



НАРОДНА УКРАЇНСЬКА АКАДЕМІЯ

ЗАГАЛЬНА ПСИХОЛОГІЯ

Навчальний посібник для студентів,
які навчаються за спеціальністю 054 «Соціологія»

Видавництво НУА

НАРОДНА УКРАЇНСЬКА АКАДЕМІЯ

ЗАГАЛЬНА ПСИХОЛОГІЯ

Навчальний посібник для студентів,
які навчаються за спеціальністю 054 «Соціологія»

Харків
Видавництво НУА
2023

УДК 159.9 (075.8)
314

Затверджено на засіданні кафедри соціології та гуманітарних дисциплін

*Народної української академії
Протокол № 09 від 05.06.2023*

Автор-укладач канд. психол. наук, Гога Н.П.
Рецензенти: канд. соц. наук, доц. *Т. В. Зверко*
канд. психол. наук, доцент кафедри
психологічної та педагогічної антропології
ХНПУ ім. Г.С. Сковороди *Ходикіна Ю.Ю.*

Навчальний посібник складений для студентів, які навчаються за бакалаврською програмою (спеціальність 054 «Соціологія»). Містить розширені тези лекцій, питання для самоконтролю, тестові питання, перелік основної та додаткової літератури, додатки

314 **Загальна психологія** : навчальний посібник для студентів, які навчаються за спеціальністю «Соціологія» / Нар. укр.. акад. [каф. соціології та гуманітарних дисциплін; авт.–упор. Н.П. Гога]. Харків: Вид-во НУА, 2023 – 80 с.

УДК 37.015.3 (072)

© Народна українська академія 2023

Зміст

Вступ.....	4
Тема 1. Вступ до загальної психології.....	5
Тема 2. Психологічні особливості асиметрії півкуль головного мозку....	11
Тема 3. Структура когнітивних стилів особистості.....	17
Тема 4. Психічні процеси: відчуття та сприйняття.....	20
Тема 5. Психічні процеси: увага та пам'ять.....	24
Тема 6. Дослідження особливостей мислення, уяви та мови.....	30
Тема 7. Дослідження особливостей волі та емоцій.....	38
Тема 8. Дослідження особливостей темпераменту та характеру.....	46
Тема 9. Здібності як психологічні властивості.....	56
Контрольні тестові завдання.....	62
Питання до іспиту	67
Додатки.....	69
Перелік рекомендованої літератури.....	76

Вступ

Об'єктом психології на сучасного етапі є вивчення закономірностей психіки як особливої форми життєдіяльності людини й поведінки тварин. Ця форма життєдіяльності у зв'язку з її багатоплановістю може вивчатися найрізноманітніших аспектах, які досліджуються різними галузями психологічної науки.

Предмет психології залежить від базової методологічної концепції дослідника (поведінкова, психоаналітична, когнітивна, гуманістична тощо), найбільш загальним визначенням є якісне вивчення психологічних явищ, аналіз формування та розвитку психічних явищ, вивчення фізіологічних механізмів психічних явищ, запровадження психологічних знань у практику життєдіяльності людини.

Кожна наука має власний комплекс, набір категорій, власний категоріальний апарат має і психологічна наука. Він включає наступні чотири блоки основних понять:

- психічні процеси – це поняття означає, що сучасна психологія розглядає психічні явища не як щось спочатку дане в готовому вигляді, а як формується, що розвивається, як динамічний процес, що породжує певні результати у вигляді образів, почуттів, думок і т.п.;

- психічні стани – бадьорості чи пригніченості, працездатності чи втоми, спокою чи дратівливості тощо;

- психічні властивості особистості – з загальна спрямованість на транспортні засоби або інші життєві цілі, темперамент, характер, здібності. властиві людині протягом тривалого періоду її життя, наприклад, працьовитість, товарицькість тощо;

- психічні новоутворення – набуті протягом життя знання, вміння та навички, які є результатом активності індивіда.

Метою навчальної дисципліни є забезпечення високого рівня знань основ психології як фундаменту для подальшого вивчення дисциплін в межах програми соціально-психологічного супроводу управління персоналом. У тому числі формування системи програмних компетентностей і результатів навчання: Здатність застосовувати знання в практичних ситуаціях. (ЗК 01); проявів навичок міжособистенної взаємодії (ЗК07); Здатність використовувати у професійній діяльності базові знання у галузі гуманітарних і соціально-поведінкових наук. (ЗК 15); Здатність до аналізу соціально-психологічного аспекту функціонування великих груп, організацій, психологічних особливостей різних соціальних груп та об'єднань (СК 13).

Тема 1. Вступ до психології.

Психологія – це область знань про внутрішній (психічний) світ людини. Предметом психології є факти психічного життя, механізми та закономірності психіки людини та формування психологічних особливостей його особистості як свідомого суб'єкта діяльності та активного діяча соціально-історичного розвитку суспільства.

Історія психології як експериментальної науки починається у 1879 році у заснованій німецьким психологом Вільгельмом Вундтом у Лейпцигу першою у світі експериментальної психологічної лабораторії.

Один з найбільш популярних вважається діяльнісний підхід у структурі якого було виділено: чотири основні поняття: індивід, суб'єкт діяльності, особистість та індивідуальність.

Поняття «індивід» має кілька тлумачень. Насамперед, індивід – це людина як одинична природна істота, представник виду *Homo sapiens*. У разі підкреслюється біологічна сутність людини. Але іноді це поняття використовують для позначення людини як окремого представника людської спільності, як соціальна істота, яка використовує знаряддя праці. Проте й у разі не заперечується біологічна сутність людини.

Людина як індивід має певні властивості. Виділяють первинні та вторинні властивості індивіда. До первинних він відносив властивості, властиві всім людям, такі як вікові особливості (відповідність певному віку) та статевий диморфізм (приналежність до певної статі), а також індивідуально-типові характеристики, у тому числі конституційні особливості (особливості складання тіла), нейродинамічні властивості мозку, особливості функціональної геометрії великих півкуль. Сукупність первинних властивостей індивіда визначає його вторинні властивості: динаміку психофізіологічних функцій та структуру органічних потреб. У свою чергу, інтеграція всіх цих властивостей зумовлює особливості темпераменту та задатки людини.

Інше поняття, що характеризує людину як об'єкт реального світу, – «особистість». Дане поняття, як і поняття «індивід», має різні варіанти тлумачення. Зокрема, під особистістю розуміється індивід як суб'єкт соціальних відносин та свідомої діяльності. Деякі автори під особистістю розуміють системну властивість індивіда, що формується у спільній діяльності та спілкуванні. Є й інші тлумачення цього поняття, але вони сходяться в одному: поняття «особистість» характеризує людину як соціальну істоту. У рамках цього поняття розглядаються такі психологічні властивості особистості, як мотивація, темперамент, здібності та характер.

Наступне поняття, що виділяється щодо людини, – «суб'єкт діяльності». Це поняття за змістом займає проміжне становище між поняттями «індивід» і «особистість». Суб'єкт діяльності поєднує в єдине ціле біологічне початок та соціальну сутність людини. Якби людина не мала здатність виступати як суб'єкт діяльності, то навряд чи вона могла б розглядатися як соціальна істота,

оскільки її еволюція і соціальний розвиток неможливі без діяльності.

Отже, людина може розглядатися, по-перше, як представник живої природи, біологічний об'єкт, по-друге, як суб'єкт свідомої діяльності і, по-третє, як соціальна істота. Тобто людина – це біосоціальна істота, наділена свідомістю та здатністю до діяльності. Об'єднання цих трьох рівнів в одне ціле формує інтегральну характеристику людини - її індивідуальність.

Індивідуальність – це сукупність психічних, фізіологічних і соціальних особливостей конкретної людини з погляду її унікальності, своєрідності та неповторності. Причиною формування людської особливості служать анатомо-фізіологічні задатки, які перетворюються у процесі виховання, має суспільно обумовлений характер. Різноманітність умов виховання і вроджених характеристик породжує широку варіативність проявів індивідуальності.

У реальній діяльності людини його психічні прояви (процеси та властивості) не виникають спонтанно та ізольовано один від одного. Вони тісно взаємопов'язані між собою в єдиному акті соціально обумовленої свідомої діяльності особистості. У процесі розвитку і формування людини як члена суспільства, як особистості різноманітні психічні прояви, які взємодіють між собою, поступово перетворюються на відносно стійкі психічні освіти, свідомо регульовані дії, які людина спрямовує на вирішення життєво важливих завдань, що постають перед ним. Отже, всі психічні прояви людини як суспільної істоти, як особистості обумовлені її життям та діяльністю.

Сучасна психологія розглядає психіку як властивість особливо організованої матерії, як суб'єктивний образ об'єктивного світу, як ідеальне відображення реальної дійсності, але вони не можуть бути ототожені з психікою, яка завжди має певний зміст, тобто те, що вона відображає у навколишньому світі. Тому психіку людини слід розглядати не лише з погляду складових її процесів, а й з погляду їхнього змісту.

Завдання психології як науки полягає у вивченні основних законів психічного життя. Знання цих законів необхідне кожній сучасній людині.

Завдання будь-якої галузі психологічної науки – полегшувати та удосконалювати роботу людини у відповідних видах трудової діяльності.

Завдання психології переважно зводяться до наступним:

1. навчитися розуміти сутність психічних явищ та його закономірності;
2. навчитися керувати ними;
3. використовувати отримані знання з підвищення ефективності тих галузей практики, на перетині з якими лежать вже оформлені науки і галузі;
4. бути теоретичною основою практики психологічної служби.

Психологія вивчає психічні процеси, психічні стани та властивості та психічну діяльність особистості.

Психічні процеси – найрухливіша форма відображення дійсності. Виникнення та перебіг їх обумовлені конкретними завданнями, ситуаціями та вимогами діяльності. До психічних процесів відносяться відчуття, сприйняття, уявлення, пам'ять, увага, мислення та мовлення, уява, емоції та почуття, воля.

Психічні стани – цілісні прояви особистості, що характеризуються тим чи іншим рівнем її активності. Вони завжди причинно обумовлені, носять тимчасовий характер і є тлом, у якому протікає практична і психічна діяльність людини. Це стани творчої наснаги, втоми, впевненості у своїх силах, сумніви, тривожності, фрустрації, стресу та ін. Психічні властивості - стійкі психічні особливості особистості, що постійно виявляються в поведінці та діяльності, своєрідні та типові для кожної людини. До них відносяться спрямованість особистості, темперамент, характер, здібності.

Крім психічних процесів, психічних станів, психічних властивостей особистості предметом вивчення психології є психологія діяльності особистості, психологія груп і колективів, психологія спілкування.

Психічна діяльність людини завжди містить у собі три взаємозалежні сторони: пізнавальну, емоційну та вольову.

В результаті пізнавальної діяльності (що включає відчуття, сприйняття, пам'ять, мислення та уяву) формуються знання про навколишню дійсність. Емоційні процеси виражають ставлення до того, що людина пізнає та робить. Воля забезпечує активний вплив на навколишній світ і постає як регулююча функція поведінки людей.

У психології розрізняють основні та допоміжні методи.

До основних методів відносять метод спостереження та метод експерименту, до допоміжних – решта (метод експертних оцінок, метод анкет, метод самоспостереження, метод тестів тощо).

Таблиця 1.

Приклади загальних понять та приватних явищ, які вивчаються у сучасній психології.

№ з/п	Явища, які вивчає психологія	Поняття, які характеризують ці явища
1	Процеси: індивідуальні, внутрішні (психічні)	Уява, спогад, сприйняття, забування, запам'ятовування, ідеомоторика, інсайт, інтроспекція, мотивація, мислення, навчання, узагальнення, відчуття, пам'ять, персоналізація, повторення, уявлення, звикання, прийняття рішень, рефлексія, мова, самоактуалізація, самонавіювання, самоспостереження, самоконтроль, самовизначення, творчість, впізнавання, висновок, засвоєння.

2	Стани: індивідуальні, внутрішні (психічні)	Адаптація, афект, потяг, увага, збудження, галюцинація, гіпноз, деперсоналізація, диспозиція, бажання, інтерес, любов, меланхолія, мотивація, намір, напруженість, настрої, образ, відчуження, переживання, розуміння, потреба, розсіяність, самоактуалізація, самовладання, схильність, пристрасть, прагнення, стрес, сором, темперамент, тривожність, переконаність, рівень домагань, втома, установка, втома, фрустрація, почуття, ейфорія, емоція.
3	Властивості індивідуальні внутрішні (психічні)	Ілюзії, константність, воля, задатки, індивідуальність, комплекс неповноцінності, особистість, обдарованість, забобон, працездатність, рішучість, ригідність, совість, впертість, флегматичність, характер, егоцентризм.
4	Процеси: індивідуальні зовнішні (поведінкові)	Дія, діяльність, жест, гра, імпринтинг, міміка, навичка, наслідування, вчинок, реакція, вправа.
5	Стани: індивідуальні зовнішні (поведінкові)	Готовність, інтерес, установка.

Спостереження. Основна перевага методу полягає в тому, що спостереження проводять у природній ситуації; воно не змінює звичайної поведінки осіб, що спостерігаються. Спостереження можна проводити як за однією людиною, так і за групою осіб. Недоліком методу спостереження є його значна трудомісткість. Психолога-дослідника цікавить не будь-яке прояв поведінки, лише таке, що з конкретної дослідницької завданням. Тому спостерігач повинен вичікувати потрібні йому прояви властивостей особистості чи психічних станів. Крім того, спостереження та фіксації поодиноких проявів психічних властивостей недостатньо. Дослідник повинен переконатися у характерності, типовості тієї чи іншої властивості.

Експеримент. Основна відмінність та гідність експерименту в тому, що дослідник може за бажанням викликати якийсь психічний процес або властивість, простежити залежність психічного явища від зовнішніх умов. Ця перевага експериментального методу пояснює його широке застосування в психології. Переважна більшість емпіричних фактів у психології отримана експериментальним шляхом. Однак не всяка дослідна задача може бути вирішена за допомогою експерименту. Так, якщо вивчення психічних процесів і функцій ведеться переважно експериментально, вивчення більш простих властивостей особистості (темпераменту, багатьох здібностей) теж є

експериментальним методом, то характер і складні види здібностей експерименту поки недоступні.

Метод бесіди. Він застосовується різних стадіях дослідження як щодо первинної орієнтування, так уточнення висновків, отриманих іншими методами, особливо методами спостереження. Вміле застосування методу може дати дуже цінні результати.

Метод інтерв'ю. Цей метод у психології відрізняється від анкетного методу, що застосовується у соціології. Як і метод розмови, інтерв'ю ставиться до методів опитування. Часто опитувальники для інтерв'ю будують на кшталт соціологічних анкет, які мають на меті отримати багато відповідей з багатьох питань. Такий підхід годиться тільки на першій стадії дослідження для первинного орієнтування в проблемі. Але опитувальники, складені з урахуванням знання структури психічних властивостей, що вивчаються, можуть дати цінні результати для подальшого уточнення структури і рівня досліджуваних властивостей.

Метод експертних оцінок. Його широко застосовують у психології особистості. Як експерти можуть виступати компетентні особи, добре знають співробітників. Експертні оцінки найбільш доцільно проводити не у вигляді опису якісних проявів властивостей (це набагато ефективніше зробити в подальшій бесіді з експертами), а у вигляді кількісної оцінки ступеня тієї чи іншої властивості чи елемента поведінки. Експерти повинні фіксувати вираженість більш менш дробових елементів поведінки, не пов'язаних з узагальненнями. Узагальнення – справа дослідника, а чи не експерта.

Метод самоспостереження. Самоспостереження можна використовувати як самостійний, хоч і не основний метод психологічного дослідження. Особливо корисним метод самоспостереження може бути щодо психологічних станів: настрої бадьорості, дратівливості, працездатності, професійної продуктивності.

Спосіб тестів. Тести є спеціалізованими методами психодіагностичного обстеження, застосовуючи які можна отримати точну кількісну чи якісну характеристику явища, що вивчається. Від інших методів дослідження тести відрізняються тим, що передбачають чітку процедуру збирання та обробки первинних даних, а також своєрідність їхньої подальшої інтерпретації. За допомогою тестів можна вивчати та порівнювати між собою психологію різних людей, давати диференційовані та порівняні оцінки.

Варіанти тесту: тест-опитувальник та тест-завдання. Тест-опитувач заснований на системі заздалегідь продуманих, ретельно відібраних та перевірених з точки зору їх валідності та надійності питань, за відповідями на які можна судити про психологічні якості піддослідних.

Тест-завдання передбачає оцінку психології та поведінки людини на основі того, що він робить. У тестах цього типу випробуваному пропонується серія спеціальних завдань, за підсумками виконання яких судять про наявність або відсутність і рівень розвитку в нього якості, що вивчається.

Тест-опитувач та *тест-завдання* застосовні до людей різного віку, що належать до різних культур, що мають різний рівень освіти, різні професії та неоднаковий життєвий досвід. Це – їхня позитивна сторона. А недолік полягає в тому, що при використанні тестів випробуваний за бажанням

Питання для самоконтроля:

1. Розкрийте основні етапи формування психологічних знань.
2. Виділіть предмет та завдання загальної психології.
3. Уявіть структуру та характеристику методів психології.
4. Розкрийте основні функції психіки та проаналізуйте розвиток психіки у філогенезі.
5. Співвіднесіть поняття «індивід», «суб'єкт діяльності», «особистість», «індивідуальність».

Тема 2. Психологічні особливості асиметрії півкуль головного мозку

Теорія функціональної асиметрії півкуль головного мозку за останні десятиліття активно розвивалася, накопичено значний теоретичний та практичний матеріал. Однак у практичній роботі дошкільних закладів та шкіл досить рідко враховуються дані про індивідуальний профіль функціональної асиметрії мозку дитини. Основи функціональної спеціалізації півкуль мозку є вродженими. З розвитком дитини відбувається ускладнення механізмів міжпівкульної асиметрії.

Однією з найважливіших індивідуальних властивостей є функціональна асиметрія та спеціалізація півкуль – характеристика розподілу психічних функцій між правим і лівим півкулями. Процес становлення асиметрії називається латералізацією.

Асиметрія є властивістю всього живого, виявляючись по-різному – у тропізмах, напрямі загортання молекулярної спіралі тощо. (Явлення асиметрії у живому світі називається хіральністю). У фізіології тварин використовують поняття «лапість» (аналогічно «рукості»), і спостереження показують, що у ссавців також усі парні органи мають той чи інший ступінь асиметрії, існують домінуючі (провідні) та підлеглі кінцівки. З огляду на раннє привчання дітей до праворукості, практичні психологи іноді пропонують орієнтуватися на критерій «нігті» визначення провідної півкулі.

Церебральне домінування та домінування руки (вуха, очі) пов'язані зазвичай контрлатеральними відносинами (тобто при провідній правій руці за мову відповідає ліва півкуля). Але іноді вони перебувають і в іпсилатеральних відносинах (розташовані однією стороною тіла). Не існує абсолютного домінування – у кожній людині спостерігається індивідуальне поєднання церебрального домінування, домінування руки, ноги, очі та вуха. Зустрічаються люди, які однаково володіють правою і лівою рукою, – їх називають

амбідекстерами. Ліворукість іноді приносить людині незручності, проте вона може мати різне походження, і тому виховання та навчання ліворуких дітей має ґрунтуватися на даних нейропсихологічного обстеження.

Церебральне домінування за функціями – це стан, а процес, що здійснюється протягом усього життя людини. Якщо на ранніх етапах вивчення асиметрії використовувалися в основному дані клінічної практики, то з появою нових методів (зокрема, методу дихотичного прослуховування було встановлено, що будь-яка психічна функція здійснюється завдяки спільній роботі обох півкуль, причому її анатомічний субстрат представлений двічі – у правій півкулі образний, конкретний рівень здійснення функції, а лівому – абстрактний, вербально-логічний. І якщо спочатку було відзначено лише принцип домінантності для мовних функцій, тепер говорять про різні стратегії переробки інформації: ліва півкуля здійснює її послідовно, аналітично, праве – паралельно, синтетично.

Індивідуальність особистості багато в чому визначається специфікою взаємодії окремих півкуль мозку. Вперше ці відносини були експериментально вивчені у 60-ті роки нашого століття професором психології Каліфорнійського технологічного інституту Роджером Сперрі (1981 року за дослідження в цій галузі йому було присуджено Нобелівську премію).

Людина не народжується з функціональною асиметрією півкуль. Роджер Сперрі виявив, що у хворих з «розщепленим мозком», особливо у молодих, мовні функції у формі зародка, з часом вони вдосконалюються. «Неписьменна» права півкуля може навчитися читати і писати за кілька місяців так, ніби вона вже вміло все це, але забула.

Центри мови в лівій півкулі розвиваються головним чином не від говоріння, а від писання: вправа в листі активізує, тренує ліву півкулю.

Саме спеціалізація півкуль і дозволяє людині розглядати світ із двох різних точок зору, пізнавати його об'єкти, користуючись не тільки словесно-граматичною логікою, а й інтуїцією з її просторово-образним підходом до явищ і миттєвим охопленням цілого. Спеціалізація півкуль хіба що породжує у мозку двох співрозмовників і створює фізіологічну основу творчості.

Якщо на інтелектуальному рівні виключення правої півкулі особливо не відбивається, то емоційний стан різко змінюється, і творяться дива. Людину охоплює ейфорія: він збуджений і балакучий, його реакції маніакальні. Але головне — балакучість. Весь пасивний словник людини стає активним, на кожне питання дається докладна відповідь, викладена найвищою мірою літературно, складними граматичними конструкціями.

Разом із ним позбавляється він і творчої жилки. Художник, скульптор, композитор, вчений — усі вони перестають творити.

Повна протилежність - відключення лівої півкулі. Творчі здібності, які пов'язані з вербалізацією (словесним описом) форм, залишаються. Композитор продовжує писати музику, скульптор ліпить, фізик розмірковує про свою фізику. Але від гарного настрою не залишається сліду. У погляді туга і смуток,

у небагатослівних репліках — розпач і похмурий скепсис, світ видається лише чорному кольорі.

Отже, придушення правої півкулі супроводжується ейфорією, а придушення лівої – глибокою депресією.

Існує кілька типів функціональної організації двох півкуль мозку:

- домінування лівої півкулі - словесно-логічний характер пізнавальних процесів, схильність до абстрагування та узагальнення (лівопівкульні люди);
- домінування правої півкулі - конкретно-образне мислення, розвинена уява (правопівкульні люди);
- відсутність яскраво вираженого домінування однієї з півкуль (рівнопівкульні люди).

Лівопівкульний тип - домінування лівої півкулі визначає схильність до абстрагування та узагальнення, словесно-логічний характер пізнавальних процесів. Ліва півкуля оперує словами, умовними знаками та символами; відповідає за лист, рахунок, здатність до аналізу, абстрактне, концептуальне мислення. При цьому інформація, що надійшла в ліву півкулю, обробляється послідовно, лінійно та повільно. Сприйняття лівопівкульних людей дискретне, аудіальне, інтелект вербальний, теоретичний, пам'ять довільна. Інтроверти. Для успішної діяльності необхідно дотримання наступних умов: аналіз деталей, неодноразове повторення матеріалу, тиша, поодинокі, позачасові завдання. Їх характерна висока потреба у розумовій діяльності.

Для формування мотивації до навчальної діяльності лівопівкульних дітей необхідно наголошувати на пізнавальні мотиви. Їх приваблює процес засвоєння знань. Їм властива висока потреба у постійній розумовій діяльності. Соціальним мотивом є мотив продовження освіти. Заняття шкільними науками розглядаються як для розвитку свого мислення.

Лівопівкульним легше писати, ніж диктувати. Серед лівопівкульних - інженери, математики, філософи, лінгвісти. Лівопівкульні нерідко підкреслено раціональні та розумові. Багато й охоче пишуть, легко запам'ятовують довгі тексти, їхня граматично правильна мова. Їх характерні загострене почуття обов'язку, відповідальність, принциповість, внутрішній характер переробки емоцій. Часто займають адміністративні посади, але їм не вистачає гнучкості, безпосередності та спонтанності у вираженні почуттів. Вони вважають за краще діяти за заздалегідь складеними схемами, трафаретами, насилу перебудовують свої відносини.

Правопівкульний тип - домінування правої півкулі визначає схильність до творчості, конкретно-образний характер пізнавальних процесів. Права півкуля мозку оперує образами реальних предметів, відповідає за орієнтацію у просторі та легко сприймає просторові відносини. Вважається, що він відповідальний за синтетичну діяльність мозку. Правопівкульних людей відрізняє візуальне сприйняття, невербальний, практичний інтелект; швидка переробка інформації; мимовільна пам'ять. Екстраверти. Крім того, з функціонуванням правої півкулі пов'язують здатність до малювання та сприйняття гармонії форм та кольору,

музичний слух, артистичність, успіхи у спорті. «Правопівкульні» схильні до негативних емоцій, у тому числі занепокоєння та страху. Вони краще орієнтуються в обстановці, цілісніші у сприйнятті навколишнього світу.

Формування асиметрії в онтогенезі

Нещодавно асиметрію півкуль визначали як унікальну особливість мозку людини, що виникла в антропогенезі у зв'язку з появою мови та праворукості. Нині, однак, з таким розумінням погодитись важко.

Існує кілька теорій, що пояснюють становлення асиметрії.

1. Так, згідно з концепцією еквіпотенційності півкуль, спочатку півкулі цілком ідентичні щодо всіх функцій, у тому числі мовної. На користь цього свідчать дані про високу пластичність мозку та взаємозамінність симетричних відділів мозку на ранніх етапах його розвитку.

2. Відповідно до концепції прогресивної латералізації, спеціалізація півкуль існує вже з народження дитини. У праворуких вона проявляється у вигляді запрограмованої здатності нервового субстрату лівої півкулі виявляти здатність до розвитку мовної функції та одночасно визначати діяльність провідної руки. Це підтверджується відмінностями у будові майбутніх мовних зон задовго до того, як мова формується.

Формування півкуль відбувається не синхронно, що відповідає змісту навичок та умінь, які мають діти. Так, наприклад, розвивається дуже швидко в ранньому дитинстві, і від 3 до 6 років спостерігається прискорений розвиток лівої півкулі, після чого настає уповільнення. А права півкуля в ранньому дитинстві дещо відстає в дозріванні, і починає наздоганяти ліву в період від 8 до 10 років; остаточне оформлення домінування відзначається до підліткового віку.

До теперішнього часу внесок спадковості та середовища у формування асиметрії визначено недостатньо. Так, було виявлено, що асиметрія півкуль – звичайне явище не тільки у сучасної та викопної людини, але й у людиноподібних мавп, причому найбільш значна вона в області скроневих часток (у лівій півкулі область між звивиною Гешля та Сильвієвою борозна зазвичай має істотно великі розміри). Нещодавно виявлена асиметрія у новонароджених та плодів.

Застосування методу дихотичного прослуховування дозволило відзначити асиметрію вже у новонароджених, які по-різному реагують на мовленнєву та немовну інформацію. А використання ЕЕГ показує зміну спектральних характеристик активності їх головного мозку в залежності від якості стимуляції (мова – ліва півкуля, музика – праве). Фонемний аналіз мови також проводиться асиметрично на ранніх стадіях онтогенезу. Отже, у психофізіології робиться висновок у тому, що домінантність лівої півкулі промови потенційно фіксована, тобто. Існує нервовий субстрат, пристосований для переробки певного типу інформації – швидкої послідовності дискретних

одиниць, що й становить основу мови. Проте анатомічна схильність ще означає остаточної фіксованості функцій (пригадаємо теорію ортогенезу). Тому що подальший досвід може визначити й ступінь асиметрії, і навіть зміну знака домінування на протилежний.

Домінантність промови остаточно оформляється у процесі психічного розвитку. На сьогодні терміни її становлення визначаються як вік п'яти років, що обмежує і критичний період оволодіння мовою.

А ступінь асиметрії залежить ще й від мовного стимулювання, отриманого в цей час, що сприяє закріпленню початкової схильності до домінування.

На ранніх етапах онтогенезу існує високий ступінь реорганізації всередині півкуль і між ними, тому до п'яти років можна говорити не про еквіпотенційність півкуль, а скоріше про підвищену чутливість до адекватної стимуляції, яка сприяє наростанню функціональної асиметрії. У той самий час це період високої можливості компенсації. Так, наприклад, перинатальні ушкодження, аж до повного видалення півкулі, не позначаються на оволодінні дитиною мовою (афазія виникають тільки в тому випадку, якщо порушення торкнулося субстрату вже сформованої функції). У дорослих і людей похилого віку хірургічне втручання та органічні поразки також можуть компенсуватися.

І оскільки все ж таки простежується чіткий зв'язок між церебральним домінуванням і домінуванням руки, то дослідження проводилися і в цій галузі.

Походження (точніше, оформлення) ліворукості пов'язують із дією трьох груп факторів

- середовищних (включаючи культурні);
- генетичних;
- патологічних.

Одна з перших генетичних моделей наслідування рукості спиралася на закон Менделя і передбачала, що ця якість визначається дією одного гена. Проте було виявлено, що майже половина дітей двох ліворуких батьків є праворукими, що суперечить даній моделі.

Інша модель, запропонована Дж.Леві та Т.Нагілакі заснована на тому, що рукість є функцією двох генів, один з яких визначає локалізацію центрів мови (L – у лівій півкулі та домінує, I – у правій півкулі, рецесивний), а інший визначає якою рукою керуватиме мовленнєва півкуля – контрлатеральною або іпсилатеральною (відповідно C і c).

I, нарешті, третя модель (М.Аннет), заснована на гіпотезі про існування окремого гена «правостороннього зсуву» та його рецесивного алелю. Наявність цього гена забезпечує початкову схильність людини до того, щоб у нього домінувала права рука, а центр промови розташовувався у лівій півкулі. Отже, цей ген визначає як рукість, а й церебральне домінування. Остання модель найбільше охоплює факти, накопичені у сфері вивчення асиметрії.

Дослідження асиметрії ще раз продемонструвало внесок генетичних факторів у онтогенетичні процеси: спадковість визначає норми варіативності, а зміст актуальної ситуації – конкретний розподіл домінування.

Саме спеціалізація півкуль і дозволяє людині розглядати світ із двох різних точок зору, пізнавати його об'єкти, користуючись не тільки словесно-граматичною логікою, а й інтуїцією з її просторово-образним підходом до явищ і миттєвим охопленням цілого. Спеціалізація півкуль хіба що породжує у мозку двох співрозмовників і створює фізіологічну основу творчості.

Формування мотивації до навчання.

Для правополушарних учнів потрібно наголошувати на престижність становища у колективі, авторитет, соціальну значимість цього виду діяльності, оскільки вони високо виражена потреба самореалізації. Мотиви, які спонукають вивчати шкільні предмети, пов'язані зі становленням їх особистості, із прагненням самопізнання, з бажанням розібратися у взаєминах людей, усвідомити своє становище у світі. Для них характерна орієнтація на високу оцінку та похвалу: "п'ятірка за будь-яку ціну". Великий інтерес у правопівкульних школярів викликає естетична сторона предметів.

Діти з домінуванням правої півкулі не контролюють правильність своєї мови. Види діяльності, які потребують постійного самоконтролю, виконуватимуться погано. У мовленні можуть виникнути проблеми в граматиці та доборі слів. Можливі смислові перепустки, особливо якщо правопівкульний учень ще й імпульсивний.

Необхідно відзначити, що правопівкульні люди мають прекрасну просторову орієнтацію, почуття тіла, високу координацію рухів. Успішні в командних видах спорту. Мова правопівкульних людей емоційна, експресивна, багата на інтонації, жестикуляцію. У ній немає особливої вишикуваності, можливі запинки, плутаність, зайві слова та звуки. Їм легше диктувати текст, аніж писати. Серед правопівкульних найчастіше зустрічаються літератори, журналісти, митці, організатори. Як правило, правопівкульні люди - цілісні натури, відкриті і безпосередні у вираженні почуттів, наївні, довірливі, навіювані, здатні тонко відчувати і переживати, легко засмучуються та плачуть, приходять у стан гніву та люти, товариські та контактні. Часто діють за настроєм.

Рівнопівкульний тип - відсутність яскраво вираженого домінування однієї з півкуль передбачає їхню синхронну діяльність у виборі стратегій мислення. Крім того, існує гіпотеза ефективної взаємодії правої та лівої півкулі як фізіологічної основи загальної обдарованості.

Найбільш грамотними є рівнопівкульні учні. Ліва півкуля у них бере на себе основну роботу з організації переробки зорової та слухової інформації, моторного акта листа. Написавши диктант, діти цієї групи помічають і виправляють майже всі допущені помилки. Лівопівкульні учні роблять помилок

при листі в 2,5 рази більше: на ненаголошені голосні в корені, пропускають м'який знак, в 12 разів частіше плутають відмінкові закінчення, пишуть зайві літери, замінюють одні приголосні на інші. У мові використовують багато дієслів. Правопівкульні діти помилки роблять у словникових словах, а також у голосних, що знаходяться під наголосом, власні імена пишуть з малої літери, для них характерні перепустки, описки.

Питання для самоконтроля:

1. В чому полягає універсальність асиметрії для живих організмів?
2. Чи може людина функціонувати з однією півкулею?
3. Виділіть типи функціональної організації півкуль.
4. Розкрийте теорії, які пояснюють становлення асиметрії
5. Виділіть фактори, які можуть пояснювати оформлення лфвокурості.
6. Наведіть практичні рекомендації щодо формування мотивації до навчання у ліво / правопівкульних учнів

Тема 3. Структура когнітивних стилів особистості

Когнітивний стиль (лат. *cognitio* «знання») – термін, що використовується в когнітивній психології для позначення стійких характеристик того, як різні люди думають, сприймають і запам'ятовують інформацію, а також кращого для них способу вирішення проблем.

Вперше поняття когнітивний стиль у рамках психоаналітичної індивідуальної психології використовував А. Адлер, який розумів його як своєрідність життєвого шляху особистості, структурованого постановкою та досягненням цілей.

Ми можемо виділити такі ознаки когнітивного стилю:

1) когнітивний стиль – це структурна характеристика пізнавальної сфери, що свідчить про особливості її організації та не має прямого відношення до особливостей її змісту. Тобто це відповідь на питання як, а не що;

2) когнітивний стиль - це індивідуально-своєрідні способи отримання того чи іншого когнітивного продукту, тобто інструментальна характеристика інтелектуальної діяльності, яка може бути протиставлена її продуктивній характеристиці. Це наше вміння отримувати інформацію;

3) когнітивний стиль, на відміну традиційних уніполярних психологічних вимірів, – це біполярний вимір, у межах якого кожен когнітивний стиль описується з допомогою звернення до двох крайніх форм інтелектуального поведінки (як полезалежність/ полenezалежність, імпульсивність/рефлексивність тощо. буд.);

5) когнітивний стиль – це стійка характеристика суб'єкта, що стабільно виявляється на різних рівнях інтелектуального функціонування та в різних ситуаціях;

б) когнітивний стиль – це перевага певного способу інтелектуальної поведінки (тобто суб'єкт у принципі може вибрати будь-який спосіб переробки інформації, однак він мимоволі чи довільно віддає перевагу якомусь певному способу сприйняття та аналізу того, що відбувається, найбільшою мірою відповідає його психологічним можливостям) .

Таким чином, когнітивним стилям не застосовні оціночні судження, оскільки представники того чи іншого полюса кожного когнітивного стилю мають певні переваги в тих ситуаціях, де їх індивідуальні пізнавальні якості сприяють ефективній індивідуальній адаптації.

Виділяють 10-15 стилів, найбільш відомими та розробленими є наступні:

1. полезалежність/полenezалежність;
2. вузький/широкий діапазон еквівалентності (аналітичність/синтетичність);
3. ригідний/гнучкий пізнавальний контроль;
4. імпульсивність/рефлексивність;
5. толерантність до нереалістичного досвіду/ нетолерантність;
6. фокусуєчий/скануючий контроль;
7. згладжування/загострення;
9. конкретна/абстрактна концептуалізація;
10. когнітивна простота/складність;
11. широта категорії.

А) Полезалежність / Полenezалежність. Вплив: вплив зовнішнього поля на прийняття людей рішень: Люди з полезалежністю набагато більш соціально ефективні. На відміну від них люди з полenezалежністю набагато ефективніші інтелектуально. Тому полезалежні люди у процесі навчання більше залежить від негативного зовнішнього підкріплення. Люди не залежні більше залежать від внутрішньої мотивації. Загалом академічна успішність вища у людей полenezалежних, у них сильнішим виглядає тенденція вибирати найбільш раціональні стратегії запам'ятовування та відтворення матеріалу, яскравіше відбувається генералізація та перенесення знань.

Б) Імпульсивність/Рефлексивність – даний параметр когнітивного стилю проявляється в стабільній тенденції суб'єкта виявляти в ситуаціях з високою невизначеністю повільну реакцію, розгорнутий детальний аналіз ситуації перед прийняттям рішення та аналітично більш підготовлену відповідь (рефлексивні) або швидку реакцію при меншому ступені дослідження аналітично підготовлена відповідь і, отже, велика кількість помилок (імпульсивні). Отже, у ситуації проходження навчальних тестів викладач має контролювати швидкість виконання їх імпульсивними студентами.

В) Ригідність / адаптивність. Ригідність - складність (аж до повної нездатності) у зміні наміченої суб'єктом програми діяльності в умовах, що

об'єктивно потребують її перебудови. Виділяють когнітивну, афективну та мотиваційну ригідність. Когнітивна ригідність виявляється в труднощах перебудови сприйняття і уявлень у ситуації, що змінилася, адаптивність протилежна якість, розвиток якого є основою і майбутнього професійного успіху.

Г) Аналітичність/ синтетичність

Так, полюс стилю «аналітичність» передбачає більш детальну категоризацію вражень, що дозволяє говорити про використання «аналітиками» точних стандартів для оцінки відмінностей об'єктів. Але:

- особи з полюсом «аналітичність» показують низький рівень продукування оригінальних ідей;

- цей полюс поєднується з менш високими показниками навчальної успішності, темпу навчання, мимовільного та довільного запам'ятовування;

- «аналітики» схильні будувати дрібну картину світу, використовуючи для оцінки того, що відбувається, суб'єктивні шкали з великою кількістю градацій;

- особи з полюсом «аналітичність» більш ригідні та нетолерантні до змін у раніше сформованих понятійних схемах, їх вузькі категорії більшою мірою закриті для суперечливої інформації;

- «аналітики» характеризуються вищим рівнем тривоги, що можна вважати свідченням менш сформованої системи психічної саморегуляції; тривожність насамперед є наслідком їхньої недовірливості, настороженості, центрованості на власному «Я»; у аналітиків переважають емоції страху;

- особи з полюсом «аналітичність» намагаються добре виконувати соціальні вимоги та орієнтовані на соціальне схвалення.

- «аналітики» зазвичай є інтровертами. Полюс стилю «синтетичність» передбачає побудову цілісної картини світу, що відбувається, оцінюється за допомогою суб'єктивних великомасштабних шкал. Також:

- полюс «синтетичності» поєднується з вищими показниками навчальної успішності, темпу навчання, мимовільного та довільного запам'ятовування;

- «синтетика» характеризує висока оригінальність ідей, що продукуються; часто вони інтелектуальні лідери у своїй навчальній групі;

- особи з полюсом «синтетичність» менш ригідні та досить толерантні до змін у раніше сформованих понятійних схемах, їх великі категорії більшою мірою відкриті для суперечливої інформації;

- "синтетика" характеризуються менш високим рівнем тривоги, що може розглядатися як свідчення сформованої системи психічної саморегуляції;

- особи з полюсом «синтетичність» зазвичай є екстравертами.

Питання для самоконтроля.

1. Розкрийте поняття «когнітивний стиль».

2. Виділіть особливості когнітивного стилю

«полезалежність/полenezалежність».

3. Виділіть особливості когнітивного стилю «ригідність/гнучкість (пластичність)».

4. Виділіть особливості когнітивного стилю «рефлексивність/імпульсивність».

5. Виділіть особливості когнітивного стилю «аналітичність/синтетичність».

Тема 3. Психічні процеси: відчуття та сприймання.

Пізнання людиною навколишньої дійсності здійснюється насамперед у вигляді органів чуття. Тому воно називається чуттєвим пізнанням, чуттєвим відображенням дійсності. Образи предметів і явищ дійсності, що виникають при цьому в людини, називаються відчуттями і сприйняттями.

Між цими психічними процесами є щось спільне, але є та суттєві відмінності. Загальне полягає в тому, що обидва вони – первинні пізнавальні процеси – виникають лише за безпосереднього впливу тих чи інших подразників на органи почуттів і є продуктом діяльності нервової системи, її периферичних та центральних мозкових механізмів. Спільним також є те, що вся людська діяльність базується на відчуттях та сприйняттях. Через відчуття та сприйняття людина не тільки отримує безпосередню інформацію про те, що відбувається навколо неї і в ній самій, але відчуття та сприйняття є суттєвими елементами механізмів, що дозволяють людині керувати діями інших людей. Позбавте людини можливості відчувати і сприймати навколишню дійсність, і вона не зможе нічого робити. У спеціальних дослідах у людини «вимикали» всі органи чуття, жодне роздратування не проникало у його мозок, і людина засинала. В умовах сенсорної ізоляції у людини менше ніж через добу відзначалося різке зниження уваги, зменшення обсягу пам'яті, відбувалися зміни психічної діяльності.

Все це свідчить про вирішальну роль відчуття та сприйняття у житті та діяльності людей. Основна істотна відмінність між відчуттями та сприйняттями пов'язана з їхньою відбивною сутністю. Відчуття – це психічний процес відображення окремих якостей предметів і явищ при їх безпосередньому впливі на органи почуттів.

Існує кілька класифікацій відчуття. Найбільш поширеною є класифікація, заснована на ознаках середовища, з якого надходять подразнення, що впливають на рецептори. Це зовнішнє середовище, в якому протікає життя та різноманітна діяльність людини, та внутрішнє середовище його організму. Відповідно роздратування із зовнішнього середовища та викликані ними відчуття отримали назву екстероцептивних; роздратування ж, що надходять із внутрішнього середовища, і відчуття, що від них виникають – інтероцептивні.

До екстероцептивних відносяться відчуття зорові, слухові, шкірні (серед них дотичні, температурні, болючі), нюхові, смакові.

До інтероцептивних відносяться відчуття, що характеризують стан внутрішніх органів, відчуття тяжкості, болю, голоду тощо; вестибулярні відчуття; рухові відчуття (відчуття положення та переміщення у просторі всього тіла та окремих його частин). Їх називають також пропріоцептивними або кінестетичними.

Таке різноманіття різновидів відчуття відповідає спеціалізації аналізаторів. Вона виявляється у тому, що з них реагує на дії лише певних, специфічних йому подразників: зоровий – світлових, слуховий – звукових тощо. Така спеціалізація – наслідок тривалого еволюційного та суспільно-історичного їх розвитку та того, що аналізатори та відповідні їм відчуття є, з одного боку, механізмами орієнтування у навколишньому середовищі, в умовах життя та діяльності, з іншого – механізмами регулювання дій та діяльності в даних умовах.

У сфері відчуття існують певні закономірності. Центральна закономірність відчуття – існування порогів чутливості. Порогами відчуття називаються величини (за інтенсивністю) подразнень, у яких відчуття виникають, можуть зберігатися, а однорідні відчуття відрізняються друг від друга. Таких порогів три: нижній або абсолютний, верхній і поріг розрізнення.

Нижнім або абсолютним порогом називається мінімальна сила роздратування, при якій виникає ледь помітне відчуття.

Верхнім порогом називається найбільша сила подразника, коли він ще зберігається відчуття певного виду.

Встановлено, що нижнім та верхнім порогоми, наприклад, відчуття кольору є коливання електромагнітних хвиль частотою від 390 (фіолетовий колір) до 780 (червоний колір) мілімікрону, а відчуття звуку – коливання звукових хвиль від 20 до 20 000 гц. Надвисокі за інтенсивністю подразники замість відчуття певного виду спричиняють біль.

Порогом розрізнення називається найменша величина, на яку потрібно збільшити або зменшити інтенсивність подразнення, що діє, для того щоб вперше виникли зміни відчуття. Ця величина для кожного виду відчуття є певною та відносно постійною. Для зорового відчуття вона становить – 1/100, для слухових – 1/10, для тактильних – 1/30. Пороги відчуття тісно пов'язані із чутливістю аналізаторів. Проте залежність з-поміж них зворотна: що нижчий абсолютний поріг, чи поріг розрізнення, то вище чутливість. Чутливість та пороги відчуттів не однакові у різних людей. Це від багатьох чинників, зокрема і зажадав від вроджених особливостей особистості. У людини з меланхолійним темпераментом чутливість вища, ніж у людини флегматичного темпераменту. Вона також залежить від специфіки професійної діяльності. Наприклад, чутливість, отже, і відповідні відчуття досягають високого ступеня розвитку у дегустаторів парфумів, тютюну, сирів, вина. Чутливість залежить і від спеціального тренування у процесі діяльності.

Негативний вплив на чутливість, а отже, і на його пороги відчуттів стомлює.

Наступна закономірність відчуття – це адаптація. Явище адаптації – у пристосуванні аналізаторів до функціонування у умовах довкілля. Воно полягає у підвищенні чи зниженні їх чутливості. Така, наприклад, зорова світлова адаптація. Під впливом яскравого світла завжди стійко знижується чутливість зорового аналізатора. При переході з темного приміщення до яскраво освітленої кімнати потрібно не менше 3–5 хв для того, щоб око «пристосувалося» до підвищеного (порівняно з колишнім) освітлення.

У кожній системі аналізаторів – зорової, слухової, кінестетичної та інших – існують аналізаторні зв'язки між кірковими елементами. Натомість існують і міжаналізаторні зв'язки, які забезпечують взаємодію аналізаторів. Воно проявляється у зміні чутливості одного аналізатора під впливом будь-якого іншого чи інших. Встановлено, що якщо будь-який музичний твір супроводжувати підбіраною певним чином гамою кольорів, що демонструються на екрані, то чутливість до музики при цьому підвищується. Відомо також, що слабке смакове відчуття кислого підвищує чутливість зору. Загальна ж закономірність взаємодії відчуття проявляється в тому, що слабкі за інтенсивністю подразнення одного аналізатора (отже не дуже яскраві відчуття) підвищують чутливість іншого; сильні ж, навпаки, знижують її. Це має важливе практичне значення та дозволяє говорити про своєрідність сенсорної організації людини. Вона являє собою певний рівень розвитку різних видів чутливості та своєрідність зв'язків між ними у кожної людини і тому є однією із суттєвих характеристик індивідуальності. Сенсорна організація формується протягом життя під впливом специфічних умов різних видів його діяльності. Це лежить в основі особливостей проявів та розвитку чутливості різних професій. Сприйняття на відміну відчуттів – психічний процес цілісного відображення предметів та явищ дійсності в сукупності різних властивостей і частин.

У сприйнятті синтезовано (об'єднано) багато відчуття, хоча воно не є їх простою сумою. Наприклад, штангіст, захоплюючи гриф штанги, не тільки бачить її, але й відчуває товщину грифу, холод металу, міру зчеплення пальців рук з грифом. Усі ці відчуття узагальнюються в один цілісний образ штанги. У цьому виявляється предметність та цілісність сприйняття. Інша його особливість – структурність. Вона у тому, що сприйняття не просто сума відчуття, у ньому відбиваються взаємини різних властивостей і елементів предмета, тобто його структура.

Для сприйняття характерна й низка інших особливостей: константність, свідомість, аперцепція.

Константність сприйняття характеризується тим, що у межах людина сприймає предмети як щодо незмінні. Вона виявляється, наприклад, при зоровому сприйнятті форми та кольору предметів. Так, класна дошка сприймається чорною, стеля – білим і при яскравому сонячному освітленні, і при тьмяному світлі похмурого ранку, і при електричному освітленні. Звичайно, константність сприйняття зберігається не завжди, вона може

змінюватися (наприклад, при дуже яскравому кольоровому освітленні, що швидко змінюється).

Наступна особливість сприйняття – це свідомість. Сприйняття – це як чуттєве відбиток, а й усвідомлення предметів, їх осмислення. Це означає, що у сприйнятті включено й мислення. Сприймаючи предмет, людина прагне вголос чи подумки словесно назвати його чи співвіднести з якимись іншими предметами, що нагадують його.

У цьому вся виражається як осмисленість, а й узагальненість сприйняття. Свідомість його добре проявляється, наприклад, при сприйнятті незавершених малюнків. Розгляд малюнка виявляє єдність чуттєвих та логічних елементів пізнання, нерозривний зв'язок сприйняття та мислення людини. Тому навколишня дійсність у сприйнятті повніше і глибше, хоча це стосується лише зовнішніх властивостей і якостей предметів.

Для сприйняття характерним є також і явище апперцепції. Апперцепцією називається залежність сприйняття від життєвого досвіду людини, інтересів, запасу знань, ціннісних орієнтацій та установок. З апперцепцією пов'язані цілеспрямованість і вибірковість сприйняття, індивідуальні розбіжності у сприйнятті однієї й тієї ж предмета різними людьми. Наприклад, сприймаючи зламани ліжі, майстер, який виробляє їх, буде фіксувати увагу на матеріалі, з якого вони виготовлені, якості їх виготовлення, художник-дизайнер – на зовнішньому оформленні, спортсмен-початківець – відповідно лиж зростово-ваговим показникам, досвідчений тренер, який обирає лижі для своїх учнів оцінюватиме їх всебічно. Сприйняття – це процес, у якому відбиваються й особливості реально існуючих якостей і відносин предметів зовнішнього світу, які є джерелом сприйняття, і своєрідність суб'єктивної діяльності особистості. Внутрішні установки та певна спрямованість особистості становлять об'єктивний характер сприйняття. Це розкривається у зумовленості сприйняття суб'єктивної настрою особистості. Своєрідність сенсорної діяльності у певних умов також може проводити збільшення ролі суб'єктивних якостей сприйняття. Прикладами цього є ілюзії сприйняття, порушення константності, явища одночасного та послідовного контрастів, взаємини фігури та фону сприйняття.

Розмаїття чуттєвого відображення особистістю навколишнього об'єктивного світу виступає у сприйнятті предметів, простору, рухів, часу, людських відносин та у сприйнятті людини людиною.

Отримані знання, наявний досвід, уявлення пам'яті входять у процес сприйняття. Будь-який новий предмет осмислюється та визначається в системі наявного інтелектуального та емоційного багажу особистості. Завдяки включенню мислення в акт сприйняття вже на рівні чуттєвого пізнання відбувається осмислення та первісне узагальнення.

У процесі активної пізнавальної діяльності сприйняття набуває цілеспрямований, планомірний характер, що захоплює особистість – стає спостереженням.

Систематично організоване спостереження, що приносить особистості

глибоке задоволення і допомагає вирішувати питання, що хвилюють її, може стати більш-менш тривалим інтелектуальним станом особистості. За певних обставин у поведінці людини виявляється спостережливість, що є складним специфічним проявом особистості.

Тривале та постійне культивування спостереження, а також потреби практичної професійної діяльності сприяють виробленню спостережливості як сталої риси поведінки чи діяльності особистості. Спостережливість стає властивістю особистості.

Питання для самоконтроля..

1. Виділіть фізіологічні основи відчуття та сприйняття
2. Розкрийте взаємозв'язок відчуття та сприйняття.
2. Проаналізуйте, у чому полягає важливість аперцепції на формування сприйняття.
3. Виділіть особливості репрезентативних систем у навчальній та професійній діяльності.

Тема 4. Психічні процеси: увага та пам'ять.

4.1. Увага

Увага у системі психологічних феноменів займає особливе становище. Воно включено в решту психологічних процесів, постає як їх необхідний момент і відокремити його від них, виділити і вивчити в «чистому» вигляді неможливо. З явищами уваги ми маємо справу лише тоді, коли розглядається динаміка пізнавальних процесів та особливості різних психічних станів людини. Щоразу, коли ми намагаємося виділити «матерію» уваги, відволікаючись від решти змісту психічних феноменів, вона ніби зникає.

Увага можна визначити як психофізіологічний процес, стан, що характеризує динамічні особливості пізнавальної діяльності. Вони виражаються в її зосередженості на порівняно вузькій ділянці зовнішньої або внутрішньої дійсності, які на даний момент стають усвідомлюваними і концентрують на собі психічні та фізичні сили людини протягом певного періоду часу.

Увага – це процес свідомого або несвідомого (напівсвідомого) відбору однієї інформації, що надходить через органи почуттів, та ігнорування іншої.

Увага немає свого власного змісту. Він є частиною в інші психічні процеси: відчуття та сприйняття, уявлення, пам'ять, мислення, уява, емоції та почуття, прояви волі. Увага включена і до практичних, зокрема, рухових дій людей, до їхніх поведінкових актів – вчинків. Це забезпечує ясність та чіткість відображення дійсності, що є однією з необхідних умов успішності будь-якої діяльності. Розрізняють такі види уваги: зовнішнє та внутрішнє, довільне (навмисне), мимовільне (ненавмисне) та післядовільне.

Зовнішньою увагою називається спрямованість свідомості на предмети та явища зовнішнього середовища (природного та соціального), в якому існує людина, і на свої власні зовнішні дії та вчинки.

Внутрішньою увагою називається спрямованість свідомості на явища та стани внутрішнього середовища організму.

Співвідношення зовнішньої та внутрішньої уваги відіграє важливу роль у взаємодії людини з навколишнім світом, іншими людьми, у пізнанні ним самого себе, в умінні керувати собою.

Якщо зовнішня та внутрішня увага характеризується різною спрямованістю свідомості, то увага довільна, мимовільна і післядовільна відрізняється за ознакою співвідношення з метою діяльності.

При довільній увазі зосередженість свідомості визначається метою діяльності та конкретними завданнями, що впливають з її вимог та умов, що змінюються.

Мимовільна увага виникає без попередньої постановки мети як реакція на сильний звук, яскраве світло, новизну предмета. Предметом мимовільної уваги стає будь-який несподіваний подразник. За всіх несподіванок увага зосереджується на короткий термін. Але довільна увага може утримуватися і довго у тих випадках, коли сприйняття предмета, навіть думка про нього викликає живий інтерес, забарвлюється позитивними емоціями задоволення, здивування, захоплення та ін. Це свідчить, що мимовільну увагу може бути викликано спеціально, з досягнення позитивного результату діяльності, у разі уроку.

Отже, увага є не тільки фактором, що обмежує психічну діяльність, але й може регулюватися ззовні, зокрема, в педагогічному процесі.

Післядовільна увага виникає за довільним. Це означає, що людина спочатку зосереджує свідомість на якомусь предметі або діяльності, іноді за допомогою чималих вольових зусиль, потім сам процес розгляду предмета або сама діяльність викликає наростаючий інтерес, і продовжує утримуватися увага вже без будь-якого зусилля.

Всі три види уваги - це динамічні процеси, пов'язані взаємними переходами, але завжди якийсь із них на якийсь час стає переважним.

Властивістю уваги називають особливості його прояву.

До них відносяться об'єм, концентрація, стійкість, перемикання та розподіл уваги.

Обсяг уваги характеризується кількістю пам'яті та виробленого матеріалу. Обсяг уваги можна збільшити шляхом вправи або встановлюючи смислові зв'язки між предметами, що сприймаються (наприклад, поєднуючи літери в слова).

Концентрація уваги – властивість, що виражається повною поглиненістю предметом, явищем, думками, переживаннями, діями, у яких зосереджено свідомість людини.

За наявності такої зосередженості людина стає високо на заваді. Лише

важко його можна відволікти від думок, у які він занурений.

Стійкість уваги – здатність довго бути зосередженим певному предметі чи одному й тому справі. Вона вимірюється часом зосередження за умови збереження виразності відображення у свідомості предмета чи процесу діяльності.

Стійкість уваги залежить від низки причин: значимості відносини, інтересу щодо нього, підготовленості робочого місця, навичок.

Переключення уваги виявляється у довільному, свідомому переміщенні його з одного предмета в інший, у швидкому переході від однієї діяльності до іншої. Воно диктується самим перебігом діяльності, виникненням чи постановкою нових завдань.

Не слід змішувати переключення уваги з відволіканням, яке виявляється у мимовільному перенесенні зосередженості свідомості щось інше чи зниженні інтенсивності зосередженості. Це проявляється у короткочасних коливаннях уваги. Справжнє відволікання є наслідком багатьох причин. Ними можуть бути невироблена стійкість уваги, зниження інтересу до роботи, стомлення (особливо при її монотонному характері) та ін. Протидіяти відволіканню можуть короткі перерви в роботі.

Розподіл уваги – властивість, завдяки якому можливе виконання двох чи більше дій (видів діяльності) одночасно, але тільки в тому випадку, коли одні дії звичні для людини і здійснюються хоч і під контролем свідомості, але значною мірою автоматизовано.

У процесі навчання та виховання, діяльності та спілкування у людини розвиваються властивості уваги, її види, утворюються щодо стійкі їх поєднання (індивідуально-типологічні особливості уваги, зумовлені також і типом нервової системи), на основі яких формується уважність як властивість особистості.

При організації трудового процесу у колективі керівник повинен враховувати вікові та індивідуальні особливості уваги співробітників, характер трудової діяльності. Залежно від організації останньої виділяють колективну, групову та індивідуальну увагу. Колективна увага виявляється у зосередженні всіх одному об'єкті. Групова увага полягає у зосередженні уваги групи на власному об'єкті в умовах роботи у колективі. Індивідуальне увагу – це зосередження свідомості індивіда своєму завданню.

4.2. Пам'ять

Пам'яттю називається запам'ятовування, збереження і відтворення того, що людина сприймала, думала, переживала або робила колись, тобто відображення минулого досвіду, обставин життя та діяльності особистості.

Пам'ять є основою безперервності психічної діяльності, пов'язуючи минуле, сьогодення та майбутнє.

Основні процеси пам'яті - запам'ятовування, збереження, відтворення.

Запам'ятовування – процес зйомки у свідомості інформації, що надходить

у вигляді образів, думок (понять), переживань і дій. Розрізняють мимовільне (ненавмисне) і довільне (навмисне) запам'ятовування.

Мимовільне запам'ятовування здійснюється начебто само собою, без навмисного бажання щось запам'ятати. Воно визначається не установками чи цілями, а особливостями об'єктів та ставленням людини до них. Так зазвичай запам'ятовується те, що справило яскраве враження, викликало сильні та глибокі переживання.

Мимовільне запам'ятовування може бути ефективним, якщо воно включене до активної розумової діяльності. Наприклад, артист у ряді випадків не заучує спеціально текст ролі, а запам'ятовує його в ході репетицій, головна мета яких полягає не в тому, щоб засвоїти слова, а в тому, щоби вжитися в образ.

Провідним у людини є довільне запам'ятовування. Воно виникає та розвивається у процесі спілкування людей та трудової діяльності.

Довільне запам'ятовування – це цілеспрямоване запам'ятовування (що запам'ятати, навіщо, на який термін, як використовувати тощо), що надає йому планомірності

Особлива форма довільного запам'ятовування – заучування. Воно використовується тоді, коли необхідно щось зафіксувати в пам'яті дуже точно та дуже міцно.

Збереження – утримання в пам'яті протягом більш менш тривалого часу і переробка того, що було відбито, що запам'яталося. Зберігається у пам'яті матеріал значимий, багаторазово повторюваний, постійно використовуваний у діяльності, добре зрозумілий чи з установкою «запам'ятати надовго».

Головною умовою збереження є використання того, що запам'яталося на практиці, в діяльності. Це стосується не тільки знань, але і до навичок та вмінь.

Забування – не завжди бажаний, але неминучий процес, протилежний до збереження. Він протікає майже завжди мимоволі. Завдяки забуттю у пам'яті не залишається дрібних, непотрібних, незначних деталей, запам'ятовування узагальнюється. Частково забуте буває важко відтворити, але легко впізнати. Швидко забувається те, що рідко включається

у діяльність людини, що стає незначним для неї, систематично не підкріплюється сприйняттям та повторенням. У цьому позитивна сторона забування. Забуття особливо інтенсивно в перші 48 годин після заучування або сприйняття і залежить від змісту матеріалу, його усвідомленості та обсягу.

Відтворення – вибіркове пошукання інформації, що зберігається в пам'яті, у зв'язку з потребами людини, конкретними обставинами та завданнями в діяльності.

Різновидом відтворення є впізнавання, що виявляється при вторинному сприйнятті об'єкта. Почуття знайомості об'єкта, що зазвичай виникає при цьому, супроводжується думкою: «Так, я це десь бачив». Думка ототожнює зараз, що відображається, з тим, що сприймалося раніше.

Відтворення, подібно до запам'ятовування, може бути довільним та

мимовільним.

Мимовільне відтворення відбувається хоч і без будь-якого наміру, зазвичай не само собою. Поштовхом до мимовільного відтворення зазвичай є якісь причини, що викликають відповідні асоціації.

Довільним називається відтворення, яке організується за допомогою вольових зусиль та свідомо поставленої мети. Головною особливістю такого відтворення є наявність усвідомлюваного мотиву. Різновидом довільного відтворення є пригадування. Це свідоме, цілеспрямоване відтворення, що вимагає специфічної напруги для подолання внутрішніх труднощів.

Існує кілька підстав виділення видів пам'яті:

- 1) ступінь свідомої активності при запам'ятовуванні та відтворенні;
- 2) психологічний зміст пам'яті;
- 3) тривалість збереження.

За ступенем свідомої активності розрізняють пам'ять мимовільну

та довільну. Довільна, у свою чергу, може бути механічною та логічною.

При механічній пам'яті запам'ятовування та відтворення відбуваються на основі просторової або тимчасової близькості та послідовності предметів, явищ та подій; при логічній – з урахуванням встановлення тих чи інших смислових зв'язків з-поміж них, незалежно від розташування просторі чи прямування у часі. За продуктивністю запам'ятовування логічна пам'ять, зазвичай, перевищує механічну: тривалість збереження матеріалу, відображеного логічно, значно більше. Разом з тим для людини важливим є і той і інший види пам'яті. Логічна пам'ять необхідна для розуміння і запам'ятовування змісту матеріалу, що вивчається, і включення в його систему вже накопичених знань, механічна – для точного, повного зйомки та збереження запам'ятовуваного.

За психологічним змістом пам'яті виділяється пам'ять образна, словесно-логічна, емоційна і рухова. Ці чотири види пам'яті притаманні всім людям. Проте розвинені вони нерівномірно: якийсь (чи якісь) є переважним. Переважна більшість того чи іншого виду пам'яті впливає успішність оволодіння тими чи іншими навчальними предметами, як і різними видами діяльності.

В образній пам'яті виділяють зорову та слухову (а також нюхову, смакову, дотичну). Якщо людина добре запам'ятовує, дізнається і відтворює зорові образи, якщо вона краще запам'ятовує матеріал при читанні «про себе», у нього гарна зорова пам'ять; якщо ж людина добре запам'ятовує мелодії та відтворює їх, якщо вона краще запам'ятовує прочитане їй вголос або коли їй читають чи говорять, то має гарну слухову пам'ять.

Словесно-логічна пам'ять – справді людський вигляд пам'яті. Це пам'ять на думки, виражені у поняттях. Саме завдяки словесно-логічній пам'яті знання стають надбанням людини тим, що їм не просто завчено, а глибоко продумано, заведено.

Емоційна пам'ять – пам'ять почуття. Це запам'ятовування людиною своїх переживань та переживань інших людей. Емоційна пам'ять може бути основою

мотивів, які спонукають людину до якихось дій або утримують її від здійснення того чи іншого вчинку. Вона є основою співпереживань.

Двигуна пам'ять – пам'ять на рухи. Вона становить основу оволодіння руховими діями у вигляді діяльності.

За тривалістю збереження пам'ять поділяється на довготривалу, короткочасну та оперативну. Довготривала пам'ять характеризується значною тривалістю збереження матеріалу після його сприйняття та закріплення. Короткочасна пам'ять – це нетривале збереження інформації після одноразового сприйняття. Оперативна пам'ять зберігає інформацію лише на той час, який необхідний для здійснення дій (наприклад, набрати щойно названий номер телефону, записати думку, почуту думку, виконати щойно сприйнятий наказ).

Існують індивідуальні відмінності для людей за обсягом, точності пам'яті, швидкості запам'ятовування, тривалості збереження, готовності пам'яті.

Об'єм пам'яті – це кількість матеріалу, яка може бути правильно відтворена безпосередньо після одноразового сприйняття. У середньому обсяг пам'яті дорівнює 6-8 об'єктам. Індивідуально він коливається від трьох до дванадцяти. Точність пам'яті визначається ідентичністю відтворюваного і незабутнього. Відсутність перепусток, спотворень у відтворенні, детальне відтворення – конкретні прояви точності пам'яті.

Швидкість запам'ятовування – це час (чи кількість повторень), необхідне повного і правильного запам'ятовування матеріалу.

Тривалість збереження – час утримання у пам'яті матеріалу. Вираз «коротка пам'ять» відноситься саме до цієї якості.

Готовність пам'яті – це здатність швидко витягувати з пам'яті те, що потрібно людині на даний момент. Відсутність цієї якості призводить до того, що навіть за наявності знань людина не може ними користуватися. Нерідко учні, отримавши незадовільну оцінку на іспиті та вийшовши за двері аудиторії, раптом починають розповідати товаришам те, що дві хвилини тому не могли розповісти викладачеві. Готовність пам'яті визначає прикладність знань. У поєднанні з мисленням вона визначає кмітливість та винахідливість.

Поєднання перерахованих якостей дозволяє за індивідуальними відмінностями пам'яті розділити людей на чотири групи:

- а) швидко і міцно запам'ятовують, що повільно забувають;
- б) швидко запам'ятовують, але незабутніх;
- в) тих, що повільно запам'ятовують, але довго пам'ятають;
- г) тих, що повільно запам'ятовують і швидко забувають.

Однією з основних умов навчальної діяльності та багатьох видів праці є організація запам'ятовування шляхом використання спеціальних прийомів заучування. Серед них можна виділити наступні:

- встановлення цілі запам'ятовування. Можна кілька разів прочитати будь-який текст і не зуміти відтворити його досить повно і точно, поки установка читаю-сприймаю не буде замінена установкою читаю-запом'ятовую.

Як тільки мету поставлено, продуктивність запам'ятовування суттєво зростає;

- встановлення тривалості запам'ятовування. Міцність збереження матеріалу залежить від того, яку прийняту установку: запам'ятати надовго або на короткий термін. Запам'ятовуваний матеріал зберігається значно міцніше і довго, якщо була установка запам'ятати на тривалий термін, тим більше назавжди;

- попередня спеціальна обробка матеріалу, що підлягає запам'ятовуванню. Попередньо матеріал, що запам'ятовується, повинен бути уважно вивчений. У ньому слід виділити найістотніше, знайти смислові опори пам'яті, його можна перегрупувати залежно від завдань запам'ятовування. Ретельно досліджуваний та аналізований матеріал може переходити в творчість, що є найвищою метою будь-якого навчання.

Дуже корисно для запам'ятовування зв'язування його змісту з життєвим досвідом людини, з основними цілями та завданнями діяльності.

Повна зосередженість уваги процесі запам'ятовування. Без напруженої уваги процес заучування може бути продуктивним.

При заучуванні необхідно дотримуватися таких правил повторення:

- а) повторювати матеріал потрібно своєчасно, тому що найбільш інтенсивне забування йде в перші часи.

Питання для самоконтроля:

1. Проаналізуйте різні підходи до уваги як психологічного феномену.

2.Ракройте особливості роботи «принципу домінанти» за А.А. Ухтомському.

3.Сравніть особливості формування довільного, мимовільного та післядовільного видів уваги.

4.Перечислите властивості увагу і зробіть висновок про їх взаємозв'язок коїться з іншими психічними процесами.

6. Розкрийте особливості різних видів пам'яті.

7.Виділіть характеристики пам'яті та проаналізуйте особливості їх функціонування.

8. Перерахуйте прийоми запам'ятовування та розкрийте поняття «мнемоніка».

Тема 5. Дослідження особливостей мислення, уяви та мовлення.

5.1. Мислення

Мислення – це процес опосередкованого та узагальненого відображення, встановлення існуючих зв'язків та відносин між предметами та явищами дійсності.

Мислення – пізнавальний процес вищого рівня, порівняно з

безпосереднім чуттєвим відображенням дійсності у відчуттях, сприйняттях, уявленнях. Чуттєве пізнання дає лише зовнішню картину світу, мислення ж призводить до пізнання законів природи та життя.

Мислення виконує регулюючу, пізнавальну та комунікативну функцію, тобто функцію спілкування. І тут особливого значення набуває вираз його в мові. Чи передаються думки в усній чи письмовій формі у процесі спілкування людей, чи пишеться наукова книга чи твір художньої літератури – всюди думка має бути оформлена словами так, щоб її зрозуміли інші люди.

Чуттєве відображення та мислення – єдиний процес пізнання людиною навколишньої дійсності. Джерелом пізнання є практика. Починається все з відчуття та сприйняття, тобто з живого споглядання. Жодними іншими шляхами не можна отримати знання про різні предмети та явища, про властивості речей, про різні форми руху матерії. Тільки потім чуттєве пізнання перегукується з уявним – абстрактному, логічному. Але навіть на рівні абстрактного мислення зберігається його зв'язок із чуттєвими образами відчуття, сприйняття та уявлень.

Таке абстрактне та узагальнене пізнання дозволяє зрозуміти світ повніше та глибше. Істинність такого пізнання перевіряється практикою. Тут вона вже постає як критерій правильності людського пізнання, людського мислення. Єдність чуттєвого відображення та мислення дозволяє зіставити минуле та сьогодення, передбачати та проектувати майбутнє. Це стосується не тільки навколишнього світу речей, явищ, інших людей, але й самої людини, що дозволяє їй «вчитися панувати собою». Як і всі психічні явища, мислення є продуктом рефлекторної діяльності мозку. Єдність чуттєвого та логічного у мисленні ґрунтується на складній взаємодії кори та підкіркових утворень мозку.

Мислення – завжди вирішення якогось завдання, пошук відповіді на питання, пошук виходу з ситуації, що склалася. При цьому ні рішення, ні відповіді, ні виходу не можна побачити лише сприймаючи дійсність.

Мислення – це опосередковане, а й узагальнене відображення дійсності. Узагальненість його полягає в тому, що для кожної групи однорідних предметів та явищ визначаються загальні та суттєві ознаки, що їх характеризують. В результаті формується знання про цей предмет взагалі: стіл взагалі, стілець взагалі, дерево взагалі і т. д. Істотними ознаками «людини взагалі», наприклад, служать такі загальні ознаки: людина – це істота громадська, трудяща, що володіє мовою. Щоб виділити ці загальні та суттєві ознаки, потрібно відволіктися, абстрагуватися від приватних, несуттєвих ознак, таких, як стать, вік, раса та ін.

Розрізняють наочно-дійове, наочно-образне та словесно-логічне мислення.

Наочно дієве мислення. Його називають ще практично дієвим чи просто практичним мисленням. Воно протікає безпосередньо в процесі практичної діяльності людей та пов'язане з розв'язанням практичних завдань: виробничих,

організації навчального процесу. Цей вид мислення є, можна сказати, основним протягом усього життя людини.

Наочно-подібне мислення. Цей вид мислення пов'язані з рішенням розумових завдань, заснованих на образному матеріалі. Тут має місце оперування найрізноманітнішими, але найбільше зоровими та слуховими образами. Наочно-подібне мислення тісно пов'язане із практичним мисленням.

Словесно-логічне мислення. Його називають ще абстрактним чи теоретичним. Воно має форму абстрактних понять та суджень і пов'язане з оперуванням філософськими, математичними, фізичними та іншими поняттями та судженнями. Це найвищий рівень мислення, що дозволяє проникати у сутність явищ, встановлювати закони розвитку природи, життя.

Усі види мислення тісно взаємопов'язані. Однак у різних людей той чи інший вид займає провідне становище. Який саме, визначається умовами та вимогами діяльності. Скажімо, у фізика-теоретика чи у філософа – словесно-логічне мислення, у художника – наочно-образне.

Взаємозв'язок видів мислення характеризується також взаємопереходами. Вони залежить від завдань діяльності, що вимагають то одного, то іншого, або навіть спільного прояви видів мислення.

Основні форми мислення – поняття, судження, висновок.

Поняття - це виражена в слові думка про загальні та суттєві ознаки предметів і явищ дійсності. Цим воно відрізняється від уявлень, які лише показують їхні образи. Поняття формуються у процесі історичного поступу людства. Тому зміст їх набуває характеру загальності. Це означає, що з різному позначенні однієї й тієї ж поняття словами у різних мовах сутність залишається однаковою.

Засвоюються поняття у процесі індивідуального життя людини зі збагачення його знаннями. Уміння мислити – завжди пов'язані з умінням оперувати поняттями, оперувати знаннями. Судження – форма мислення, у якій висловлюється утвердження чи заперечення тих чи інших зв'язків та відносин між предметами, явищами та подіями. Судження можуть бути загальними (наприклад, «усі рослини мають коріння»), приватними, одиночними.

Висновок – форма мислення, в якій з одного або декількох суджень виводиться нове судження, що так чи інакше завершує розумовий процес. Розрізняють два основні види висновків: індуктивне (індукція) та дедуктивне (дедукція).

Індуктивним називається висновок від окремих випадків, від приватних суджень до загального. Наприклад: «коли Іванової виповнилося 14 років, вона отримала паспорт громадянки Росії», «коли Рибникову виповнилося 14 років, він отримав паспорт громадянина Росії» і т. д. Отже, «всі росіяни, які досягли 14-річного віку, одержують паспорт громадянина Росії». Існує ще висновок за аналогією. Воно зазвичай використовується для побудови гіпотез, тобто припущень про можливість тих чи інших подій, явищ.

Процес висновку, таким чином, є оперування поняттями і судженнями,

що призводить до того чи іншого висновку.

Розумовими операціями називаються розумові дії, що використовуються в процесі мислення. Це аналіз, синтез, порівняння, узагальнення, абстракція, конкретизація та класифікація.

Аналіз - уявне розчленування цілого на частини, виділення окремих ознак, властивостей.

Синтез – уявне поєднання елементів, ознак, якостей у єдине ціле, уявне поєднання предметів, явищ, подій у системи, комплекси та інших.

Аналіз та синтез взаємопов'язані один з одним. Ведуча ж роль тієї чи іншої визначається завданнями діяльності.

Порівняння – розумове встановлення подібності і різницю між предметами і явищами чи його ознаками.

Узагальнення – уявне об'єднання предметів чи явищ на основі виділення при порівнянні загальних та істотних для них властивостей та ознак.

Абстракція – уявне відволікання від будь-яких властивостей чи ознак предметів, явищ.

Конкретизація – уявне виділення із загального тієї чи іншої приватної конкретної якості та ознаки.

Класифікація – уявне роз'єднання та наступне об'єднання предметів, явищ, подій у групи та підгрупи за певними ознаками.

Розумові операції, як правило, протікають не ізольовано, а в різних поєднаннях.

Аналіз та синтез утворюють єдність. У процесі аналізу відбувається порівняння з метою виділення загальних та різних ознак тієї чи іншої групи явищ, предметів.

Мислення, як відомо, - узагальнене відображення дійсності. Процес виділення загальних істотних ознак вимагає відволікання, отже, у процес аналізу та синтезу включена і абстракція.

Мислення може бути образним – на рівні образів, сприйняття та уявлень. Воно певною мірою існує і у вищих тварин. Людське ж найвище мислення – мислення мовленнєве. Мова, мова – матеріальна оболонка думки. Тільки в мовній – усній чи письмовій формі думка людини стає доступною іншим.

Індивідуальні особливості мислення проявляються у різних властивостях розумової діяльності. Вони складаються у процесі життя та діяльності та значною мірою визначаються умовами навчання та виховання. Мають значення та типологічні особливості вищої нервової діяльності.

До особливостей мислення відносяться широта і глибина розуму, послідовність, гнучкість, самостійність і критичність мислення.

Широта розуму характеризується різнобічністю знань, умінням творчо мислити, здатністю до широких узагальнень, умінням пов'язувати теорію з практикою.

Глибина розуму - це вміння виділити складне питання, вникнути в його сутність, відокремити головне від другорядного, передбачати шляхи та

наслідки його вирішення, розглянути явище всебічно, зрозуміти його у всіх зв'язках та відносинах.

Послідовність мислення виявляється у вмінні встановлювати логічний порядок у вирішенні різних питань. Гнучкість мислення – це вміння швидко оцінювати ситуацію, швидко обмірковувати та приймати необхідні рішення, легко перемикаючись з одного способу на інший. Самостійність мислення виявляється у вмінні поставити нове питання, знайти відповідь на нього, приймати рішення та діяти не шаблонно, не піддаючись всебічному сторонньому впливу. Критичність мислення характеризується вмінням не вважати вірною першу думку, що прийшла в голову, піддавати критичному розгляду пропозиції і судження інших, приймати необхідні рішення, тільки зваживши всі «за» і «проти». Перелічені особливості мислення у різних людей поєднуються по-різному і виражені по-різному. Це та характеризує індивідуальні особливості їх мислення.

5.2. Уява

Уявою (фантазією) називається процес відтворення і перетворення образів предметів і явищ дійсності, що зберігаються в пам'яті, створення на цій основі в нових поєднаннях і зв'язках нових образів нових предметів, явищ, дій, умов діяльності.

Уява одна із тих новоутворень у психіці людини, що з задоволенням потреб вийти за рамки існуючого сьогодення і зазирнути у майбутнє.

Реальність уявного перевіряється практикою. Щоб створювати щось нове в уяві, потрібно багато знати, бачити, чути, накопичити практичний досвід у житті та зберігати все це у певній системі та у переробленому за допомогою мислення вигляді. Чим багатший досвід людини, тим більше вона має можливостей для створення небувалих комбінацій бувалих вражень. Розрізняють уяву відтворюючу та творчу, мрії та мрії.

Відтворююча уява – процес відтворення образу будь-якого предмета, події, людини, місцевості тощо за описом, кресленням, схемою, географічною картою або за іншими знаковими зображеннями.

Відтворюючу уяву функціонує у кожної людини завжди, коли доводиться малювати у своїй уяві те, що недоступне безпосередньому сприйняттю. Істотно, що повнота, точність, яскравість образів уяви, що відтворюють, залежать, перш за все, від якості, характеру та форми матеріалу, що викликає ці образи. Але вони, як й інші психічні образи, – суб'єктивні образи об'єктивного світу. Тому їхня повнота, точність, яскравість залежать від широти, глибини знань та особистісних установок людини. Творча уява – це процес створення нових образів, продуктів творчої праці, оригінальних ідей, що збагачують теорію та практику діяльності людини.

Творчість починається з виникнення проблемної ситуації, коли виникає потреба у створенні чогось нового. Творча уява протікає як аналіз

(розкладання) та синтез (з'єднання) накопичених людиною знань. У цьому елементи, у тому числі будується образ творчої уяви, виступають завжди у нових поєднаннях і комбінаціях.

У більшості випадків результат творчої уяви може бути матеріалізований, тобто створено нову машину, прилад, новий сорт рослин та інших. Але образи уяв може залишатися і рівні ідеального змісту, як наукової монографії, роману, поеми та інших.

Творча уява тісно пов'язана з мисленням, особливо з такими операціями, як аналіз, синтез, порівняння, узагальнення.

Вирізняють кілька прийомів створення творчих образів уяв: аглютинація, аналогія, перебільшення/зменшення, акцентування, типізація.

Аглютинація (лат. – склеювання) – прийом з'єднання («склеювання») якихось частин від двох або кількох предметів в одне ціле. Аглютинація широко поширена у казкових сюжетах у вигляді образів хатинки на курячих ніжках, русалки – жінки з хвостом риби та ін. Використовується аглютинація і в реальних образах (наприклад, танк-амфібія, акордеон, в якому поєднуються елементи піаніно та баяна).

Аналогія – прийом побудови образу за принципом подоби. Наприклад, за принципом подібності органу орієнтації кажана було створено локатор. Перебільшення/зменшення – прийом, за допомогою якого прагнуть показати панівні якості людини (наприклад, доброту могутнього Велета або розум і м'яке серце Хлопчика з пальчика).

Акцентування - прийом, близький до перебільшення, що виділяє в образі якусь одну яскраво виражену позитивну або негативну межу. Особливо він використовується в карикатурах та шаржах.

Типізація – найскладніший прийом творчого створення образів уяви. Характеризуючи творчість у літературі, М. Горький говорив, що характер героя робиться з багатьох окремих рис, взятих від різних людей певної соціальної групи. Потрібно придивитися до сотні-другої, скажімо, робітників для того, щоб приблизно правильно описати портрет одного робітника.

Всі описані прийоми можуть бути використані у будь-якій сфері життя та діяльності у зв'язку з пошуком нової, з проявом творчої уяви.

Мрією називаються створювані в уяві образи бажаного. Вони не суперечать реальній дійсності, тому за певних умов мрія може бути здійснена. Багато століть люди мріяли літати, але в їх тілесній організації немає крил. Однак настав час, коли було створено літальні апарати, і людина полетіла. Тепер повітряний транспорт став повсякденним, швидким, зручним засобом сполучення та пересування. Мрія таким чином – корисний механізм творчої діяльності.

Мріями називається безплідне фантазування. У мріях людина викликає у свідомості образи та думки нездійсненні, що суперечать реальній дійсності. У будь-якому вигляді людської праці – чи то праця педагога, інженера, лікаря, конструктора, токаря-новатора, художника, письменника, вченого і навіть учня,

який пише твір, – мають місце ті чи інші прояви відтворювальної чи творчої уяви.

Конструктивні вміння пов'язані з плануванням занять цілий навчальний рік, чверть, з побудовою та проведенням кожного уроку. Вони завжди дають великий ефект, якщо основою їх є творчий початок. У проектувальних вміннях творчий початок виражений яскравіше. Тут йдеться про необхідність бачити завтрашній день своїх послідовників, свого бізнесу.

Спостереження життя людей, над їх діяльністю показують, що розвинене і яскраво виражене уяву проявляється у низці істотних якостей людини. До таких якостей, чи рис, особистості, насамперед, належить одухотвореність. При одухотвореності уява входить у всю пізнавальну діяльність. При цьому ставлення людини до інших людей, до життя емоційно піднесені.

Рисою, протилежною одухотвореності, є прозаїчність. Прозаїчність природи виявляється у відсутності піднесеної мрії та високих цивільних ідеалів, у прикутості інтересів та потреб до повсякденних дрібниць життя. У такої людини все життя йде у площині звичайних турбот. Якщо він і спостерігається прояв одухотвореності, це лише спалахи, які лише підкреслюють типову йому прозаїчність.

З мрією, як особливим видом уяви, пов'язана така риса особистості, як мрійливість. На відміну від мрій, мрія не відривається від дійсності, проте мрійливість не вважають позитивною рисою особистості. Мрійливість стає позитивною якістю особистості, якщо вона включена в діяльність, є одним із спонукачів її та пов'язана з вольовими якостями людини.

Характерною рисою людини, що виникає з особливостей її уяви, є фантазерство. Для фантазера характерно виникає непомітно йому самого спотворення фактів, він видає бажане за дійсне, будує повітряні замки, сам, вірячи у тому існування.

Онтогенез мови.

Людська мова – лише мала частина комунікативних засобів (цвірінькання, пирхання, шипіння, гарчання). У тварин є складні системи сигналізації. З допомогою сигналом різних модальностей – звуків, рухів, поз, запахів, забарвлення – тварини передають одне одному інформацію про біологічно значимі події, сигнали тривоги, небезпеки, залицяння, свого стану тощо. Найважливіша відмінність мови тварин від людини – відсутність семантичної функції. Його предмети не позначають зовнішніх предметів самих собою, їх абстрактні властивості та відносини завжди пов'язані з конкретними предметами та цілями. Крім того, у мові тваринам немає заперечення, який відіграє важливу роль у житті людей. Тварини не можуть вказувати на конкретний час, у них немає умовного способу. За кожним сигналом закріплено певне значення.

Ще одна важлива відмінність мови тварин від мови людини – генетична

фіксованість, в результаті якої мова тварин стає закритою системою символів з обмеженим набором сигналів. Мова людини – відкрита система, вона не фіксована генетично та безперервно розвивається та змінюється.

Освоєння мови дитиною відбувається спонтанно, без видимих зусиль з боку. Ці особливості становлення мови та мови пов'язані з процесами фізіологічного дозрівання ЦНС та її певною пластичністю у цей період. Нормальне формування систем пов'язані з їх стимуляцією, якщо стимуляція недостатня чи невчасна, то можлива затримка у засвоєнні. Віковий період, протягом якого мова освоюється «без зусиль», називаю «критичним періодом», оскільки за межами дитина стає нездатною до навчання. Народження і 3-11 років та від 2-х років до періоду статевого дозрівання.

Імовірність акценту при засвоєнні 2-ї мови зростає до 12-13 років, до 12 років також вкладається динаміка основних показників становлення мови та мови – усуваються особливості індивідуальної артикуляції, засвоюється правильне вживання антонімів, розуміння двозначних та багатозначних слів, спостерігаються відхилення у мовленні заїкуватість).

Найчастіше діти, повернуті у суспільство пізніше 6-7 років, не здатні повністю розвинути мову.

Мова властива виключно людині не тільки внаслідок наявності у неї інтелекту, а й тому, що в мозку у неї знаходяться два центри мови – зони Брока та Верніке.

Французький дослідник П. Брока (Вгоса) у 1861 р. відкрив у мозку людини центр мови (пізніше названий центром Брока). Цей центр знаходиться в задній частині лобової частки лівої півкулі (у шульг — у правому). Люди, у яких вражений центр Брока, розуміють мову, але насилу можуть організувати слова у фрази.

Другий центр мови знаходиться у скроневій частці лівої півкулі. Він був відкритий німецьким вченим К. Верніке (Wernicke) в 1874 р. У хворих з поразкою центру Верніке значною мірою збережено власну мову, але суттєво утруднено сприйняття чужої мови.

Обидва мовні центри демонструють чітку локалізацію мовних механізмів. Породження та сприйняття мови розведені як два різні механізми, хоча в нормі вони взаємопов'язані. Обидва мовні центри є сусідами з більш загальними зонами діяльності: руховим центром (для центру Брока) і слуховим (для центру Верніке).

Питання для самоконтроля.

1. Виділіть стадії розвитку мислення в онтогенезі.
2. Проаналізуйте та порівняйте види мислення.
3. Розкрийте елементи розумового процесу.
4. Які виділяють операції мисленнєвої діяльності
5. Розкрийте поняття інтелекту та його видів.

6. Уявіть загальну характеристику уяви як психічного процесу

7. Виділіть особливості розвитку мови в онтогенезі.

Тема 6. Особливості дослідження волі та емоцій.

6.1. Воля.

Будь-яка діяльність людини завжди супроводжується конкретними діями, які можуть бути поділені на дві великі групи: довільні та мимовільні. Головна відмінність довільних дій у тому, що вони здійснюються під контролем свідомості і вимагають із боку людини певних зусиль, вкладених у досягнення свідомо поставленої мети.

Воля - це свідоме регулювання людиною своєї поведінки та діяльності, виражене в умінні долати внутрішні та зовнішні труднощі при здійсненні цілеспрямованих дій та вчинків.

Головна функція волі полягає у свідомій регуляції активності в утруднених умовах життєдіяльності. В основі цієї регуляції лежить взаємодія процесів збудження та гальмування нервової системи. Відповідно до цього прийнято виділяти як конкретизацію зазначеної вище загальної функції дві інші — активізуючу та гальмуючу.

Довільні чи вольові дії розвиваються на основі мимовільних рухів та дій. Найпростішими з мимовільних рухів є рефлексорні: звуження і розширення зіниці, миготіння, ковтання, чхання тощо. т. д. Мимовільний характер носять зазвичай і наші виразні рухи: при гніві ми мимоволі стискаємо зуби; при здивуванні піднімаємо брови або прочиняємо рот; коли чомусь радіємо, то починаємо посміхатися тощо.

Поведінка, як і дії, може бути мимовільною або довільною. До мимовільного типу поведінки в основному відносяться імпульсивні дії і несвідомі, не підпорядковані загальній мети реакції, наприклад на шум за вікном, на предмет, здатний задовольнити потребу і т. д. До мимовільної поведінки відносяться і поведінкові реакції людини, що спостерігаються в ситуаціях афекту, коли людина перебуває під впливом неконтрольованого свідомістю емоційного стану.

На противагу мимовільним діям свідомі дії, які більш характерні для поведінки людини, спрямовані на досягнення поставленої мети. Саме свідомість дій характеризує вольову поведінку.

Вольові дії відрізняються одна від одної насамперед рівнем своєї складності. Існують дуже складні вольові дії, які включають цілий ряд більш простих.

Основою ускладнення дій є той факт, що не всяка мета, яка ставиться нами, може бути досягнута одразу. Найчастіше досягнення поставленої мети вимагає виконання низки проміжних дій, що наближають нас до поставленої мети.

Ще однією найважливішою ознакою вольової поведінки є його зв'язок із подоланням перешкод, причому незалежно від того, якого типу ці перешкоди — внутрішні чи зовнішні. Внутрішніми, чи суб'єктивними, перешкодами є спонукання людини, створені задля невиконання даного дії чи виконання протилежних йому дій.

Найважливішою особливістю вольових дій, вкладених у подолання перешкод, є свідомість значення поставленої мети, яку треба боротися, свідомість необхідності досягти її. Вольові дії можуть відрізнятися не тільки за ступенем їх складності, а й за ступенем усвідомленості.

Бувають випадки, коли людина усвідомлює те, що вона робить, але не може пояснити, заради чого вона це робить. Найчастіше це буває тоді, коли людина охоплена якимись сильними почуттями, відчуває емоційне збудження. Подібні дії прийнято називати імпульсивними. Ступінь усвідомлення таких дій сильно знижено. Здійснивши необдумані дії, людина часто кається в тому, що зробив. Але воля якраз у тому і полягає, що людина в змозі утримати себе від необдуманих вчинків при афективних спалахах. Отже, воля пов'язана з розумовою діяльністю та почуттями.

Воля має на увазі наявність цілеспрямованості людини, що вимагає певних розумових процесів. Прояв мислення виявляється у свідомому виборі мети і доборі коштів на її досягнення. Мислення необхідно і під час виконання задуманої дії. Здійснюючи задуману дію, ми стикаємося з багатьма труднощами. Щоб досягти поставленої мети, людина повинна постійно порівнювати цілі дії, умови та засоби її виконання та своєчасно вносити необхідні корективи.

Функції волі

- Вибір мотивів та мети
- Регуляція спонукання до дії при недостатній чи надмірній мотивації
- Організація психічних процесів у адекватну систему дій, які виконує людина
- Мобілізація психічних та фізичних можливостей при подоланні перешкод у досягненні поставленої мети

Види вольових дій:

1. мимовільні дії здійснюються внаслідок виникнення неусвідомлюваних чи недостатньо чітко усвідомлюваних спонукань (потягів, установок тощо. буд.) вони мають імпульсивний характер, позбавлені чіткого плану. Прикладом мимовільних дій можуть бути вчинки людей стані афекту (здивування, страху, захоплення, гніву).

2. довільні дії передбачають усвідомлення мети, попереднє уявлення тих операцій, які можуть забезпечити її досягнення, їхня черговість. Всі дії, що здійснюються свідомо і мають мету, названі так, оскільки вони похідні від волі людини.

Вольові дії бувають 3. прості та 4. складні. До простих вольових дій ставляться ті, у яких людина без вагань йде до наміченої мети, йому ясно, чого і яким шляхом він домагатися, тобто. спонукання до дії переходить у саму дію майже автоматично.

Для складної вольової дії характерні такі етапи: 1) усвідомлення мети та прагнення досягти її; 2) усвідомлення низки можливостей досягнення мети; 3) поява мотивів, які стверджують чи заперечують ці можливості; 4) боротьба мотивів та вибір; 5) прийняття однієї з можливостей як рішення; 6) здійснення ухваленого рішення; 7) подолання зовнішніх перешкод, об'єктивних труднощів самої справи, всіляких перешкод доти, доки прийняте рішення та поставлена мета не будуть досягнуті, реалізовані.

6.2. Емоції

Емоції та почуття – це переживання людиною свого ставлення до того, що він сприймає чи уявляє, про що мислить чи каже, що він робить, чого прагне. Суб'єктивно ці відносини відчуються як приємне (задоволення) чи неприємне (невдоволення).

Джерелами емоцій і почуттів служать об'єктивно існуючі предмети та явища, діяльність, що виконується, зміни, що відбуваються у нашому організмі. У різний час значимість тих самих предметів в людини буває неоднакова. Своєрідність емоцій та почуттів визначається потребами, прагненнями, намірами людини, особливостями її волі, характеру. Зі зміною мотивів змінюється і його ставлення до предмета потреби. У цьому виявляється особистісне ставлення людини насправді.

Поняття «почуття» та «емоції» означають два різні, хоча та взаємопов'язаних, явища емоційної сфери особистості. Емоціями вважають більш просте, безпосереднє переживання на даний момент, пов'язане із задоволенням чи незадоволенням потреб (страх, гнів, радість тощо). Емоції, пов'язані із задоволенням органічних потреб, є й у тварин. Але в людини навіть ці емоції несуть у собі друк у суспільному розвитку. Людина, наприклад, відчуваючи емоцію голоду, не накидається на їжу, як тільки виникає в цьому необхідність, а задовольняє свої потреби з огляду на доречність та наявні можливості. Він нерідко підпорядковує і свідомо обмежує органічні потреби заради вищих, специфічно людських духовних потреб. Виявляючись як безпосередні реакції предмети оточуючої обстановки, емоції пов'язані з початковими враженнями. Так, перше враження від знайомства з новою людиною має суто емоційний характер, є безпосередньою реакцією на якісь зовнішні прояви її потреб.

Почуття – це складніше, ніж емоції, постійне, ставлення людини (почуття патріотизму, колективізму, обов'язку) та відповідальності за доручену справу, совість, сором, любов до праці, гордість). Будучи складною формою відображення, що узагальнює емоційне відображення та поняття, почуття

властиві лише людині. Вони соціально зумовлені. Почуття виражаються в емоціях, але не безперервно, і в даний момент можуть не виражатися в якомусь конкретному переживанні.

Спільним для емоцій та почуттів є функції, які вони виконують у життєдіяльності людини та тварин. Так, дослідженнями на тварин встановлено, що емоції виконують сигнальну та регулятивну функції. Ці функції виконують у людини емоції і почуття. Сигнальна функція емоцій та почуттів пов'язана з тим, що вони супроводжуються виразними рухами: мімічними (рухи м'язів обличчя), пантомімічними (рухи м'язів тіла, жести), змінами голосу, вегетативними змінами (потовиділення, почервоніння або збліднення шкіри). Ці прояви емоцій та почуттів сигналізують іншим людям про те, які емоції та почуття переживає людина.

Регулятивна функція почуттів виражається в тому, що стійкі переживання спрямовують нашу поведінку, підтримують її, змушують долати перешкоди, що зустрічаються на шляху. Регулятивні механізми емоцій знімають надлишок емоційного збудження. Коли емоції досягають крайньої напруги, відбувається їх трансформація в такі процеси, як секреція слізної рідини, скорочення мімічної та дихальної мускулатури. Плач зазвичай триває трохи більше 15 хвилин. Цього часу буває цілком достатньо, щоб розрядити надлишок напруги. Після цього людина відчуває деяке розслаблення, легку оглушеність, отупіння, що сприймається як полегшення.

Слід, однак, пам'ятати, що з життєвим досвідом люди, як правило, набувають певних умінь управляти зовнішніми проявами емоцій. Нерідко під піднятою веселістю маскується збентеження, розгубленість, а за видимим спокоєм ховається невдоволення. Тому для розпізнавання емоцій, які дійсно переживають людина в даний момент необхідно спостерігати за проявами емоцій у різних ситуаціях.

Як будь-яке психологічне явище, емоції та почуття мають якісні характеристики, що відрізняють їх від інших психічних явищ. Тут виділяють такі характеристики: фазність, полярність, вираз ставлення особистості об'єкт її почуттів.

Фазність характеризує емоції та почуття з процесуального боку. Насамперед це проявляється в наростаючій напрузі і його роздільній здатності. Напруга може зростати в залежності від змін у зовнішніх обставинах. Очікування будь-яких подій, у яких людині доведеться діяти рішуче та самостійно, сприяє швидкому наростанню напруги. Залежно від змісту діяльності та обставин, за яких вона відбувається, від індивідуальних особливостей особистості напруга може проживатися як активний стан, що тонізує діяльність, а може виступати в скутості дій, думок, вчинків людини. Після напругою настає дозвіл, пережите людиною як полегшення чи повна знесиленість.

Полярність - це протилежність почуттів, що проживаються. Наприклад, для почуття радості полярним буде смуток, для задоволення – страждання, для кохання – ненависть.

Така якість, як вираження ставлення до об'єкта виявляється у позитивному, негативному чи невизначеному (орієнтованому) переживанні. Якщо потреба задовольняється чи є надія її задоволення, виникає позитивне емоційне переживання. Якщо щось перешкоджає задоволенню потреб чи усвідомлюється неможливість її задоволення, то складається негативне емоційне ставлення до перешкоджаючих чинників. Невизначене (орієнтоване) емоційне переживання виникає у новій, незнайомій ситуації, за відсутності досвіду у відносинах з навколишнім світом чи знайомстві з незнайомими предметами діяльності. Цей стан не є тривалим чи стійким. Воно знімається зміною ситуації, переходячи у позитивну чи негативну емоцію. Залежно від цього, який стан – активний чи пасивний – викликають емоції, підвищують чи зменшують вони життєдіяльність людини, розрізняють стеничні (грецьк. «стенос» – сила) і астенічні (грец. «астенос» – слабкість, безсилля) емоції. Стеничні емоції підвищують активність, енергію та викликають піднесення, збудження та бадьорість. До них відносяться радість, бойове збудження, гнів, ненависть тощо. буд. Індивідуальні відмінності у прояві емоцій значною мірою залежить від вольових якостей людини. Вольова людина завжди прагне опанувати свої емоції, не розслаблятися під їх впливом.

Розрізняють три пари найпростіших емоційних переживань: задоволення - незадоволення, напруга - дозвіл, збудження - заспокоєння.

Емоції задоволення або невдоволення біологічно розвивалися як відображення зв'язку організму із зовнішнім середовищем і встановлення в процесі цього все більш ускладнюється зв'язка вимог, що пред'являються організмом. Задоволення цих вимог відбувається як задоволення, а незадоволення – як незадоволення. В основі найпростіших емоцій задоволення (приємного) чи невдоволення (неприємного) лежать безумовні рефлекси. Більш складні переживання «приємного» і «неприємного» розвиваються у людини за механізмом умовних рефлексів, тобто вже як год.

Інтелектуальні почуття виникають у процесі розумової діяльності та пов'язані з пізнавальними процесами. Це – радість шукання при вирішенні якоїсь проблеми чи тяжке почуття незадоволеності, коли не вдається вирішити її. До інтелектуальних почуттів відносяться також такі: цікавість, допитливість, здивування, впевненість у правильному розв'язанні задачі та сумнів при невдачі, почуття нового.

Естетичні почуття – це почуття краси чи, навпаки, потворного, грубого; почуття величі або, навпаки, ницості, підлості; почуття трагічного та комічного.

Почуття можуть бути кваліфіковані не лише за їх змістом, але й за силою. За силою прагнення об'єкту виділяються пристрасті та захоплення.

Пристрастями називають сильні, стійкі, тривалі почуття, що породжують енергію, спрямовану досягнення єдиної мети чи предмета. Предметом

пристрасті можуть бути різні галузі знання і діяльності, певні речі, особи іншої статі. Основною ознакою пристрастей є їхня дієвість, єдність вольових та емоційних компонентів. Пристрасті завжди спонукають людей до активної діяльності, якою пристрасть задовольняється і основі якої вона розвивається. Пристрасті характеризуються стійкістю, тривалістю часу, протягом якого вони проявляються та володіють людиною. Будучи виразом глибоко вибіркового ставлення особистості до світу, пристрасті можуть бути позитивними та негативними. Пристрасті особистості, яка керується у своєму житті та діяльності інтересами суспільства, – позитивні. Пристрасті, зумовлені егоїстичною установкою особистості, слід як негативні.

Захоплення відрізняється від пристрасті мінливістю і тим, що його органічно пов'язані з основними життєвими установками особистості. Захоплення найчастіше властиві людям імпульсивним, здатним швидко «загорятись» і так само швидко «гаснути». Захоплення може перерости в пристрасть і може існувати поряд з пристрастю, що є у людини, тимчасово навіть конкурувати з нею.

Система почуттів, що формується в процесі життя, і типові емоційні стани становлять емоційну сторону особистості. Серед різноманіття індивідуальних емоційних проявів особливо виділяються емоційні особливості та емоційні властивості особистості.

До емоційних особливостей відносяться емоційна збудливість, емоційна імпульсивність, емоційна стійкість, сила, темп та ритм емоційних реакцій, емоційний тонус.

Емоційні особливості обумовлені типом нервової діяльності. Саме вони в першу чергу виступають у поведінці і помічаються без особливих зусиль. Якщо у відносинах і почуттях людей розібратися нелегко, то емоційні особливості проявляються у поведінці більш менш безпосередньо і тому відносно легко фіксуються. Через спостереження вдається вловити силу, темп і ритм емоційних реакцій. У міру формування навичок культурної поведінки, стриманості та інших вольових властивостей особистості емоційні особливості починають виявлятися дедалі менш безпосередньо. Ступінь вираженості емоційних особливостей дуже варіативна і коливається від легкої емоційної збудливості в одних до емоційної інертності в інших, від яскраво вираженої імпульсивності та афективності до чітко вираженої стриманості. Сила, темп та ритм емоційних реакцій також варіюються та індивідуальні у кожної людини.

Емоційні особливості особистості разом утворюють емоційно-афективну сферу, у якій виражається динамічна сторона емоційних процесів. Ця динамічна сторона емоційних процесів проявляється у характері їх протікання у тому чи іншому зовнішньому, доступному оку «колориті», який виступає як мимовільних виразних рухів: міміки, пантоміміки, жестикуляції та інтонаційно-виразних засобів мовлення.

Динаміка емоційних процесів, її зовнішні прояви, виразні рухи, зокрема, не вичерпують індивідуальних проявів емоційної сфери особистості. Вони в концентрованій формі виступають у емоційних властивостях особистості.

До емоційних властивостей особистості відносяться чуйність, вразливість, а також ті емоційні якості та їхня сукупність, які накладають свій відбиток на багато проявів особистості і навіть на весь її психічний вигляд.

Вразливість є своєрідним проявом особистості. Вразливість – емоційна якість, обумовлена всім складом особистості, і, перш за все, її пізнавальним ставленням до предметного світу та оточуючих людей, її інтелектуальним розвитком.

Під впливом виховання й у процесі життя складаються взаємозалежні та взаємозалежні риси та властивості, що утворюють єдину складну систему, психічний образ людини.

Серед складових та профілюючих сторін психічного вигляду не останнє місце займають емоційні властивості, які можуть бути представлені настільки виразно, що дають підставу говорити про них як про провідних.

Якщо емоційні риси особистості покласти основою характеристики людей, то за цією ознакою виділяються натури емоційні, сентиментальні, пристрасні і, нарешті, холодні.

Емоційні натури збудливі, дуже легко «займисті» під дією подразників. Їх типова рвучкість, імпульсивність, що часто переходить в афект. Переживане захоплює їх, причому вони не так міркують і розмірковують про зміст об'єкта, скільки аналізують свої переживання. Вразливість – не менш характерна якість емоційних натур.

Сентиментальні натури характеризуються схильністю до споглядальності. Світ відбивається як би через призму переживань та емоційних станів, які накладають відбиток не тільки на процес сприйняття, але визначають і характер уявлень людини про навколишніх людей, предмети, події. Сентиментальні натури чутливі і пасивні: їхні почуття не викликають активної діяльності, світ їх переживань хіба що замкнутий у собі і пов'язаний із діяльністю. Наголошується на спрямованості почуттів на самого себе, тобто прагнення милуватися своїми переживаннями.

Пристрасні натури винятково дієві, стрімкі і віддані улюбленій справі, вони живуть багатим і напруженим, емоційно насиченим життям. Вони завжди є предметом пристрасності. Кипуча енергія, витрачання сил без залишку - їх характерна особливість. Це люди великих, глибоких почуттів, що переживають пристрасності.

Є люди, у житті та діяльності яких емоції не мають особливого значення. Їх називають холодними натурами, іноді – "людьми холодного розрахунку". У них почуття, емоційні стани виявляються такою мінімальною мірою, що практично майже не впливають на їхню поведінку, вчинки та дії. Вони живуть аргументами розуму. Їх типові знижена емоційна збудливість, слабка вразливість і те, що називають зазвичай діяльністю.

Ця типологія не вичерпує і не охоплює тих аспектів та варіацій, які накладає емоційна сфера на психічний образ людини. Справді, серед оточуючих нас далеко не всякого можна віднести до тієї чи іншої категорії натур, які були охарактеризовані вище. Але у всіх можна виявити властиве їм своєрідність емоційної сфери. До таких особливостей можуть бути віднесені добродушність (почуття симпатії до людей), альтруїзм, основою якого є любов до людей, що досягає високого ступеня свого розвитку. Така якість особистості, як егоїзм, також емоційно обумовлена. Адже егоїст перш за все любить себе і саме цим почуттям керується у своєму житті та діяльності.

Існує багато видів емоційних станів, що відповідає різноманіттю емоцій. З них найбільше поширення та вплив на перебіг трудового та навчального процесів, на весь стиль життя особистості надають настрої, афекти, напруженість (стрес) та фрустрація.

Настрій - це відносно слабо виражений емоційний стан, який захоплює протягом деякого часу всю особистість і що відбивається на діяльності, поведінці людини. Один настрій може зберігатись тижні, а іноді й місяці. Настрій може бути істеричним і астенічним – радісним і сумним, сердитим та добродушним. Викликається воно різними подіями, обставинами, і навіть фізичним самопочуттям. Причини, що зумовили настрій, людиною усвідомлюються не завжди. Настрій може передаватися від однієї людини до іншої у процесі спілкування.

Афект (лат. – душевне хвилювання, збудження) – протікає бурхливо та стрімко, найбільш сильна емоція вибухової властивості, не підконтрольна свідомості.

У слововжитку є спеціальні відтінки для позначення бурхливих і сильних ступенів вияву емоцій (радість – захоплення, страх – жах, горе – розпач, гнів – лють). Афекти зазвичай супроводжуються руховим перезбудженням, але можуть, навпаки, викликати заціпеніння, загальмованість мови та повну байдужість (розпач).

Викликаються афекти сильними подразниками (словами, поведінкою інших людей, деякими обставинами). Більш схильні до афектів обличчя з неврівноваженим типом нервової системи, з величезним переважанням порушення.

У стані афекту звужується обсяг свідомості – воно спрямоване на обмежене коло предметів, що сприймаються, і уявлень, пов'язаних з переживанням. Фізіологічною особливістю афекту є звільнення підкіркових центрів від стримуючого та регулюючого впливу кори. «Панування» підкірки виявляється в яскравості зовнішніх проявів афекту, що переживається.

У підлітків афекти проявляються зазвичай частіше, ніж у дорослих, оскільки процеси гальмування виражені ще недостатньо. Проте слід наголосити, що стриматися, не втратити влади над собою на першій стадії афекту може кожна людина, у тому числі й підліток. На подальших стадіях

здійснювати вольовий контроль вже набагато складніше. Тому важливо вчасно стримати розвиток афекту.

Напруженість, або стрес, - це психічний стан, викликаний екстремальними для даної особистості умовами і виявляється у скутості рухів та невпевненості при невиконанні нових дій, що загрожують якоюсь небезпекою. За рівнем виразності розрізняють такі рівні напруженості:

1) незначна напруженість, що швидко зникає без особливого впливу на процес навчання;

2) тривало виражена напруженість, що помітно відображається на успішності учня, але усувається спеціальними педагогічними прийомами (про які буде докладно сказано нижче);

3) виражена напруженість, що виникла після будь-якої події;

4) тривала, різко виражена напруженість, практично не зникаюча, незважаючи на вжиті активні заходи, і робить учня непридатним до цього виду продуктивної праці.

Передумови виникнення напруженості в учнів може створити невміле застосування у процесі методів теоретичного та виробничого навчання. Напруженість у учнів може бути зумовлена низкою причин. Основні з них зводяться до наступним: погане засвоєння учнями викладеного матеріалу, необ'єктивна оцінка їх знань і грубе звернення до них з боку педагога, а також індивідуально-психологічні особливості особистості самих учнів (підвищена емоційна збудливість та вразливість, погане самовладання).

Усунути напруженість можна, виявивши конкретні причини, що її зумовили, а це передбачає насамперед індивідуальний підхід та всебічний аналіз діяльності учня. Поведінка в стресовій обстановці (аварійна ситуація, раптова зміна в умовах діяльності тощо) – вміння швидко оцінювати обстановку, приймати правильні рішення, чітко їх виконувати – залежить багато в чому від досвіду поведінки в аналогічній ситуації. Фрустрація – це психологічний стан дезорганізації свідомості та діяльності особистості, викликане об'єктивно непереборними та не виправдовуваними (або суб'єктивно такими, що розуміються і переживаються) перешкодами на шляху до дуже бажаної мети. Це внутрішній конфлікт між спрямованістю особистості та об'єктивними можливостями, з якими особа не згодна. Фрустрація проявляється тоді, коли ступінь незадоволення вищий за те, що людина може винести, тобто вище за поріг фрустрації.

Поріг фрустрації визначається як темпераментом і ступенем емоційної збудливості даної людини, а й наявністю в нього віддаленої, домінуючої мети діяльності, що допомагає спокійно реагувати на незначні неї, хоч і значні для повсякденних цілей, перешкоди. У стані фрустрації людина зазнає особливо сильного нервово-психічного потрясіння. Воно розкривається як крайня досада, озлобленість, пригніченість, повна байдужість до оточення, необмежене самобичування. Особливості прояву фрустрації залежить від можливої розрядки зовнішньої напруги. Якщо надмірна напруга не може завершитись

розрядкою, то фрустрація настає в інших неадекватних умовах. Так, роздратованість, досада, озлоблення можуть розрядитися на зовсім невинних людях, друзях, учнів, товаришах, членах сім'ї. Агресивні реакції слабшають, якщо відразу після фрустрації створюються умови для виконання якоїсь цікавої справи. У виховній роботі це головний спосіб боротьби з агресивними реакціями.

Питання для самоконтроля.

1. Уявіть психологічну характеристику волі.
2. Виділіть етапи вольового акту.
3. Проаналізуйте відмінності між емоціями людини та тварин.
4. Розкрийте функції емоцій.
5. Уявіть загальну класифікацію емоцій та почуттів.

Тема 7. Дослідження особливостей темпераменту та характеру.

7.1. Темперамент

Темпераментом називають сукупність властивостей, що характеризують динамічні особливості перебігу психічних процесів та поведінки людини, їх силу, швидкість, виникнення, припинення та зміну.

Темперамент – біологічний фундамент, у якому формується особистість як біологічна істота. Він відбиває переважно динамічні аспекти поведінки, переважно вродженого характеру.

Людина здавна робила спроби виділити й усвідомити типові особливості психічного складу різних людей, намагаючись звести їх різноманіття до малого числа узагальнених портретів. Справді, вдивляючись у оточуючих нас людей, ми іноді помічаємо схожість у стилі їх поведінки, у способах вираження почуттів, у гнучкості та рухливості мислення. Узагальнені портрети, побудовані з тих чи інших підставах, з давнину називали типами темпераменту. Такі типології були практично корисними, оскільки з допомогою можна було передбачати поведінку людей із певним темпераментом у конкретних життєвих ситуаціях.

Перш ніж перейти до розгляду різних видів та особливостей темпераменту, відразу обмовимося, що немає кращих чи гірших темпераментів – кожен з них має свої позитивні сторони, тому головні зусилля мають бути спрямовані не на його виправлення (що неможливо внаслідок вродженості темпераменту), а на розумне використання у конкретній діяльності його переваг та нівелювання негативних граней.

Індивідуальні особливості поведінки людини обумовлені властивостями нервових процесів збудження та гальмування. Цими властивостями є: сила – здатність нервової системи витримувати сильні подразники; врівноваженість,

що характеризується співвідношенням процесу збудження та гальмування; рухливість, що показує швидкість зміни процесів збудження та гальмування. Перелічені властивості нервової системи визначають типи темпераментів.

Сангвінік (нервова система сильна, врівноважена, рухлива) – це людина швидка, що легко пристосовується до мінливих умов життя. Його характеризує висока опірність труднощам життя. Він надзвичайно рухливий, товариська людина, легко сходиться з новими людьми, і тому в нього широке коло знайомств, хоча він і не відрізняється сталістю у спілкуванні і досить часто змінює прихильності. Він продуктивний діяч, але тільки тоді, коли багато справ, тобто при постійному збудженні, інакше він стає нудним і млявим.

Холерик (нервова система сильна, неврівноважена) – це людина, нервова система якої визначається переважанням збудження над гальмуванням. Він відрізняється великою життєвою енергією, але не вистачає самовладання, тому він запальний і нестриманий. Така людина приступає до справи з повною віддачею, з усією пристрастю захоплено, але сил йому вистачає ненадовго. І тільки-но вони виснажуються, у нього з'являється «слинявий настрій». Неврівноваженість його нервової системи зумовлює циклічність у зміні його активності та бадьорості. Захопившись якоюсь справою, він надто налягає на свої сили і врешті-решт виснажується більше, ніж слід, допрацьовується до того, що все йому не в силі. *Холерику* важко дається діяльність, що вимагає плавних рухів, спокійного, повільного темпу, він неминуче виявлятиме нетерпіння, різкість рухів, рвучкість і т. д. У спілкуванні він запальний, неприборканий, нетерплячий, нестриманий, крикливий.

Флегматик (нервова система сильна, врівноважена, інертна) – це людина, яка реагує спокійно та повільно, не схильна до зміни свого оточення. Добре пручається сильним і тривалим подразникам. Завдяки врівноваженості процесів подразнення і гальмування флегматик спокійний, завжди рівний, наполегливий і завзятий трудівник, що відрізняється терплячістю, витримкою, самовладанням. Він одноманітний і невиразний у міміці та інтонації, навіть про свої почуття говорить недостатньо емоційно, і це ускладнює спілкування з ним. Флегматик повільно, важко звикає до нових людей, невдовзі починає спілкуватися з ними — ставити питання, вступати в бесіду. Йому властива уповільненість реакцій у спілкуванні, коло спілкування його менш широке, ніж у сангвініка. Флегматик відрізняється сталістю спілкування з одними і тими ж людьми, навіть якщо він посвариться з ними, навіть якщо вони його скривдять. І за серйозних неприємностей флегматик залишається зовні спокійним. Однак не слід думати, що він такий уже всепрощаючий, абсолютно безпечний у спілкуванні. У несприятливій йому обстановці він довго вбирає в себе, поглинає, накопичує енергію невдоволень і коли вона досягає певної межі, критичної величини, неминучий сильний «розряд», нерідко вельми несподіваний для його співрозмовника, насправді, здавалося б, незначному приводу.

Меланхолік (слабка нервова система) – це людина, яка погано чинить опір впливу сильних стимулів, тому вона часто пасивна і загальмована. Вплив сильних стимулів на нього може призвести до порушень поведінки. У нього нерідко відзначається боязкість і неспокій у поведінці, тривожність, слабка витривалість.

Незначний привід може викликати в нього образи, сльози. Він дуже схильний віддаватися переживанням, невпевнений у собі, боязкий, найменша труднощі змушує його опускати руки. Він неенергійний, ненаполегливий, нетовариський. Його лякають нова обстановка, нові люди - він губиться, бентежить і тому боїться контактів з іншими людьми, йде в себе, замикається, усамітнюється. Подібно до равлика, він постійно ховається у свою «раковину».

Останніми роками психологи схиляються до уявлення, що з класифікації темпераменту треба враховувати й індивідуальну схильність реагувати ситуацію переважно однієї з вроджених емоцій. Як показали дослідження, людина із слабким типом нервової системи (меланхолік) особливо схильна до реакції страху; із сильним (холерик) – до гніву і люті, сангвінік – до позитивних емоцій, а флегматик взагалі не схильний до бурхливого емоційного реагування, хоча потенційно він, подібно до сангвініка, тяжіє до позитивних емоцій. Виходячи зі схильності до емоційного реагування, наведемо ще одну характеристику основних типів темпераменту.

Сангвінік. Людина з підвищеною реактивністю, при цьому активність та реактивність у нього врівноважені. Він жваво і з великим збудженням відгукується на все, що привернула його увагу. Має живу міміку та виразні рухи. З незначного приводу він голосно регоче, а несуттєвий факт може сильно розсердити його. За його обличчям легко вгадати, яким є його настрій, ставлення до предмета чи людини.

Має високий поріг чутливості. Тому він не помічає дуже слабких звуків та світлових подразників. Має підвищену активність. Це людина дуже енергійна і працездатна, вона активно береться за нову справу і може довго працювати, не втомлюючись. Здатний швидко зосередити свою увагу, дисциплінований. Його можна навчити стримувати прояви своїх почуттів та мимовільні реакції. Йому притаманні швидкі рухи, гнучкість розуму, винахідливість, швидкий темп мовлення, швидке включення до нової роботи. Висока пластичність проявляється у зміні почуттів, настроїв, інтересів та прагнень. Сангвінік легко сходиться з новими людьми, швидко звикає до нових вимог та обстановки. Без зусиль не тільки перемикається з однієї роботи на іншу, але й переучується, опановуючи нові навички. Як правило, він

більшою мірою відгукується зовнішні враження, ніж суб'єктивні образи і ставлення до минуле і майбутнє, екстраверт.

Холерік. Як і сангвінік, відрізняється малою чутливістю, високою реактивністю. Але у холерика реактивність явно переважає над активністю, тому він неприборканий, нестриманий, нетерплячий, запальний. Він менш пластичний і більш інертний, ніж сангвінік. Звідси – велика стійкість прагнень

та інтересів, велика наполегливість, можливі труднощі у перемиканні уваги, він скоріше екстраверт.

Флегматик. Це людина з високою активністю, яка значно переважає малу реактивність. Він має малу чутливість і емоційність, його важко розсмішити або засмутити. Коли навколо голосно сміються, він може залишатися незворушним. За великих неприємностей залишається спокійним. Зазвичай у нього бідна міміка, рухи невиразні, повільний темп рухів та мови. Він не винахідливий, насилу перемикає увагу, пристосовується до нової обстановки та перебудовує навички та звички. При цьому він енергійний та працездатний. Вирізняється терплячістю, витримкою, самовладанням. Як правило, він важко сходиться з новими людьми, слабо відгукується зовнішні враження, інтроверт.

Меланхолік. Це людина з високою чутливістю та малою реактивністю. Підвищена чутливість при великій інертності призводить до того, що незначний привід може спричинити сльози, він надмірно уразливий, болісно чутливий. Міміка та рухи його невиразні, голос тихий, рухи бідні. Зазвичай він невпевнений у собі, боязкий. Найменша складність змушує його опускати руки. Меланхолік неенергійний, ненаполегливий, легко втомлюється та мало працездатний. Йому притаманне легко відволікається і нестійка увага та уповільнений темп усіх психічних процесів. Серед меланхоліків більшість – інтроверти.

З огляду на властивості темпераменту конкретної людини, можна з певною ймовірністю передбачити особливості його реагування у заданій ситуації. Темперамент накладає свій відбиток на способи спілкування, визначаючи, зокрема, більшу чи меншу активність у налагодженні контактів. Сангвінік швидко встановлює соціальний контакт. Він майже завжди ініціатор у спілкуванні, негайно відгукується на бажання поспілкуватися з боку іншої людини, але її стосунки до людей можуть бути мінливі та непостійні. Він відчувається в компанії незнайомих людей, як риба у воді та нова, незвичайна обстановка його тільки збуджує. Флегматик не такий: соціальні контакти він встановлює повільно, свої почуття виявляє мало і довго не помічає, що хтось шукає приводу познайомитися з ним, зате стійкий і постійний у своєму ставленні до людини, тому любить перебувати у вузькому колі старих знайомих, у звичній обстановці. Він схильний і любовні стосунки починати з дружби і, зрештою, закохується, але без блискавичних метаморфоз, оскільки у нього сповільнений ритм почуттів. Його септична натура зазвичай вимагає великої кількості доказів дружніх почуттів та аргументів на користь взаємності. У холериків та сангвініків, навпаки, кохання дебютує частіше з вибуху, з першого погляду, оскільки це активні та легко збудливі люди.

Вроджені особливості темпераменту проявляються у людини у таких психічних процесах, які залежать від виховання, від соціального середовища та від здатності керувати своїми реакціями. Тому конкретна реакція на ситуацію може визначатися як впливом характерних відмінностей нервової системи, так і наслідком навчання та професійного досвіду. Наприклад, висока швидкість

реакції у досвідченого водія, льотчика, боксера або фехтувальника - не обов'язково природна властивість їх нервової системи, вона може бути досягнута і в результаті тренування та навчання. Але при цьому межі можливого розвитку: швидкість реакції визначена вродженими властивостями нервової системи.

Експериментально доведено, що сангвініки та холерики виявляють меншу опірність та знижену продуктивність у ситуаціях, коли умови та способи діяльності суворо регламентовані та не допускають включення індивідуальних прийомів. Регламентація призводить їх до швидкої втоми, і тому вони вважають за краще виконувати дії, які можна довільно перервати, а також прагнуть чергування неоднорідних дій. Зміна способів або типу роботи, створюючи оптимальні умови для функціонування їх нервової системи, оберігаючи її від навантаження, дозволяє цим людям тривалий час працювати ефективно без перерви і з малим числом помилок. Флегматики та меланхоліки, навпаки, в умовах суворої регламентації виявляють більшу опірність та продуктивність, ніж холерики та сангвініки. Звідси зрозуміло, що робочі інструкції бажано формулювати людей із різним темпераментом по-різному. Для одних краще інструкції докладні, детальні, для інших – узагальнені та містять мінімальну кількість допоміжних вказівок.

Для оптимізації навчання корисно контролювати діяльність холерика якнайчастіше, у роботі з ним неприпустимі різкість, нестриманість, тому що вони можуть викликати негативну реакцію у відповідь.

Водночас будь-який вчинок його має бути вимогливо та справедливо засуджений. По відношенню до нього негативну оцінку допустимо застосовувати в дуже енергійній формі і настільки часто, наскільки це потрібно для покращення результатів роботи або навчання. Перед сангвініком слід безперервно ставити нові, по можливості, цікаві завдання, які вимагали від нього зосередженості і напруги, необхідно постійно включати його в активну діяльність і систематично заохочувати його зусилля.

Флегматика потрібно залучити в активну діяльність і зацікавити. Він потребує систематичної уваги. Його не можна швидко перемикаєти з одного завдання на інше. Щодо меланхоліку неприпустимі не лише різкість, грубість, а й просто підвищений тон, іронія. Про провину, зроблену меланхоліком, краще поговорити з ним наодинці. До нього потрібно виявляти особливу увагу, вчасно похвалити за виявлені успіхи, рішучість та волю.

Негативну оцінку слід використовувати якомога обережніше, всіляко пом'якшуючи її негативну дію. Для деяких осіб ситуація іспиту може виявитися стресовою. Так, при відповіді на іспиті флегматик реагує на питання уповільнено, і може виникнути враження, що він не знає матеріалу, і щоб не вивести його з рівноваги, потрібне особливе терпіння. Надмірна поспішність сангвініка або невиправдана рвучкість холерика в цій ситуації можуть призводити їх до недостатньо обдуманих відповідей. Тут бажано багаторазово уточнювати, що саме вони хотіли сказати.

Меланхолік – найчутливіший та вразливий тип. З ним треба бути гранично м'яким та доброзичливим.

Таким чином, від темпераменту залежить, як людина реалізує свої дії, проте змістовна сторона цих дій від нього не залежить. Темперамент проявляється в особливостях психічних процесів, він впливає на швидкість спогади і міцність запам'ятовування, побіжність розумових операцій, стійкість і переключення уваги.

7.2. Характер

Характером називається сукупність набутих індивідуально-психологічних стійких властивостей особистості, що виявляються у поведінці особистості та відносинах її до дійсності. Одна людина прилежна у навчанні, інша лінива; один уважний до оточуючих, інший дбає лише про себе; один перебільшеного думки про себе, інший скромний і сором'язливий. Працьовитість, лінощі, сумлінність, доброта, егоїзм і т. д. - все це різні риси характеру. Сукупність їх становить характер.

Характер - це завжди індивідуально-своєрідне поєднання рис. Нема двох людей з однаковим характером. Труднощі, які зазнають викладачі, прагнучи вивчити характер учнів, обумовлені саме неповторністю кожного характеру.

Якщо певні форми поведінки не випадкові для даної людини, а просто і стійко проявляються у певних, типових обставинах, значить вони характерологічні. Тому, знаючи характер, можна передбачити поведінку людини у певній ситуації. Якщо одній людині властива мужність, а іншій - боягузтво, можна очікувати цілком певну поведінку від того й іншого при зіткненні з небезпекою.

Характер людини визначається системою її відносин до навколишньої дійсності та способами реалізації цих відносин. Тому показниками характеру людини є спосіб її життя, її реальне ставлення до моральних норм, до людей, до природи, до речей і т. д. Світогляд та переконання особистості складає стрижень характеру. Люди без твердих переконань будь-коли можуть мати твердого характеру. Характер людини завжди набуває з боку суспільства моральної оцінки. Сутність його можна нерідко визначити одним словом, що виражає моральну подобу особистості («егоїст», «колективіст», «принциповий», «цілеспрямований», «добрий»).

Характер формується у процесі життєдіяльності людини. Життя карбує людські особливості, створює систему тих відносин, які визначають характер. Цей процес протікає зазвичай застосовно для самої людини та оточуючих її осіб, що наводить на думку про вродженість рис характеру. Проте людина не народжується лінивою, працьовитою, ініціативною, принциповою, незалежною і т. д., а стає таким чи іншим у процесі свого життя та діяльності.

Хоча характер не природжений, ряд природних особливостей організації людини впливає його прояви і формування. Найбільше значення у цьому сенсі

має поєднання сили, врівноваженості та рухливості нервових процесів, тобто загальний тип вищої нервової діяльності як природна основа темпераменту. Властивості нервової системи можуть сприяти чи перешкоджати формуванню певних рис характеру. Так, за несприятливих умов боягузом швидше може стати меланхолік, ніж сангвінік, а при сприятливих - сміливість швидше розвинеться у сангвініка, ніж у меланхоліку. За відповідного індивідуального підходу у методиці виховання і в того, і в іншого можливе формування сміливості.

Таким чином, природні властивості нервової системи певною мірою позначаються на формуванні та прояві характеру. Але характер може впливати на прояви типологічних особливостей нервової системи. Витримка та самовладання, наприклад, можуть гальмувати природну схильність до вибухових реакцій людини з холеричним темпераментом, а ініціативність та самостійність – маскувати ригідність флегматика.

Інакше висловлюючись, у характері виявляється єдність уродженого та набутого. І. П. Павлов розглядав характер як «сплав» вроджених та набутих форм і виховання у формуванні характеру, тобто обумовленість його відносинами, що склалися під впливом суспільно-історичних умов життя та діяльності людей.

Як зазначалося, окремі властивості характеру залежить друг від друга, пов'язані друг з одним і утворюють цілісну організацію, яку називають структурою характеру. У структурі темпераменту виділяють дві групи характеристик. Під рисою характеру розуміють ті чи інші особливості особистості людини, які систематично проявляються у різних видах її діяльності і за якими можна судити про його можливі вчинки у певних умовах. До першої групи рис відносяться риси, що виражають спрямованість особистості (стійкі потреби, установки, інтереси, схильності, ідеали, цілі), систему відносин до навколишньої дійсності та являють собою індивідуально-своєрідні способи здійснення цих відносин. До другої групи належать інтелектуальні, вольові та емоційні риси характеру. Говорячи про інтелектуальні риси характеру, насамперед мають на увазі сформовані якості розуму: чи є людина представником теоретичного або практичного складу розуму, чи має гнучкий розум, що дозволяє швидко орієнтуватися в умовах, що змінюються, або, навпаки, йому властиві відсталість і інертність; глибоко людина аналізує явища чи поверхово підходить до питання; чи виявляє критичність і самостійність під час вирішення завдань тощо.

Коли говорять про емоційні риси характеру, то мають на увазі показник збудливості, пристрасне або холодно-розсудливе ставлення до явищ дійсності, що людина любить і що ненавидить, до чого байдужий, переважають настрої і т.д.

Вольові риси характеру визначають вміння та готовність свідомо регулювати свою діяльність, пов'язану з визначенням труднощів, та спрямовувати поведінку відповідно до певних принципів та завданнями. У

вольовому боці характеру розрізняють риси активності або енергії (рішучість, сміливість, ініціативність та протилежні їм – нерішучість, боягузливість, безініціативність чи інертність), риси організованості (витримка чи стриманість, цілеспрямованість, самоконтроль, впевненість у собі), риси стійкості характеру (витривалість, терплячість, наполегливість як нецілеспрямована наполегливість).

Структура характеру визначається як взаємозв'язком окремих властивостей, а й такими властивостями, властивими характеру як целому. До таких структурних властивостей відносяться: ступінь глибини, цілісність, ступінь стійкості або мінливості, активність і сила характеру.

Ступінь глибини як якість структури темпераменту відбиває зв'язок характеристик характеру зі стрижневими відносинами особистості.

Більш глибокими властивостями характеру є ті, що визначаються центральними відносинами особистості, і тому вони пов'язані із дуже широкою системою інших властивостей.

Цілісність характеру означає його внутрішню єдність, відсутність у характері суперечливих рис, відповідність між спрямованістю та діяльністю, свідомістю та вчинками людини.

Під рівнем домагань розуміється характеристика особистості, яка визначається мірою проблеми цілей і завдань, які особистість вибирає і ставить собі у тій чи іншій діяльності.

Ступінь стійкості чи мінливості характеру дозволяє судити про його визначеність. Про стійкому характері говорять тоді, коли поведінка людини у всіх випадках відповідає сформованим у нього переконанням, морально-політичним уявленням і поняттям основної спрямованості, що становить сенс життя та діяльності цієї людини.

Активність характеру проявляється як стала потреба людини бути у діяльному стані.

Сила характеру виявляється у тому, з якою енергією людина переслідує поставлені собі мети, у послідовності дій і завзятості, у свідомому відстоюванні поглядів та прийнятих рішень.

Системи взаємопов'язаних психічних властивостей називають симптомокомплексами. Взаємопов'язані один з одним такі властивості характеру, які обумовлені одним і тим самим ставленням особистості до певної сторони дійсності. У системі відносин особистості виділяють чотири групи рис характеру, що утворюють симптомокомплекси:

1) ставлення людини до інших людей, до колективу, до суспільства (товариськість, чуйність і чуйність, повага до інших людей, колективізм та протилежні риси – замкнутість, черствість, бездушність, грубість, зневага до людей, індивідуалізм);

2) риси, що показують ставлення людини до праці, до своєї справи (працелюбність, схильність до творчості, сумлінність у роботі, відповідальне ставлення до справи, ініціативність, наполегливість та протилежні їм риси –

лінь, схильність до рутинної роботи, несумлінність у роботі, безвідповідальне ставлення до справи, пасивність);

3) риси, що показують, як людина ставиться до самої себе (почуття власної гідності, правильно розуміється гордість і пов'язана з нею самокритичність, скромність і протилежні їй риси: зарозумілість, що іноді переходить в нахабство, марнославство, зарозумілість, уразливість, сором'язливість, егоцентризм розглядати у центрі подій себе та свої переживання, егоїзм – схильність піклуватися переважно про своє особисте благо);

4) риси, що характеризують ставлення людини до речей (акуратність чи неохайність, дбайливе чи недбале поводження з речами).

Разом з тим необхідно зазначити, що коли кількісна вираженість тієї чи іншої риси характеру досягає граничних величин і виявляється в межах норм, виникає так звана акцентуація характеру. Акцентуація характеру – це крайні варіанти норми як наслідок посилення окремих характеристик. Акцентуація характеру за дуже несприятливих обставин може призвести до патологічних порушень та змін поведінки особистості, до психопатії, але ототожнювати її з патологією неправомірно.

Класифікація типів акцентуації характеру становить значну складність і не збігається за номенклатурою найменувань у різних авторів (П. Ганушкін, Е. Кречмер, К. Леонгард, А. Лічко, Т. Рібо та ін.). Однак описи акцентуованих рис значною мірою виявляються ідентичними.

Найбільш відомою є класифікація, яка запропонована К. Леонгардом та модифікована для підлітків А. Лічко. Особливу увагу він привертає до підліткового віку, що є періодом становлення характеру.

У цьому віці формується більшість характерологічних типів, через різні типологічні варіанти норми (акцентуації характеру) виступають найбільш яскраво, оскільки риси характеру підлітка ще не згладжені і не скомпенсовані життєвим досвідом.

Класифікація акцентуацій характерів у підлітків, яку пропонує А. Лічко, має такий вигляд:

1. Гіпертимний тип. Підлітки цього відрізняються рухливістю, товариськістю, схильністю до бешкетування. У події, що відбуваються навколо, вони завжди вносять багато шуму, люблять неспокійні компанії однолітків. При добрих загальних здібностях вони виявляють непосидючість, недостатню дисциплінованість, навчаються нерівно. У них нерідко виникають конфлікти з дорослими, батьками та педагогами. Такі підлітки мають багато різноманітних захоплень, але ці захоплення є поверхневими і швидко минають.

2. Циклоїдний тип. Він характеризується підвищеною дратівливістю і схильністю до апатій. Підлітки цього типу вважають за краще знаходитися вдома одні. Вони важко переживають навіть незначні неприємності, на зауваження реагують дуже дратівливо. Настрій у них періодично змінюється

від піднесеного до пригніченого (звідси назва цього типу) з періодами приблизно два-три тижні.

3. Лабільний тип. Цей тип вкрай мінливий у настрої, причому він часто непередбачуваний. Приводи для несподіваної зміни настрою можуть бути найменшими, наприклад, кимось випадково упущене слово, чийсь непривітний погляд. Усі вони «здатні поринути у зневіру і похмуре настрій за відсутності якихось серйозних неприємностей і невдач». Від миттєвого настрою цих підлітків залежить багато в їх психології та поведінці. Відповідно до цього настрою сьогодення та майбутнє для них може розцвічуватися то райдужними, то похмурими фарбами. Вони добре розуміють та відчувають ставлення до них оточуючих людей.

4. Астеноневротичний тип. Цей тип характеризується підвищеною недовірливістю і примхливістю, стомлюваністю та дратівливістю. Особливо часто стомлюваність та дратівливість виявляються при виконанні важкої розумової роботи.

5. Сензитивний тип. Йому властива підвищена чутливість до всього: до того, що тішить, і до того, що засмучує чи лякає. Ці підлітки не люблять великих компаній, занадто азартних, рухливих та пустотливих ігор. Вони зазвичай сором'язливі і боязкі, відкриті і товариські бувають тільки з тими, хто їм добре знайомий. Вони відрізняються послухом і виявляють велику прихильність до батьків. У цих підлітків досить рано формується почуття обов'язку, виявляються високі моральні вимоги до себе та оточуючих людей. Недоліки у своїх здібностях компенсують вибором складних видів діяльності за підвищеної старанності.

6. Психіастенічний тип. Ці підлітки характеризуються раннім інтелектуальним розвитком, схильністю до роздумів та міркувань, до самоаналізу та оцінок поведінки інших людей. Такі підлітки, однак, нерідко бувають сильнішими на словах, ніж насправді. Самовпевненість у них поєднується з нерішучістю, а безапеляційність – з поспішністю дій, що робляться саме в ті моменти, коли потрібна обережність та обачність.

7. Шизоїдний тип. Його найістотнішою рисою є замкнутість. Ці підлітки не дуже тягнуться до однолітків, вважають за краще одні, перебувати в компанії дорослих. Такі підлітки часто зовні демонструють байдужість до інших людей, відсутність до них інтересу. Вони погано розуміють стан інших людей, їх переживання, не вміють співчувати. Їхній внутрішній світ часто наповнений різними фантазіями, особливими захопленнями. У зовнішньому прояві своїх почуттів вони досить стримані, який завжди зрозумілі оточуючих, передусім своїх однолітків, які, зазвичай, не дуже люблять.

8. Епілептоїдний тип. Ці підлітки часто плачуть, виводять оточуючих, особливо у ранньому дитинстві. Їх типові риси – жорстокість, себелюбство та владність. У групі дітей, якими вони управляють, такі підлітки встановлюють свої жорсткі, майже терористичні порядки, причому їхня особиста влада в таких групах тримається в основному на добровільній покірності інших дітей

або на страху. В умовах жорсткого дисциплінарного режиму вони почуваються нерідко на висоті, вміють догодити начальству, домогтися певних переваг.

9. Істероїдний тип. Головна риса цього – егоцентризм, жага постійної уваги до своєї особи. У підлітків цього типу виражена схильність до театральності, позерства, малювання. Такі люди важко виносять, коли в їхній присутності хтось хвалить їхнього товариша, коли іншим приділяють більшу увагу, ніж їм самим. Бажання привертати себе погляди, слухати захоплення і похвали стає їм нагальною потребою. Разом з тим, будучи нездатними виступити як справжні лідери та організатори справи, здобути собі авторитет, вони часто й швидко зазнають фіаско.

10. Нестійкий тип. Його іноді невірно характеризують як слабовільний, що пливе за течією. Підлітки даного типу виявляють підвищену схильність і потяг до розваг, причому без розбору, а також до неробства і до ледарства. У них відсутні якісь серйозні, зокрема професійні інтереси, вони майже зовсім не думають про своє майбутнє.

11. Конформний тип. Цей тип демонструє бездумне, некритичне, а часто кон'юнктурне підпорядкування будь-яким авторитетам, більшості у групі. Такі підлітки зазвичай схильні до моралізації і консерватизму, які головне життєве кредо – «бути, як все». Це тип пристосуванця, який заради своїх власних інтересів готовий зрадити товариша, залишити його у скрутну хвилину, але, хоч би що він зробив, він завжди знайде «моральне» виправдання своєму вчинку, причому нерідко не одне.

Питання для самоконтроля.

1. Розкрийте психобіологічну основу поняття темпераменту.
2. Подайте характеристику основних видів темпераменту.
3. Зіставте типології темпераменту за Е. Кречмером, У. Г. Шелдону та І.П. Павлову.
4. Проаналізуйте поняття характеру як психологічної якості.
5. Проаналізуйте соціальну значимість типології Е. Фромма.
6. Порівняйте поняття чорт та акцентуацій характеру.
7. Розкрийте чинники, які впливають формування характеру.

Тема 8. Здібності як психологічні властивості

Здібності - це індивідуально-психологічні особливості людини, що відповідають вимогам даної діяльності і є умовою успішного її виконання.

Звернімо увагу на найважливіші сторони цього визначення.

По-перше, *здібності* – це індивідуальні особливості, тобто те, що відрізняє одну людину від іншої. По-друге, це не просто особливості, а психологічні особливості. Тому довгі, гнучкі пальці (особливості піаніста) або високе зростання (особливості баскетболіста) не є здібностями, хоча й

допомагають досягти успіху у відповідній діяльності. І, нарешті, здібності – це всякі індивідуально-психологічні особливості, лише ті, які відповідають вимогам певної діяльності.

До здібностей відносяться, наприклад, музичний слух і почуття ритму, необхідні успішного заняття музикою; конструктивне уяву, необхідне виконання діяльності конструктора, інженера.

Поряд з індивідуальними особливостями психічних процесів (відчуттів та сприйняття, пам'яті, мислення, уяви) здібностями є і складніші психологічні особливості. Це – більш складні індивідуально-психологічні особливості, які формуються на базі тих чи інших особливостей особистості і включають емоційно-вольові моменти, елементи ставлення до діяльності та деякі особливості психічних процесів, але не зводяться до будь-яких приватних психічних проявів (такі, наприклад, педагогічний такт, математична спрямованість розуму чи естетична позиція у сфері літературної творчості). Що дає підстави говорити про наявність у людини здібностей до якоїсь діяльності? Підставою служать два показники: швидкість оволодіння діяльністю та якість досягнень. Людину вважають здатною, якщо вона, по-перше, швидко і успішно опановує якусь діяльність, легко, порівняно з іншими людьми, набуває відповідних умінь і навичок і, по-друге, досягає досягнень, що значно перевершують середній рівень.

Кожна діяльність (педагогічна, музична, конструктивна, математична, літературна і т. д.) пред'являє людині певні вимоги до її психічних процесів, роботи аналізаторів, швидкості реакцій, властивостей особистості. Одні люди можуть мати відповідні якості, в інших вони можуть бути слабо розвинені.

Будь-яка діяльність вимагає від людини не однієї здібності, а низки взаємопов'язаних здібностей. Так, літературні здібності включають в собі, окрім вже згаданої естетичної позиції, вразливість, спостережливість, образну пам'ять, творчу уяву, здатність до точної та виразної мови.

Недолік, слабкий розвиток якоїсь однієї приватної здатності можуть бути компенсовані (відшкодовані) за рахунок посиленого розвитку інших. Це властивість компенсації здібностей дає досить широкі змоги оволодіння різними видами діяльності, вибору професії. Відсутність окремої приватної здатності можна компенсувати також наполегливістю, наполегливістю, напругою сил.

Здібності формуються, а отже, і виявляються тільки у процесі відповідної діяльності. Не спостерігаючи людину у діяльності, не можна судити про наявність чи відсутність у нього здібностей.

Людина не народжується здатною до тієї чи іншої діяльності, її здібності формуються, складаються, розвиваються у правильно організованій відповідній діяльності протягом її життя під впливом навчання та виховання. Інакше кажучи, здібності – прижиттєве, а чи не вроджене освіту.

У діяльності, спрямованій задоволення потреб, історично створювалися і розвивалися здібності людей. У ході історичного розвитку людського суспільства

виникали нові потреби, люди створювали нові сфери діяльності, тим самим стимулюючи розвиток нових здібностей.

Слід підкреслити тісний та нерозривний зв'язок здібностей зі знаннями, вміннями та навичками. З одного боку, здібності залежить від знань, умінь, навичок – у процесі набуття знань, умінь, навичок розвиваються здібності. З іншого боку, знання, вміння та навички залежать від здібностей. Здібності дозволяють швидше, легше, міцніше і глибше оволодіти відповідними знаннями, вміннями та навичками.

Відому роль розвитку здібностей грають біологічні чинники, є передумовами розвитку здібностей. Такі природні причини розвитку здібностей називають задатками.

Задатки – деякі вроджені анатомо-фізіологічні особливості мозку, нервової системи, аналізаторів, які зумовлюють природні індивідуальні різницю між людьми. Задатки впливають на процес формування та розвитку здібностей. За всіх інших рівних умов наявність сприятливих для цієї діяльності задатків сприяє успішному формуванню здібностей, полегшує їх розвиток.

До задатків належать деякі вроджені особливості зорового та слухового аналізаторів. Як задатки виступають також типологічні властивості нервової системи, від яких залежить швидкість утворення тимчасових зв'язків, їх міцність, сила зосередженої уваги, витривалість нервової системи, розумова працездатність.

В даний час встановлено, що поряд з тим, що типологічні властивості (сила, врівноваженість і рухливість нервових процесів) характеризують нервову систему в цілому, вони можуть по-іншому характеризувати роботу окремих областей кори (зорової, слухової, рухової і т. д.). І тут типологічні властивості є парціальними (латів. «парціальний» – «частковий», «окремий»), оскільки характеризують роботу лише окремих ділянок кори мозку. Парціальні властивості вже більш точно можна вважати задатками здібностей, пов'язаних з роботою зорового або слухового аналізатора, зі швидкістю і точністю рухів.

Як задатки слід розглядати також рівень розвитку та співвідношення першої та другої сигнальної систем. Залежно від особливостей співвідношення між сигнальними системами І. П. Павлов розрізняв три спеціально людські типи вищої нервової діяльності: художній тип з відносним переважанням першої сигнальної системи; розумовий тип з відносним переважанням другої сигнальної системи; середній тип із відносною врівноваженістю сигнальних систем. Для людей художнього типу характерна яскравість безпосередніх вражень, образність сприйняття та пам'яті, багатство та жвавість уяви, емоційність. Люди розумового типу схильні до аналізу та систематизації, до узагальненого, абстрактного мислення.

Задатками можуть і індивідуальні особливості будови окремих ділянок кори мозку. Слід пам'ятати, що задатки не містять здібності і не гарантують їх розвиток. Задатки – це лише одна з умов формування здібностей. Жодна людина, хоч би якими сприятливими задатками вона мала, не може стати видатним

художником, математиком, поетом, не займаючись багато і наполегливо відповідною діяльністю.

Не можна вважати, що кожній здібності відповідає свій окремий завдаток. Задатки багатозначні. Це означає, що на основі того самого задатку можуть вироблятися різні здібності. Так, на основі такого задатку, як швидкість, точність, тонкість і спритність рухів, можуть залежно від умов життя та діяльності виробитися та здатність до плавних і координованих рухів тіла гімнасту, та здібностей до тонких і точних рухів руки хірурга, та здатність до швидких та пластичних рухів пальців скрипаля. На основі художнього типу можуть скластися здібності і актора, і письменника, і художника, і музиканта; на основі розумового типу - здібності і математика, і лінгвіста, та філософа.

Розрізняють можливості різного рівня – навчальні та творчі. Навчальні здібності пов'язані з засвоєнням вже відомих способів виконання діяльності, набуттям знань, умінь, навичок. Творчі здібності пов'язані зі створенням нового, оригінального продукту, із знаходженням нових способів виконання діяльності. З цієї точки зору розрізняють здібності до засвоєння, вивчення математики та творчі математичні здібності і т. д. Зрозуміло, різко відокремлювати навчальні і творчі здібності немає підстав: навчальна діяльність зазвичай включає і елементи суб'єктивного творчості.

Розрізняють також загальні розумові здібності та спеціальні здібності. Загальні розумові здібності - це здібності, які необхідні для виконання не якоїсь однієї, а багатьох видів діяльності; ці можливості відповідають вимогам, які пред'являють не один, а цілий ряд, широке коло щодо споріднених діяльностей. До загальних розумових здібностей відносять такі якості розуму, як розумова активність, критичність, систематичність, швидкість розумового орієнтування, високий рівень аналітико-синтетичної діяльності, зосереджена увага і т. п. Спеціальні здібності – це здібності, які необхідні для успішного виконання якоїсь діяльності – музичної, художньої, конструктивно-технічної тощо. буд. Ці здібності також є єдністю окремих приватних здібностей.

Успішне здійснення тієї чи іншої діяльності навіть за наявності здібностей залежить від певного поєднання якостей особистості. Одні тільки здібності, що не поєднуються з відповідною спрямованістю особистості, її емоційно-вольовими властивостями, не можуть навести до високих здобутків. Насамперед, здібності тісно пов'язані з активним позитивним ставленням до відповідної діяльності, інтересом до неї, схильністю займатися нею, що переходить на високому рівні розвитку у пристрасну захопленість, у життєву потребу у цьому виді діяльності.

Інтереси виявляються у прагненні пізнання об'єкта, ґрунтовному вивченню його у всіх деталях. Схильність – прагнення здійснити відповідну діяльність. У здатних до певної діяльності дітей та дорослих інтереси та схильності, як правило, поєднуються. Інтереси та схильності до певної діяльності розвиваються зазвичай у єдності з розвитком здібностей до неї.

Для успіху у діяльності, крім наявності здібностей, інтересів і схильностей, необхідний ряд рис характеру, насамперед працьовитість, організованість, зосередженість, цілеспрямованість, наполегливість. Без цих якостей навіть видатні здібності не призведуть до надійним, значним досягненням.

Багато хто вважає, що здібним людям все дається легко і просто, без особливих зусиль. Це не так. Для розвитку здібностей потрібно тривале, наполегливе вчення і велику, напружену працю. Як правило, здібності завжди поєднуються з великою працездатністю та працьовитістю. Недарма всі талановиті люди наголошують, що талант – це праця, помножена на терпіння, це схильність до нескінченної праці.

Дуже важливими є такі якості особистості, як самокритичність, вимогливість до себе. Ці якості народжують незадоволеність першими результатами праці та бажання зробити ще кращим, досконалішим.

Високий рівень розвитку здібностей називають талантом. *Талант* - це найбільш сприятливе поєднання здібностей, що дають можливість особливо успішно, творчо виконувати певну діяльність, з одного боку; схильності до цієї діяльності, своєрідної потреби у ній, з іншого; великої працьовитості та наполегливості – з третього. Талант може виявлятися у будь-якій людській діяльності, а не лише в галузі науки чи мистецтва. Тому талановитим може бути і лікар, і вчитель, і льотчик, і новатор сільськогосподарського виробництва, і кваліфікований робітник.

Як зазначалося, здібності формуються і розвиваються у діяльності. Тому для розвитку здібностей необхідно включати дитину з ранніх років у доступну її віку діяльність.

Кожен нормальний і здоровий у психічному відношенні студент має спільні здібності, необхідні для успішного навчання у вузі, інакше кажучи, кожен здатний здобути вищу освіту, опанувати навчальний матеріал у межах запропонованих програм.

Здібності формуються і розвиваються у тій діяльності, у якій знаходять собі застосування. Однак не будь-яка діяльність, в яку включають людину, автоматично формує та розвиває здібності до неї. Щоб діяльність позитивно впливала в розвитку здібностей, вона має задовольняти деяким умовам.

По-перше, діяльність повинна викликати в людини сильні та стійкі позитивні емоції, задоволення.

По-друге, діяльність людини по можливості має бути творчою. По-третє, важливо організувати діяльність людини так, щоб вона переслідувала цілі, що завжди трохи перевершують її готівкові можливості, вже досягнутий їм рівень виконання діяльності.

Розглядаючи співвідношення здібностей та вимог професії, Є. А. Клімов виділив чотири ступені професійної придатності. Перша – непридатність до цієї професії. Вона може бути тимчасовою або практично непереборною. Друга – придатність до тієї чи іншої професії чи їхньої групи. Вона характеризується

тим, що людина не має протипоказань щодо тієї чи іншої галузі праці, але немає і свідчень. Третя – відповідність цій галузі діяльності: немає протипоказань, і є деякі особисті якості, які явно відповідають вимогам певної професії чи групи професій. Четверта – покликання до цієї професійної сфери діяльності. Це найвищий рівень професійної придатності людини.

Питання для самоконтроля.

1. Уявіть загальну характеристику та структуру здібностей.
2. Розкрийте диференціальні особливості можливостей.
3. У чому особливості природи людських здібностей?

Перевірочні тестові завдання
для студентів
по курсу «Загальна психологія».

1. Предметом психології є:

- 1) психіка людини
- 2) факти психічного життя
- 3) суб'єктивний образ об'єктивного світу
- 4) механізми та закономірності психіки людини.

2. У психології виділяють:

- 1) загальні та спеціальні методи
- 2) основні та допоміжні
- 3) загальні та приватні
- 4) основні та приватні

3. Права півкуля мозку відповідає за:

- 1) мова, лист та рахунок
- 2) музичний слух
- 3) вербальну пам'ять
- 4) просторові відносини
- 5) упізнання ціле в частині
- 6) логічні міркування.

4. Мінімальна величина подразника, що викликає ледь помітне відчуття:

- 1) тимчасовий поріг відчуття
- 2) нижній поріг відчуття
- 3) верхній поріг відчуття
- 4) інтенсивність відчуття

5. Сприйняття – це _____

6. Гіпостезія – це:

- 1) зниження чутливості до зовнішніх стимулів
- 2) підвищення чутливості до зовнішніх стимулів
- 3) нейтральне ставлення до зовнішніх стимулів
- 4) сприйняття, без реального об'єкта.

7. Дія – це _____

8. Властивість уваги, що характеризує зосередження свідомості на об'єкті:

- 1) обсяг уваги
- 2) розподілу уваги
- 3) спрямованість уваги
- 4) концентрація уваги

9. Тип темпераменту, при якому людина має високу працездатність, добре пручається сильним і тривалим подразникам, труднощам, але не здатна швидко реагувати в несподіваних нових ситуаціях:

- 1) холерик
- 2) атлетик
- 3) флегматик
- 4) астеник

10. Пам'ять - це _____

11. Які є види доступу до довгострокової пам'яті:

- 1) довільний та мимовільний
- 2) свідомий та закритий
- 3) повний та частковий
- 4) оперативний та проміжний.

12. Вид мислення, здійснюваний з допомогою логічних операцій із поняттями:

- 1) словесно-логічне
- 2) абстрактно-понятійне
- 3) наочно-логічне
- 4) словесно-дійове

13. Операція розумової діяльності, коли він зіставляються речі, явища та його властивості:

- 1) абстракція
- 2) аналіз
- 3) синтез
- 4) порівняння
- 5) узагальнення

14. Умінням людини висувати нові завдання та знаходити шляхи їх вирішення – це:

- 1) гнучкість мислення
- 2) самостійність мислення
- 3) критичність мислення
- 4) швидкість мислення.

15. Який рівень розвитку IQ у осіб з імбецильністю:

- 1) 90-70
- 2) 70-50
- 3) 50-20
- 4) менше 20

16. В основі якого виду уява лежить здатність передбачати:

- 1) мрія
- 2) мрії
- 3) антиципіруюче
- 4) творче

17. Яка емоція є найпоширенішою і найстарішою за походженням:

- 1) радість
- 2) ненависть
- 3) подив
- 4) задоволення

18. Досить тривала та досить інтенсивна емоція, що має для людини певну значимість:

- 1) ненависть
- 2) гнів
- 3) пристрасть
- 4) засмучення
- 5) афект

19. Скільки виділяють рівнів емоційної сфери:

- 1) 5
- 2) 2
- 3) 4
- 4) 1
- 5) _____

20. Які виділяють види вольових процесів:

- 1) прості та складні
- 2) легкі та складні
- 3) активні та пасивні
- 4) довільні та мимовільні
- 5) навмисні та ненавмисні.

21. Вид здібностей, які впливають засвоєння людиною знань, умінь, навичок:

- 1) практичні
- 2) загальні
- 3) спеціальні
- 4) теоретичні
- 5) навчальні

22. Переважна більшість «рідини» в організмі спостерігається у флегматиків:

- 1) крові
- 2) жовчі
- 3) слизу
- 4) чорної жовчі

23. Яке середнє значення IQ:

- 1) 80 ± 16
- 2) 100 ± 25
- 3) 75 ± 30
- 4) 100 ± 16

24. По спрямованості виділяють такі види мислення:

- 1) аутистичне
- 2) мимовільне
- 3) аналітичне
- 4) реалістичне

25. Співвіднесіть емоцію та її характеристику:

1) радість	А) негативний емоційний стан, пов'язаний з отриманням достовірної або уявно достовірної інформації про неможливість задоволення найважливіших життєвих потреб
2) страждання	Б) негативний емоційний стан, що виникає в МЛВ і породжується неузгодженістю життєвих позицій, поглядів та поведінки суб'єкта з життєвими позиціями, поглядами та поведінкою об'єкта почуттів
3) гнів	В) позитивний емоційний стан, пов'язаний із можливістю досить повно задовольнити актуальну потребу
4) презирство	Г) емоційний стан, негативний за знаком, як правило, протікають у формі афекту і викликане раптовим виникненням серйозної перешкоди на шляху задоволення виключно важливої для суб'єкта потреби

**Питання до іспиту
з дисципліни «Загальна психологія»**

1. Розкрийте основні історичні етапи формування психологічних знань.
2. Виділіть предмет і завдання загальної психології.
3. Наведіть структуру та характеристику галузей психології.
4. Порівняйте загальні та спеціальні методи психології.
5. Наведіть загальну характеристику когнітивних стилів особистості.
6. Надайте загальну характеристику афективної сфери особистості.
7. Надайте загальну характеристику регулятивної сфери особистості.
8. Розкрийте структуру загальної психології.
9. Проаналізуйте особливості спотворення сприйняття та його вплив на функціонування особистості.
10. Розкрийте особливості логотерапії В. Франкла.
11. Надайте загальну характеристику методу експерименту.
12. Проаналізуйте розвиток психіки у філогенезі.
13. Розкрийте поведінкові особливості особистості з різними типами репрезентативних систем.
14. Розкрийте основні функції психіки.
15. Обґрунтуйте особливості свідомості людини як вищого рівня розвитку психіки.
16. Надайте загальну характеристику відчуттів.
17. Виділіть та охарактеризуйте основні види відчуттів.
18. Надайте загальну класифікацію видів сприйняття.
19. Надайте загальну характеристику сприйняття.
20. Розкрийте особливості функціонування репрезентативних систем особистості.
21. Розкрийте загальну характеристику уваги як психічного стану та процесу.
22. Надайте характеристику видів пам'яті.
23. Надайте загальну характеристику психічного процесу мислення.
24. Надайте характеристику видів мислення.
25. Розкрийте та опишіть критерії оцінки наукових теорій в психології
26. Виділіть індивідуальні особливості мислення.
27. Розкрийте психологічні особливості поняття уяви.
28. Надайте роль уяви в навчальній та трудовій діяльності.
29. Надайте класифікацію видів уяви.
30. Проаналізуйте взаємозв'язок мислення та уяви як психічних процесів.
31. Розкрийте особливості онтогенезу мовлення
32. Виділіть особливості біхевіористичного напрямку у психології.
33. Надайте загальну класифікацію емоцій та почуттів.
34. Проаналізуйте відмінності між емоціями людини і тварин.

- 35.Надайте характеристику специфічним особливостям емоцій і почуттів людини.
- 36.Розкрийте функції емоцій.
- 37.Надайте психологічну характеристику волі.
- 38.Розкрийте психологічну структуру вольового акту.
- 39.Порівняйте задатки і здібності як психологічні категорії.
- 40.Проаналізуйте взаємозв'язок характеру та темпераменту
- 41.Надайте загальну класифікацію видів здібностей.
- 42.Обґрунтуйте практичну значущість когнітивного напрямку у психології.
- 43.Розкрийте психобіологічну основу поняття темперамент.
- 44.Наведіть характеристику основних видів темпераменту.
- 45.Проаналізуйте поняття характеру як психологічної властивості.
- 46.Проаналізуйте взаємозв'язок характеру та темпераменту.
- 47.Порівняйте поняття рис та акцентуацій характеру.
- 48.Проаналізуйте можливість застосування НЛП у практичній діяльності.
- 49.Обґрунтуйте практичну значущість гештальттерапії як напрямку в психології .
- 50.Розкрийте поняття мотиву і мотивації в психології.
- 51.Проаналізуйте структуру діяльності та місце в ній мотивації особистості.
- 52.Порівняйте особливості переробки інформації правою та лівою півкулями мозку
- 53.Проаналізуйте співвідношення понять: «індивід», «індивідуальність» та «особистість» у структурі особистості.
- 54.Виділіть фактори, що впливають на формування особистості.
- 55.Розкрийте фізіологічне підґрунтя мовлення.
- 56.Охарактеризуйте особливості відхилень в онтогенезі мовлення.
- 57.Розкрийте фактори, що впливають на формування характеру.
- 58.Наведіть загальну характеристику психодинамічної теорії особистості.
- 59.Наведіть загальну характеристику гуманістичної теорії особистості.
- 60.Порівняйте особливості різних видів неврозів та їх вплив на діяльність людини.

Етапи розвитку психологічних знань

	<i>Зміст етапу</i>	<i>Ітоги</i>
VI ст. до н.е. – V ст. н.е.	Виникнення перших наукових поглядів на психіці та його початковий розвиток	Виділення науки про душу та формування двох напрямків матеріалізму та ідеалізму; формування перших емпіричних знань про психічні процеси — відчуття (сприйняття), пам'ять, уяву, мислення, афекти, волю; виділення проблеми співвідношення душі та тіла; вказівку на внутрішнє почуття як спосіб пізнання
V – VIII. ст.	Розвиток вчення про душу в рамках філософських навчань та на базі медичних знань	формування томістської психології; початок дослідної методології дослідження
XIV – XVI ст.	Подальший розвиток вчення про душу в контексті розвитку анатомо-фізіологічних знань і великих відкриттів XIV-XVI ст.	Відмова від розуміння душі як об'єкта дослідження та пояснювального принципу тілесних та психічних явищ;
XVII – сер. XIX ст.	Виділення свідомості як предмет дослідження та формування теоретичних основ психології	Формування емпіричної інтроспективної та асоціаністської психології;
поч. XIX — 60-ті р.р. XIX ст.	Формування природничих передумов психології як самостійної науки	Експериментальні методи дослідження діяльності нервової системи та органів чуття;

60-е р.р. XIX - кінець XIX ст.	Виникнення та початковий розвиток психології як самостійної науки	Проникнення експериментальних методів у психологію;
10-ті – сер. 30-х р.р. XX ст.	Відкрита криза у психології	Виникнення шкіл у світовій психології: біхевіоризму, психоаналізу, гештальтпсихології, французької соціологічної школи, яка розуміє психологію, індивідуальну психологію, аналітичну психологію та ін.
20-ті – 30-е рр.	Становлення вітчизняної психології	Створення теоретичних основ психології на основах марксистської філософії: теорії установки, культурно-історичної теорії, теорії діяльності та ін; розвиток прикладних областей у вітчизняній психології - психотехніки та педології; розвиток природничих уявлень про фізіологічні механізми психічної діяльності та рухових актів
кінець 30-х – 50-ті р.р.	Згасання кризи у зарубіжній психології. Розвиток вітчизняної психології в сфері теорії	Еволюція наукових шкіл періоду відкритої кризи. Необіхевіоризм, неофройдизм. Виникнення нових галузей та напрямів: генетична психологія, особистісні концепції особистості та ін. Дискусії у вітчизняній психології (про перебудову науки на основі вчення Павлова, про теорію установки). Розвиток теорії діяльності у вітчизняній психології. Виникнення теорії поетапного формування розумових дій та понять П. Я. Гальперіна
60-ті р.р. - наш час	Пошуки нових теоретичних підходів у сучасній світовій та вітчизняній психології	Виникнення нових напрямів у зарубіжній психології: гуманістична психологія, логотерапія, когнітивна психологія.

Сучасні напрями у психології.

Історичний період, протягом якого було створено теорію особистості

- Фройд (психодинамічна теорія): (1890-1939)
- Адлер (теорія індивідуальної психології): (1907-1937)
- Юнг (теорія аналітичної психології): (1913-1961)
- Еріксон (психосоціальна теорія): (1950-1975)
- Фромм (гуманістична психоаналітична теорія): (1941-1965)
- Хорні (соціокультурна психоаналітична теорія): (1937-1973)
- Олпорт (теорія рис особистості): (1937-1961)
- Кеттел (структурна теорія рис особистості): (1946-1990)
- Айзенк (теорія типів особистості): (1947-1990)
- Скіннер (біхевіорально - теорія, що навчає): (1938-1985)
- Бандура (соціально - когнітивна теорія навчання): (1959-1990)
- Роттер (теорія соціального навчання): (1947-1982)
- Франкл (екзистенційна психологія): (1945 – 1997)
- Перлз (гештальттерапія): (1951 - 1970))
- Келлі (когнітивна теорія): (1955-1965)
- Маслоу (гуманістична теорія): (1950-1970)
- Роджерс (феноменологічна теорія): (1951-1975)
- Гріндер, Бендлер (нейролінгвістичне програмування): (1969....)

Позиції персонологів за основними критеріями оцінки теорій особистості.

	Низький	Середній	Високий
	Фройд	Маслоу	Скіннер
	Адлер		Бандура
Верифікованість	Еріксон		Роджерс
	Олпорт		
	Келлі		
	Олпорт	Адлер	Фройд
	Келлі	Маслоу	Скіннер
Евристична цінність		Еріксон	Бандура
			Роджерс

		Фройд	Адлер
		Олпорт	Еріксон
			Скіннер
Внутрішня узгодженість			Бандура
			Келлі
			Маслоу
			Роджерс
		Фройд	Адлер
			Еріксон
			Скіннер
			Бандура
Економність			Роджерс
			Келлі
			Маслоу
			Роджерс
		Еріксон	Фройд
		Скіннер	Адлер
		Бандура	Роджерс
Широта охоплення		Олпорт	
		Келлі	
		Маслоу	
	Олпорт	Адлер	Фройд
	Келлі	Еріксон	Скіннер
Функціональна значущість		Бандура	Маслоу
			Роджерс

Додаток № 4.

Основні історичні дати в історії психології

1879 – Вільгельм Вундт відкриває першу експериментальну психологічну лабораторію.

1883 - Гренвіль Стенлі Холл (G. Stanley Hall) відкриває першу експериментальну лабораторію в США (в університеті Джона Хопкінса)

1885 - Герман Еббінгауз публікує роботу «Про пам'ять» (On Memory, Über das Gedächtnis)

1886 - Зигмунд Фрейд розпочинає терапевтичну практику у Відні.

1888 - Джеймс Маккін Кеттел став першим професором психології в університеті Пенсільванії.

1890 - Джеймс Кеттел публікує роботу «Mental Tests and Measurements», яка започатковує порівняльну психологію

1892 - Стенлі Холл відкриває Американську Психологічну Асоціацію

1898 - Едуард Торндайк відкриває «закон Ефекту» (дія, що робиться із задоволенням посилює зв'язок між стимулом і реакцією, а незадоволення - послаблює)

1900 – З. Фройд публікує «Тлумачення сновидінь»

1906 – І. Павлов публікує свої відкриття з фізіології нервової діяльності (умовний та безумовний рефлекс, підкріплення)

1907 - Карл Юнг публікує «The Psychology of Dementia Praecox»

1913 – Карл Юнг переходить до розробки Аналітичної психології

1920 - Джон Вотсон і Розалія Рейнер опублікували матеріали щодо формування страхів. Випадок маленького Альберта (формування страху мишей у 11-місячного немовляти)

1925 - Вольфганг Келер «привіз» до США гештальтпсихологію (публікація «An Introduction to the Gestalt Theory»)

1935 - Генрі Мюррей публікує «Тематичний апперцептивний тест» (ТАТ)

1942 - Карл Роджерс засновує клієнт-центровану терапію

1954 - Абрахам Маслоу публікує «Мотивація та особистість», в якій наводиться піраміда потреб

1974 - Стенлі Мілгрем публікує результати своїх експериментів

2002 - Стівен Пінкер публікує "The Blank Slate", виступаючи проти концепції «tabula rasa»

Додаток № 5

Співвідношення типів темпераменту за У. Г. Шелдоном та Е. Кречмером

Статура	Пікнік Ендоморф	Атлет Мезоморф	Астенік Ектоморф
Психотип	Циклотимік	Епілептоїд	Шизоїд
рухи	розслаблені	впевнені	сковані
любов до...	комфорту	пригодам	самотності
спілкування	легкість	жорсткість	холодність
під час складнощів потяг до...	людей	дій	самотності
афект	коливання настрою	вибуховість	емоції не експресуються
під час сп'яніння	товарискість та м'якість	агресія та наполегливість	слабко виражені дії
схильність до психозів	депресія	епілепсія	шизофренія

Несиметричний розподіл ролей між симетричними парними півкулями мозку.

Ліва півкуля	Права півкуля
Оперує поняттями. Логічне, працює з абстрактними поняттями та словами.	Оперує образами. Образне працює з цілісними конкретними образами (гештальтами).
Вербальне, «що говорить». Розуміє і відтворює мову, тому що обидва ці центри мови (центр Верніке для розуміння і центр Брока для говоріння) знаходяться в ньому.	Погано розуміє та відтворює мову. Щоправда, у жінок є додаткові центри мови крім лівої ще й у правій півкулі.
<i>Послідовне, почергове оброблення інформації.</i> Це дозволяє лівій півкулі керувати мовою, тому що усна мова є послідовністю фонем, з яких складаються слова. Слова теж мають бути вибудовані у певній послідовності, щоб виходили речення. У свою чергу, пропозиції повинні слідувати одна за одною в певному порядку, щоб передавати зміст мовного повідомлення. Таким чином «наведенням порядку» в мові та дотриманням черговості успішно займається саме ліва півкуля.	<i>Паралельна, одночасна обробка інформації.</i> Права півкуля цілісно обробляє сигнали..
<i>Аналіз.</i> Аналітична стратегія переробки інформації. Деталізація, «розкладання по полицках». Локальне сприйняття. Індуктивне мислення, тобто. від частки до загального. У цьому аналіз передує синтезу. Раціонально-логічна переробка інформації. Забезпечує формально-логічне мислення. Вербально-символічні функції.	<i>Синтез.</i> Синтетична стратегія переробки інформації. Об'єднання окремих деталей у ціле. Світове сприйняття. Дедуктивне мислення, тобто. від загального до часткового. Синтез у разі передує аналізу. Просторово-інтуїтивне опрацювання інформації. Забезпечує асоціативно-емпіричне мислення, чи метафоричне.

Хронологічний лад. Послідовність подій у часі: розрізнення минулого, сьогодення та майбутнього.	Поточний час. Відсутність орієнтації у часі: все відбувається «тут і зараз».
Читання карт, схем. Екстраполяція, транспонування.	Конкретний простір.
Запам'ятовування імен, дат, символів.	Запам'ятовування образів, впізнавання, запам'ятовування конкретних подій.
Мовленнєва активність, розуміння сенсу.	Розуміння емоційного стану.
Детальне сприйняття окремо.	Цілісне сприйняття «загалом».
Позитивне. Контроль позитивних емоцій, веселе та радісне сприйняття світу (оптимізм).	Негативний. Контроль негативних емоцій, похмура сприйняття світу (песимізм).
Сприйняття ритму у музиці.	Сприйняття та творіння музики контролюється правою півкулею. Саме воно забезпечує сприйняття мелодії у музиці. Музичні мелодії краще розпізнаються, якщо прослуховуються лівим вухом, тобто сприймаються правою півкулею.
Вербальний інтелект (особливо цінується при навчанні у школі та у вузі, а також у точних та технічних науках).	Невербальний інтелект (у творчих професіях, конструюванні, дизайні).
Містить план будівлі лише контралатеральної боку тіла, тобто. правої, протилежної.	Містить план побудови обох половин тіла.
Тісно пов'язане з системами стовбура мозку, що активують.	Тісно пов'язані з діенцефальним відділом, тобто. середнім мозком.
Активність лівої півкулі підтримує зв'язок із реальністю та свідомою діяльністю.	Активація правої півкулі пов'язана з гіпнотичними та трансними станами, воно більшою мірою, ніж ліве, підтримує несвідому діяльність мозку.
Кора лівої півкулі контролює кількість та активність Т-лімфоцитів, що забезпечують клітинний імунітет.	Кора правої півкулі антагоністично впливає імунну регуляцію, здійснювану лівим півкулею.

Перелік рекомендованих джерел.

Базова

1. Буняк, Н. А. (2017). *Загальна психологія*. Тернопіль: вид-во ТНТУ ім. І. Пулюя, 300 с. [online]. Available at: <https://core.ac.uk/download/pdf/161835248.pdf> [Accessed 10.06.2023].
2. Каламаж, Р.В. *Когнітивно-стильовий вимір у психологічних дослідженнях* [online]. Available at: https://eprints.oa.edu.ua/1443/1/Kalamazh_130912.pdf [Accessed 01.06.2023].
3. Колобіч, О. (2018). *Загальна психологія*. Львів: Растр-7, 172 с. [online]. Available at: <https://pedcollege.lnu.edu.ua/wp-content/uploads/2021/03/pidruchnyk-2018-kolobych-R7.pdf> [Accessed 10.06.2023].
4. Ловка, О.В. (ред.) (2019). *Загальна психологія. Теоретико-методологічні основи науки*. Київ : КНЕУ, 390 с. [online]. Available at: https://ir.kneu.edu.ua/bitstream/handle/2010/38130/lovka_19.pdf?sequence=1&isAllowed=y [Accessed 10.06.2023].
5. Москалець, В. П. (2020). *Психологія особистості*. Київ: Видавництво Ліра-К, 364 с. [online]. Available at: <https://lira-k.com.ua/preview/12676.pdf> [Accessed 08.06.2023].
6. Москалець, В. П. (2020). *Загальна психологія*. Київ : Ліра-К, 564 с. [online]. Available at: <http://194.44.152.155/elib/local/sk/sk814182%20.pdf> [Accessed 10.06.2023].
7. Пасічник, І. Д. (ред.) (2015). *Психологія*. Острог : Видавництво Національного університету «Острозька академія», 2015. – 560 с. [online]. Available at: https://lib.oa.edu.ua/files/funds/vudavnutstvo/Kalamazh_Psychologija%20myslennja.pdf [Accessed 07.06.2023].
8. Періг, І. М. (укл.) (2017). *Практикум з психології : психодіагностичні методики для самопізнання*. Тернопіль : СМП «Тайп», 116 с. [online]. Available at: <https://elartu.tntu.edu.ua/bitstream/lib/22515/1/%D0%9F%D1%80%D0%B0%D0%BA%D1%82%D0%B8%D0%BA%D1%83%D0%BC%20%D0%9F%D1%81%D0%B8%D1%85%D0%BE%D0%BB%D0%BE%D0%B3%D1%96%D1%8F%202017.pdf> [Accessed 05.06.2023].
9. Туриніна, О. Л. (2018). *Методологія та методи психологічного дослідження*. Київ: ДП «Вид. дім «Персонал», 206 с [online]. Available at: https://maup.com.ua/assets/files/lib/book/metod_psih_dosl.pdf [Accessed 05.06.2023].
10. Чумак, О.А. (2016). *Психологія особистості*. Старобільськ: Вид-во ДЗ «ЛНУ ім. Тараса Шевченка», 289 с. [online]. Available at: <http://dspace.luguniv.edu.ua/xmlui/bitstream/handle/123456789/1784/Choomak.pdf?sequence=1&isAllowed=y> [Accessed 08.06.2023].

Додаткова.

1. Бочаріна, Н. О. (2014). Психологія особистості. Переяслав-Хмельницький, 188 с. [online]. Available at: <http://ephsheir.phdpu.edu.ua/bitstream/handle/8989898989/1068/%D0%9F%D0%BE%D1%81%D1%96%D0%B1%D0%BD%D0%B8%D0%BA%20%D0%91%D0%BE%D1%87%D0%B0%D1%80%D1%96%D0%BD%D0%B0.pdf?sequence=1&isAllowed=y> [Accessed 08.06.2023].
2. Варій, М. Й. (2009). Загальна психологія. Київ: Центр учбової літератури, 1007 с. [online]. Available at: http://document.kdu.edu.ua/info_zab/053_425.pdf [Accessed 08.06.2023].
3. Васянович, Г. П. (2012). Основи психології. Київ. : Педагогічна думка, 114 с. [online]. Available at: <https://lib.iitta.gov.ua/9961/1/%D0%92%D0%B0%D1%81%D1%8F%D0%BD%D0%BE%D0%B2%D0%B8%D1%87%20%282%29.pdf> [Accessed 02.06.2023].
4. Карпенко, Н. А. (2016). Психологія творчості. Львів: ЛьвДУВС, 156 с. [online]. Available at: <https://dspace.lvduvs.edu.ua/bitstream/1234567890/347/1/%D0%9A%D0%B0%D1%80%D0%BF%D0%B5%D0%BD%D0%BA%D0%BE%20%D0%BF%D1%81%D0%B8%D1%85%D0%BE%D0%BB%D0%BE%D0%B3%20%D1%82%D0%B2%D0%BE%D1%80%D1%87%D0%BE%D1%81%D1%82%D1%96.pdf> [Accessed 11.06.2023].
5. Кузнецов, М. А., Заїка, Є. В. (2013). Психологія уяви: Харків: ХНПУ, 151 с. [online]. Available at: <https://dspace.hnpu.edu.ua/server/api/core/bitstreams/c22fa4e9-84f2-43ae-8e22-59467df12de0/content> [Accessed 10.06.2023].
6. Міхова А.Г. Емоції і прояви емоцій: історичний екскурс (стресові та стресоподібні стани) [online]. Available at: https://scienceandeducation.phdpu.edu.ua/doc/2010/3_2010/23.pdf [Accessed 01.06.2023].
7. Мельничук, О.Б., Пасічняк, Р.Ф., Вольнова, Л.М. (2009). Психологія особистості: Київ: . НПУ імені М. П. Драгоманова, 532 с. [online]. Available at: <https://enpuir.npu.edu.ua/bitstream/handle/123456789/15237/Textbook.pdf;jsessionid=C3BAC13969A58ECC040FADBDD215C289?sequence=5> [Accessed 04.06.2023].
8. Резван, О. О (2019). *Практикум із психології*. Харків. : ХНУМГ ім. О. М. Бекетова, 157 с. [online]. Available at: <https://eprints.kname.edu.ua/55297/1/2019%2045%D0%9D%20%D0%BF%D0%B5%D1%87%20%D0%9F%D1%80%D0%B0%D0%BA%D1%82%D0%B8%D0%BA%D1%83%D0%BC.pdf> [Accessed 05.06.2023].
9. Сопольські, Р. (2020) *Чому Зебри не страждають на виразку*. К. : Фабула, 400 с.
10. Столяренко О. Б. (2014). *Психологія особистості*. Київ.: Центр учбової літератури, 280 с. [online]. Available at: <https://filos.lnu.edu.ua/wp-content/uploads/2020/03/Psykholohia-osobystosti.-Stoliarenko-O.-B.pdf> [Accessed 10.06.2023].

Навчальне видання

ЗАГАЛЬНА ПСИХОЛОГІЯ

Навчальний посібник для студентів, які
навчаються за спеціальністю
054 «Соціологія».

(українською мовою)

Автор-упорядник ГОГА Наталія Павлівна

В авторській редакції.

Комп'ютерний набір: *Н. П. Гога*

Підписано до друку 20.06.2023. Формат 60×84/16.

Папір офсетний. Гарнітура «Таймс».

Ум. друк. арк. 5,0. Обл.-вид. арк. 4,65

Тираж 5 пр. Зам. №

Видавництво

Народної української академії

Свідоцтво № 1153 від 16.12.2002.

Надруковано у видавництві

Народної української академії

Україна, 61000, Харків, МСП, вул. Лермонтовська, 27.

