійснюється з метою виокремлення та подальшого об'єднання об'єктів на основі спільних істотних ознак. Класифікація сприяє впорядкуванню знань і глибшому розумінню їх змістової структури. Щоб здійснити класифікацію, треба чітко визначити її

мету, виокремити ознаки об'єктів, що підлягають класифікації, порівняти об'єкти за особливими ознаками, визначити загальні основи класифікації, згрупувати об'єкти за певним принципом.

Упорядковування знань на підставі гранично широких спільних ознак груп об'єктів називається систематизацією. Систематизація забезпечує виокремлення та подальше об'єднання не окремих об'єктів, як це спостерігається при класифікації, а їх груп і класів.

3. Види мислення

Різноманітність типів мисленневих задач зумовлює різноманітність не тільки механізмів, способів, а й видів мислення. У психології прийнято розрізняти види мислення за змістом: наочно-дійове, наочно-образне та абстрактне мислення; за характером задач: практичне і теоретичне мислення; за ступенем новизни й оригінальності: репродуктивне (відтворювальне) і творче (продуктивне) мислення.

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

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

Особливістю абстрактного (словесно-логічного) мислення є те, що воно відбувається з опорою на поняття, судження, з допомогою логіки, не використовуючи емпіричних даних. Р. Декарт висловив таку думку: "Я мислю, отже, я існую". Цими словами вчений наголошує на провідній ролі у психічній діяльності мислення, і саме словесно-логічного.

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

Теоретичне мислення – це вид мислення, який полягає у пізнанні законів, правил. Воно відображає істотне у явищах, об'єктах, зв'язках між ними на рівні закономірностей і тенденцій. Продуктами теоретичного мислення є, наприклад, відкриття періодичної системи Менделєєва,

математичних (філософських) законів. Б.М. Теплов писав про людей теоретичного мислення, що вони є абстрактні уми, які здійснюють прекрасну "інтелектуальну економію" шляхом "зведення фактів до законів, а законів до теорій". Теоретичне мислення інколи порівнюють з емпіричним. Відрізняються вони характером узагальнень. Так, у теоретичному мисленні

наявне теоретичне узагальнення – узагальнення абстрактних понять, а в емпіричному – узагальнення емпіричних, чуттєво даних ознак, виділених шляхом порівняння. Основним завданням практичного мислення є фізичне перетворення дійсності. Воно інколи може бути складнішим, ніж теоретичне, адже часто розгортається за екстремальних обставин та за відсутності умов для перевірки гіпотези.

Інтуїтивне та аналітичне мислення розрізняють на підставі трьох ознак: часу перебігу процесу, структурності (чіткий розподіл на етапи) та рівня перебігу (усвідомленості або неусвідомленості). Аналітичне мислення - це вид мислення, який розгорнутий у часі, має чітко виражені етапи, достатньою мірою усвідомлені суб'єктом. Інтуїтивне, навпаки, вид мислення, згорнутий у часі, який протікає швидко, в ньому відсутній поділ на етапи, він мало представлений у свідомості.

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

Репродуктивне мислення – це вид мислення, який забезпечує розв'язання задачі, спираючись на відтворення вже відомих людині способів. Нове завдання співвідноситься з уже відомою схемою розв'язання. Незважаючи на це, репродуктивне мислення завжди потребує виявлення певного рівня самостійності.

У продуктивному мисленні найповніше виявляються інтелектуальні здібності людини, її творчий потенціал. Творчі можливості дістають вияв у швидкому темпі засвоєння знань, у широті їх перенесення в нові умови, в самостійному оперуванні ними. Українські та зарубіжні психологи (Г.С. Костюк, Дж. Гілфорд) дійшли висновку, що творче мислення є сукупністю тих особливостей психіки, які забезпечують продуктивні перетворення у діяльності особистості. У творчому мисленні домінують чотири особливості, зокрема оригінальність розв'язання проблеми, семантична гнучкість, що дає змогу бачити об'єкт під новим кутом зору, образна адаптивна гнучкість, яка уможливорює зміну об'єкта з розвитком потреби у його пізнанні, семантична спонтанна гнучкість як продукування різних ідей щодо невизначених ситуацій.

Лекція 8

Тема: Мовлення

План.

1. Поняття про мову і її функції.
2. Фізіологічні механізми мовної діяльності.
3. Різновиди мовлення.

1. Поняття про мову і її функції.

Найбільш загальними і необхідними умовами продуктивної психічної діяльності особистості є мова і мовлення, спілкування та увага. З одного

боку, вони проймають усе психічне життя людини і забезпечують можливість активного задоволення її пізнавальних і суспільних потреб, а з другого - є засобами реалізації внутрішнього світу та можливостей особистості.

Мова - суто людський засіб спілкування в духовному і практичному житті людини і являє собою систему знаків для передавання, приймання і використання інформації. Мова виникла в процесі становлення самої людини як суспільної істоти, в процесі спільної трудової діяльності людей. Передумовами виникнення мови були здатності видавати звуки та здійснювати рухи, які виступали способом спілкування, засобом задоволення потреби обмінюватися думками, пізнавати властивості предметів і явищ.

Мова - суспільне явище, найважливіший засіб влаштування людських стосунків. За її допомогою люди здатні порозумітися, здійснюють обмін думками, набувають знань, передають їх нащадкам, мають змогу організувати спільну діяльність в усіх галузях людської практики.

Комплекси звуків мови, що позначали певні об'єкти, набували певного значення, ставали спільним для людей засобом обміну думками. Мова є системою знаків соціального походження, яка утворилася і сформувалася впродовж історичного розвитку діяльності людини.

Слово як одиниця мови має два аспекти - зовнішній, звуковий (фонетичний) і внутрішній, змістовий (семантичний). Обидва вони є продуктом тривалого суспільно-історичного розвитку. Єдність цих двох аспектів (але не тотожність) утворює слово. Зовнішня фонетична форма слова - це умовний знак предмета або явища, що не передає прямо й безпосередньо його властивостей.

Слово суміщає функції знака та значення. Останнє історично розвивалося, звужувалося, узагальнювалося, надавалося новим об'єктам. Внаслідок цього виникла багатозначність слів, що також є продуктом історичного розвитку мови.

Головні складові мовної системи - її словниковий склад і граматична будова. Словниковий склад - це сукупність слів кожної окремої мови. Його специфіка характеризує рівень розвитку мови: чим багатший і різноманітніший словник, тим багатша і різноманітніша мова.

Практичне вживання мови включає активний словник, тобто слова, якими людина користується для висловлення своїх думок, спілкуючись з іншими людьми, і пасивний - ті слова, які вона розуміє, коли їх чує або читає, але рідко їх вживає. Обсяг і характер активного і пасивного словників людини залежать від її освіти, професії, міри опанування мови, характеру та змісту діяльності. Словниковий склад сам по собі ще не становить мови. Для того щоб з допомогою слів людина могла обмінюватися думками, потрібна граматики, яка визначає правила зміни слів, сполучення їх у речення. Це забезпечує граматична будова мови.

Слова, що є в реченні, необхідно не лише розуміти, а й відповідно узгодити, щоб точно передати зміст думки.

Грамматика мови формує правила зміни слів (морфологія) і правила сполучення їх у речення (синтаксис) і цим дає змогу висловлювати поняття та судження, складати уявлення про предмети та явища, їх різноманітні ознаки та відношення.

Слово як одиниця мови є носієм інформації, воно завжди співвідноситься з означуваними ним певними об'єктами та явищами дійсності. Фіксація в слові об'єктивної дійсності та суспільно-історичного досвіду в різних формах їх вияву визначає сигніфікативну (означувальну) функцію мови.

Грамматична будова мови - функція, зумовлена потребами спілкування та розвитком вираження змісту предмета у формі інформаційних структур. Вона - можливість формулювати думки і передавати зміст повідомлення.

Описані раніше головні елементи і функції мови стають засобом спілкування, засобом обміну думками за умови, коли відбувається мовлення між людьми.

Мова і мовлення — поняття не тотожні. Мовлення - це акт вживання людиною мови для спілкування. Залежно від віку, характеру діяльності, середовища існування людини її мовлення набуває певних особливостей, незважаючи на те, що люди говорять однією мовою. Так, у однієї людини мовлення образне, яскраве, виразне, переконливе, а в другій - навпаки: обмежене, бідне, сухе, малозрозуміле. Це вже свідчить про відмінності у володінні мовою.

Кожній людині притаманні свій індивідуальний стиль мовлення, відмінності в артикуляції звуків, інтонації, логічній виразності. Отже, кожна людина говорить по-своєму, хоча й користується спільною для всіх мовою.

Мовлення не існує і не може існувати поза будь-якою мовою. З іншого боку, сама мова залишається живою тільки за умови, коли активно використовується людьми. Мова розвивається і вдосконалюється під час мовного спілкування. Мовлення і є формою актуального існування кожної мови. Мовлення тлумачиться і як мовна діяльність, оскільки за його допомогою можна, наприклад, забезпечити спілкування, розв'язувати мнемонічні або розумові завдання. У таких випадках мовлення може набувати форми мовного акту, що є складовим елементом іншої цілеспрямованої діяльності, наприклад трудової або навчальної. Мова - це засіб чи знаряддя спілкування між людьми.

2. Фізіологічні механізми мовної діяльності

Фізіологічним підґрунтям мовлення є умовно-рефлекторна діяльність кори великих півкуль головного мозку. Подразниками для нього є слова, "сигнали сигналів" (І. П. Павлов), що заміняють безпосередні предмети та їх властивості. Як подразник слово має три форми вираження: слово почуте, слово побачене, слово вимовлене. Функціонування його пов'язане з діяльністю периферійного апарату мовлення та центрально-мозкових фізіологічних механізмів.

Периферійний, або голосовий, апарат мовлення складається з трьох частин:

1) легенів, бронхів, трахеї; 2) гортані; 3) глотки, носової порожнини, носоглотки, язичка, піднебіння, язика, зубів і губ. Кожен з цих органів відіграє певну роль в утворенні звуків мовлення.

Діяльність периферійного мовленнєвого апарату - зона впливу кори великих півкуль головного мозку, якою вона спрямовується і функцією якою вона є. Ця функція властива лише людському мозку. Мовні зони кори репрезентовані кількома аналізаторами, що взаємодіють і координаційно пов'язані з усією діяльністю нервової системи. Мовлення як рефлекторний за своєю природою акт здійснюється за участю другої сигнальної системи та в тісному взаємозв'язку з першою сигнальною системою.

Слово, завдяки досвіду людини, пов'язане з усіма зовнішніми і внутрішніми подразниками. Подразнення надходять до кори великих півкуль і можуть сигналізувати про них, змінювати їх чи викликати певні реакції на них. У результаті в корі утворюються відповідні системи тимчасових нервових зв'язків. В утворенні цих зв'язків беруть участь зоровий, слуховий і руховий аналізатори.

Кора великих півкуль двобічно-еферентними та аферентними шляхами пов'язана з різними частинами периферійного мовного апарату.

Акт мовлення пов'язаний з роботою всієї кори великих півкуль, окремі її ділянки відіграють особливу роль, пов'язану з локалізацією в них мозкових закінчень аналізаторів, які керують слуханням та говорінням. Встановлено, що центри мовлення розташовані в скроневої частині лівої півкулі. Проте вся ця ділянка пов'язана з різними механізмами мовлення. Наприклад : Понад сто років тому П. Брока помітив, що ушкодження певної ділянки кори, а саме задньої частини третьої чолової звивини лівої півкулі, призводить до порушення мовленнєвої артикуляції - до так званої моторної афазії. Хворий втрачає змогу довільно висловлювати думки, хоча руховий артикуляційний апарат лишається неушкодженим. Брока дійшов висновку, що ця ділянка є центром "моторних образів слів".

Дещо пізніше К. Верніке встановив, що при ураженні верхньої скроневої звивини лівої півкулі у хворого порушується розуміння мовлення. Він дійшов висновку, що в цій частині лівої півкулі локалізуються "сенсорні образи слова". При ушкодженні цієї ділянки у хворого виникає так звана сенсорна афазія, яка полягає в порушенні можливості розуміти мовлення інших. Чуючи мовлення, хвора людина не може пов'язати його звучання з певним значенням.

Ці та інші ділянки кори, пов'язані з окремими аспектами мовної функції, не є самостійними і суворо ізольованими центрами мовного процесу, задіяними впродовж мовленнєвого акту, а є лише окремими ланками складного нервового процесу мовної діяльності. Дослідження Брока і Верніке сприяли появі цілої низки аналогічних тверджень, в яких усі психічні функції, пов'язані з мовленням, "розподілялися" між певними ділянками кори.

Але численними дослідженнями фізіологів і психологів доведено, що таке тлумачення фізіологічного підґрунтя мовної діяльності є недостатнім

для її інтерпретації. Так, дослідження М. І. Жинкіна, які стосуються питання з'ясування механізму мовлення, доводять існування кількох таких механізмів. Перш ніж будувати мовленнєвий акт, ми будуємо його змістовий "кістяк" (за допомогою предметно-зображувального кола уявлень, образів і схем). Це і є механізм програмування висловлювання.

Далі задіюється група механізмів, пов'язаних з переходом від плану програми до граматичної (синтаксичної) структури речення. До групи таких механізмів належать механізм граматичного прогнозування синтаксичної конструкції, механізм, що забезпечує запам'ятовування, зберігання та реалізацію характерних граматичних форм слів, механізм переходу від одного типу конструювання до другого (трансформація), механізм розгортання елементів програми в граматичні конструкції та ін.

Крім зазначених, виокремлюються ще механізм пошуку необхідного слова за значенням та звуковими ознаками, механізм добирання необхідних звуків мови та механізм реального існування звукового мовлення.

Таким чином, можна констатувати, що фізіологічне підґрунтя мовлення досить складне, воно розгортається в певній часовій послідовності. Тому говорити про ізольовану локалізацію в корі великих півкуль головного мозку всіх складових мовленнєвого акту недоцільно.

Сприймання мовлення забезпечується тими самими механізмами, що й говоріння. Сприймання мовлення - це поетапний переклад сприйнятого на значеннєвий (предметно-зображувальний) код, ототожнення окремих слів, словосполучень, а також цілих фраз з нашим мовним досвідом.

Розуміння мовлення є завершальною стадією перекладу, коли ми співвідносимо зміст сприйнятого (згорнуте мовлення, прочитаний текст тощо) із змістом нашої свідомості та різними чинниками діяльності.

Ці уявлення про фізіологічне підґрунтя та механізми мовлення підтверджують сучасні дослідження мовної діяльності, афазій, що виникають внаслідок поранення, пухлин та інших порушень діяльності певних ділянок кори великих півкуль. Значний внесок в їх характеристику на рівні різних механізмів мовлення зробив психолог О. Р. Лурія.

Він виокремив динамічну афазію, пов'язану з порушенням змоги говорити фразами, хоча хворий має змогу повторювати слова, називає предмети і розуміє мову. Це наслідки порушення або механізму програмування висловлювання, або механізму його граматично-семантичної організації.

Сенсорна афазія виявляється у втраті фонематичного слуху, тобто в порушенні зв'язку між звуковим складом і значенням слова, що є наслідком порушення звукового аналізу слова.

Семантична афазія ~ це порушення, яке полягає в труднощах при добиранні слова та розумінні семантичних співвідношень слів. Наприклад, хворий розуміє слова "батько", "сестра", але не може зрозуміти, що означає сполучення "сестра батька".

Еферентна моторна афазія - хвороба, пов'язана з руйнуванням структури висловлювання: хворий зберігає знання окремих слів, проте

втрачає здатність поєднувати слова в певній послідовності. Тут порушено принцип су к цс си вн ості. Близькою за своєю характеристикою є аферентна моторна афазія, яка полягає в порушенні чіткості мовленнєвої артикуляції, у труднощах із добиранням потрібного звука

Крім порушень мовлення, пов'язаних з ураженням коркових частин аналізаторів, трапляються і функціональні його порушення, пов'язані з діяльністю мовно-рухової частини. Одне з них - заїкання, яке викликається судомами мовних м'язів. Ці порушення можуть супроводжуватися судомами обличчя, рук тощо. Заїкання виникає під впливом різних причин: сильного нервового збудження, нервової травми, інфекції, спадковості. Усунути заїкання можна, якщо своєчасно звернутися до лікаря-логопеда.

3. Різновиди мовлення

Вияви мовної діяльності неоднорідні, їх можна поділити та класифікувати за різними ознаками. Усне мовлення. Це - основний різновид мовлення. Це - звучне мовлення, яке сприймається іншими людьми на слух. Усне мовлення поділяється на діалогічне та монологічне.

Діалогічним називається мовлення між двома або кількома співрозмовниками, які міняються ролями: то один з них, то другий виконують роль мовця або слухача, тобто постають як пасивний або активний співрозмовник. Поділ на "активного" і "пасивного" учасника розмови відносний, оскільки і той, хто говорить, і той, хто слухає, виявляють активність, хоча й різного плану. Рівень знання мови, її лексичного багатства, граматичної будови та фразеології, практика вживання мови відіграють важливу роль у функціонуванні діалогічного мовлення.

Діалогічне мовлення тісно пов'язане із ситуацією розмови, і тому його називають ситуативним. Водночас воно і контекстуальне, бо кожне висловлювання значною мірою зумовлене попередніми висловлюваннями, оскільки здійснюється як певна діяльність двох або кількох осіб. Діалогічне мовлення недостатньо організоване граматично та стилістично. Як правило, воно здійснюється простими мовними конструкціями, зумовленими контекстом, попередніми висловлюваннями. Велику роль у ньому відіграють звичні сполучення слів, репліки, шаблони, ідіоматичні висловлювання, наприклад: "так би мовити", "от", "і хто б міг подумати" і таке ін.

Монологічне мовлення - це таке мовлення, коли говорить одна особа, а решта слухає, сприймає її промову. Приклад монологічного мовлення - доповідь, лекція, виступ на зборах, пояснення вчителем нового матеріалу тощо. Це відносно розгорнутий різновид мовлення. У ньому порівняно мало використовується позамовна інформація, яка отримується з розмовної ситуації. Порівняно з діалогічним монологічне мовлення значною мірою є активним або довільним різновидом мовлення.

Так, для того щоб здійснити монологічний акт мовлення, той, хто говорить, повинен усвідомлювати повний зміст думки і вміти довільно побудувати на підставі цього змісту своє висловлювання чи послідовно кілька висловлювань.

Монологічне мовлення- це організований різновид мовлення. Той, хто говорить, наперед планує або програмує не лише окреме слово, речення, а й весь процес мовлення, весь монолог загалом, іноді подумки, а іноді у вигляді запису-плану або конспекту. Монологічне мовлення у своїх розгорнутих формах вимагає певної підготовки, яка полягає в попередньому добиранні змісту, чіткому плануванні та відповідному словесному оформленні.

Письмове мовлення. Письмове мовлення - це особливий різновид мови, що дає змогу спілкуватися з відсутніми співрозмовниками, які є не лише сучасниками того, хто пише, а й житимуть після нього. Письмове мовлення - це різновид монологічного мовлення, але воно здійснюється як писання і читання написаного у вигляді письмових знаків (слів).

Історично письмове мовлення виникло пізніше, ніж усне, і на його основі. Порівняно з усним мовленням воно має свої, специфічно психологічні особливості. Передусім воно відбувається без безпосереднього контакту із співрозмовником, а тому виключає інтонацію, міміку і жести, сприймання реакції читача, його репліки, які мають важливе значення для усної мови.

У письмовому мовленні і зміст, і, власне, ставлення до нього треба висловити на папері. Тому текст більш розгорнутий, ніж усне монологічне повідомлення. Створюючи текст, слід зважати на майбутнього читача, дбати про те, щоб письмові знаки були зрозумілі передбачуваному читачеві, йому слід усе пояснити, щоб у нього не виникало незрозуміння. Тому письмове мовлення має складну структуру порівняно з усним: вживання його вимагає від людини, автора письмового повідомлення, розгорнутого, послідовного, повного логічного висловлення думок, суворішого дотримання правил граматики, добирання слів і висловлювань.

Якщо в усному мовленні пропуски окремих слів можна заповнити певними виражальними засобами (міміка, жестикулювання тощо), то такі пропуски роблять письмове мовлення незрозумілим. Письмове мовлення - це найбільш довільний різновид мовлення. Для успішного вживання письмового мовлення треба опанувати засоби створення тексту. У процесі свого індивідуального розвитку людина навчається писати і читати значно пізніше, ніж говорити.

Але усне і письмове мовлення тісно взаємопов'язані. Так, опанування письма, читання художньої літератури сприяє подальшому розвитку усного мовлення особистості, збагаченню її активного словника та усвідомленню граматичної будови. Письмове мовлення спирається на усне, не тільки доповнює, а й зумовлює певну його перебудову. Для більшості людей, залежно від їх освіти та змісту діяльності, письмово висловитися часом важче, ніж усно. Тому опанування культури мовлення повинно включати навчання письмовому мовленню. Внутрішнє мовлення. Усне та письмове мовлення, які можуть набувати форми діалогу чи монологу, є зовнішнім мовленням.

Ще одним різновидом мовлення є внутрішнє мовлення. Як свідчить сама назва, внутрішнє мовлення непридатне для спілкування з іншими людьми. Людина користується внутрішнім мовленням, коли розмірковує про

щось подумки, планує свої дії, не висловлюючись вголос і не записуючи на папері, не контактуючи з людьми. Головним показником внутрішнього мовлення є те, що воно беззвучне, не мовиться вголос, хоча нерідко його виявляє шепотіння, а іноді воно починає звучати, переходячи в розмову із самим собою. Це трапляється у випадках великого напруження думки, яке супроводжується виразними емоціями.

Внутрішнє мовлення відрізняється за своєю структурою від зовнішнього мовлення тим, що воно дуже скорочене, уривчасте, в ньому опускається більшість другорядних членів речення. Унаслідок цього воно справляє враження незв'язності та незрозумілості для іншого, нерідко в реченні залишається один тільки підмет або присудок, що є центром думки, навколо якого об'єднуються образи.

Можливість такого скорочення внутрішнього мовлення пов'язана з тим, що людині, яка міркує подумки, добре відомо, про що йдеться. Тому й немає нібито потреби розгорнуто викладати свої думки для себе. Звичка думати таким "скороченим" способом має і свої вади. Нерідко те, що немовби цілком зрозуміле при внутрішньому мовленні за його спрощеною та скороченою синтаксичною структурою, виявляється іноді далеко не таким зрозумілим, коли доводиться переказувати зміст думки іншим людям: окремі моменти просто незрозумілі, думки неаргументовані, логічно непослідовні.

Відомі випадки, коли добре зрозуміле передати у формі зв'язного мовлення усно або письмово неможливо. Внутрішнє мовлення виникло в процесі мовленнєвого спілкування людей через ускладнення завдань і змісту діяльності. Воно породжене потребою, перш ніж висловити щось усно чи письмово, його спланувати, окреслити головні контури, побудувати вислів, схему дій, міркування, перед тим як реалізувати їх практично.

Зовнішнє і внутрішнє мовлення людини тісно взаємопов'язані та взаємопроймають одно одне. Легкість і швидкість таких проникнень залежать від різних умов, а саме: від змісту, складності та новизни розумової діяльності, мовного досвіду та індивідуальних особливостей людини.

Мовлення різних людей має індивідуальні особливості, що виявляються в темпі, ритмі, емоційності, виразності, точності, плавності, голосності, логічності, послідовності, образності висловлювання.

Психоаналітичне тлумачення мовлення. Класичний і особливо структурний психоаналіз розглядає мовлення людини як повну репрезентацію особистості. Згідно з новітнім постмодерністським уявленням про природу людини і специфіку детермінації активності особистості, функціонування останньої в універсумі культури є безперервний шлях виникнення дискурсу.

Дискурс як "мовлення, занурене в життя", мовлення, що розглядається в сукупності його екстралінгвістичних характеристик, - радикальний феномен людського існування. Найбільш сильний вплив постмодерністські ідеї про універсальну природу феноменів мовлення і мови справили на європейські школи глибинної психології.

Усі форми активної життєдіяльності індивіда в суспільстві і культурі можна розглядати як систему дискурсивних практик, до числа яких відносять, наприклад, політику, релігію, ідеологію, педагогіку, право тощо.

Інституціоналізовані форми мовленнєвих практик є підґрунтям теоретичного знання будь-якої науки, а легітимуючим мета-дискурсом щодо своєї істинності є методологія конкретної наукової дисципліни. Семіотичний принцип "життя як текст" все ширше застосовується у практиці сучасної психотерапії, а найбільш радикально послуговуються цим принципом у своїй роботі Ж. Лакан, Ж. Делез, Ф. Гваттари, Ю. Кристева та інші представники європейської психологічної думки.

Ж. Лакан виділив у психоаналітичному дискурсі суб'єкта два основних типи мовлення - мовлення повне і мовлення порожнє. Автором повного мовлення є суб'єкт несвідомого ("Інший"), а зміст його зумовлений психічними травмами, що витісняють потяги й інші неусвідомлювані аспекти особистісного функціонування і це призводить до появи невротичних симптомів. Так, доведено, що більшу частину часу на психоаналітичному сеансі клієнт вдається до порожнього мовлення і таким чином маскує несвідомі причини своїх проблем, тоді як завдання аналітика - вловити моменти повного мовлення і, завдяки цьому, вступити в діалог з Іншим. Роботи Ж. Лакана започаткували лінгвістичне тлумачення несвідомого, згідно з яким останнє трактується як "та частина трансіндивідуального дискурсу, якій не вистачає суб'єкта для відновлення безперервності свого свідомого дискурсу". Це уявлення є підґрунтям структурного психоаналізу як психотерапевтичного засобу.

Індивідуальні особливості мовлення. Вони залежать від уміння людини скеровувати своє мовлення, використовувати його як засіб спілкування, регулювати його. Залежно від цього одні люди - балакучі, другі - стримані, замкнуті.

Саморегуляція мовлення є важливою умовою його функціонування. Характер діяльності впливає на мовлення і разом з тим вимагає опанування певних її особливостей. Існують особливі вимоги, певне ставлення до мовлення кожного фахівця. Воно повинно бути не просто стилістично та логічно досконалим, а й переконливим, емоційно-образним, науково доказовим і впливовим. Властивості професійного мовлення не просто виробляються впродовж набування практичного досвіду, а вимагають і власної саморегуляції, прагнення вдосконалити мовлення.

Істотний вплив на характер спілкування справляє час, протягом якого триває процес, регламент. Регламент - це своєрідний каталізатор змісту та способів спілкування. Саме він створює ситуацію, коли потрібно висловлюватися так, щоб "словам було тісно, а думці простору".

Короткочасне спілкування виникає із ситуаційних потреб і діяльності або взаємодії і обмежується розв'язанням локальних комунікативних завдань. Такими різновидами спілкування є консультація з певного, конкретного питання, обмін враженнями з приводу актуальних подій тощо.

Тривале спілкування - це взаємодія в межах однієї або кількох тем, обмін розгорнутою інформацією щодо змісту предмета спілкування. Тривалість комунікативних зв'язків визначається цілями спілкування, потребами взаємодії та характером інформації, якою оперують співрозмовники.

Спілкування вважають завершеним, коли повністю вичерпано зміст теми, до того, ж його учасники однозначно оцінюють результати взаємодії як вичерпні. При незавершеному спілкуванні зміст теми розмови залишається не розкритим до кінця і не відповідає очікуванням співрозмовників. Незавершеним спілкування може бути з об'єктивних причин, коли між співрозмовниками виникають просторові проблеми (роз'єднаність людей) або проблеми щодо засобів зв'язку та інших необхідних умов для підтримання контактів. Суб'єктивними причинами є заборона, небажання комунікантів продовжувати спілкування, усвідомлення необхідності його припинити. Залежно від ситуації, характеру та цілей спілкування класифікація його різновидів може бути здійснена й за іншими критеріями.

Лекція 9

Тема: **Уява**

План.

1. Загальне поняття про уяву.
2. Види уяви.
3. Процес виникнення образів уяви.
4. Властивості образів уяви.
5. Прийоми психічного оперування образами.

1. Загальне поняття про уяву.

Якщо ми хочемо, щоб навчальна діяльність була творчою, потрібно розвивати уяву. Тут маємо на увазі таке. Всякий образ, створений уявою, будується із елементів, взятих із дійсності і утримуваних в поперед, ньому досвіді людини. Тому чим багатший досвід людини, тим більший матеріал, яким володіє її уява.

К.Г. Паустовський писав: " Знання органічно пов'язані з людською уявою... сила уяви збільшується в міру збільшення знань".

Основна умова розвитку уяви — залучення до різносторонньої діяльності. В процесі розвитку людини розвивається і уява. Чим більше вона бачила, чула, пережила, чим більше вона знає, тим продуктивнішою буде активність її уяви — основи всякої діяльності.

У кожної людини є уява, фантазія, але проявляються вони по-різному, залежно від її індивідуальних особливостей.

Уява - це психічний процес створення образів (уявлень) предметів і явищ, за відсутності досвіду сприймання їх у дійсності.

Функції уяви розкривають значення процесу у житті. Евристична: уява - обов'язковий фактор всіх видів творчості. Передбачення: забезпечує постановку цілі діяльності, як ідеального образу майбутнього результату. Будинок, який людина планує побудувати, вона спочатку вимальовує в своїй

уяві, а надалі діє відповідно до цього уявного образу. Цю особливість називають випереджуючим відображенням.

Практична: людина створює світ культури поряд з існуючим світом природи. Кожен предмет культури є реалізованим задумом людини, аналог якого в природі відсутній.

Пізнавальна: людина відкриває сутність явищ, недоступних органам чуттів. Наприклад, в неевклідовій геометрії доводяться твердження, які не можна перевірити практично, але які справджуються в уявних умовах: паралельні прямі перетинаються, сума кутів трикутника не дорівнює 180° .

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.

Психічні прояви уяви:

1) Побудова образів засобів і кінцевого результату предметної діяльності суб'єкта.

2) Створення програм поведінки при невизначеній проблемній ситуації.

3) Створення образів, котрі не програмують, а замінюють діяльність.

4) Створення образів на основі опису об'єкта.

2. Види уяви

Залежно від домінуючого аналізатора (модальності) розрізняють: зорову, дотикову, нюхову, смакову, кінестетичну.

В залежності від ступеню свідомого і активного ставлення людини до дійсності розрізняють: активну і пасивну уяву.

Активна уява, в свою чергу, може бути творчою і відтворювальною (творча уява – нові образи, цілі (ймовірні образи майбутнього), мрії (бажані образи майбутнього), які, в свою чергу можуть бути одиничними, узагальненими або схематичними (наприклад, образ Анни Кареніної — строго індивідуальної, одиничної людини і образ русалки взагалі); відтворюючі образи – ті що створюються на підставі опису). Творча уява виникає прямо або непрямо у співвіднесенні з певною усвідомлюваною задачею (науковою, художньою чи практичною).

Пасивна уява може бути умисною і неумисною (умисна – марення (реальні без участі волі), фантазії (нереальні без участі волі і намірів по їх створенню), неумисна – сновидіння, галюцинації)

В залежності від часової спрямованості розрізняють: - ретроспективну уяву (уява – спогад); - актуальну уяву, що безпосередньо включена у здійснювану діяльність; - і уяву, що спрямована у майбутнє.

В залежності від виду діяльності розрізняють: художню, технічну, музичну, наукову і т.п.

3. Процес виникнення образів уяви.

Особливістю виникнення образу уяви є те, що його характер і зміст диктуються внутрішніми психічними факторами, тому що самого об'єкта, що уявляється, перед нами при цьому немає.

Які це фактори? Експерименти і психологічні спостереження показують, що до таких факторів належать, по-перше, *асоціації*, тобто психологічні зв'язки між різними образами, обумовлені досвідом людини. (Так, наприклад, вигляд вулиці, на якій я колись жив, виникають образи людей, з якими я зустрічався). Образ моря викликає образи кораблів, човнів, минулих морських поїздок і т.п.) Другим фактором, що може породжувати образи уяви впливаючи на їхнє конструювання, є слово. (Якщо перший фактор — образні асоціації — широко використовується живописом і почасти музикою, то цей другий фактор — слово — лежить в основі художньої літератури.

Третій фактор, що визначає виникнення і формування образів уяви, це наша діяльність і задачі, що вона ставить перед нами. (Приклад цього ми вже бачили, коли розглядали умови виникнення індивідуальних чи загальних образів. Образ уяви й у цьому випадку диктується задачею діяльності і керує цією діяльністю.)

Зрештою, четвертим фактором, що може викликати появу образів уяви і диктувати їхній характер і зміст, є потреби й емоції людини. (Ідея ця закріплена в старій народній мудрості “голодній курці просо сниться”. Науково та ж ідея, добре відома людині з її повсякденного досвіду, закріплена психологією в так званому “законі подвійного вираження почуттів”. Суть його полягає в тому, що будь-яка емоція ніби прагне втілитися у знайомі образи, що відповідають цій емоції. Мовлячи словами Л.С.Виготського, емоція ніби має здатність добирати враження, думки й образи, які співзвучні тому настрою, що володіє нами в дану хвилину.

Таким чином, образи уяви не витягаються з якогось сховища. Так само як і сприйняття, вони створюються в той момент, коли ми їх переживаємо. Вони будуються відповідно до минулого досвіду людини (асоціації), її поточним внутрішнім станом (емоціями і потребами), об'єктивною ситуацією, у якій вона перебуває (задачею, змістом діяльності), нарешті, соціальними командами, що надходять від інших людей чи даються собі самою людиною (слово) і ін.

4. Властивості образів уяви

1) образи уяви можуть бути *не проєктивними*, тобто не винесеним у простір зовні, і не переживатись як ті, що знаходяться перед нами.

2) виразність (вони у більшості випадків менш виразні, ніж сприймання, і вони нерівномірно ясні в просторі: одні їхні частини більш виразні, інші — менш виразні, треті узагалі не дані в образі.)

3) фрагментарність, або схематичність (на відміну від сприйняття, що у нормі є цілісним, уявлення в нормі завжди є неповним. Якщо придивитися до фрагментів образу уяви, то виявиться, що вони неповні, тобто позбавлені якихось важливих (чи неважливих) деталей. Так, наприклад, уявлена голова

слона з бивнями, у більшості випадків не буде мати всі деталі навіть цієї частини слона. Якщо чітко виділяться очі, вуха, бивні, то неясно чи взагалі не буде бачитися структура шкіри, зморшки, що її покривають і т.д. Таким чином, на відміну від вичерпної детальності, що притаманна нормальним сприйняттям, нормальні уявлення завжди є неповними, позбавленими більшої чи меншої частини деталей, властивих об'єктам і т.д. Цю властивість уявлень можна назвати їх схематичністю).

4) нестійкість або плинність, чи динамічність образу уяви

Звернемося тепер до третьої важливої особливості образу, створюваного уявою. Можна бути упевненим, що при всім бажанні нікому (чи майже нікому) з вас не пощастило утримати перед своїм “внутрішнім поглядом” образ того ж слона (чи якоїсь його частини) нерухомо протягом хоча б декількох секунд. Фактично образ уявлення завжди розгортається не лише у просторі, але і в часі. На відміну від сприйняття, що дає образ предмета стійко й одразу в цілому, уявлення ніби будує цей образ вроздріб. Так, коли ми намагаємося уявити собі слона, то спочатку спливає, наприклад, голова з хоботом, потім випливає тулуб, його загальний контур, потім стовбуваті ноги, потім величезні вуха і т.п. Таким чином, уявлення постає не як статична, а як динамічна картина, що безупинно міняється, спливає, складається в часі. Цю властивість образів уяви можна назвати плинністю чи динамічністю.

5) примарність образів. Образи уяви є ніби прозорими, крізь них просвічує реальність. Мабуть, навіть це не зовсім точно. Скоріше, коли ми дивимося перед собою, наприклад, як зараз ви дивитеся перед собою, то, якщо ми

одночасно уявляємо собі, наприклад, слона, ці два образи — образ, що дається сприйняттям, і образ, що дається уявою, ніби не перехрещуються. Вони ніби перебувають в різних просторах. Наприклад дошка, перебуває в реальному просторі перед нашими очима, а образ слона, що уявляється, перебуває в якомусь іншому уявлюваному просторі. От цю властивість образів уяви можна назвати їх суб'єктивністю. Може статись що образи уяви будуть яскравішими за образи сприймання, у такому випадку виникає феномен дереалізації, коли людина ставиться до образів сприймання як до образів уявлень.

6) суб'єктивність або ступень реалістичності, чи гіпотетичності.

7) символічність (образ уяви може включати смисл що належить до певної його частини, яка і являє собою позначення певного явища, що подібне, іконічне).

8) емоційна забарвленість.

Отже, при сприйнятті ми маємо об'єктивований зовні цілісний, яскравий, повний, детальний, індивідуалізований, розгорнутий у просторі образ. При уявленні ми маємо образ більш-менш не стійкий, фрагментарний, блідий, прозорий, неповний, схематичний, що розгортається в часі. Ясно, що це вже якийсь інший тип образів, що це форма кодування реальності, яка трохи відрізняється від тієї, якою користується психіка при сприйнятті.

Загалом, головна сутність усіх цих процесів полягає саме в тім, що поле вибору можливих наступних образів ніби обмежується. У ході його або цілком зберігається вихідний образ (персеверація), або зберігається якась його риса, наприклад, колір, форма (трансформація), або той же образ збільшується (мультиплікація), або відтворюється ситуація, у якій зберігається вихідний образ (редінтеграція). Універсальне правило скрізь таке: наступний образ має щось загальне з попереднім, але разом з тим чимось і відрізняється від нього.

Дотепер ми розглядали, що відбувається з образами, поданими у часі. Ми з'ясували, що вони мимовільно змінюються. Усяку мимовільну зміну об'єктів у часі називають процесом. В результаті вивчення зібраних фактів було встановлено, що спостерігаються 4 типи таких змін і, відповідно їм, існує 4 види процесів зміни уявлень — трансформація, редінтеграція, персеверація і мультиплікація.

При цьому трансформація відбувається шляхом своєрідної зміни вихідного образу. Одні його частини або риси тьмяніють, інші — прояснюються. Поступово змінюється форма окремих його частин (наприклад, вони розширюються, чи закруглюються, чи витягаються). Іноді змінюється стан деталей. Наприклад, вони стають більш горизонтальними, чи, навпаки, піднімаються. До цього може додаватися персеверація, тобто утримання деяких частин попереднього образу або їхнє множення.

5. Прийоми психічного оперування образами.

1) Гіперболізація - це перебільшення або зменшення об'єктів (килим-літак, велетень, ліліпут, гноми).

2) Акцентування - перебільшення окремих частин з метою викликати до них увагу (в карикатурах, шаржах).

3) Доповнення - за основу береться образ певного предмету у незвичайному поєднанні з елементами інших (модернізація техніки).

4) Аглютинація - поєднання елементів різних вражень (мавка, кентавр).

5) Реконструкція - за частиною добудовується цілісна структура (робота реставраторів, археологів).

6) Типізація - вираження загальних ознак групи об'єктів у конкретному образі (герої художньої літератури: Іван Чіпка - уособлює пропащу силу обдарованих людей українського суспільства ХІХ ст.).

7) Символізація - зображення має додаткове значення, не обумовлене безпосередньо зовнішніми ознаками (голуб - символ миру, символи життя, щастя в українських вишиванках).

8) Аллегорія - зображуване має приховане значення (в байках діють звірі, а читач має на увазі взаємини між людьми).

9) Аналогія - моделювання нових образів на основі їх подібності з реально існуючими. Наприклад, біоніка проектує техніку з використанням принципів функціонування живих організмів: "електронне око", локатор.

Лекція 10

Тема: Емоції та почуття

План.

1. Поняття про емоції і почуття.
2. Фізіологічні основи емоцій і почуттів.
3. Базові емоції.
4. Вияв емоцій і почуттів.
5. Види емоційних станів та їх загальна характеристика.
6. Вищі почуття.

1. Поняття про емоції і почуття

Людина не тільки пізнає предмети і явища довкілля, а й виробляє певне ставлення до них. Одні події її хвилюють, до інших вона байдужа, одні речі їй подобаються, інші — ні, одних людей вона любить, інших ненавидить. Людина переживає задоволення й невдоволення, радість і горе, гнів і сором, відчай і наснагу. Її діяльність та поведінка завжди зумовлюють появу певних емоцій і почуттів. Життя без емоцій і почуттів було б так само неможливим, як і без відчуттів. Охоплюючи всі різновиди переживань людини — від глибоко травмуючих страждань до високих форм радості та соціального відчуття життя — емоції стають як позитивним чинником у життєдіяльності, підносячи активність організму, так і негативним, пригнічуючи всі його функції. Емоції й почуття здійснюють сигнальну та регулювальну функції, спонукають людину до знань, праці, вчинків або утримують її від негативних вчинків. Варто лише на мить уявити собі людей, позбавлених емоцій, розмірковував П. Анохін, як перед нами відкривається глибока прірва непорозуміння і неможливості встановити суто людські стосунки.

Фізіологу І. Павлову належить учення про динамічний стереотип — сталу систему реакцій-відповідей тварини і людини, яка відповідає певній комбінації зовнішніх сигналів. При порушенні стереотипу з'являються ознаки емоцій. Зокрема, емоція виникає тоді, коли виконання дії пов'язане з перешкодою. Якщо людина може втекти, вона не відчуває емоції страху. Або, навпаки, емоція виникає, коли перешкоди не виявляється там, де вона має бути. Якщо не порушується динамічний стереотип реакцій (відповідність між певним стимулом і комплексом реакцій), виразність емоцій занадто низька. Емоція — це реакція індивіда на ті ситуації, до яких індивід не може водночас адаптуватися, і значення її переважно функціональне.

Людські емоції й почуття найяскравіше виражають духовні запити й прагнення людини, її ставлення до дійсності. К. Ушинський писав, що «...ні слова, ні думки, навіть вчинки наші не виражають так почуття нас самих і наше ставлення до світу, як наші почування».

Емоції і почуття органічно пов'язані між собою, але за своїм змістом і формою вони не тотожні.

Емоції — психічні процеси, що перебігають у формі переживань і відображають суб'єктивну значущість і оцінку зовнішніх та внутрішніх ситуацій для життєдіяльності людини.

Емоції поділяються на прості й складні. Прості зумовлені безпосередньою дією подразників, пов'язаних із задоволенням первинних потреб. Це рівень афективної чутливості — задоволення, незадоволення на основі органічних потреб. Як правило, такі емоції створюють емоційний тон відчуттів. Складні ж емоції пов'язані з усвідомленням життєвого значення об'єктів, це — рівень предметних почуттів, вираження в усвідомлених переживаннях ставлення особистості до світу. Ці емоційні переживання опредметнені. Це радість, викликана чимось певним, гнів щодо когось конкретно. Опредметненість дістає свій найвищий вияв у диференціації предметних почуттів залежно від предметної сфери, до якої вони належать. Значну роль у визначенні стану людини відіграє міра невимушеності її поведінки. Невимушена поза свідчить про врівноважений стан, а своєчасна посмішка, тон розмови, міміка й жести, упевненість у собі, налаштованість на спілкування — усе це сприяє налагодженню тісних ділових або дружніх контактів. Найлегше виявити позитивні емоції: радість, любов, захоплення, здивування. Важче розпізнати негативні емоції: сум, гнів, роздратування, відразу. Посмішка найчастіше свідчить про доброзичливість, потребу схвалення, відкритості. Однак надмірно різкий сміх може бути виявом хворобливої потреби догоджати керівництву або взагалі ні про що не свідчити, а правити своєю маскою.

Природа емоцій і почуттів органічно пов'язана з потребами. Потреба як нужда в чомусь завжди супроводжується позитивними або негативними переживаннями в різноманітних їх варіаціях. Характер їх переживання зумовлюється ставленням людини до потреб, обставин, які сприяють або не сприяють їх задоволенню.

Потреби людей і тварин відрізняються за своїм змістом, інтенсивністю та способом їх задоволення, а це зумовлює відмінність в емоціях людей і тварин, навіть у таких, які є спільними для людей та тварин — гнів, страх, радість, сум тощо. Людські емоції докорінно змінилися в процесі історичного розвитку людини, вони олюднилися, набули своєрідних особливостей. Голод, наприклад, переживається людиною не так, як твариною. Людина залежно від обставин може стримувати свій голод, відмовлятися від їжі.

Почуття — це специфічно людські, узагальнені переживання ставлення до потреб, задоволення або незадоволення яких зумовлює позитивні чи негативні емоції — радість, любов, гордість, сум, гнів, сором, обурення, любов тощо. Почуття проймають, забарвлюють у певний тон усі прояви психічної діяльності людини — її відчуття, сприйняття, думки, уяву, усі види її діяльності.

Об'єктивна дійсність сприймається людиною по-різному. Пряме чи непряме задоволення потреб людини — як найпростіших, органічних, так і потреб, зумовлених її суспільним буттям, — викликає в неї позитивні почуття (задоволення, радість, любов), а те, що заважає задоволенню цих потреб, викликає негативні почуття (невдоволення, горе, печаль, ненависть).

Виникнення найскладніших, вищих почуттів зумовлене суспільним буттям людини і має соціальний характер. В основі цих почуттів є потреби, що виникли в процесі суспільного розвитку людини й зумовлені відносинами між людьми: потреба у взаємному спілкуванні, потреба в трудовій діяльності, потреба вчинити відповідно до моральних норм, прийнятих у суспільстві і т. д.

Отже, будь-яке почуття визначається прямо чи посередньо якимось зовнішнім впливом.

Виняток становлять ті почуття, що виникають у зв'язку з якимись фізіологічними процесами, що відбуваються в самому організмі людини (голод, хвороба).

Значення почуттів у житті й діяльності людини надзвичайно велике. Почуття визначають поведінку людини, сприяють досягненню мети та допомагають долати життєві труднощі. Емоції й почуття характеризуються: якістю та полярністю, активністю та інтенсивністю.

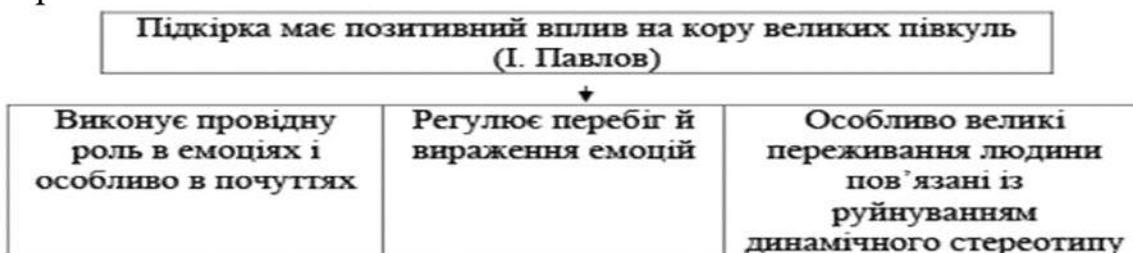
Емоціям і почуттям властива полярність. Вона виявляється в тому, що як емоція, так і почуття за різних обставин можуть мати протилежний вияв: радість — горе, любов — ненависть, симпатія — антипатія, задоволення — незадоволення. Полярні переживання мають яскраво виражений позитивний або негативний відтінок. Умови життя викликають почуття різного рівня активності. Розрізняють стеничні емоції і почуття — це ті, що посилюють активність, спонукають до діяльності, та астеничні — ті, що пригнічують людину, послаблюють її активність, демобілізують.

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

2. Фізіологічні механізми емоцій та почуттів

Емоції та почуття являють собою складну реакцію організму, у якій беруть участь майже всі відділи нервової системи. Емоції і почуття, як і всі інші психічні процеси, мають рефлекторне походження.

Фізіологічним механізмом емоцій є діяльність підкіркових нервових центрів — гіпоталамусу, лімбічної системи, ретикулярної формації. Але кора великих півкуль головного мозку відіграє провідну роль у виявах емоцій і почуттів, здійснюючи регульовальну функцію стосовно підкіркових процесів, спрямовуючи їхню діяльність відповідно до усвідомлення людиною своїх переживань.



Між корою та підкірковими центрами нервової системи постійно відбувається взаємодія. Підкірка, як вважав фізіолог І. Павлов, позитивно впливає на кору великих півкуль як джерело їхньої сили, тонізує кору мозку, надсилаючи до неї потужні потоки подразнень. Кора регулює збудження, що йдуть з підкірки, і під її впливом одні з цих збуджень реалізуються в діяльності та поведінці, а інші гальмуються залежно від обставин і станів особистості. Підтримка або порушення стійкості нервових зв'язків зумовлюють виникання різноманітних емоцій і почуттів. Включення підкірки в емоційний процес може створювати великий резерв нервової енергії, яку людина й використовує у своїх діях та поведінці. Позитивний емоційний стан знижує стомлюваність. Навіть дуже стомлена людина під час сильних позитивних емоційних переживань здатна енергійно й позитивно діяти.

Позитивні емоційні переживання завжди пов'язані з помітним піднесенням життєвого тону всього організму в цілому, і тому вони підвищують працездатність і загальне самопочуття людини. Негативні

емоційні переживання пов'язані з такими змінами в організмі, які знижують психічну активність людини, помітно погіршують її діяльність, знижують працездатність.

Один із фізіологічних механізмів почуттів — динамічні стереотипи, тобто утворені протягом життя системи тимчасових нервових зв'язків. Тут виникають почуття важкості й легкості, бадьорості та втоми, задоволення і прикрасі, радості, торжества, відчаю тощо. Саме про це наголошував І. Павлов: «Мені здається, що такі почуття через зміни звичайного способу життя, припинення звичайних занять, утрату близьких людей, мають своє фізіологічне підґрунтя значною мірою саме в зміні, у порушенні старого динамічного стереотипу і в складності становлення нового».

У виникненні та русі почуттів велику роль відіграє друга сигнальна система в її взаємодії з першою. Слово змінює наші настрої, викликає захоплення, глибокі переживання. Найкращим показником цього є почуття, що викликають поетичні твори. Усвідомлюючи ситуацію, яка викликає певні почуття, та самі почуття, ми можемо зменшити силу переживання, стримувати, регулювати їх, але зовнішній прояв емоцій, внутрішній емоційний і почуттєвий стан при цьому зберігається.

3. Базові емоції

На сьогодні ще не існує такої класифікації базових або первинних емоцій, яка б була прийнятою всіма їх дослідниками. Однак, К. Ізард запропонував критерії для визначення базових емоцій, а саме:

1. виникнення в результаті еволюційно-біологічних процесів;
2. спільність для всіх людей, незалежно від їх національності, культурних і соціально-економічних умов, від рівня освіченості;
3. наявність неусвідомлюваних змін в організмі на фізіологічному рівні;
4. прояв за допомогою міміки;
5. супроводження чіткими і специфічними переживаннями; наявність організуючого, мотивуючого або адаптаційного впливу на людину.

На думку К. Ізарда критеріям базових відповідають такі емоції: інтерес — позитивне переживання, яке відіграє надзвичайно важливу мотиваційну роль у формуванні і розвитку навичок, умінь та інтелекту, забезпечує працездатність людини.

Проявляється у піднятих або злегка зведених бровах, у русі голови і переміщенні погляду у напрямку об'єкта, у трохи відкритому роті або в міцно стулених губах. При цьому людина може переживати почуття захопленості, зачарування, поглиненості, задоволення.

Радість — позитивне переживання, яке пов'язане з можливістю задоволення актуальної потреби. Виражається посмішкою і сміхом, сяючими очима, при цьому людина наповнена енергією.

Може переживати почуття психологічного комфорту, благополуччя, захоплення, насолоди, потрібності, задоволення, почуття впевненості у собі. Радість не можна викликати свідомими зусиллями. Радість у поєднанні з інтересом утворюють мотиваційну основу ігрової діяльності дитини.

Здивування — це переживання не можна назвати ні позитивним, ні негативним, оскільки в ньому відображаються характеристики таких базових емоцій як радість і смуток. Зовнішньою причиною для здивування може слугувати несподіваний дзвінок друга або його поява, певні природні явища (перший сніг) тощо. Проявляється у високо піднятих бровах, повздовжніх зморшках на лобі, широко відкритих і округлених очах.

Коли виникає емоція здивування, людина не знає як правильно реагувати на подразник, оскільки його раптовість породжує почуття невизначеності, розгубленості, збентеження. Як правило в ситуації виникнення здивування відбувається комбінація з позитивними емоціями радості й інтересу, з негативними — з емоціями сорому і страху. Здивування є швидкоплинною емоцією і виконує функцію підготовки до взаємодії з несподіваною ситуацією та її наслідками.

Смуток — негативне переживання, причинами виникнення якого є різноманітні проблемні ситуації, такі як незадоволення первинних потреб, інші емоції, уявлення, розчарування, спогади, втрати (смерть, розлука, втрата дружби або кохання, перспективи, місця роботи тощо). Мімічно проявляється у тому, що внутрішні кінці брів підняті і зведені до перенісся, очі трохи звужені, куточки рота опущені, обличчя позбавлене м'язового тону, очі здаються тьмяними.

Переживання може супроводжуватися плачем або голосінням. Виникають почуття самотності, пустки, журби, туги, страждання.

Страх — негативне переживання, яке відчувається і сприймається людьми як загроза особистій безпеці. Страх спонукає людину прикладати зусилля, щоб уникнути загрози, усунути небезпеку. Природними фактори небезпеки виступають біль (очікування болю), самотність (залишаючись наодинці, людина відчуває загрозу своїй безпеці), неочікувана зміна стимуляції (неочікувана втрата опори під ногами), стрімке наближення об'єкта (швидкість наближення).

Експресивними і моторними індикаторами страху є переляканий вираз обличчя, насторожений і напружений погляд, спрямований на об'єкт, у поєднанні з повною відсутністю рухів, підняті брови, які злегка зведені до перенісся, глибокі горизонтальні зморшки на лобі, широко відкриті очі, причому верхнє віко є піднятим догори, куточки рота різко відтягнуті вниз, рот відкритий. Мімічний вираз страху є спільним для всіх представників людського роду. Емоція страху може супроводжуватися дрижанням тіла і плачем. Пантомімчно проявляється у зіщулюванні тіла і спробі втекти. При цьому людина може переживати невпевненість, незахищеність, неможливість контролювати ситуацію, розгубленість, тривогу, занепокоєння, жах.

Сором — негативне переживання, що виражається в усвідомленні невідповідності власних думок, вчинків і зовнішності не тільки очікуванням інших людей, а й власним уявленням про належну поведінку або зовнішній вигляд. Це усвідомлення власної неумілості, непридатності або неадекватності у певній ситуації чи при виконанні якогось завдання.

Може супроводжуватися негативними переживаннями невдачі, приниження, безпорадності, неадекватності, збентеження, боязливості, стриманості, приниження, незграбності, засмучення, занепокоєння. При виникненні емоції сорому, у людини підвищується рівень самосвідомості і самоконтролю. Найбільш розповсюдженими об'єктами, які сприяють виникненню сорому є власна особистість, тіло, любов, робота, дружба, міжособистісні стосунки. Мімічно і пантомімчно проявляється в опущених або «бігаючих» очах, іноді очі можуть бути зовсім закритими, у прагненні зжатися і зменшитися, спостерігається наявність рум'янцю на щоках людини (це властиво лише людям, навіть для сліпих і глухих). Емоція сорому займає особливе місце у японській культурі.

Гнів — негативне переживання, причинами виникнення якого є відчуття фізичної або психологічної неволі, що перешкоджає досягненню бажаної мети. Більшість причин, які викликають гнів, підпадають під визначення фрустрації. Мімічно проявляється в опущених і зведених бровах, зтягнутій шкірі лоба, яка потовщується на переніссі, у дорослих — глибокі вертикальні зморшки лоба, очі звужені і мають кутасту загострену форму, погляд спрямований на джерело роздратування, зуби стиснуті або оскалені, губи щільно зжимаються, м'язи напружені.

При цьому людина може переживати почуття несправедливості, зради, образи, ненависті, помсти, розчарованості, роздратування. Часто емоція гніву взаємодіє з такими емоціями як відраза і презирство. Гнів мобілізує енергію, яка необхідна для самозахисту, і надає індивіду силі і хоробрості. Придушення гніву (не вираження його назовні) може призвести до складних психічних і фізичних захворювань.

Відраза — негативне переживання, яке забезпечує мотивацію для реакції зближення — відсторонення, оскільки вона відіграє фундаментальну роль у виживанні організму. На ранніх етапах еволюції ця реакція проявлялась у межах поведінки, що була пов'язана із харчуванням і продовженням роду. Таким чином через емоцію відрази виявлялися примітивні механізми

уникнення потенційно небезпечних факторів. На сьогодні під відразою розуміють переживання, які викликаються певними обставинами, діями (у т. ч. сексуальними), предметами, людьми, смаками, запахами взаємодія з якими викликає різке протиріччя з ідеологічними, моральними або естетичними принципами і настановами суб'єкта. Мімічно проявляється у хмуренні брів, морщенні носа, у при піднятій верхній губі і опущеній нижній, в результаті чого рот набуває кутовидної форми, язик злегка висунутий, наче виштовхує з рота неприємну речовину. При цьому людина може переживати почуття роздратування, неприязні, огиди, розчарування, обману.

Презирство — негативне переживання, яке виникає в міжособистісних стосунках і супроводжується почуттям власної могутності, цінності і значущості власного «Я» у порівнянні з «Я» іншої людини, демонструється пихатістю і зверхністю у ставленні та спілкуванні. Сприятливими факторами виникнення презирства є ревності, жадібність або суперництво. Виникнення цієї емоції завжди пов'язане із знеціненням і деперсоналізацією об'єкта презирства. Зовні проявляється так: людина випрямляється, злегка відкидає голову і дивиться на об'єкт презирства наче зверху вниз, при цьому піднятими є брови і верхня губа, можуть бути зжатыми куточки губ.

Презирство вважають «найхолоднішою» емоцією, оскільки вона продукує холодність і відчуженість, які можуть стати основою хитрощів і підступності. Цікаво, що у жінок трохи вищими є показники виникнення емоцій гніву, відрази і презирства, і значно вищими — смутку і здивування.

4. Прояв емоцій і почуттів

Переживання емоційних станів — радості, любові, дружби, симпатії, прихильності або болю, суму, страху, ненависті, презирства, огиди тощо — завжди мають певний зовнішній або внутрішній прояв. Як тільки виникає емоційне збудження — негайно ж реагує організм. Зовні емоції та почуття виражають: виразні рухи обличчя (міміка), жестикуляція, пози, інтонації мовлення, розширення чи звуження зіниць тощо. Внутрішні, або вісцеральні, переживання яскраво виявляє ритм серцебиття, дихання, кров'яний тиск, зміна в ендокринних залозах, органах травлення та виведення. Ці внутрішні переживання бувають астенічними чи стенічними, тобто виявляються в пригніченні або збудженні.

Зовнішнє, або експресивне, вираження емоцій і почуттів помітне навіть у немовлят. Але в них воно ще мало диференційоване. З досвідом, особливо із засвоєнням дитиною мовлення, експресивне вираження емоцій і почуттів набуває різноманітних відтінків. Багатство їх настільки велике, що в мові існують близько 5000–6000 слів, якими здебільшого передаються ті або ті переживання.

У процесі набування досвіду і розвитку мовлення дитина поступово оволодіває експресивними способами висловлення емоцій і почуттів, певною мірою стримує їх, але це не означає, що таким чином гальмується емоція. П. Анохін вважає, що в таких випадках пригнічуються лише ті або ті периферійні компоненти емоцій — рухи, міміка, сама ж емоція, якщо вона

вже виникла, неминуче поширюється на інші, головним чином на вісцеральні, компоненти. Проте виховання витримки у дітей позитивно позначається на їхній життєдіяльності та стосунках в колективі. З опануванням експресивними засобами передавання емоцій і почуттів формується здатність сприймати й розуміти різноманітні форми та відтінки виявлення переживань, уміння їх розпізнавати.

Поряд із тим розвивається уміння використовувати їх з метою впливати на інших. Ця здатність потрібна не тільки артисту або, особливо, педагогу, який, розпізнавши завдяки спостережливості внутрішні стани та переживання учня або студента, може керувати ними з метою навчання та виховання, а й людям інших професій, що дає змогу впливати на інших власними експресивно виявленими почуттями.

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

Форми та інтенсивність прояву емоцій і почуттів значною мірою залежать від вихованості, рівня культури особистості, традицій та звичаїв. Це особливо позначається на вираженні їх за допомогою зовнішніх засобів — мімічних та пантомімічних виразних рухів. Так, більшість дослідників погоджується з думкою, що за допомогою слів ми передаємо здебільшого інформацію, а за допомогою жестів різне ставлення до цієї інформації. Інколи жестами ми замінюємо деякі слова. Часто нам важко довідатися, що відчуває інша особа. Дехто говорить одне, а робить інше. Дехто любить нас, але чомусь не каже. Відчуття дискомфорту в спілкуванні часто виникає саме тому, що невербальна і вербальна інформація несуть різне смислове навантаження, а одне почуття можна передати різними способами. Наприклад, злість можна виразити сильними різкими рухами тіла, або навпаки, повним скам'янінням. Рум'янець може бути ознакою розгубленості, сором'язливості чи злості. Здебільшого люди намагаються сховати свої почуття, якщо вони не відповідають ситуації. Та мало кому вдається оволодіти всіма елементами міміки. Важливо помічати і вміти правильно вловлювати невербальні сигнали, а надто в тих випадках, коли вони суперечать вербальній інформації. Внутрішній їх вияв (серцебиття, дихання, дія ендокринної системи) відбувається незалежно від соціальних чинників.

5. Види емоційних станів та їх загальна характеристика

Емоційні стани та форми їх виявлення детермінуються здебільшого соціальними чинниками, хоча не можна ігнорувати й деякі вроджені особливості людини. Багатство емоційних станів виявляється у формі настроїв, афектів, стресів, фрустрацій, пристрастей тощо.

Настрій — загальний емоційний стан, що забарвлює протягом досить тривалого часу окремі психічні прояви та поведінку особистості в цілому, характеризується слабкою вираженістю та усвідомленням причин і факторів, які їх викликають. На настрої людини впливають органічні процеси (хвороба,

втома, голод, фізична активність, бадьорість тощо), зовнішнє середовище (дратуючі звуки і тиша, бруд і чистота, палюча спека і холод тощо), характер взаємовідносин між людьми і ситуації взаємодії (привітність, уважність, байдужість, довіра тощо), особливості розумових процесів (образи, в яких відображається позитивне чи негативне ставлення до предметів, речей, явищ). Наприклад, настрій буває радісним, сумним, бадьорим, в'ялим, піднесеним, пригніченим.

Пристрасть — емоційний стан, який виявляється у сильному, глибокому і стійкому переживанні, з яскраво вираженою спрямованістю на досягнення мети, предмета чи об'єкта потягу. Пристрасть, на думку С. Рубінштейна, означає порив, захоплення, орієнтацію всіх прагнень і сил особистості у єдиному напрямку, зосередження їх на одній меті.

Афект (від лат. *affectus* — душевне хвилювання, пристрасть) — бурхливий та швидкоплинний емоційний стан, аварійна реакція на екстремальну ситуацію, що повністю оволодіває людиною й характеризується значними змінами у свідомості та порушенням вольового контролю за поведінкою. Серед факторів, які викликають афект виокремлюють реальну загрозу, насилля, образи. У стані афекту людина не здатна зосередитися і передбачити результати власних вчинків, постерігається фрагментарність сприймання, порушення уваги, (знижується переключення), пам'яті (амнезія), мовлення (порушення артикуляції, переривчастість), проявляється агресія, панічна втеча, знепритомніння, заціпеніння. Прикладами афектів є відчай, сильний гнів, страх, жах, бурхлива радість.

Приклад з карної справи щодо звинувачення військовослужбовця Т., який скоїв убивство дружини у стані афекту. Про свій стан у момент вбивства Т. повідомив наступне: «Я відкрив двері. На порозі стояла дружина, яка зневажливо ображала мене, використовуючи нецензурну лайку, з силою вдарила мене по щоці і плюнула в обличчя. Коли почав стирати слину, вона побачила у мене в руці пістолет і кинулась навтьоки. У цей момент щось помутніло у мене в голові, я втратив розум. Як зняв запобіжник з пістолета, як почав стріляти — не пам'ятаю. Все було як уві сні. Чув тільки постріли. Я нічого не розумів. Здавалося, що в мені лопнула якась пружина, і я став некерованим. Я був наче не сповна розуму.»

Фрустрація (від лат. *frustratio* — обман, втрата чогось, крах планів, розчарування) — емоційний стан людини, який викликається об'єктивно нездоланими перешкодами або труднощами на шляху досягнення бажаної мети. У такому стані людина може кричати, сваритися, виявляти гнів, агресію, роздратування. Часто повторювані у ранньому дитинстві стани фрустрації можуть призвести у одних до байдужості, безініціативності, в'ялості, в інших — до агресивності, заздрості як стереотипних форм поведінки у подібних ситуаціях. Стан фрустрації може супроводжуватися негативними переживаннями: розчаруванням, роздратованістю, тривогою, відчаєм, апатією.

Конструктивними наслідками фрустрації є інтенсифікація зусиль на шляху досягнення поставленої мети, мобілізація внутрішніх резервів для подолання

перешкод, перегляд власних можливостей, знаходження альтернативних рішень на шляху досягнення мети.

Деструктивними наслідками фрустрації є надмірне емоційне збудження, агресивні дії, часткова втрата самовладання, озлобленість, жорстокість, депресивні стани, аутоагресія, інші неадекватні реакції, порушення координації зусиль, що спрямовані на досягнення мети.

Стрес (від англ. stress — тиск, напруженість) — стан нервово- психічного перенапруження, що викликається значним за силою подразником, адекватна реакція на який раніше не була сформована. У дослідженні з солдатами-новобранцями імітувалася ситуація аварії і вимушеної посадки літака. Перед підйомом на борт кожному була надана для 10-хвилинного вивчення інструкція про необхідні дії за можливої катастрофи. Кожен учасник польоту вдягнув рятувальний пояс та парашут. Несподіванки почалися на висоті півтора кілометри: літак нахилився набік. Всі побачили, як один із пропелерів перестав обертатися, а через навушники почули про інші неполадки. Далі солдатам повідомили, що склалася критична ситуація. Достовірність збільшувалася тим, що вони чули крізь навушники тривожний діалог пілота з наземними службами. Літак знаходився неподалік від аеродрому, тому учасники могли бачити, як на злітну смугу з'їжджаються вантажні та санітарні машини. Через кілька хвилин пролунав наказ приготуватися до приводнення у відкритому океані, оскільки відмовив пристрій для посадки... Через деякий час літак вдало приземлився на аеродромі.

Як же реагували солдати на катастрофічну ситуацію? У багатьох виникли сильні емоційні переживання, пов'язані зі страхом смерті, деякі «оніміли від жаху». Але це не дивно. Дивно інше: у декількох учасників експерименту цього не спостерігалось — дехто мав льотний досвід і міг розгадати інсценування, а інші — були впевнені у своїй здатності вижити.

Отже, виникнення і переживання стресу залежить не стільки від об'єктивних, скільки від суб'єктивних чинників, від особливостей самої людини: оцінити ситуацію. Будь-яка несподіванка, що порушує звичний перебіг життя, може стати причиною стресу або стресором.

Сельє Г. виокремлює такі фази стресу:

1. Фаза тривоги. Організм мобілізується для зустрічі із загрозою. У людини виникає стан занепокоєння, тривоги, відбувається зміна фізіологічних функцій організму (змінюється частота дихання і пульсу, підвищується тиск, збільшується печінка тощо). На певний час дещо знижується опір організму. Однак потім поступово починається мобілізація внутрішніх адаптаційних резервів, захисних сил, які розкривають додаткові можливості психіки людини, активізуються його психічні процеси (сприймання, пам'ять, мислення). Ця фаза відповідає наявності у людини стресу слабого ступеня.

2. Фаза опору. Якщо стресор продовжує діяти, організм людини і його психіка перебудовуються, пристосовуються, адаптуються до нових ускладнених умов діяльності, при цьому активно витрачаються внутрішні ресурси, спостерігається активізація мислення і пізнавальної діяльності.

Спостерігається загальна мобілізація психічної діяльності, яка не притаманна людині у звичайних обставинах: зібраність, організованість, підвищена розумова працездатність, кмітливість, впевненість у собі, блискавична реакція, стійкість до перешкод, активізація мовленнєвої активності. Ця фаза відповідає наявності у людини стресу середнього ступеня.

Яскраво цей ступінь стресу зображений письменником В. Саніним в книзі «Точка повернення», в якій йдеться про полярного льотчика Анісімова: «настала хвилина, якої він чекав і до якої готувався всім своїм еством. Мабуть, він міг би сказати, що народився на світ і жив задля цієї хвилини... У критичних ситуаціях, у яких Анісімову доводилося бувати декілька разів, у нього виникав незвичний психічний стан: найвища збудженість нервової системи несподівано породжувала кришталево ясну програму дій...Надзвичайна піднесеність духу, якийсь бурхливий тріумф почуттів і дивне відчуття, що автоматично, без роздумів прийняті рішення є безпомилковими. Наче ти не ти, а програма, що вкладає у літак. Наче хтось у тобі сидить і осторонь від усього земного наказує: «Роби так!» Це був момент осяяння, яскравий спалах у темряві, блискавична реакція звіра на смертельну небезпеку. Віднині Анісімов думав і приймав рішення в десять разів швидше, ніж був спроможний це робити: його мозок, нерви і м'язи вийшли за межі своїх можливостей».

3. Фаза виснаження. Однак, із плином часу, внаслідок продовження дії екстремальної ситуації, відбувається послаблення опору організму, фізіологічні реакції перевищують норму, знижується критичність мислення, працездатність людини. Тому, заключна фаза характеризується, на думку Г. Сельє, виснаженням «адаптаційної енергії», що призводить до дезорганізації діяльності, нервових зривів і навіть — до смерті.

Ознаками цієї стадії є поступове ослаблення фізичної і вольової активності людини, погіршення пам'яті, зменшення обсягу уваги, помилки у сприйманні, труднощі в осмисленні та розумінні ситуації, уповільнення мисленнєвої діяльності, загальмованість у прийнятті рішень, неадекватні реакції на зміну ситуації, метушливість. Може проявлятися безпідставне роздратування, образливість, імпульсивність, тривога, втомленість, страх, знижується рівень самоконтролю. Відзначаються порушення сну, втрата апетиту, виникають головні болі, вегетативні реакції, психосоматичні захворювання. Ця фаза відповідає наявності у людини стресу сильного ступеня.

6. Вищі почуття

У людини як суспільної істоти виникли вищі, духовні потреби, а з ними й вищі почуття, які не властиві тварині. Тваринні емоції залишилися на рівні інстинктивних форм життєдіяльності. Почуття сорому, зазначав Ч. Дарвін, властиве лише людині. Емоції та почуття людини взаємопов'язані з її діяльністю: діяльність викликає різноманітні переживання у зв'язку зі ставленням до неї та успіхами у виконанні, а емоції й почуття, у свою чергу, стимулюють людину до діяльності, наснажують її, стають внутрішньою спонукою, її мотивами. Почуття збагачують життя людини.

Пізнавальна сфера посідає особливе місце в житті людини. У ній чільне місце займають вищі почуття, які відображають переживання людиною свого ставлення до явищ соціальної дійсності. За змістом вищі почуття поділяють на моральні, естетичні, інтелектуальні та праксичні.

Рівень духовного розвитку людини оцінюють за тим, якою мірою їй властиві ці почуття, де яскраво виявляються їх інтелектуальні, емоційні та вольові компоненти. Вищі почуття не є особистим надбанням, а й засобом виховного впливу на оточуючих.

Моральні почуття — це почуття, що сформувались у суспільно-історичному житті людей, у яких виявляється стійке ставлення людини до суспільних подій, до інших людей, до самої себе. Їх джерелом є спільне життя людей, їхні стосунки, боротьба за досягнення суспільно важливої мети.

Естетичні почуття — це відчуття краси явищ природи, праці, гармонії барв, звуків, рухів і форм. Гармонійне поєднання предметів, цілого та частин, ритм, консонанс, симетрія викликають відчуття приємного, насолоду, яка глибоко переживається та є натхненням для душі. Залежно від рівня загальної та мистецької культури люди по-різному реагують на красу. Естетичні почуття тісно пов'язані з моральними почуттями і надихають особистість високими прагненнями, утримують від негативних вчинків і є істотними чинниками формування моральності.

Інтелектуальні почуття являють собою емоційний відгук, ставлення особистості до пізнавальної діяльності в широкому її розумінні і виявляються в допитливості, чутті нового, здивуванні, упевненості або ж сумніві. Інтелектуальні почуття яскраво виявляють пізнавальні зацікавлення, любов до знань, навчальні і наукові уподобання. Пізнавальні почуття своїм механізмом мають природжений орієнтувальний рефлекс, але його зміст цілком залежить від навчання, виховання, навколишньої дійсності, умов життя.

Праксичні почуття — це переживання людиною свого ставлення до діяльності: ігрової, трудової, навчальної, спортивної тощо. Це виявляється в захопленні, задоволенні діяльністю, у творчому підході, в радості від успіхів або незадоволенні, в байдужому ставленні до неї. Праксичні почуття виникають у діяльності. Яскраве уявлення про зміст і форми діяльності, її процес і результат, громадську цінність — головна передумова виникнення і розвитку праксичних почуттів. Праксичні почуття розвиваються або згасають залежно від організації та умов діяльності і особливо успішно розвиваються, стають постійними тоді, коли діяльність відповідає інтересам, нахилам і здібностям людини, коли в діяльності виявляються елементи творчості, окреслюються перспективи її розвитку.

Лекція 11

Тема: ВОЛЯ

План.

1. Поняття волі та її функцій.
2. Типи критеріїв волі та локус контролю. Вольові дії.

3. Фази та ознаки вольових дій.
4. Основні вольові якості особистості.
5. Розвиток та виховання вольової активності людини.

1. Поняття волі та її функцій

Воля — це психічний процес, який полягає у свідомій організації і саморегуляції людиною своєї поведінки, спрямований на подолання труднощів при досягненні поставлених цілей. Воля — здатність до вибору дій, що пов'язана з долаттям внутрішніх та зовнішніх перешкод. У вольових діях людина здійснює власну свідому мету.

Свідомо діяльність — це довільна діяльність. Довільне напруження фізичних сил, довільні сприймання, запам'ятовування, довільна увага тощо — це свідомо регуляція, свідоме спрямування фізичних і розумових сил на досягнення свідомо поставленої мети. Отже, воля є однією з найважливіших умов людської діяльності. Вольову діяльність не можна зводити до активності організму й ототожнювати з нею. Активність властива і тваринам. Вони, задовольняючи свої біологічні потреби, пристосовуючись до умов життя, тривалий час впливають на навколишню природу, але це відбувається без будь-якого наміру з їх боку. Воля виявляється у своєрідному зусиллі, у внутрішньому напруженні, яке переживає людина, переборюючи внутрішні та зовнішні труднощі, у прагненні до дій або у стримуванні себе.

П. Анохін указував, що завдяки вольовим діям від виконавчого апарату до кори головного мозку надходить інформація про характер дій (зворотна аферентація), де вона порівнюється з образом запланованої дії, випереджаючи її результати. Це порівняння виконуваної дії з її образом, яке П. Анохін назвав акцептором дії, сприяє уточненню рефлекторного акту відповідно до того, чого прагне людина.

Воля — це свідомо спрямована активність особистості. Вона є внутрішньою активністю психіки, пов'язаною з вибором мотивів, цілепокладанням, прагненням до досягнення мети, зусиллям до подолання перешкод, мобілізацією внутрішньої напруженості, здатністю регулювати спонукання, можливістю приймати рішення, гальмуванням поведінкових реакцій. Усе це — специфічні властивості волі. Зв'язок волі з активністю має важливу характеристику — умисність, свідому цілеспрямованість психічних процесів у стані вольової активності.

Свідомість і воля є самостійними, хоча й поєднаними та перехрещуваними сферами психічного. Виконуючи свою роль у психічному процесі, свідомість не стає волею, але все ж таки є її важливою ознакою. Свідомість і у вольовому процесі залишається свідомістю. Вона забезпечує виконання волею її функцій.

Загалом вольова діяльність особистості охоплює:

— вольові процеси, які мають місце у будь-якому вольовому вчинку, зусиллі;

— вольову діяльність, яка виражається у здійсненні довільних і мимовільних дій;

— вольові стани — це тимчасові психічні стани, що оптимізують, мобілізують психіку людини на подолання внутрішніх і зовнішніх перешкод.

Часто такі стани виявляються у вольовому зусиллі, яке відображає силу нервово-психічного напруження, що мобілізує фізичні, інтелектуальні й моральні сили людини;

— вольові якості — відносно стійкі, незалежні від конкретної ситуації психічні утворення людини.

Вольова регуляція завжди починається з інтелектуального акту, з усвідомлення проблемної ситуації. Рефлексія й аналіз проблемної ситуації вимагають «вмикання» вольових актів — це «моменти руху» діяльності. У моменти «пуску» й «зупинки» вольового регулювання роль інтелекту найбільш виражена. Воля виконує дві взаємопов'язаних функції — спонукальну й гальмівну. Спонукальна функція забезпечує активність людини в подоланні труднощів і перешкод. Якщо в людини відсутня актуальна потреба виконувати дію, але при цьому необхідність виконання її вона усвідомлює, воля створює допоміжне спонукання, змінюючи смисл дії (робить його більш значущим), зумовлюючи переживання, пов'язані з передбаченими наслідками дії.

Основним проявом волі стає вчинок. Спонукування людини до дій створюють певну впорядковану систему — ієрархію мотивів — від природних потреб до вищих спонукань, пов'язаних із переживанням моральних, естетичних та інтелектуальних почуттів. Якщо виходити з розуміння волі як моральної саморегуляції, тоді основною її характеристикою стане підкорення особистих мотивів соціально значущим, а акцент переноситься на проблему спрямованості особистості.

Гальмівна функція виявляється у стримуванні небажаних виявів активності. Ця функція найчастіше поєднується зі спонукальною. Людина здатна гальмувати виникнення небажаних мотивів, виконання дій, поведінку, які суперечать уявленням про зразок, еталон, здійснення яких може поставити під сумнів або зашкодити авторитету особистості. Вольове регулювання поведінки було б неможливим без гальмівної функції.

2. Типи критеріїв волі та локус контролю. Вольові дії

Існує чотири типи критеріїв волі, які виявляються у:

- а) вольових діях;
- б) виборі мотивів і цілей;
- в) регуляції внутрішніх станів людини, її дій та різних психічних процесів;
- г) вольових якостях особистості.

Зазначені критерії є зовнішніми перешкодами й труднощами, оскільки подолання кожної зовнішньої перешкоди передбачає внутрішні вияви волі, і навпаки. Водночас одну з особливостей активності людини характеризує те, що результат активності не завжди збігається з її метою. У такому разі людина схильна пояснювати й шукати причини наслідків своїх дій у зовнішніх або внутрішніх перешкодах.

Локус контролю — схильність людини приписувати відповідальність за результати своїх дій зовнішнім силам і обставинам, або навпаки — власним зусиллям та здібностям.

Люди, які схильні пояснювати причини своїх дій та поведінки внутрішніми чинниками (здібності, характер, внутрішній стан тощо), мають тенденцію до внутрішньої локалізації контролю (інтернальної). Зокрема, людина з інтернальним локусом контролю у разі невчасного виконання завдання шукатиме причини цього у власних здібностях, особливостях пам'яті чи мисленні, у своїй неорганізованості чи повільному темпі активації. Психологи зазначають, що інтернали більш послідовні при досягненні мети, схильні до самоаналізу, організовані, незалежні, комунікабельні.

Люди, які схильні приписувати причини своїх дій та поведінки зовнішнім чинникам (доля, обставини, природні перешкоди тощо), мають тенденцію до зовнішньої локалізації контролю (екстернальної). Такі люди обов'язково знайдуть пояснення своєї неуспішності в зовнішніх перешкодах.

Вивчаючи поведінку людини, доводиться мати справу з мимовільними, довільними і вольовими діями. Довільні та вольові дії стають притаманними вольовій поведінці людини. Мимовільні рухи і дії виникають під впливом певного сигналу, який іде від периферичної нервової системи. Ці дії бувають як природжені, так і набуті, до них належать: природжені орієнтувальні, захисні, хапальні. Фізіологічною основою природжених мимовільних рухів є механізм безумовних рефлексів, тоді як набуті мимовільні рухи та дії ґрунтуються на механізмі умовного рефлексу. Довільні дії виникають свідомо, під впливом різних мотивів. Мимовільні й довільні дії не протилежні одна одній, між ними немає чіткої межі. Один і той самий умовно-рефлекторний рух може бути мимовільним, якщо його спричинено периферичним подразненням, але він стає довільним, якщо його зумовлює центральне, кіркове подразнення.

Структурним моментом вольових і довільних дій є мета. Мета завжди усвідомлювана. Спрямованість на мету та її усвідомлення є центральною характеристикою як вольових, так і довільних дій. Однак довільні й вольові дії мають різний зміст і не збігаються за своїми виявами. Вольова людина з властивою їй ієрархією мотивів, з відповідними якостями (рішучість, наполегливість, цілеспрямованість) не завжди здатна до довільної організації своєї поведінки (не володіє собою, не керує своїми реакціями, не контролює себе). І навпаки, людина з високим рівнем розвитку довільності (організована, володіє собою, керує своєю поведінкою) може не мати стійкої системи власних мотивів та цінностей і бути слабовільною.

3. Фази та ознаки вольових дій

Традиційно у психології власне вольовими називають дії, скеровані на досягнення свідомо поставленої мети й пов'язані з подоланням труднощів. Дослідник В. Іванніков наводить такі характеристики вольової дії:

— усвідомленість, цілеспрямованість, навмисність, її беруть до виконання за власним свідомим рішенням;

— підстави (соціальні чи особисті) для вольової дії існують завжди;

— її спричинює дефіцит спонукання за активних умов або дефіцит гальмування при стримуванні;

— потребує додаткового спонукання (або гальмування) і закінчується досягненням поставленої мети.

Основні ознаки вольових дій виявляються:

— у свідомому подоланні перешкод на шляху до досягнення мети;

— у конкуруючих мотивах;

— у наявності вольового зусилля.

Загальні характеристики вольових дій:

- їх виконують на підставі прийняття свідомого рішення;

— спрямовані на подолання як зовнішніх, так і внутрішніх труднощів;

— мають певну суперечність, яка полягає у боротьбі мотивів з початку або в процесі їх здійснення;

— можуть забезпечуватися допоміжним спонуканням чи гальмуванням за рахунок зміни смислу дії і закінчуватися досягненням мети.

Недостатність спонукання до дії може виникати при конкуренції слабого соціального мотиву з емоційно привабливим особистісним мотивом тощо. Спонукальна (мотиваційна) функція волі забезпечує реалізаційну мотивацію дії, що є необхідним аспектом вольового акту за недостатності (дефіциту) реалізаційної мотивації дії, прийнятої людиною для обов'язкового виконання. Отже, всі ситуації, які за необхідністю пов'язані з вольовими діями (існування внутрішніх чи зовнішніх перешкод, конкуруючих цілей, відсутність актуальної потреби), об'єднують дефіцит реалізаційної мотивації дії, яку необхідно, на думку самої людини, виконати.

Вольові дії людини також породжує навмисна зміна сенсу дії. Наприклад, бажання йти у бій, ризикувати своїм життям виникає тоді, коли бій набуває сенсу захисту Батьківщини, своєї землі, рідних тощо. У вольових діях новий допоміжний мотив (предмет нового спонукання) може діяти тільки своєю сенсоутворюючою функцією, а не спонукальною. Інакше новий мотив може зруйнувати задану дію, спонукаючи людину діяти за новим мотивом.

Отже, через спеціально організований вплив на людину можна змінити сенс її дії. Така дія досягається завдяки новому значущому мотиву або за допомогою оцінок і думок інших людей. Допоміжний сенс дії створюється через постановку більш конкретної мети при включенні запропонованого завдання в іншу умову, що поєднується з наявним у людини бажанням, коли результати дії стають засобом для реалізації іншої дії, тобто коли одна дія починає ставати частиною іншої, ширшої.

Волю розглядають як психічну реальність, що має свідомо-регулятивну природу. Іншими словами, воля — це єдиний, комплексний процес психічного регулювання поведінки (дій, вчинків) людини. Вольова регуляція поведінки як регуляція спонукання до дії відбувається на основі довільної форми мотивації, коли людина зумисно й усвідомлено створює допоміжні спонукання (гальмування) до дії через зміну сенсу дії. Вольову регуляцію при самодетермінації розуміють як останню стадію оволодіння

людиною власними процесами, яка полягає в опануванні власного мотиваційного процесу через формування нової вищої психічної функції — волі.

Вольову регуляцію поведінки, усі фази складної вольової дії пов'язують з особливим емоційним станом, який визначають як вольове зусилля. Вольове зусилля пронизує всі фази вольового акту: усвідомлення мети, оформлення бажань, вибір мотиву, плану та способів виконання дії. Виникає вольове зусилля щоразу як стан емоційного напруження, пов'язаний із зовнішніми чи внутрішніми труднощами. Звільнитися від нього можна, лише або відмовившись від подолання перешкод, а отже, від мети, або ж подолавши їх шляхом вольового зусилля.

Конкретна вольова дія може реалізуватися в простих і складніших формах. У простому вольовому акті спонукання до дії, спрямоване на більш чи менш усвідомлену мету, може безпосередньо переходити у дію.

Простий вольовий акт має дві фази:

- виникнення спонукання та усвідомлення мети;
- досягнення мети.

Інші наукові підходи вказують на чотири фази, а саме:

- усвідомлення мети й бажання досягти її;
- усвідомлення можливостей досягнення мети;
- прийняття рішення;
- виконання рішення.

Перші три етапи можна об'єднати єдиною назвою «підготовча ланка», тоді 4-й етап матиме назву «виконавчої ланки». Для простої вольової дії характерним є те, що ніякої боротьби мотивів тут не відбувається.

Складну вольову дію характеризує опосередкований свідомий процес: дії передуює врахування її наслідків, усвідомлення її мотивів, прийняття рішення, виникнення намірів її здійснення, планування. У складній вольовій дії можна виокремити чотири основні фази:

- виникнення спонукання та попередня постановка мети;
- стадія обмірковування і боротьба мотивів;
- прийняття рішення;
- виконання рішення.

Дослідники також доводять, що складна вольова дія охоплює більшу кількість етапів, які реалізуються в такій послідовності:

- усвідомлення мети й бажання досягти її;
- усвідомлення можливостей досягнення мети;
- появу мотивів, які стверджують або заперечують ці можливості;
- боротьба мотивів і вибір;
- прийняття однієї з можливостей рішення;
- здійснення прийнятого рішення.

Процес перебігу вольової дії в реальних умовах завжди залежить від конкретної ситуації, тому різні фази можуть набувати більшої або меншої ваги, інколи сконцентровуючи на собі весь вольовий акт, а інколи зовсім

нівелюючись. Насправді будь-яка вольова дія є вибірковим актом, який включає свідомий вибір і прийняття рішення.

Перша фаза вольової дії починається з виникнення спонукання, прагнення. Залежно від ступеня усвідомленості, прагнення диференціюють на потяги, бажання, хотіння.

Потяги — це мотиви поведінки, що становлять собою недиференційовану, малоусвідомлювану, безпредметну потребу. Якщо людина не знає, який предмет задовольнить її, не знає, чого вона хоче, не має перед собою свідомої мети, вона відчуває потяг. Доки людина перебуває під владою потягів, поки не піднялася над ними, у неї нема волі. І лише коли виникає усвідомлений зв'язок між потягом і предметом, який здатний задовольнити потребу, потяг «опредметнюється» і переходить у бажання. Таке «упредметнювання» і є передумовою вольового акту. Предмети стають об'єктами бажань.

Бажання — це мотиви поведінки, яким притаманна достатня усвідомленість потреб. Бажання є опредметненим цілеспрямованим прагненням. Виникає бажаність предмета, складна взаємозалежність між предметом і бажанням. Така взаємозалежність відіграє суттєву роль у зародженні регуляційного процесу. З цього моменту починається усвідомлення потреб, починається процес мотивації поведінки. Зародження бажань завжди означає виникнення і постановку мети. Бажання переходить у справді вольовий акт, коли до усвідомлення мети приєднуються установка на її реалізацію, спрямованість на оволодіння певними засобами її досягнення, тобто коли виникає хотіння.

Хотіння — це усвідомлений мотив, цілеспрямоване прагнення діяти певним чином, долати зовнішні та внутрішні труднощі заради досягнення поставленої мети.

Друга фаза вольової дії пов'язана з боротьбою мотивів. Обмірковування обраної мети та засобів її досягнення передбачає зважування різних доведень за і проти, вимагає оцінки протирічних бажань, аналізу обставин тощо. Вибору обраної мети властива боротьба мотивів. Ця боротьба передбачає наявність у людини внутрішніх перешкод, суперечливих спонукань, інтересів, цінностей, і які стикаються, конфліктуючи між собою. Вольове обговорення і боротьба мотивів закінчуються прийняттям рішення.

Третя фаза вольової дії пов'язана з прийняттям рішення, тобто остаточною постановкою свідомої мети. Обміркування, усвідомлення мети та її вибір — різні шаблі у вольовому акті. Вибір мети потребує не лише оцінки, а й докладання вольових зусиль. З одного боку, мета є ідеальним образом результатів вольових дій, з іншого — вихідним пунктом рушійної сили поведінки. Завершення вольової дії можливе завдяки реальним діям, переходу до виконання.

Четверта фаза вольової поведінки — це виконання прийнятих рішень і намірів. Коли «боротьбу мотивів» завершено і рішення прийнято, починається справжня боротьба — боротьба за виконання рішення. Це виконання потребує зміни дійсності, людина стикається з реальними

труднощами. У подоланні реальних перешкод суттєвого значення набуває здатність до вольового зусилля.

Лише у вольовій поведінці або вчинку визначається воля людини.

Розлади складної вольової дії характеризують вольову слабкість людини. Крайній ступінь слабовілля людини перебуває за межами норм. До значних розладів складної вольової дії призводять абулія та апраксія.

Абулія пов'язана з нездатністю прийняти необхідне рішення, діяти. Причини полягають у порушенні динамічного співвідношення між корою великих півкуль і підкіркою. Нормальний вольовий акт передбачає оптимальну (не слабку і не сильну) імпульсивність. Якщо інтенсивність імпульсів низька, то вольовий акт неможливий. Так само і при завищеній імпульсивності, коли бажання дає миттєву розрядку в дію (як у стані афекту), тобто відсутні свідоме врахування наслідків, обмірковування мети, унеможлиблюється врівноваження мотивів — дія втрачає характер свідомої, вибіркової, вольової. Розуміючи необхідність виконувати розпорядження, хворий на абулію не може примусити себе це зробити. Для нього характерне підпорядкування в поведінці випадковим стимулам, що з'являються в полі його зору. Наприклад, така людина, побачивши клумбу квітів, починає їх зривати, хоча ніяких намірів щодо створення букета в неї не було і вона не знає, що робити з цими квітами.

Апраксія — складне порушення цілеспрямованості дій, яке викликається локальними розладами лобових ділянок мозку. Виявляється в порушенні довільної регуляції рухів, дій і поведінки в цілому. Дії не підпорядковуються заданій програмі (наприклад, програмі, яка йде від лікаря до хворого), хоч у звичній, конкретній ситуації такі дії можливі. Так, хворий міг висунути язика, щоб змочити губи, коли вони в нього пересохли, але не міг виконати такої дії на прохання лікаря, інший хворий міг користуватися ложкою та склянкою під час їжі, але без конкретної ситуації він ці дії не здатний виконувати, не може заплющити очі на прохання лікаря, хоча коли йому пропонують лягти спати, він це робить. Усі дії хворих на апраксію прикуті до конкретних, безпосередньо даних ситуацій, з яких вони не в змозі звільнитися.

4. Основні вольові якості особистості

Своєрідність активності особистості втілюється у вольових якостях особистості. Вольові якості — це відносно стійкі, незалежні від конкретної ситуації психічні утворення, що засвідчують досягнутий особистістю рівень свідомої саморегуляції поведінки, її влади над собою.

Виокремлюють наступні вольові якості особистості:

Цілеспрямованість — полягає в умінні керуватись у своїх діях і вчинках загальними і стійкими цілями, зумовленими її міцними переконаннями. Недостатній розвиток цілеспрямованості свідчить про слабовілля людини, характеризується відсутністю у неї стійких загальних цілей і схильністю у зв'язку з цим легко піддаватися випадковим спонуканням, бажанням.

Принциповість — уміння людини керуватися у своїх вчинках стійкими принципами, переконаннями у доцільності певних моральних норм поведінки, які регулюють взаємини між людьми.

Самостійність — полягає в умінні обходитись у своїх діях без сторонньої допомоги, а також в умінні критично ставитись до чужих впливів, оцінюючи їх відповідно до своїх поглядів і переконань.

Ініціативність — здатність самостійно ставити перед собою завдання й без нагадувань і спонукань інших виконувати їх. Ініціативність людини характеризується дієвою активністю. Мало виявити ініціативу, поставити перед собою завдання, треба його здійснити, довести до кінця. Це можливо лише за належної активності в діях. Характеризується умінням знаходити нові, нешаблонні рішення і засоби їх досягнення.

Несамостійність і безініціативність волі особливо виразно виступають у формі навіюваності й негативізму, які є яскравим проявом слабовілля людини. Навіюваністю називають схильність людини легко піддаватись чужим впливам, пропозиціям або порадам, приймати і виконувати їх без достатньо об'єктивної підстави. Негативізм виявляється у схильності людини відкидати сторонні впливи, діяти всупереч їм, незважаючи на відсутність доступних об'єктивних підстав для цього.

Витримка — характеризується умінням людини гальмувати небажані спонукання і не опускати дій, які перешкоджають досягненню поставленої мети. Нестриманій людині важко загасити бажання, що виникає, подолати недоречний сором, утому або приховати зовнішній прояв своїх переживань.

Рішучість — полягає в умінні приймати своєчасно, обдуманно, твердо, непохитно рішення. Нерішучість проявляється у тому, що людина приймає рішення або надто повільно, або ж навпаки, дуже квапливо.

Наполегливість — полягає в умінні активно викликати дії, потрібні для подолання труднощів, енергійно діяти й досягати мети. Ненаполегливі ж люди можуть з самого початку виявити навіть значну енергію, однак вони швидко починають її послабляти, «видихаються» і припиняють свої дії. Наполегливість людини слід відрізнити від такої її якості, як упертість. Упертість — це необдуманий, нічим не виправданий прояв волі, який полягає в тому, що людина наполягає на своєму недоцільному бажанні, незважаючи на обставини. Упертість є проявом не сили, а радше слабкості волі. Приймаючи рішення, уперта людина заперечує розумні ведення, не зважає на інтереси інших, суспільні інтереси і своїми діями часто завдає їм шкоди.

Організованість — полягає в умінні людини керуватися у своїй діяльності твердо наміченим планом.

Дисциплінованість — свідоме підкорення своєї поведінки загальноприйнятим нормам, установленому порядку.

Сміливість — уміння побороти страх і йти на виправданий ризик заради досягнення мети, незважаючи на небезпечність для особистого благополуччя або навіть життя.

Своєрідним проявом слабодухості особистості є конформність. Суть її виявляється в тому, що людина, хоча й має власну думку, але піддається

впливу, тиску групи у своїх діях і вчинках, не виявляє незалежності, не захищає свої позиції. Як показали дослідження, конформним особам властиві негнучкість психічних процесів, бідність ідей, знижена здатність володіти собою, поверхове уявлення про себе. Таким людям бракує віри в себе, вони виявляють більшу пасивність, навіюваність і залежність від інших.

Сукупність позитивних якостей волі, властивих людині, зумовлює її силу волі. Як позитивні, так і негативні якості волі не є природженими. Вони розвиваються упродовж життєдіяльності.

5. Розвиток та виховання вольової активності людини

Воля, як і весь психічний світ, не є надприродною силою, а виникає і розвивається в процесі життя та виховання. Розвиток вольової регуляції поведінки нерозривно пов'язаний із розвитком спонукань. Для дітей характерні нестійкість спонукань, залежність їх від безпосередньої ситуації, чим зумовлюються імпульсивність і безсистемність дій. На подальших вікових етапах ситуативні спонукання об'єднуються у більш стійкі утворення з поступовим переходом в єдину мотиваційну систему, що визначає спрямованість поведінки.

Водночас тим відбувається розвиток свідомої вольової регуляції поведінки і в цілому активності особистості. Людина набуває здатності оцінювати себе, щоб керуватись у своїй поведінці не випадковими потягами, а системою засвоєних і прийнятих для себе правил і норм моральної поведінки. Активність вольового самоствердження розпочинається в підлітковому віці. Для підлітків виховання сильної волі часто є самоціллю. Це період складного й суперечливого становлення вольових якостей особистості. Цілеспрямованість, самостійність, рішучість, з якими підліток долає труднощі на шляху до здійснення мети, свідчать, що він з об'єкта волі інших людей поступово перетворюється на суб'єкт власної волі. Але те, чи набере цей процес позитивних форм, чи почнуть виникати збочення, залежить від виховання.

Для юнацького віку характерні подальший інтенсивний розвиток вольових якостей і відповідно відносна завершеність їх формування. Вольові якості стають компонентами й рисами характеру особистості. У поведінці старшокласників проявляється стійкість у розподілі вольових зусиль відповідно до домінуючих інтересів. Вольова активність уже відповідає суспільним вимогам. Але які вольові якості і на якій стадії завершеності включаються в структуру характеру особистості — це залежить від багатьох обставин, зокрема й від перебігу процесу підліткового самоствердження, від соціального вибору та самовизначення в юності, від самовиховання кожної особистості.

Виховання волі — це, власне, процес виховання особистості загалом, а не певної якості. Вихідними положеннями виховання волі підростаючого покоління: правильне поєднання свідомого переконування з вимогливістю до поведінки людини; забезпечення реального впливу вимог на життєві взаємини особистості з оточенням, а також на її ставлення до самої себе;

поєднання свідомого переконування з організацією практичного досвіду здійснення особистістю вольових дій і вчинків.

Позитивне значення для виховання волі мають цілеспрямовані вправи, пов'язані зі свідомим прагненням особистості навчитися володіти собою, опанувати вольовий спосіб поведінки. Важливою умовою розвитку волі є інтерес до самовиховання волі. Існує чимало способів виховання вольової регуляції поведінки особистості в ситуаціях повсякденного життя. Кожну дію можна перетворити у вправу, якщо здійснювати її свідомо, а не за звичкою чи з почуття обов'язку. Призначення волі полягає в тому, щоб спрямовувати, а не в тому, щоб примушувати до чогось.

Лекція 12

Тема: **Особистість. Структура особистості.**

План.

1. Поняття та сутність особистості.
2. Основні фактори й умови формування особистості.
3. Психологічні особливості та психологічна структура особистості.

1. Поняття сутності особистості

Людина, що вийшла завдяки праці з тваринного світу та розвивається в суспільстві, що здійснює спільну діяльність з іншими людьми і спілкується з ними, поступово стає особистістю-суб'єктом пізнання й активного перетворення матеріального світу, суспільства та самого себе.

Людина народжується на світ вже людиною. Це твердження на перший погляд здається істиною, що не вимагає доказів, і виглядає банальним. Справа в тім, що тут затверджується генетична зумовленість виникнення природних передумов для розвитку власне людських ознак і якостей. У дитини, що з'являється на світ, конфігурація тіла припускає можливість прямоходіння, структура мозку забезпечує можливість розвитку інтелекту, будова руки – перспективу використання знарядь праці та ін., і цим дитина – уже людина за сумою своїх можливостей – відрізняється від дитинчати тварини, що ні за яких обставин не може знайти подібного фонду якостей. Отже, згідно з вищевикладеним стверджується належність дитини до людського роду, що фіксується в понятті індивід (на відміну від дитинчати тварини, яке відразу ж після народження і до кінця свого життя іменується особиною). У понятті індивід утілена родова належність людини. Індивідом можна вважати і немовля, і дорослого, і мислителя, і ідіота, і представника племені, що знаходиться на стадії дикості, та високоосвіченого жителя цивілізованої країни.

Що ж таке людина й індивід?

Людина – вища ступінь живих організмів на Землі, суб'єкт суспільно-історичної діяльності та культури. Індивід – (від лат. *individuum* – “неподільне”) жива істота, що належить до людського роду, представник *Homo Sapiens*. Індивідуальність виявляється в рисах темпераменту характеру, у єднанні інтересів, якостей інтелекту, потреб і здібностей індивіда. Сказати про конкретну людину, що він індивід, означає сказати дуже небагато. Власне кажучи, цим сказано, що він потенційно людина. Подальші, навіть

самі загальні, його характеристики припускають опис і пояснення якостей, без яких він залишиться лише статичною одиницею в довіднику, а не реальною людиною, що відрізняється від інших практично в усьому. З'являючись на світ як індивід, людина знаходить особливу соціальну якість, стає особистістю.

Особистістю в психології позначається системна соціальна якість, що здобувається індивідом у предметній діяльності та спілкуванні, що характеризує рівень і якість, наявності суспільних відносин в індивіді.

Кожна особистість має потребу в особливій характеристиці, що могла б описати цю соціальну якість, носієм якої є індивід. Очевидно, що індивід має цілком чуттєві (тобто доступні сприйняттю за допомогою органів почуттів) властивості: тілесність, індивідуальні особливості поведінки, мови, міміки та ін.. Яким же чином у людини виявляються якості, що не можуть бути виявлені у своїй безпосередній почуттєвій формі?

Особистість втілює в собі систему відносин, суспільних за своєю природою, що міститься в сфері буття індивіда як його системна якість. Відкрити їх може лише науковий аналіз, почуттєвому сприйняттю вони не доступні. Втілювати в собі систему соціальних відносин означає бути їх суб'єктом. Дитина, включена у взаємини з дорослими, виступає спочатку як об'єкт їхньої активності, але опановуючи складом тієї діяльності, яку вони йому пропонують як провідну для його розвитку, наприклад навчаючи, стає у свою чергу суб'єктом їхньої діяльності.

Особистість – це людський індивід як дієздатний член суспільства, що усвідомлює свою роль у ньому.

Особистість – це така сторона свідомості людини, у якій відбивається сукупність суспільних відносин, що складаються у визначеному суспільстві.

Психологічний тип складається з уроджених якостей, що визначають своєрідність протікання психічних процесів і станів. Дієздатність обумовлюється тим, що вона виявляється та формується у процесі спрямованої діяльності особистості разом з оточуючими людьми, під час постійного спілкування з ними.

Свідомість своєї ролі в суспільстві визначається участю в суспільних справах, оцінкою корисності цієї участі оточуючими та самооцінкою результатів.

Особистість – це людина свідома, розумна істота, що володіє мовою і здатністю до трудової діяльності.

Поза суспільством особистості немає, тому що кожна людина формується як особистість тільки в суспільстві, колективі та виявляється в спілкуванні з іншими людьми. Чим активніше людина, тим яскравіше будуть виявлятися характерні риси її особистості (існує близько 1.5 тис. слів, що позначають ці риси).

Твердження єдності, але не тотожності понять індивід і “особистість” припускає необхідність відповіді на можливе запитання: чи може бути зазначений факт існування індивіда, що не є особистістю, чи ж особистості, що існувала б без індивіда? Гіпотетично може бути і те, й інше. Якщо уявити

собі індивіда, який виріс поза людським суспільством, то, уперше зіткнувшись з людьми, він не знайде ніяких особистих якостей, походження яких, має завжди суспільно-історичний характер, а буде мати у своєму розпорядженні тільки природні передумови для їхньої появи. Перед нами індивід, що ще не відбувався як особистість.

Як впливає з факту збігу та нетотожності понять індивід і особистість, остання може бути зрозуміла тільки в системі стійких міжособистісних зв'язків, які опосередковуються змістом, цінностями

Міжособистісні зв'язки, що формують особистість у колективі, зовні виступають у формі спілкування або суб'єкт-суб'єктивного ставлення, характерного для предметної діяльності. При більш глибокому розгляді з'ясовується, що безпосередні суб'єкт-суб'єктні зв'язки існують не стільки самі по собі, скільки в опосередкуванні з якими-небудь об'єктами (матеріальними чи ідеальними). Це означає, що відношення індивіда до іншого індивіда опосередковується об'єктом діяльності (суб'єкт-об'єкт-суб'єкт). Усе вищевикладене дозволяє зрозуміти особистість як суб'єкт стійкої системи міжіндивідних (суб'єкт-об'єкт-суб'єктивних і суб'єктивних-об'єктивних) відносин, що складаються в діяльності та спілкуванні.

Особистість кожної людини наділена тільки їй властивим сполученням рис і особливостей, що утворюють її індивідуальність.

Індивідуальність – це сполучення психологічних особливостей, що утворюють її індивідуальність. Індивідуальність виявляється в рисах характеру, темпераменті, звичках, інтересах, що переважають у пізнавальних процесах (сприйнятті, пам'яті, мисленні, уяві), у здібностях, в індивідуальному стилі діяльності та ін.

Немає двох людей з однаковими сполученнями зазначених психологічних особливостей – особистість людини неповторна у своїй індивідуальності.

2. Основні фактори й умови формування особистості

Особистість формується в умовах конкретно-історичного існування людини, у діяльності. Провідну роль у процесах формування особистості відіграють навчання та виховання, що здійснюються у групах і колективах. Поняття формування особистості має два значення.

Перше – формування особистості як її розвиток, її процес і результат. Узятє в цьому значенні поняття формування особистості є предметом психологічного вивчення, у задачу якого входить з'ясування того, що є (знаходиться в наявності, експериментально виявляється) і що може бути в особистості, яка розвивається в умовах цілеспрямованих виховних впливів. Це психологічний підхід до формування особистості.

Друге значення – формування особистості як її цілеспрямоване виховання. Це педагогічний підхід до відокремлювання задач і способів формування особистості. Педагогічний підхід пропонує необхідність з'ясувати, що і як повинно бути сформоване в особистості, щоб вона відповідала соціально обумовленим вимогам у суспільстві.

Педагогічний та психологічний підходи до формування особистості не тотожні один одному. Безглуздо вивчати формування особистості з позиції психолога, якщо не знати, якими методами користувались педагоги та які цілі вони переслідували, якщо не робити висновки, як ці методи удосконалити. Не менш безперспективною виявилася би робота педагога, якби він не використовував можливості психолога. В історії психології існувало три напрямки у вирішенні питання про рушійні сили, джерело розвитку та становлення особистості. Це біогенетична концепція, біологічна та соціологічна концепції розвитку.

1. Біогенетична концепція виходить з того, що розвиток особистості людини визначається біологічним, переважно спадковим фактором. Тому розвиток особистості носить спонтанний характер – людина за своєю природою має нахил не тільки до емоційних реакцій, але і до визначеного комплексу мотивів (нахил до злочинності в одних, до успіхів в адміністративній діяльності у інших та ін.).

2. Біологічна концепція, яка представляє особистість людини, позбавленої власної активності, продуктом дії фатальних біологічних факторів, робила і педагога пасивним свідком народження цих, фатальним чином визначених наперед, якостей особистості.

3. Соціологічна концепція розглядає розвиток особистості як наслідок прямих впливів навколишнього соціального середовища, як зліпок із середовища. При цьому ігнорується власна активність людини, що розвивається, їй надається пасивна роль істоти, що лише пристосовується до навколишнього оточення.

Таким чином, ні біогенетична, ні біологічна, ні соціогенетична концепції не можуть бути прийняті за основу розуміння закономірностей розвитку особистості. Не дозволяє це здійснити і теорія механічної взаємодії чи конвергенції двох факторів (середовища і спадковості), у якій не переборювалися помилки двох концепцій розвитку, а скоріше подвоювалися.

Діалектико-матеріалістична позиція при рішенні проблеми рушійних сил розвитку особистості з необхідністю вимагає звернення до характеристики тих протиріч, дозвіл розв'язування яких і забезпечує перехід, що здійснюється в розвитку, від нижчого до вищого.

Рушійні сили розвитку особистості виявляються в протиріччі між потребами людини, які змінюються в процесі діяльності та реальними можливостями їхнього задоволення. Ось чому особистість, яка розвивається, постійно відтворюючи нові й нові потреби, у свою чергу є наслідком розвитку потреб. Розвиток, відбір і виховання потреб, приведення їх до моральної висоти є однією із центральних задач формування особистості.

Провідна роль у формуванні особистості належить цілеспрямованому впливу на неї – вихованню. Виховання спрямовує й організує розвиток особистості відповідно до цілей, заданих суспільством. При цьому виховання не тільки певним чином організує, упорядковує життя та діяльність дитини, але й створює спеціальне соціальне середовище чи ситуацію розвитку, що виявляє можливості конкретної особистості.

3. Психологічні особливості та психологічна структура особистості

Той факт, що поняття “особистість” і “індивідуальність” не збігаються, не дозволяє представити будову особистості лише як деяку конфігурацію індивідуально-психологічних властивостей та якостей людини. З погляду представників західних психологічних шкіл і напрямів, достатньо охарактеризувати структуру – і тим самим, особистість людини буде цілком охоплена й описана. Так, психологи використовують спеціальні особистісні опитні листи (анкети). Аналізуючи зміст цих відповідей і математично обробляючи результати опитування, дослідник одержує чисельне значення виразності якої-небудь риси (типу) на відповідній цій рисі шкалі. За допомогою цих методів можна описати індивідуальність людини і задати структуру. Проблема співвідношення біологічного (природного) та соціального початків у структурі й особистості – одна з найбільш складних у сучасній психології.

У психології помітне місце займають теорії, що виділяють у особистості людини дві основні підструктури, сформовані під впливом двох факторів – біологічного та соціального. Особистість людини розпадається на “ендопсихічну” і “екзопсихічну” організації. “Ендопсихіка” (підструктура особистості) виражає внутрішню взаємозалежність психічних елементів і функцій – внутрішній механізм людської особистості, що ототожнюється у нервово-психічній організації людини. “Екзопсихіка” – взаємовідносини людини зі зовнішнім середовищем, тобто всієї сфери того, що протистоїть особистості. “Ендопсихіка” містить у собі такі риси, як сприйнятливність, особливості пам’яті, мислення й уяви, здатність до вольового зусилля, імпульсивність та ін., а “Екзопсихіка” – систему відносин людини та його досвід (інтереси, схильності, ідеали, почуття, що переважають, знання та ін.).

“Ендопсихіка” обґрунтована біологічно, на протигагу “екзопсихіці”, що визначається соціальним фактором. Сучасні закордонні багатфакторні теорії особистості зводять будову особистості до проекції тих же основних факторів – біологічного та соціального.

Поняття соціалізації належить як до результатів, так і до механізмів придбання людиною соціального досвіду. Соціалізація охоплює соціальні якості індивідуума через темперамент психічного процесу, досвід, спрямованість особистості. Особистості притаманні природні, органічні сторони і риси індивідуальності. Природне (анатомічні, фізіологічні та ін.) і соціальне утворюють єдність і не можуть бути механічно протиставлені один одному як самостійні підструктури особистості.

Про одні соціальні норми та цінності людина може сказати: “це моє, я їх внутрішньо розділяю і приймаю”. Ці цінності складають внутрішню сутність конкретної людини, стають її невід’ємним надбанням. Про інші соціальні реальності індивіда можна сказати, що це не тільки його, але й належить до зовнішніх обставин.

Психологи трактували ці питання по-різному. Так, К.Юнг вважав дослідження психіки наукою майбутнього. Для нього актуальна проблема

людства полягала не стільки в погрозі перенаселення чи атомній катастрофі, скільки в небезпеці психічної епідемії. Таким чином, у долі людства вирішальним фактором виявляється сама людина, його психіка. Для Юнга цей “вирішальний” фактор сфокусований у несвідомій психіці, що є реальною погрозою; “світ висить на тонкій нитці і ця нитка – психіка людини”. Ідея психічної енергії, саморегуляції, компенсації тісно пов’язана в аналітичній психології з класифікацією “психологічних типів”.

Розрізняються кілька таких типів. Вони відносяться до уродженої різниці в темпераменті, інтегральному сполученні стійких психодинамічних властивостей, що виявляються в діяльності, які змушують індивідів сприймати і реагувати специфічним чином. Насамперед варто розрізнити два стійких індивіда: екстраверт та інтроверт.

Екстраверт характеризується уродженою тенденцією спрямовувати свою психічну енергію чи лібідо зовні, зв’язуючи носія енергії з зовнішнім світом. Цей тип природно і спонтанно виявляє інтерес і приділяє увагу об’єкту – іншим людям, предметам, зовнішнім манерам і благоустрою. Екстраверт відчуває себе якнайкраще (що називається “у своїй тарілці”), коли має справу із зовнішнім середовищем, взаємодіє з іншими людьми. І робиться неспокійним, і навіть хворим, якщо опиняється насамоті, в одноманітному середовищі. Підтримуючи слабкий зв’язок із суб’єктивним внутрішнім світом, екстраверт буде остерігатися зустрічі з ним, буде прагнути недооцінити, применшити і навіть знеславити будь-які суб’єктивні запити, виставивши їх як егоїстичні.

Інтроверт же характеризується тенденцією свого лібідо спрямовуватись усередину, неодмінно пов’язуючи психічну енергію зі своїм внутрішнім світом, думками чи фантазіями почуття. Такий тип приділяє значний інтерес і увагу суб’єкту, а саме його внутрішнім реакціям і образам. Найбільш успішно інтроверт взаємодіє сам із собою й у той час, коли він звільнений від обов’язку пристосовуватися до зовнішніх обставин. Інтроверт має власну компанію, свій “тісний світ” і негайно замикається у великих групах.

Як екстраверт, так і інтроверт виявляють ті чи інші свої недоліки залежно від виразності типу, але кожен мимоволі прагне недооцінити іншого. Екстраверту інтроверт здається самоцентричним, так би мовити, “зацикленим на собі”. Інтроверту екстраверт здається дрібним, порожнім пристосованцем чи лицеміром. Будь-яка реальна людина несе у собі обидві тенденції, але, зазвичай, одна розвинута трохи більше, ніж інша.

Як протилежна пара вони діють за законом протилежностей. Тобто надмірний прояв однієї установки неминуче приводить до виникнення іншої, їй протилежної. Але протилежна через її диференційованість, більш слабкий прояв, буде здійснюватися в неадаптованій, грубій, незрілій, негативній формі. Так, типовий екстраверт може стати жертвою підлеглої зосередженості на самому собі, що проявляється в негативній формі, у виді депресій. Крайній інтроверт іноді переживає епізоди змушеної екстравертності, тобто зосередженості на інших. Але ця зосередженість буде виглядати грубою та непристосованою до реальності.

Екстраверсія та інтроверсія – лише дві з багатьох особливостей людської поведінки. На додаток до них Юнг виділяв чотири основні психологічні функції (функціональні типи): мислення, почуття, відчуття, інтуїція.

Мислення – це раціональна здатність структурувати та синтезувати дискретні дані шляхом концептуального узагальнення. У своїй найпростішій формі мислення дає уявлення суб'єкту, що є присутня річ. Воно дає ім'я речі та вводить поняття.

Почуття – функція, що визначає цінність речей, вимірює та визначає людські взаємини. Мислення та почуття – функції раціональні, оскільки мислення оцінює речі під кутом зору “істина-неправда”, а почуття – “прийнятне-неприйнятне”. Ці функції утворюють пари протилежностей, і якщо людина більш досконала в мисленні, то йому вочевидь не дістає чуттєвості. Кожний член пари прагне замаскувати іншого та загальмувати. Скажімо, ви бажаєте міркувати упереджено – науково чи філософськи – тоді потрібно відкинути всі почуття. Об'єкт, розглянутий з почуттєвої позиції, буде відрізнятися в цілісному відношенні від розгляду під кутом зору розумової настанови. Вічна тема боротьби між почуттям і розумом в історії культури людства – очевидне тому підтвердження.

Відчуття – це функція, що відображає окремі властивості та явища матеріального світу внаслідок безпосереднього впливу їх на органи чуття. Через відчуття предмети сприймаються так, як вони існують самі по собі в об'єктивній дійсності.

Інтуїція – спосіб сприйняття через несвідоме, це зниження картин і сюжетів дійсності, походження яких неясне, невиразне, погано пояснюване. Функції відчуття й інтуїції є ірраціональними – зовнішнім і внутрішнім сприйняттям, незалежним від яких-небудь оцінок.

Раціональні й ірраціональні функції, у свою чергу, діють взаємовиключним чином.

Усі чотири функції представлені двома парами протилежностей: мислення – почуття, відчуття – інтуїція.

Хоча кожний індивід потенційно має усі чотири функції, на перевірку одна з них, зазвичай, виявляється найбільш розвиненою. Її називають провідною.

Функція ж, що розвинена найменше, як правило, перебуває в невідомому стані, є підлеглою.

Найчастіше ще одна функція може бути досить розвинена, наближаючись за ступенем активності до провідної функції. Очевидно, що вона представлена іншою парою протилежностей. Ця функція допоміжна. Відповідно до провідної функції існують чотири функціональних типи: розумовий, почуттєвий, сенсорний, інтуїтивний.

Розумовий тип у більшості випадків відповідає чоловікам. Ментальне життя цього типу зводиться до створення інтелектуальних форм і наступної підгонки наявного життєвого досвіду під ці формули. У міру того як цей тип ідентифікує себе з розумовими процесами і не усвідомлює в собі наявності

інших функцій, а просто придушує їх, його мислення носить автократичний характер, інтелектуальні ж формули виявляються свого роду “прокрустовим ложем”, що постійно сковує цілісний прояв життя. У цьому випадку почуття виявляється функцією підлеглою, отже, почуттєві оцінки суб’єкта неминуче перебувають у зневажливому запустінні. Людські взаємини зберігаються та підтримуються лише доти, поки вони слугують і слідуєть керуючим інтелектуальним формулам, у всіх інших випадках вони легко приносяться в жертву.

Почуттєвий тип відповідно більше розповсюджений у жінок. Твердження та розвиток міжособистісних взаємодій і відносин партнерства є тут головною метою. Чутливість “і чуйність до нестатків інших є показовою рисою, основною якістю даного типу. Найбільше задоволення тут зустрічає переживання емоційного контакту з іншими людьми. У своєму крайньому прояві цей функціональний тип може викликати ворожість своїм надмірним інтересом, нездоровою цікавістю з приводу особистих справ інших. Про таких людей часто говорять: “вічно він сунеться не у свої справи”.

Оскільки в цьому випадку мислення є функцією підлеглою, то і здатність до абстрактного безособового судження у таких людей піддається відомому сумніву. Мислення як таке приймається лише в тім ступені (чи до тієї пори), у якому (чи поки) воно обслуговує інтереси почуттєвих взаємин. Проте і взаємини, як правило, дуже хиткі, суперечливі, оцінки постійно коливаються, займають крайні позиції. Мислення ж служить стабілізуючим фактором.

Сенсорний (відчуваючий) тип характеризується пристосованістю до звичайної миттєвої реальності, до “тут і зараз”. Він охоче задовольняється життям у його найпростіших нехитрих формах, без будь-яких тонкощів, складного міркування чи туманної уяви. Відчуваючий тип виглядає стійким і земним, реальним і сучасним у розумінні готовності “жити” у дану хвилину, але одночасно він виглядає досить нерозумним. Глибинний зір і уява здатна приглушувати цей заземлений стан – продукти інтуїції, що виступає в нашому випадку як функція підлегла. Відчуваючий тип фактично придушує всі інтуїтивні прояви як нереалістичні фантазії й у такий спосіб рятується від обтяжних дріжджів внутрішньої незграбності, інертності.

Інтуїтивний тип мотивується головним чином постійним потоком нових ведень і передчуттів, що виникають від його внутрішнього активного сприйняття. Усе нове і можливе, незрозуміле й інше, відмінне є принадою для цього типу. Інтуїція є деяке свідчення про минуле і майбутнє речей, ця функція дозволяє бачити “круглі” кути: живучи в чотирьох стінах і виконуючи рутинну роботу, до інтуїції удаються рідко, але вона дуже потрібна, скажімо, під час полювання в тайзі на ведмедя. Інтуїтивний тип частіше вбачає слабкі зв’язки між речами, що для інших здаються незв’язаними та далекими. Його розум працює стрибкоподібно і так швидко, що важко простежити його дію. Якщо попросити його діяти більш повільно, він може дратуватися і вважати своїх співрозмовників тугодумами і тупими. Відчуття як психічна властивість у нього підкорене та пригнічене. У

реальному житті найчастіше така людина залишається незрозумілою оточуючим, її прозоріння, якщо воно виявляється конструктивним, повинно терпляче розроблятися іншими людьми. Звичайний розвиток допоміжної функції зм'якшує та модифікує гостроту прояву вищевикладених характеристик. Проте і це ще не все, оскільки, відповідно до встановленого типу кожна з функцій може бути орієнтована або інтровертно, або екстравертно. Внаслідок чого існують вісім можливих типів, описаних К.Юнгом у праці “Психологічні типи”.

В ідеалі індивід повинен повноцінно володіти усіма чотирма функціями (у розширеному виді восьми) для того, щоб давати відповідну адекватну відповідь на будь-які життєві запити. На жаль, у дійсності це недосяжно, хоча і залишається бажаною метою, ідеалом, визначаючи в такий спосіб одну з головних задач аналітичної психотерапії: привести до свідомості дане положення речей і допомогти в розвитку підлеглих, пригнічених, нерозвинених функцій для того, щоб досягти психічної цілісності. Особистість людини, її індивідуальність формується та проявляється залежно від спрямованості можливості, психічних особливостей поведінки й образу “я”, що входить у його структуру.

СТРУКТУРА ОСОБИСТОТІ

1. Спрямованість особистості.
2. Можливості особистості.
3. Психічні особливості поведінки особистості.
4. Образ “Я”.

1. Спрямованість визначається виборчим ставленням людини до дійсності. Спрямованість включає спрямованість на себе, спрямованість на взаємодію і спрямованість на діяльність. Одні з компонентів спрямованості відіграють домінуючу роль, інші опорну роль.

2. Можливості особистості включають систему здібностей, що забезпечує успіх діяльності. Здібності взаємозв'язані між собою. Як правило, одні зі здібностей домінують, інші їм підкоряються. Підпорядкована здібність підсилює основну, провідну.

3. Особливості поведінки проявляються через **характер, темперамент**. Характер – складне синтетичне утворення, де в єдності виявляються зміст і форми духовного життя людини. Характер визначає провідні властивості особистості, до яких належить рішучість, наполегливість, мужність і самовладання.

4. “Я” – утворення самосвідомості особистості, воно підсилює саморегуляцію: посилення чи ослаблення діяльності, самоконтроль і корекцію дій, вчинків, передбачення і планування життя та діяльності.

Відкриття “Я” – переживання наявності свого “Я” є наслідком тривалого процесу формування особистості, що починається з дитинства. Образ “Я” виступає як установка самому собі, тобто в самому собі індивід своїми діями і вчинками представлений як в іншому.

Образ “Я” включає три компоненти:

1. Когнітивний (уявлення про свої здібності, зовнішність, соціальну значимість та ін.).

2. Емоційно-оціночний (самоповага, самокритичність, себе-любність)

3. Поведінковий чи вольовий (прагнення бути досвідченим, завоювати повагу та ін.). “Я” може бути: реальне, ідеальне, фактичне.

У центрі особистості стоїть “Я”, що є окремими й особливими джерелами поведінки: стан “Я – Батько”, “Я – Дитина” і “Я – Дорослий”. Батько, Дорослий і Дитина представляють реальних людей, що існують зараз або існували коли-небудь, мають законні імена та цивільну дійсність. Нижче наведено структурну діаграму стану “Я”

Стан “Я” скорочено називають “Батько”, “Дорослий”, “Дитина”. На цій схемі та й у наступних теж вони позначають стан “Я”, а не реальних батьків, дорослих і дітей. Ці три стани “Я” визначаються в такий спосіб:

- стан “Я – Батько” містить установки і поведінку, перейняті зовні, у першу чергу, від батьків. Зовні вони часто відбиваються в попередженнях, критичній та турботливій поведінці щодо інших. Внутрішньо вони переживаються як старі батьківські повчання, що продовжують впливати на нашу внутрішню дитину;

- стан “Я – Дорослий” не залежить від віку особистості. Він орієнтований на сприйняття поточної реальності та на одержання об’єктивної інформації. Він є організованим, добре пристосованим, спритним і діє, вивчаючи реальність, оцінюючи свої можливості та спокійно розраховуючи;

- стан “Я – Дитина” містить усі спонукання, що виникають у дитини природним чином. Він також містить запис ранніх дитячих переживань, реакцій і позицій у відношенні себе й інших. Він виражається як “стара” поведінка дитинства.

Коли ви дієте, відчуваєте, думаєте подібно тому, як це робили ваші батьки, ви перебуваєте у стані “Я – Батько”.

Коли ви маєте справу з поточною реальністю нагадування фактів, їхньою власною оцінкою, ви перебуваєте у стані “Я – Дорослий”.

Коли ви поведетеся подібно тому, як ви робили це в дитинстві, ви знаходитесь в стані “Я – Дитина”.

Люди, перебуваючи у кожному стані “Я” можуть по-різному почувати, сприймати дотиком та нюхом, говорити, слухати, дивитися та поводитися. Кожний стан “Я” має власну програму. Деякі люди з одного стану “Я” відрізняються частіше, ніж з інших. Наприклад, ті, які відрізняються частіше зі стану “Я – Батько”, бачать світ очима своїх батьків. У цьому випадку їхня здатність сприймати цей світ знижена чи перекручена.

Таким чином, у структуру особистості, у першу чергу входить системна організація її індивідуальності, представлення в будові темпераменту, характеру, здібностей людини, необхідна, але недостатня для розуміння психології особистості. Тобто перша складова структури особистості – її внутрішньоіндивідуальна підсистема.

Особистість, що є суб’єктом системи дійсних відносин із суспільством, групами, в яких вона інтегрована, не може бути ув’язнена лише в деякий

замкнутий простір усередині органічного тіла індивіда, виявляє себе в просторі міжіндивідних відносин. Не сам по собі індивід, а процеси міжособистісної взаємодії, у які включені щонайменше два індивіда, можуть розглядатися як прояв особистості кожного з учасників цієї взаємодії.

Особистість у системі своїх “дійсних відносин” як би знаходить своє особливе буття. Реальне існування особистості виявляється в сукупності предметних взаємин індивідів, і тому одну з характеристик структури особистості варто шукати в “просторі” поза органічним тілом індивіда, що складає інтеріндивідну підсистему особистості.

Інтраіндивідна та інтеріндивідна підсистеми не покривають усі прояви особистості. Третя складова структури особистості – метаіндивідна (надіндивідна) структура. Особистість при цьому не тільки виноситься за межі органічного тіла індивіда, але переміщується за межі наявних зв’язків з іншими індивідами. Мова йде про активний процес свого роду продовження себе в іншому. Цей процес продовження суб’єкта в іншому індивіді одержав назву персоналізації.

Таким чином, у структуру особистості людини входять три підсистеми: індивідуальність особистості, її представленість у системі міжособистісних відносин і в інших людях. Особистість повинна бути охарактеризована в єдності всіх трьох сторін її існування як суб’єкт міжіндивідних, соціальних зв’язків і відносин. Єдність розгляду особистості у всіх трьох її підструктурах можна показати на прикладах різних її характеристик.

Мета індивідна підсистема особистості виражає одну з найважливіших духовних потреб людини – потребу бути особистістю, тобто своєю діяльністю робити значимими для інших людей зміни їхньої інтелектуальної й емоційної сфери.

Лекція 13

Тема: Темперамент.

План.

1. Поняття про темперамент.
2. Історія вчень про темперамент.
3. Тип вищої нервової діяльності та темперамент
4. Властивості темпераменту.
5. Характеристика темпераментів.

1. Поняття про темперамент.

ТЕМПЕРАМЕНТ – індивідуальні особливості людини, які визначають динаміку її психічної діяльності та поведінки.

Основними компонентами темпераменту є: загальна психологічна активність; моторика; інтенсивність. Від темпераменту залежить: швидкість виникнення психічних процесів та реакцій; темп і ритм діяльності та поведінки; інтенсивність психічних процесів.

2. Історія вчень про темперамент.

Вчення про темперамент започатковане давньогрецьким лікарем і філософом Гіппократом. Він та його послідовники (римський лікар Гален та ін.) обстоювали гуморальну теорію (від лат. humor — рідина), згідно з якою темперамент спричинює перевага в організмі певної рідини. Гіппократ вважав, що життєдіяльність організму визначається співвідношенням між кров'ю, жовчю та слизом (лімфа, флегма). На основі цього погляду сформувався вчення про чотири типи темпераменту: сангвінічний (від лат. sanguis — кров, перевага в організмі крові), флегматичний (від грецьк. phlegma — слиз, перевага в організмі слизу), холеричний (від грецьк. chole — жовч, перевага в організмі жовчі) та меланхолійний (від грецьк. melas — чорний, похмурий та chole — жовч, перевага в організмі чорної жовчі). До середини XVII ст. всі дослідники вбачали анатоμο-фізіологічні основи темпераменту в будові та функціонуванні кровоносної системи. Так, німецький філософ Кант вважав, що природною основою темпераменту є індивідуальні особливості хімічного складу крові. Близькі до такої точки зору ідеї російського педагога, анатома і лікаря П. Лесгафта (1837 – 1909), який розробив теорію, в якій основою темпераменту є особливості системи кровообігу (товщина стінок, діаметр отвору кровоносних судин, будова і форма серця). Діаметр і товщина стінок визначають швидкість і силу кровообігу, а від цього залежить швидкість обміну речовин, і в підсумку – індивідуальна характеристика темпераменту як міри збудження організму та тривалості реакцій. Конституційну теорію започаткував у XX ст. н. е. німецький психіатр Е. Кречмер. Головною ідеєю цієї теорії є функціональна залежність темпераменту від будови (конституції) тіла. Е. Кречмер виділив чотири конституційні типи (астенічний, атлетичний, пікнічний, диспластичний) і вважав, що кожному з них притаманний відповідний темперамент.

Подібно до того, як у Європі поширювалася конституційна типологія Е.Кречмера, в Америці набувала популярності концепція У.Шелдона, сформульована в 40-х роках XX століття. Його погляди на типологію близькі до концепції Кречмера, за якою тіло та темперамент – це два параметри одного й того самого об'єкта, котрим є людина. Основним недоліком гуморальної та конституційної теорій було пояснення темпераменту лише біологічними чинниками і недооцінювання ролі середовища і соціальних умов у формуванні психологічних властивостей індивіда.

3. Тип вищої нервової діяльності та темперамент.

Уперше науковий підхід до з'ясування фізіологічних основ темпераменту застосував І. Павлов у своєму вченні про типи вищої нервової діяльності у тварин і людини. Ці основи він вбачав у особливостях функціонування кори великих півкуль головного мозку, її умовнорефлекторній діяльності. Спираючись на експериментальні дані, він показав, що нервові процеси в корі мозку характеризуються певними властивостями, які у своєму поєднанні утворюють типи вищої нервової діяльності (типи нервової системи). Такими властивостями є сила,

врівноваженість і рухливість процесів збудження і гальмування. Сила нервової системи визначає її працездатність. Вона проявляється насамперед у функціональній витривалості, тобто здатності витримувати тривалі чи короточасні, але сильні збудження. Врівноваженість нервових процесів – це баланс між процесами збудження та гальмування. Рухливість нервових процесів визначається легкістю переходу від збудження до гальмування і навпаки. Рухливість нервових процесів проявляється в здатності змінювати поведінку залежно від умов, швидко переходити від однієї до іншої, від пасивної до активного чи навпаки. Протилежною рухливості якістю є інертність нервових процесів. Нервова система інертніша тоді, коли потребує більш часу чи зусиль для переходу від одного процесу до іншого. Ці якості нервових процесів утворюють певні системи, комбінації, які й зумовлюють тип нервової системи

І. П. Павлов визначив чотири основні типи нервової системи:

- 1) сильний, врівноважений, рухливий тип - сангвінік;
- 2) сильний, врівноважений, інертний тип - флегматик;
- 3) сильний, нерівноважений, рухливий тип - холерик;
- 4) слабкий тип - меланхолік.

4. 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.

Активність характеризується енергією впливу людини на навколишній світ і подолання перешкод на шляху до мети. Темп реакції – швидкість перебігу різних психічних явищ.

Пластичність виявляється у швидкому пристосуванні до обставин, що змінюються.

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

Екстравертованість – спрямованість реакцій та діяльності особистості назовні, на інших. Інтровертованість – спрямованість на себе, свої внутрішні стани, переживання.

5. Характеристика темпераментів.

Сангвініки. Сангвініки легко пристосовуються до нових людей, нового середовища. Емоційні, життєрадісні, з живою мімікою (коли їм весело - вони сміються, коли сумно - плачуть). З виразу обличчя легко здогадатися, який у них настрій, як ставляться до того, з ким спілкуються. Переважає веселий настрій. Вони довірливі, з ними приємно спілкуватися. Як правило, у присутності сангвініка, люди почуваються легко і невимушено., без

напруження. Тільки-но зайшлися, в враження таке, ніби давно знайомі. Товариські. Легко переборюють труднощі й допомагають їх долати іншим. Можуть бути лідерами. Добре стримують прояви своїх почуттів. У сангвініків практично немає ворогів: вони з розумінням ставляться до думок і вчинків інших, толерантні. У колективі почуваються впевнено, не бояться відповідальності й ризику. Це люди дуже енергійні, активні. Довго працюють без утоми, але за тих умов, коли робота їх цікавить. Якщо вона не захоплює, можуть покинути все, не довівши до кінця. До критики ставляться спокійно. Із задоволенням беруться за нову справу, відзначаються винахідливістю. Довготривалих і копітких справ уникають.

Меланхоліки. Вони дуже чутливі люди, друзі книги і природи. Мляві, замкнені, песимістичні. Міміка й рухи невиразні, голос тихий. Настрій дещо пригнічений. Почуття свободи, розкутості, приємної веселості майже ніколи не відчуються. Перед труднощами розгублюються, відмовляються від боротьби. Кожний життєвий поворот для меланхоліків - удар, бо переживають сильний страх у небезпечній ситуації. Швидко втомлюються. При сильних подразниках погіршується діяльність. Дуже вразливі. Довго пам'ятають образи, навіть невеликі неприємності виводять їх із рівноваги, можуть викликати сльози. При невдачі - пригнічені і розгублені. Сором'язливі, недовірливі, недооцінюють свої здібності. Рідко користуються допомогою товаришів. Легко пристосовуються лише до дуже вузького середовища (родина, невелике коло друзів). Уважні до людей, тактовні. Меланхоліки не бувають активістами й громадськими діячами. Вони ті, кого ведуть. Нездатні відстоювати свою думку, скромні, несамостійні. Їх часто називають диваками, бо у них надзвичайно розвинена уява. Геніїв якраз найбільше серед меланхоліків. Ці люди - індивідуалісти. Мають свій, часто оригінальний погляд.

Флегматики. Флегматики - це передусім тверезі консерватори, реально оцінюють свої здібності, хранителі таємниць, це "річ у собі", непроникливі, нерозгадані. Нелегкі на підйом, нерішучі, пасивні. Вони сповідують філософію людей: "тихо їдеш - далі будеш". Можливо, саме вони її створили. Це - "геній відстрочок". Вони очікують. До виконання завдання флегматиків слід не лише заохочувати, а й готувати заздалегідь, повторивши не один раз. А два чи три завдання - їм узагалі досягнути не під силу, їх охоплює паніка. Вони ретельно обдумують і планують свої дії. Наполегливі в роботі, розпочате доводять до кінця, проте надто повільно, чим дратують оточуючих. До критики ставляться байдуже. Винахідливістю не відзначаються, однак втілюють у життя ідеї інших. Терплячі, наполегливі у досягненні мети, стійкі у прагненнях і настроях. Флегматики малоемоційні, повільно виникають і змінюються почуття. Їх нелегко розсмішити, розгнівати. Міміка одноманітна, мовлення невиразне. У стосунках з людьми виявляють постійність, відданість. Надійні у дружбі, у сім'ї. Люблять вузьке коло давніх знайомих. Врівноважені, в міру товариські, уникають пустої балаканини й неділових контактів. Страждання переносять терпляче, не

скаржаться на них, але страждання інших їх також мало хвилюють. Нелегко сходяться з новими людьми. Повільно пристосовуються до нового оточення.

Холерики. Це люди з великою активністю, енергійністю, непосидючістю. їх "наступ" важко зупинити. У них є така особливість: з'являтися у потрібний момент. Трапляється з людиною нещастя, і холерики тут як тут, бо це люди з "оголеним нервом". Вони відчують не лише свій біль, а й біль тих, хто поряд. Холерики багатьом видаються щасливцями. Та все це тому, що встигають робити найбільшу кількість спроб і помилок за одиницю часу. Швидко рухаються й швидко розмовляють. їх поведінка невірноважена. Легко збуджуються й довго заспокоюються. Потреба у сні мала, однак завжди бадьорі. Виразна міміка і пантоміміка. Холерики дуже компанійські люди, завзяті, але задиркуваті, запальні. Відверто вступають в суперечки, бувають агресивними. Характерне бажання виділитися з колективу, стати лідером. Швидке збудження у холериків веде до того, що вони мало роздумують і відразу діють. Швидко переключаються з однієї діяльності на іншу.

Лекція 14

Тема: Характер.

План.

1. Поняття про характер.
2. Структура характеру.
3. Основні риси типового характеру.
4. Природа характеру.

1. Поняття про характер

Кожній людині крім динамічного боку дій, що виявляється в темпераменті, властиві істотні особливості, які позначаються на її діяльності та поведінці. Про одних говорять, що вони працьовиті, дисципліновані, скромні, чесні, сміливі, колективісти, а про інших лінкуваті, хвалькуваті, неорганізовані, честолюбні, самовпевнені, нечесні, егоїсти, боягузи. Ці й подібні до них риси виявляються настільки виразно й постійно, що становлять собою типовий вид особистості, індивідуальний стиль її соціальної поведінки. Такі психологічні особливості особистості називаються рисами характеру. Ці риси характеризують і цілі, до яких прагне людина, і способи досягнення цілей. Знати це важливо, оскільки особистість характеризується не тільки тим, що вона робить, а й тим, як вона це робить. Сукупність таких стійких рис становить характер особистості.

Отже, характер - це сукупність стійких індивідуально-психологічних властивостей людини, які виявляються в її діяльності та суспільній поведінці, у ставленні до колективу, до інших людей, праці, навколишньої дійсності та самої себе.

Термін "характер" (від грецьк. *character* - "риси", "прикмета", "відбиток"). Введений він для позначення цих властивостей людини другом Арістотеля Теофрастом, який у "Характеристиках" описав з позицій мораліста 31 тип людських характерів -людей хвалькуватих, базік, нещирих, нудних у розмові, улесливих та ін.

Пізніше філософи та психологи засадовими стосовно пояснень і класифікації людських характерів робили або особливості будови та функцій тіла, або морально-етичні особливості суспільних стосунків людей, або їхні розумові властивості та досвід.

Характер найбільше пов'язується з темпераментом, який, як відомо, визначає зовнішню, динамічну форму його вираження. Характер людини можна зрозуміти тільки в її суспільній діяльності, суспільних відносинах. Про характер людини судять і за тим, як вона мислить і поводить себе в різних обставинах, якої думки вона про інших та про саму себе, які манери їй властиві.

Знати характер людини дуже важливо. Це дає можливість передбачати, як людина поводитиме себе за певних умов, чого від неї можна чекати, як вона виконуватиме дані їй доручення. Художня література дає прекрасні описи поведінки людей з різними характерами. Історія знає багатьох політичних, громадських і військових діячів, які завдяки силі позитивних рис свого характеру сприяли прогресу суспільства, натомість особи з негативними рисами характеру або слабохарактерні спричинили його занепад.

2. Структура характеру

Характер як одна з істотних особливостей психічного складу особистості є цілісним утворенням, що характеризує людське "Я" як єдине ціле. Розуміння характеру як єдності його рис не виключає виокремлення в ньому окремих ланок з метою глибшого пізнання його сутності. І. Павлов, незаперечуючи цілісності характеру, відстоював необхідність виокремлення його структурних компонентів. Якщо ви аналізуєте особистість, писав він, - ви повинні сказати, що за такими ось рисами її можна характеризувати як тиху, спокійну, химерну, ніжну тощо. Але якщо окремі частини уявити відокремлено, без їх взаємозв'язку, то характеру людини, звичайно, визначити не можна.

Потрібно брати систему рис і в цій системі аналізувати, які риси висуваються на перший план, а які - ледве виявляються, затираються.

Визначити структуру характеру означає виокремити в ньому провідні компоненти, без яких цілісність характеру уявити не можна.

У структурі характеру необхідно розрізняти зміст і форму. Зміст характеру особистості визначається суспільними умовами життя та виховання. Вчинки людини завжди чимось мотивуються, на щось або на когось спрямовуються. Але за формою наміри, прагнення реалізуються по-різному. Це залежить і від обставин, ситуацій, у яких перебуває людина, і від особливостей її характеру, передусім від темпераменту.

У структурі характеру видокремлюють такі його компоненти:

- спрямованість;
- переконання;
- розумові риси;
- емоції;
- волю;

- темперамент;
- повноту;
- цілісність;
- визначеність;
- силу.

Спрямованість є провідною в структурі характеру особистості. Вона виявляється у вибіркового позитивному або негативному оцінному ставленні до вчинків і діяльності людей і самої себе.

Переконання - знання, ідеї, погляди, що є мотивами поведінки людини, стають рисами її характеру й визначають ставлення до дійсності, вчинки, поведінку. Переконання виявляються в принциповості, непідкупності та правдивості, вимогливості до себе. Людина з твердими переконаннями здатна докласти максимум зусиль для досягнення мети, віддати, коли потрібно, своє життя заради суспільних справ. Безпринципним людям, кар'єристам ці риси характеру не властиві.

Розумові риси характеру виявляються в розсудливості, спостережливості, поміркованості. Спостережливість і розсудливість сприяють швидкій орієнтації в обставинах. Нерозсудливі люди легко хапаються за будь-яку справу, діють під впливом першого імпульсу. Розумова ж інертність, навпаки, виявляється в пасивності, байдужості, повільності у прийнятті рішень або у поверховому підході до справ без урахування їх важливості.

Емоції стають підґрунтям таких рис характеру, як гарячковість, запальність, надмірна або вдавана співчутливість, всепрощення або брутальність, грубість, "товстошкірність", нечутливість до страждань інших, нездатність співпереживати. Моральні, естетичні, пізнавальні, практичні почуття завдяки мірі вираженості в них емоцій можуть виявлятися або в екзальтації, або в спокійному, поміркованому ставленні до явищ природи, мистецтва, вчинків людей.

Воля в структурі характеру зумовлює його силу, твердість. Отже, воля, як вважають, є стрижневим компонентом сформованого характеру. Сильна воля робить характер самостійним, стійким, непохитним, мужнім, здатним досягати поставленої мети. Безвільні ж люди - слабохарактерні. Навіть при багатстві знань і досвіду вони нездатні наполягати на справедливості, виявляють нерішучість, боязливість.

Темперамент у структурі характеру є динамічною формою його прояву. Характер - це єдність типологічного і набутого за життя досвіду. Особливості умов життя, навчання та виховання формують різноманітне за змістом індивідуальне ставлення до явищ навколишньої дійсності, але форма прояву цього ставлення, динаміка реакцій особистості визначаються її темпераментом. Одні й ті самі переконання, погляди, знання люди з різним темпераментом виявляють своєрідно щодо сили, врівноваженості та рухливості дій.

Виокремлюючи в характері його структурні компоненти, треба мати на увазі, що характер - це сукупність усіх його структурних компонентів.

Кожний структурний компонент характеру - спрямованість, інтелект, емоції, воля, темперамент - інтегративно виявляється певною мірою в кожній рисі характеру, як і в характері загалом. Тому не можна говорити про світоглядні, інтелектуальні, емоційні, вольові риси характеру. Характер як своєрідне стійке, цілісне ставлення особистості до різних аспектів дійсності може бути стійким або нестійким, повним, цілісним, визначеним або невизначеним.

Повнота характеру - це всебічний розвиток основних його структурних компонентів - розумових, моральних, емоційно-вольових. Розсудливість вчинків такої людини завжди узгоджена з емоційною врівноваженістю та самовладанням.

Внутрішня єдність рис характеру визначає його цілісність. Вона виявляється в єдності слова та діла або в її відсутності у вчинках. У безхарактерних людей помітно виявляються розбіжність у поглядах, відсутність цілеспрямованості рис характеру, випадковість їх виявлення, залежність їх проявів від ситуацій, а не від внутрішніх установок особистості.

Особливо важливою в характері є його визначеність. Твердість і незалежність особистості в її прагненнях і переконаннях, у боротьбі за досягнення окреслених цілей свідчать про визначеність її характеру.

Визначеність характеру у людини як суб'єкта діяльності позначається на принциповості та сумлінності дій незалежно від важливості доручення. На людину з визначеним характером можна покладатися, доручаючи їй важливі справи - вона виконає доручення відповідно до його мети, змісту справи та способів виконання. Про людей з невизначеним характером важко сказати, добрі вони чи погані. Це люди безпринципні, без чітких позицій у політичному, трудовому житті, у побуті.

Сила характеру виявляється в енергійних діях, завзятті та активності в діяльності, боротьбі за доведення справи до кінця, незважаючи на жодні перешкоди. Такі люди не бояться труднощів, уміють їх долати. Це новатори в праці, ентузіасти, ініціатори.

Справжню людину - активного діяча, колективіста, патріота, інтернаціоналіста, гуманіста - характеризує єдність усіх компонентів її характеру. Проте єдність характеру не виключає того, що в різних ситуаціях у однієї й тієї самої людини по-різному виявляються зазначені компоненти та риси характеру. Одночасно людина може бути поблажливою та надмірно вимогливою, непохитною та поступливою, щедрою та скупюю. При цьому єдність компонентів характеру залишається і саме у цьому виявляється.

3. Основні риси типового характеру.

Носієм характеру є людина. Риси її характеру позначаються на діяльності, стосунках, способистіях дії в найширшому їх розумінні – в сім'ї, трудовому колективі, в управлінні виробництвом, державою.

Типове та індивідуальне в характері існують в єдності. Типове створює тло для індивідуальних проявів рис характеру, і прояв не властивих для більшості певної соціальної групи рис характеру викликає заперечення, осуд.

Особливості типового характеру виявляються при позитивному або негативному ставленні до праці, інших людей, самого себе, предметів та явищ дійсності. Ставлення до праці є однією з найістотніших рис характеру людини. Воно виявляється в повазі до праці, працелюбності або ж у зневазі до праці та працівників. Важливі риси у ставленні до праці - акуратність, сумлінність, дисциплінованість, організованість.

Ставлення до інших людей виникають у міжособистісних контактах і зумовлюються суспільними умовами життя, які складаються історично і розкриваються в колективі. Рисам характеру, в яких виявляється ставлення особистості до інших людей, властиві значна варіативність за змістом і формою їх виявлення, залежність від рівня культурного розвитку народу та духовного багатства особистості. Ставлення до інших людей має оцінний характер, в якому інтелектуальне оцінювання залежить від емоційного ставлення до рис характеру, що виявляються в суспільних контактах. Оцінне ставлення до людей виявляється в різному змісті рис характеру та різній формі їх прояву. Схвалення та осуд, підтримка та заперечення виявляються у ввічливій, тактовній, доброзичливій формі або ж формально, улесливо, а то й брутально, грубо, іронічно, саркастично, образливо. Ставлення до інших виявляється залежно від обставин і характеру оцінювання вчинків і в позитивних, і в негативних рисах характеру.

Позитивними рисами характеру культурної людини є справедливість, дотримання слова, щедрість, доброзичливість, чесність, принциповість. Засадові стосовно них - гуманістичні моральні якості людей, ідейні переконання, прогресивні прагнення.

До негативних рис характеру належать відчуженість, замкнутість, заздрість, скупість, зневага до інших, хвалькуватість, гординя, схильність до безпідставного кепкування та глузування, причіпливість, схильність до пустопорожніх суперечок, заперечення істини, дріб'язковість, мізантропія. Негативні риси характеру дуже шкодять позитивному спілкуванню людей, їхнім прагненням до спільної боротьби з несправедливістю, спілкуванню в праці.

Ставлячись до вчинків і поведінки інших, людина формує власні риси характеру за аналогією чи протиставленням. Ставлення до самої себе - позитивне або негативне - залежить від рівня розвитку самосвідомості, здатності оцінювати себе. Такі риси характеру, як скромність, почуття власної гідності, вимогливість до себе, відповідальність за справу, схильність віддавати себе, свої сили колективу, державі, свідчать про високий рівень розвитку самосвідомості особистості.

Разом з тим деяким людям властиві негативні риси - нескромність, хвалькуватість, кар'єризм, гординя, самовпевненість тощо.

Типові риси характеру за своєю інтенсивністю виявляються порізно, індивідуально. У деяких людей окремі риси їхнього характеру виявляються настільки яскраво та своєрідно, що це робить їх оригінальними. Загостреність таких рис виявляється спонтанно, як тільки людина потрапляє в адекватні цим рисам умови. Такі умови провокують прояв загостреної реакції

особистості. Крайню інтенсивність певних рис людини називають їх акцентуацією. Хоча акцентуація якихось рис особистості своєю загостреністю та своєрідністю прояву виходить за межі звичайного, їх не можна відносити до патологічних. Проте надмірно складні умови, які викликають акцентуацію рис особистості, частота їх повторення можуть спричинити невротичні, істеричні та інші патологічні реакції.

Акцентуація рис характеру виявляється лише за певних умов. За інших умов люди з такими рисами діють спокійно, без напруження. Акцентуація рис характеру виробляється за суспільних умов життя під впливом суспільної спрямованості інтересів, специфіки контактів у колективі, але, як свідчать дослідження, засадовими стосовно них є своєрідні природжені індивідуальні особливості, що і створюють ґрунт для виникнення акцентуації за відповідних соціальних умов.

Розглянемо найхарактерніші прояви акцентуації.

Застравання в стані збудження на впертості, недовірливості, нетерпимості до заперечень у дискусіях. У спокійному стані такі люди виявляють відповідальність і розсудливість при розгляді справ.

Педантизм виявляється в крайньому, нічим не виправданому формалізмі при вирішенні справи, в дотриманні "букви", хоча це й шкодить справі, у міркуванні типу "коли б чого не трапилось".

Демонстративні характери виявляють амбіційність, їм властиве хизування, зухвалість, де потрібно погодитися, вони заперечують очевидне: "це неможливо", "я цього не розумію". За звичайних умов такі особистості здатні погоджуватися, досягати значних творчих успіхів.

Екзальтовані особистості надмірно захоплюються, вихваляють те, що на це не заслуговує, легко збуджуються в радощах або сумують аж до розпачу, їхні реакції на вчинки свої або інших людей є загострено емоційними, афективними.

Тривожні характери в усьому чекають небезпеку, виявляють підвищену боязливість, соромливість, розгубленість, здатні сховатися від небезпечного, поступитися навіть слабшому, втікти від нього, якщо він чимось погрожує.

Інтровертовані особистості замкнуті, свої думки та переживання спрямовують на самих себе, на свій внутрішній світ, уникають контактів з іншими, не пристосовані до обставин. Вважають, що аутизм підлітків більше властивий інтровертованим особистостям.

Екстравертовані особистості прагнуть до спілкування, контактів з іншими, багато говорять про себе, хвалькуваті, зосереджуються переважно на зовнішніх явищах, а не на собі, схильні погоджуватися з усім, що їм пропонують.

4. Природа характеру

Психічні властивості людини - це особливий прояв вищої нервової діяльності, підґрунтям якої є природжені особливості нервової системи, своєрідні сполучення яких (сила, врівноваженість, рухливість) виявляються в типах темпераменту. Але слід пам'ятати, що природжений тип нервової

системи з перших днів життя перебуває під впливом суспільних умов життя, виховання, які накладають відбиток на їх функціонування.

У процесі життя у людини утворюються динамічні стереотипи, тобто система нервових зв'язків у корі великих півкуль головного мозку, яка виникає під впливом різноманітних подразнень, що діють у певній послідовності та певній системі. Багаторазові повторення таких подразнень спричиняють утворення міцних нервових зв'язків, які потім виявляються дедалі легше та автоматичніше, без особливого нервового напруження. Утворення та перероблення динамічних стереотипів потребують значної, часом важкої роботи нервової системи. Динамічні стереотипи утворюють фундамент звичних дій, рис характеру, які, як уже зазначалося, здебільшого виявляються мимоволі.

Отже, характер особистості є складним синтезом типу нервової діяльності та життєвих вражень, умов життя, виховання. Жива істота, писав І. Павлов, з дня народження зазнає найрізноманітніших впливів навколишнього середовища, на які вона неминуче повинна відповідати певною діяльністю, що часто закріплюється на все життя і виявляється у певних рисах характеру. Отже, характер, вважав І. Павлов, "є сплав з рис типу та змін, зумовлених середовищем".

У вченні про характер були спроби пов'язати характер людини з будовою тіла, з особливостями дії залоз внутрішньої секреції, проте ці спроби неспроможні були розкрити сутності характеру. Зазнали краху також і теорії, що розглядали характер як природжену психічну властивість.

Люди народжуються з різними особливостями функціонування головного мозку, що зумовлюється типом нервової системи, але ці фізіологічні відмінності людей є лише передумовою для формування в процесі життя різних морально-психологічних якостей, зокрема і відмінностей у характері. Те, що в одній сім'ї за схожих умов виростають діти з різними рисами характеру, не може бути доказом природженості рис характеру. Адже однакових умов у вихованні дітей не буває. Багатогранність спілкування, обставин, в які потрапляють діти, їхніх переживань створює надзвичайно різноманітні умови життя та виховання дітей. Саме це, відбиваючись у мозку дитини, викликає найрізноманітніші індивідуальні способи реагування, які поступово стають у кожної дитини своїми, властивими лише їй звичними рисами характеру. Саме те, що морально-етичні норми життя і вимоги до дітей у процесі їх виховання (вказівки, санкції) здебільшого бувають типовими, найбільше зумовлює прояви типових рис характеру, спільних для багатьох людей.

Формування характеру - це процес становлення стійких психологічних утворень особистості під впливом об'єктивних і спеціально створених для цього умов, коли її дії та вчинки в результаті їх багаторазових повторень стають звичними й визначають типову модель її поведінки.

Характер людини формується в процесі її індивідуального життя під провідним впливом суспільних умов. Особливо важливу роль у вихованні характеру відіграє активна діяльність особистості, і передусім праця як

середовище її суспільного буття, спілкування, як необхідна умова її самопізнання та самореалізації. В процесі праці виявляються моральні, інтелектуальні, вольові та інші якості особистості, що, закріплюючись під впливом певних умов життя, набувають рис характеру.

Реформування, що відбуваються в сучасному суспільстві, поява нових ідеалів і цінностей, зумовлених входженням до системи ринкових відносин, створюють передумови для формування рис характеру нової ділової людини.

Серед чинників, які мають для людини життєве значення і впливають на формування її характеру, особлива роль належить вихованню. Виховання організовує обставини життя і спрямовує в потрібному напрямі життєві впливи, підкріплює їх, створює відповідне ставлення до навколишньої дійсності особистості, що формується. Разом з тим воно гальмує негативні впливи, перешкоджає закріпленню небажаних звичок і рис її поведінки.

На певному, достатньо високому етапі розвитку особистості починають діяти самовиховання і саморегулювання процесу становлення характеру. Сформовані в процесі виховання потреби, ідеали, установки особистості стають підґрунтям її вимог як до зовнішніх умов життя, так і до самої себе. Вона сама починає організовувати своє життя і виховувати себе, керуючись при цьому як власними, так і суспільними ціннісними орієнтирами. Повною мірою здатність до самовиховання характеру виявляється тоді, коли особистість набуває життєвого досвіду, оволодіває засадами психологічної культури, коли у неї формується світогляд і остаточно складаються ідеали, відповідно до яких вона починає свідомо планувати своє життя і визначати в ньому своє місце.

Відмінності в характерах помітні вже у дітей молодшого дошкільного віку. У цьому віці, як показує досвід виховання в дитячих садках, досить виразно виявляються такі риси: товариськість, колективізм, ласкавість, сміливість, соромливість, замкнутість, охайність, точність, терплячість або примхливість, впертість, різкість та ін. Прояви рис характеру у цьому віці близько стосуються темпераменту. Особливо важливе виховання характеру в підлітковому віці. Підліток уже не дитина, у нього гострий інтерес до навколишньої дійсності, дуже велика активність, прагнення до праці - фізичної та розумової.

Потрібно навчитися організовувати цю активність, навчити підлітків діяти дружно, займатися громадською роботою, працювати організовано. Треба мати на увазі те, що неврахування у вихованні вікових особливостей підлітків дуже часто зумовлює негативізм, браваду, неслухняність, нестриманість, невмотивовані вчинки. Разом з тим підлітки чутливі до думки колективу. Вони дорожать оцінкою колективом їхньої трудової, навчальної та спортивної діяльності, керуються нею у своїй поведінці і це відіграє значну роль у формуванні їхнього характеру.

Юнаки та дівчата старшого шкільного віку вже досягають фізичної зрілості й здатні виявляти в поведінці, праці та навчанні достатньо сформовані риси характеру: відповідальність, дисциплінованість, цілеспрямовану наполегливість, принциповість, самостійність.

Дослідженнями формування характеру доведено, що особливо дієвими чинниками є самостійність і самодіяльність у праці, навчанні. При цьому необхідно поставити юнака чи дівчину в такі умови, за яких вони могли б виявити колективізм, мужність, витримку, працьовитість. Але буде великою помилкою, якщо виховання в колективі нівелюватиме індивідуальні якості особистості. В колективі потрібно розкривати й зміцнювати кращі риси характеру кожного члена колективу, формувати яскраву індивідуальність.

Успішне формування рис характеру потребує єдності виховних заходів сім'ї, школи та соціального середовища, громадськості.

Лекція 15

Тема: Здібності.

План.

1. Поняття про здібності.
2. Структура здібностей.
3. Різновиди здібностей.
4. Види здібностей.

1. Поняття про здібності

Серед істотних властивостей людини є її здібності. Здібності та діяльність, особливо праця, органічно взаємопов'язані. Людські здібності виникли й розвинулись у процесі праці. І в діяльності, у праці вони й виявляються. Здібності як рушійна сила відіграли провідну роль у розвитку науки і техніки, створенні матеріальних і духовних багатств, суспільному прогресі.

Із розвитком праці та суспільного життя людські здібності розвивалися, змінювалися за змістом і структурою, виникли й розвинулися загальні та спеціальні 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 людина здібна до певного виду діяльності. Поза діяльністю цю властивість людини не можна розпізнати, описати та охарактеризувати. Тому ми й складаємо думку про здібності людини за її роботою та результатами діяльності. Характеризуючи здібності людини, ми робимо висновки про них з погляду вимог, які висуває до людини навчальна, виробнича, наукова та будь-яка інша діяльність, оцінюємо її як активного діяча, творця матеріальних і духовних цінностей. Ця характеристика містить і оцінку учня, який готується до майбутньої трудової, творчої діяльності, засвоюючи людські надбання в певній галузі знання.

Успіх виконання людиною тих чи інших дій залежить, безперечно, не тільки від здібностей, а й від інших якостей. Наприклад, двоє друзів вступають до інституту. Один витримує іспити, інший зазнає невдачі. Чи свідчить це про те, що один з них більш здібний? На це запитання не можна відповісти, якщо не буде з'ясовано, скільки часу витратив на підготовку

кожен з них. Таким чином, лише фактом успіху, здобуттям знань здібності не визначаються.

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.

Відомо, що чим багатший життєвий досвід, тим легше людині досягати успіху в діяльності. Досвідчена людина, озброєна науковими знаннями, ширше і глибше усвідомлює завдання, які суспільство ставить перед нею, і успішніше їх розв'язує, ніж людина, яка не володіє такими знаннями.

Істотну роль при цьому відіграє не тільки наявність самих знань, а й уміння користуватися ними, застосовувати їх для розв'язання нових навчальних, практичних, наукових та інших завдань. Тому не можна розглядати здібності людини як властивості, що існують незалежно від її знань, умінь і навичок.

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.

Проте це не означає, що здібності людини зводяться до її вмінь, знань і навичок. Якби це було так, то за відповіддю біля дошки чи за вданою виконаною роботою ми робили б остаточний висновок про здібності людини. А насправді, як свідчать дані спеціальних психологічних досліджень, можна помітити, що окремі люди, які спочатку не можуть виконувати якусь роботу, у результаті спеціального навчання починають оволодівати певними вміннями та навичками й навіть досягають високого рівня майстерності.

Отже, здібності та знання, вміння та навички не тотожні.

Здібності - це такі психологічні особливості людини, від яких залежить оволодіння знаннями, вміннями та навичками, але які самі по собі до знань, умінь і навичок не зводяться.

Щодо знань, умінь і навичок здібності постають як певна можливість. Подібно до того, як вкинуте в землю зерно ще не є колоском, а тільки має змогу для його розвитку залежно від структури, складу, вологи ґрунту, погоди тощо, так і здібності людини є лише можливістю для оволодіння знаннями, вміннями, навичками. А те, чи перетворяться ці можливості на дійсність, залежатиме від багатьох чинників: форм і методів навчання та виховання, сімейних умов тощо.

Психологія, заперечуючи тотожність здібностей та важливих компонентів діяльності - знань, умінь і навичок, підкреслює їх єдність. Тільки у процесі спеціального навчання можна встановити, чи має людина здібності до певного виду діяльності. Помилкою педагога є оцінювання як нездібних тих учнів, які не мають достатніх знань.

Ігнорування відмінності між здібностями та знаннями в певний момент часто призводило до помилок в оцінюванні можливостей. Так, М. Гоголь - геніальний письменник - був оцінений свого часу як людина з посередніми

здібностями. Молодий В. Суріков не був зарахований до Академії мистецтв, бо був оцінений як людина з посередніми художніми здібностями. Його ще недосконалі малюнки були приводом до цього. За три місяці В. Суріков оволодів технікою малюнка, необхідними вміннями й був зарахований до Академії мистецтв.

Таким чином, між здібностями та знаннями існує складний зв'язок. Здібності залежать від знань, але здібності визначають швидкість та якість оволодіння цими знаннями. Щодо знань, умінь і навичок здібності швидше виявляються не в їх наявності, а в динаміці оволодіння ними, тобто в тому, наскільки за однакових умов людина швидко, глибоко, легко і міцно опановує знання та вміння. Тому можна зробити більш точне визначення здібностей.

Здібності - це індивідуально-психологічні особливості особистості, які с умовою успішного здійснення певної діяльності й визначають відмінності в оволодінні необхідними для неї знаннями, вміннями та навичками.

2. Структура здібностей

Кожна здібність (наприклад, до малювання, музики, техніки, науки тощо) - це синтетична властивість людини, яка охоплює цілу низку загальних і часткових властивостей у певному їх поєднанні.

Структура синтетичної сукупності психічних якостей, що постають як здібності, визначається конкретно діяльністю і різниться за видами діяльності. Стверджувати, що якась одна якість може постати як "еквівалент" здібностей, неправомірно.

Вивчаючи конкретно-психологічну характеристику здібностей, можна виокремити в них більш

- загальні (що відповідають не одному, а багатьом видам діяльності)

- спеціальні (що відповідають більш вузьким вимогам певної діяльності) якості, які не слід протиставляти.

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

Ця типологія пов'язана з відносним переважанням першої чи другої сигнальної системи. Відносне переважання першої сигнальної системи в психічній діяльності людини характеризує "художній" тип, другої- "розумовий". Рівновага обох систем дає "середній" тип.

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.

Проте слід зазначити, що навіть наявність розподілу на "художній" та "розумовий" типи не означає слабкості інтелектуальної діяльності у "художнього" типу або, навпаки, слабкості конкретних вражень у "розумового". Ідеться про відносне переважання.

Як відомо, у людини друга сигнальна система є провідною, тобто абсолютно переважає над першою.

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 діяльності (що складніше завдання, то більшої зосередженості воно потребує);
- чутливість до зовнішніх вражень, спостережливість.

Так, у здібності до малювання важливу роль відіграє чутливість до кольорів, світлових відношень, відтінків, здатність охоплювати й передавати пропорції.

У структурі музичних здібностей необхідним компонентом є музичний слух, передусім його чутливість до звуковисотних відношень. Психолог Б. Теплов, який спеціально досліджував музичні здібності, встановив, що важливими складовими музичних здібностей є такі:

- чутливість до ритму;
- мелодійний слух (що виявляється в особливому сприйманні мелодії);
- чутливість до точності інтонацій;
- гармонійний слух (що виявляється у сприйманні акордів).

Кожна здібність охоплює певні якості пам'яті людини: швидкість, міру, повноту запам'ятовування та відтворення.

Особливо важливу роль у структурі здібностей відіграє здатність людини мислити, розкривати не дані безпосередньо зв'язки та відношення.

Важливе значення тут мають такі якості мислення, як широта, глибина, якість, послідовність, самостійність, критичність, гнучкість. Наприклад, В. Крутецький, досліджуючи здібності школярів до математики, виявив важливу роль таких компонентів:

- швидко й широко узагальнювати математичний матеріал (узагальнення без спеціального тренування);
- швидко згортати, скорочувати процес міркування при розв'язуванні математичних завдань;
- швидко переключатися з прямого на зворотний хід думки у процесі вивчення математичного матеріалу.

Якості мислення та пов'язаної з ним мови посідають важливе місце у структурі здібностей.

Здібності охоплюють не тільки пізнавальні, а й емоційні властивості. Музичні здібності ґрунтуються на емоційній реакції, музичному враженні (Б. Теплов); у здібностях до наукової діяльності важливу роль відіграють також емоції. І. Павлов говорив: "Будьте пристрасні у вашій роботі, у ваших шуканнях".

Існує тісний взаємозв'язок здібностей і волевих якостей - ініціативності, рішучості, наполегливості, вміння володіти собою, переборювати труднощі. П. Чайковський писав: "Весь секрет у тому, що я працюю щоденно й акуратно. Стосовно цього я маю залізну волю над собою,

і коли немає особливої насаги до занять, то завжди вмію змусити себе перебороти неохочість і захопитися".

Отже, здібності не можна розглядати просто як властивість. Це своєрідне й відносно стійке поєднання психічних властивостей людини, що зумовлює можливість успішного виконання нею певної діяльності. Недостатнє розвинення окремих властивостей може компенсуватися. Наприклад, люди, які не мають слуху чи зору, компенсують їх підвищеною дотиковою, нюховою, вібраційною чутливістю.

3. Різновиди здібностей

Здібності виявляються в усіх сферах діяльності людини. Вони поділяються на певні види за змістом і характером діяльності. Так, виокремлюють здібності до навчання, малювання, музики, спорту, науки, організаційні, артистичні, конструкторські, педагогічні тощо.

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

Загальними називаються здібності, які певною мірою виявляються в усіх видах діяльності - навчанні, праці, грі, розумовій діяльності тощо. Завдяки загальним здібностям люди успішно оволодівають різними видами діяльності, легко переходять від однієї діяльності до іншої. В учнів загальні здібності виявляються в успішному засвоєнні річних навчальних дисциплін.

Спеціальні здібності виявляються у спеціальних видах діяльності. Наявність певних властивостей є підґрунтям спеціальних здібностей. Так, уява - важлива ознака літературних здібностей, абсолютний музичний слух - підґрунтя музичних здібностей.

Загальні та спеціальні здібності взаємопов'язані й доповнюють одні одних. Серед видатних діячів було багато людей, у діяльності яких поєднувався високий рівень розвитку загальних і спеціальних здібностей (М. Ломоносов, Т. Шевченко, М. Бородин та ін.).

Здібності людей - продукт їхнього суспільно-історичного розвитку. Вони виникають і розвиваються у процесі історичного розвитку і життя людей під впливом його вимог.

У праці виявлялися здібності людей, у праці вони розвивалися й формувалися. Здібності є умовою і продуктом праці. Кожному історичному етапу розвитку людства відповідає певний рівень розвитку здібностей.

У процесі діяльності люди здобувають знання, оволодівають уміннями, навичками, необхідними для розвитку здібностей. В умовах науково-технічного прогресу здібності змінюються, з'являються нові їх різновиди.

Формування здібностей залежить від культурного рівня суспільства. Розподіл праці зумовлює диференціацію, спеціалізацію здібностей. Розвиток здібностей особистості цілком залежить від попиту, на який, у свою чергу, впливають розподіл праці й породжені ним умови освіти людей. Індивідуальні відмінності у здібностях людей та їх природні передумови.

Спостереження за діяльністю людей показує, що у їхніх здібностях є певні відмінності. Здібності - це загальнолюдські властивості. Людина може

те, чого не зможе найбільш організована тварина. Разом із тим у здібностях виявляється й індивідуальна своєрідність кожної людини.

Наявність індивідуальних відмінностей у здібностях людини є незаперечним фактом. Вони виявляються в тому, до чого особливо здатна певна людина і якою мірою виявляються у неї здібності. Тут може виявитись якісна характеристика здібності, рівень її розвитку у людини. Так, одна людина здібна до музики, інша - до техніки, третя – до наукової роботи, четверта - до малювання тощо.

У межах однієї здібності люди можуть виявляти різний рівень здібностей - низький, посередній, високий. Чим зумовлюються такі відмінності? Вони не є природженими, хоча ми іноді чуємо, наприклад, що "ця дитина здібна" чи "не здібна" від природи.

Як і всі інші індивідуально-психологічні особливості, здібності не даються людині в готовому вигляді як щось властиве їй від природи. Здібності кожної людини, її індивідуальні особливості є результатом її розвитку. Обстоювати такий погляд необхідно, оскільки існували різні тлумачення ролі спадкового у здібностях людей. Так, ще 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. Ф. Галль склав навіть так звану френологічну карту (від грецьк. *phren* - розум), де поверхня черепа була поділена на 27 частин, і кожна з цих частин відповідала певним психічним здібностям.

Неправомірною виявилася гіпотеза про залежність здібностей від маси мозку. Відомо, що маса мозку дорослої людини становить приблизно 1400-1600 г. Мозок І. Тургенєва важив 2012 г, А. Франса - 1017 г. Але всі вони були видатними людьми з високим рівнем розвитку здібностей.

Найбільш правомірною є гіпотеза про зв'язок задатків з мікроструктурою мозку та органів чуття, залежно від якої і відбувається функціонування клітин, а також з диференційними особливостями нервових процесів (сила, врівноваженість, рухливість нервової системи, а також її тип). Розвитку здібностей сприяє спадковість соціальних умов життя. Так, у родині Й. Баха було 57 музикантів, з яких 20 - видатних.

Свого часу гостро критикували теорію про фатальну зумовленість здібностей людей природженими задатками. Заперечуючи фатальну природженість здібностей, сучасні психологи не заперечують природжені диференційні особливості, що закладені в мозку й можуть стати передумовою успішного виконання будь-якої діяльності.

Природжені передумови до розвитку здібностей називаються задатками. Під задатками розуміють природні можливості розвитку здібностей. Матеріальним їх підґрунтям є передусім будова мозку, кори його великих півкуль та її функціональні властивості. Ці відмінності зумовлені не

тільки спадковою природою організму, а й утробним і позаутробним розвитком.

Таким чином, задатки - це не здібності, а тільки передумови до розвитку здібностей. Всі люди мають задатки до оволодіння мовою, але не всі оволодівають однаковою кількістю мов і не однаково володіють рідною мовою, натомість тварина, не маючи задатків до мовного спілкування, ніколи не навчається говорити.

Природні задатки до розвитку здібностей у різних людей не однакові. Цим частково і зумовлений напрям розвитку здібностей, а також тим, чи вчасно виявлено здібності, задатки і чи є умови для їх реалізації.

Провідну роль у розвитку здібностей відіграють не задатки, а умови життя, навчання людей, їх освіта та виховання. Між здібностями і задатками існує не однозначний, а багатозначний зв'язок. Задатки є багатозначними. Які саме здібності сформуються на основі задатків, залежатиме не від задатків, а від умов життя, виховання та навчання. На ґрунті одних і тих самих задатків можуть розвинути різні здібності. Не всі задатки, з якими народжується людина, обов'язково перетворюються на здібності. Задатки, які не знаходять відповідних умов для переростання у здібності, так і залишаються нерозвиненими. Від задатків не залежить зміст психічних властивостей, які входять до кожної здібності. Ці властивості формуються у взаємодії індивіда із зовнішнім світом.

Одним з показників наявності природних даних, сприятливих для розвитку здібностей, є їх раннє виявлення. Біографічні дані відомих особистостей свідчать, наприклад, про раннє виявлення в них здібностей до музики, літератури, поезії. У М. Римського-Корсакова нахил до музики виявився вже у дворічному віці, у В. Моцарта - в три роки, О. Пушкін перший твір написав у дев'ять років, М. Лермонтов - у десять, Леся Українка - у тринадцять.

Іноді умови не сприяють ранньому виявленню здібностей. Але за появи таких умов здібності можуть виявитися й пізніше. С. Аксаков опублікував свою першу книгу в 56 років, І. Крилов першу байку - у 40 років.

У розвитку здібностей важливу роль відіграє оволодіння знаннями, вміннями, досвідом. Видатні індивідуальні здібності людей в одній чи кількох галузях діяльності називають талантом, а самих людей - талановитими. Такі здібності виявляються у творчій діяльності, творчому розв'язанні складних практичних, теоретичних і художніх завдань.

Найвищий щабель розвитку здібностей, що виявляються у творчій діяльності, результати якої мають історичне значення в житті суспільства, у розвитку науки, літератури, мистецтва, називають геніальністю.

Геніальність відрізняється від талановитості суспільною значущістю тих завдань, які людина розв'язує. Геній виражає найпередовіші тенденції свого часу. Індивідуальні особливості здібностей виявляються в різнобічності чи однобічності їх розвитку. Різнобічні здібності мали М. Ломоносов, Д. Менделєєв, М. Бородин, Т. Шевченко та ін.

Індивідуальні особливості здібностей кожної людини є результатом її розвитку. Тому для розвитку здібностей потрібні відповідні соціальні умови, активність особистості в діяльності.

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.

4. Види здібностей.

Здібності людей поділяють на види передусім за змістом і характером діяльності, в якій вони виявляються. Розрізняють загальні й спеціальні здібності.

Загальними називають здібності людини, що тією чи іншою мірою виявляються у всіх видах її діяльності. Загальні здібності забезпечують відносну легкість і продуктивність у засвоєнні знань та виконанні різних видів діяльності.

Такими є здібності до навчання, загальні розумові здібності людини, її здібності до праці. Вони спираються на загальні вміння, необхідні в кожній галузі діяльності, зокрема такі, як уміння усвідомлювати завдання, планувати й організовувати їх виконання, використовуючи наявні в досвіді людини засоби, розкривати зв'язки тих речей, яких стосується діяльність, оволодівати новими прийомами роботи, переборювати труднощі на шляху до мети.

До спеціальних здібностей належить зарахувати й здібності до практичної діяльності: конструктивно-технічні, організаційно-управлінські, педагогічні, підприємницькі та інші. Під спеціальними здібностями розуміють здібності, що виразно виявляються в окремих спеціальних галузях діяльності (наприклад, сценічній, музичній, спортивній тощо).

Загальні здібності виявляються в спеціальних, тобто здібностях до якоїсь певної, конкретної діяльності.

Спеціальні здібності визначено тими об'єктивними вимогами, які ставить перед людиною певна галузь виробництва, культури, мистецтва тощо. Кожна спеціальна здібність є синтезом певних властивостей особистості, що формують її готовність до активної та продуктивної діяльності. Здібності не тільки виявляються, а й формуються в діяльності.

З розвитком спеціальних здібностей розвиваються і загальні їх сторони. Високі спеціальні здібності мають у своїй основі достатній рівень розвитку загальних здібностей.

Згідно з іншим підходом, у структурі здібностей виокремлюють потенційні та актуальні можливості розвитку. Потенційні здібності - це можливості розвитку особистості, які виявляються щоразу, коли перед нею постає необхідність розв'язання нових завдань. Проте розвиток особистості залежить не лише від її психологічних якостей, а й від тих соціальних умов, у яких ці якості може або не може бути реалізовано. У такому разі говорять про актуальні здібності. І справді, аж ніяк не кожна людина може реалізувати свої потенційні здібності відповідно до своєї психологічної природи,

оскільки для цього може не бути об'єктивних умов і можливостей. Отже, актуальні здібності становлять тільки частину потенційних.

Кожна здібність має свою структуру, в якій розрізняють провідні й допоміжні властивості. Зокрема, провідними властивостями в літературних здібностях є особливості творчої уяви та мислення; яскраві наочні образи пам'яті тощо.

Специфічними є шляхи розвитку спеціальних здібностей. Virізняють такі рівні здібностей: репродуктивний (забезпечує високе вміння засвоювати знання, оволодівати діяльністю) і творчий (забезпечує створення нового, оригінального). Слід, однак, зважати на те, що кожна репродуктивна діяльність має елементи творчості, а творча діяльність включає і репродуктивну, без якої вона неможлива.

Належність особистості до одного з трьох людських типів: «художнього», «мислительного» і «проміжного» (за термінологією І.П. Павлова) суттєвою мірою визначає особливості її здібностей.

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. Ці відмінності в сучасній науці пов'язують із функціями лівої (словесно-логічний тип) і правої (образний тип) півкуль головного мозку.

Художньому типові властива яскравість образів, мислительному - перевага абстракцій, логічних конструкцій. У однієї й тієї ж людини можуть бути різні здібності, але одна з них більш значуща за інші. Водночас у різних людей спостерігаються ті самі здібності, які, проте, не однакові за рівнем розвитку.

Здібності розвиваються в обдарованість, а потім талант. Поняття обдарованості не має загальновизнаного визначення.

Обдарованість - це система здібностей людини, яка дозволяє їй досягнути значних успіхів в одній або кількох видах діяльності. Обдарованість людини отримує як щось спадкове. Вона є функцією всієї системи умов життєдіяльності в її єдності, функцією особистості й нерозривно пов'язана з усім її життям, виявляючись на різних етапах її розвитку. Це явище виражає внутрішні можливості розвитку не організму як такого, а особистості. Обдарованість виражає внутрішні дані й можливості людини, тобто внутрішні психологічні умови діяльності в їх співвідношенні з вимогами, які висуває ця діяльність.

Усередині тих чи інших спеціальних здібностей виявляється загальна обдарованість індивіда, яка співвідноситься з більш загальними умовами провідних форм людської діяльності.

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

Талант - високий рівень розвитку здібностей, насамперед спеціальних. Це сукупність здібностей, що дають змогу отримати продукт діяльності, який вирізняється новизною, високим рівнем досконалості та суспільною

значущістю. Талант може виявитися в усіх сферах людської праці: в організаторській і педагогічній діяльності, в науці, техніці, у найрізноманітніших видах виробництва.

Геніальність - найвищий рівень творчих виявів особистості, який втілюється у творчості, що має історичне значення для життя суспільства. Геній, образно кажучи, створює нову епоху в своїй царині знань. Для генія характерні творча продуктивність, оволодіння культурною спадщиною минулого і водночас рішуче додання старих норм і традицій. Геніальна особистість своєю творчою діяльністю сприяє прогресивному розвитку суспільства

Список використаної літератури:

1. Буняк Н. А. Загальна психологія : лекції. Тернопіль : Вид-во ТНТУ ім. І. Пулюя, 2017. 300 с.
2. Горенко М. В. Психологія спілкування : навчальний посібник. Умань : Візаві, 2024. 109 с.
3. Дуткевич Т. В. Загальна психологія. Теоретичний курс : навч. посіб. Київ : Центр учбової літератури, 2016. 388 с.
4. Загальна психологія : підручник. Т. 1 / С. Д. Максименко, К. С. Максименко, Г. В. Савченко, В. В. Клименко та ін. ; за ред. С. Д. Максименка. Київ : Видавництво, 2025. 568 с.
5. Загальна психологія. Теоретико-методологічні основи науки : навч. посіб. / О. В. Ловка та ін. ; за заг. ред. О. В. Ловкої. Київ : КНЕУ, 2019. 392 с.
6. Колобич О. П. Загальна психологія : навч.-метод. посіб. Львів : Растр-7, 2018. 172 с.
7. Литвинчук О. В. Психологія : навч. посіб. Житомир : ЖДТУ, 2017. 261 с.
8. Лугова В. М., Голубєв І. В., Литовченко С. М., Білоконенко Г. В. Психологія : навчальний посібник. Харків : ХНЕУ, 2020. 299 с.
9. Максименко С. Д., Соловієнко В. О. Загальна психологія : навч. посіб. Київ : МАУП, 2020. 256 с.
10. Москалець В. П. Загальна психологія : підруч. Київ : Ліра-К, 2020. 564 с.
11. Панчук Н. П. Порівняльна психологія : навч. посіб. Кам'янець-Подільський : ПП «Медобори-2006», 2019. 206 с.
12. Поясок Т. Б., Беспарточна О. І., Квасник О. В., Шаполова В. В. Загальна психологія : навчальний посібник. Харків : ФОП Бровін О. В., 2023. 396 с.
13. Приходько Ю. О., Юрченко В. І. Психологічний словник-довідник : навч. посіб. Київ : Каравела, 2020. 418 с.
14. Резван О. О., Моргунова Н. С., Кір'янова О. В. Практикум із психології : навч. посіб. Харків : ХНУМГ ім. О. М. Бекетова, 2019. 157 с.
15. Савчин М. В. Загальна психологія : навч. посіб. 3-е вид. Київ : ВЦ «Академія», 2020. 344 с.

Навчальне видання

ПСИХОЛОГІЯ

конспект лекцій

Укладач: **Горбунова** Каріне Маркарівна

Гула Лариса Вікторівна

Формат 60 x 84 1/16. Умовн. друк. арк. 2,6.

Тираж 20 прим. Зам. №.....

Надруковано у видавничому відділі

Миколаївського національного аграрного університету.

54010 м. Миколаїв, вул. Георгія Гонгадзе, 9

Свідоцтво суб'єкта видавничої справи ДК № 4490 від 20.02.2013р.