

Міністерство освіти і науки України  
Педагогічний коледж  
Львівський національний університет  
імені Івана Франка

**Оксана Колобич**

# **ЗАГАЛЬНА ПСИХОЛОГІЯ**

*Навчально-методичний посібник*

Львів  
Растр-7  
2018

УДК 159.9(075.8)

К 61

Рецензенти:

**Бородій Дана Іванівна**, кандидат психологічних наук, доцент,  
*Львівський національний університет імені Івана Франка*

**Субашкевич Ірина Романівна**, кандидат психологічних наук,  
*Львівський національний університет імені Івана Франка*

**Михайлишин Романа Романівна**, методист Педагогічного  
*коледжу, голова циклової комісії викладачів педагогіки та психології*

**К 61 Колобич О. П. Загальна психологія.**

Навчально-методичний посібник. – Львів, 2018. – 172 с.

*У навчально-методичному посібнику викладено основний зміст лекційного курсу з дисципліни «Загальна психологія»: розкрито загальні питання психології; розглянуто закономірності психічних процесів, психічної діяльності, емоційно-вольову сферу та індивідуальні особливості особистості. Подано основні поняття тем, питання для обговорення та тестові завдання до кожної із тем.*

*Рекомендовано для студентів спеціальності «Дошкільна освіта», «Початкова освіта», «Соціальна робота», викладачів і всіх, хто цікавиться питаннями психології.*

© Колобич О. П., 2018

## ЗМІСТ

<b>ПЕРЕДМОВА</b> .....	4
<b>Розділ 1. Загальні питання психології</b>	
Тема 1.1. Предмет психології .....	6
Тема 1.2. Методи психології .....	14
Тема 1.3. Розвиток психіки і свідомості .....	24
<b>Розділ 2. Особистість у діяльності і спілкуванні</b>	
Тема 2.1. Психологія особистості .....	31
Тема 2.2. Соціальні групи .....	40
Тема 2.3. Психологія діяльності .....	47
Тема 2.4. Мова і мовлення .....	55
Тема 2.5. Спілкування .....	62
Тема 2.6. Увага .....	70
<b>Розділ 3. Психічні процеси та стани</b>	
Тема 3.1. Відчуття .....	77
Тема 3.2. Сприймання .....	86
Тема 3.3. Мислення .....	93
Тема 3.4. Уява .....	104
Тема 3.5. Пам'ять .....	112
Тема 3.6. Емоції і почуття .....	120
Тема 3.7. Воля .....	129
<b>Розділ 4. Індивідуально-психологічні особливості</b>	
Тема 4.1. Темперамент .....	135
Тема 4.2. Здібності .....	144
Тема 4.3. Характер .....	150
<b>Словник основних психологічних термінів</b> .....	157
<b>Список використаних джерел</b> .....	169

## ПЕРЕДМОВА

Сьогодні психологія є науковою галуззю, яка привертає увагу як фахівців багатьох спеціальностей, так і пересічних людей, що прагнуть підвищити свою психологічну культуру.

Особливої значущості психологічні знання набувають у процесі підготовки педагогічних фахівців. Майбутній спеціаліст повинен уміти практично використовувати загальну психологію для вирішення будь-яких життєвих проблем.

Успіх у професійній діяльності вихователя дошкільного закладу, вчителя початкової школи, соціального педагога значною мірою залежить від наявності у нього системи психологічних знань і вміння їх повсякденно застосувати у своїй життєдіяльності. Цьому завданню сприяє вивчення навчальної дисципліни «Загальна психологія». Практика викладу загальної психології засвідчує, що глибоке засвоєння психологічних знань неможливе без постійної самостійної роботи над літературними джерелами, без оволодіння вміннями й навичками ефективного спілкування з людьми, методами психологічного спостереження й проведення психологічних експериментів.

У пропонованому навчально-методичному посібнику викладено лекційний зміст і основні поняття тем загальної психології. У процесі підготовки навчально-методичного посібника враховувалась нова навчальна програма, а також наступний основний принцип: сприяти свідомому творчому засвоєнню теоретичних засад сучасної психології й формуванню стійкого інтересу до психологічних знань і вміння їх застосовувати у повсякденній практичній діяльності.

Текст посібника супроводжується необхідним методичним апаратом, який може бути раціонально використаний як викладачем так і студентом. Він складається із питань для обговорення засвоєння знань, тестових завдань, словника основних психологічних термінів, списку рекомендованої літератури. На початку кожної теми висвітлено її основні поняття, вивчення яких є обов'язковим для ефективного засвоєння наступних тем.

Виконання запропонованих тестів і завдань дозволить підвищити ефективність навчального процесу, забезпечить системність поглибленого вивчення курсу «Загальної психології», здійснювати

ефективний контроль і самоконтроль знань за кожною темою. Так, тестові завдання можуть бути використані для поточної роботи на семінарських заняттях, а також і для підсумкової перевірки знань студентів за модульно-рейтинговою системою вивчення курсу.

Джерелами у підготовці цього видання були різні посібники й підручники, перелік яких наведений у списку використаної літератури.

# Розділ 1. Загальні питання психології

## Тема 1.1. Предмет психології

1. Предмет психології та її завдання.
2. Основні галузі психологічних знань.
3. Зв'язок психології з іншими науками.
4. Основні напрями в сучасній психології.

*Основні поняття теми: психологія, психіка, психічні явища відображувальна діяльність, активне психічне відображення, свідомість.*

*«Пізнай самого себе»*

В. Гумбольдт

### 1. Предмет психології та її завдання

Свою назвою і першим визначенням психологія зобов'язана грецькій міфології. Ерот, син Афродіти, закохався в дуже гарну молоду жінку Психею. Але Афродіта була незадоволена тим, що її син, Бог, хоче поєднати долю з простою смертною, і доклала всіх зусиль, щоб розлучити закоханих, змушуючи Психею пройти через ряд випробувань. Але кохання Психеї було таким сильним, а її прагнення зустрітися з Еротом таким великим, що це вразило богів, і вони вирішили допомогти їй виконати всі вимоги Афродіти. Ерот в свою чергу переконав Зевса – головне божество греків – перетворити Психею в богиню, зробивши її безсмертною. Так закохані з'єдналися навіки.

Для греків цей міф був класичним зразком справжнього кохання, вищої реалізації людської *душі*. Тому Психея – смертна, здобувши безсмертя, – стала символом душі, яка шукає свій ідеал.

Психологія – одна з наук про людину. Об'єктом її вивчення є найскладніша сфера життєдіяльності людини – **психіка**. Як форма відображення дійсності високоорганізованою матерією – нервовою системою, мозком – **психіка** характеризується низкою особливостей.

По-перше, психічне відображення має активний характер, пов'язане з пошуком та добором способів дій, що відповідають умовам середовища.

По-друге, психічне відображення має випереджальний характер, забезпечує функцію передбачення в діяльності та поведінці.

По-третє, кожний психічний акт є результатом дії об'єктивного через суб'єктивне, через людську індивідуальність, що накладає відбиток своєрідності на її психічне життя.

По-четверте, у процесі активної діяльності психіка постійно вдосконалюється й розвивається.

Знання психіки, природи психічних явищ та їх закономірностей має винятково важливе значення в житті та діяльності людини для керування психічним розвитком і діяльністю особистості.

**Предметом психології** є закономірності розвитку і проявів психічних явищ та їх механізми.

Термін «психологія» походить від грецьк. *psyche* – душа і *logos* – слово, вчення, що означає «**наука про душу**». Психічне життя людини складне й має багато форм виявлення. **Психічні явища** – це своєрідні суб'єктивні переживання, суб'єктивні образи відображуваних у свідомості явищ реальної дійсності, це внутрішній світ людини в усій його повноті й різноманітності. Психічне життя людини охоплює її **пізнавальну** діяльність – відчуття, сприймання, пам'ять, мислення, уяву, **емоційно-вольову** – різноманітні почуття, переживання, а також прояви волі – вольові якості. Важливим аспектом психічного життя є **спонуки до активності** – потреби, інтереси, переконання, ідеали. Особливу групу психічних явищ становлять **індивідуально-психологічні властивості особистості** – здібності, темперамент, характер та її **психічні стани** – піднесеність, пригніченість, схвильованість, байдужість.

**Психологія** – це наука про закономірності, формування та розвиток психіки як особливий розвиток форми життєдіяльності.

Психологія спрямована на вирішення таких **завдань**:

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

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

## **2. Основні галузі психологічних знань**

Напочатку XX ст. почала здійснюватися диференціація психології на окремі наукові галузі. В різних класифікаційних схемах сучасної психології зазвичай виокремлюють близько 40 її галузей, частина з яких набула відносно самостійного статусу.

**Загальна психологія** вивчає загальні закономірності психічної діяльності людини з нормальним розвитком.

**Вікова психологія** вивчає психічний розвиток людини в онтогенезі і включає в себе дитячу психологію, психологію підлітка, юнака, дорослої людини, людини похилого віку.

**Педагогічна психологія** вивчає психологічні основи виховання і навчання.

**Історія психології** вивчає історичні особливості розвитку психологічних знань.

**Соціальна психологія** досліджує соціально-психологічні закономірності спілкування і взаємодії людей.

**Зоопсихологія** – вивчає психологію тварин, їх поведінку.

**Психологія праці** вивчає психологічні особливості трудової діяльності.

**Інженерна психологія** досліджує взаємини людини з машиною.

**Космічна психологія** вивчає питання вольової і моральної підготовки космонавтів, психічні прояви у момент максимальних навантажень.

**Військова психологія** вивчає психологію людини у військових структурах, питання навчання і виховання військових.

**Психологія спорту** досліджує питання навчання і виховання спортсмена, закономірності формування спортивних навичок, умінь, вольових і моральних якостей.

**Патопсихологія** включає в себе *олігофренопсихологію* (психологію людей з вадами розумового розвитку), *тифлопсихологію* (психологію людей з вадами зору), *сурдопсихологію* (психологію людей з вадами слуху).

**Екологічна психологія** вивчає психологічні аспекти поліпшення природних умов життєдіяльності людини.

**Психологія релігії** вивчає умови формування релігійних уявлень, світосприймання, світорозуміння.

Кожна із зазначених галузей психологічних знань має певні предмети і методи вивчення своєрідності психічної діяльності залежно від умов праці в тій чи іншій сфері людського життя та діяльності й їхніх вимог до морально-психологічних якостей особистості. Проте всі галузі психологічних знань потребують знань загальної психології, яка вивчає методологічні питання психології, природу психологічних явищ, закономірності розвитку та перебігу пізнавальних психологічних процесів, індивідуальні особливості психіки людини, її почуття та волю, темперамент, характер і здібності.

### **3. Зв'язок психології з іншими науками**

Між психологією та іншими науками існує двосторонній зв'язок: в одних випадках психологія використовує досягнення інших наук для вирішення своїх проблем, а в інших – науки використовують психологічні знання для пояснення або розв'язання певних питань. Міжпредметні зв'язки психології та інших наук сприяють їх взаємному розвитку й застосуванню на практиці.

Психологія в розробці питань спирається на дані біології, зокрема анатомії та фізіології, на вчення про вищу нервову діяльність. У свою чергу, дані психології широко використовуються в медицині, зокрема у психіатрії.

Педагогіка широко використовує психологічні закономірності навчання та виховання. Окремі галузі психології (педагогічна і вікова психологія зокрема) пов'язані з розділами теорії та методики педагогіки, дидактикою, методиками викладання окремих навчальних предметів. Однією з актуальних психолого-педагогічних проблем сучасності є формування мислення у процесі навчання, яке б забезпечувало учневі можливість самостійно засвоювати інформацію, що постійно оновлюється, гарантувало розвиток здібностей суб'єкта продуктивної інтелектуальної діяльності. Продуктивний характер взаємозв'язку психології та педагогіки виявляється в тому, що створюються умови для випередження реальної педагогічної практики, відкриваються нові шляхи для пошуку ефективних сучасних технологій навчання та виховання.

Водночас психологія базується на даних педагогіки при вивченні психології формування особистості. Тісним є взаємозв'язок психології з літературою, мовознавством, історією, мистецтвом, кібернетикою та іншими науками.

#### 4. Основні напрями в сучасній психології

Останні два сторіччя розвиток психології тісно пов'язаний з досягненнями філософської думки та успіхами природничих наук.

Матеріалістична інтерпретація природи та сутності психічних явищ була зумовлена появою філософії діалектичного матеріалізму й розвитком **учення про рефлексорну природу психіки** (І. Сеченов, І. Павлов). Філософія прагматизму спричинила появу в американській психології **біхевіоризму**, або науки про поведінку (Д. Уотсон) Німецькі психологи М. Вертхеймер, В. Келер, К. Коффка, К. Левін на основі спеціальних досліджень висунули ідею **структурної психології**, засадовим стосовно якої було визнання первинності приматів структури, цілісних утворень, які визначають властивості та функції окремих частин, що входять до цілісної психічної діяльності. Дослідження в галузі психопатології та психіатрії викликали необхідність вивчати роль і дію неусвідомлюваних чинників, що визначають потреби й потяги особистості, її поведінку. У психології утворився **психоаналітичний напрям** (З. Фрейд). Біхевіоризм заперечує свідомість як предмет психології. Предметом біхевіоризму є вивчення поведінки як зовнішніх реакцій організму на стимули, що діють на нього. Поведінка, на думку біхевіористів, формується в результаті неусвідомлюваного відбору фізичних рухів як реакцій на стимули. Основне у поведінці – це навички. Мислення біхевіористи зводять до мови та мовних навичок. Провідним у навчанні вони вважають дресирування, під час якого набуваються необхідні навички; при цьому усвідомлення мети, змісту та процесу навчання недооцінюють.

Структурна психологія основним принципом вважає цілісність психічної діяльності, що є не сумою окремих психічних процесів, а своєрідною структурою із закладеними в ній специфічними властивостями, які не впливають з властивостей окремих елементів психічного життя. Навпаки, властивості структури як цілого визначають властивості окремих її частин.

Психоаналіз тісно пов'язаний з теорією З. Фрейда про переважання у психічній діяльності особистості підсвідомих, інстинктивних потягів. На думку психоаналітиків, джерелом активності людини є глибоко інстинктивні, біологічно визначені прагнення. Ці прагнення, проникаючи з підсвідомості у свідомість, стають джерелом активності людини,

своєрідно спрямовують її вчинки та поведінку. Особливого значення психоаналітики надають сексуальним потягам.

Вихідними у вітчизняній психології є принципи цілісності психічного життя особистості, взаємозв'язку психічних процесів і властивостей, розвитку особистості у процесі навчання та виховання, соціальної зумовленості психічного життя людини.

### **Питання для обговорення:**

1. Що є предметом психології?
2. Які основні групи психічних явищ вона вивчає?
3. Які основні завдання стоять перед сучасною психологією?
4. Що таке психічне відображення? Як ви розумієте це явище?
5. У чому полягає активний характер психічного відображення?
6. Що є об'єктом вивчення у біхевіористичній психології?
7. На яких засадах базується структурна психологія?
8. У чому полягає сутність концепції психоаналізу?
9. У чому полягає сутність матеріалістичного підходу до розуміння психічних явищ?
10. Як ви розумієте народну приказку «Щоб пізнати людину, треба з нею пуд солі зісти?»
11. Чи погоджуєтесь ви з такою думкою філософа Платона: «Пізнай самого себе – і ти пізнаєш увесь світ?»
12. Яке для вас має значення вивчення психології?

### **Тестові завдання**

*Знайдіть єдину правильну відповідь.*

1. Психологія має предметом вивчення:
  - а) душевні прояви людини,
  - б) внутрішній світ людини,
  - в) психіку людини і тварин,
  - г) поведінку людини.
2. Засновником психології як науки вважається давньогрецький філософ:
  - а) Сократ,
  - б) Платон,
  - в) Арістотель,
  - г) Геракліт.

3. Психологія як наука про поведінку виникла:
  - а) в XVII ст.,
  - б) в XVIII ст.,
  - в) в XIX ст.,
  - г) в XX ст.
4. Психіка складається з таких компонентів:
  - а) психічні стани, розлади і процеси,
  - б) психічні процеси, стани і властивості,
  - в) психічні зміни, явища і властивості,
  - г) свідоме, несвідоме.
5. Правильний перелік психічних процесів – це:
  - а) пізнавальні, емоційні, вольові процеси,
  - б) мнемічні, емоційні, вольові процеси,
  - в) фізичні, пізнавальні та інтелектуальні процеси,
  - г) мнемічні, інтелектуальні, вольові процеси.
6. Темперамент відноситься до прояву якого компоненту психіки?
  - а) психічні стани,
  - б) психічні процеси,
  - в) психічні властивості,
  - г) психічні факти.
7. Про що йдеться: найбільш загальні й фундаментальні поняття, які відображають істотні, загальні властивості й відношення явищ дійсності й пізнання?
  - а) психологічні категорії,
  - б) психічні стани,
  - в) психічні процеси,
  - г) психічні факти.
8. Яка галузь психології вивчає загальні закономірності проявів психіки людини?
  - а) вікова психологія,
  - б) загальна психологія,
  - в) соціальна психологія,
  - г) патопсихологія.
9. У якому з наведених рядків всі перелічені явища відносяться до категорії психічних?
  - а) почуття, клітина, увага, мозок, повітря, полум'я,

- б) бажання, сприймання, інстинкт, колір, рух, світло,
- в) відчуття, інтереси, уява, думка, уважність, звичка,
- г) голос, здібності, звук, уява, любов, морок.

10. Суб'єктом психології є:

- а) людина,
- б) соціальна група,
- в) психічне явище,
- г) особистість.

## Тема 1.2. Методи психології

1. Вимоги до методів психології.
2. Основні методи психології.
3. Додаткові методи.

*Основні поняття теми: метод, спостереження, експеримент, бесіда, тести, соціометрія, метод аналізу продуктів діяльності, метод узагальнення незалежних характеристик, метод самооцінки.*

*«Метод – це шлях пізнання,  
це спосіб, за допомогою якого  
пізнається предмет науки»*

С. Л. Рубінштейн

### 1. Вимоги до методів психології

Психологія як наука має певні предмети і методи вивчення психічних явищ. Знання методів і вміння за їх допомогою вивчати вікові та індивідуальні особливості психічного розвитку особистості – шлях до глибшого пізнання психологічних особливостей особистості й використання цих знань у практичній діяльності.

Психологія висуває до методів дослідження психічних явищ певні **вимоги**:

- психічні явища потрібно вивчати в їх розвитку, взаємозв'язку та взаємозалежності;
- метод психологічного дослідження має бути адекватним предметові дослідження, розкривати істотні, а не випадкові, другорядні особливості досліджуваного психологічного процесу, стану чи властивості.

Основним принципом психологічного дослідження є його **об'єктивність**. Методами, які забезпечують об'єктивність розкриття досліджуваного психічного явища, є спостереження, експериментальне дослідження, аналіз продуктів діяльності, бесіда, інтерв'ю. Метод самоспостереження, особливо інтроспективна його форма, не може бути єдиним і вірогідним способом вивчення особливостей психічних процесів, станів і властивостей особистості. Самоспостереження легко піддається суб'єктивному тлумаченню психічних явищ, особливо тоді, коли

досліджувана особа малорозвинена і не здатна до самоспостереження. Перевірити ж описи психічних переживань, що досліджуються самоспостереженням, здебільшого неможливо. Втім, при дослідженні об'єктивними методами самоспостереження може використовуватись у формі словесного звіту піддослідного про те, що і як він переживає під час самоспостереження психічного процесу чи стану. При самоспостереженні особистість одночасно постає як суб'єкт та як об'єкт дослідження, що унеможлиблює успішність дослідження. Кращою формою самоспостереження є ретроспективне спостереження, засадовим стосовно якого є згадування про перебіг досліджуваного психічного явища після того, як воно відбулося. Людина може в такий спосіб описати, що вона відчувала у стані радості, суму, страху, як вона запам'ятовувала чи міркувала, розв'язуючи завдання.

Провідним принципом об'єктивних методів у психологічному дослідженні є **єдність свідомості та діяльності**, опосередкованість пізнання внутрішніх, психічних явищ зовнішнім їх виявленням у вчинках, поведінці, мовленні, мімічних рухах, жестах та інших реакціях. Наприклад, закономірності спостереження виявляються у ступені адекватності та швидкості розпізнавання предмета, виокремлення його серед інших об'єктів, знаходження спільного та відмінного в них.

## **2. Основні методи психології**

**Спостереження** можна проводити як короткочасно, так і довготривало. Тому є такі види спостережень – метод поперечного зрізу (короткочасне) і лонгітюдне (довготривале).

Дослідник може виконувати роль пасивного спостерігача (відсторонене спостереження), а може активно взаємодіяти з об'єктом вивчення, одночасно спостерігаючи за ним (включене спостереження).

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

Використання спостереження передбачає дотримання таких **умов**:

- цілеспрямованість – визначення мети, завдання дослідження;
- природні умови – типові умови спостереження;
- наявність плану;
- точне визначення об'єкта і предмета спостереження;
- обмеження дослідником ознак, які є предметом спостереження;
- вироблення дослідником однозначних критеріїв оцінки цих ознак;
- забезпечення чіткості й тривалості спостереження.

Спостереження використовується при застосуванні всіх інших методів вивчення психічних процесів та властивостей особистості.

Найефективнішим і найпліднішим з наукового погляду є експериментальне дослідження, коли досліджуване явище вивчається в різних умовах та обставинах. За таким методом можна глибоко і з високою точністю вивчати досліджувану психологічну закономірність.

**Експеримент** є одним з основних методів психології. Особливість його полягає в тому, що дослідник сам створює умови, за яких досліджуване явище виникає неодмінно й закономірно. При цьому дослідник дістає можливість чітко визначити чинники, які діяли в момент виникнення та перебігу досліджуваного явища, розкрити причини, що його зумовили, а також у разі потреби повторити дослід з метою нагромадження додаткових відомостей для обґрунтування одержаних результатів.

Розрізняють експерименти *лабораторний, природний та психолого-педагогічний*. Перший проводиться у спеціальних психологічних лабораторіях за допомогою відповідної апаратури, другий – у звичайних для піддослідного умовах діяльності. Природний експеримент, як і лабораторний, проводиться за певною програмою, але так, щоб учень не знав, що його досліджують, і розв'язував свої завдання спокійно, у звичному для нього темпі, з притаманними йому характерологічними особливостями і ставленням до навчальних, трудових, спортивних та інших доручень.

Різновидом природного експерименту є *психолого-педагогічний*:

- 1) констатуючий – метою є визначення початкового рівня сформованості психологічної особливості, яка досліджується (розвиток діяльності, свідомості, якості особистості, пізнавальних процесів);

- 2) формуючий – його мета педагогічний і психологічний вплив на особистість, яка досліджується.
- 3) контрольний – метою є визначення ефективності проведеної формуючої роботи.

Отже, експериментальний підхід у вивченні особистості можна забезпечити такими методами, як спостереження, бесіда, інтерв'ю, анкетне дослідження, якщо предмет дослідження вивчатиметься різними способами і в різних умовах, як того потребує експеримент.

### 3. Додаткові методи

**Тест** – це проба, один із способів психологічної діагностики рівня розвитку психічних процесів і властивостей людини. Психологічні тести становлять собою певну систему завдань, надійність яких випробовується на певних вікових, професійних, соціальних групах і оцінюється та стандартизується за допомогою спеціального математичного аналізу.

Розрізняють тести для вивчення інтелектуальних здібностей, рівня розумового розвитку особистості й тести успішності. За їх допомогою можна з'ясувати рівень розвитку окремих психічних процесів, рівні засвоєння знань, загального розумового розвитку особистості. Тести як стандартизовані методи дають можливість порівнювати рівні розвитку та успішності піддослідних з вимогами програм і професіограм різних спеціальностей.

З метою уникнення помилок при використанні тестів як методу психологічного дослідження їх зміст повинен відповідати досліджуваному явищу (розумовій діяльності) і не потребувати для виконання спеціальних знань. Зміст тесту та інструкція до його виконання мають бути максимально чіткими та зрозумілими. Результати тестового дослідження не можна оцінювати як абсолютні показники розумових можливостей особистості. Вони є лише показниками рівня розвитку певних якостей на момент дослідження за конкретних умов життя, навчання та виховання особистості.

У психології, зокрема в педагогічній практиці, широко застосовують метод **опитування**, коли потрібно з'ясувати рівень розуміння піддослідним завдань, життєвих ситуацій, уживаних у навчанні та практичній діяльності понять або коли потрібна інформація про інтереси, погляди, почуття, мотиви діяльності та поведінки особистості. До

найпоширеніших різновидів опитування як методу психологічного дослідження належать бесіда, інтерв'ю, анкетне та соціометричне дослідження.

**Бесіда** – це цілеспрямована розмова з піддослідним з метою з'ясування уявлення або розуміння ним явищ природи та суспільства, наукових питань, взаємозалежностей, причин та наслідків, переконань, ідеалів, ідейної спрямованості. Поставлені запитання мають бути чіткими й зрозумілими, спрямованими на психологічні явища. У бесіді потрібно домагатися не лише констатуючої відповіді, а й пояснення, мотивації, тобто відповідей на запитання не лише «що це таке?», ай «чому?», «як?».

Одним з варіантів бесіди є **інтерв'ю**, яке використовують у психологічних та соціологічних дослідженнях. В інтерв'ю виявляються думки, погляди, факти з життя респондента, тобто піддослідного, його ставлення до політичних подій, ситуацій, соціальних явищ. Інтерв'ю як метод має **три види**:

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

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

**Анкетне дослідження** – одині з способів психологічного опитування. За допомогою анкетування досліджуються літературні, мистецькі, спортивні, професійні інтереси та уподобання, мотиви, ставлення до вибору дій, вчинків, різновидів праці, до тих чи інших переживань, їх оцінювання. На поставлені в анкеті запитання анкетовані дають відповіді в письмовій формі. Причому запитання ставляться так, що відповіді на них будуть описовими або альтернативними: «так», «ні», «незнаю», «важко відповісти», або так, що в них наперед дається кілька варіантів відповіді, серед яких піддослідному пропонується підкреслити один, що відповідає його особистим поглядам та інтересам. В анкеті ставляться запитання і констатуючого, і мотиваційного характеру, як у бесіді та інтерв'ю. Анкета може бути *іменною*, коли піддослідний зазначає своє

прізвище та ім'я, наводить певні відомості про себе, та *анонімною*, при використанні якої отримують більш правдиві відповіді.

Надійність даних анкетного опитування перевіряється двома шляхами:

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

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

За допомогою анкетного дослідження можна зібрати великий обсяг матеріалу, що дає підстави вважати одержані відповіді достатньо ймовірними.

**Соціометричне дослідження, або метод вибору**, застосовують для з'ясування взаємин у колективі, оцінних ставлень піддослідних до інших, віддавання переваги одним членам колективу чи групи перед іншими при виборі керівника, приятеля. Підставою для оцінного ставлення та вибору є почуття симпатії або антипатії до інших. У психології соціометричну методику застосовують з метою вивчення групової диференціації, коли членам групи пропонують відповісти на запитання типу: «З ким ти хотів би приятелювати?», «Кого ти обрав би керівником групи?». Вибір може бути взаємно позитивним, взаємно негативним або позитивним (чи негативним) з боку члена групи та негативним (позитивним) з боку того, кого він обрав би.

Кількість позитивних і негативних виборів фіксується на матриці, після чого розраховують їх відсоток. За допомогою соціометричного дослідження можна виявити реальне місце особистості в колективі за її діловими якостями, популярністю, міжособистісними стосунками.

Метод **аналізу продуктів діяльності** ґрунтується на тому, що в результатах роботи людини виявляються її знання, вміння та навички, здібності, уважність і спостережливість, риси характеру. Отже, продукти діяльності дають можливість побачити в них найрізноманітніші психічні якості та властивості особистості, рівень їх розвитку.

Продуктами діяльності учнів є їхні письмові роботи, вироби, малюнки, моделі, фотографії та ін. Порівнюючи роботи, які учень виконує в різний час, на різних етапах навчання, можна виявити рівень його розвитку, досконалість умінь та навичок, акуратність, майстерність, кмітливість, наполегливість. Саме це має стати предметом аналізу продуктів діяльності, а не, наприклад, вартість виготовленого продукту.

Продукти діяльності учня можна аналізувати також у процесі їх створення. Спостерігаючи цей процес, можна виявити не тільки його якість, а й динаміку, темп роботи, вправність у дії, ставлення до завдання. Дані спостереження допомагають глибше та всебічно пізнати розумові, емоційні, вольові й характерологічні якості та властивості особистості.

Метод **узагальнення незалежних характеристик** - це об'єднання та узагальнення даних багатьох спостережень, виконаних незалежно одне від одного в різний час, за різних умов та у різних видах діяльності.

Одержані незалежні характеристики – розумові дані особистості, її моральна вихованість, дисциплінованість, спрямованість інтересів і здібностей, рівень культури, темп розвитку тих чи інших якостей – узагальнюють упевну систему під певним кутом зору.

Використовуючи цей метод, учитель повинен мати власну думку про учня. Дані інших вчителів про успішність учнів, їх дисциплінованість, нахили та здібності, активність потрібно використовувати не механічно, а вдумливо, перевіряючи вірогідність. Такі характеристики уможливають всебічне вивчення особистості, складання об'єктивної характеристики про неї й визначення шляхів її подальшого розвитку у процесі навчально-виховної роботи.

За допомогою методу **самооцінки** виявляють рівень здатності особистості оцінювати себе загалом або свої окремі морально-психологічні якості – психічні процеси, стани та властивості, наприклад уважність, спостережливість, кмітливість, правдивість, чесність, принциповість, дисциплінованість, акуратність, культурність, ввічливість, працьовитість, мужність, успішність у навчанні, роботі.

Дані самооцінки є важливими показниками рівня розвитку свідомості особистості, її вміння критично ставитися до своїх вчинків, усвідомлення свого місця в колективі. Існує кілька способів самооцінки. В одних випадках піддослідний оцінює себе або власні якості за п'яти чи трибальною шкалою, в інших йому пропонується порівняти себе з кожним

членом свого колективу, групи, класу й оцінити себе, вибравши один з варіантів відповіді:

1. «я кращий від нього»;
2. «я такий самий»;
3. «я гірший від нього».

За допомогою методу самооцінки можна визначити такі характерологічні особливості особистості, як рівень домагань, скромність або хвалькуватість, рівень розуміння власних індивідуальних особливостей. Це виявляється в тому, що одні оцінюють себе об'єктивно, а інші – переоцінюють або недооцінюють.

Дані про рівень розвитку самооцінки учня чи дорослого можуть використовуватись у виховних цілях.

Важливі думки про методи психологічного вивчення особистості висловив К.Ушинський. Він вважав, що будь-яка людина, яка вміє заглядати всередину себе, вже є готовим курсом психології; важко знайти хоч якусь книгу, де не було б психологічного факту або погляду на психічне явище; уся історія записує тільки історію душі людської, майже забуваючи історію тіла людини; кожний життєпис, кожна повість, кожен роман чи вірш є безліччю психологічних фактів і спостережень; немає такого навіть найгіршого педагогічного курсу, де не було б цілої системи психологічних думок; якою ж широкою нивою для психологічних спостережень є педагогічна практика!

### **Питання для обговорення**

1. Що таке метод наукового дослідження?
2. Які методи належать до основних?
3. Які методи належать до додаткових?
4. Назвіть вимоги до застосування методу спостереження.
5. У чому полягає суть методу експерименту?
6. У чому полягає суть методу тестів?
7. У чому полягає суть методу соціометрії?
8. У чому полягає суть методу бесіди?
9. У чому полягає суть методу аналізу продуктів діяльності?
10. У чому полягає суть методу узагальнення незалежних характеристик?

## Тестові завдання

*Знайдіть єдину правильну відповідь.*

1. Про який принцип психологічного дослідження йдеться: не можна вивчити явище, не дослідивши причини, що його викликають?
  - а) принцип системності,
  - б) принцип об'єктивності,
  - в) принцип розвитку,
  - г) принцип детермінізму.
2. Основними методами психології є:
  - а) спостереження та експеримент,
  - б) спостереження та тестування,
  - в) анкетування та експеримент,
  - г) експеримент і тестування.
3. Яке визначення найбільш точно відображає суть методу спостереження?
  - а) засіб вивчення психічних явищ через аналіз процесу їх виникнення та розвитку,
  - б) спосіб вивчення психіки людини через фіксацію проявів її поведінки,
  - в) засіб вивчення психіки шляхом мовного спілкування з людиною,
  - г) спосіб вивчення психіки людини в спеціально створених для цього умовах.
4. За допомогою якого психологічного методу можна вивчити структуру класного колективу школярів?
  - а) біографічного,
  - б) тестування,
  - в) соціометрії,
  - г) інтерв'ю.
5. До якої групи методів відносяться методи бесіди, анкетування, інтерв'ю?
  - а) експериментальні методи,
  - б) методи опитування,
  - в) лабораторні методи,
  - г) теоретичні методи.
6. Визначте назву методу психології, який має такі різновиди: лабораторний, природний, психолого-педагогічний

- а) експеримент,
  - б) опитувальник,
  - в) соціометричний метод,
  - г) аналіз продуктів діяльності.
7. Використання якого методу передбачає створення спеціальних умов для виявлення того чи іншого явища:
- а) експеримент,
  - б) тестування,
  - в) спостереження,
  - г) біографічний метод.
8. Сучасна психологія свої дослідження будує на:
- а) інтуїції,
  - б) спробах і помилках,
  - в) спостереженні та експериментах,
  - г) тестах.
9. Експеримент – це:
- а) збір психологічних фактів,
  - б) емпіричний метод,
  - в) спостереження і обробка даних,
  - г) фіксація проявів психіки.
10. Бесіда – це:
- а) вільний діалог,
  - б) непосредня цілеспрямована розмова,
  - в) випадкова взаємодія людей,
  - г) приватна розмова.

### Тема 1.3. Розвиток психіки і свідомості

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

*Основні поняття теми: подразливість, чутливість, тропізм, інстинкт, інтелектуальна поведінка, свідомо діяльність, дифузна нервова система, ганглієва нервова система, трубчаста нервова система.*

*«Кожна людина історія, не схожа ні на яку іншу».*

Каррель

#### 1. Виникнення та розвиток психіки.

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

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

## 2. Розвиток механізмів психічної діяльності

Матеріальною основою психіки є нервова система та її периферійні органи — **рецептори**. Ці механізми психіки є результатом тривалого процесу взаємодії живих організмів з їх середовищ.

**Поведінка** — це своєрідна активність, прояв життєдіяльності живих істот, завдяки якій вони пристосовуються до свого оточення й задовольняють свої біологічні потреби.

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

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

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

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

- дифузна;
- ганглієва (вузлова іланцюгова);
- трубчаста.

**Дифузна**, або **сіткоподібна**, нервова система — це елементарна форма нервової системи, властива таким багатоклітинним живим істотам, як медуза, актинія, морська зірка. Проте можливості дифузної нервової системи обмежені: на цьому етапі розвитку нервової системи ще немає постійного головного кінця, нервового центру, який би зосереджував одержану інформацію й керував нею, створював програму диференційованої поведінки, що властиво організмам на вищому, ганглієвому етапі розвитку нервової системи.

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

Вищим етапом вузлової нервової системи є *ланцюгова*, коли в організмі виникають об'єднані в ланцюги вузли, або ганглії, серед яких головний зосереджує збудження, перероблює їх і регулює рухи окремих частин організму. Вже у кільчастих хробаків можна помітити дію ганглієвої нервової системи, а найвищого щабля розвитку вона досягає у ракоподібних, павуків, комах.

У хребетних тварин через ускладнення умов життя нервова система стала набагато складнішою. Процеси інтеграції та централізації дії нервової системи виявилися в утворенні цереброспінальної нервової системи, що складається зі спинного та головного мозку. Головний мозок утворився з мозкової трубки, тому нервову систему хребетних тварин називають **трубчастою**. У процесі розвитку хребетних тварин під впливом умов життя утворилися довгастий мозок і мозочок, середній і проміжний мозок і великі півкулі головного мозку, де розвинулася найскладніша за будовою та функціями кора великих півкуль головного мозку.

### **3. Розвиток психіки на різних етапах еволюції тваринного світу**

Характерною ознакою психічної реакції є чутливість організму до індиферентних подразників, які за певних умов сигналізують проможливість або необхідність задоволення біологічних потреб організму. Чутливість виникає на основі подразливості. Чутливість, вважає О.Леонт'єв, генетично є не що інше, як подразливість на впливи, що орієнтують організму середовищі, виконуючи сигнальну функцію.

Подразливість властива органічній природі взагалі. Завдяки їй у рослинному світі відбуваються природжені реакції, які називають тропізмами. **Тропізм** — це автоматичні рухи впевному напрямі рослин і найпростіших організмів, що зумовлюються неоднаковістю фізико-хімічних процесів у симетричних частинах організму, які викликаються одnobічними впливами подразників на організм. Теорію тропізмів щодо

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

Відповідно до видів енергії, що діють на організми в умовах їх існування, розрізняють фототропізми, хемотропізми, геліотропізми, гальванотропізми.

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

Розрізняють такі **основні стадії розвитку психіки тварин**:

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

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

**Стадія перцептивної психіки.** За сенсорною стадією психіки і на її основі розвивається перцептивна стадія діяльності тварин.

Для цієї стадії характерне відображення предметів як цілого, а не окремих їх властивостей, як це спостерігається на сенсорному етапі розвитку психіки. Наприклад, якщо ссавця відгородити від їжі, то він реагуватиме не тільки на предмет, куди спрямована його діяльність (на їжу), а й на умови, за яких ця діяльність відбувається, тобто намагатиметься подолати перешкоду. На сенсорному етапі такої реакції на умови, за яких відбувається життєдіяльність тварин, небуває.

**Стадія інтелекту.** Психіка більшості ссавців залишається на стадії перцептивної. Але у антропоїдів — людиноподібних мавп — відображувальна діяльність піднімається ще на один щабель свого розвитку. Цей вищий щабель називають стадією інтелекту, або «ручного мислення». Як показали дослідження, мавпам, особливо шимпанзе, властива елементарна розумова діяльність, зачатки наочно-дійового мислення. Мавпи швидше, ніж інші тварини, навчаються та перенавчаються, виявляють більшу рухливість процесів збудження та гальмування.

Для всіх стадій психічного розвитку тварин характерні фіксованість та індивідуальна мінливість поведінки. Фіксованими формами поведінки, що передаються спадково, є інстинктивні форми поведінки. **Інстинкти** (від лат. *instinctus*— спонука) — це акти взаємодії організму із середовищем, механізмом яких є система безумовних рефлексів.

Інстинктивні форми поведінки — це великої сили спонука для організму. Залежно від умов життя і стану організму виникають, чергуючись, ті чи інші акти поведінки, розмноження, захисту, акти, пов'язані з живленням.

#### **4. Виникнення та історичний розвиток людської свідомості**

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

У процесі біологічного етапу розвитку психіки виникли передумови для появи вищих, специфічно людських форм психіки — свідомості. Знання біологічного етапу розвитку психіки як перед історії людської свідомості дає можливість науково пояснити її виникнення.

Протягом історичного розвитку в різних видах діяльності у людини поступово формувалися специфічно людська, свідомо спрямовувана, пізнавальна діяльність, уява, людські почуття та якості волі, різноманітні психічні властивості, які істотно відрізняються від інстинктивної психічної діяльності тварини.

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

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

### Питання для обговорення

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

### Тестові завдання

*Знайдіть єдину правильну відповідь.*

1. Найвища стадія розвитку психіки, притаманна тільки людині — це:
  - а) свідомість,
  - б) підсвідомість,
  - в) сенсорна стадія,
  - г) душа.
2. Якому компоненту свідомості людини відповідає пізнання людиною своїх власних якостей та особливостей?
  - а) знання,
  - б) ставлення,
  - в) самосвідомість,
  - г) цілеспрямованість діяльності.
3. З ім'ям якого психолога пов'язане відкриття несвідомих провів психіки?
  - а) З. Фрейда,
  - б) Г. С. Костюка,
  - в) Л. С. Виготського,
  - г) С. Л. Рубінштейна.

4. Психічне відображення – це:
  - а) подразливість,
  - б) тропізми,
  - в) чутливість,
  - г) збудження і гальмування.
5. Яка з форм поведінки тварин містить у собі діяльність мислення:
  - а) інстинкти,
  - б) навички,
  - в) інтелектуальна поведінка,
  - г) дії.
6. У якому з наведених рядків всі перелічені явища відносяться до категорії психічних?
  - а) почуття, клітина, увага, мозок, повітря, полум'я,
  - б) бажання, сприймання, інстинкт, колір, рух, світло,
  - в) відчуття, інтереси, уява, думка, уважність, звичка,
  - г) голос, здібності, звук, уява, любов, морок.
7. Спокій, хвилювання, байдужість, зацікавленість - це:
  - а) риси особистості,
  - б) психічні стани,
  - в) психічні властивості,
  - г) індивідуальна психічна діяльність.
8. Свідомість - це:
  - а) стан який контролюється людиною,
  - б) вища, інтегруюча форма психічного відображення,
  - в) здатність людини сприймати зміни в середовищі,
  - г) психічна діяльність.
9. Несвідоме- це:
  - а) фізіологічний стан,
  - б) активна діяльність головного мозку,
  - в) особливий психічний стан,
  - г) психічні процеси не представлені в свідомості людини.
10. Яка функція самосвідомості полягає в побудові власної поведінки на основі знань та ставлень до себе?
  - а) пізнавальна,
  - б) оцінкова,
  - в) регулятивна,
  - г) захисна.

## Розділ 2. Особистість у діяльності і спілкуванні

### Тема 2.1. Психологія особистості

1. Поняття про особистість, індивід, індивідуальність.
2. Структура особистості.
3. Активність особистості та її джерела.

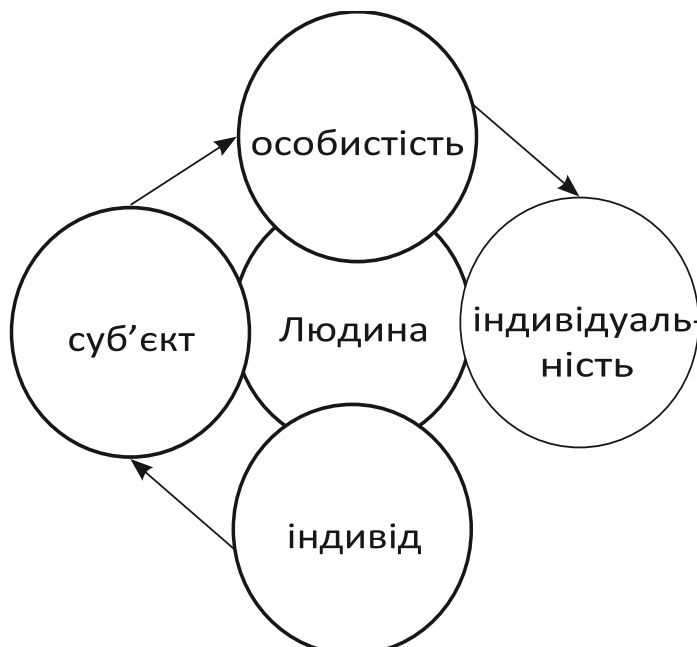
*Основні поняття теми: особистість, індивідуальність, індивід, спрямованість, активність, мотив, самосвідомість, інтерес, переконання, ідеал, установка, мета.*

*«Для людини немає нічого більш цікавого, ніж люди».*

В. Гумбольдт

#### 1. Поняття про особистість, індивід, індивідуальність

Людина, як відомо, є об'єктом вивчення психології як науки. У психології людина вивчається в трьох аспектах — як особистість, індивід та індивідуальність.



Центральним і найбільш цікавим для психології є вияв людини як особистості, оскільки вона є носієм розвиненої свідомості.

**Особистість** — це свідомий індивід, що залучений до повноцінних суспільних взаємин.

Особистість як якість людини має певні ознаки:

Приналежність тільки людині	Функціонування на основі сформованої і здорової свідомості	Активність особистісного і суспільного характеру
Динамічність (мінливість певних своїх проявів залежно від віку людини та обставин її життя)	Соціальна зумовленість (формування та прояви особистісних рис лише на основі перебування в соціумі)	

Особистість — це набута та динамічна якість людини.

Першочергово людина народжується, перебуваючи в статусі *індивіда*. Індивід є типовим носієм різних видів людської активності, перебуваючи в стані *суб'єкта*. Поступово індивід стає типовим представником суспільства, яке його сформувало, — *особистістю*, яка є неповторною, несхожою на інших людей. Це робить її *індивідуальністю*.

Розглянемо ці характеристики більш детально.

**Індивід** — це людина як представник біологічного виду *Homo sapiens* (Людина розумна)

Отже, народившись, людина є одиницею свого біологічного виду з відповідними *типовими ознаками*:

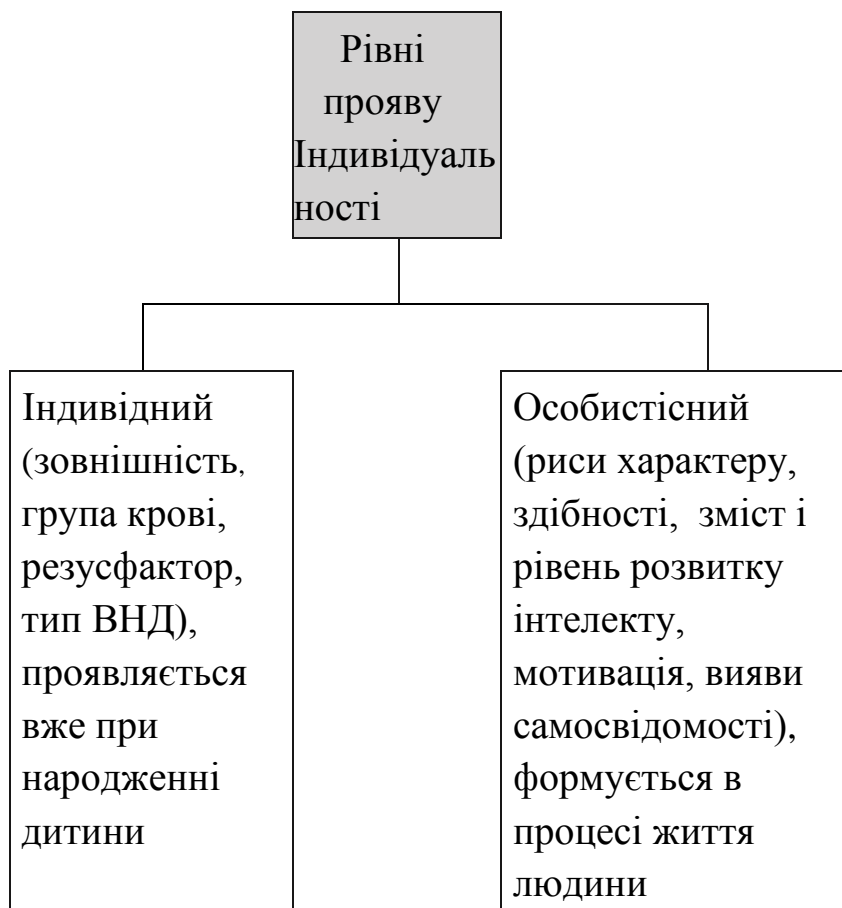
- здатність до прямоходіння,
- здатність до виконання рукою високоточних трудових операцій,
- високорозвинена мозкова тканина зі складною будовою та функціями,
- здатність до формування та роботи свідомості,
- здатність до мовлення та абстрактного мислення,
- здатність до активної взаємодії в соціумі.

Вже з самого народження у дитини проявляються певні ознаки, що відрізняють її від інших індивідів; поступово з плином її життя ці

відмінності розширюються. Отже, людина виявляється ще й як індивідуальність.

**Індивідуальність** — це людина в своїй неповторності, своєрідності та унікальності

Певні ознаки індивідуальності формуються ще до народження дитини і є фізичними та фізіологічними, тоді як інші набуваються поступово з формуванням особистості. Отже, індивідуальність має два рівні прояву:



*«Індивідом народжуються, особистістю стають, а індивідуальність доводять» О. Г. Асмолов*

## 2. Структура особистості

Структуру особистості розглядають по-різному. Одні вважають, що в ній доцільно розглядати лише психологічні компоненти (пізнавальні, емоційно-вольові, спрямованість), інші виокремлюють у ній ще й біологічні аспекти (типологічні особливості нервової системи, вікові зміни в організмі, стать), які не можна ігнорувати у процесі виховання особистості. Однак протиставляти біологічне соціальному в особистості

не можна. Природні аспекти та риси існують у структурі особистості як соціально зумовлені її елементи. Біологічне та соціальне у структурі особистості утворюють єдність і взаємодіють.

Людина — істота природна, але біологічне у процесі історичного розвитку під впливом соціальних умов змінилося, набуло своєрідних специфічно людських особливостей.

У структурі особистості розрізняють *типове* та *індивідуальне*. Типове є тим найзагальнішим, що властиве кожній людині і характеризує особистість узагалі: її свідомість, активність, розумові та емоційно-вольові прояви тощо, тобто те, чим одна людина схожа на інших людей. Індивідуальне — це те, що характеризує окрему людину: її фізичні та психологічні особливості, спрямованість, здібності, риси характеру тощо, тобто те, чим одна людина відрізняється від інших людей.

Психолог К. Платонов у структурі особистості виокремлює чотири підструктури.

Перша підструктура — *спрямованість особистості*: моральні якості, установки, стосунки з іншими. Визначається суспільним буттям людини.

Друга — підструктура *досвіду* (знання, вміння, навички, звички). Набувається досвід у процесі навчання й виховання. Провідним у набутті досвіду є соціальний чинник.

Третя — підструктура *форм відображення*. Вона охоплює індивідуальні особливості психічних процесів, що формуються протягом соціального життя і специфічно виявляються в пізнавальній та емоційно-вольовій діяльності людини.

Четверта - підструктура *біологічно зумовлені психічні функції особистості*. Об'єднує типологічні властивості особистості, статеві й вікові особливості та їх патологічні зміни, що великою мірою залежать від фізіологічних і морфологічних особливостей мозку.

Психологічна структура особистості дуже складна і багатогранна. Пізнавальна, емоційно-вольова діяльність особистості, її потреби, інтереси, ідеали та переконання, самосвідомість — складові духовного життя особистості, які перебувають у складній взаємодії і в своїй єдності становлять її «Я», яке керує всіма аспектами внутрішнього життя та проявами його в діяльності та стосунках з іншими.

### 3. Активність особистості та її джерела.

Активність живих істот — один з основних і необхідних проявів життя, внутрішня спонукальна сила, спрямована на задоволення потреб організму. Проте активність людини докорінно відрізняється від активності тварин. У тварин вона є проявом інстинктивних біологічних потреб організму, а у людини провідними в її активності є свідомі й цілеспрямовані прагнення.

Розроблюючи проблему активності особистості, вітчизняна психологія виходить з визнання того, що джерелом активності особистості є її органічні та духовні потреби — в їжі, одязі, знаннях, праці.

**Потреба** — це нужда, в якій виявляється залежність людини від певних умов, необхідних їй для життя та діяльності. У потребах завжди відображуються стійкі життєвоважливі залежності організму та середовища. Людські потреби розвиваються в діяльності разом з розвитком суспільних умов життя, виробництва, науково-технічним прогресом. Сам процес задоволення потреби сприяє її розвитку та відтворенню нових потреб, які неминуче породжуються різними сферами суспільного буття людей та їхньою діяльністю. Що вищий рівень цивілізованості суспільства, економічного та духовного розвитку, то багатшими й різноманітнішими є його потреби. Внутрішніми спонуками до дій стають мотиви, що є результатом усвідомлення особистістю своїх потреб і виявляються в конкретних прагненнях до їх задоволення.

**Мотив** — це реальне спонукання, яке змушує людину діяти у певній життєвій ситуації, за певних умов.

Поширеними мотивами людської активності є інтереси.

**Інтерес** — це стійке, вибіркове, емоційно забарвлене прагнення особистості до життєво значущих об'єктів. Інтереси виникають на ґрунті потреб, але не зводяться до них. Потреба виражає необхідність, а інтерес завжди пов'язаний з особистою зацікавленістю об'єктом, із прагненням більше його пізнати, оволодіти ним. Інтерес може виявлятися в симпатії та прихильності до людини, у захопленні певною діяльністю, літературою, спортом, наукою.

Жорсткими регуляторами поведінки є переконання. **Переконання** — це система мотивів особистості, що спонукає її діяти відповідно до власних поглядів і принципів. Підґрунтя переконань становлять знання,

які для людини є істинними, незаперечними, в яких вона немає сумніву. Особливість переконань полягає в тому, що в них знання постають в єдності з почуттями, захоплюючи всю особистість. Переконання є там, де є страждання та муки сумління, коли порушуються принципи в діях і вчинках. Переконання особистості можуть виявлятися в різних царинах її життя та діяльності й залежно від цього поділятися на моральні, інтелектуальні, естетичні.

Переконання стають потужною рушійною силою за умови, що дії, які викликаються цими переконаннями, стають звичними. К.Ушинський добру звичку називав моральним капіталом, що її вкладає людина у свою нервову систему. Капітал звички від вживання зростає й надає людині можливість дедалі плідніше застосовувати свою дорогоцінну силу — силу свідомої волі, невитрачаючи своєї свідомості та волі на боротьбу з труднощами, які були вже подолані.

Важливим усвідомлюваним мотивом є ідеал. **Ідеал** — це образ реальної людини або створеного особистістю взірця, яким вона керується в житті протягом певного часу і який визначає програму її самовдосконалення на майбутнє. Ідеали людей формуються під впливом суспільних умов життя, у процесі навчання та виховання. Роль мотивів особистості можуть відігравати установки. **Установка** — це неусвідомлюваний особистістю стан готовності до діяльності, за допомогою якої людина може задовольнити ту чи іншу потребу. Установка до різних фактів життя може виявлятися у стандартизованих судженнях, некритично засвоєних людиною під час спілкування з іншими людьми, в упередженості, виокремленні того, що має для неї важливе життєве значення. Саме тому особистість може бачити в об'єктах та явищах життя те, що вона хоче бачити, а не те, що є насправді. Установки можуть бути позитивними, якщо вони ґрунтуються на довірі, симпатії, схваленій громадській думці, і негативними, коли вони мають характер упередженості, необ'єктивності. Особливою формою установки є внутрішньогрупова навіюваність як неусвідомлювана думка групи.

В усвідомлюваних мотивах завжди виявляється **мета діяльності**. Об'єкт, що може задовольнити потреби особистості, постає в її свідомості як мета. Якщо особистість ясно усвідомлює життєву мету й передбачає реальність її досягнення, то розкривається перспектива

особистості. Перспектива робить дії людини впевненими, цілеспрямованими, живить їх енергією.

Інтегрованим показником соціальної цінності орієнтацій особистості є її спрямованість. **Спрямованість особистості** — це система домінуючих цілей і мотивів її діяльності, які визначають її самоцінність і суспільну значущість. Спрямованість разом зі світоглядом є вищим регулятором поведінки і дій людини.

Важливу роль у формуванні спрямованості особистості відіграє її самосвідомість. **Самосвідомість** — це усвідомлювання людиною себе самої у своєму ставленні до зовнішнього світу та інших людей.

### Питання для обговорення

1. Назвіть основні ознаки особистості?
2. У чому виявляється суспільна сутність особистості?
3. Як співвідносяться поняття «особистість» та «індивідуальність»?
4. Охарактеризуйте структуру особистості.
5. Що є фундаментальним рушієм людської активності?
6. Що таке спрямованість особистості?
7. Назвіть основні групи мотивів особистості.
8. Як поділяються цілі особистості?
9. Як взаємопов'язані самооцінка особистості та рівень її домагань?
10. Що є джерелом і рушійною силою розвитку особистості?
11. Які чинники зумовлюють психічний розвиток особистості?

### Тестові завдання

*Знайдіть єдину правильну відповідь.*

1. Розвинені суспільні зв'язки, сформована свідомість, активність та відповідальність — це ознаки якого прояву людини?
  - а) індивіда,
  - б) індивідуальності,
  - в) особистості,
  - г) суб'єкта.
2. Людину як індивіда характеризує:
  - а) індивідуальний стиль діяльності,
  - б) креативність,
  - в) мотиваційна спрямованість,
  - г) середній зріст.

3. Представники якої теорії особистості розглядають особистість як комплекс якостей, що властиві певним категоріям людей?
- а) психодинамічної,
  - б) когнітивної,
  - в) теорії особистісних рис,
  - г) гуманістичної.
4. Яка функція самосвідомості полягає в побудові власної поведінки на основі знань та ставлень до себе?
- а) пізнавальна,
  - б) оцінкова,
  - в) регулятивна,
  - г) захисна.
5. Спрямованість особистості формується під впливом:
- а) навчання,
  - б) виховання,
  - в) вправляння,
  - г) тренування.
6. Рушійною силою психічного розвитку є:
- а) саморозвиток,
  - б) навчання,
  - в) виховання,
  - г) суперечності.
7. Виберіть правильну відповідь:
- а) немовля - це людина і індивід,
  - б) немовля - це індивід і індивідуальність,
  - в) немовля - це особистість і людина,
  - г) немовля - це індивідуальність і особистість.
8. Особистість - це:
- а) людська індивідуальність, якій притаманні особливі якості,
  - б) індивід, який суттєво відрізняється від інших,
  - в) психологічна характеристика людини, яка вступає в соціальні зв'язки, володіє мовленням,
  - г) людина, яка здатна розуміти себе й інших, має значні й позитивні психологічні риси.
9. Назвіть особливості поведінки людини, які характеризують її як особистість:

- а) старанність, правдивість, чесність, інтереси,
- б) сміливість, музичні здібності, реактивність, чудова дикція,
- в) чуйність, емоційна збудливість, висока сенсорна чутливість, інтерес до спорту,
- г) приємний голос, наполегливість, ідеали, красива хода.

10. Свідомість - це:

- а) стан який контролюється людиною,
- б) вища, інтегруюча форма психічного відображення,
- в) здатність людини сприймати зміни в середовищі,
- г) психічна діяльність.

## Тема 2.2. Соціальні групи

1. Поняття про групи.
2. Міжособистісні стосунки у групі.
3. Психологічна сумісність і конфлікт у міжособистісних стосунках.

*Основні поняття теми: група, реальна група, умовна група, референтна група, офіційна група, неофіційна група, колектив, конформізм, статус, лідер, «зірки», «ізолювані», соціометрична матриця, соціограма.*

*«Щоб знати самого себе, треба пізнати інших».*

Берне

### 1. Поняття про групи

Людина живе, розвивається і діє у групі. У колективі й під його впливом відбувається становлення особистості — складається її спрямованість, формуються суспільна активність, воля, створюються умови для саморегуляції та розвитку здібностей. Проте не кожному спільності людей, у яку входить особистість, можна назвати колективом. Потрібно розрізняти поняття **«група»** і **«колектив»**. **Групою** можна назвати будь-яке об'єднання людей незалежно від того, якого характеру зв'язки виявляються між її членами. Групи можна поділити на великі та малі, реальні, умовні, офіційні, неофіційні та референтні.

**Великі та малі групи** можуть бути реальними або умовними. *Реальні групи* — це об'єднання людей на ґрунті реальних стосунків — ділових чи особистісних. Так, реальною групою є учнівський клас, сім'я, коло знайомих.

*Умовна група* об'єднує людей за якоюсь умовною ознакою — віком, статтю, національністю. Члени умовної групи не підтримують між собою реальних контактів і навіть можуть не знати один одного.

**Офіційна (формальна) група** створюється як структурна одиниця на підставі штатного регламенту, інструкцій та інших документів. Формальними є студентська група, сім'я, військовий підрозділ, виробнича бригада. Ділові стосунки між її членами визначаються посадовими обов'язками кожного й регулюються певним розпорядником.

**Неофіційна група** — це спільність людей, що виникла нерегульованим шляхом, стихійно на підставі спільності інтересів її

членів, симпатій, єдності поглядів і переконань чи з інших мотивів. Так, неофіційними є групи осіб, що приятелюють між собою, шанувальники туризму, рибалки.

**Референтна (еталонна) група** — це реально існуюча чи уявна група, погляди, норми та цінності якої є взірцем для особистості, і за ними вона формує свої життєві ідеали, звіряє дії та вчинки. Особистість може бути членом групи, яка водночас постає для неї як референтна. За цих умов гармонізуються стосунки з групою, створюються психологічно комфортні умови для успішного розвитку особистості в певному напрямі.

Референтна група іноді існує для особистості поза реальною, якщо вона зорієнтована на ідеали, цінності, погляди іншої групи. Тоді еталоном для неї є інший взірець. Такий стан може істотно позначитися на внутрішньоколективних стосунках, ускладнювати взаємини членів групи. Якщо у людини кілька референтних груп, це породжує у неї конфліктні стани.

Об'єднання людей у реальні групи може ґрунтуватися на спільності їхньої діяльності, зумовленої єдністю потреб, інтересів, прагненням досягти важливих результатів. Вищою формою організації групи є колектив.

**Колектив** — це група людей, які об'єднані спільною діяльністю та мають єдині цілі, підпорядковані цілям суспільства.

**Конформізм** — це така поведінка людини, яка характеризується зовнішньою відповідністю цілям колективу при внутрішньому розходженні з ними. Взаємовідносини окремих членів у групах і колективах складні й різноманітні. Вони можуть мати діловий характер, коли їх підґрунтям є співпраця, спільна участь у реалізації важливих виробничих справ, праці.

## 2. Міжособистісні стосунки у групі

Важливим аспектом життєдіяльності колективу, знання якого важливе практичне значення для кожного, хто працює з людьми, є міжособистісні стосунки у групі. Ці стосунки неминуче виникають між членами колективу на ґрунті їхнього спілкування та взаємодії у процесі реалізації завдань, на виконання яких спрямовуються їхні зусилля. Цілі діяльності, її мотиви, організація дій співучасників визначають характер стосунків, що складаються. Міжособистісні стосунки мають складну структуру. У цій структурі діють не лише об'єктивні чинники (характер

цілей, умови їх досягнення, особливості керівництва, стосунки, що склалися між членами групи), а й суб'єктивні (рівень свідомості та самосвідомості членів колективу, рівень їхніх домагань, індивідуально-психологічні особливості, здібності людей ).

Основним методом дослідження взаємовідносин у колективі є **спостереження**. Воно дає можливість всебічно з'ясувати змістовний бік життя групи, її структуру, рівень розвитку, статус окремих членів. Плідними при вивченні колективів є також різні форми анкетування, опитування, інтерв'ю, результати яких дають уявлення про цінності групи, думки її членів про різні аспекти життя певної спільноти.

Ефективним інструментом оперативного вивчення міжособистісних стосунків є запропонований американським психологом і мікросоціологом Дж. Морено метод **соціометрії**. Процедура соціометричного дослідження полягає в тому, що кожному члену групи пропонується відповісти на запитання «З ким би ти хотів?». Воно може стосуватися будь-якої царини людських взаємовідносин. Критерії вибору можуть бути сильними та зорієнтованими на істотні психологічні якості особистості — її моральні принципи, силу характеру, вольові та інтелектуальні якості, наприклад: «З ким би ти пішов у розвідку?», «До кого б ти звернувся по допомогу при розв'язанні конфліктної ситуації?» тощо. Критерії можуть бути слабкими, коли вони стосуються вибору партнера для розваг, відпочинку або ж для забезпечення психологічного комфорту. Такими можуть бути запитання «З ким би ти хотів проводити своє дозвілля?», «З ким би ти хотів сидіти за однією партою?».

При цьому надається можливість виявити міру бажаності партнера, який обирається, через послідовний потрійний вибір за принципом: «дуже бажаний», «бажаний», «менш бажаний». Результати одержаних виборів занотовуються у соціометричну матрицю й аналізуються шляхом підрахунку кількості виборів, зроблених щодо кожного члена групи.

Інформація може бути математично оброблена і виражена графічно у вигляді **соціограми**. Популярність членів групи, їх статус має такий характер: «зірки» — ті, кого обирають найчастіше; їм поступаються «бажані», які мають по три – чотири вибори; менш популярних називають «малобажані» — один-два вибори; поза вибором залишаються «ізольовані», з якими ніхто не виявляє бажання співпрацювати. Представники останньої підгрупи становлять собою контингент

підвищеного соціально-психологічного ризику й потребують до себе особливої уваги та розуміння.

У структурі сформованих груп чітко виявляються ієрархії статусів їхніх членів, що визначаються різними соціально-психологічними чинниками. Найпопулярніші з них належать до підгрупи лідерів.

**Лідер** — це особистість, яка користується визнанням та авторитетом у групі за якою група визнає право приймати рішення у значущих для неї ситуаціях, бути організатором діяльності групи й регулювати взаємини в ній.

Лідер групи може бути *офіційним*, коли він призначається відповідно до регламенту штатного розпису й виконує покладені на нього функції керівника, і *неформальним*, що визнається групою стихійно за його високі якості та значущість тих ролей, які він реалізує в колективі та в інтересах колективу.

### **3. Психологічна сумісність і конфлікт у міжособистісних стосунках**

Міжособистісні стосунки складаються в реальних умовах життя та діяльності людей, у процесі їх взаємодії.

**Сумісність** — це оптимальне поєднання якостей людей у процесі взаємодії, що сприяє успішному виконанню спільної діяльності.

*Психологічна сумісність* передбачає спільність поглядів, переконань, соціальних і моральних установок, цінностей, ставлень. Усе це найбільше духовно зближує людей. Психологічна сумісність, яка на них базується, — це вищий інтегративний рівень сумісності людей, яка характеризує глибокий, змістовий бік взаємодії та зумовлює її ефективність.

Відсутність сумісності у групі людей, включених у виконання суспільно чи особистісно значущої діяльності, за певних умов може спричинити конфлікт.

**Конфлікт** - це суперечність, що виникає між людьми у зв'язку з розв'язанням тих чи інших питань соціального чи особистого життя. Стан конфлікту характеризується гострими негативними емоційними переживаннями його учасників. Конфлікт може виявитися на рівні свідомості окремо взятої людини — це внутрішньоособистісний конфлікт, а також у міжособистісній взаємодії та на рівні міжособистісних групових стосунків.

**Внутрішньоособистісний конфлікт** виникає тоді, коли спостерігається сутичка рівних за силою та значущістю, але протилежно спрямованих мотивів, потреб, інтересів, потягів у однієї й тієї самої людини.

**Міжособистісний конфлікт** спричиняється ситуацією, в якій члени групи прагнуть до несумісних цілей або керуються несумісними цінностями чи нормами, намагаючись реалізувати їх у спільній діяльності. Конфлікт може виникнути при розподілі функціональних обов'язків між членами групи чи при обговоренні шляхів досягнення спільної мети діяльності.

**Міжгруповий конфлікт** спостерігається там, де гострі суперечності виявляються у стосунках між окремими соціальними групами, що мають наметі власні інтереси, причому своїми практичними діями перешкоджають одна одній. До такого конфлікту можуть призвести шпигунство, суперництво у боротьбі за зони впливу.

Дослідження сумісності при комплектуванні груп для виконання складної діяльності, пов'язаної з ризиком, має важливе значення для забезпечення її надійності та ефективності.

### **Питання для обговорення**

1. За якими ознаками поділяються групи?
2. Яка група може стати для особистості референтною?
3. Які ознаки мають групи різного ступеня організації?
4. Назвіть істотні ознаки колективу.
5. У чому полягає істотна відмінність між офіційним та неофіційним лідерами групи?
6. Чим визначається статус особистості в колективі?
7. У чому полягає суть методу соціометрії і в чому обмеженість його у варіанті, запропонованому Дж. Морено?
8. За якою соціометричною шкалою визначається статус члена групи?
9. Чи завжди референтна група є для особистості взірцем еталонів поведінки, особистісних якостей?
10. Чи можна на підставі результатів соціометрії робити висновки про згуртованість групи.

## Тестові завдання

*Знайдіть єдину правильну відповідь.*

1. Поняття групової динаміки означає:
  - а) сукупність групових процесів, які відображають весь цикл життєдіяльності групи та її етапи,
  - б) способи регуляції групової поведінки,
  - в) галузь соціальної психології, що досліджує психічні процеси, які відбуваються в малих групах,
  - г) розподіл ролей в групі.
2. Назвіть описане явище: "пасивне, пристосовницьке прийняття групових стандартів у поведінці, без апеляційне визнання існуючих порядків, норм і правил, без умовне схиляння перед авторитетами".
  - а) підлабузництво,
  - б) конформізм,
  - в) адаптація,
  - г) тиск групи на індивіда.
3. Як називається група, яку характеризує подане визначення: "реальна або умовна соціальна спільнота, яка має юридично фіксований статус і члени якої об'єднані спільною діяльністю"?
  - а) референтна група,
  - б) неформальна група,
  - в) формальна група,
  - г) реальна група.
4. Як називається група, з якою індивід співвідносить свої установки, думки, поведінку, і яка виступає еталоном для наслідування?
  - а) формальна група,
  - б) умовна група,
  - в) група членства,
  - г) референтна група,
  - д) партія.
5. Яким із методів соціальної психології доцільно скористатись, щоб швидко і реально оцінити взаємостосунки між учнями в класі?
  - а) опитування,
  - б) спостереження,
  - в) соціометрія,
  - г) тестування.

6. Процес спілкування - це:
- а) складний багаторівневий процес встановлення та розвитку, контактів між людьми, який породжується потребою у спільній діяльності та включає в себе обмін інформацією,
  - б) необхідність індивідів у спільній діяльності,
  - в) процес вдосконалення вмінь та навичок на основі власного досвіду,
  - г) процес цілеспрямованої передачі суспільно-історичного досвіду.
7. Індивід як суб'єкт соціальних стосунків та свідомої діяльності – це:
- а) людина,
  - б) особистість,
  - в) індивідуальність,
  - г) лідер.
8. Назвіть особу, яка є членом групи, і за якою людина визнає переваги в статусі та право приймати рішення у важливих для неї ситуаціях.
- а) директор,
  - б) індивід,
  - в) лідер,
  - г) особистість.
9. Яке явище в соціальній психології характеризує наступне висловлювання: "зіткнення протилежно спрямованих цілей, інтересів, позицій, думок, чи поглядів опонентів або суб'єктів взаємодії"?
- а) комунікація,
  - б) конфлікт,
  - в) діалог,
  - г) сварка.
10. Що із переліченого нижче характеризує процес соціалізації?
- а) утворення підгруп,
  - б) засвоєння та активне відтворення індивідом соціального досвіду,
  - в) поява чи зміна керівництва,
  - г) саморозвиток і самореалізація в результаті навчання і виховання.

## **Тема 2.3. Психологія діяльності**

1. Поняття про діяльність.
2. Мета і мотиви діяльності.
3. Структура діяльності.
4. Основні різновиди діяльності.

*Основні поняття теми: діяльність, мотив, мета, інтеріоризація, екстеріоризація, дія, рух, уміння, навички, вправляння, перенесення навички, інтерференція, гра, навчання, праця.*

*Треба багато вчитися, щоб збагнути, що мало знаєш.*

М. де Монтень

### **1. Поняття про діяльність**

Живим істотам від природи властива активність, яка забезпечує життєво важливі зв'язки організму із середовищем. Джерелом активності живих істот є потреби, що спонукають її до відповідних реакцій, дій. Потреба – це стан живої істоти, в якому виявляється її залежність від конкретних умов існування. Проте активність тварин і діяльність людини суттєво відрізняються за психологічними ознаками. Активність тварин характеризується як поведінка і обмежується інстинктивними та умовно-рефлекторними діями, спрямованими на пристосування до умов життя і задоволення різноманітних біологічних потреб у їжі, розмноженні, захисті. У потребах тварини предмет їх задоволення постає як безпосередній стимул активності й визначає сам спосіб задоволення потреби.

Людська діяльність за сутністю є соціальною. Вона сформувалася історично, у процесі праці. Людина не лише пристосовується до умов життя, а й активно змінює їх відповідно до своїх потреб, що виникли й розвинулися історично. Діяльність людини характеризується свідомістю і цілеспрямованістю. Особистість як суб'єкт діяльності, задовольняючи свої потреби, взаємодіє із середовищем, ставить перед собою певну мету, мотивує її, добирає засоби для її здійснення, виявляє фізичну й розумову активність у досягненні поставленої мети.

Свідомий характер людської діяльності виявляється в її плануванні, передбаченні результатів, регуляції дій, прагненні до її вдосконалення.

Отже, **діяльність людини** — це свідома активність, що виявляється в системі дій, спрямованих на досягнення поставленої мети.

## 2. Мета і мотиви діяльності

**Мета** — це те, до чого прагне людина, для чого вона працює, за що бореться, чого хоче досягти у своїй діяльності. Без мети не може бути свідомої діяльності.

Цілі людської діяльності виникли й розвивались історично, у процесі праці. Вони породжуються суспільним життям, умовами, в яких живе людина, і залежать від виконуваних людиною ролей, суспільних доручень, від її розвитку та індивідуальних особливостей. Цілі бувають близькі та віддалені. Віддалена мета реалізується в низці ближчих, часткових цілей, які крок за кроком ведуть до здійснення віддаленої мети, що висувається на далеку перспективу. Суспільно важлива, змістовна мета стає джерелом активності особистості. Тільки велика мета народжує велику енергію. Така мета викликає єдність розумової, емоційної та вольової діяльності, цілеспрямовану зосередженість свідомості на поставлених цілях. «Рефлекс мети», писав І. Павлов, має величезне життєве значення, він є основною формою життєвої енергії людини. Життя тільки у того змістовне, хто весь час прагне до певної мети. Як тільки зникає мета, воно стає безбарвним, непривабливим.

**Мотив** — це внутрішня рушійна сила, що спонукає людину до діяльності. Мотиви діяльності та поведінки людини генетично пов'язані з її органічними та культурними потребами. Потреби породжують інтереси, тобто спрямованість особистості на певні об'єкти з метою пізнати їх, оволодіти ними.

Спонуками до діяльності можуть бути матеріальні потреби, духовні та культурні. Мотивація діяльності буває близька та віддалена. Розрізняють мотиви і за рівнем усвідомлення. Бувають яскраво й чітко усвідомлювані мотиви: обов'язки перед колективом, відповідальність, дисциплінованість. Але в багатьох випадках діють не усвідомлювані спонуки, наприклад звички, упереджене ставлення до певних фактів життя, людей. Проте незалежно від міри усвідомлення мотиву діяльності він є вирішальним чинником у досягненні поставленої мети.

## 3. Структура діяльності

В усіх різновидах діяльності люди користуються **рухами природженими** (безумовно-рефлекторними) та **набутими** (умовно-рефлекторними). Безумовно-рефлекторні рухи у процесі життя, у

результаті досвіду, навчання та виховання перебудовуються відповідно до вимог умов життя, культури трудових дій та поведінки. Рухи під впливом навчання та виховання на стільки змінюються, що в них важко розпізнати первинний, природжений характер.

У діяльності залежно від її мети та змісту, матеріалу та способів його обробки рухи об'єднуються в різноманітні комплекси і системи. Систему рухів, спрямованих на присвоєння предмета чи його змісту, називають діями. Розрізняють дії предметні та розумові.

**Предметні**, або зовнішні, дії спрямовані на оволодіння предметами, контакти з людьми, з тваринами, рослинами. **Розумові** дії виявляються у сприйманні, діяльності пам'яті, мислення. **Розумові** дії утворюються на ґрунті зовнішніх, предметних дій. Предметні дії в результаті **інтеріоризації**, тобто перенесення у внутрішнє життя людини, стають змістом розумової діяльності. На перших етапах засвоєння досвіду діти і дорослі оперують конкретними предметами, засобами у наочення, порівнюють, розкладають та об'єднують їх, знаходять причинні залежності та їх взаємодію. Потім, у результаті інтеріоризації цих зовнішніх дій з предметами, людина починає оперувати образами цих предметів і зв'язками та залежностями між ними. На ще вищому етапі розвитку ці операції здійснюються за допомогою понять, виражених у слові.

Інтеріоризоване зовнішнє опрацьовується в мисленні, набуває логічного оформлення, вплітається в систему знань і попереднього досвіду людини й реалізується в діяльності у вигляді тих чи інших дій. Винесення внутрішніх, розумових дій назовні називають **екстеріоризацією**.

Важливу роль у діяльності відіграє її регуляція. У процесі засвоєння знань і досвіду у свідомості людини утворюється образ рухів і дій виконаної діяльності, або акцептор дії, з яким порівнюється виконувана дія вразі її відхилення відокресленого способу її виконання, коригується відповідно до поставленої мети та акцептора дії.

Отже, **діяльність** — це сукупність цілеспрямованих, усвідомлюваних дій. Свідома діяльність людини характеризується не тільки цілями та мотивами, а й певними засобами, за допомогою яких вона здійснюється.

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

людини вмінь і навичок користуватися ними для досягнення поставленої мети.

#### 4. Основні різновиди діяльності.

Людська діяльність різноманітна й багатогранна. Залежно від мети, змісту та форм розрізняють такі основні різновиди діяльності:



Людині незалежно від віку властиві всі три види діяльності, проте в різні періоди життя вони виявляються по-різному за метою, змістом, формою та значенням. У дошкільному віці провідним видом діяльності є гра, у шкільному — навчання, а у зрілому віці — праця.

Гра та навчання властиві й людям, й тваринам. Проте у тварин підґрунтям цих видів діяльності є інстинкти, а у людини вони зумовлені соціальними умовами життя, різняться якісно, набагато складніші та багатші за змістом і формою.

Праця за природою та змістом — суспільно-історична категорія. У процесі праці виникла й розвинулася людина як свідомо соціальна істота. Характерна особливість усіх видів людської діяльності полягає в тому, що найчастіше вони пов'язані з мовною діяльністю.

Основною формою вияву активності дитини дошкільного віку є ігрова діяльність, яка водночас є і основним засобом пізнання нею навколишнього світу.

**Ігрова діяльність** спрямована на сам процес гри і в доступній формі відтворює навчання і працю.

На відміну від навчання і праці, дитина захоплюється здебільшого процесом, який викликає в неї задоволення. Тільки-но інтерес до гри зникає, дитина припиняє її. Гра — це школа думки, почуттів, і волі. В іграх не лише виявляються, а й формуються всі психічні процеси та властивості дітей, спостережливість, уважність, вдумливість, наполегливість, сміливість, рішучість, уміння, здібності, а також такі

моральні риси, як колективізм, дружба, товариськість, чесність. В ігровій діяльності відбувається також і фізичний розвиток дітей, розвиваються фізична сила, спритність, швидкість і точність рухів.

У шкільному віці гра має складніший і цілеспрямованіший характер. У школярів переважають дидактичні ігри, однак провідним видом діяльності стає навчальна.

**Навчальна діяльність** — активна, свідомо діяльність, спрямована на засвоєння знань, вироблення умінь та навичок.

Навчання не обмежується шкільним віком. Людина навчається все життя. До цього її спонукають розвиток науки, техніки, суспільного життя.

Зміст навчальної діяльності визначається навчальними програмами, розробленими для кожного року навчання з урахуванням вікових особливостей психіки дитини та її фізичних можливостей. В ході навчання школяр не лише здобуває знання і вміння, в нього розвивається активне, самостійне, творче мислення, розширюється світогляд, удосконалюється пам'ять і увага. Виховний характер навчання проявляється в тому, що в процесі навчання формується особистість, закладаються такі цінні риси, як цілеспрямованість, наполегливість, почуття колективізму, взаємодопомоги.

Особливе місце в системі людської діяльності належить праці, яка є провідним видом діяльності дорослих людей.

**Праця** — це свідомо діяльність людини, спрямована на створення матеріальних та духовних благ.

Праця є необхідною умовою існування і розвитку людини. Необхідною передумовою будь-якої праці є наявність мети: створення певного продукту.

Характерною особливістю праці є те, що людина передбачає її результати, уявляє собі матеріал, який буде при цьому використовувати, окреслює способи та послідовність своїх дій. Праця потребує відповідної підготовки з боку її виконавця, причому знання, навички та вміння її здійснення набуваються впродовж навчання людини. Праця потребує напруження фізичних і розумових сил, подолання труднощів, самовладання та інших вольових якостей особистості.

У процесі суспільно-історичного розвитку людського життя виникла величезна кількість видів праці.

Будь-яка діяльність зумовлена потребами суспільства. Людська психіка, її свідомий рівень розвивається й виявляється в діяльності. Через діяльність людина є частиною історично сформованої культури, цивілізаційного процесу. Соціальне середовище, його потреби, інтереси в ньому обумовлюють соціальну спрямованість діяльності.

Важливе місце серед різних видів розумової діяльності посідає **праця вчителя**. Вона складна й багатогранна. Специфічні особливості цієї праці зумовлені перед усім її завданням та об'єктом. Завдання вчителя полягає в тому, щоб озброїти учнів міцними та глибокими знаннями основ наук, всебічно розвинути їхні здібності. Звідси випливають також вимоги, що їх ставить педагогічна діяльність до її виконавця. Вчителеві потрібно передусім самому ґрунтовно оволодіти знаннями та вміннями, які він має передати учням, постійно збагачуючи і розширюючи власні знання. Він повинен знати своїх учнів, вікові та індивідуальні особливості їх розвитку, уміти передавати учням знання, якими володіє сам, відповідно організувати їх пізнавальну та трудову діяльність.

Особливо велике значення мають такі риси особистості вчителя, як впливовість, контактність, освіченість, культура мови, переконаність, принциповість, а також інші позитивні риси характеру, такі як любов до своєї професії, любов до дітей, вимогливість і чуйне ставлення до них, педагогічний такт, що ґрунтується на правильному психологічному розумінні конкретної ситуації, в якій йому доводиться діяти, ініціатива в опрацюванні нових прийомів навчально-виховної роботи, невпинне прагнення до вдосконалення власної педагогічної майстерності.

### **Питання для обговорення**

1. Що характеризує поведінку тварин як специфічну форму активності?
2. Що характеризує діяльність як специфічну форму людської активності?
3. У чому полягає докорінна відмінність поведінки тварин від діяльності людини?
4. Якими є основні компоненти діяльності?
5. Як забезпечується контроль за виконанням діяльності?
6. У чому полягає механізм зворотної аферентації при виконанні дії?
7. Які характерні ознаки гри як виду діяльності?
8. Які характерні ознаки навчання як виду діяльності?

9. Які характерні ознаки праці як виду діяльності?  
10. Що означає для людини процес оволодіння діяльністю?

### Тестові завдання

*Знайдіть єдину правильну відповідь.*

1. До якого компоненту діяльності подано визначення — «Уявний кінцевий результат того, що людина прагне досягти»?
- а) мотив,
  - б) мета,
  - в) контроль,
  - г) потреба.
2. Перенесення зовнішніх дій у внутрішній план називається:
- а) інтеріоризацією,
  - б) екстеріоризацією,
  - в) навичкою,
  - г) умінням.
3. Основним реалізаційним компонентом діяльності є:
- а) мета,
  - б) потреба,
  - в) мотив,
  - г) дія.
4. Який вид діяльності спрямований в першу чергу на його процес:
- а) гра,
  - б) навчання,
  - в) праця,
  - г) всі, окрім праці.
5. Наповненість спілкування — інформація, дії, емоції чи почуття — це:
- а) зміст спілкування,
  - б) засоби спілкування,
  - в) результат спілкування,
  - г) мета спілкування.
6. Негнучка, іноді несвідома частина діяльності, що не має свідомої мети:
- а) знання,
  - б) звичка,
  - в) уміння,
  - г) навичка.

7. Діяльність – це:
- а) людська активність,
  - б) усвідомлена, цілеспрямована активність людини,
  - в) фізична активність людини,
  - г) психічна активність людини.
8. Навички – це:
- а) дія, виконання якої стало потребою,
  - б) автоматизована дія,
  - в) дія, невиконання якої викликає у людини відчуття дискомфорту,
  - г) застосування знань.
9. Провідна діяльність – це:
- а) практична діяльність,
  - б) фізична й розумова діяльність,
  - в) специфічна для кожного віку діяльність людини,
  - г) визначає найбільші успіхи в розвитку пізнавальних процесів дитини.
10. Елементом структури діяльності є:
- а) поведінка,
  - б) активність,
  - в) дія,
  - г) мета.

## **Тема 2.4. Мова і мовлення**

1. Поняття про мову і мовлення.
2. Функції мовлення.
3. Види мовлення.
4. Індивідуальні особливості мовлення.

*Основні поняття теми: мова, знак, словниковий склад, граматична будова, мовлення, зовнішнє мовлення, діалогічне мовлення, монологічне мовлення, письмове мовлення, усне мовлення, внутрішнє мовлення.*

*Мова є носієм пізнаного й водночас знаряддям пізнання нового.*

Г.С.Костюк

### **1. Поняття про мову і мовлення**

**Мова** є специфічно людським засобом спілкування, що існує об'єктивно в духовному житті людського суспільства і становить собою систему знаків, які функціонують як засоби такого спілкування. Мова виникла у процесі становлення самої людини як суспільної істоти, у процесі спільної трудової діяльності. Біологічними передумовами виникнення мови були звуки та рухи, які спостерігались у пращурів людини і слугували засобом спілкування, задоволення потреби в обміні думками, у пізнанні властивостей предметів та явищ, що оточували людину, і позначалися словами. Мова — суспільне явище, найважливіший засіб організації людських стосунків. За її допомогою люди досягають розуміння, обмінюються думками, здобувають знання, передають їх нащадкам, дістають можливість налагодити спільну діяльність в усіх галузях людської практики.

Вимовлювані комплекси звуків, якими позначалися певні об'єкти, набували певного значення, ставали спільними для людей засобами обміну думками. Мова є системою знаків, що мають соціальну природу, яка створилася й закріпилася у процесі історичного розвитку діяльності членів суспільства.

**Слово** як одиниця мови має два боки – зовнішній звуковий та внутрішній смисловий. Обидва вони є продуктом тривалого суспільно-історичного розвитку. Єдність цих боків утворює слово. Зовнішня фонетична форма слова – це умовний знак предмету або явища, що не передає прямо й безпосередньо його властивостей.

У слові зливаються функції знака та значення. Останнє історично розвивалося, звужувалось, узагальнювалось, переносилось на нові об'єкти. Унаслідок цього виникла багатозначність слів, що також є продуктом історичного розвитку кожної мови. Основні елементи мови — її словниковий склад і граматична будова.

**Словниковий склад** — це сукупність слів у кожній окремій мові. Його специфіка характеризує рівень розвитку мови: що багатший і різноманітніший словник, то багатша і різноманітніша мова. У практиці користування мовою розрізняють словники *активний*, тобто слова, якими людина користується для вираження власних думок при спілкуванні з іншими людьми, і *пасивний* — слова, які вона розуміє, коли їх чує або читає, але сама вживає не всі з них. Обсяг і характер активного та пасивного словників людини залежать від її освіти, професії, міри володіння мовою, характеру та змісту діяльності.

**Мовлення** — це процес використання людиною мови для спілкування. Залежно від віку, характеру діяльності, середовища мовлення людини набирає певних особливостей незважаючи на те, що люди спілкуються однією мовою. Так, мовлення однієї людини образне, яскраве, виразне, переконливе, а іншої — навпаки: обмежене, бідне, сухе, мало зрозуміле. У цьому вже виявляється відмінність у володінні мовою. Кожній людині властиві індивідуальний стиль мовлення, відмінність в артикуляції звуків, інтонуванні, логічній виразності; кожна людина говорить по-своєму, хоча й користується спільною для всіх мовою.

Фізіологічним підґрунтям мовлення є умовно-рефлекторна діяльність кори великих півкуль головного мозку, подразниками для якої є слова, які замінюють безпосередні предмети та їх властивості. Як подразник слово постає у трьох формах:

- слово почуте,
- слово побачене,
- слово вимовлене.

Мовлення не існує і не може існувати поза будь-якою мовою. Разом з тим сама мова існує як жива тільки за умови, що активно використовується людьми. Мова розвивається і вдосконалюється у процесі мовного спілкування. Мовлення і є формою актуального існування кожної мови.

Мовлення розглядається і як мовна діяльність, оскільки за його допомогою можна, наприклад, забезпечити спілкування, розв'язання мнемонічних або мислительних, завдань. У цьому разі мовлення може набирати вигляду мовних дій, що є складовими іншої цілеспрямованої діяльності, наприклад трудової чи навчальної. Таким чином, мова—це засіб чи знаряддя спілкування між людьми.

## 2. Функції мовлення



За допомогою **сигналізації** через слово позначається предмет, дія, стан. Зі словом пов'язане уявлення про предмет або явище.

**Функція узагальнення** обумовлена тим, що слово позначає предмет, який воно узагальнено відображає. Кожне слово має певне значення і визначається через функцію того чи іншого предмета в системі людської діяльності.

**Комунікація (спілкування)** полягає в передачі людьми одне одному певних думок, суджень, почуттів, тим самим здійснюючи взаємовплив.

**Експресія** полягає в передачі особою емоційного ставлення до змісту мовлення і до людини, на яку воно спрямоване.

## 3. Види мовлення

Прояви мовної діяльності неоднорідні, їх можна поділити та класифікувати на певні види за різними ознаками.

**Усне мовлення.** Це основний різновид мовлення, яке є звучним і сприймається іншими за допомогою слуху. Усне мовлення поділяється на діалогічне та монологічне.

**Діалогічним** називається мовлення між двома або кількома співрозмовниками, які міняються ролями того, хто слухає, та того, хто говорить, тобто постають як пасивний чи активний співрозмовник.

Поділ на «активного» та «пасивного» учасника розмови відносний, оскільки і той, хто говорить, і той, хто слухає, виявляють активність, хоча

й різного плану. Рівень знання мови, її лексичного багатства, граматичної будови та фразеології, практика користування мовою відіграють важливу роль у функціонуванні діалогічної форми мовлення. Засадовим щодо цього процесу є автоматизм, вироблений насистемі тимчасових нервових зв'язків.

Діалогічне мовлення тісно пов'язане із ситуацією, в якій ведеться розмова, й тому називається *ситуативним*. Водночас воно є *контекстуальним*, оскільки, здійснюючись як певна діяльність двох або кількох осіб, кожне висловлювання значною мірою зумовлене попереднім висловлюванням.

Діалогічне мовлення недостатньо організоване граматично та стилістично. Як правило, воно здійснюється простими мовними конструкціями, які зумовлені контекстом, попередніми висловлюваннями. Велику роль у діалогічному мовленні відіграють звичні сполучення слів, репліки, шаблони, і діоматичні вирази, наприклад: «так би мовити», «от», «і хто б міг подумати».

*Монологічне мовлення* — це таке мовлення, коли говорить одна особа, а інші слухають, сприймають її мову. Прикладами монологічного мовлення є доповідь, лекція, виступ на зборах, пояснення вчителем нового матеріалу. Це відносно розгорнутий вид мовлення. У ньому порівняно мало використовується поза мовна інформація, яку отримують з розмовної ситуації. Порівняно з діалогічним монологічне мовлення більшою мірою є активним чи довільним видом мовлення. Так, для того щоб виголосити монологічний акт мовлення, той, хто говорить, повинен усвідомлювати повний зміст думки і вміти довільно будувати на підставі цього змісту власне висловлювання чи послідовно кілька висловлювань. Монологічне мовлення є організованим видом мовлення.

Той, хто говорить, наперед планує чи програмує не лише окреме слово, речення, а й увесь процес мовлення, увесь монолог загалом, іноді подумки, а іноді як запис у вигляді плану чи конспекту.

Монологічне мовлення у розгорнутих формах потребує певної підготовки, яка полягає в попередньому відборі змісту, чіткому плануванні та відповідному словесному оформленні.

**Письмове мовлення.** Це особливий вид мовного процесу, що дає можливість спілкуватися з відсутніми співрозмовниками як сучасниками того, хто пише, так і тими, що житимуть після цього. Письмове

мовлення — це вид монологічного мовлення, але воно здійснюється як писання та читання написаного у вигляді письмових знаків.

**Внутрішнє мовлення.** Усне та письмове мовлення, що може виражатися в діалогічній та монологічній формах, є **зовнішнім мовленням**. Видом його є внутрішнє мовлення. Із назви випливає, що внутрішнє мовлення не спрямоване на спілкування з іншими людьми.

Обидва види мовлення людини — зовнішнє та внутрішнє— перебувають у тісному взаємозв'язку та постійних взаємопереходах. Легкість і швидкість таких взаємопереходів залежать від багатьох умов, а саме: змісту, складності та новизни розумової діяльності, мовного досвіду та індивідуальних особливостей людини.

#### **4. Індивідуальні особливості мовлення**

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

Індивідуальні особливості мовлення людини залежать від її вміння володіти мовленням, використовувати його як засіб спілкування, регулювати його. Залежно від цього одні люди балакучі, інші відзначаються певною стриманістю, відлюдністю. Вольова саморегуляція мовлення є важливим моментом його функціонування. Характер діяльності позначається на мовленні й разом з тим потребує володіння певними його особливостями. Кожний фахівець висуває власні, специфічні вимоги ставлення до мовлення. Мовлення повинно бути не лише стилістично та логічно досконалим, а й переконливим, емоційно-образним, науководоказовим і впливовим. Такі властивості професійного мовлення не просто виробляються у процесі набуття практичного досвіду, вони потребують і власної саморегуляції, прагнення до вдосконалення мови.

#### **Питання для обговорення**

1. Що таке мова та які її основні елементи?
2. Перелічіть основні функції мови.
3. У чому полягає особливість мовлення як процесу та які є його види?
4. Що є підставою поділу мовлення на види?
5. У чому полягає специфіка усного мовлення?
6. У чому полягає специфіка письмового мовлення?

7. Якими є особливості внутрішнього мовлення і чим вони зумовлені?
8. Як взаємопов'язані мовлення і мова?
9. Поясніть висловлювання К. Д. Ушинського «Коли зникає народна мова народу не існує більше».
10. Поясніть висловлювання В. О. Сухомлинського «Той, хто не знає рідної материнської мови або цурається її, засуджує себе на злиденність душі».

### Тестові завдання

*Знайдіть єдину правильну відповідь.*

1. Виберіть найточніше визначення мовлення:
  - а) процес використання мови в психічній діяльності людини,
  - б) супровід життєдіяльності людини,
  - в) взаємодія людей, під час якої виникає психічний контакт.
2. Вид мовлення, що являє собою беззвучний процес, не доступний для сприйняття іншими людьми і не може бути засобом спілкування:
  - а) внутрішнє,
  - б) невербальне,
  - в) письмове,
  - г) монологічне.
3. Комунікативна функція мови - це:
  - а) форма передачі думок,
  - б) сполучення слів у реченні,
  - в) функція спілкування, передача думок, бажань, прагнень,
  - г) функція спілкування людей між собою.
4. Сигніфікативна функція мови - це:
  - а) вираз переживань, емоційних станів,
  - б) функція спілкування людей між собою,
  - в) функція означення, яка виявляється у тому, що слово служить назвою предметів, властивостей, дій,
  - г) форма передачі думок.
5. Ситуативне мовлення — це:
  - а) спілкування в незнайомій ситуації,
  - б) мовлення, зрозуміле співбесідникам, але незрозуміле сторонній особі, що не знає ситуації,
  - в) мовлення, яке виникає при ознайомленні з новими предметами і явищами,
  - г) мовлення, яке виникає у зв'язку з діяльністю.

6. Фонематичний слух — це:
- а) здатність сприймати на слух звуки мовлення, диференціювати та узагальнювати їх,
  - б) здатність розпізнавати звуки мовлення,
  - в) здатність чути звуки мовлення,
  - г) здатність складати слова зі звуків мовлення.
7. Внутрішнє мовлення виконує функцію:
- а) планування, обдумування,
  - б) вираження,
  - в) означення,
  - г) обмірковування.
8. У чому проявляється комунікативна функція мови?
- а) сполучення слів у реченні,
  - б) функція спілкування, передачі думок, бажань, прагнень,
  - в) форма передачі думок,
  - г) думки особистості.
9. У чому полягає взаємозв'язок мови і мовлення?
- а) без мови немає власне людського понятійного мислення,
  - б) власне людське мислення не обов'язково спирається на мову,
  - в) мова і мислення тотожні,
  - г) мова і мислення не тотожні.
10. Мовлення дитини, яке виникає під час діяльності і звернене до самої себе:
- а) контекстне,
  - б) ситуативне,
  - в) пояснювальне,
  - г) гоцентричне.

## **Тема 2.5. Спілкування**

1. Поняття про спілкування.
2. Засоби спілкування.
3. Функції спілкування.
4. Види спілкування.

*Основні поняття теми: спілкування, комунікативна, інтерактивна, перцептивна, міжособистісне, особистісно-групове, міжгрупове, опосередковане, безпосереднє, довготривале, короткочасне, завершене, не завершене.*

*«Якщо, слухаючи вас, дивляться вам в обличчя, реагують на ваші слова, погляд спрямований вам в очі – будьте впевнені: ви спілкуєтесь».*

М. І. Лісіна

### **1. Поняття про спілкування.**

**Спілкування** є важливою духовною потребою особистості як суспільної істоти. Потреба людини у спілкуванні зумовлена суспільним способом її буття та необхідністю взаємодії у процесі діяльності. Будь-яка спільна діяльність, і в першу чергу трудова, не може здійснюватись успішно, якщо між тими, хто її виконує, не будуть налагоджені відповідні контакти та взаєморозуміння.

Соціальна природа спілкування виражається в тому, що воно завжди відбувається в середовищі людей, де суб'єкти спілкування завжди постають як носії соціального досвіду. Соціальний досвід спілкування виявляється у змісті інформації, що є його предметом (знання, відомості, способи діяльності), у засобах (мовна та немовна комунікація при спілкуванні), у суспільно вироблених у процесі історичного розвитку видах спілкування. За змістом спілкування охоплює всі царини людського буття та діяльності, об'єктивні та суб'єктивні їх прояви. Спілкування між людьми відбувається при передаванні знань, досвіду, коли формуються різні вміння та навички, погоджуються та координуються спільні дії.

Отже, спілкування — це різноманітні контакти між людьми, зумовлені потребами спільної діяльності.

Особливість спілкування — у його нерозривному зв'язку з діяльністю. Діяльність є основним середовищем і необхідною умовою виникнення й розвитку контактів між людьми, передавання необхідної

інформації, взаєморозуміння та узгодження дій. Змістовий бік спілкування завжди становить інформація, зумовлена потребами взаємодії людей. Вона може стосуватися повідомлення нових знань, наприклад роз'яснення вчителем понять, пояснення сутності певних явищ, процесів, інформування про події, що відбуваються, обґрунтування певних положень. Спілкування може бути засобом передавання певних умінь і навичок. За допомогою словесного опису та пояснення дії, її демонстрування та вправлення в ній людину можна навчити виконувати будь-яку діяльність. Саме так відбувається процес оволодіння професійними навичками, фізичними та будь-якими іншими діями.

Змістом спілкування може бути людина. Реальні контакти між людьми, у процесі яких вони безпосередньо сприймають одна одну, створюють середовище для об'єктивного виявлення особливостей їхньої поведінки, манер, рис характеру та емоційно-вольової сфери. Саме в таких контактах розкривається справжня значущість однієї людини для іншої, виявляються їхні симпатії та антипатії.

Важливий вплив на характер спілкування справляють відносини, що склалися між членами контактної групи. Від того, якими є взаємовідносини, залежать система спілкування конкретної особистості, її манера, колорит, використовувані засоби.

## **2. Засоби спілкування**

Передавання інформації у процесі спілкування забезпечується за допомогою мови як основного, специфічно людського знаряддя спілкування, а також не мовними засобами.

**Мова як засіб спілкування** виникла і сформувалась історично, у процесі розвитку людського суспільства, з його потреб. Кожне слово — це знак, який у певний спосіб співвідноситься з предметами зовнішнього світу. За кожним словом мови як знаком історично закріпилося певне значення, зрозуміле для спільноти, яка користується цією мовою. Із розвитком соціального і технічного прогресу людства постійно розширювалося коло потреб людини, що спричинювало розвиток і вдосконалення мови як засобу спілкування. Словниковий запас і досконала граматична будова мови сучасного цивілізованого суспільства дають змогу передавати будь-яку інформацію та безліч відтінків і деталей об'єкта інформації. Мова є засобом нагромадження та передавання

суспільного досвіду. Завдяки спілкуванню за допомогою мови відображення дійсності у свідомості однієї людини доповнюється тим, що було у свідомості інших людей, у наслідок чого зростають можливості для обміну інформацією.

Вербальна комунікація за допомогою слова — основна і найдосконаліша форма людського спілкування. Рівень володіння мовою, багатство та культура мовного висловлювання визначають можливості та ефективність спілкування кожної конкретної особистості. Паралельно з мовою як засобом спілкування за допомогою слова широко використовуються немовні засоби—**жести, міміка, інтонація, паузи, манери, зовнішність**. Спілкування як живий процес безпосередньої комунікації суб'єктів закономірно виявляє емоції тих, хто спілкується, утворюючи невербальний аспект обміну інформацією. Засоби невербальної комунікації як «мова почуттів» є продуктом суспільного розвитку людей, вони значно посилюють смисловий ефект вербальної комунікації, а за певних обставин можуть її замінювати.

Найдинамічніше зовнішній бік невербального спілкування виявляється в жестах, міміці. **Жест** — це соціально сформований та усталений рух, що передає певний психічний стан. Маючи соціальне походження, міміка та жести за біологічною природою містять елементи природженого характеру. Наприклад, міміка страху, жести погроз походять від біологічно доцільних захисних рухів, що спостерігаються в поведінці тварини. Міміка та жести у процесі вербального спілкування дають можливість посилювати смислові наголоси інформації, що передається, посилювати емоційний ефект від усвідомлення її важливості.

Важливу роль в ефективності спілкування, як свідчать дані спеціальних досліджень зарубіжних психологів, відіграють просторове перебування співрозмовників одного щодо іншого, дистанція та комунікативна спрямованість. Загальновідомо, що важливі політичні акції — переговори керівників, окремі зустрічі — проводяться за «круглим столом».

При міжособистісному спілкуванні віч-на-віч сторони мають можливість одержувати вичерпну інформацію про предмет розмови, визначати суб'єктивну позицію та ставлення до неї іншої сторони. Як зневага може розцінюватись репліка, зроблена іншою особою «крізь зуби», чи відсутність запрошення присісти, коли до цього спонукають

об'єктивні умови. Комунікативне значення дистанції у спілкуванні вивчає напрямок психології, що називається «праксеміка». Праксеміка виокремлює чотири дистанції у спілкуванні: **інтимну**; **особисту**, яка засвідчує, що ті, хто спілкується, є друзями; **соціальну**, яка характеризує офіційні контакти, що існують між сторонами, які входять у стосунки; **публічну**, що встановлюється між чужими людьми.

Немовні засоби спілкування, які супроводжують вербальне повідомлення, створюють підтекст, котрий полегшує, збагачує й поглиблює сприймання інформації, що передається. Відповідність невербальних засобів спілкування цілям і завданням, змісту словесної комунікації — важливий елемент культури спілкування. Така відповідність надзвичайно важлива в роботі педагога та всіх, для кого засоби вербальної та невербальної комунікації є інструментом їхньої професійної діяльності.

### 3. Функції спілкування

Спілкування — це багатоплановий процес, в якому можна виділити такі **основні функції**: комунікативну, інтерактивну та перцептивну.



**Комунікативна функція** — це різні форми та засоби обміну і передавання інформації, завдяки яким стають можливими збагачення досвіду, нагромадження знань, оволодіння діяльністю, узгодження дій та взаєморозуміння людей. Комунікативна функція спілкування, що здійснюється за допомогою мови, є необхідною умовою наступності розвитку генерацій, соціального та наукового прогресу людства, індивідуального розвитку особистості. Обмін інформацією, що відбувається в усіх царинах життя суспільства між людьми в різних видах діяльності, забезпечується комунікативною функцією спілкування.

Спілкування завжди передбачає певний вплив на інших людей, зміну їх поведінки та діяльності. У цьому разі виявляється **інтерактивна функція** спілкування, функція впливу. Поради, інструкції, вимоги, накази, що висловлені у мовній формі та адресовані іншій особі, є спонуканнями до дії та регуляторами її поведінки. Спільна діяльність, її зміст та умови виконання вибудовують таку модель міжособистої взаємодії, коли кожний з учасників послідовно впливає своїми вчинками на інших і, у свою чергу, змінює свої дії під їх впливом.

Обмінюючись інформацією, встановлюючи комунікативні зв'язки для досягнення цілей діяльності, взаємодіючи і здійснюючи різнобічні впливи на інших партнерів по спілкуванню, люди безпосередньо сприймають один одного й мають можливість пізнавати фізичні, психологічні та індивідуальні особливості, притаманні кожній стороні. У цьому виявляється **перцептивна функція** спілкування. Інформація, яку одержують співрозмовники у процесі контактів за різними каналами дає змогу скласти більш-менш об'єктивне враження про те, що становить собою партнер по спілкуванню, проникнути в його внутрішній світ, зрозуміти мотиви поведінки, звички, оцінні ставлення до фактів дійсності.

#### 4. Види спілкування

Залежно від ознак, що є основою для класифікації, спілкування має ряд видів.

<p><b>За кількістю учасників:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- міжособистісне,</li> <li>- особистісно-групове,</li> <li>- міжгрупове</li> </ul>	<p><b>За особливостями сприймання суб'єктів:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- безпосереднє,</li> <li>- опосередковане</li> </ul>	<p><b>За тривалістю самого процесу спілкування:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- короткочасне,</li> <li>- довготривале</li> </ul>
<p><b>За характером взаємин суб'єктів:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- гармонійне,</li> <li>- конфліктне</li> </ul>	<p><b>Залежно від досягнення мети:</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>- завершене,</li> <li>- незавершене</li> </ul>	

**Міжособистісне** спілкування передбачає спілкування всіх суб'єктів спілкування — окремих людей.

**Особистісно-групове** — спілкування одного суб'єкта, яким постає окрема особистість, з іншим — групою людей.

**Міжгрупове** — спілкування груп людей.

**Безпосереднє спілкування** — коли суб'єкти спілкуються віч-на-віч.

**Опосередковане** — особи використовують певні допоміжні об'єкти-телефон, інтернет, листи, інших людей.

**Короткочасне спілкування**, коли один акт спілкування триває не більше двох годин.

**Довготривале** — тривалість одного акту спілкування складає більше двох годин.

При **гармонійному спілкуванні** відсутні гострі конфлікти, а суперечки конструктивно долаються.

під час **конфліктного** — наявні гострі чи хронічні конфлікти у взаєминах.

**Завершене спілкування** характеризується тим, що всі суб'єкти спілкування досягнули поставленої мети.

**Незавершене** — відзначається тим, що хоча б один суб'єкт чи всі не досягли поставленої перед спілкуванням мети.

### **Питання для обговорення**

1. Чим зумовлюється потреба у спілкуванні між людьми?
2. Яку роль відіграє спілкування у суспільному житті?
3. У чому полягає соціальна сутність спілкування?
4. Яка роль у спілкуванні належить невербальній комунікації?
5. У чому виявляється культура невербального спілкування?
6. Що означає комунікативна функція спілкування?
7. У чому полягає суть інтерактивного боку спілкування?
8. За якими принципами спілкування поділяють на види?
9. Якими є умови ефективності спілкування?
10. Чи завжди обмін інформацією є спілкуванням?

## Тестові завдання

*Знайдіть єдину правильну відповідь.*

1. Спілкування – це:
  - а) розмова двох або більше людей,
  - б) обмін між людьми інформацією будь-якого характеру,
  - в) усвідомлена психічна діяльність,
  - г) процес розвитку контактів між людьми, спричинений потребами спільної діяльності.
2. Спілкування як обмін інформацією – це:
  - а) діяльність,
  - б) комунікація,
  - в) інтеракція,
  - г) перцепція.
3. Перцептивна сторона спілкування – це:
  - а) наслідування,
  - б) фасилітація,
  - в) комунікація,
  - г) атракція.
4. Інтерактивна сторона спілкування – це:
  - а) сприймання людини людиною,
  - б) розуміння людини людиною,
  - в) взаємодія людини у процесі спілкування,
  - г) обмін інформацією між людьми під час спілкування.
5. Способи взаємодії – це:
  - а) інгібіція,
  - б) комунікація,
  - в) переконання,
  - г) емпатія.
6. Умови виникнення потреби в спілкуванні:
  - а) розмова дорослого з немовлям,
  - б) зацікавленість дитини в дорослому,
  - в) потреба в догляді і поведінка дорослого, звернена до дитини,
  - г) поведінка дорослого.
7. Якою є провідна діяльність немовляти:
  - а) емоційне спілкування з дорослим,
  - б) учіння,

- в) їжа та сон,
  - г) дотримання режиму життєдіяльності.
8. Наповненість спілкування – інформація, дії, емоції чи почуття – це:
- а) зміст спілкування,
  - б) засоби спілкування,
  - в) результат спілкування,
  - г) мета спілкування.
9. Сукупність стійких індивідуальних особливостей особистості, які закладаються і проявляються в діяльності та спілкуванні – це:
- а) темперамент,
  - б) характер,
  - в) здібності,
  - г) задатки.
10. Процес спілкування – це:
- а) складний багаторівневий процес встановлення та розвитку контактів між людьми, який породжується потребою у спільній діяльності і включає в себе обмін інформацією,
  - б) необхідність індивідів у спільній діяльності,
  - в) процес досконалення вмінь та навичок на основі власного досвіду,
  - г) процес цілеспрямованої передачі суспільно-історичного досвіду.

## Тема 2.6. Увага

1. Поняття про увагу.
2. Види уваги.
3. Властивості уваги.

**Основні поняття:** увага, уважність, мимовільна, довільна, післядовільна, зовнішня, внутрішня, обсяг, стійкість, розподіл, переключення, коливання, розсіяність.

*«... Увага це саме ті двері, через які проходить все, що тільки входить в душу людини із зовнішнього світу».*

К. Д. Ушинський

### 1. Поняття про увагу

Особистість, перебуваючи у бадьорому стані, активно, подійовому ставиться до предметів та явищ навколишньої дійсності, до власних переживань: щось сприймає, запам'ятовує, пригадує, про щось думає. У таких випадках вона зосереджує свою свідомість на тому, що сприймає, запам'ятовує, переживає, тобто у цей час вона буває до чогось уважною.

Отже, **увага** — це особлива форма психічної діяльності, яка виявляється у спрямованості та зосередженості свідомості на важливих для особистості предметах, явищах навколишньої дійсності або власних переживаннях.

Важливою закономірністю уваги є її вибірковість, яка виявляється в тому, що людина, зосереджуючись на одному, не помічає іншого. Уважно вслуховуючись або вдивляючись у щось, людина не чує, що її кличуть, не помічає перешкод на дорозі. Вибірковість уваги пояснюється гальмівною дією значущих для особистості об'єктів і переживань стосовно менш значущих, які у цей час на неї діють. За такого стану об'єкти уваги яскравіше відображаються в нашій свідомості.

Увага необхідна в усіх видах сенсорної, інтелектуальної та рухової діяльності. Побуту є порівняння уваги з термометром, який дає можливість судити про переваги методів навчання та правильність його організації.

Увагу викликають не лише зовнішні подразники, а й здатність людини довільно спрямовувати її на ті чи інші об'єкти. Цю здатність

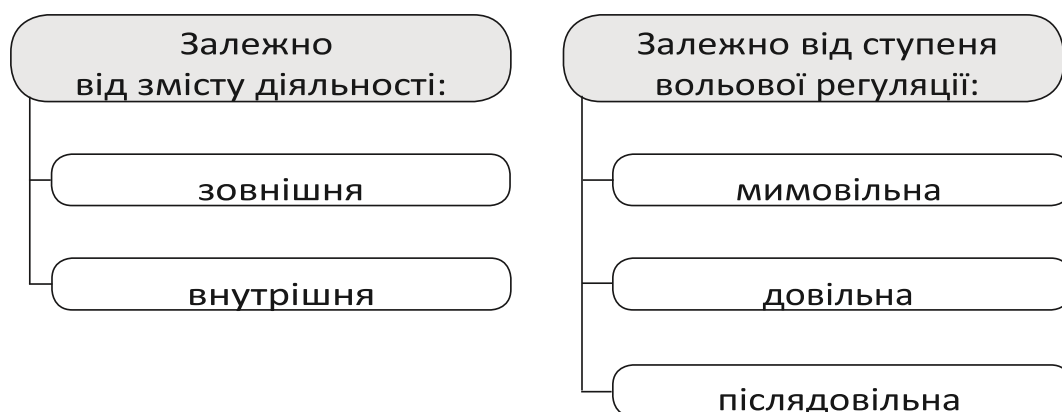
називають **уважністю**. Вона є характерологічною властивістю особистості, завдяки якій людина володіє власною увагою, а тому своєчасно й активно зосереджується, керує нею. Недостатній розвиток уважності виявляється в розсіяності та відволіканні, нездатності без зовнішніх спонук спрямовувати й підтримувати свою увагу у процесі діяльності внутрішніми засобами.

Увага, як показали дослідження, детермінується співвідношенням збуджень в корі великих півкуль головного мозку, зумовлених подразниками, які впливають на органи чуття організму, а також внутрішніми установками та психічними станами. Ідеї І. П. Павлова про орієнтувально-рефлекторну діяльність організму, пізніше поглиблені нейрофізіологічними дослідженнями, розкривають фізіологічне підґрунтя уваги.

Отже, *фізіологічним підґрунтям уваги є збудження, яке виникає в корі великих півкуль головного мозку під впливом подразнень, які на нас діють. Ця взаємодія відбувається на основі встановленого І. П. Павловим закону індукції нервових процесів, згідно якому процеси збудження, які виникають в одних ділянках кори головного мозку, викликають гальмівні процеси в інших ділянках кори. Якщо людина зосередила увагу на якомусь предметі, то це означає, що даний предмет викликав збудження у відповідній ділянці кори великих півкуль головного мозку, решта ж ділянок кори виявилася загальмованою, внаслідок чого людина нічого не помічає, окрім даного предмета.*

## 2. Види уваги

У психології розрізняють різні *види уваги*, які тісно пов'язані між собою і за певних умов переходять одні в одних.



Поділ уваги на зовнішню і внутрішню, звичайно, умовний, але ці форми вияву уваги мають свої особливості, на які потрібно зважати, організовуючи й керуючи навчальною, трудовою та спортивною діяльністю людини.

**Зовнішня (сенсорна) увага** відіграє провідну роль у спостереженні за предметами і явищами навколишньої дійсності, виявляється в активній установці, у спрямуванні органів чуття на об'єкт сприйняття.

Зовнішня увага яскраво виявляється у своєрідних рухах очей голови, виразах обличчя, у мімічних і пантомімічних виразах і рухах людини.

Зосередження на предметах і явищах дійсності сприяє підвищенню чутливості, тобто сенсибілізації органів чуття — зору, слуху, нюху, смаку, дотику, а також станів організму та його органів.

**Внутрішня (інтелектуальна) увага** спрямована на власні думки, переживання.

Залежно від вольової регуляції увага поділяється на мимовільну, довільну та післядовільну.

**Мимовільна увага** виникає несподівано незалежно від свідомості, непередбачено за умов діяльності або відпочинку, на дозвіллі, під впливом різноманітних подразників, які діють на той чи інший аналізатор організму. Мимовільна увага властива і людині, і тваринам, хоча її виникнення у людини якісно відрізняється від такої уваги у тварин. На відміну від тварин людина може оволодівати власною мимовільною увагою, предмет мимовільного зосередження може стати предметом свідомого зосередження.

Мимовільна увага є короткочасною, але за певних умов залежно від сили сторонніх подразників, що діють на людину, вона може виникати досить часто, заважаючи провідній діяльності.

**Довільна увага** — це свідомо спрямоване зосередження особистості на предметах та явищах навколишньої дійсності, внутрішній психічній діяльності. Основним компонентом довільної уваги є воля. Силою волі людина здатна мобілізувати й зосереджувати свою свідомість на необхідній діяльності досить тривалий час. Характерними особливостями довільної уваги є цілеспрямованість, організованість діяльності, усвідомлення послідовності дій, дисциплін а розумової діяльності, здатність боротися зі сторонніми відволіканнями.

У довільній увазі провідним є вибір об'єкта зосередження, засобів дій, що супроводжується боротьбою мотивів. Усвідомлення процесу дій,

кожного його етапу — головне, що викликає зосередження на кожному етапі діяльності й готує до зосередженості на наступному її етапі. Цей динамічний бік довільної уваги потребує вміння розподіляти увагу між усією діяльністю — від початку до завершення та між окремими її етапами.

Основними збуджувачами довільної уваги є усвідомлювані потреби та обов'язки, інтереси людини, мета та засоби діяльності. Що віддаленіша мета і складніші умови та способи її досягнення, то менше приваблює людину сама діяльність і потребує більшого напруження свідомості та волі, а отже, й довільної уваги. Така діяльність потребує належного її підтримання та керування.

**Післядовільна увага**, як свідчать досвід і спеціальні дослідження, настає в результаті свідомого зосередження на предметах та явищах у процесі довільної уваги. Долаючи труднощі підчас довільного зосередження, людина звикає до них, сама діяльність викликає певний інтерес до неї, а той захоплює її виконавця, і увага набирає ознак мимовільного зосередження. Тому післядовільну увагу називають ще вторинною мимовільною увагою. У ній напруження волі слабшає, а інтенсивність уваги не зменшується, залишаючись на рівні довільної уваги. Хоча в післядовільній увазі мимовільність, свідоме зосередження на об'єкті діяльності та його окремих етапах і зменшується, проте цей вид уваги, як і довільна увага, є свідомо контрольованим. Завдяки тому, що інтенсивність напруження в післядовільній увазі зменшується, а інтерес до діяльності підвищується, вона стає тривалішою та продуктивнішою. Тому у процесі діяльності — навчальної, трудової — важливо засобами її організації та методами праці сприяти переходу уваги від довільної до післядовільної.

### **3. Властивості уваги.**

В увазі виокремлюють такі її характерні властивості вибірковість, концентрацію, стійкість, переключення, розподіл та обсяг. Ці властивості є основною передумовою продуктивності праці, навчання та ігрової діяльності особистості. У різних видах діяльності ці властивості виявляються по-різному.

<b>Вибірковість</b> – успішне свідоме налаштування на сприйняття інформації	<b>Обсяг</b> – кількість об'єктів, що одночасно сприймаються (4-6 об'єктів)	<b>Розподіл</b> – одночасне виконання декількох різних видів діяльності (дій)
<b>Концентрація</b> – ступінь зосередженості на об'єкті	<b>Стійкість</b> – тривалість концен- трації уваги на об'єкті	<b>Переключення</b> – швидкість переходу від одного об'єкта до іншого

На відміну від вказаних вище особливостей уваги людина здатна проявляти негативні її властивості.

Так, *відволікання* уваги не слід плутати з її переключенням, оскільки останнє — це навмисне перенесення уваги з одного предмета на інший, якщо цього потребує діяльність.

**Відволікання (розсіяність)** — це перестрибування від одного зовнішнього об'єкта до іншого. Увага людини за мінімальної вольової регуляції підпорядковується зовнішніми обставинам.

Особливості виявлення властивостей уваги залежать від стану, інтенсивності, спрямованості та мотивації як пізнавальної, так і емоційно-вольової діяльності.

Властивості уваги виявляються різними способами. Найдоступніший метод дослідження уваги — спостереження діяльності особистості. Воно дає можливість спостерігати інтенсивність і тривалість зосередження, відволікання. Кількість і тривалість відволікань упродовж уроку є показником інтенсивності зосередження.

### Питання для обговорення

1. У чому виявляється увага?
2. Що є джерелом уваги особистості в її діяльності?
3. Чим зумовлені різні погляди психологів на природу уваги?
4. Охарактеризуйте структуру уваги.
5. У чому полягає механізм відволікання та розсіяності уваги?
6. Як взаємопов'язані увага та діяльність людини?
7. Чи можлива психічна активність без уваги?

8. Чи можлива діяльність без уваги?
9. Чи завжди довільна увага пов'язана зі свідомою метою?
10. Чи згодні ви з думкою, що увага виявляється тільки в діяльності й підтримується виключно нею?

### Тестові завдання

*Знайдіть єдину правильну відповідь.*

1. Увага – це:
  - а) зосередженість і спрямованість на певних об'єктах,
  - б) вибіркове сприймання предметів і явищ дійсності,
  - в) тимчасовий функціональний рівень психіки,
  - г) необхідна умова психічної діяльності людини.
2. Яка властивість уваги передбачає її тривале збереження на одному об'єкті?
  - а) стійкість,
  - б) переключення,
  - в) розподіл,
  - г) концентрація.
3. Знайдіть правильне визначення переключення як властивості уваги:
  - а) одночасне утримання уваги на декількох об'єктах,
  - б) кількість об'єктів, які людина здатна охопити увагою одночасно,
  - в) свідоме перенесення уваги від одного об'єкта до іншого,
  - г) ненавмисне перенесення уваги з одного предмета на інший.
4. На відміну від інших пізнавальних процесів особливого змісту не має:
  - а) відчуття,
  - б) сприймання,
  - в) пам'ять,
  - г) увага.
5. Цілеспрямована увага, що не вимагає вольових зусиль-це:
  - а) мимовільна,
  - б) довільна,
  - в) післядовільна,
  - г) творча.
6. Тривала зосередженість уваги-це:
  - а) стійкість уваги,
  - б) розділ уваги,

- в) переключення,
  - г) уважність.
7. Особливостями післядовільної уваги є:
- а) швидкість виникнення,
  - б) малоусвідомленість,
  - в) економність,
  - г) розосередженість.
8. Універсальний засіб організації уваги:
- а) вказівний жест,
  - б) мовлення,
  - в) групування дидактичного матеріалу,
  - г) планування своїх дій у голос.
9. У якому рядку всі перелічені властивості подразників сприяють повертанню до них уваги:
- а) раптовість, сила, тривалість, нерухомість,
  - б) сила, контраст з фоном, нерухомість, раптовість,
  - в) сила, монотонність, раптовість, зміна положення в просторі,
  - г) раптовість, сила, зміна положення в просторі, контраст з фоном.
10. Коли Тарасик читає книжку або слухає співрозмовника, то ніщо не може відвернути його увагу: ні поява стороннього в кімнаті, ні розмова сусідів, ні радіо. Вся його увага зайнята тим, що він робить. Про яку властивість уваги йде мова в даному епізоді?
- а) коливання,
  - б) стійкість,
  - в) розподіл,
  - г) концентрація.

## Розділ 3. Психічні процеси та стани

### Тема 3.1. Відчуття

1. Поняття про відчуття.
2. Фізіологічне підґрунтя відчуттів.
3. Види відчуттів.
4. Основні властивості відчуттів.
5. Загальні закономірності відчуттів.

*Основні поняття теми: чуттєве пізнання, відчуття, аналізатор, екстерорецептори, інтерорецептори, пропріорецептори, чутливість, поріг чутливості, адаптація, сенсibilізація, синестезія.*

*В душі немає нічого, що не проникло би туди  
через органи відчуття  
Арістотель*

#### 1. Поняття про відчуття

Відображення реальності в людській свідомості може відбуватися на рівні чуттєвого та абстрактного пізнання.

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

Відчуття — це найпростіший психічний процес, первинна форма орієнтування живого організму в навколишньому середовищі. З відчуттів починається пізнавальна діяльність людини. За допомогою різних аналізаторів вона відбирає, нагромаджує інформацію про об'єктивну реальність, про власні суб'єктивні стани й на підставі одержуваних вражень виробляє адекватні умовам способи реагування на зовнішні та внутрішні впливи. **Органи чуття** — це єдині канали, по яких зовнішній світ проникає у свідомість людини. Відображуючи об'єктивні характеристики предметів і явищ, відчуття існують у свідомості як суб'єктивні образи об'єктивного світу. Ця особливість відчуттів зумовлена, з одного боку, природою самих відчуттів як продукту відображувальної діяльності мозку, а з іншого — психічним складом особистості, що відчуває.

Для відчуттів характерне їх позитивне або негативне емоційне забарвлення. Приємні або неприємні відчуття сигналізують про позитивну чи негативну дію подразника й викликають відповідну дію на нього. Життєва і гностична роль відчуттів дуже важлива, оскільки вони є єдиним джерелом наших знань про зовнішній світ і про нас самих.

## 2. Фізіологічне підґрунтя відчуттів

Вчення про вищу нервову діяльність розкриває науково-природничі підвалини відчуттів. І. Сеченов та І. Павлов своїми дослідженнями показали, що відчуття — це своєрідні рефлекторні дії, фізіологічним підґрунтям яких є нервові процеси, що виникають у результаті впливу подразників на органи чуття, або аналізатори. **Аналізатори** — це органи тваринного, у тому числі людського, організму, які аналізують навколишню дійсність і виокремлюють у ній ті чи інші різновиди енергії: зоровий аналізатор виокремлює світлову енергію, або коливання електромагнітних хвиль, слуховий — звуки, тобто коливання повітря, смаковий, нюховий — хімічні властивості речовин, шкірні — теплові, механічні властивості предметів та явищ, що спричиняють ті чи інші відчуття. У кожному аналізаторі є периферійна, аналізуюча частина, або **рецептор**, тобто орган чуття, призначенням якого є виділення в навколишній дійсності світла, звуку, запаху та інших властивостей. Інша його частина — **провідний шлях** від рецептора до **центральної частини** аналізатора, розміщеної в мозку. У центральній частині аналізатора розрізняють його ядро, тобто скупчення чутливих клітин, і розсіяні поза ним клітини. Ядро аналізатора, як зазначав І. Павлов, здійснює тонкий аналіз і синтез збуджень, що надходять від рецептора. За його допомогою подразники диференціюються за особливостями, якістю та інтенсивністю. Розсіяні клітини здійснюють більш грубий аналіз, наприклад відрізняють лише музичні звуки від шумів, виконують не чітке розрізнення кольорів, запахів. Органічні порушення будь-якої частини аналізатора — периферійної, провідної або центральної — спричиняють або сліпоту, або глухоту, або втрату нюху, смаку, залежно від того, який аналізатор порушено. Якщо порушується лише центральна частина аналізатора, виникає нерозуміння почутого, побаченого, хоча відчуття світла чи звуку існує.

Фізіологічним підґрунтям простіших відчуттів та чутливості на перших етапах життя людини є природжена безумовно-рефлекторна діяльність нервової системи. Складніші відчуття зумовлюються умовно-рефлекторною, аналітико-синтетичною діяльністю головного мозку.

### 3. Види відчуттів

Ще давні греки розрізняли п'ять органів чуття і відповідні їм відчуття: зорові, слухові, нюхові, смакові, тактильні. Сучасна наука значно розширила уявлення про види відчуттів людини.

Існують різні класифікації органів відчуттів і чутливості організму до подразників, що надходять до аналізаторів із зовнішнього світу або зсередини організму. Залежно від міри контакту органів чуття з подразниками розрізняють **чутливість контактну** (дотикову, смакову, больову) та **дистантну** (зорову, слухову, нюхову). За розміщенням рецепторів в організмі — на поверхні, всередині організму, в м'язах і сухожилках — розрізняють **відчуття екстероцептивні**, що відображують властивості предметів та явищ зовнішнього світу (зорові, слухові, нюхові, смакові), **інтероцептивні**, що несуть інформацію про стан внутрішніх органів (відчуття голоду, спраги, втоми), та **пропріоцептивні**, що відображують рухи органів тіла і його стан (*кінестетичні та статичні*).

Характеристика основних відчуттів людини:

**Зорові відчуття** відіграють важливу роль у діяльності людини та пізнанні нею навколишнього світу. Апаратом зору є око — орган чуття зі складною анатомічною будовою. Світлові хвилі, які відображають предмет, заломлюючись, проходять через кришталік ока і фіксуються на сітківці у вигляді зображення. Найважливішою складовою ока є сітківка, яка за допомогою зорового нерва з'єднується з великими півкулями головного мозку.

**Слухові відчуття** також мають велике значення в житті людини. Вони допомагають їй правильно орієнтуватися у навколишньому середовищі й регулювати власні дії. Чутливі закінчення слухового нерва розташовані у внутрішньому вусі. Зовнішнє вухо (вушна раковина) вловлює звукові коливання, а механізм середнього вуха передає їх завитку.

**Нюхові відчуття.** Подразником, що їх викликають, є мікроскопічні частини речовини, які потрапляють до носової порожнини разом з повітрям, розчиняються в носовій порожнині та діють на рецептор. Сигналізують про стан придатності продуктів харчування, про чисте або забруднене повітря.

**Смакові відчуття** пов'язані з нюховими. Їх поєднує спільна роль у процесі харчування. Органом смаку є язик. На ньому та на піднебінні

розміщені спеціальні чутливі до хімічних подразників рецептори, які реагують на чотири смакові подразники: кисле, солодке, гірке, солоне.

Особливістю динаміки смакових відчуттів є їх тісний зв'язок з потребою організму в харчуванні. При голодуванні смакова чутливість підвищується, при ситості – знижується.

**Тактильні відчуття** дають знання про міру рівності та рельєфності поверхні предметів, яку можна відчутти під час доторкання.

**Больові відчуття** сигналізують про порушення цілісності тканини, що, звичайно, викликає в людини захисну реакцію.

**Температурне відчуття** – це відчуття холоду, тепла, що його спричинює контакт з предметами, які мають температуру, вищу або нижчу за температуру тіла.

**Статичні відчуття** відображають положення нашого тіла в просторі – лежання, стояння, сидіння, рівновагу, падіння.

**Кінестетичні відчуття** відображають рухи та стани окремих частин тіла – рук, ніг, голови, корпусу.

**Органічні відчуття** сигналізують про такі стани організму, як голод, спрага, самопочуття, втома, біль.

#### **4. Властивості відчуттів**

**Якість** відчуттів – це особливість, якою одне відчуття відрізняється від інших, наприклад кольоровий тон, особливості слухових, нюхових, смакових відчуттів. Якість відчуттів викликається специфічними різновидами подразників, що надходять ззовні до органів чуття. Вона зумовлюється будовою органу відчуття, здатною відображати вплив енергії зовнішнього світу.

**Інтенсивність** відчуттів – це кількісна характеристика відчуттів, тобто більша чи менша сила їх виявлення. Інтенсивність відчуттів залежить від сили подразника, що їх викликає. Але ця залежність досить складна і має певні закономірності. Серед них насамперед виявляються чутливість аналізатора та пороги цієї чутливості.

**Тривалість** – часова характеристика відчуття (залежить від тривалості дії подразника).

#### **5. Загальні закономірності відчуттів**

Відчуттям притаманні також загальні закономірності.



**Пороги чутливості.** Подразник, діючий на аналізатор, не завжди викликає відчуття. Доторкання пушинки до тіла можна не відчувати. При дії дуже сильного подразника може настати момент, коли відчуття перестають виникати.

**Поріг чутливості** — такий рівень інтенсивності подразника, який здатний викликати відчуття.

Розрізняють пороги: абсолютний і поріг розрізнення. Абсолютний поріг буває верхній і нижній.

Та найменша сила подразника, яка, діючи на аналізатор, викликає ледве помітне відчуття, називається **нижнім абсолютним порогом чутливості**. Нижній поріг характеризує гостроту чутливості аналізатора.

Та найбільша сила подразника, за якої ще існують відчуття даного виду, називається **верхнім абсолютним порогом чутливості**.

Пороги чутливості індивідуальні для кожної людини. Є **також поріг чутливості до розрізнення** — те найменше збільшення сили діючого подразника, яке викликає ледве помітну реакцію відчуттів.

Ще однією закономірністю відчуттів є адаптація.

**Адаптація** — це зміна чутливості аналізатора під впливом постійно діючого подразника, що проявляється у зниженні або підвищенні порогів.

Ступінь адаптації різних аналізаторних систем до відповідних подразників неоднаковий: висока адаптованість властива нюховим і тактильним відчуттям менша вона в слухових і холодкових відчуттях. Незначна адаптація притаманна больовим відчуттям.

**Сенсибілізація** — підвищення чутливості в результаті взаємодії аналізаторів, а також систематичних вправ.

Так, спеціалісти з розфарбовування тканин розрізняють від 40 до 60 відтінків чорного кольору. Дегустатори вин розрізняють надтонкі смакові відчуття, що нетренованій людині навіть важко уявити. Заняття музикою розвивають музичний слух, а живописом — кольорове відчуття.

Явище сенсибілізації слугує доказом того, що відчуття розвиваються під впливом умов життя і вдосконалення діяльності аналізаторів. Сенсибілізація — один з проявів більш загальної закономірності відчуттів, яка називається взаємодією.

**Взаємодія відчуттів** — це зміна чутливості однієї аналізаторної системи під впливом іншої діяльності.

Наприклад, слухова чутливість підвищується під час інтенсифікації подразнення зорового аналізатора. Тому на музичних концертах завжди яскраве освітлення. Відомі факти підвищення слухової, тактильної, зорової чутливості під впливом слабких больових подразнень. Проте під впливом опромінення шкіри ультрафіолетовим промінням зорова чутливість знижується.

**Контрастність відчуттів** — це зміна інтенсивності та якості відчуттів під впливом попереднього або супутнього подразника

Наприклад, біла фігура на чорному тлі здається темнішою, слабкий теплий подразник після холодного здається гарячим.

**Синестезія** — це виникнення під впливом подразнення одного аналізатора відчуття, характерного для іншого аналізатора.

Наприклад, під час звукових подразнень у людини виникають зорові образи.

У відчуттях відбувається **післядія** в аналізаторах. Це явище пояснюється певною інертністю нервових процесів, яка спричинюється до того, що відчуття подразника (зорового, дотикового, слухового) продовжується якийсь час після припинення його дії. Відчуття світла, наприклад, якийсь час триває, коли лампу вимкнено, відчуття тиску предмета на плечі триває після того, як його вже скинули. У зоровій чутливості післядія в аналізаторі виявляється в послідовних образах, у змішуванні кольорів.

Розглянуті закономірності розкривають високу динамічність відчуттів, їх залежність від сили подразника, від функціонального стану аналізаторної системи, викликаного початком або припиненням дії подразника, а також одночасною дією кількох подразників на один

аналізатор або суміжні аналізатори. Можна сказати, що закономірності відчуттів визначають умови, за яких стимул досягає свідомості. Біологічно важливі стимули діють на мозок за знижених порогів і підвищеної чутливості, стимули, які втратили біологічну значущість, — за більш високих порогів.

### Питання для обговорення

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

### Тестові завдання

*Знайдіть єдину правильну відповідь.*

1. Який пізнавальний процес забезпечує відображення мозком окремих властивостей предметів чи явищ?
  - а) відчуття,
  - б) сприймання,
  - в) пам'ять,
  - г) уява.
2. Зміна чутливості внаслідок пристосування аналізатора до подразника — це визначення якої властивості відчуттів?
  - а) компенсація,
  - б) синестезія,
  - в) сенсibilізація,
  - г) адаптація.
3. Яку властивість відчуттів відображають такі вислови: «кольоровий слух», «холодний колір», «колючий смак»?
  - а) синестезію,

- б) адаптацію,
  - в) компенсацію,
  - г) сенсифікацію.
4. До основних властивостей відчуттів не відноситься:
- а) якість,
  - б) інтенсивність,
  - в) тривалість,
  - г) обсяг.
5. Суб'єктивний характер відчуттів виявляється в тому, що:
- а) відчуття є суб'єктивні образи об'єктивного світу,
  - б) відчуття залежать від властивостей предметів і явищ об'єктивної дійсності,
  - в) відчуття властиві не тільки суб'єктові (за Петровським А.В.),
  - г) відчуття залежать від властивостей предметів.
6. В чому виявляється адаптація аналізатора до дії подразника:
- а) зниження чутливості,
  - б) пристосування до дії подразника,
  - в) втрата здатності відчувати,
  - г) підвищення чутливості.
7. Довгі товарні ешелони, пасажирські поїзди проходять біля нашого будинку. Знайомі, котрі заходять до нас, запитують: "Як ви можете жити при такому шумі?" А ми зовсім не помічаємо ніякого шуму. Про яку властивість відчуттів йде мова в наведеному прикладі?
- а) якість,
  - б) інтенсивність,
  - в) адаптація,
  - г) просторова локалізація.
8. Яке з визначень відчуття є найбільш повним і правильним?
- а) відчуття – це процес опосередкованого відображення в мозку людини властивостей предметів,
  - б) відчуття – це процес безпосереднього відображення предметів і явищ,
  - в) відчуття – це процес відображення в мозку людини окремих якостей предметів внаслідок їх безпосереднього впливу на органи чуття,
  - г) відчуття – це процес відображення предметів і явищ.

9. Укажіть, що є наслідком підвищення чутливості аналізаторів:
- а) визрівання аналізаторів,
  - б) вправлення аналізаторів,
  - в) засвоєння дітьми людського чуттєвого досвіду, яке відбувається в процесі їхньої діяльності,
  - г) виконання різних видів діяльності.
10. Ми швидше відчуваємо смак кислого лимона, якщо покладемо його:
- а) на кінчик язика,
  - б) під язик,
  - в) на край язика,
  - г) на основу язика.

## Тема 3.2. Сприймання

1. Поняття про сприймання.
2. Види сприймання.
3. Властивості сприймання.
4. Спостереження і спостережливість.

*Основні поняття теми: сприймання, предметність, цілісність, осмисленість, константність, апперцепція, ілюзія, сприймання простору, сприймання руху, сприймання часу, спостереження, спостережливість.*

*Для вченої й освіченої людини жити – значить сприймати нове.*

Цицерон

### 1. Поняття про сприймання

В оточуючому світі існують не окремі властивості самі по собі, а предмети, речі, явища: не звуки, а предмети і явища, які відтворюють звук; не світло, а предмети, які світяться; не запахи, а об'єкти, що пахнуть. Тому на основі відчуттів повинен будуватися процес більш високого рівня, як процес відображення предметів в цілому, в сукупності їх властивостей, інакше пізнання світу буде неможливим. Таким пізнавальним процесом є сприймання.

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

В основі сприймання лежать відчуття, але сприймання не зводиться до суми відчуттів. Ми сприймаємо, наприклад, класну дошку, а не суму зеленого кольору, твердості, прямокутності. Сприймаючи, ми не лише виокремлюємо групу відчуттів, а поєднуємо їх в цілісний образ, розуміємо його, застосовуючи для цього свій попередній досвід.

Сприймання протікає в зв'язку з іншими психічними процесами особистості: мисленням (ми усвідомлюємо те, що перед нами знаходиться), мовою (називаємо предмет сприйняття), почуттями (певним чином ставимося до того, що сприймаємо), волею (тією чи іншою мірою довільно організовуємо процес сприймання).

Відображаючи об'єктивну дійсність, сприйняття робить це не пасивно й дзеркально, тому що в ньому водночас заломлюється все психічне життя людини, яка сприймає.

Фізіологічною основою сприймання є умовно-рефлекторна діяльність внутрішньо аналізаторного і між аналізаторного комплексу нервових зв'язків, які обумовлюють цілісність і предметність явищ, що відображаються.

## **2. Види сприймання**

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

**Сприймання простору** відбувається за участю зорового, кінестетичного та слухового аналізаторів. Об'єктом просторових сприймань є диференціація розмірів і форм предметів, віддалі, розміщення їх у просторі, глибини, рельєфу. Сприймання розмірів на око і дотик досягає значної досконалості. Сприймання горизонтальних ліній точніше, ніж сприймання вертикальних.

У сприйманні простору велику роль відіграє окомір. Просторові явища досить точно сприймаються також тактильно та кінестетично. Сліпі, наприклад, вивчаючи географію, виконуючи трудові дії, успішно орієнтуються дотиком на рельєфному глобусі у розміщенні деталей об'єктів праці.

Слухом людина достатньо успішно сприймає напрямок звуків у просторі: далеко, близько, вгорі, внизу, праворуч, ліворуч.

У сприйманні простору важливу роль відіграють акомодация та конвергенция органа зору. Акомодация — це зміна опуклості кришталика відповідно до віддалі предмета, а конвергенция — спрямування очей на предмет сприймання.

**Сприймання руху** — це відображення зміни положення предметів у просторі. Сприймання руху залежить від того, як сприймається рухомий предмет стосовно іншого нерухомого чи рухомого предмета. У першому випадку рух предмета сприймається адекватніше, ніж у другому. При сприйманні рухомого предмета відносно іншого предмета, що рухається в одному з ним напрямку або у протилежному напрямку, може виникнути ілюзія відсутності або прискорення руху. Нерухомий предмет, відносно якого сприймається рух іншого предмета, здається рухомим, але його рух сприймається у протилежному напрямку.

Якщо в полі зору немає нерухомого предмета, відносно якого сприймався рухомий предмет, то рух сприймається у 15–20 разів повільнішим. Рух літака на тлі безхмарного неба здається повільнішим.

**Сприймання часу** полягає у відображенні тривалості та послідовності дії подразника на організм. Спеціального органу для сприймання часових явищ немає. У сприйманні часу беруть участь усі аналізатори, відбиваючи тривалість їх дії. Важливу роль у сприйманні часу відіграють різні органічні зміни, ритмічність їх дії (дихання, серцебиття).

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

Сприймання послідовності відбувається завдяки перервам у тривалості дії подразників на аналізатори. Сприймання тривалості залежить відставлення до змісту, характеру сприйманого об'єкта. Сприймання цікавого викликає ілюзію швидкості перебігу часу, а сприймання не цікавого, не приємного, вимушене очікування створюють ілюзію уповільнення тривалості дії.

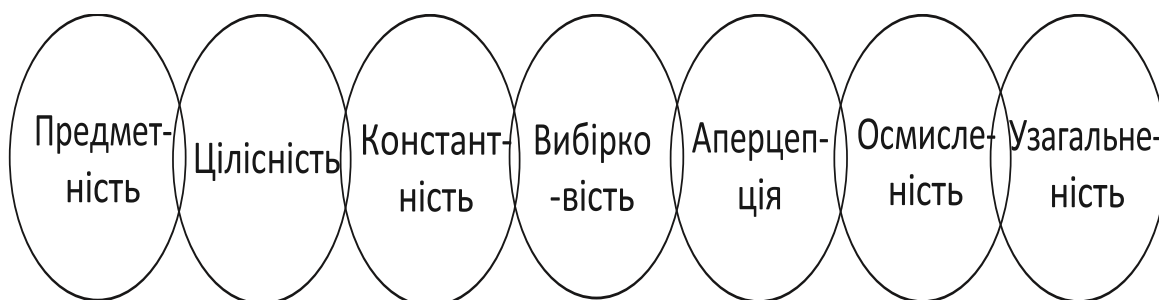
Іноді сприймання предметів буває не правильним, викривленим, помилковим.

**Ілюзії сприймання** — неадекватні сприймання, які не правильно, викривлено, помилково відображають об'єкти, що діють на аналізатори.

Ілюзії зумовлюються різними причинами: виробленими життєвою практикою прийомами зорового сприймання, особливостями зорового аналізатора, зміною умов сприймання, дефектами зору.

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

### 3. Властивості сприймання



**Предметність** сприймання виявляється в тому, що будь-який предмет або явище відображається не як механічна сума якостей і властивостей, а як об'єкт, який має свій зміст, природу, призначення. Сприймаючи предмети, людина, впершу чергу орієнтується в них за їхніми функціями. Предметність сприймання розвивається в процесі життєдіяльності людини.

**Цілісність** сприймання в тому, що образи відображених предметів та явищ постають у свідомості в єдності багатьох якостей і властивостей. Навіть якщо предмет не поданий для сприймання повністю, його перцептивний образ «добудовується» до завершеної форми на основі сприйнятих елементів.

**Константність**— це відносна постійність величини, форми, кольору предметів та явищ, що сприймаються при зміні відстані, ракурсу, освітленості.

**Вибірковість** сприймання полягає у виділенні одних об'єктів як основних порівняно з іншими. Те, що знаходить в центрі уваги людини при сприйманні називають об'єктом сприймання, а решту — тлом. Інакше кажучи, у сприйманні людини в даний момент завжди щось є основним.

**Аперцепція** — це залежність змісту і спрямованості сприймання від досвіду людини, її інтересів, ставлення до життя, установок, багатства знань. Так, сприймання різних людей є відмінним. Також досить часто людина сприймає не те, що є наспраді, а те, що є бажаним для неї.

**Осмисленість** сприймання полягає в тому, що відображені предмети та явища людина відразу ж називає, використовуючи другу сигнальну систему. Отже, вже в самому акті сприймання відбувається співвіднесення предмета сприймання з його значенням.

**Узагальненість сприймання**- це відображення одиничного випадку як особливого виду загального. Ступінь узагальнення залежить від рівня і обсягу наявних у людини знань.

#### **4. Спостереження і спостережливість**

Важливими умовами адекватного сприймання є **спостереження і спостережливість**. Вони яскраво виявляються при довільному цілеспрямованому сприйманні. Спостереження найбільше відрізняє довільне сприймання від мимовільного. Найхарактерніший показник спостереження—тривале, цілеспрямоване зосередження уваги на предметі

сприймання. Воно здійснюється з певною метою і за визначеним планом. Спостереження може бути тривалим, коли планується спостереження зміну поведінці тварин під впливом догляду за ними, розвитку дитини під впливом виховання, успішності учнів у засвоєнні знань залежно від умов і методів навчання. Короткотривалим воно буває тоді, коли спостерігаються нетривалі за часом явища.

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

Успішне спостереження потребує визначення його мети, складання плану створення необхідних умов для цього, підготовки засобів спостереження і фіксації його результатів. Спостерігати треба вміти. Останнє має особливо велике значення тому, що не всім дітям та дорослим властиве вміння спостерігати. Рівень уміння спостерігати залежить як від навчання спостерігати, такі від спостережливості як якості особистості. Якщо дитину змалку привчають спостерігати явища природи, поведінку тварин, ті чи інші аспекти життя, то у неї розвивається такий бік характеру, як спостережливість, тобто здатність помічати в об'єктах малопомітне, але важливе для розуміння їх суті.

Спостереження і спостережливість відіграють велику роль у навчанні та трудовій діяльності людини. Відомо, як високо цінував спостереження і спостережливість Ч. Дарвін (відкриття походження видів він пояснював своєю спостережливістю). І.Павлов вважав, що спостережливість дуже потрібна вченому. На його інституті було написано: «Спостережливість, спостережливість, спостережливість». К. Ушинський рекомендував учителям навчати дітей спостерігати, якщо вони хочуть розвинути в дітей розум, по за як спостереження дає матеріал, факти для мислення.

### **Питання для обговорення**

1. Який психічний процес називається сприйманням?
2. У чому полягає спільне та відмінне між сприйманням і відчуттям?
3. Охарактеризуйте загальні властивості сприймання.
4. Що таке константність сприймання та який її механізм?
5. Як виявляється апперцепція у процесах сприймання?
6. Який вплив на сприймання може справляти попередній досвід?
7. Які чинники визначають об'єктивні умови сприймання?

8. Які чинники визначають суб'єктивні умови сприймання?
9. Що таке ілюзія у сприйманні та який її механізм?
10. У чому може виявлятися професійна спостережливість?
11. Чим пояснити, що одна й та сама лекція різними слухачами може оцінюватися по-різному: як «інформативна», «популярна», «цікава», «корисна», «нудна», «нецікава».

### Тестові завдання

*Знайдіть єдину правильну відповідь.*

1. Пізнавальні процеси — виберіть зайве:
  - а) мислення,
  - б) сприймання,
  - в) пам'ять,
  - г) воля.
2. Що є предметом відображення сприймання?
  - а) окремі властивості предметів чи явищ дійсності,
  - б) цілісні образи дійсності,
  - в) попередній досвід людини,
  - г) минулий досвід людини.
3. Встановіть перцептивну властивість, що забезпечує можливість сприймання людиною мелодії, а не набору звуків?
  - а) довільність,
  - б) вибірковість,
  - в) аперцепція,
  - г) цілісність.
4. Який вид сприймання є об'єктивно найскладнішим для дітей дошкільного віку?
  - а) сприймання часу,
  - б) сприймання простору,
  - в) сприймання руху,
  - г) всі види сприймання є складними для дітей.
5. Властивість людини, яка проявляється в здатності помічати маловідомі, але істотні деталі в об'єкті, що сприймається, характеризує:
  - а) ілюзії,
  - б) перцептивні дії,
  - в) спостережливість,
  - г) допитливість.

6. Сприймання часу — це:
- а) відображення в мозку об'єктивної тривалості, швидкості, послідовності явищ дійсності,
  - б) відображення віддалі, розміру, форми навколишніх об'єктів, що діють на аналізатори,
  - в) сприймання цілісного об'єкта, створення загального враження про нього,
  - г) відображення послідовності основних частин предмета, визначення їх властивостей.
7. Сприймання - це:
- а) синтез відчуттів,
  - б) відображення в голові людини окремих властивостей і якостей предметів та явищ при їх безпосередньому впливові на аналізатори,
  - в) відображення предметів і явищ в цілому при їх безпосередньому впливові на аналізатори,
  - г) відображення предметів і явищ в усій сукупності їх властивостей і якостей.
8. В якому рядку названі лише властивості сприймання:
- а) цілісність, константність, предметність, адаптація,
  - б) предметність, осмисленість, константність, цілісність,
  - в) сенсibiliзація, цілісність, предметність,
  - г) константність, адаптація, осмисленість, предметність.
9. Розглядаючи місяць у телескоп, офіцер сприйняв гору за башти фортеці, пастор- за дзвіницю, а географ за вулкан. Яка особливість сприймання:
- а) константність,
  - б) аперцепція,
  - в) ілюзія,
  - г) виділення предмета з фону.
10. Ілюзія-це:
- а) викривлене відображення реальності,
  - б) порушення сприймання,
  - в) індивідуальна особистість сприймання,
  - г) сенсорний компонент сприймання.

## Тема 3.3. Мислення

1. Поняття про мислення.
2. Розумові дії та операції мислення.
3. Форми мислення.
4. Процес розв'язання завдань.
5. Види мислення.
6. Індивідуальні особливості мислення.

*Основні поняття теми: мислення, аналіз, синтез, порівняння, абстрагування, узагальнення, конкретизація, систематизація, судження, умовивід, поняття, проблемна ситуація.*

*Людина, здається, створена для того, щоб мислити:  
у цьому – її гідність, її заслуга, її обов'язок...*

Паскаль Блез

### 1. Поняття про мислення

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

До **опосередкованого пізнання** людина вдається тоді, коли безпосереднє пізнання виявляється неможливим через недосконалість людських аналізаторів або недоцільність, що зумовлюється складністю процесу пізнання. Опосередкованість мислення виявляється і в тому, що всі його акти відбуваються за допомогою слова та попереднього досвіду, який зберігається в пам'яті людини.

Ще одна ознака мислення полягає в тому, що завдяки йому в об'єктах відображуються небудь-які, а істотні ознаки та властивості, що ґрунтуються на об'єктивних відносинах і закономірних зв'язках, репрезентованих у самих предметах та явищах.

Істотні ознаки та відносини виражають сутність предметів і явищ, їх причинно-наслідкові залежності, їх розкриття дає можливість зрозуміти закони, яким підпорядковані процеси, що відбуваються у природі та суспільстві, впливати на них у власних інтересах. Ще однією особливістю мислення є узагальнений характер відображення дійсності. За допомогою мислення людина пізнає істотні ознаки, що виявляються спільними для споріднених у тому чи іншому відношенні об'єктів, і уявляє їх узагальнено, оперуючи поняттями. Так вона пізнає загальні властивості металів, геометричних фігур, принципи функціонування технічних систем, розвитку психічних явищ.

Перелічені ознаки мислення характеризують його як специфічну форму абстрактного пізнання дійсності, як складну пізнавальну діяльність.

**Мислення** — це процес опосередкованого й узагальненого відображення людиною предметів та явищ об'єктивної дійсності в їх істотних зв'язках і відношеннях.

Мислення людини нерозривно пов'язане з **мовою**, яка є знаряддям формування і способом існування думки. У слові закріплюється нагромаджений пізнавальний досвід, який людина використовує в разі потреби. Узагальнюючи у слові свої знання про предмети та явища дійсності, людина виходить за межі того, що дано їй безпосередньо у відчуттях і сприйманнях, значно розширює свої пізнавальні можливості, удосконалює мислення.

Розумова діяльність органічно пов'язана з **практикою**. Практика є джерелом розумової діяльності. Мислення породжується потребами людської практики і розвивається у процесі пошуку шляхів їх задоволення. Навіть для наукових теоретичних проблем пізнання, які непов'язані безпосередньо з потребами практики, вона є їх віддаленим джерелом. У свою чергу, практична діяльність неможлива без мислення, вона стимулює його постійний розвиток, сприяючи впровадженню досягнень людської думки в різні сфери життя суспільства.

Значення мислення в житті людини полягає в тому, що воно дає можливість наукового пізнання світу, передбачення і прогнозування

розвитку подій, практичного оволодіння закономірностями об'єктивної дійсності, постановки їх на службу потребам та інтересам людини. Мислення є підвалиною свідомої діяльності особистості, формування її розумових та інших властивостей. Рівень розвитку мислення визначає, якою мірою людина здатна орієнтуватися в оточуючому світі, як вона панує над обставинами та над собою.

## **2. Розумові дії та операції мислення**

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

**Розумові дії** — це дії з об'єктами, відображеними в образах, уявленнях і поняттях про них. Ці дії відбуваються подумки за допомогою мовлення. Перш ніж діяти з предметами, людина робить це подумки, не вступаючи в контакт з цими предметами і не змінюючи будову самого об'єкта.

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

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

«Усе у світі ми пізнаємо через порівняння, і якщо б нам спіткався якийсь новий предмет, якого ми не могли ні з чим порівняти, ні від чого, то ми про цей предмет не склали б жодної думки і немогли б сказати про нього жодного слова», —вважав К.Ушинський.

**Аналіз** у мисленні є продовженням того аналізу, що відбувається в чуттєвому відображенні об'єктивної дійсності. Це уявне розчленування об'єктів свідомості, виокремлення в них частин, боків, аспектів, елементів, ознак і властивостей.

Об'єктом аналізу можуть бути будь-які предмети та їх властивості. Починається аналіз практичними діями і завершується уявним розумовим аналізом. Аналіз необхідний для розуміння сутності будь-якого предмета, але сам його не забезпечує.

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

**Синтез** — уявне поєднання окремих частин, боків, аспектів, елементів, ознак і властивостей об'єктів в єдине, якісно нове ціле. Синтез, як і аналіз, спочатку виникає у практичній діяльності, а потім стає дією мислення. Синтезувати можна елементи, думки, образи, уявлення. Аналіз і синтез — основні розумові операції, що в єдності забезпечують повне та глибоке пізнання дійсності.

Розумовий аналіз переходить в **абстрагування** (абстрагувати від лат: *abstragere* — відволікати, відвертати), тобто уявне відокремлення одних ознак і властивостей предметів від інших і від самих предметів, яким вони властиві. Виокремлені у процесі абстрагування ознаки предмета розуміються незалежно від інших його ознак і стають самостійним об'єктом мислення. Так, спостерігаючи переміщення у просторі різних за характером об'єктів: машини, людини, птаха, хмаринок, небесних тіл, людина виокремлює рух як спільну для них властивість і осмислює його як самостійну категорію.

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

Узагальнення виокремлених ознак предметів та явищ дає можливість групувати об'єкти за відомими, родовими та іншими ознаками. Така операція називається **класифікацією**. Класифікація здійснюється з метою виокремлення та подальшого об'єднання об'єктів на основі спільних істотних ознак. Класифікація сприяє впорядкуванню знань і глибшому розумінню їх змістової структури. Щоб здійснити класифікацію, треба чітко визначити її мету, виокремити ознаки об'єктів, що підлягають класифікації, порівняти об'єкти за особливими ознаками, визначити загальні основи класифікації, згрупувати об'єкти за певним принципом.

Упорядкування знань на підставі гранично широких спільних ознак груп об'єктів називається **систематизацією**.

Систематизація забезпечує виокремлення та подальше об'єднання не окремих об'єктів, як це спостерігається при класифікації, а їх груп і класів.

Отже, процес розуміння предметів та явищ об'єктивної дійсності утворення наукових понять про них складний і багатоплановий. Він потребує вивчення фактів, їх порівняння, аналізу та синтезу,

абстрагування, узагальнення, класифікації, систематизації їх істотних ознак і характеристик.

### **3. Форми мислення**

Результати процесу мислення реалізуються в різних **формах**.

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

Кожен предмет, явище мають багато різних властивостей і ознак, які є істотними і неістотними. Наприклад, кожен окремий трикутник має три кути, певні розміри — довжину сторін і площу, певну величину кутів. Але тільки перша ознака робить фігуру трикутником, дозволяє відрізнити її від інших фігур. При зміні ж інших ознак трикутник не перестане бути трикутником.

Поняття існує у вигляді слова, позначається ним. Вони поділяються на одиничні та загальні («країна», «місто», «письменник» — одиничні, «елемент», «зброя» — загальні поняття). Розрізняють поняття конкретні та абстрактні. В абстрактних поняттях відображаються істотні ознаки та властивості відокремлено від самих об'єктів («вага», «мужність», «добро»).

Поняття з більшим обсягом називаються родовими («меблі», «рослини») стосовно понять з меншим обсягом ознак («стіл», «дерево»), які в цьому разі є видовими.

**Судження** — це форма мислення, яка містить ствердження або заперечення будь-якого положення відносно предметів, явищ або їх властивостей.

Характерна властивість судження полягає в тому, що воно існує, виявляється і формується в реченні. Проте судження та речення нетотожні. Речення, які виражають запитання, вигуки, сполучники, прийменники не є судженнями («Агов!», «Ану!», «Хто це?»).

Судження є ствердними та заперечними; загальними та одиничними.

**Умовивід** — така форма мислення, в якій з одного або кількох суджень виводиться нове. Людина користується в основному двома видами умовиводів — індуктивними (спосіб міркування від окремих суджень до загального, встановлення загальних законів і правил на основі вивчення окремих фактів і явищ) і дедуктивними (це спосіб міркування від загального судження до окремого, пізнання окремих фактів, явищ на основі знання загальних законів і правил).

#### 4. Процес розв'язання завдань

**Мислення** — це процес руху думки від невідомого до відомого. Мислення починається там, де перед людиною постає щось нове, невідоме і коли вона починає щось аналізувати, порівнювати, узагальнювати. Такі питання виникають в умовах **проблемної ситуації**. Проблемна ситуація характеризується наявністю суперечностей між реальним рівнем знань та об'єктивно необхідним для успішного розв'язання завдання.

Процес розв'язання пізнавального завдання починається з формулювання питання, яке треба визначити виходячи з конкретних умов проблемної ситуації. Формулювання питання — перший етап, найскладніший у процесі розв'язання завдань. Важливе значення на цьому етапі має здатність людини бачити нез'ясовані аспекти в тих чи інших предметах та явищах дійсності, її вміння ставити запитання, виокремлювати проблеми, які потребують вирішення. Ця здатність значною мірою залежить від попереднього досвіду людини, проникливості її розуму, вміння бачити незрозуміле там, де іншій людині все здається зрозумілим.

Другий етап розв'язання розумового завдання починається з пошуку шляхів аналізу поставленого запитання та побудови гіпотези. Висування гіпотез дає людині можливість передбачити напрями розв'язання завдання й можливі результати. Якщо висунуті гіпотези не підтверджуються, їх відкидають, уточнюють умови завдання й саме завдання.

Розв'язання розумового завдання — завершальний етап процесу — може відбуватися по-різному. Іноді людина діє методом спроб і помилок, перевіряючи ефективність висунутих гіпотез. Розв'язання завдання може базуватися також на використанні відомих способів, на застосуванні аналогій за нових умов проблемної ситуації. Розв'язання завдання може відбуватись як творчий процес. У цьому разі воно потребує подолання інертності мислення та побудови нової стратегії розв'язання. Побудова нової стратегії завжди є результатом тривалої попередньої роботи мислення, узагальнення й реконструкції досвіду розв'язання завдань у тій чи іншій царині людської діяльності. Розв'язати завдання іноді вдається раптово після попередніх напружених, але без результатних зусиль. У цьому разі спостерігається інтуїтивне, не до кінця усвідомлене у процесуальному плані знаходження розв'язку. Саме так робили деякі важливі відкриття в науці та техніці відомі вчені й винахідники. На відкриття закону всесвітнього тяжіння І.Ньютона наштовхнула думка про

яблуко, що впало йому на голову в момент напруженої зосередженості на проблемі. Аналогічна ситуація спричинила відкриття Архімедом закону виштовхувальної сили рідини, яка діє на занурене в неї тіло.

Важливу роль у стимулюванні розумової діяльності у процесі розв'язання завдань відіграють почуття. Виключно важливе значення мають почуття здивування, допитливості, почуття нового. Почуття породжуються виникненням ідеї, перебігом розв'язування завдання, завершенням роботи та подоланням утруднень, що виникають на шляху до результату. Розв'язання завдання потребує від людини великих вольових зусиль. Від її наполегливості, сили волі та цілеспрямованості залежать ефективність пізнавальної діяльності, загальна культура розумової праці. «Якби той, хто дивується з винахідливості генія, міг поглянути на сам процес цих винаходів, то почав би дивуватися не тільки з розуму, а і з сили волі, пристрасті та наполегливості винахідників», — зауважував К. Ушинський.

Отже, процес розв'язання завдань потребує мобілізації та напруженні всіх психічних сил особистості, концентрації її пізнавальної активності.

## 5. Види мислення

Об'єктом розумової діяльності людини є пізнавальні завдання, які мають різне змістове підґрунтя і зумовлюють різне співвідношення предметно-дійових, перцептивно-образних та поняттєвих компонентів у їх розв'язуванні. Залежно від цього розрізняють три основні види мислення: наочно-дійове, наочно-образне та словесно-логічне, або абстрактне.

**Наочно-дійове мислення** в розвиненому виді властиве й дорослій людині. Особливо воно притаманне людям таких професій, які за змістом потребують практичного аналізу, різноманітного комбінування, наприклад, шахістам, конструкторам, винахідникам.

**Наочно-образне мислення** в розвинутих формах притаманне людям тих професій, які пов'язані з яскравим уявленням тих чи інших предметів або явищ (письменники, музиканти, актори).

**Словесно-логічне (абстрактне) мислення** дає можливість встановлювати загальні закономірності природи та суспільства, на рівні найвищих узагальнень розв'язувати розумові завдання, будувати наукові теорії.

Зазначені види мислення виявляються й перебувають у певному співвідношенні. У розвинених формах вони можуть виявлятися як індивідуальні особливості мислення людей, зумовлені характером їхньої діяльності, професійними чинниками, співвідношенням першої та другої сигнальних систем та іншими причинами.

## **6. Індивідуальні особливості мислення**

Розумова діяльність різних людей, що підлягає загальним психологічним закономірностям, водночас характеризується **індивідуальними особливостями**. Відмінності в розумовій діяльності виявляються в різноманітних якостях мислення. Індивідуальні відмінності мислення людей зумовлені передусім особливостями їхнього життя, характером діяльності, навчанням. Певний вплив на особливості мислення справляють тип вищої нервової діяльності, співвідношення першої та другої сигнальних систем. Найістотнішими якостями, в яких виявляються індивідуальні відмінності мислення, є **самостійність**, **критичність**, **гнучкість**, **глибина**, **широта**, **послідовність**, **швидкість**.

**Самостійність мислення** характеризується вмінням людини ставити нові завдання й розв'язувати їх, не вдаючись до допомоги інших людей. Самостійність мислення ґрунтується на врахуванні знань і досвіду інших людей, але людина, якій властива ця якість, творчо підходить до пізнання дійсності, знаходить нові, власні шляхи і способи вирішення пізнавальних та інших проблем.

**Критичність мислення** виявляється у здатності суб'єкта пізнавальної діяльності не потрапляти під вплив чужих думок, об'єктивно оцінювати позитивні та негативні аспекти явища чи факту, виявляти цінне та помилкове в них. Людина з критичним розумом вимогливо оцінює власні думки, ретельно перевіряє рішення, зважує всі «за» і «проти», виявляючи тим самим самокритичне ставлення до власних дій.

**Гнучкість мислення** виявляється в умінні швидко змінювати свої дії при зміні ситуації діяльності, звільняючись від залежності закріплених у попередньому досвіді способів і прийомів розв'язання аналогічних завдань. Гнучкість мислення розкривається в готовності швидко переключатися з одного способу розв'язання завдань на інший, змінювати тактику і стратегію їх розв'язання, знаходити нові, нестандартні способи дій за змінених умов.

**Глибина мислення** виявляється в умінні проникати в сутність складних питань, розкривати причини явищ, приховані за нашаруваннями неістотних проявів, бачити проблему там, де її не помічають інші, передбачати можливі наслідки подій і процесів. Саме ця риса властива особистостям з глибоким розумом.

**Широта мислення** виявляється у здатності охопити широке коло питань, у творчому мисленні в різних галузях знання та практики. Широта мислення є показником ерудованості особистості, її інтелектуальної різнобічності.

**Послідовність мислення** виявляється в умінні дотримуватися логічної наступності при висловлюванні суджень, їх обґрунтуванні. Послідовним можна назвати мислення людини, яка суворо дотримується теми міркування, невідхиляється від неї, не «перестрибує» з однієї думки на іншу, не підмінює предмет міркування. Для послідовного мислення характерне дотримання певних принципів розгляду питання, ясність плану, відсутність суперечностей і логічних помилок в аргументації думки, доказовість та об'єктивність у висновках.

**Швидкість мислення** — це здатність швидко розібратися у складній ситуації, швидко обдумати правильне рішення й прийняти його. Швидкість мислення залежить від знань, міри сформованості розумових навичок, досвіду у відповідній діяльності та рухливості нервових процесів.

Усі якості мислення людини формуються й розвиваються в діяльності.

### **Питання для обговорення**

1. У чому полягають специфічні особливості мислення як вищої форми пізнавальної діяльності?
2. У чому виявляється істотна відмінність абстрактного пізнання дійсності від чуттєвого?
3. У чому полягає особливість опосередкованого способу пізнання дійсності?
4. Що характеризує істотні ознаки предметів та явищ, які є об'єктом пізнання мислення?
5. Охарактеризуйте основні розумові операції.
6. Що є кінцевим продуктом розумового пізнання дійсності?
7. У чому полягає відмінність понять від уявлень як форм пізнання дійсності?

8. Як співвідносяться проблемна ситуація та розумове завдання?
9. Наведіть основні етапи процесу розв'язання розумового завдання.
10. За якими принципами мислення можна поділити на види.

### Тестові завдання

*Знайдіть єдину правильну відповідь.*

1. Пізнавальні процеси — виберіть зайве:
  - а) мислення,
  - б) сприймання,
  - в) пам'ять,
  - г) воля.
2. Яка операція мислення виявляється у зіставленні предметів для знаходження їх спільних та відмінних ознак?
  - а) аналіз,
  - б) синтез,
  - в) порівняння,
  - г) узагальнення.
3. Яка мислительна операція протилежна конкретизації?
  - а) порівняння,
  - б) узагальнення,
  - в) аналіз,
  - г) синтез.
4. Виберіть рядок, в якому перераховані тільки операції мислення:
  - а) аналіз, синтез, абстрагування,
  - б) порівняння, конкретизація, відтворення,
  - в) порівняння, відтворення, узагальнення,
  - г) аналіз, порівняння, уявлення.
5. Який рівень пізнання людиною дійсності забезпечує мислення:
  - а) раціональний,
  - б) чуттєвий,
  - в) інтуїтивний,
  - г) ірраціональний.
6. До якої форми мислення подано визначення: «Речення, що містить ствердження або заперечення певного факту»?
  - а) судження,
  - б) поняття,

- в) умовивід,
  - г) конкретизація.
7. Наочно-образне мислення яскраво проявляється у віці:
- а) 2–3 років,
  - б) 4–6 років,
  - в) 7–8 років,
  - г) 9–10 років.
8. Широта мислення — це його:
- а) вид,
  - б) рівень,
  - в) форма,
  - г) якість.
9. Мислення шахіста є переважно:
- а) наочно-дійове;
  - б) образне;
  - в) логічне
  - г) творче.
10. Мислення композитора є переважно:
- а) наочно-дійове,
  - б) образне,
  - в) логічне,
  - г) творче.

## Тема 3.4. Уява

1. Поняття про уяву.
2. Процес створення образів уяви.
3. Види уяви.

*Основні поняття теми: уява, довільна уява, мимовільна уява, репродуктивна уява, творча уява, мрія, аглютинація, гіперболізація, схематизація, типізація.*

*Яскрава уява притаманна великому розуму.*

К. Д. Ушинський

### 1. Поняття про уяву

**Уява** — це специфічно людський психічний процес, що виник і сформувався у процесі праці. Будь-який акт праці неодмінно містить в собі уяву. Не уявивши готовий результат праці, не можна приступати до роботи. Саме в цьому й полягає важлива функція уяви як специфічно людської форми випереджального відображення дійсності. Перш ніж щось робити, людина уявляє кінцевий результат своєї діяльності та шляхи, якими його буде досягнуто. Ще до того, як виготовити певну річ, людина подумки створює її образ.

У житті людина створює образи таких об'єктів, яких у природі не було, немає й не може бути. Такими витворами людської уяви є фантастичні казкові образи русалки, килима-літака, Змія Горинича, в яких неприродно поєднані ознаки різних об'єктів. Проте якими б дивовижними не здавалися продукти людської уяви, підґрунтям для їх побудови завжди є попередній досвід людини, ті враження, що зберігаються в її свідомості.

**Уява** — це процес створення людиною на основі попереднього досвіду образів об'єктів, яких вона ніколи не сприймала. До створення нових образів людину спонукають різноманітні потреби, що постійно породжуються діяльністю, розвитком знань, ускладненням суспільних умов життя, необхідністю прогнозувати майбутнє.

Створення образів уяви завжди пов'язане з певним відступом від реальності, виходом за її межі. Це значно розширює пізнавальні можливості людини, забезпечуючи їй здатність передбачення та творення нового світу як середовища свого буття. Діяльність уяви тісно пов'язана з мисленням. Орієнтуючи людину у процесі діяльності, уява створює

психічну модель кінцевого та проміжних результатів праці й цим забезпечує втілення ідеального образу в матеріальний чи ідеальний продукт. Вибір способу дій, комбінування елементів в образах уяви здійснюються логічними міркуваннями, виконанням різних розумових дій, завдяки чому зберігається зв'язок продуктів людської фантазії з реальністю, їх дійовий характер. Специфічність випереджального відображення реальності у процесі уяви виявляється в конкретно-образній формі у вигляді яскравих уявлень. У мисленні ця функція здійснюється оперуванням поняттями, унаслідок чого в образах уяви забезпечується опосередковане та узагальнене відображення дійсності, що й робить їх реалістичними, життєвими.

Цінність уяви полягає в тому, що вона допомагає людині орієнтуватися у проблемних ситуаціях, приймати правильні рішення, передбачати результат власних дій тоді, коли наявних знань виявляється недостатньо для безпосередньої реалізації пізнавальної потреби. Завдяки уяві стають можливими результативна поведінка і діяльність особистості за умов не повної або сумнівної інформації.

Фізіологічним підґрунтям уяви є утворення нових сполучень тих нервових зв'язків, які виникали раніше у процесі відображення людиною об'єктивної реальності. Для виникнення нового образу потрібно, щоб раніше утворені системи зв'язків, структура яких була детермінована характером об'єктів, що сприймалися, розпалися й утворили нові сполучення відповідно до нових потреб, що актуалізувалися в діяльності людини. Багатство образів фантазії залежить від оригінальності того, як у новому її продукті поєднуються риси відомих об'єктів, наскільки новими, нестандартними є ці поєднання.

## **2. Процес створення образів уяви**

Створення людиною образів нових об'єктів зумовлене потребами її життя та діяльності. Залежно від завдань, що постають перед нею, активізуються певні сліди попередніх вражень і утворюються нові комбінації асоціативних зв'язків. Цей процес набуває різної складності залежно від мети, змісту та попереднього досвіду людини.

Найелементарнішою формою синтезування нових образів є **аглотинація** (від лат. *aglutinare* — склеювання). Це створення образу шляхом поєднання якостей, властивостей або частин, узятих з різних об'єктів. Наприклад, такими є казкові образи русалки— напівжінки,

напівриби: кентавра — напівчоловіка, напівконя; у технічній творчості: тролейбуса — сполучення властивостей трамваю та автомобіля, танк-амфібія, що поєднує властивості танка і човна.

Прийомам створення нових образів є **аналогія**. Суть цього прийому полягає в тому, що створюваний новий образ схожий на реально існуючий об'єкт, але в ньому проектується принципово нова модель явища чи факту.

Нові образи можуть створюватися за допомогою **наголошування**. Цей прийом полягає в навмисному посиленні в об'єкті певних ознак, які виявляються домінуючими на тлі інших. Малюючи дружній шарж, карикатуру, художник знаходить у характері чи зовнішності людини щось неповторне, притаманне тільки їй і наголошує на цьому художніми засобами.

Створити нові образи можна шляхом **перебільшення** (або **применшення**) характеристик об'єкта. Цей прийом широко використовується в казках, народній творчості, коли герої наділяються надприродною силою (Микита Кожум'яка, Котигорошко) і здійснюють подвиги.

Найскладнішим способом утворення образів уяви є створення **типових образів**. Цей спосіб потребує тривалої творчої роботи. Художник створює попередні ескізи, письменник — варіанти твору. Так, при малюванні картини «З'явлення Христа народів» художник О. Іванов зробив близько 200 ескізів.

Велику роль у створенні образів уяви відіграє **практична діяльність**. Доки створений образ існує тільки «у голові», він не завжди зрозумілий до кінця. Втілюючи цей образ у малюнку чи моделі, людина перевіряє його реальність.

Засадою стосовно створення образів уяви є взаємодія двох сигнальних систем. Співвідношення чуттєвого та мовного, образу та слова набирає різного характеру в різних видах уяви залежно від конкретного змісту діяльності, в яку включається створення образів.

### 3. Види уяви

Уяву кожної людини можна охарактеризувати за різними ознаками.

Види уяви		
<b>За способом активності:</b> - мимовільна, - довільна; - пасивна, - активна	<b>Залежно від характеру діяльності людини:</b> - відтворююча (репродуктивна), - творча	<b>За змістом діяльності:</b> - художня, - технічна; - наукова та

**Мимовільною** є така уява, коли створення нових образів не спрямовується спеціальною метою уявити певні предмети чи події.

Так, під впливом розповіді викладача створюються нові образи, відбувається їх роз'єднання або поєднання. При читанні художнього твору в уяві без спеціального наміру виникають образи героїв твору, час та місцевість, в якій відбуваються події.

Мимовільна уява зумовлюється потребами і почуттями. Голодна людина уявляє смачні страви, вспеку уява приносить людині прохолоду.

**Довільна уява** скеровується спеціальною метою створити образ певного об'єкта, можливої ситуації.

Митець, який створює новий музичний твір, зображує образ літературного героя або картину, використовує довільну уяву. Вчитель на уроці.

**Активна уява** завжди спрямована на виконання творчого або логічного завдання.

Процес збереження інформації в головному мозку має динамічний характер, тобто відбувається поступова зміна змісту матеріалу і взаємопереміщення його елементів. Цей процес відображає активну уяву. Звідси — інтуїція, прозріння. Активна уява спрямована переважно назовні, визначається і контролюється волею і може бути відтворюючою (репродуктивною) або творчою.

**Пасивна уява** протікає без постановки мети, виявляється в хворобливих фантазіях, маренні, інколи — в ілюзії життя, де людина говорить, діє уявно.

Пасивна уява може викликатися людиною довільно. Це — марення, тобто образи, які не спрямовані на втілення їх в життя.

Для виникнення пасивної уяви велике значення має емоційний стан людини. Пасивна мимовільна уява виникає в стані афекту, під час сну.

**Відтворююча (репродуктивна) уява** базується на створенні образів предметів, явищ, які наявні в дійсності, або відтворенні наочної картини чи картини подумки на основі опису (з визначеним ступенем точності).

Так, у конструктора-винахідника, який створює нову машину, уява творча, а в інженера, який за словесним описом або кресленням створює образ цієї машини, — репродуктивна. Читаючи навчальну й художню літературу, людина відтворює за допомогою уяви те, що в ній відображено.

**Творча уява** базується на самостійному створенні образів об'єктів, які не існують в наш час, або відтворенні оригінальної модифікації вже наявного об'єкта, явища; це нестандартний образ раніше описаного, прочитаного, сприйнятого.

Творча уява активізується там, де людина відкриває щось нове, знаходить нові способи праці, створює нові, оригінальні, цінні для суспільства матеріальні та духовні цінності.

Творча і репродуктивна уява взаємопов'язані й переходять одна в одну.

У **художній уяві** переважають чуттєві образи, надзвичайно детальні та яскраві. Різні види художньої уяви мають свої специфічні особливості, які проявляються при створенні образів художньої уяви, коли переважає той чи інший аналізатор: слуховий — у композитора, зоровий — у художника.

**Технічна уява** створює образи просторових відношень у вигляді геометричних фігур із застосуванням їх у різних комбінаціях подумки.

Наукова уява втілюється в плануванні й проведенні експериментальних досліджень, у вмінні будувати їх, узагальнювати емпіричний матеріал. Наукова уява допомагає знайти нові, ще невідомі ланки в системі фактів.

Особливим видом уяви є мрія. **Мрія** -це уява бажаного майбутнього. Мрії можуть бути реальними, дійовими та нереальними, безплідними. Дієвість мрії — необхідна умова втілення в життя творчих задумів людини, спрямованих на реальне перетворення дійсності. Такі мрії в певному розумінні є рушійною силою дій та вчинків людини, надають їй

більшої цілеспрямованості у житті, допомагають долати труднощі, протистояти несприятливим впливам.

Уява відтворює образ предметів та явищ, що сприймалися раніше, чи створює нові образи та ситуації, які раніше не виникали. Тобто механізм роботи уяви базується на основі тих образів, що має людина, але ці образи постають в нових неочікуваних зв'язках і сполученнях.

### **Питання для обговорення**

1. У чому полягає специфічність відображення дійсності у процесах уяви?
2. Чим зумовлена діяльність людської уяви?
3. Від чого залежить багатство створюваних людиною образів уяви?
4. У чому полягає принципова відмінність між образами репродуктивної та продуктивної уяви?
5. У чому полягають особливості мрії як виду творчої уяви?
6. У чому виявляється зв'язок процесів чуттєвого пізнання і мислення з уявою?
7. Охарактеризуйте механізм впливу образів уяви на фізіологічні процеси людини.
8. Як уява пов'язана з емоційно-вольовою сферою особистості?
9. Чи погодитесь ви з думкою, що мрія—це створення образів уяви, здійсненні яких вона впевнена?
10. Чи може бути уява дитини багатшою, ніж уява дорослої людини?

### **Тестові завдання**

*Знайдіть єдину правильну відповідь.*

1. Знайдіть правильне визначення поняття «уява»:
  - а) відображення в корі головного мозку попереднього досвіду людини,
  - б) створення мозком нових образів на основі попереднього досвіду,
  - в) узагальнене та опосередковане відображення дійсності людиною,
  - г) створення мозком людини незвичних образів.
2. «Склеювання» різних властивостей і частин, які не поєднуються в повсякденному житті, називається:
  - а) гіперболізацією,
  - б) схематизацією,
  - в) типізацією,

г) аглютинацією.

3. У якому з наведених варіантів дається правильна характеристика творчої уяви?

а) творча уява полягає в створенні образів нових, оригінальних об'єктів на основі попереднього досвіду,

б) творча уява – це створення образів об'єктів на основі їх словесного опису,

в) творча уява – це створення образів об'єктів, які раніше не сприймалися людиною,

г) творча уява – це створення образів об'єктів.

4. У якому з наведених нижче прикладів мова йде про уяву?

а) читаючи вірш Т.Шевченка "Мені тринадцятий минало...", Я наче бачу перед собою живу постать хлопчика,

б) я яскраво собі уявляю картину, яку бачив у музеї,

в) він згадав про свій намір написати листа,

г) я яскраво собі уявляю картину, яку бачив у театрі.

5. Уява дитини дошкільного віку:

а) багатша, ніж уява дорослого,

б) розвивається поступово,

в) творча, оригінальна,

г) жвава, яскрава.

6. Зазначте, у якому віці дошкільників проявляється уява:

а) 2,5–3 роки,

б) 3–4 роки,

в) 4 роки,

г) 5–6 років

7. Уява найяскравіше виявляється у:

а) трудовій діяльності,

б) навчальній діяльності

в) ігровій діяльності,

г) малюванні, складанні казок, віршів.

8. Уява як своєрідна форма відображення дійсності ґрунтується на :

а) матеріалі сприймання,

б) уявленнях,

в) почуттях,

г) здібностях.

9. Досвід в процесі уяви:
- а) не відіграє ролі,
  - б) відіграє незначну роль,
  - в) відіграє роль,
  - г) відіграє велику роль.
10. У якому з рядків перелічені види діяльності, що включають творчу уяву дітей:
- а) виготовлення стільця дітьми за зразком вихователя,
  - б) переказ казки дітьми,
  - в) малювання дітьми щойно відвіданого зимового парку,
  - г) розповідь про вчорашню екскурсію до парку,
  - д) придумування дітьми казки.

## Тема 3.5. Пам'ять

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

*Основні поняття теми: пам'ять, асоціація, запам'ятовування, відтворення, впізнавання, згадування, пригадування, ремінісценція, образна, словесно-логічна, емоційна, рухова, оперативна, короткочасна, довготривала .*

*«Тисячі слів залишать менший слід,  
ніж пам'ять про один вчинок».*

Ібсен Генрік

### 1. Поняття про пам'ять

Давні греки вважали Богиню пам'яті Мнемозину матір'ю дев'яти муз, які були покровительками всі відомим на той час наукам і мистецтвам. Імя цієї богині дало назву пам'яті.

Враження, що їх одержує людина, відображуючи об'єктивну дійсність через свої органи чуття чи у процесі розумової діяльності, не зникають безслідно, а фіксуються в мозку і зберігаються в ньому у вигляді образів, уявлень про об'єкти та явища, що сприймалися раніше. У разі потреби набутий досвід може бути відтворений і використаний у діяльності.

Закріплення, зберігання та наступне відтворення людиною її попереднього досвіду називається **пам'яттю**.

Пам'ять є підґрунтям психічного життя людини. Завдяки пам'яті людина може здобувати необхідні для діяльності знання, вміння та навички. Пам'ять – неодмінна умова психічного розвитку людини. Нові зрушення в її психіці завжди ґрунтуються на попередніх досягненнях, на здобутках, зафіксованих у пам'яті. Завдяки пам'яті зберігається цілісність «Я» особистості, усвідомлюється єдність її минулого та сучасного. Без запасу уявлень пам'яті не можливими були б розумова діяльність, створення образів уяви, орієнтування в навколишньому середовищі взагалі. Позбавлена пам'яті людина, зауважував І. Сеченов, постійно перебувала б у стані новонародженого, була б істотою, нездатною нічого навчитися, ніщо опанувати.

Згідно з вченням І. Павлова, матеріальним підґрунтям пам'яті є пластичність кори великих півкуль головного мозку, її здатність утворювати нові тимчасові нервові зв'язки, умовні рефлекси. Утворення, зміцнення та згасання тимчасових нервових зв'язків є фізіологічним підґрунтям пам'яті. Запам'ятоване зберігається не як образ, а як «слід», як тимчасові нервові зв'язки, що утворились у відповідь на дію подразника.

## 2. Види пам'яті

Пам'ять — багатий у своїх проявах пізнавальний процес, тому наука нараховує декілька класифікацій видів пам'яті, здійснених за різними ознаками.

Види пам'яті			
<b>За провідним аналізатором:</b>	<b>За предметом, матеріалом діяльності:</b>	<b>За тривалістю перебігу процесу:</b>	<b>За формою психічної активності:</b>
- зорова, - слухова, - смакова, - нюхова, - дотикова	- образна, - рухова, - емоційна, - словесно-логічна	- короткочасна, - довготривала, - оперативна	- мимовільна, - довільна

**Образна пам'ять** виявляється в запам'ятовуванні образів, уявлень конкретних предметів, явищ, їх властивостей, наочно даних зв'язків і відносин між ними.

Залежно від того, якими аналізаторами сприймаються об'єкти при їх запам'ятовуванні, образна пам'ять буває **зоровою, слуховою, дотиковою, нюховою**.

Зміст **словесно-логічної пам'яті**— це думки, поняття, судження, умовиводи, які відображають предмети та явища в їх істотних зв'язках і відносинах, узагальних властивостях. Думки не існують без мови, тому пам'ять на них і називається словесно-логічною. Цей вид пам'яті ґрунтується на спільній діяльності першої та другої сигнальних систем.

Словесно-логічна пам'ять є специфічно людською на відміну відобразної, рухової та емоційної, що властиві також тваринам.

**Рухова пам'ять** полягає у запам'ятовуванні та відтворенні людиною рухів. Виявляється вона в різних видах і гровій, трудовій, виробничій

діяльності, у дія художника, балеринита. Вона є підґрунтям утворення різних умінь і навичок, засвоєння усної та письмової мови.

**Емоційна пам'ять** полягає у запам'ятовуванні та відтворенні людиною емоцій та почуттів. Запам'ятовуються не самі емоції, а й предмети та явища, що їх викликають. Наприклад, переживання почуття ностальгії при спогадах про країну, в якій людина виросла, але з якихось причин залишилаїї.

Залежно від характеру перебігу процесів пам'яті останню поділяють на мимовільну та довільну. Про **мимовільну пам'ять** говорять тоді коли людина щось запам'ятовує та відтворює, не ставлячи перед собою спеціальної мети щось запам'ятати або відтворити. Коли людина ставить на меті щось запам'ятати або пригадати, йдеться про **довільну пам'ять**.

Мимовільна і довільна пам'ять — щаблі розвитку пам'яті людини в онтогенезі. Пам'ять поділяють також на короткочасну, довготривалу та оперативну.

**Короткочасною** називають пам'ять, яка характеризується швидким запам'ятовуванням матеріалу, його відтворенням і нетривалим зберіганням. Вона, як правило, обслуговує актуальні потреби діяльності й обмежена заобсягом.

**Довготривала** пам'ять виявляється у процесі набування й закріплення знань, умінь і навичок, розрахованих на їх тривале збереження та наступне використання в діяльності людини.

**Оперативною** називають пам'ять, яка забезпечує запам'ятовування та відтворення оперативної інформації, потрібної для використання в поточній діяльності (наприклад, утримання в пам'яті проміжних числових результатів при виконанні складних обчислювальних дій). Виконавши свою функцію, така інформація може забуватися.

### 3. Процеси пам'яті



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

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

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

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

При механічному запам'ятовуванні логічні зв'язки між матеріалом не встановлюються, інформація неначе «зазубрюється», при осмисленому — логічні зв'язки встановлюються, запам'ятовування спирається на розуміння змісту інформації. Під час запам'ятовування значного обсягу інформації перевага надається осмисленому запам'ятовуванню, за наявності потреби точно зафіксувати терміни, цифри використовується механічне запам'ятовування.

Існують фактори, що визначають успішність запам'ятовування:

- емоційний та фізичний стан (поганий настрій та хвороба погіршують продуктивність цього процесу),
- вік (є періоди піку та спаду продуктивності запам'ятовування (юність та старість відповідно),
- установка (завдання, яке ставить людина),
- характеристики самого матеріалу (його значимість, логічність, обсяг).

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

Психологи стверджують, що інформація зберігається у психіці людини на двох рівнях — усвідомлюваному (тому доступна для відтворення та використання) та неусвідомлюваному (глибини психіки ускладнюють, а іноді й унеможливають актуалізацію цієї інформації для людини).

Можна також перерахувати фактори, що визначають якість збереження інформації:

- використання в діяльності (внаслідок повторення матеріал краще і довше зберігається),
- установка (завдання щодо тривалості та якості збереження інформації),
- характеристики самого матеріалу (значимість, осмисленість

подовжують тривалість збереження знань).

**Відтворення** — процес активізації в мозку інформації, яка була попередньо запам'ятована та збережена.

Відтворення матеріалу, який зберігається в довготривалій пам'яті, полягає в переході його з довготривалої пам'яті в короткочасну, тобто актуалізація його у свідомості. Відтворення залежить від процесів запам'ятовування і забування, але також має свої механізми.

Відтворення може мати три форми — впізнавання, пригадування і спогади.

Простою формою відтворення є впізнавання. Впізнавання — це відтворення, що виникає під час повторного сприймання предметів. Впізнавання буває повним і неповним.

Складнішою формою відтворення є згадування. Особливість згадування полягає в тому, що воно відбувається без повторного сприйняття того, що відтворюється. Згадування може бути довільним, коли воно зумовлене актуальною потребою відтворити потрібну інформацію, або мимовільним, коли образи або відомості спливають у свідомості без будь-яких усвідомлюваних мотивів.

В роботі пам'яті людини фігурують спогади — відтворення образів минулого, локалізованих у просторі й часі (певних епізодів життя, приміром років навчання в школі).

Має місце дія певних факторів, що впливають на успішність відтворення:

- вік людини,
- тривалість збереження матеріалу,
- установка на відтворення,
- обсяг та осмисленість самого матеріалу.

**Забування** — це процес втрати або погіршення точності чи обсягу матеріалу, що був запам'ятований.

Відповідно, якщо втрачена частина інформації, то забування вважають частковим, якщо весь матеріал — то повним.

Попри негативне сприймання цього процесу багатьма людьми, забування відіграє важливе значення для психіки людини — воно здійснює селекцію (відбір) інформації й усуває незначимий, зайвий матеріал, запобігаючи психіки. Однак головною проблемою залишається регуляція, контроль людиною цього процесу, оскільки ми іноді забуваємо важливі для нас речі і пам'ятаємо те, що хотіли б забути.

#### **4. Індивідуальні особливості пам'яті.**

Кожна особистість має **індивідуальні відмінності (особливості) пам'яті**, які виявляються в різних сферах її мнемічної діяльності.

У процесах пам'яті індивідуальні відмінності виявляються у швидкості, точності, міцності запам'ятовування та готовності до відтворення.

**Швидкість запам'ятовування** визначається кількістю повторень, необхідних людині для запам'ятовування нового матеріалу. **Точність запам'ятовування** характеризується відповідністю відтвореного тому, що запам'ятовувалося, і кількістю зроблених помилок.

**Міцність запам'ятовування** виявляється у тривалості збереження завченого матеріалу (або у повільності його забування).

**Готовність до відтворення** виявляється в тому, як швидко та легко в потрібний момент людина може пригадати необхідні їй відомості.

Враховувати індивідуальні відмінності пам'яті важливо в навчальній роботі, щоб максимально продуктивно використовувати потенційні можливості кожної особистості та всебічно розвивати пам'ять.

#### **Питання для обговорення**

1. Охарактеризуйте найважливіші особливості пам'яті як пізнавального процесу.
2. Роль пам'яті у психічному житті людини.
3. Природа асоціацій та їх значення у процесах пам'яті.
4. За якими принципами пам'ять поділяють на види?
5. У чому полягає відмінність короткочасної пам'яті від оперативної?
6. Назвіть основні умови продуктивного запам'ятовування.
7. Як можна пояснити явище ремінісценції?
8. У чому виявляється основна відмінність образів та уявлень пам'яті від образів сприймання?
9. У чому виявляються індивідуальні особливості пам'яті?
10. Багато людей для кращого запам'ятовування вдаються до коротких занотувань. Чому такий прийом сприяє кращому запам'ятовуванню матеріалу?

## Тестові завдання

*Знайдіть єдину правильну відповідь.*

1. Пам'ять – це:
  - а) збереження раніше набутих вражень,
  - б) використання раніше набутого досвіду в практичній діяльності,
  - в) здатність людини збагачувати свій досвід,
  - г) здатність нервової системи набувати, зберігати та відтворювати досвід.
2. Пізнавальні процеси — виберіть зайве:
  - а) мислення,
  - б) сприймання,
  - в) пам'ять,
  - г) воля.
3. Який пізнавальний процес відповідає за засвоєння та відтворення життєвого досвіду?
  - а) сприймання,
  - б) пам'ять,
  - в) уява,
  - г) мислення.
4. Виберіть рядок, в якому перераховані тільки процеси пам'яті:
  - а) запам'ятовування, збереження, відтворення,
  - б) запам'ятовування, збереження, узагальнення,
  - в) запам'ятовування, сприймання, пригадування,
  - г) запам'ятовування, порівняння, забування.
5. Доведено, що темпи забування інформації особливо інтенсивні:
  - а) через рік після запам'ятовування,
  - б) впродовж першої доби після запам'ятовування,
  - в) через тиждень після запам'ятовування,
  - г) через місяць після запам'ятовування.
6. Вищим видом пам'яті вважається:
  - а) рухова,
  - б) образна,
  - в) емоційна,
  - г) словесно-логічна.
7. Механічна пам'ять – це:
  - а) нетривале збереження матеріалу після його сприймання;
  - б) повторення без встановлення асоціативних і смислових зв'язків;

- в) запам'ятовування і вітворення оперативної інформації;
  - г) несвідома пам'ять.
8. Роль підкріплень у запам'ятовуванні матеріалу доводить:
- а) гештальттеорія;
  - б) асоціативна теорія;
  - в) біхевіоризм;
  - г) фройдизм.
9. Згадування – це:
- а) історична пам'ять;
  - б) довільне відтворення;
  - в) актуалізація матеріалу, що не викликає труднощів;
  - г) найпростіше відтворення.
10. Мнемоніка – це:
- а) групування матеріалу;
  - б) фіксація відображення дійсності на рівні рецепторів;
  - в) поточна робота з образами;
  - г) прийоми керування пам'яттю.

### Тема 3.6. Емоції і почуття

1. Поняття про емоції і почуття.
2. Фізіологічне підґрунтя емоцій і почуттів.
3. Форми переживання емоцій і почуттів.
4. Види почуттів.

*Основні поняття теми: почуття, емоції, чуттєвий тон, настрої, афекти, пристрасті, стреси, фрустрація, моральні, інтелектуальні, естетичні, праксичні.*

*«Ні слова, ні думки, ні навіть вчинки наші  
не виражають так яскраво нас самих  
і наше ставлення до світу, як наші почування...»*

К. Д. Ушинський

#### 1. Поняття про емоції і почуття.

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

**Емоція** — це загальна активна форма переживання організмом своєї життєдіяльності. Розрізняють *прості* та *складні* емоції. Переживання задоволення від їжі, бадьорості, втоми, болю — це прості емоції. Вони властиві і людям, і тваринам. Прості емоції в людському житті перетворилися на складні емоції та почуття. Характерна ознака складних емоцій полягає в тому, що вони виникають у результаті усвідомлення об'єкта, що викликав їх, розуміння їхнього життєвого значення.

**Почуття** — це специфічні людські, узагальнені переживання ставлення до людських потреб, задоволення або незадоволення яких викликає позитивні або негативні емоції: радість, любов, гордість або сум, гнів, сором.

Емоції та почуття характеризуються певною якістю та полярністю, активністю та інтенсивністю.

Як почуття виявляється ставлення особистості до праці подій, інших людей, до самої себе. За якістю переживань відрізняють одні емоції та почуття від інших (наприклад, радість — від гніву, любов — від ненависті).

Емоціям і почуттям властива **полярність**. Вона виявляється в тому що кожна емоція, кожне почуття за різних обставин можуть виявлятися протилежно: «радість—горе», «любов—ненависть», «симпатія—антипатія», «задоволення—незадоволення». Полярні переживання мають явно виражений позитивний або негативний відтінок. Умови життя та діяльності викликають почуття різного рівня активності. Розрізняють **стенічні** емоції та почуття — ті, що посилюють активність спонукають до діяльності, та **астенічні** — ті, що пригнічують людину, зменшують її активність, демобілізують.

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

Характерна особливість емоцій і почуттів полягає в тому, що вони цілковито захоплюють особистість. Здійснюючи майже блискавичну інтеграцію, тобто об'єднання в ціле всіх функцій організму, емоції сигналізують про корисні або шкідливі впливи на організм, завдяки чому мають універсальне значення для життя організму.

## **2. Фізіологічне підґрунтя емоцій і почуттів.**

За І. Павловим, однією з фізіологічних підвалин почуттів є динамічні стереотипи, тобто утворені за життя системи тим часових нервових зв'язків. «Тут виникають почуття важкості та легкості, бадьорості та стомленості, задоволення і прикрості, радості, торжества і відчаю. Мені здається, що часто такі почуття при зміні звичайного способу життя, при припиненні звичайних занять, при втраті близьких людей мають певне фізіологічне підґрунтя значною мірою саме у зміні у порушенні старого динамічного стереотипу й у складності становлення нового», — вважав І. Павлов.

У виникненні та перебігу почуттів велику роль відіграє друга сигнальна система в її взаємодії з першою. Слово змінює наші настрої, збуджує захоплення, глибокі переживання. Кращим показником цього є почуття, що викликаються поетичними творами. Усвідомлюючи ситуацію, що викликає певні почуття, та саміпочуття, людина може зменшити силу переживань, стримувати, регулювати їх, але зовнішнє вираження емоцій, внутрішній емоційний і почуттєвий стан при цьому зберігаються.

### 3. **Форми переживання емоцій і почуттів.**

Емоційні стани та форми їх виявлення детермінуються переважно соціальними чинниками, але не можна ігнорувати у з'ясуванні їхньої природи й деяких природжених особливостей людини. Багатство емоційних станів виявляється у формі настроїв, афектів, стресів, фрустрацій, пристрастей.

**Настрій** — це загальний емоційний стан, який своєрідно забарвлює на певний час діяльність людини, характеризує її життєвий тонус. Розрізняють настрої позитивні, які виявляються у бадьорості, і негативні, які пригнічують, викликають пасивність. Настрій—це такий загальний емоційний стан, який виразно неспрямований на щось конкретне. Причини настрою найрізноманітніші: непідготовленість до діяльності, страх перед очікуваною невдачею, хворобливі стани, приємні звістки. Особливе місце серед причин, що викликають настрій, посідає марновірство. Віра в прикмети, особливо негативні, викликає пасивність, страх, розладнує психічну діяльність особистості. Міра піддатливості настроям має індивідуальний характер. Особи, яким властиве самовладання, не піддаються настрою, не занепадають духом навіть тоді, коли для цього є якісь підстави, а навпаки, переборюють труднощі. Легкодухі швидко піддаються настроям. Вони потребують підтримки колективу.

**Афект** — це сильне, короткочасне збудження, що виникає раптово, оволодіває людиною так сильно, що вона втрачає здатність контролювати свої дії та вчинки. Прикладом афектів може бути несподіване переживання — сильна радість, вибух гніву, страх. У стані афекту порушується саморегуляція організму, яка здійснюється ендокринною системою, діяльність внутрішніх органів, ослаблюються гальмівні процеси кори великих півкуль головного мозку. І. Павлов, аналізуючи афектний стан, зазначав, що людина у стані афекту, який перевищує гальмівну функцію кори, говорить і робить те, чого вона ніколи не зробить у спокійному стані і про що шкодує, коли мине афект. Особливо різко виявляється афективний стан при сп'янінні, за якого гальмівні процеси значно ослаблюються. Афекти викликаються несподіваними гострими життєвими ситуаціями, в які потрапляє людина. Афект, як і настрої, залежить певною мірою людини: її темпераменту, характеру, вихованості. Афективні люди часто «спалахують» з будь-яких причин. Афекти викликають глибокі зміни у психічному житті людини, виснажують її. Людина, виховавши в собі здатність контролювати себе,

володіти рухами, може контролювати свої афективні реакції. Разом з тим усім людям більшою чи меншою мірою властиве афективне життя, без якого вони перетворилися б на пасивних, байдужих істот.

**Стрес** дещо нагадує афект. Він, як і афект, виникає за напружених умов життя та діяльності, у небезпечних ситуаціях, що виявляються несподівано й потребують вжиття негайних заходів. У стресовому стані поведінка значною мірою дезорганізується, спостерігаються безладні рухи, порушення мовлення, помилки в переключенні уваги, у сприйманні, пам'яті та мисленні, виявляються неадекватні емоції. Лише тверді вміння та навички у стресовому стані можуть залишатися без змін. Практика показує, що висока ідейність, дисциплінованість, організованість та самовладання запобігають дезорганізації поведінки за умов стресу.

**Фрустрація** — це своєрідний емоційний стан, характерною ознакою якого є дезорганізація свідомості та діяльності у стані безнадійності, втрати перспективи. Розрізняють такі види фрустрації, як *агресивність, діяльність за інерцією, депресивні стани*, характерними для яких є сум, невпевненість, безсилля, відчай. Фрустрація виникає в результаті конфліктів особистості з іншими, особливо в колективі, де людина не має підтримки, співчутливого ставлення. Негативна соціальна оцінка людини, яка зачіпає її особисто, її значущі стосунки, загрожує престижу, людській гідності, спричинює стан фрустрації. Він виникає у людей з підвищеною збудливістю, з недостатньо розвиненими гальмівними процесами, у невихованих, розбещених дітей.

**Пристрасті** — цесильні, стійкі, тривалі почуття, які захоплюють людину, володіють нею і виявляються в орієнтації всіх прагнень особистості в одному напрямку, у зосередженні їх на одній меті. Пристрасть—це суттєва сила людини, що енергійно прагне до свого предмета. Вона породжує неослабну енергію у прагненні до мети. Пристрасть виявляється в найрізноманітніших сферах людського життя та діяльності: у праці, навчанні, науці, спорті, мистецтві. Вона має вибіркового характеру і виявляється не лише в емоційній, а й у пізнавальній, вольовій сферах, у наполегливості. Розрізняють пристрасті **позитивні** та **негативні**. Навіть позитивна пристрасть, якщо вона заважає діяльності, навчанню, стає негативною. Коли учень, захоплюючись читанням або спортом, пропускає уроки, не досипає, то це захоплення з позитивної пристрасті перетворюється на негативну пристрасть до алкоголю, куріння згубно позначається на праці та житті людини.

**Позитивні пристрасті**—захоплення працею, навчанням —є тією силою особистості, яка спричинює велику енергію в діяльності, сприяє продуктивності праці.

#### **4. Види почуттів**

Особливу форму переживання являють собою **вищі почуття**, в яких все багатство людських відносин. В залежності від предметної сфери, почуття поділяються на:

- Моральні,
- Естетичні,
- Інтелектуальні,
- Праксичні.

**Моральні** – почуття, які виникають при порівнянні явищ дійсності з нормами, укладеними суспільством.

Прояв цих почуттів означає, що людина засвоїла моральні норми і правила, знає, що добре, а що погано; що справедливо, а що ні; моральні норми складаються і змінюються в процесі історичного розвитку суспільства, в залежності від його традицій, релігії та ідеології.

Дії та вчинки людей, що відповідають поглядам моралі, вважаються моральними; вчинки, що не відповідають цим поглядам – аморальні. До моральних почуттів відносяться: почуття обов'язку, гуманність, доброзичливість, любов, дружбу, патріотизм, співчуття.

Окремо виділяють морально-політичні почуття – прояв емоційного ставлення до суспільних закладів і організацій, до держави в цілому.

До аморальних – скупість, егоїзм, жорстокість, зловтіха.

Однією з особливостей моральних почуттів є їх спонукальний характер.

**Інтелектуальні почуття** – переживання, що виникають в процесі пізнавальної діяльності людини. Найтиповіша ситуація, що викликає інтелектуальні почуття – проблемна ситуація. Успішність чи неуспішність, легкість чи важкість діяльності викликає у людини цілу гаму переживань. Інтелектуальні почуття не лише супроводжують пізнавальну діяльність, а стимулюють, підсилюють її, впливають на швидкість і продуктивність мислення, на змістовність і точність знань. Існування інтелектуальних почуттів – здивування, цікавість, жадоба до знань, почуття радості з приводу зробленого, досягнутого, почуття сумніву в правильності рішення, почуття впевненості в правильності доказів – є яскравим свідченням взаємозв'язку

інтелектуальних і емоційних моментів. Почуття виступають як регулятор розумової діяльності.

До інтелектуальних почуттів відноситься узагальнене почуття нового – що виражається в постійному пошукові, боротьбі за нове, прогресивне, революційне в галузі пізнання і в практичній діяльності.

**Естетичні почуття** – емоційне ставлення людини до прекрасного в природі, в житті людей і в мистецтві. Спостерігаючи предмети і явища довкола нас, в людини може виникнути особливе почуття – захоплення красою. Особливо гостро проявляється це почуття після сприймання творів літератури, музикальних творів, різних видів мистецтва. Це викликано тим, що в них специфічно переплітаються моральні, інтелектуальні і праксичні почуття. Складність в тому, що естетичні почуття також проявляються через: **захоплення, радість, зневагу, огиду, сум, страждання** все це дозволило зробити висновок, що естетичних емоцій в чистому вигляді не існує. Але цей погляд є дуже вузьким. Проти нього той факт, що естетичне почуття виникає при розгляді найпростішого предмету чи його властивостей. Естетичні почуття включають в себе *почуття героїчного, високого, трагічного, комічного, проявляються у відповідних оцінках, художніх смаках, зовнішніх реакціях.*

**Праксичні почуття** – переживання людиною свого ставлення до діяльності. Людина відкликається емоційно на різні види діяльності. Це проявляється у захопленні, задоволенні діяльністю, творчому підході до діяльності, радості від досягнутого успіху, незадоволенні при невдачі.

Праксичні почуття розвиваються і пригнічуються в залежності від організації і умов діяльності. Вони розвиваються і стають стійкими тоді, коли діяльність цікава для людини, відповідає нахилам і здібностям її. Коли в діяльності виявляються елементи творчості, передбачаються перспективи її розвитку.

Праксичні почуття стають багатшими, коли поєднуються з моральними. Праця як справа честі, гуманістичне ставлення до діяльності роблять праксичне почуття фактором боротьби за високу продуктивність і якість роботи.

Розглянутий поділ почуттів є достатньо умовним. Зазвичай почуття, які людина відчуває є настільки складними і багатогранними, що їх важко віднести до якоїсь певної категорії. Так творчість вченого – це сума інтелектуальних, моральних і естетичних почуттів з перевагою інтелектуальних, а творчість художника – сума тих же почуттів з

перевагою естетичних. Відмінності в емоційній сфері накладають глибокий відбиток на весь уклад життя людини.

### **Питання для обговорення**

1. Як відбувається відображення дійсності у почуттях і чим воно відрізняється від відображення у пізнавальних процесах?
2. У чому полягає відмінність емоцій відпочуттів?
3. За якими ознаками можна констатувати, що людина перебуває у стані емоційного збудження?
4. Які об'єктивні та суб'єктивні чинники можуть впливати на настрій?
5. Назвіть основні ознаки афекту.
6. Які ознаки характеризують пристрасті як форму переживання почуттів?
7. У чому полягають відмінності емоцій людини від емоцій тварин?
8. Чому моральні, інтелектуальні, естетичні та праксичні почуття належать до вищих?
9. Чи є настрій результатом кількісної переваги позитивних або негативних емоцій?
10. Чому людина почувається легше, коли виплачеться?
11. Під впливом яких чинників виявляються моральні почуття особистості?

### **Тестові завдання**

*Знайдіть єдину правильну відповідь*

1. Почуття – це:
  - а) відображення навколишніх предметів і ставлення до них,
  - б) реакція людини на все, що її оточує,
  - в) своєрідне ставлення до того, що вона сприймає,
  - г) переживання, виявляється ставлення людини до навколишнього світу та самої себе.
2. Виберіть рядок, який перелічує лише негативні емоційні стани людини:
  - а) настрій, почуття, стрес,
  - б) почуття, натхнення, афект,
  - в) стрес, фрустрація, настрій,
  - г) стрес, афект, тривога

3. Виберіть твердження, що містить правильне співвідношення емоцій та почуттів як психологічних категорій:
  - а) емоції та почуття — це тотожні поняття,
  - б) почуття — це різновид емоцій,
  - в) емоції та почуття — незалежні категорії,
  - г) емоція — це ситуативний прояв більш стійкого почуття.
4. До якого виду почуттів відноситься совість?
  - а) моральних,
  - б) естетичних,
  - в) інтелектуальних,
  - г) праксичних.
5. Який емоційний стан людини супроводжується втратою самовладання та неадекватним сприйманням дійсності?
  - а) стрес,
  - б) афект,
  - в) настрій,
  - г) дистрес.
6. Гуманність – це:
  - а) інтелектуальні почуття,
  - б) моральні почуття,
  - в) естетичні почуття,
  - г) праксичні почуття.
7. Афект – це:
  - а) мобілізація захисних сил організму,
  - б) суб'єктивне ставлення до дійсності,
  - в) дуже велика інтенсивність переживання,
  - г) амбівалентне почуття.
8. Інтелектуальне почуття – це:
  - а) почуття потворного,
  - б) любов до рідного краю,
  - в) почуття сумніву й упевненості,
  - г) піднесеність.
9. Розвиток інтелектуальних почуттів пов'язаний зі становленням:
  - а) пізнавальної діяльності,
  - б) ігрової діяльності,
  - в) трудової діяльності,
  - г) навчальної діяльності.

10. Найсильніше і найважливіше джерело переживань дитини:
- а) її взаємини з іншими людьми – дорослими і дітьми,
  - б) навколишня дійсність,
  - в) ставлення до дитини,
  - г) слухання розповідей і казок.

## Тема 3.7. Воля

1. Поняття про волю.
2. Аналіз складної вольової дії.
3. Основні якості волі.

*Основні поняття теми: воля, мимовільна дія, довільна дія, вольове зусилля, боротьба мотивів, прийняте рішення, сила волі, безвілля.*

*Є воля – є людина! Немає волі – немає людини!*

О. Довженко

### 1. Поняття про волю

Людина як активна істота не тільки сприймає оточуючий світ, не тільки певною мірою ставиться до нього, але й реагує на його впливи і сама впливає, перетворюючи світ у власних цілях. Так, людина постійно виявляє свою активність, щоб задовольнити ряд потреб і використовує для цього діяльність. Однак, якщо на шляху до досягнення мети виникає перешкода, то компонентів однієї діяльності для суб'єкта стає недостатньо і він використовує волю як психічну якість.

Воля людини виявляється в тому, наскільки вона здатна долати перешкоди і труднощі на шляху до мети, наскільки вона вміє керувати своєю поведінкою.

Слід відзначити, що не будь-яка дія, спрямована на подолання перешкоди, є вольовою. Наприклад, людина, яка втікає від собаки, може подолати дуже складні перешкоди і навіть залізти на високе дерево, однак ці дії не є вольовими, оскільки вони спричинені перш за все зовнішніми причинами, а не внутрішніми установками людини. Отже, важливою особливістю вольових дій, спрямованих на подолання перешкод, є усвідомлення значення визначеної мети, за яку слід боротися, усвідомлення необхідності її досягнення.

**Воля** — це психічний процес свідомої та цілеспрямованої регуляції людиною своєї діяльності та поведінки з метою досягнення поставлених цілей.

Воля має самоцінне значення в житті людини:

— воля забезпечує виконання дій, позбавлене прагнення до мети (коли домінує мотив «треба», а відсутній мотив «хочу»);

— воля необхідна в ситуації вибору дій, коли недостатньо однієї домінуючої підстави (є декілька альтернативних варіантів і треба зважитись на один з них);

— регуляція волею діяльності, коли необхідно утриматись від небажаної активності.

Фізіологічні основи волі включають в себе:

- діяльність рухових центрів, що знаходяться в лобних долях великих півкуль головного мозку і відповідають за регуляцію безпосередньо дій людини;
- роботу II сигнальної системи, яка забезпечує усвідомлення та регуляцію цільового та мотиваційного компонентів вольової дії;
- ряду складних умовнорефлекторних зв'язків, що виробляються під впливом набуття життєвого досвіду внаслідок соціалізації дитини.

## 2. Аналіз складної вольової дії

В ході задоволення потреб людина виявляє активність через різні дії.

Вольові дії можуть бути **простими** і **складними**.

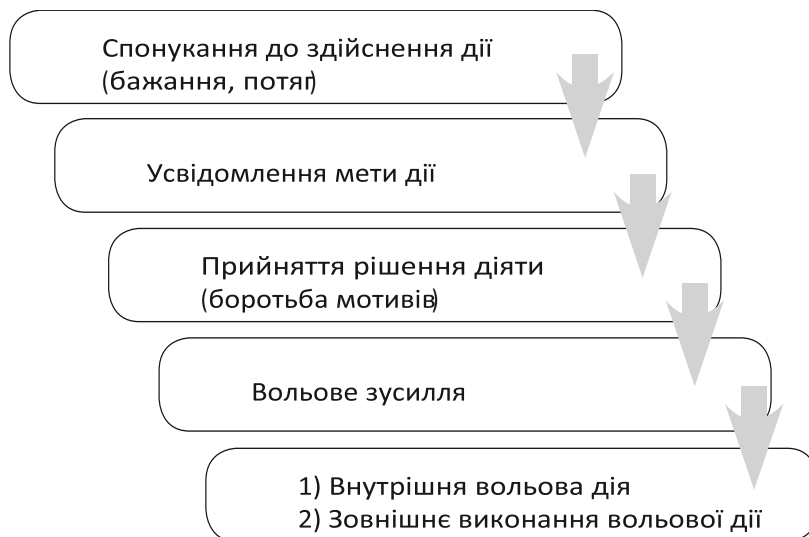
Здійснюючи *прості вольові дії*, людина без вагань наближається до поставленої мети, їй зрозуміло, що і яким чином вона досягатиме. Вибір мети, прийняття рішення щодо виконання дії певним чином здійснюється без боротьби мотивів.

Складні вольові дії потребують значного напруження сил, терплячості, наполегливості й здійснюються в певній послідовності.

В даній структурі вольової дії можна виокремити два етапи:

1. **Підготовчий** (етап дії подумки, обміркування, на якому усвідомлюється мета, визначаються шляхи і засоби досягнення мети і приймається рішення).
2. **Виконавчий етап** (виконання прийнятого рішення і самооцінка виконаної дії).

На першому етапі досить важливо усвідомлювати *значення* мети. Якщо людина усвідомлює її суспільне значення, то вона стає здатною до подолання значних труднощів. Важливим також є усвідомлення *доступності* мети. Постановка цілей, яких людина не здатна досягти, створює звичку не доводити розпочату справу до кінця. Однак і легкодоступні цілі не розвивають волі, не виробляють уміння боротися з труднощами.



Зміст підготовчого етапу вольової дії може бути різним залежно від того, чи є внутрішні або зовнішні перешкоди на шляху до досягнення мети. За наявності перешкод підготовчий етап набуває характеру боротьби мотивів.

Наступний важливий етап будь-якої вольової дії — виконання прийнятого рішення, яке може мати форму зовнішнього вчинку або утримання від зовнішньої дії.

### 3. Основні якості волі

Динаміка використання волі в процесі формування особистості зумовлює закріплення сталих вольових рис у характері.

**Вольові якості** — це відносно стійкі, незалежні від конкретної ситуації психічні утворення, що засвідчують досягнутий особистістю рівень свідомої саморегуляції поведінки, її влади над собою

Залежно від впливу і наслідків розрізняють *позитивні* та *негативні* вольові якості.

**Цілеспрямованість** — уміння формулювати особистісно значимі цілі й утримувати їх.

**Наполегливість** — здатність тривалий час системно йти до поставленої мети.

**Принциповість** — спроможність дотримуватися прийнятого рішення.

**Організованість** — вміння планувати і впорядковувати свої дії.

**Сміливість** — здатність діяти, не зважаючи на загрозливі обставини (небезпека для життя, здоров'я, престижу).

**Пунктуальність** — дотримання свого слова і вчасне виконання певної дії.

**Витримка** — вміння гальмувати небажані прояви активності.

**Дисциплінованість** — можливість впорядковувати свою поведінку відповідно до суспільних вимог.

**Самостійність** — спроможність приймати рішення та виконувати його, покладаючись на самого себе.

**Відповідальність** — здатність дотримуватися певних норм і відповідати за наслідки своїх дій.

Окрім позитивних вольових якостей, у людини можуть мати місце негативні прояви волі: **впертість, лінощі, боягузтво, імпульсивність, навіюваність.**

Дані негативні якості характеризують вольову слабкість людини.

Воля, як і більшість інших вищих психічних процесів, формується в ході вікового розвитку людини в зв'язку із загальним формуванням особистості.

### **Питання для обговорення**

1. У чому виявляються основні функції волі?
2. У чому полягає істотна відмінність довільної дії від мимовільної?
3. Що таке вольове зусилля і що його викликає?
4. Що таке сила волі і чим вона зумовлюється?
5. Охарактеризуйте основні етапи розвитку складної вольової дії.
6. Які причини можуть викликати боротьбу мотивів?
7. Що може впливати на процес прийняття людиною рішення?
8. Які чинники найістотніше впливають на розвиток волі людини?
9. У чому полягає слабкість волі і якими є її причини?
10. Чи можна стверджувати, що праця людини була основним джерелом формування її волі?

### **Тестові завдання**

*Знайдіть єдину правильну відповідь.*

1. Пізнавальні процеси — виберіть зайве:
  - а) мислення,
  - б) сприймання,
  - в) пам'ять,
  - г) воля.
2. Якій психологічній категорії відповідає така функція — подолання перешкод і досягнення поставленої мети?

- а) почуття,
  - б) темперамент,
  - в) мислення,
  - г) воля.
3. Яка негативна вольова якість передбачає нерозумне наполягання людини на своєму?
- а) несамостійність,
  - б) впертість,
  - в) лінощі,
  - г) імпульсивність.
4. Воля — це регулювання людиною своєї поведінки, що пов'язане з подоланням внутрішніх і зовнішніх перешкод. Це регулювання:
- а) усвідомлене,
  - б) неусвідомлене,
  - в) інтуїтивне,
  - г) мимовільне.
5. Вольові дії – це:
- а) прийняття обгрунтованих рішень, попереднє обдумування плану їх виконання,
  - б) імпульсивні дії, пов'язані з подолання труднощів,
  - в) цілеспрямовані дії, пов'язані з подоланням перешкод,
  - г) свідомі, довільні дії.
6. Вольова поведінка характеризується:
- а) прийняттям рішення,
  - б) подоланням перешкод на шляху досягнення мети,
  - в) постановкою мети і прийняттям рішення,
  - г) усуненням внутрішніх суперечностей.
7. Цілеспрямованість - це:
- а) здатність добиватися поставлених цілей,
  - б) свідоме підкорення своєї поведінки правилам,
  - в) уміння особистості керуватись у своїх діях стрімкими переконаннями,
  - г) здатність людини підкоряти свою поведінку стійкими і суттєвим цілям.
8. Внутрішніми перешкодами є:
- а) погода,

- б) забобони,
  - в) природні явища,
  - г) протистояння людей.
9. Абулія – це:
- а) наполегливість,
  - б) спонукання,
  - в) порушення довільної регуляції,
  - г) нерішучість.
10. В якому рядку перелічено лише позитивні вольові якості:
- а) наполегливість, самостійність, впертість, цілеспрямованість, мужність,
  - б) цілеспрямованість, самовладання, сміливість, вередування, витримка,
  - в) самовладання, сміливість, наполегливість, мужність,
  - г) цілеспрямованість, сміливість, навіюваність, мужність.

## Розділ 4. Індивідуально-психологічні особливості

### Тема 4.1. Темперамент

1. Поняття про темперамент.
2. Фізіологічне підґрунтя темпераменту.
3. Психологічна характеристика типів темпераменту.

*Основні поняття теми: темперамент, тип вищої нервової діяльності, сила нервових процесів, рухливість нервових процесів, врівноваженість нервових процесів, екстравертованість, інтровертованість.*

*Меланхолік прийме за трагедію те,  
в чому сангвінік побачить лише цікавий інцидент,  
а флегматик щось, що не заслуговує уваги.*

Артур Шопенгауер

#### 1. Поняття про темперамент

Темперамент є однією з найбільш значимих властивостей особистості. Інтерес до даної проблеми виник ще більше двох з половиною тисяч років тому. Він був викликаний очевидністю існування індивідуальних відмінностей, які обумовлені особливостями біологічної та фізіологічної будови організму, а також особливостями соціального розвитку, неповторністю соціальних зв'язків і контактів. До біологічно обумовлених структур особистості відноситься перш за все темперамент. Темперамент визначає наявність багатьох психічних відмінностей між людьми, в тому числі інтенсивність і стійкість емоцій, емоційну вразливість, темп і енергійність дій, а також цілий ряд інших динамічних характеристик.

Не дивлячись на те, що здійснювалися неодноразові спроби дослідити проблему темпераменту, і досі вона відноситься доряду суперечливих і до кінця не вирішених проблем сучасної психологічної науки.

Однак за умови наявності розмаїття підходів більшість дослідників визнає, що темперамент — це біологічний фундамент, на якому формується особистість як соціальна істота, а властивості особистості, обумовлені темпераментом, є найбільш стійкими і довготривалими.

Якщо спостерігати за людьми, то можна побачити, що вони відрізняються один від одного своєю поведінкою: по-різному проявляють

свої почуття, неоднаково реагують на подразники зовнішнього середовища. Так, одні вирізняються врівноваженістю поведінки, діють обмірковано, не показують зовні свої почуття, інші за тих самих обставин нервують, емоційно збуджуються з приводу незначних подій. Одні комунікабельні, легко вступають в контакти з людьми, життєрадісні, а інші, навпаки, замкнуті та стримані. І це стосується суто зовнішніх проявів, незалежно від того, наскільки ця людина розумна, працелюбна, смілива, які її прагнення та інтереси.

Такі індивідуальні особливості дістали назву «темперамент» (лат. *temperamentum* — співвідношення, пропорція).

**Темперамент** — характеристика індивіда з боку динамічних властивостей його психіки — інтенсивності, швидкості, темпу, ритму та врівноваженості психічних проявів.

Вчення про темперамент має свою історію. Ще в стародавні часи вчені звернули увагу на відмінності між людьми і намагалися по-різному їх пояснити. Так, поступово виокремилися різні підходи до темпераменту.

Протягом тривалої історії свого вивчення темперамент завжди пов'язувався з органічними або фізіологічними особливостями організму.

Корінням дана фізіологічна гілка учіння про темперамент входить в античний період. Гіпократ (V ст. до н. е.) описав чотири типи темпераменту, виходячи з фізіологічних уявлень того часу. Вважалося, що в організмі людини міститься чотири основні рідини, або «соки»: кров, слиз, жовта жовч, чорна жовч. Змішуючись в кожній людині в певних пропорціях, вони і складають її темперамент. Конкретну назву кожен темперамент отримав за назвою тієї рідини (від лат. *humor* — рідина), яка нібито переважає в організмі. Відповідно були виділені наступні типи темпераменту: *сангвінічний* (від лат. *sanguis* — кров), *флегматичний* (від грец. *phlegm* — слиз), *холеричний* (від грец. *chole* — жовч) і *меланхолічний* (від грец. — *melaena chole* — чорна жовч). Оптимальне співвідношення цих рідин визначає здоров'я, тоді як непропорційне є джерелом різних захворювань.

У Гіпократа був чисто фізіологічний підхід до темпераменту. Він не пов'язував його з психічним життям людини і говорив навіть про темперамент окремих органів, наприклад серця, печінки.

Але з часом з'явилися висновки про те, які психічні властивості мають бути у людини, в організмі якої переважає жовч, кров. Звідси і

з'явилися *психологічні описи* — «*портрети*» різних темпераментів. Перша така спроба належить теж античному лікарю Галену (II ст. до н. е.).

Представник конституціональної теорії Е. Кречмер вважав, що темперамент і характер людини залежать від особливостей будови її тіла. Він описав такі типи будови тіла: *астенічний, атлетичний і пікнічний*. Перший тип є фізично кволим, з тонкими руками і ногами, з плоскою грудною клітиною і тонким животом. Другий тип (атлетичний) — фізично сильна людина з міцним скелетом і добре розвинутою мускулатурою. Третій (пікнічний) має щільну фігуру, великий живіт і коротку міцну шию.

## 2. Фізіологічне підґрунтя темпераменту.

Вчення І. Павлова про типи нервової системи та вищої нервової діяльності внесло істотні зміни в наукове розуміння темпераменту. Поєднання різного ступеня сили, врівноваженості та рухливості процесів збудження та гальмування дало підставу виокремити чотири основні типи нервової системи.

1. Сильний, врівноважений, але рухливий — **жвавий тип**.
2. Сильний, врівноважений, але інертний — **спокійний, але малорухливий тип**.
3. Сильний, неврівноважений з переважанням збудження над гальмуванням — **збудливий, нестриманий тип**.
4. **Слабкий тип**.

Зв'язок типів темпераменту та типів вищої нервової діяльності			
Холерик	Сильний	Неврівноважений	Рухливий
Сангвінік	Сильний	Врівноважений	Рухливий
Флегматик	Сильний	Врівноважений	Малорухливий
Меланхолік	Слабкий	Неврівноважений	Інертний

Окреслену типологію нервової системи І. Павлов пов'язував з темпераментом. Користуючись термінологією темпераментів Гіппократа, він писав, що **сангвінік** — палкий, врівноважений, продуктивний тип, але лише тоді, коли у нього є багато цікавих справ, які його збуджують. **Флегматик** — врівноважений, наполегливий, продуктивний працівник.

**Холерик** — яскраво бойовий тип, задерикуватий, легко й швидко збуджується. **Меланхолік** — помітно гальмівний тип нервової системи, для представників якого кожне явище в житті стає гальмівним агентом, він недовірливий, в усьому бачить погане, небезпечне.

Холеричний і меланхолійний темпераменти І. Павлов розглядав як крайні, в яких несприятливі ситуації та умови життя можуть викликати психопатологічні прояви—неврастенію у холерика та істерію у меланхоліка. У золотій середині, за виразом І. Павлова, стоять сангвінічний та флегматичний темпераменти, їх врівноваженість є проявом здорової, по-справжньому життєздатної нервової системи.

### **3. Психологічна характеристика типів темпераменту**

Враховуючи основні властивості темпераменту, Я. Стреляу подає наступні психологічні характеристики основних класичних типів темпераменту.



*Сангвінік*

**Сангвінік.** Людині з даним типом темпераменту притаманна висока активність. Вона жваво, збуджено реагує на все, що привертає її увагу, наділена живою мімікою і виразними рухами. Навіть незначний привід може викликати в неї голосний сміх, так само як і неістотний факт може її сильно розгнівати. За обличчям сангвініка легко вгадати його настрій, ставлення до предмета або людини.

У нього високий поріг чутливості, тому, він не помічає дуже слабких звуків і світлових подразників. Енергійний, працездатний, з активністю береться за нову справу і може довго працювати, не втомлюючись. Здатний до швидкого зосередження, дисциплінований. Якщо хоче, може стримувати прояв своїх почуттів і мимовільні реакції. Йому притаманні швидкі рухи, гнучкість розуму, кмітливість, швидкий темп мовлення,

швидко включення в нову роботу. Висока пластичність проявляється в мінливості почуттів, настроїв і прагнень. Сангвінік легко зближується з іншими людьми, швидко звикає до нових вимог і умов, без зусиль не лише переключається з однієї роботи на іншу, а й може перевчитися, оволодіваючи новими навичками. Як правило, він більшою мірою відгукується на зовнішні враження, ніж на суб'єктивні образи і уявлення про минуле, майбутнє, тобто є екстравертом.



*Холерик*

**Холерик.** Як і сангвінік, відрізняється низькою чутливістю та високою активністю. Однак він нестриманий, нетерплячий, запальний. Він менш пластичний і є більш інертним на відміну від сангвініка. Звідси — більша стійкість прагнень та інтересів, висока наполегливість, можливі ускладнення в переключенні уваги. Йому притаманна циклічність в діяльності та поведінці. В спілкуванні непоступливий, любить бути в центрі уваги. Він скоріше екстраверт.



*Флегматик*

**Флегматик** наділений високою активністю, низькою чутливістю та емоційністю. Його складно розвеселити або засмутити. Коли навколо голосно сміються, він може залишатися незворушним; залишається спокійним, незважаючи навіть на великі неприємності. Зазвичай у нього бідна міміка, рухи невиразні й уповільнені, так само як і мовлення. Розум некмітливий, складно переключає увагу і пристосовується до нових умов, повільно перебудовує навички і звички. При цьому він енергійний,

працездатний. Відзначається терплячістю, витримкою, самовладанням. Як правило, важко зближається з новими людьми, погано відгукується на зовнішні враження. За своєю психологічною сутністю він інтроверт.



*Меланхолік*

**Меланхолік.** Людина з високою чутливістю, що в поєднанні зі значною інертністю призводить до того, що незначний привід може викликати в нього сльози. Він надто образливий, хворобливо чутливий. Міміка і жести його невиразні, голос тихий, рухи бідні. Зазвичай невпевнений в собі, сором'язливий. Навіть незначна складність змушує його опускати руки. Меланхолік неенергійний, ненаполегливий, легко втомлюється. Йому притаманна низька працездатність, нестійка увага, яка весь час відволікається, уповільнений темп всіх психічних процесів. Більшість меланхоліків — інтроверти.

Зважаючи на психологічну характеристику типів темпераменту, слід пам'ятати про те, що не у всіх людей можуть мати місце яскраво виражені типи темпераменту. Досить часто у деяких людей можуть проявлятися проміжні типи і вони лише певною мірою можуть походити на той чи інший тип темпераменту.

Дослідженнями встановлено, що темперамент не визначає успішності діяльності людини, однак він впливає на спосіб її виконання. Наприклад, особи з переважанням збудження на першому етапі проявляють підвищену активність, але при цьому допускаються помилок. Поступово вони свій стиль діяльності й кількість помилок зменшується. З іншого боку, особи з переважанням гальмування спочатку, як правило малоактивні, їхня діяльність непродуктивна, але поступово вони формують свій спосіб виконання діяльності, і продуктивність їх праці різко зростає.

Від темпераменту не залежать ні інтереси, ні захоплення, ні моральна вихованість людини. То ж «гарних» і «поганих» типів темпераменту не буває.

Особлива рухливість сангвініка може принести додатковий ефект, якщо робота вимагає зміни об'єктів спілкування, роду занять, частого переходу від одного ритму життя до іншого. Люди, які відзначаються, слабкою нервовою системою — меланхоліки, — сильніше мотивовані на виконання простіших дій, ніж решта. Тому вони менше втомлюються і дратуються від їх повторення. Більше того, оскільки люди зі слабкою нервовою системою більш чутливі до зовнішніх впливів, то їм притаманна висока спостережливість, уважність до емоційних станів інших людей.

Німецький психолог В. Вундт вважав, що в буденному житті треба бути сангвініком, під час важливих подій – меланхоліком, враження, які глибоко зачіпають наші інтереси, потребують холеричного темпераменту, а виконати власні рішення краще за всіх зможе флегматиком.

### **Питання для обговорення**

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

### **Тестові завдання**

*Знайдіть єдину правильну відповідь*

1. Найбільш загальною формально-динамічною характеристикою індивідуальної поведінки людини є:
  - а) темперамент,
  - б) характер,
  - в) здібності,
  - г) спрямованість.

2. Сукупність стійких індивідуальних особливостей особистості, які закладаються і проявляються в діяльності та спілкуванні, — це:
  - а) темперамент,
  - б) характер,
  - в) здібності,
  - г) задатки.
3. Темперамент-це:
  - а) динамічна характеристика поведінки людини,
  - б) генетично зумовлена форма поведінки,
  - в) невербальна характеристика поведінки,
  - г) комунікативна характеристика поведінки.
4. Критерієм темпераменту є:
  - а) ранній прояв у дитинстві,
  - б) набутість,
  - в) мінливість протягом тривалого періоду людського життя,
  - г) залежність від рис характеру.
5. Високий ступінь працездатності, уміння спокійно знаходити вихід зі складних ситуацій виявляють такі показники нервової системи, як:
  - а) сила,
  - б) врівноваженість,
  - в) рухливість,
  - г) динамічність.
6. Які ознаки притаманні холеричному типові темпераменту?
  - а) миролюбний, розмірений, вдумливий,
  - б) відкритий, ініціативний, жвавий,
  - в) збудливий, нестриманий, активний,
  - г) повільний, стриманий, пасивний.
7. Які особливості вказують на флегматичний тип темпераменту?
  - а) відкритий, безтурботний, комунікабельний,
  - б) подразливий, тривожний, песимістичний,
  - в) спокійний, врівноважений, комунікабельний,
  - г) миролюбний, стриманий, посидючий.
8. Оберіть негативний прояв сангвінічного типу темпераменту:
  - а) висока нестійкість інтересів,
  - б) емоційна вразливість,
  - в) закритість у спілкуванні,
  - г) висока комунікабельність.

9. Між темпераментом та характером існує таке співвідношення:
- а) це дві незалежні структури особистості.
  - б) це однакові поняття,
  - в) особливості темпераменту проявляються на основі характеру,
  - г) риси характеру розвиваються і проявляються на основі типу темпераменту.
10. Тип темпераменту виявляється:
- а) з моменту народження,
  - б) коли дозрівають основні властивості нервової системи,
  - в) з перших тижнів життя,
  - г) з раннього віку.

## Тема 4.2. Здібності

1. Поняття про здібності.
2. Види здібностей.
3. Рівні прояву здібностей.

*Основні поняття теми: здібності, структура здібностей, загальні здібності, спеціальні здібності, задатки, обдарованість, талант, геніальність.*

*«...значні здібності, істинний талант зазвичай визначають покликання людини».*

С. Л. Рубінштейн

### 1. Поняття про здібності

Серед істотних властивостей людини є її здібності.

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

Кожна людина здібна до певного виду діяльності. Поза діяльністю цю властивість людини не можна розпізнати, описати та охарактеризувати. Тому ми й складаємо думку про здібності людини за її роботою та результатами діяльності.

Характеризуючи здібності людини, ми робимо висновки про них з погляду вимог, які висуває до людини навчальна, виробнича, наукова та будь-яка інша діяльність, оцінюємо її як активного діяча, творця матеріальних і духовних цінностей. Ця характеристика містить і оцінку учня, який готується до майбутньої трудової, творчої діяльності, засвоюючи людські надбання в певній галузі знання.

Успіх виконання людиною тих чи інших дій залежить, безперечно, не тільки від здібностей, а й від інших якостей. Наприклад, двоє друзів вступають до інституту. Один витримує іспити, інший зазнає невдачі. Чи свідчить це проте, що один з них більш здібний? На це запитання не можна відповісти, якщо не буде з'ясовано, скільки часу витратив на підготовку кожен з них. Таким чином, лише фактом успіху, здобуттям знань здібності не визначаються.

Кожна здібність людини — це її складна властивість, внутрішня можливість відповідати вимогам, які ставить перед нею діяльність, і

спирається на низку інших властивостей, до яких насамперед належать життєвий досвід людини, здобуті нею знання, вміння та навички. Відомо, що чим багатший життєвий досвід, тим легше людині досягти успіху в діяльності. Досвідчена людина, озброєна науковими знаннями, ширше і глибше усвідомлює завдання, які суспільство ставить перед нею, і успішніше їх розв'язує, ніж людина, яка не володіє такими знаннями.

Істотну роль при цьому відіграє не тільки наявність самих знань, а й вміння користуватися ними, застосовувати їх для розв'язання нових навчальних, практичних, наукових та інших завдань. Тому не можна розглядати здібності людини як властивості, що існують незалежно від її знань, умінь і навичок.

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

Проте це не означає, що здібності людини зводяться до її вмінь, знань і навичок. Як би це було так, то за відповіддю біля дошки чи за вдало виконаною роботою ми робили б остаточний висновок про здібності людини. А насправді, як свідчать дані спеціальних психологічних досліджень, можна помітити, що окремі люди, які спочатку не можуть виконувати якусь роботу, в результаті спеціального навчання починають оволодівати певними вміннями мита навичками й навіть досягають високого рівня майстерності.

**Здібності** — це індивідуально-психологічні особливості особистості, які є у мовою успішного здійснення певної діяльності й визначають відмінності володінні необхідними для неї знаннями, вміннями та навичками.

## **2. Види здібностей**

Здібності виявляються в усіх сферах діяльності людини. Вони поділяються на певні види за змістом і характером діяльності. Так, виокремлюють здібності до навчання, малювання, музики, спорту, науки, організаційні, артистичні, конструкторські, педагогічні.

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

**Загальними** називаються **здібності**, які певною мірою виявляються в усіх видах діяльності — навчанні, праці, грі, розумовій діяльності. Завдяки загальним здібностям люди успішно оволодівають різними видами діяльності, легко переходять від однієї діяльності до іншої. В учнів загальні здібності виявляються в успішному засвоєнні різних навчальних дисциплін.

**Спеціальні здібності** виявляються у спеціальних видах діяльності. Наявність певних властивостей є підґрунтям спеціальних здібностей. Так, уява — важлива ознака літературних здібностей, абсолютний музичний слух — підґрунтя музичних здібностей.

Загальні та спеціальні здібності взаємопов'язані й доповнюють одні одних. Серед видатних діячів було багато людей, у діяльності яких поєднувався високий рівень розвитку загальних і спеціальних здібностей (М. Ломоносов, Т. Шевченко, М. Бородин).

Здібності людей — продукт їхнього суспільно-історичного розвитку. Вони виникають і розвиваються у процесі історичного розвитку і життя людей під впливом його вимог.

У праці виявлялися здібності людей, у праці вони розвивалися й формувалися. Здібності є умовою і продуктом праці.

Кожному історичному етапу розвитку людства відповідає певний рівень розвитку здібностей.

У процесі діяльності люди здобувають знання, оволодівають уміннями, навичками, необхідними для розвитку здібностей. В умовах науково-технічного прогресу здібності змінюються, з'являються нові їх види.

Формування здібностей залежить від культурного рівня суспільства. Розподіл праці зумовлює диференціацію, спеціалізацію здібностей. Розвиток здібностей особистості цілком залежить від попиту, на який, у свою чергу, впливають розподіл праці й породжені ним умови освіти людей.

### **3. Рівні прояву здібностей**

Кожен вид здібностей може проявлятися як в ранньому, так і в зрілому віці і досягати високого рівня розвитку.

Коли психологи говорять про здібності людини, то передбачають два рівні їх прояву:

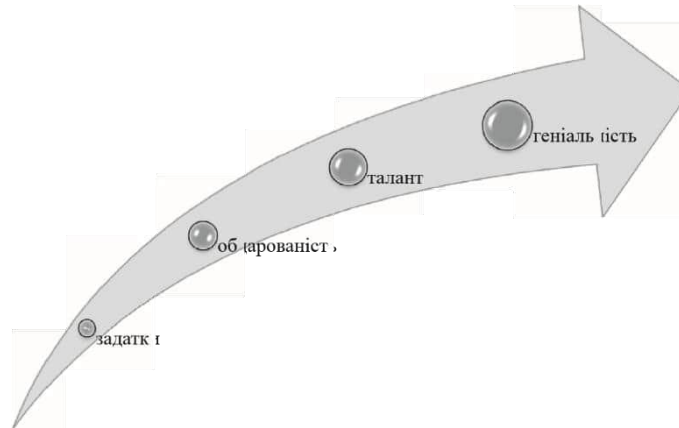
### Якісний рівень прояву здібностей

- сфера прояву і застосування здібностей – до чого здібна людина

### Кількісний рівень прояву здібностей

- рівень розвитку здібностей – якою мірою здібна людина

Кількісний прояв здібностей має наступні рівні:



*Рівні кількісного прояву здібностей*

Нульовий рівень — наявність задатків (вроджених передумов для розвитку здібностей).

Перший рівень — обдарованість (виявлені задатки та розвинені до посереднього рівня здібностей, результати діяльності людини є кращими, ніж у інших).

Другий рівень — талановитість (високорозвинені здібності, результати діяльності людини визнаються суспільством).

Талант може проявлятися в будь-якій людській діяльності, а не лише в галузі науки і мистецтва. Тому талановитим може бути і лікар, і вчитель, і льотчик.

Третій рівень — геніальність (винятково розвинені та використані здібності, результати є виключно творчими, їх цінність визнається людством).

Геній, образно кажучи, створює нову епоху в своїй царині знань. Для нього характерні творча продуктивність, оволодіння культурною спадщиною минулого і водночас рішуче долавання старих норм і традицій. Геніальна особистість своєю творчою діяльністю сприяє прогресивному розвитку суспільства. В якості прикладу достатньо назвати Арістотеля, Леонардо да Вінчі, Р. Декарта, М. В. Ломоносова.

### Питання для обговорення

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

### Тестові завдання

*Знайдіть єдину правильну відповідь.*

1. Здібності – це
  - а) індивідуально – психологічні властивості, що є необхідною умовою виконання творчої діяльності,
  - б) психічні властивості, що зумовлюють успішне навчання,
  - в) індивідуально -типологічні властивості людини, які виявляються в діяльності та є умовою її успішності,
  - г) індивідуально–типологічні властивості, що виявляються і розвиваються у творчій діяльності.
2. Яке з тверджень є правильним:
  - а) здібності виявляються в діяльності й у ній розвиваються,
  - б) здібності існують незалежно від діяльності й поза нею,
  - в) поза діяльністю здібності існувати не можуть,
  - г) здібності розвиваються незалежно від діяльності, про те в діяльності виявляються.
3. Про наявність здібностей до того чи іншого виду діяльності свідчить:
  - а) низький темп навчання відповідної діяльності,
  - б) значні енергетичні витрати щодо виконання даної діяльності,
  - в) індивідуальна своєрідність виконання діяльності,
  - г) відсутність зв'язку зі спрямованістю.
4. Перша і найбільш рання ознака обдарованості, що проявляється в прагненні, тяжінні дитини (або дорослого) до певної діяльності називається:
  - а) задатками,
  - б) здібностями,

- в) нахилами,
  - г) талантом.
5. Оберіть правильне ствердження щодо співвідношення задатків та здібностей:
- а) задатки — це різновид здібностей,
  - б) задатки — вроджена основа для розвитку здібностей,
  - в) задатки і здібності — це синонімічні психологічні поняття,
  - г) здібності не пов'язані із задатками.
6. В перекладі з грецької -це поняття означає «карбівка», «печатка»:
- а) темперамент,
  - б) характер,
  - в) здібності,
  - г) діяльність.
7. Найбільш загальною формально-динамічною характеристикою індивідуальної поведінки людини є:
- а) темперамент,
  - б) характер,
  - в) здібності,
  - г) спрямованість.
8. Сукупність стійких індивідуальних особливостей особистості, які закладаються і проявляються в діяльності та спілкуванні, — це:
- а) темперамент,
  - б) характер,
  - в) здібності,
  - г) задатки.
9. У творчих здібностях на перший план виходить:
- а) мислення,
  - б) емоції та почуття,
  - в) уява,
  - г) уявлення.
10. Розвиток здібностей – це
- а) розвиток оригінальності розуму,
  - б) не лише кількісна а й якісна перебудова здібностей,
  - в) розвиток аналізаторів,
  - г) розвиток продуктивності оволодіння знаннями.

## Тема 4.3. Характер

1. Поняття про характер.
2. Фізіологічні основи характеру.
3. Структура рис характеру.

*Основні поняття теми: характер, структура характеру, акцентуація, риси характеру, моральні риси характеру, вольові риси характеру.*

*«У кожної людини три характери: той, що їй приписують; той, що вона сама собі приписує; і, нарешті, той, що є в діяльності».*

В. Гюго

### 1. Поняття про характер

Кожній людині крім динамічного боку дій, що виявляється в темпераменті, властиві істотні особливості, які позначаються на її діяльності та поведінці. Про одних говорять, що вони працьовиті, дисципліновані, скромні, чесні, сміливі, колективісти, а про інших — лінькуваті, хвалькуваті, неорганізовані, честолюбні, самовпевнені, не чесні, егоїсти, боягузи. Ці й подібні до них риси виявляються настільки виразно й постійно, що становлять собою типовий вид особистості, індивідуальний стиль її соціальної поведінки. Такі психологічні особливості особистості називаються рисами характеру. Ці риси характеризують і цілі, до яких прагне людина, і способи досягнення цілей. Знати це важливо, оскільки особистість характеризується не тільки тим, що вона робить, а й тим, як вона це робить. Сукупність таких стійких рис становить характер особистості.

Отже, **характер** — це сукупність стійких індивідуально-психологічних властивостей людини, які виявляються в її діяльності та суспільній поведінці, у ставленні до колективу, до інших людей, праці, навколишньої дійсності та самої себе.

Термін «**характер**» (відгрецьк. character — «риса», «прикмета», «відбиток»). Введений він для позначення цих властивостей людини другом Арістотеля Теофрастом, який у «Характеристиках» описав з позицій мораліста 31 тип людських характерів — людей хвалькуватих, базік, нещирих, нудних у розмові, улесливих. Пізніше філософи та

психологи засадовими стосовно пояснень і класифікації людських характерів робили або особливості будови та функцій тіла, або морально-етичні особливості суспільних стосунків людей, або їхні розумові властивості та досвід.

Характерна й більше пов'язується з темпераментом, який, як відомо, визначає зовнішню, динамічну форму його вираження.

Характер людини можна зрозуміти тільки в її суспільній діяльності, суспільних відносинах.

Про характер людини судять і за тим, як вона мислить і поводить себе в різних обставинах, якої думки вона про інших та про саму себе, які манери їй властиві.

Знати характер людини дуже важливо. Це дає можливість передбачати, як людина поводитиме себе за певних умов, чого від неї можна чекати, як вона виконуватиме дані їй доручення. Художня література дає прекрасні описи поведінки людей з різними характерами. Історія знає багатьох політичних, громадських і військових діячів, які завдяки силі позитивних рис свого характеру сприяли прогресу суспільства, натомість особи з негативними рисами характеру або слабохарактерні спричинили його занепад. Знати характер людини дуже важливо. Це дає можливість передбачати, як людина поводитиме себе за певних умов, чого від неї можна чекати, як вона виконуватиме дані їй доручення.

## **2. Фізіологічні основи характеру**

Пояснюючи *фізіологічні основи характеру*, І. П. Павлов писав, що їх становить система міцно закріплених реакцій людини на багаторазові впливи людського середовища. Характер спирається на сплав рис типу ВНД і складних систем умовних рефлексів, вироблених внаслідок індивідуального життєвого досвіду через вплив соціуму.

Властивості вищої нервової діяльності визначають в характері такі риси, як врівноваженість-неврівноваженість, рухливість-інертність, комунікабельність-замкнутість. Нервова система впливає й на інші прояви характеру — на тонус почуттів, мовлення, зовнішнє вираження рухів. Але тип вищої нервової діяльності не визначає змістовної сторони особистості в цілому. Наприклад, такі риси характеру як принциповість, чесність, ввічливість можна виробити на основі будь-якого типу нервової системи. Вища нервова діяльність впливає на процес формування окремих рис

характеру (легкість, швидкість, темп). Наприклад, пристрасна, поривчаста наполегливість швидше і легше формується у людини з неврівноваженою нервовою системою, а спокійна, повільна манера поведінки — на основі врівноваженої.

Протягом життя в людини утворюються динамічні стереотипи тобто системи нервових зв'язків у корі великих півкуль у головного мозку, які виникають під впливом різноманітних подразнень, що діють у певній послідовності та певній системі. Багаторазові повторення таких подразнень сприяють утворенню міцних нервових зв'язків, які потім виявляються дедалі легше та автоматичніше, без особливого нервового напруження. Динамічні стереотипи утворюють фундамент звичних дій, рис характеру.

### 3. Структура рис характеру

Характер як одна з істотних особливостей психічного складу особистості є цілісним утворенням, що характеризує людське «Я» як єдність. Розуміння характеру як єдності його рис не виключає виокремлення в ньому деяких ланцюгів з метою глибшого пізнання його сутності. Тобто створення структури рис характеру спирається на його умовний розподіл. І. П. Павлов, не заперечуючи цілісності характеру, обстоював необхідність виокремлення його структурних компонентів.

Визначити структуру характеру означає виокремити в ньому *головні* компоненти, без яких цілісність характеру уявити не можна:

Спрямованість є головною складовою структури характеру особистості. Вона виявляється у вибіркового позитивному або негативному у ставленні особистості до дійсності, до вчинків і діяльності, до людей і до самої себе.

В свою чергу, спрямованість, що є інтегральною характеристикою людини, поєднує ставлення

- 1) до праці,
- 2) до себе,
- 3) до інших людей
- 4) до природи, речей.

**Ставлення до праці** проявляється через позитивні чи негативні риси характеру — працелюбність, повагу до праці, старанність, дисциплінованість, організованість або ж зневагу до праці, лінощі, байдужість, недбалість та непослідовність.

**Ставлення до себе** залежить у людини від рівня розвитку її самосвідомості, здатності оцінювати себе. Такі риси характеру, як сором'язливість, почуття власної гідності, вимогливість до себе, відповідальність є позитивними і корисними якостями людини. Разом з тим, проявляються і негативні риси — нескромність, хвалькуватість, гордія, самовпевненість, егоїзм, безпринципна покора, безпідставна зневага або знецінювання себе.

**Ставлення до людей** виникає в результаті численних контактів з іншими особистостями і зумовлюється суспільними умовами життя. Ставлення до інших людей виявляється залежно від обставин і характеру оцінювання вчинків як в позитивних, так і в негативних рисах характеру. Серед позитивів, притаманних культурній людині, є справедливість, дотримання слова, щедрість, ввічливість, доброзичливість, чесність та принциповість. В їх основі лежить гуманізм особистості. До негативних рис характеру належать відчуженість, хвалькуватість, снобізм, дріб'язковість, грубість, нахабство.

Серед розмаїття рис характеру помітні й ті, що виражають **ставлення особистості до природи і речей**. Ощадливість, дбайливість, охайність, бережливість, дбайливе ставлення до природи підносять людину, оцінюючись як позитивні. Антиподами цих рис є недбалість, вандалізм, транжирство, неакуратність. Розумові риси характеру виявляються в розсудливості, спостережливості, поміркованості. Спостережливість і розсудливість сприяють швидкій орієнтації в обставинах. Нерозсудливі люди легко хапаються за будь-яку справу, діють під впливом імпульсу. Розумова інертність, навпаки, виявляється в пасивності, байдужості, повільності, коли потрібно прийняти рішення, або у поверховому ставленні до справи без урахування її важливості. Емоції стають підґрунтям таких рис характеру, як гарячковість, запальність, надмірна або вдавана співчутливість, всепрощення або брутальність, грубість, «товстошкірість», нечутливість до страждань інших, нездатність співчувати.

Воля як складова структури характеру зумовлює його силу, непохитність. Отже, воля, як вважають науковці, являє собою стрижневий компонент сформованого характеру. Сильна воля робить характер самостійним, стійким, непохитним, мужнім. Людина з таким характером здатна досягати бажаної мети. Людей із слабкою волею називають слабохарактерними. Навіть маючи багато знань і значний досвід, вони не

здатні наполягати на справедливості і часто виявляють нерішучість, страх.

Активність самої особистості у формуванні характеру, досягаючи усвідомлюваного та цілеспрямованого змісту, набуває форми самовиховання.

На високому рівні розвитку людина починає здійснювати самовиховання і саморегулювання, становлення свого характеру. Сформовані в процесі виховання потреби, ідеали, установки особистості стають підґрунтям її вимог як до зовнішніх умов життя, так і до самої себе. Вона сама починає влаштовувати своє життя і виховувати себе, керуючись при цьому як власними, так і суспільними цінностями.

Повною мірою здатність до самовиховання характеру виявляється тоді, коли особистість набуває життєвого досвіду, опановує засади психологічної культури, коли в неї формується світогляд і остаточно складаються ідеали, відповідно до яких вона починає свідомо планувати своє життя і визначати в ньому своє місце.

### **Питання для обговорення**

1. Які риси особистості поєднує в собі характер?
2. В яких проявах ставлення найповніше виявляється характер особистості?
3. Які компоненти можна виокремити в структурі характеру?
4. Які риси характеру особистості є типовими, а які—нетиповими?
5. У чому виявляється акцентуація характеру особистості?
6. Як поєднуються в характері природні та соціальні чинники?
7. Яким є механізм формування властивостей характеру?
8. Як пов'язані між собою характер і темперамент?
9. Якими є умови формування характеру?
10. Чи може характер впливати на особливості прояву темпераменту?

### **Тестові завдання**

*Знайдіть єдину правильну відповідь.*

1. Найбільш загальною формально-динамічною характеристикою індивідуальної поведінки людини є:
  - а) темперамент,
  - б) характер,
  - в) здібності,
  - г) спрямованість.
2. Сукупність стійких індивідуальних особливостей особистості, які

зкладаються і проявляються в діяльності та спілкуванні, — це:

- а) темперамент,
- б) характер,
- в) здібності,
- г) задатки.

3. Між темпераментом та характером існує таке співвідношення:
  - а) це дві незалежні структури особистості,
  - б) це однакові поняття,
  - в) особливості темпераменту проявляються на основі характеру,
  - г) риси характеру розвиваються і проявляються на основі типу темпераменту.
4. Ентузіазм, відповідальність, старанність, лінощі є проявами якого компоненту характеру:
  - а) ставлення до себе,
  - б) ставлення до праці,
  - в) ставлення до людей,
  - г) ставлення до речей.
5. Система вироблених стійких переконань людини — це визначення якої психологічної категорії:
  - а) емоції,
  - б) темперамент,
  - в) характер,
  - г) світогляд.
6. В перекладі з грецької це поняття означає «карбівка», «печатка»:
  - а) темперамент,
  - б) характер,
  - в) здібності,
  - г) діяльність.
7. Спостережливість та розсудливість — це ознаки якого компоненту структури характеру?
  - а) спрямованості,
  - б) розумових рис,
  - в) емоційних рис,
  - г) вольових рис.
8. Акцентуації характеру - це:
  - а) надмірне підсилення окремих рис характеру,

- б) симпатія чи антипатія до людей певного типу,
  - в) невідомий страх без певної причини,
  - г) здатність суб'єкта співпереживати,
9. Характер є:
- а) вродженим,
  - б) набутиим,
  - в) формується впродовж життя,
  - г) формується в дошкільному віці.
10. Скромність, самокритичність, зазнайство, зарозумілість. Яких рис характеру людини стосуються ці ознаки:
- а) рис, що виражають ставлення до інших людей,
  - б) вольових рис,
  - в) рис, що виражають ставлення до себе,
  - г) рис, пов'язаних зі ставленням до речей.

## Словник основних психологічних термінів

**Абсолютний поріг чутливості** — кількісна характеристика відчуттів, мінімальна та максимальна величина подразника, що викликає адекватні відчуття.

**Абстрагування** — операція мислення, що полягає у визначенні істотних ознак та властивостей предмета чи явища при одночасному відволіканні від неістотних.

**Абстрактне мислення** — один із найскладніших специфічно людських видів мислення, що передбачає розуміння та використання понять, термінів та інших абстрактних категорій.

**Абулія** — патологічне порушення психічної регуляції дій.

**Авторитетність** — властивість людини мати певну вагу серед людей, бути для них джерелом ідей і користуватися визнанням і повагою.

**Аглотинація** — механізм створення нових образів уявою, що виявляється у поєднанні декількох компонентів різних образів.

**Агресія** — дії чи наміри людини заподіяти навмисну шкоду іншим чи собі, прояви ворожості, нападу.

**Адаптація** — в широкому розумінні — пристосування до подразників, зовнішніх умов існування.

**Адекватність** — філософське поняття, що вживається в психології як відповідність суб'єктивних образів психіки людини об'єктивній дійсності.

**Активність** — всезагальна характеристика живих істот, їх власна динаміка як джерело перетворення або підтримання ними життєво значимих зв'язків з навколишнім світом.

**Акцентуація рис характеру** — надмірне посилення окремих рис характеру людини, крайній варіант норми, що може викликати особистісні проблеми.

**Альтруїзм** — особистісна риса, що виявляється в безкорисній турботі про благо інших людей, готовності поступатися своїми інтересами заради інших осіб.

**Амнезія** — порушення пам'яті, що виникає внаслідок різних локальних уражень мозку.

**Аналіз** — розумове розчленування певного предмету чи явища на окремі складові компоненти; протилежність синтезу як операції мислення.

**Аналогія** — створення нових образів на основі реально існуючих об'єктів дійсності.

**Анкетування** — метод психологічного чи соціального дослідження, що здійснюється на основі письмового опитування значної кількості людей за певним підбором запитань.

**Апатія** — стан, що характеризується емоційною пасивністю, байдужістю, спрощенням почуттів, послабленням спонукань та інтересів.

**Аперцепція** — властивість сприймання, що характеризує його залежність від попереднього досвіду людини, її потреб, переконань, знань та інтересів.

**Асоціація** — зв'язок між певними психічними образами, при якому використання одного викликає згадування іншого.

**Афект** — бурхливий за перебігом та виявами емоційний стан, переживання якого супроводжується у людини втратою самовладання і порушенням правильності сприймання дійсності.

**Бесіда** — як діагностичний психологічний метод — метод отримання інформації на основі усного спілкування із досліджуваним за гнучким планом.

**Больові відчуття** — негативно забарвлені відчуття, що виникають внаслідок надмірного подразнення рецепторів організму, а також хвороб чи уражень внутрішніх органів.

**Взаємодія відчуттів** — властивість відчуттів, що проявляється в зміні чутливості одного аналізатора під впливом подразника, що подається на інший аналізатор.

**Вибірковість сприймання** — властивість сприймання, що передбачає його залежність від найважливіших на даний момент потреб, інтересів, установок конкретної людини.

**Вища нервова діяльність** — умовно-рефлекторна діяльність вищих відділів центральної нервової системи, що забезпечує роботу найскладніших психофізіологічних систем.

**Вібраційні відчуття** — вид шкірних відчуттів, які виникають на основі коливання, руху певних подразників.

**Відтворення** — один із процесів пам'яті, що характеризується поживленням, активізацією у свідомості образів предметів чи явищ, що раніше сприймалися.

**Відчуття** — психічний пізнавальний процес, що полягає у відображенні мозком окремих властивостей предметів або явищ, а також станів організму, що діють на даний момент.

**Воля** — усвідомлювана саморегуляція людиною діяльності та поведінки, спрямована на досягнення мети і подолання перешкод.

**Вольова дія** — різновид людських дій, що характеризується усвідомленням мети і перешкод на шляху до її досягнення та докладанням вольових зусиль.

**Впізнавання** — найпростіша форма відтворення в пам'яті попереднього досвіду, при якій активізація образу відбувається в умовах його повторного сприймання.

**Врівноваженість нервової системи** — властивість нервових процесів, що виражається у співвідношенні між збудженням і гальмуванням.

**Вразливість** — підвищена емоційна чутливість людини до всіх подій та явищ навколишньої дійсності.

**Гальмування** — один із базових нервових процесів, що виявляється в послабленні або припиненні діяльності нейронів.

**Геніальність** — особистісна характеристика людини, що базується на найвищому рівневі розвитку здібностей та виявляється у створенні винятково значимих для людства продуктів творчої діяльності.

**Гіперболізація** — механізм створення нових образів уявою на основі збільшення чи зменшення образу предмета чи його окремих компонентів.

**Гнів** — одна із базових емоцій негативного прояву, що викликається суттєвим незадоволенням потреб людини.

**Група** — певне соціальне об'єднання, що відокремлюється на основі конкретних ознак.

**Група референтна** — реальна чи уявна суспільна формація, на норми та цінності якої орієнтується певний індивід та в якій він може якнайкраще проявити себе як особистість.

**Депресія** — тривалий негативний емоційний стан людини, емоційний розлад, що супроводжується почуттям пригніченості, тотальної апатії, зниженням активності у всіх сферах психічного та фізичного життя людини.

**Дія** — основний реалізаційний компонент структури діяльності, спрямований на виконання певного поточного завдання.

**Діяльність** — одна з основних категорій психологічної науки; внутрішня (психічна) і зовнішня (фізична) активність людини, що спрямована на досягнення свідомо поставленої мети.

**Довготривала пам'ять** — один з видів пам'яті за тривалістю збереження інформації, що забезпечує утримання мозком знань, вмінь та навичок, будь-якої інформації протягом тривалого періоду і наділена величезним обсягом.

**Дотикові відчуття** — один із видів шкірних відчуттів, що виникає внаслідок подразнення поверхні тіла.

**Друга сигнальна система** — спосіб регуляції поведінки людини, що діє як реакція на мовні подразники з навколишнього середовища.

**Ейдетична пам'ять** — різновид образної пам'яті, при якій людина здатна з виключною точністю і яскравістю зберегти образи зображень.

**Експеримент** — один із основних методів наукового пізнання психіки, що передбачає вивчення певних психічних проявів в спеціально створених або контрольованих умовах з активною роллю дослідника.

**Емоції** — вид психічних процесів і станів, що втілює переживання короточасного ставлення до дійсності, життєвого значення подій і явищ.

**Емоційна пам'ять** — вид пам'яті за змістом, об'єктом запам'ятовування, збереження та подальшого відтворення якого є емоції та почуття, які раніше переживались людиною.

**Емпатія** — розуміння та прийняття станів, почуттів та ставлень іншої людини, виявляється як співпереживання, співчуття.

**Естетичні почуття** — різновид почуттів за ознакою їх змісту, що виникають під час сприймання чи створення людиною естетичних витворів — прекрасного чи потворного, комічного чи трагічного.

**Жести** — виразні рухи рук, пальців, що використовуються як допоміжний засіб спілкування людей.

**Забування** — процес пам'яті, що виявляється у втраті точності відтворення подій і фактів, зменшенні обсягу запам'ятовуваного.

**Загальна психологія** — галузь психології, що вивчає загальні закономірності роботи психіки людини.

**Задатки** — вроджені анатоμο-фізіологічні особливості мозку, нервової системи в цілому, що складають природну основу для розвитку певних психічних структур.

**Запам'ятовування** — процес пам'яті, що полягає в закріпленні образів сприймання, уявлень, дій переживань тощо в мозку.

**Збереження** — процес пам'яті, що виявляється в утриманні мозком певного матеріалу, що попередньо запам'ятався.

**Збудження** — нервовий процес, що лежить в основі рефлекторної діяльності організму і полягає в активізації нейронів при дії подразників.

**Здібності** — індивідуально-психологічні властивості людини, що є умовою успішного виконання тієї чи іншої продуктивної діяльності.

**Зорова пам'ять** — вид образної пам'яті, об'єктом запам'ятовування, збереження та подальшого відтворення якої є зорові образи.

**Зорові відчуття** — відчуття, що виникають внаслідок дії зовнішніх подразників на зоровий аналізатор.

**Зосередженість уваги** — одна з її основних якостей, що виявляється в ступені концентрації уваги на певному об'єкті.

**Ігрова діяльність** — різновид онтогенетичних діяльностей, в якому значимим є сам процес виконання ігрових дій, а не кінцевий результат та який має на меті засвоєння суспільного досвіду окремим індивідом.

**Ідеал** — уявний взірець, образ якогось досконалого об'єкту.

**Ілюзія** — неправильне спотворене сприймання людиною об'єктивного світу, що виникає під впливом зовнішнього подразника або хворобливого стану нервової системи.

**Індивід** — людина як окремий представник біологічного виду *Homo sapiens*, носій вродженої бази для формування особистості.

**Індивідуальність** — сукупність своєрідних неповторних рис та особливостей людини, що відрізняє її від інших осіб.

**Інстинкт** — вроджена форма поведінки тварин і людини, що має успадкований і незмінний характер та є ефективною в стабільних умовах середовища.

**Інтелектуальні почуття** — вид вищих почуттів, що виникають і переживаються людиною на основі розумової діяльності.

**Інтерес** — одна з базових емоцій, що виявляється як позитивна, зацікавлена спрямованість людини на певний об'єкт чи діяльність.

**Інтерв'ю** — метод психології, що виявляється в отриманні інформації про певні психологічні особливості людини шляхом її усного опитування за заздалегідь підготовленим планом.

**Інтеріоризація** — формування внутрішніх структур людської психіки завдяки засвоєнню структур зовнішньої соціальної діяльності.

**Кінестетичні відчуття** — відчуття положення та рухів органів та частин тіла, що спричинюються подразненням спеціальних рецепторів, розміщених у м'язах, суглобах, сухожиллях.

**Клімат психологічний** — якість міжособистісних взаємин, набір умов, що сприяють або навпаки, перешкоджають спільній діяльності людей чи виявам особистості в групі.

**Когнітивний** — синонім до поняття «пізнавальний», той, що пов'язаний із знаннями.

**Колектив** — найвищий за характером згуртованості рівень розвитку соціальної групи, якому притаманні єдність суспільно прийнятних цілей та високий рівень культури спілкування.

**Комунікація** — функція людського спілкування, що характеризується обміном інформацією між учасниками цього спілкування.

**Константність сприймання** — перцептивна якість, яка виявляється в постійності форм та величин предметів незалежно від їх положень щодо ока.

**Конфлікт** — неспівпадання, суперечливість несумісних виявів свідомості однієї людини чи інтересів, прагнень кількох людей чи груп.

**Короткочасна пам'ять** — вид пам'яті за тривалістю збереження інформації, що функціонує на основі дуже короткого збереження матеріалу після його одноразового нетривалого сприймання і негайного відтворення.

**Креативність** — здатність людини побачити нове в звичному.

**Лідер** — людина, яка завдяки своїм особистісним якостям має суттєвий організаційний вплив на членів соціальної групи.

**Логічне запам'ятовування** — вид запам'ятовування за ознакою осмисленості матеріалу, що діє на основі встановлення логічних істотних зв'язків між компонентами змісту матеріалу.

**Любов** — вище людське почуття, що виявляється в стійкій свідомій прихильності особистості до когось чи чогось, спричиненій визнанням переваг цього об'єкту.

**Меланхолік** — тип темпераменту, який базується на слабкому типі вищої нервової діяльності й виявляється у емоційній чутливості та

вразливості людини, її низьких адаптивних можливостях, зосередженості на внутрішніх переживаннях.

**Механічне запам'ятовування** — вид запам'ятовування, який діє як фіксація матеріалу в пам'яті без встановлення його смислових зв'язків.

**Мимовільне запам'ятовування** — вид запам'ятовування, що відбувається без попередньо поставленої мети і використання вольового зусилля.

**Мислення** — пізнавальний процес, сутність якого полягає в опосередкованому та узагальненому відображенні дійсності.

**Мнемічна діяльність** — робота пам'яті як пізнавального процесу.

**Мова** — суспільно зумовлена і сформована система словесних знаків, що служить засобом спілкування у певному соціумі.

**Мовлення** — процес використання мови у психічній діяльності людини.

**Моральні почуття** — вид вищих почуттів, стійкі ставлення людини до суспільних подій, поведінки своєї й інших людей.

**Мотив** — компонент структури діяльності, причина, що спонукає людину до дій.

**Мотивація** — система мотивів, що визначає конкретні форми діяльності або поведінки людини.

**Мрія** — особлива форма уяви людини, створення образу бажаного майбутнього.

**Наочно-дійове мислення** — вид мислення за ознакою розвитку в онтогенезі людини, що відбувається на основі здійснення рухових операцій з реальними предметами.

**Наочно-образне мислення** — вид мислення за ознакою розвитку в онтогенезі людини, в якому відбувається оперування образами конкретних предметів чи явищ дійсності.

**Наполегливість** — позитивна вольова якість особистості, що полягає у здатності зосереджено тривалий час досягати поставленої мети, долаючи перешкоди.

**Настрій** — загальний стан психіки людини, що містить певний емоційний фон і впливає на всю її життєдіяльність.

**Нюхові відчуття** — вид відчуттів за ознакою змісту, що виконує функцію розрізнення запахів.

**Обдарованість** — якісно своєрідне поєднання здібностей, що забезпечує успішність виконання діяльності.

**Оперативна пам'ять** — вид пам'яті за тривалістю збереження інформації, що утримує проміжні результати діяльності людини. потрібні для виконання певних розумових операцій.

**Органічні відчуття** — вид відчуттів, рецептори якого знаходяться на внутрішніх органах та фіксують самопочуття.

**Органи чуття** — синонімічна назва груп аналізаторів, що сприймають подразники з навколишнього середовища.

**Особистість** — одна із центральних психологічних категорій, якість індивіда як свідомої, залученої до повноцінних суспільних взаємин особи.

**Пам'ять** — пізнавальний процес, що має об'єктом відображення попередній досвід і виявляється в його засвоєнні, збереженні та подальшому відтворенні мозком.

**Переключення уваги** — здатність людини довільно переміщувати свою увагу від одного об'єкта до іншого.

**Перцепція** — синонімічне поняття людського сприймання.

**Підсвідомість** — структурний компонент психіки людини, вияв несвідомого, який містить інформацію-спогади, що в даний момент перебуває за межами свідомості, але легко може бути туди перенесена.

**Поняття** — одна з основних форм абстрактного мислення, що виявляється як відображення найсуттєвіших загальних ознак певного предмету чи явища.

**Порівняння** — операція мислення, що полягає в співставленні образів предметів чи явищ для встановлення їх спільних та відмінних ознак.

**Потреба** — необхідність індивіда в певних об'єктах для існування та розвитку, що виступає джерелом його активності.

**Почуття** — вияв афективної сфери людини, її суб'єктивне відносно тривале ставлення до навколишньої дійсності та самої себе.

**Пригадування** — довільне відтворення, що вимагає від людини докладання вольових зусиль для відновлення мозком раніше засвоєного матеріалу.

**Пристрасть** — форма переживання почуттів людиною, яка характеризується зосередженістю, скерованістю прагнень на певному об'єкті.

**Психіка** — предмет вивчення психологічної науки, його здатність відображати навколишню дійсність і себе як суб'єкта психічної діяльності.

**Психічне здоров'я** — стан душевного благополуччя, що характеризується відсутністю хворобливих психічних проявів і забезпечує регуляцію поведінки і діяльності, що є адекватними умовам навколишньої дійсності.

**Психологія** — наука про закономірності виникнення, розвитку та функціонування психіки людини і тварини.

**Радість** — одна із базових емоцій, що виникає як позитивна емоційна реакція на задоволену потребу.

**Ремінісценція** — особливість пам'яті, що полягає у неточності відтворення вивченого матеріалу при спробах згадати його відразу після заучування

**Репродуктивна уява** — вид уяви за ознакою новизни уявлень, що передбачає створення нових образів на основі вже наявних описів, моделей чи зразків.

**Рішучість** — позитивна волюва якість, що виявляється в умінні приймати обдумані своєчасні рішення і втілювати їх у життя.

**Розподіл уваги** — властивість уваги, що виявляється в одночасному її зосередженні на двох або більше об'єктах.

**Розсіяність уваги** — негативна якість, протилежність зосередженості, може виявлятися як часте відволікання від об'єкту або надмірна внутрішня спрямованість уваги, що призводить до ігнорування зовнішніх стимулів.

**Рухові відчуття** — відчуття положення та рухів частин тіла, що викликається подразненням спеціальних рецепторів, розміщених у суглобах, м'язах, сухожиллях.

**Рухова пам'ять** — вид пам'яті, об'єктом запам'ятовування, збереження та відтворення якого є окремі рухи чи їх комбінації.

**Самооцінка** — компонент самосвідомості, судження особистості про міру наявності у неї значимих чи небажаних якостей у співвідношенні з певним еталоном, зразком.

**Самопізнання** — процес або результат вивчення, пізнання людиною самої себе.

**Самопочуття** — цілісне враження людини про стан її внутрішніх органів, нервової системи і настрою.

**Сангвінік** — один із класичних типів темпераменту, що характеризується високою психічною активністю, енергійністю та врівноваженістю, швидкістю і жвавістю рухів й міміки.

**Свідомість** — вищий рівень психічного відображення, що сформувався в людини під впливом суспільно-історичних умов.

**Сенсибілізація** — одна з властивостей відчуттів, що виявляється в підвищенні чутливості за рахунок взаємодії аналізаторів та їх тренування.

**Синестезія** — одна із властивостей відчуттів, їх взаємодія, тобто виникнення під впливом одного типу подразника відчуття, характерного для іншого.

**Синтез** — мисленне поєднання окремих частин, елементів предмету чи явища у цілісний образ.

**Словесно-логічна пам'ять** — вид пам'яті, об'єктом запам'ятовування, збереження та відтворення якої є поняття, категорії, терміни та інші словесні конструкції, а також взаємозв'язок між ними.

**Словесно-логічне мислення** — вид мислення, який відрізняється опорою на поняття, тобто на оформлене в словах значення предметів і явищ, які не мають прямого чуттєвого підґрунтя.

**Слухові відчуття** — вид відчуттів, здатність мозку сприймати та розрізняти звукові подразники.

**Смакові відчуття** — відчуття, що виникають при подразненні язикових, піднебінних клітин і утворюють комбінацію чотирьох основних смаків — солодкого, гіркого, солоного та кислого.

**Спілкування** — складний багатоплановий процес встановлення та підтримання контактів між людьми, породжених спільними потребами.

**Спогади** — образи пам'яті, що виникають в результаті відтворення людиною свого життя.

**Спостереження** — метод цілеспрямованого сприймання зовнішніх виявів поведінки людини у звичних для неї умовах без активного втручання дослідника.

**Спостережливість** — якість індивіда, що виявляється в умінні помічати істотні, в тому числі неявні особливості предметів чи явищ.

**Стенічні емоції** — вид емоцій за ознакою впливу на організм, під час переживання яких відбувається поживлення, активізація життєдіяльності людини.

**Стійкість уваги** — часова характеристика зосередження та утримання уваги на певному об'єкті.

**Суб'єкт** — індивід або група як джерело пізнання і перетворення дійсності, носій активності.

**Судження** — одна з форм мислення, що містить ствердження чи заперечення певних фактів дійсності.

**Талант** — високий рівень розвитку здібностей, що виявляється в творчих результатах діяльності людини.

**Темперамент** — індивідуально-типологічна властивість людини, що визначає силу, врівноваженість та рухливість перебігу її психічних процесів та станів.

**Температурні відчуття** — відчуття тепла і холоду, що відносяться до групи шкірних.

**Тести** — вид випробувальних методик, що оцінюють ступінь розвитку та вияву окремих психічних рис та властивостей людини.

**Типізація** — механізм творчої уяви, що виявляється у виділенні істотних типових ознак в групі однорідних предметів чи явищ та втілення цих ознак в новий образ.

**Толерантність** — відсутність або послаблення реагування на певний несприятливий фактор в результаті зниження чутливості до його впливу.

**Трудова діяльність** — один із онтогенетичних видів діяльності людини; процес свідомого виконання індивідом конкретної праці.

**Увага** — стан зосередженості та спрямованості психіки на певних об'єктах дійсності при одночасному відволіканні від інших.

**Умовивід** — одна із форм мислення, що характеризується утворенням нового судження на основі оперування двома або більше вихідними судженнями.

**Учбова діяльність** — один із онтогенетичних видів діяльності людини, що сприяє ефективній соціалізації й виявляється у цілеспрямованому засвоєнні людиною знань, формуванні вмінь та навичок.

**Уява** — пізнавальний процес, що виявляється у створенні людиною нових образів, уявлень на основі попереднього досвіду.

**Флегматик** — один із чотирьох типів темпераментів, що формується на основі сильного врівноваженого інертного типу вищої нервової діяльності.

**Фрустрація** — психічний стан негативного емоційного напруження, викликаний незадоволенням, пригніченням базових психофізіологічних потреб людини.

**Характер** — сукупність стійких рис особистості, що визначають ставлення людини до суспільства, себе та інших проявів дійсності і виявляються в типовій поведінці.

**Хвилювання** — психічний стан людини, що викликається посиленнями позитивними чи негативними емоційними переживаннями.

**Холерик** — темперамент, що базується на сильному неврівноваженому типі вищої нервової діяльності й виявляється в активності, енергійності, непосидючості, стрімкості рухів та запальності людини.

**Центри мозкові** — специфічні психофізіологічні утворення, скупчення нейронів та їх взаємозв'язків, що спеціалізуються на регуляції роботи певної психічної функції.

**Цілісність сприймання** — здатність людини сприймати об'єкт чи ситуацію не як набір окремих відчуттів чи елементів, а як єдиний цілісний образ.

**Чутливість** — кількісна характеристика роботи певного аналізатора.

**Шкірні відчуття** — група особливих комбінаторних відчуттів, рецептори яких знаходяться на поверхні тіла.

## Список використаних джерел

1. Айсмонтас Б. Б. Общая психология. Схемы / Б. Б. Айсмонтас. — М. : Владос Пресс, 2003. — 288 с.
2. Бондарчук Е. И. Основы психологии и педагогики : курс лекций / Бондарчук Е. И., Бондарчук Л. И. — К. : МАУП, 2002. — 168 с.
3. Варій М. Й. Психологія : навч. посіб. / М. Й. Варій. — К. : Центр учбової літератури, 2007. — 288 с.
4. Варій М. Й. Основи психології і педагогіки : навч. пос. / М.Й. Варій, В.Л. Ортинський. — К. : Центр учбової літератури, 2007. — 376 с.
5. Гамезо М. В. Атлас по психологии: информационно-методические материалы к курсу «Общая психология» : учебн. пос. / Гамезо М. В., Домашенко И. А. — М. : Просвещение, 1986. — 208 с.
6. Дубравська Д.М. Основи психології : навч. посіб. / Д. М. Дубравська. — Львів : Світ, 2001. — 280 с.
7. Дубровина И. В. Психология / И. В. Дубровина, Е. Е. Данилова, А. М. Прихожан. — М. : Изд. центр «Академия», 1999. — 464 с.
8. Загальна психологія : підручн. / С. Д. Максименко, В. О. Зайчук, В.В. Клименко В.В. [та ін.] ; за заг. ред. С. Д. Максименка. — 2-ге вид., переробл. і доповн. — Вінниця : Нова Книга, 2004. — 704 с.
9. Загальна психологія / за ред. П. А. М'ясоїда. — К. : Вища школа, 2001 — 350 с.
10. Загальна психологія: навч. посіб. / О. П. Сергєєнкова, О. А. Столярчук, О. П. Коханова, О. В. Пасєка — К. : Центр учбової літератури, 2012. — 296 с.
11. Загальна психологія : підручн. / О. В. Скрипченко, Л. В. Долинська , З. Огороднійчук [та ін]. — К. : Либідь, 2005. — 464 с.
12. Ільїна Н. М. Загальна психологія в екзаменаційних питаннях і відповідях : навч. посіб / Н. М. Ільїна. — Суми : Університетська книга, 2009. — 239 с.
13. Казарновська Г. Б. Загальна, вікова і педагогічна психологія: Збірник завдань : навч. пос. / Казарновська Г. Б., Долинна О. П. — К. : Вища школа, 1990. — 142 с.
14. Коломинский Я. Л. Человек: психология / Я. Л. Коломинский. — М. : Просвещение, 1986. — 290 с.

15. Крутецкий В. А. Психология : учебн. пос. / В. А. Крутецкий. — М. : Просвещение, 1986. — 283 с.
16. Ліфарєва Н. В. Психологія особистості : навч. посіб. / Н. В. Ліфарєва ; Дніпропетровський ун-т економіки та права. — К. : Центр навчальної літератури, 2003. — 240 с.
17. Леонтьев А. Н. Деятельность. Сознание. Личность : учебн. пос. / А. Н. Леонтьев. — 2-е изд., стереотипн. — М. : Смысл : Академия, 2005. — 352 с. : ил.
18. Лозниця В. С. Психологія і педагогіка: основні положення : навч. пос. / В. С. Лозниця. — К. : ЕксОб, 2001. — 304 с.
19. Маклаков А. Г. Общая психология / А. Г. Маклаков. — СПб. : Питер, 2001. — 592 с.
20. Максименко С. Д. Загальна психологія : навч. пос. / С. Д. Максименко, В. О. Соловієнко. — К. : МАУП, 2000. — 255 с.
21. Максименко С. Д. Психологія в соціальній та педагогічній практиці: методологія, методи, програми, процедури : навч. пос. / С. Д. Максименко. — К. : Наукова думка, 1999. — 305 с.
22. М'ясоїд П. А. Задачі з курсу загальної психології : навч. посіб. / П. А. М'ясоїд. — К. : Вища школа, 2000. — 183 с.
23. Немов Р. С. Психология : в 3-х кн. : учебн. / Р. С. Немов. — М. : Владос, 2006. — Кн. 1 : Общие основы психологии. — 687 с.
24. Основи психології : підручн. / за заг. ред.: О. В. Киричука, В. А. Роменця. — Вид. 2-ге, стереотипн. — К. : Либідь, 1996. — 632 с.
25. Партико Т. Б. Загальна психологія : підручн. / Т. Б. Партико. — К. : Видавн. дім «Ін Юре», 2008. — 416 с.
26. Психологія та педагогіка : підручн. / С. Д. Максименко, М. Б. Євтух, Я. В. Цехмістер, О. О. Лазуренко. — К. : Слово, 2012. — 584 с.
27. Психология. Словарь / под ред.: Петровского А. В., Ярошевского М. Г. — М. : Политиздат, 1990. — 494 с.
28. Психологія : підручн. / за ред. Ю. Л. Трофімова. — Вид. 3-тє, стереотипн. — К. : Либідь, 2001. — 560 с.
29. Психологія : навч. посібн. / за ред. І. М Цимбалюк. — К. : Професіонал, 2004. — 216 с.
30. Степанов О. В. Основи психології та педагогіка : навч. пос. / О. В. Степанов, М. М. Фіцула. — Вид. 2-ге, випр., доповн. — К. : Академвидав, 2006. — 520 с. — (Альма-матер).

31. Тернопільська В. І. Психологія для старшокласників (від самопізнання до соціальної відповідальності) : навч. посіб. / В. І. Тернопільська ; за ред. М. В. Левківського. – К. : Центр навчальної літератури, 2004. - 198 с.

НАВЧАЛЬНЕ ВИДАННЯ

Оксана Колобич

# ЗАГАЛЬНА ПСИХОЛОГІЯ

*Навчально-методичний посібник*

*Друкується в авторській редакції*

Підписано до друку 05.11.2018 р.  
Формат 60×84/16. Папір офсетний. Друк цифровий.  
Умовн. друк. арк. 10,03. Обл.-вид. арк. 7,02.  
Наклад 300 прим.

**Друк: ТзОВ «Растр-7»**  
79005, м. Львів, вул. Кн. Романа, 9/1  
тел./факс: (032) 235 52 05, 235 72 13  
e-mail: [rastr.sim@gmail.com](mailto:rastr.sim@gmail.com)      [www.rastr-7.com.ua](http://www.rastr-7.com.ua)

Свідоцтво суб'єкта видавничої справи  
ЛВ № 22 від 19.11.2002 р.