

О.В. Чернякова

О.В. Грицук

**МЕТОДИЧНІ РЕКОМЕНДАЦІЇ
ДО ВИКОНАННЯ САМОСТІЙНОЇ РОБОТИ
З НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ
«ЗАГАЛЬНА ПСИХОЛОГІЯ»**

**для здобувачів першого (бакалаврського) рівня вищої освіти
за спеціальністю 053 Психологія**

Частина I

**МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
ДОНБАСЬКИЙ ДЕРЖАВНИЙ ПЕДАГОГІЧНИЙ УНІВЕРСИТЕТ**

О.В. Чернякова

О.В. Грицук

**МЕТОДИЧНІ РЕКОМЕНДАЦІЇ
ДО ВИКОНАННЯ САМОСТІЙНОЇ РОБОТИ
З НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ
«ЗАГАЛЬНА ПСИХОЛОГІЯ»**

**для здобувачів першого (бакалаврського) рівня вищої освіти
за спеціальністю 053 Психологія**

Частина I

Бахмут – 2017

УДК 378. 214. 114. : 159.9

Укладачі: *Чернякова Олеся Володимирівна* – кандидат психологічних наук, доцент кафедри загальної психології ДВНЗ «Донбаського державного педагогічного університету»

Гришук Оксана Вікторівна – кандидат психологічних наук, доцент кафедри психології та педагогіки ДВНЗ «Донбаського державного педагогічного університету» Горлівського інституту іноземних мов

Рецензенти: *Мамічева О.В.* - доктор психологічних наук, професор, завідувач кафедри логопедії та спеціальної психології ДВНЗ «Донбаського державного педагогічного університету»

Стуліка О.Б. – кандидат психологічних наук, доцент кафедри практичної психології Маріупольського державного університету

ЗАТВЕРДЖЕНО
на засіданні кафедри
загальної психології ДДПУ
протокол № 3 від 12.10._____2017 р.

ЗАТВЕРДЖЕНО
Науково-методичною радою ДДПУ (протокол № 3 від **18.10. 2017р.**)

ЗМІСТ

Вступ	5
Мета та завдання навчальної дисципліни «Загальна психологія»	6
Інформаційний обсяг навчальної дисципліни «Загальна психологія»	8
Загальні положення роботи з «Методичними рекомендаціями»	11
Критерії оцінювання самостійної роботи	12
Змістовий модуль I. Методологія психології. Пізнавальні психічні процеси	15
Тема 1. Предмет, завдання, методи загальної психології	15
<i>Структурно-логічні схеми до теми 1</i>	22
<i>Творчі завдання до теми 1</i>	34
<i>Тестові завдання для самоконтролю до теми 1</i>	35
<i>Література до теми 1</i>	37
Тема 2. Психіка та свідомість	38
<i>Структурно-логічні схеми до теми 2</i>	43
<i>Творчі завдання до теми 2</i>	47
<i>Тестові завдання для самоконтролю до теми 2</i>	48
<i>Література до теми 2</i>	51
Тема 3. Пізнавальна та емоційно-вольова сфери людини	52
<i>Структурно-логічні схеми до теми 3</i>	74
<i>Творчі завдання до теми 3</i>	98
<i>Тестові завдання для самоконтролю до теми 3</i>	100
<i>Література до теми 3</i>	112

ВСТУП

«Методичні рекомендації до виконання самостійної роботи з навчальної дисципліни «Загальна психологія» для здобувачів першого (бакалаврського) рівня вищої освіти за спеціальністю 053 Психологія. Частина І» призначені для надання допомоги здобувачам вищої освіти першого (бакалаврського) рівня за спеціальністю 053 Психологія в організації їх самостійної роботи з курсу «Загальна психологія». Вони складені за принципом програмованого надання знань у вигляді основних понять, які здобувач повинен знати, таблиць за всіма розділами затверджених Навчальної і Робочої навчальної програм з «Загальної психології», творчих і тестових завдань, що дозволяють здобувачеві повно і систематизовано засвоювати навчальний матеріал, опрацьовувати питання, що потребують особливої уваги. Завдання для самостійної роботи спрямовані на засвоєння Змістового модулю І. «Методологія психології. Пізнавальні психічні процеси». Тестові завдання можуть бути застосовані для реалізації як навчальної, так і контролюючої функції.

Методичні рекомендації можуть бути використані для якісного засвоєння знань з навчальної дисципліни «Загальна психологія» та при підготовці здобувачів до екзамену.

Завдання методичних рекомендацій:

- розкрити фундаментальні поняття та розгляд основні проблеми і підходи психологічної науки;
- підготувати здобувачів до ефективної психолого-педагогічної взаємодії;
- забезпечити умови для реалізації цілісної системи умінь та навичок, що повинні засвоїти здобувачі при вивченні курсу загальної психології, наступному вивченні професійно-орієнтованих дисциплін, а також при проходженні психологічної практики.

Методичні рекомендації містять список рекомендованої літератури для самостійної роботи здобувачів, які виявлять інтерес до теоретичних проблем психології.

МЕТА ТА ЗАВДАННЯ НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ «ЗАГАЛЬНА ПСИХОЛОГІЯ»

Метою вивчення навчальної дисципліни «Загальна психологія» є оволодіння здобувачами ступеня вищої освіти «бакалавр» знаннями про психологічні факти, закономірності та механізми психіки, необхідних для майбутньої практичної роботи в галузі психології та педагогіки.

Основними **завданнями** вивчення навчальної дисципліни «Загальна психологія» є:

- формування уявлення про основні теоретичні напрями в психології;
- формування уявлення про закономірності виникнення і прояву пізнавальних, емоційних і вольових процесів;
- формування уявлення про закономірності спілкування людей у групах і колективах;
- формування уявлення про психологічну структуру особистості;
- формування уявлення про історичний розвиток психіки та свідомості, їх форму та структуру;
- формування уявлення про загально психологічні методи дослідження;
- надання можливості на основі знань законів функціонування психічних явищ оцінювати і приймати відповідні рішення в ситуаціях, що вимагають втручання психолога.

Згідно з вимогами освітньо-професійної програми здобувачі ступеня вищої освіти «бакалавр» повинні:

знати:

- закономірності виникнення і прояву пізнавальних, емоційних і вольових процесів;
- фізіологічні механізми, що забезпечують психічні процеси;
- психологічну структуру особистості;
- вимоги, що висуваються до наукового дослідження;
- особливості спілкування та групової взаємодії, можливості керування цими процесами

вміти:

- орієнтуватись в основних теоретичних напрямках психології;
- обирати та обґрунтовувати тему психологічного дослідження;
- аналізувати результати досліджень та робити висновки;
- визначати суттєві зв'язки і закономірності психологічних явищ, встановлювати їх природу, систематизувати їх на підставі наукових ознак

володіти компетенціями:

- загальними:

1) здатністю планувати та управляти проектами, здійснювати прогнозування основних показників, що характеризують розвиток педагогічної системи;

2) здатністю реалізувати настанови толерантності та гуманності у контексті сучасної мультикультурності на основі загальнолюдських цінностей та критичного оцінювання соціально-політичних, економічних

подій і явищ;

3) здатністю працювати у науково-педагогічному колективі, дотримуючись етичних норм професійної діяльності;

- спеціальними:

1) здатністю володіти методами дослідження на теоретичному рівні (абстрагування і синтез, порівняння, дедукція та індукція, моделювання) з метою визначення суттєвих зв'язків і закономірностей психологічних явищ, розуміння їхньої природи, установлення подібності і відмінності між ними, їх систематизації на підставі існуючих наукових ознак;

2) здатністю до саморозвитку та професійного зростання, самоаналізу, рефлексії та адаптування до змінних умов;

3) здатністю до безперервного й актуального навчання, опанування нових знань, методичних розробок, що накопичені у міжнародній психологічній практиці.

На вивчення навчальної дисципліни відводиться 240 годин / 8 кредитів ECTS (I-II семестри).

ІНФОРМАЦІЙНИЙ ОБСЯГ НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ «ЗАГАЛЬНА ПСИХОЛОГІЯ»

Курс загальної психології має велике значення у формуванні професійної компетенції, світогляду майбутнього бакалавра психології. Отримані знання та сформовані навички й уміння допоможуть стати професійно компетентними фахівцями у майбутньому, а також сприятимуть формуванню навичок глибокого та усвідомленого розуміння оточуючого світу, успішної взаємодії з іншими людьми, встановленню взаємозв'язків соціально-психологічних явищ, стимулюватимуть до аналізу соціального життя, тощо.

Навчальний матеріал курсу «Загальна психологія» організовано за спіральним принципом, що поєднує послідовність і циклічність вивчення. Здобувачі ступеня вищої освіти «бакалавр» не випускають з поля зору вихідну проблему й водночас поступово розширюють і поглиблюють коло пов'язаних із нею знань.

Заліковий модуль № 1. «Теоретико-методологічні проблеми загальної психології»

Змістовий модуль № 1. «Методологія психології. Пізнавальні психічні процеси»

Предмет, завдання, методи загальної психології. Предмет і методи загальної психології. Психологія як гуманітарна наука. Життєві та наукові психологічні знання. Основні етапи розвитку психології. Проблеми психології. Багатомірність структури сучасної психології. Галузі психології. Проблеми методології і методів психології. Рівні методологічних знань. Взаємозв'язок методології, методів і методик психологічного дослідження. Основні джерела одержання інформації. Класифікація методів психологічного дослідження: організаційні, емпіричні, методи обробки даних, інтерпретаційні.

Психіка та свідомість. Особливості психічного відображення. Психіка і мозок. Рефлекторна природа психіки. Характеристика першої та другої сигнальних систем. Форми і рівні відображення в природі. Концепція О. М. Леонтьєва і К. Е. Фабрі про рівні відображення дійсності і стадії розвитку психіки тварин. Інстинктивні форми поведінки тварин. Індивідуально-здобуті форми поведінки тварин. Інтелектуальна поведінка тварин. Спілкування і «мова» тварин. Суспільно-історичний характер свідомості. Культурно-історична парадигма Л. С. Виготського. Свідомість та її структура. Свідоме та несвідоме в психічній діяльності людини. Роль знакових систем, предметів матеріальної і духовної культури у розвитку вищих психічних функцій людини.

Пізнавальна та емоційно-вольова сфери людини. Відчуття та сприймання. Функції відчуттів. Систематична класифікація відчуттів: інтерорецептивні, пропріорецептивні і екстерорецептивні відчуття. Основні властивості відчуттів: якість, інтенсивність, тривалість і просторова локалізація. Пороги відчуттів. Основний психофізичний закон Вебера-Фехнера. Сенсорна адаптація і взаємодія відчуттів. Поняття про сприймання. Взаємозв'язок відчуттів і сприймань. Фізіологічні механізми сприймання. Властивості сприймання: предметність, цілісність, константність, структурність. Ілюзії сприймання. Механізми орієнтації в просторі. Сприймання руху і часу. Фактори, що визначають особливості сприймання часу. Індивідуально-типові особливості сприймання. Поняття про волю. Довільні дії та їхні особливості. Аналіз вольової діяльності. Головні якості волі. Слабка воля, причини цього і шляхи подолання. Увага як психічний феномен. Фізіологічні механізми уваги. Теорії уваги (Н. Н. Ланге, Т. Рибо, П. Я. Гальперін). Види уваги. Мимовільна увага. Особливості довільної уваги. Післядовільна увага. Властивості уваги: стійкість, концентрація, об'єм, розподіл і переключення уваги. Неуважність та її види. Методи дослідження уваги. Пам'ять як психічний процес. Основні механізми пам'яті: запам'ятовування, збереження, впізнавання, відтворення. Основні теорії пам'яті. Види пам'яті. Склад мнемічної дії. Етапи логічного запам'ятовування. Відтворення, його види. Основні форми забування. Мислення як психічний процес. Основні теорії мислення. Форми мислення. Основні мисленні операції. Етапи рішення мисленнєвих завдань. Якості мислення. Індивідуально-типові особливості мислення. Лексичний, граматичний і фонетичний склад язика. Слово і його значення. Емоційно-виразна сторона мови. Фізіологічні механізми мови. Центри Верніке, Брока. Основні види мови. Основні функції мови. Поняття про емоції. Функції емоцій. Основні властивості емоцій. Види емоцій. Вищі почуття. Теорії емоцій. Роль емоцій в регуляції поведінки людини. Індивідуальні відмінності у прояві емоцій.

Змістовий модуль № 2. «Особистість в діяльності і спілкуванні»

Психологія особистості. Особистість. Співвідношення понять «індивід», «суб'єкт», «особистість», «індивідуальність». Концепція структури особистості К. К. Платонова. Структурний підхід С. Л. Рубінштейна. Потреби особистості. Характеристика мотиваційної сфери особистості. Мотиваційні стани. Основні форми спрямованості особистості. Здібності. Поняття про здібності. Аналіз основних теорій здібностей. Структура і різновиди здібностей. Співвідношення природних і набутих факторів в здібностях. Індивідуальні відмінності у здібностях людей. Міжособистісні стосунки в групах і колективах. Основні параметри групи. Склад групи. Структура групи. Групові процеси. Групові норми та цінності. Класифікація груп. Психологічна характеристика колективу. Структури дитячого колективу. Міжособистісні стосунки. Дослідження проблеми

темпераменту в працях І. П. Павлова. Внесок Б. М. Теплова, В. М. Небиліцина, В. М. Русалова в дослідженні проблеми темпераменту. Властивості нервової системи як основа темпераменту. Теорія І. П. Павлова про типи ВНД. Основні типи темпераменту, їхня психологічна характеристика. Характер. Особливості характеру як психічного феномену. Поняття про риси характеру. Класифікація рис характеру. Мотиваційні та інструментальні риси характеру. Типологія характеру як центральна проблема експериментальних досліджень та теоретичних пошуків. Концепція К. Леонгарда і О. Є. Лічко. Класифікація типів характерів за Е. Фромом. Взаємозв'язок характеру та темпераменту. Формування характеру.

ЗАГАЛЬНІ ПОЛОЖЕННЯ РОБОТИ З «МЕТОДИЧНИМИ РЕКОМЕНДАЦІЯМИ»

Виконання самостійної роботи з навчальної дисципліни «Загальна психологія» є важливою частиною навчального процесу. Метою «Методичних рекомендацій» є методична допомога здобувачам вищої освіти засвоїти знання з «Загальної психології» й сформувати у них на цій основі вміння аналізувати з психологічної точки зору педагогічні ситуації та пояснювати прояви особистості, властиві професіоналу.

Навчальний матеріал і завдання, що містяться у «Методичних рекомендаціях», охоплюють, з одного боку, основний зміст курсу «Загальна психологія», а з іншого – враховують зміст професійної діяльності практичного психолога. Завдання для самостійної роботи спрямовані на з'ясування глибини розуміння і ступеня засвоєння здобувачами теоретичного матеріалу, психологічних термінів, понять, а також на визначення вміння здобувачів застосовувати психологічні методи дослідження і робити висновки.

У «Методичних рекомендаціях» представлено теоретичний матеріал з «Загальної психології» (у вигляді схем тощо), глосарій, тестові завдання, список літератури. Вони стосуються змістового модулю №1 «Методологія психології. Пізнавальні психічні процеси» і охоплюють теми:

Тема 1. Предмет, завдання, методи загальної психології.

Тема 2. Психіка та свідомість.

Тема 3. Пізнавальна та емоційно-вольова сфери людини.

КРИТЕРІЇ ОЦІНЮВАННЯ САМОСТІЙНОЇ РОБОТИ

Для об'єктивного визначення рівня оволодіння здобувачем знаннями, уміннями та навичками, набутими у ході навчання, треба розділити два поняття, що перебувають у нерозривному взаємозв'язку, - **критерії оцінки** та **норми оцінки**.

Критерії оцінки - це ті положення, врахування яких є обов'язковим при виставленні тієї або іншої оцінки. **Норми оцінки** - це опис умов, на які має спиратися викладач, виставляючи здобувачеві оцінку.

Виставляючи здобувачеві ту чи іншу оцінку, викладач має враховувати:

- характер засвоєння вже відомого знання (рівень усвідомлення, міцність запам'ятовування, обсяг, повноту і точність знань);
- якість виявленого знання (логіку мислення, аргументацію, послідовність і самостійність викладу);
- ступінь оволодіння вже відомими способами діяльності, уміннями і навичками застосування засвоєних знань на практиці; оволодіння досвідом творчої діяльності; якість виконання роботи (зовнішнє оформлення, темп виконання, ретельність й т.ін.).

Критерії оцінювання:

100 балів («відмінно») – виставляється, якщо всі завдання виконані повністю без жодної помилки. Відповіді на теоретичні питання освітлюють не лише теоретичний матеріал, різні точки зору вчених на певну проблему, але й наводяться вдалі приклади. Здобувач показав уміння аналізувати, зіставляти, узагальнювати психологічні факти й явища, пов'язувати навчальний матеріал з вже відомим і вивченим. Письмова робота є самостійним викладенням проблеми, власним міркуванням здобувача на основі фактів, що містяться у літературних джерелах. Здобувач представив власну точку зору на проблему і обґрунтував її.

95 балів («відмінно») – виставляється, якщо всі завдання виконані повністю без жодної помилки. Відповіді на теоретичні питання освітлюють не лише теоретичний матеріал, різні точки зору вчених на певну проблему, але й наводяться вдалі приклади. Здобувач показав уміння аналізувати, зіставляти, узагальнювати психологічні факти й явища. Письмова робота є самостійним викладенням проблеми, власним міркуванням здобувача на основі фактів, що містяться у літературних джерелах. Здобувач представив власну точку зору на проблему і обґрунтував її.

90 балів («відмінно») – виставляється, якщо всі завдання виконані повністю без жодної помилки. Відповіді на теоретичні питання освітлюють теоретичний матеріал, різні точки зору вчених на певну проблему. Здобувач показав уміння аналізувати, зіставляти, узагальнювати психологічні факти й явища. Письмова робота є самостійним викладенням проблеми, власним міркуванням здобувача на основі фактів, що містяться у літературних джерелах.

85 балів («добре») – виставляється, якщо всі завдання виконані повністю, але у виконаній письмовій роботі є незначні помилки (фактичні, граматичні, орфографічні). Відповіді на теоретичні питання освітлюють теоретичний матеріал, різні точки зору вчених на певну проблему. Здобувач показав уміння аналізувати, зіставляти, узагальнювати психологічні факти й явища. Письмова робота є самостійним викладенням проблеми, власним міркуванням здобувача на основі фактів, що містяться у літературних джерелах.

80 балів («добре») – виставляється, якщо всі завдання виконані повністю, але у виконаній самостійній роботі є незначні помилки (фактичні, граматичні, орфографічні). Відповіді на теоретичні питання освітлюють теоретичний матеріал, основні точки зору вчених на певну проблему. Здобувач показав уміння аналізувати, зіставляти, узагальнювати психологічні факти й явища. Письмова робота є самостійним викладенням проблеми, власним міркуванням здобувача на основі фактів, що містяться у літературних джерелах.

75 балів («добре») – виставляється, якщо всі завдання виконані повністю, але у виконаній самостійній роботі є незначні помилки (фактичні, граматичні, орфографічні). Відповіді на теоретичні питання освітлюють теоретичний матеріал. Здобувач показав уміння аналізувати, зіставляти, узагальнювати психологічні факти й явища. Письмова робота є самостійним викладенням проблеми на основі фактів, що містяться у літературних джерелах, але вона містить опис не всіх фактів та явищ психічного життя особистості.

70 балів («задовільно») – виставляється, якщо не всі завдання виконані повністю, допущені незначні фактичні помилки: відповіді на теоретичні питання не повністю освітлюють теоретичний матеріал, не наводяться приклади, різні точки зору вчених на проблему. Здобувач не показав уміння аналізувати, зіставляти, узагальнювати. У виконаній роботі він допустив незначні помилки (негрубі фактичні, граматичні, орфографічні). Письмова робота є простим конспектом декількох літературних джерел. Неправильно оформлені цитати, ілюстрації, таблиці.

65 балів («задовільно») – виставляється, якщо не всі завдання виконані повністю, допущені фактичні помилки: відповіді на теоретичні питання не повністю освітлюють теоретичний матеріал, не наводяться приклади, різні точки зору вчених на проблему. Здобувач не показав уміння аналізувати, зіставляти, узагальнювати. У виконаній роботі він допустив помилки (фактичні, граматичні, орфографічні). Письмова робота є простим конспектом малої кількості літературних джерел. Неправильно оформлені цитати, ілюстрації, таблиці.

60 балів («задовільно») – виставляється, якщо не всі завдання виконані повністю, допущені фактичні помилки: відповіді на теоретичні питання не освітлюють теоретичний матеріал, не наводяться приклади, різні точки зору вчених на проблему. Здобувач не показав уміння аналізувати, зіставляти, узагальнювати. У виконаній роботі він допустив грубі помилки (фактичні,

граматичні, орфографічні). Письмова робота є простим конспектом одного-двох літературних джерел. Неправильно оформлені цитати, ілюстрації, таблиці.

35-59 балів («незадовільно») - виставляється, якщо не всі завдання виконані повністю, допущені грубі фактичні помилки: відповіді на теоретичні питання не повністю освітлюють теоретичний матеріал, не наводяться приклади, різні точки зору вчених на проблему. Деякі з питань не розкрито зовсім. Здобувач не показав уміння аналізувати, зіставляти, узагальнювати.

ЗМІСТОВИЙ МОДУЛЬ І. МЕТОДОЛОГІЯ ПСИХОЛОГІЇ. ПІЗНАВАЛЬНІ ПСИХІЧНІ ПРОЦЕСИ

ТЕМА 1. ПРЕДМЕТ, ЗАВДАННЯ, МЕТОДИ ЗАГАЛЬНОЇ ПСИХОЛОГІЇ

Предмет і завдання загальної психології

Психологія – наука про закономірності виникнення, розвитку і функціонування психіки як особливої форми життєдіяльності тварин і людей.

Психіка – властивість високоорганізованої матерії, сутність якої полягає в активному відображенні суб'єкту об'єктивного світу, що дає змогу створювати його картину відповідно до неї регулювати свою поведінку.

Свідомість людини – найвищий рівень психічного відображення навколишньої дійсності, що розвинувся в людини як суспільної істоти внаслідок оволодіння мовою і спільною діяльністю з іншими людьми.

Крім того, психологія вивчає такі явища, як: несвідоме, особистість, діяльність і поведінку.

Несвідоме – це форма відображення дійсності, у ході якої людина не усвідомлює її джерела, а відображена реальність зливається з її переживаннями.

Особистість – системна соціальна якість, якої набуває індивід у предметній діяльності та спілкуванні, що характеризує рівень і якість вияву в нього суспільних відносин. Особистість формується лише з виникненням свідомості і самосвідомості. Це категорія суспільно-історична. Її головними ознаками є суспільна сутність та соціальні функції.

Діяльність – активність суб'єкта, спрямована на взаємодію з навколишнім середовищем з метою задоволення власних потреб.

Поведінка – зовнішній прояв психічної діяльності.

Основною задачею психології як науки є вивчення об'єктивних закономірностей функціонування психічних явищ і процесів як відображення об'єктивної дійсності.

При цьому психологія ставить перед собою і ряд інших завдань:

1. Вивчати якісні особливості психічних явищ і процесів, що має не лише теоретичне, а й велике практичне значення.
2. Аналізувати становлення і розвиток психічних явищ і процесів у зв'язку з детермінованістю психіки об'єктивними умовами життя і діяльності людей.
3. Досліджувати фізіологічні механізми, які лежать в основі психічних явищ, оскільки без цих знань неможливе правильне оволодіння практичними засобами їх формування і розвитку.
4. Сприяння планомірному впровадженню психологічних знань у практику життя і діяльності людей.

Методологічні і теоретичні основи загальної психології

Методологія – вчення про принципи побудови, форми і способи наукового пізнання та практичної діяльності людини. Методологія розкриває загальний підхід до організації і регулювання наукової, технічної, педагогічної, мистецької, управлінської та інших видів діяльності людини. Функція методології полягає у визначенні предмета дослідження науки. Методологія має загальний характер, але вона конкретизується стосовно різних сфер теоретичної і практичної діяльності людини. Однією з них є психіка, дослідження якої в психології потребує розробки і застосування спеціальної конкретно-наукової методології.

Теорія – сукупність наукових знань, яка формує цілісне уявлення про закономірності перебігу певного явища.

Зазвичай розрізняють **три рівні методології** будь-якої науки. Загальна методологія забезпечує найбільш правильні подання про загальні закони розвитку об'єктивного світу, його своєрідність змістовних компонентів, а також місце і роль у ньому тих явищ, які вивчає дана наука. Спеціальна методологія або методологія конкретної науки дозволяє останній формулювати свої власні (внутрішньонаукові) закони і закономірності, які відносяться до своєрідності формування, розвитку і функціонування тих феноменів, які вона досліджує. Приватна методологія являє собою сукупність методів, засобів, прийомів і методик дослідження конкретною наукою різних явищ, які складають предмет і об'єкт її аналізу.

У якості загальної методології психологічної науки виступає діалектико-матеріалістичний підхід до розуміння навколишнього світу, ролі і місця психіки і психічного в ньому. Зміст цього підходу зіставляють наукові подання: про первинність матерії і вторинність свідомості; про рухомі сили розвитку об'єктивної реальності і психіки; про єдність зовнішньої, матеріальної діяльності і внутрішньої, психічної; про соціальну обумовленість розвитку психіки людини; про психіку як функцію головного мозку; про свідомість як вищий етап розвитку психіки.

Спеціальною методологією психології виступають її методологічні принципи: принцип детермінізму, принцип єдності свідомості і діяльності, принцип розвитку і принцип особистого підходу.

Принцип детермінізму, тобто причиною обумовленості психічних явищ, означає, що вони опосередковані природничими і соціальними умовами і змінюються зі зміною цих умов.

Принцип єдності свідомості і діяльності означають, що свідомість і діяльність не протилежні один одному, але й не тотожні, а утворюють нерозривну єдність. Свідомість виникає, розвивається і виявляється в діяльності. Діяльність виступає як форма активності свідомості, а сама свідомість забезпечує активний характер діяльності.

Принцип розвитку означає, що психіка може бути правильно зрозуміла і адекватно пояснена, якщо вона розглядається як продукт розвитку і в процесі цього розвитку.

Принцип особистісного підходу орієнтує дослідника на всі індивідуально- і соціально-психологічні особливості людини.

Спеціальною методологією психологічної науки виступають її методи (спостереження, експеримент, опитування, тести, узагальнення незалежних характеристик, аналіз результатів діяльності) і методики дослідження конкретних психологічних явищ).

Взаємозв'язки загальної психології з іншими галузями наукових знань

З одного боку, **філософія, соціологія** та інші соціальні науки надають психології можливість методологічно докладно і теоретично правильно підходити до розуміння психіки і свідомості людини, їх виникнення і ролі в житті й діяльності людей.

Історичні науки надають психології здійснювати розвиток психіки і свідомості людей на різних етапах становлення суспільства і людських відношень.

Фізіологія і антропологія дозволяють психології більш точно зрозуміти будову і функції нервової системи, їх роль і значення у формуванні механізмів функціонування психіки.

Науки про трудову діяльність орієнтують психологію в напрямках правильного усвідомлення функціонування психіки і свідомості в умовах праці та відпочинку, їх вимоги до індивідуально- і соціально-психологічних якостей людини.

Медичні науки допомагають психології зрозуміти патологію психологічного розвитку людини і знайти шляхи для психокорекції і психотерапії.

Педагогічні науки надають психології інформацію про основні напрями навчання і виховання людей, яка дозволяє їй виробляти рекомендації щодо психологічного забезпечення цих процесів.

З іншого боку, **загальна психологія**, вивчає умови і специфіку протікання психічних явищ і процесів, дозволяє природним і суспільним наукам більш правильно інтерпретувати закони відображення об'єктивної дійсності, конкретизувати причину обумовленості соціальних та інших явищ і процесів.

Світ психічних явищ

Світ психічних явищ – це сукупність усіх явищ і процесів, які відображають основний зміст психіки людини, що вивчає психологія як специфічна галузь знань.

Психічні процеси – це психічні явища, які забезпечують первинне відображення і усвідомлення людиною впливу навколишньої дійсності. Як правило, вони мають чіткий початок, означений хід і яскраво виражений кінець.

Психічні процеси поділяються на пізнавальні (відчуття, сприймання, увагу, пам'ять, уяву, мислення), емоційні і вольові.

Психічні властивості – це найбільш стійкі, які постійно себе проявляють особливості особистості, що забезпечують визначений якісно-кількісний рівень поведінки і діяльності, типовий для даної людини.

До психічних властивостей відносяться направленість, темперамент, характер і здібності.

Психічні стани – психологічна категорія, до складу якої входять різні види інтегрованого відображення людиною як внутрішніх, так і зовнішніх впливів. Причому більшість із них існують поза чітким усвідомленням відображеного предметного змісту.

До психічних станів належать активність, пасивність, втомлюваність, апатія.

Психічні утворення – це психічні явища, які формуються в процесі набуття людиною життєвого і професійного досвіду, до змісту яких входить особливе поєднання знань, навичок і вмінь.

Соціально-психологічні явища і процеси – це психологічні феномени, які обумовлені взаємодією, спілкуванням і взаємовпливом людей один з одним і їх приналежність до зазначених соціальних спільностей.

Історія становлення психології як науки

Предметом загальної психології є особливості і механізми функціонування психіки. У процесі становлення психології як науки відбувалася динаміка (зміна) предмету психології.

Перший етап. Часи античності – предметом психології є душа. У цей період складається два основні напрями в розумінні природи душі: ідеалістичне і матеріалістичне. Основоположниками ідеалістичного напрямку були Сократ і Платон (душа – це начало безсмертне; це частинка всесвітнього космосу або світу абсолютних ідей, тіло тлінне. Матеріалістичний напрям у розумінні душі розроблявся Демокритом, Анаксагором, Анаксименом, школою стоїків. Основна ідея – душа матеріальна, складається з атомів різних речовин. Основоположником психології вважається Аристотель, який у своїй роботі «Про Душу» узагальнив знання, що були на той час про душу, розуміючи під цим спосіб організації живого тіла, він виділив три види душі: рослинна душа, душа тваринна і душа розумна.

Другий етап XVII - XIX ст. – предметом психології стає свідомість. Під свідомістю розумілася здатність людини відчувати, запам'ятовувати, мислити. У XVII столітті велику роль у зміні предмету психології відіграли роботи Р. Декарта. Він вперше позначив психофізичну проблему, тобто взаємозв'язок душі і тіла. Він увів поняття свідомості і рефлексу. Основним методом вивчення свідомості була інтроспекція, розробив цей метод Дж. Локк.

Інтроспекція – (від латинського *дивиться в середину*) – особливий вид пізнання людиною своєї свідомості, який полягає ніби в «безпосередньому» сприйманні її проявів (окремих думок, почуттів, переживань тощо).

XIX століття – Вільгельм Вундт. Його підхід назвали структуралізмом, оскільки Вундт основним завданням психології вважав вивчення структури свідомості. Вундт вважається основоположником експериментальної психології. Вундт і співробітники виділили 3 основні компоненти свідомості: відчуття, образи і відчуття.

Американський психолог Уїльям Джеймс заснував інший напрям у вивченні свідомості – функціоналізм (призначення). Завданням психології він вважав вивчення функцій свідомості. Основною функцією свідомості він вважав адаптацію.

Третій етап 1910-1920 роки – США – виникає **біхевіоризм**. Основоположником біхевіоризму вважається Дж. Уотсон. Предметом психології стає поведінка. Вважалося, що при формуванні поведінкових навиків свідомість не відіграє ніякої ролі, а, навпаки, формується шляхом механічного багатократного повторення однієї і тієї ж дії. Класичний біхевіоризм не заперечує існування свідомості. У 60-і роки з класичного біхевіоризму виникає соціобіхевіоризм (А.Бандура) – наголошувалася дуже важлива роль когнітивних структур, зокрема процесів сприйняття пам'яті і мислення.

Четвертий етап 1910 - 1920 роки – Європа. **Предметом психології стає психіка**. Виникають різні психологічні напрями і школи.

Психоаналіз – основоположник З. Фрейд. Предметом був зв'язок між свідомістю і несвідомим. Фрейд описав структуру психіки у своїй теорії несвідомого і вперше описав структуру особи: передсвідомість; свідомість; несвідомість. Зміст несвідомого практично ніколи не переходить у свідомість, цьому заважають захисні механізми особи, але іноді, у спотвореному вигляді цей зміст може виявлятися (наприклад, у сновидіннях).

Методи психології

Спостереження – спеціально організоване цілеспрямоване сприймання предметів і явищ навколишньої дійсності за задалегідь розробленою програмою і планом. Спостереження буває життєвим і науковим, включеним і невключеним.

Життєве спостереження обмежується реєстрацією фактів, носить випадковий, неорганізований характер. **Наукове** спостереження являється організованим, передбачає чіткий план, фіксацію результатів у спеціальному щоденнику. **Включене** спостереження передбачає участь дослідника в діяльності, яку він вивчає; у **невключеному** це не вимагається.

Експеримент психологічний – метод пізнання реальності шляхом збирання дослідних фактів у спеціально створених умовах, які забезпечують активний прояв необхідних психічних властивостей і якостей. На відміну від спостереження, експеримент є активним методом психологічного дослідження. Експериментатор моделює ситуацію дослідження, може активно втручатися в процес експерименту, здійснюючи заплановану або ситуативно зумовлену зміну одного чи кількох факторів і реєстрацію цих змін у поведінці досліджуваного об'єкта.

Експеримент може бути *лабораторним*, коли він протікає в спеціально організованих умовах, а дії досліджуваного визначаються інструкцією; *природнім*, коли вивчення здійснюється в натуральних умовах; *констатувальний* – коли вивчаються лише необхідні психологічні явища; *Формувальний* – у процесі якого розвиваються зазначені якості досліджуваних.

Метод узагальнення незалежних характеристик передбачає виявлення і аналіз погляду на ті чи інші психологічні явища і процеси, які отримані від різних людей.

Аналіз результатів діяльності – метод опосередкованого вивчення психологічних явищ за практичними результатами і предметами праці, у яких втілюються творчі сили і здібності людей.

Опитування – метод, який припускає відповіді досліджуваних на конкретні питання дослідника.

Він буває *письмовий* (анкетування), коли питання задаються на папері; *усним*, коли питання ставляться усно; у формі *інтерв'ю*, під час якого встановлюється особистий контакт з досліджуваним.

Тестування – метод, під час застосування якого досліджувані виконують зазначені дії за завданням дослідника.

Розрізняють тестування проєктивне, що досліджує різноманітні прояви психіки індивідів (включає використання конститутивних, інтерпретативних, катарстичних, імпресивних, експресивних і адаптивних методик) і тестування психокорекційне (передбачає використання методик поведінкової і когнітивної корекції, психоаналізу, гештальт- і тілесно-орієнтованої терапії, психодрами, психосинтезу і трансперсонального підходу).

Етапи психологічного дослідження

Вивчення стану проблеми, розробка програми дослідження, формулювання гіпотез, вибір методів дослідження

Цей етап дослідження передбачає:

По-перше, виявлення і використання психологом результатів дослідження, які раніше проводились за цією темою.

По-друге, зіставляється програма дослідження, яка зазвичай включає:

- 1) формулювання проблеми, зазначення об'єкту і предмету вивчення;
- 2) визначення мети і завдань;
- 3) пояснення і аналіз основних завдань;
- 4) попередній системний аналіз об'єкту дослідження;
- 5) висунення робочих гіпотез;
- 6) складання принципового (стратегічного) плану вивчення;
- 7) складання нарису основних процедур збору і аналізу первинних даних.

Збір фактичних даних. На цьому етапі психолог-дослідник за допомогою вибраних методів і методик вивчає конкретне явище для того, щоб правильно зрозуміти його сутність і своєрідність.

Якісна і кількісна обробка даних. *Якісна* обробка передбачає попереднє визначення показників, за якими можна міркувати про конкретні

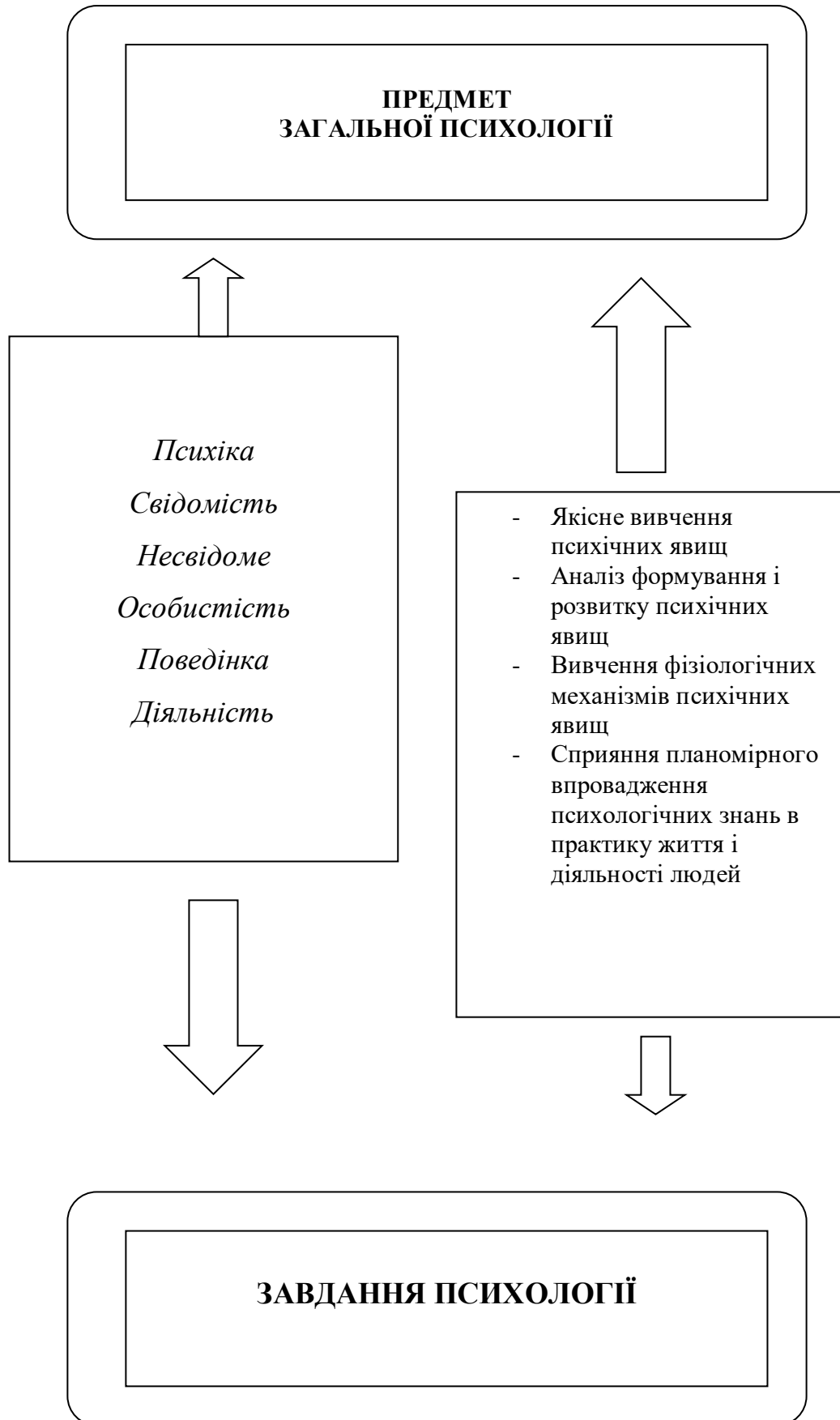
особливості досліджуваних психологічних явищ у процесі аналізу фактичного матеріалу. Згодом на їх основі здійснюється опис і узагальнення результатів дослідження. Але однієї якісної обробки недостатньо. Потрібно ще й *кількісна* обробка даних. Заздалегідь вона включає застосування методів альтернативного, кореляційного, дисперсійного і факторного аналізів.

Інтерпретація даних, формулювання висновків, практичних рекомендацій. Прогноз розвитку явищ на майбутнє

На цьому етапі на основі якісної і кількісної обробки отриманих даних дослідник описує випробовуване явище, констатує наявність його окреслених властивостей і особливостей, робить узагальнюючі умовисновки відносно закономірностей його функціонування і прояву. Якщо це потребує (або якщо це передбачає тема і програма дослідження), може бути здійснене опрацювання практичних рекомендацій для інших дослідників, які в майбутньому будуть займатися вивченням цього або подібного психологічного феномену. І, нарешті, може порівнюватись прогноз розвитку досліджуваного явища в майбутньому або в тих чи інших умовах.

СТРУКТУРНО-ЛОГІЧНІ СХЕМИ ДО ТЕМИ 1.

Предмет і завдання загальної психології



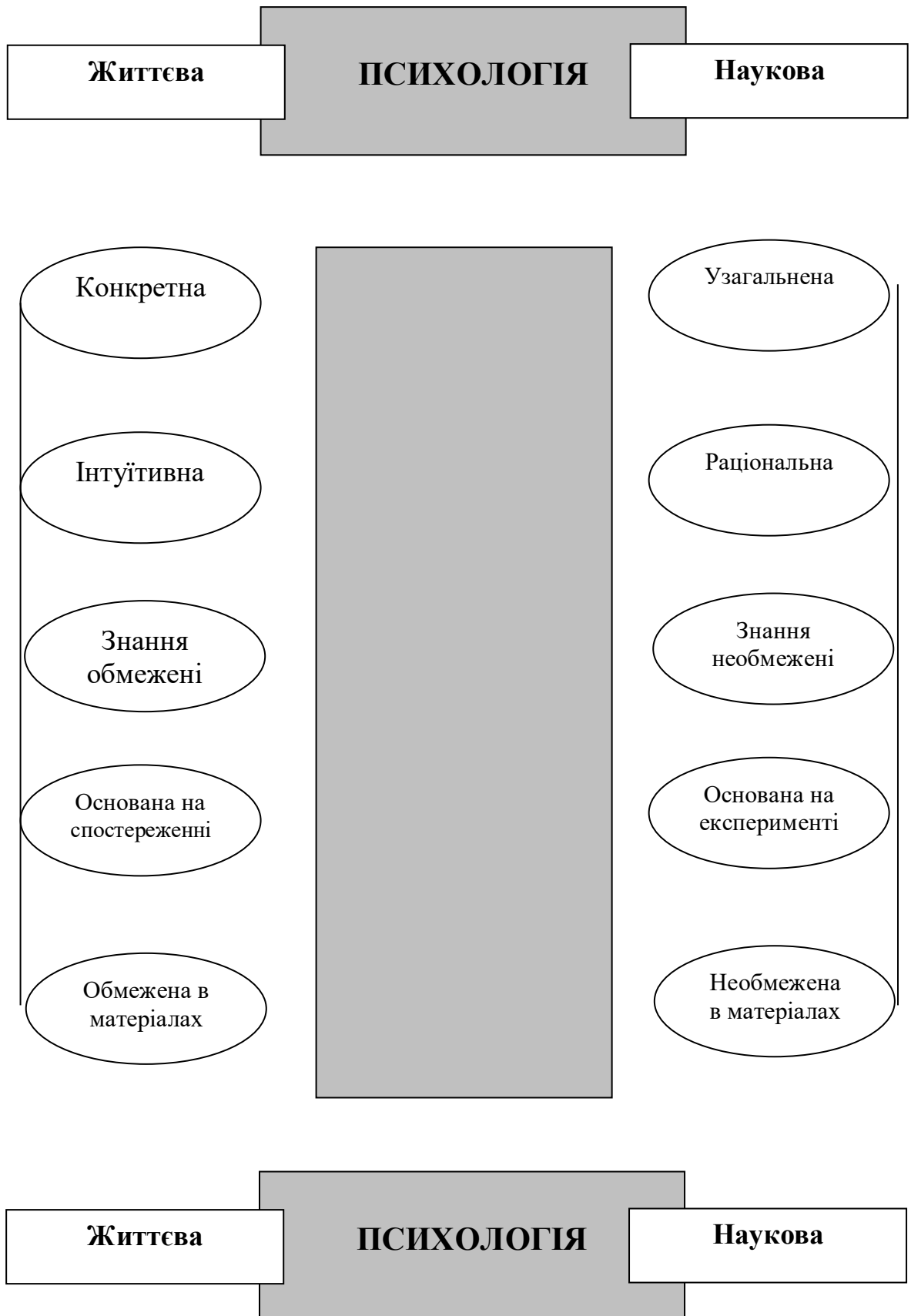
Структура психологічної науки



Зв'язок загальної психології з іншими галузями наукових знань



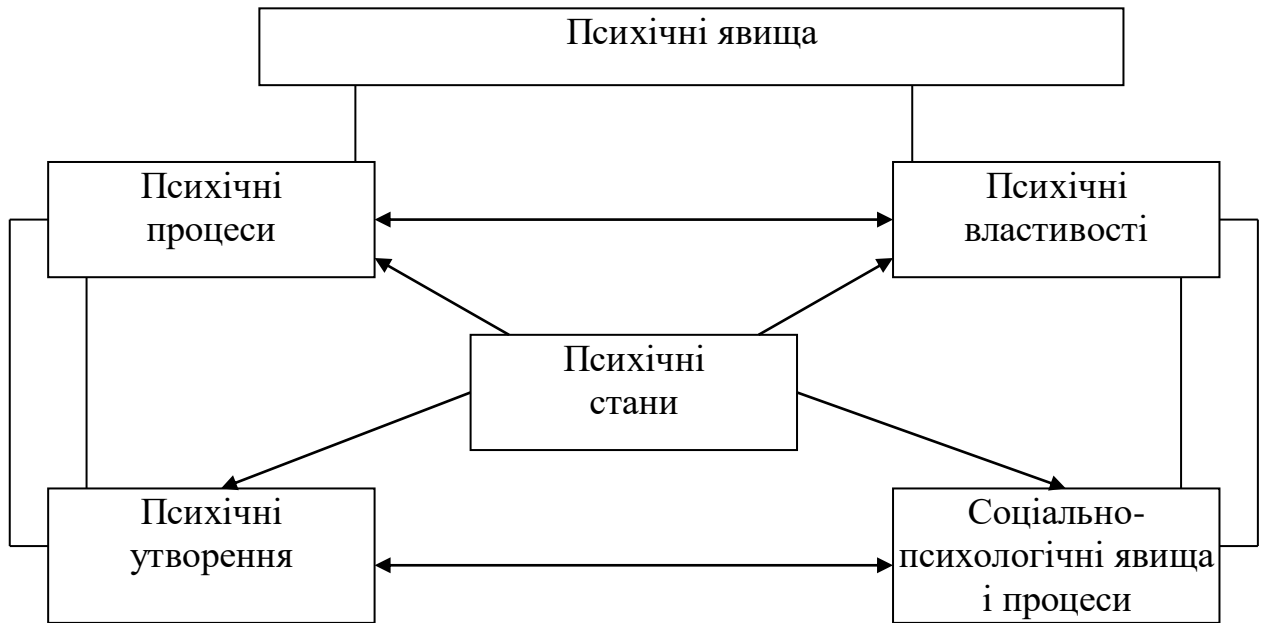
Порівняльна характеристика життєвої і наукової психології



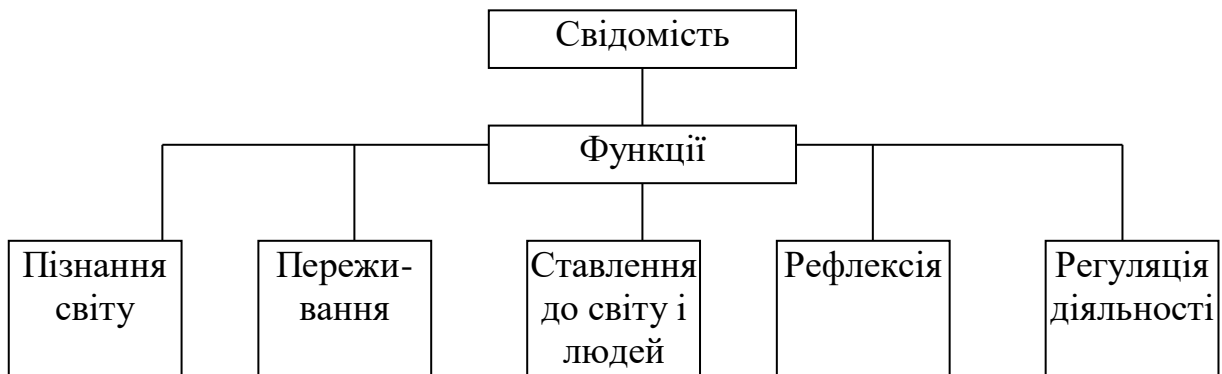
Основні напрями зарубіжної психології



Структура психічних явищ



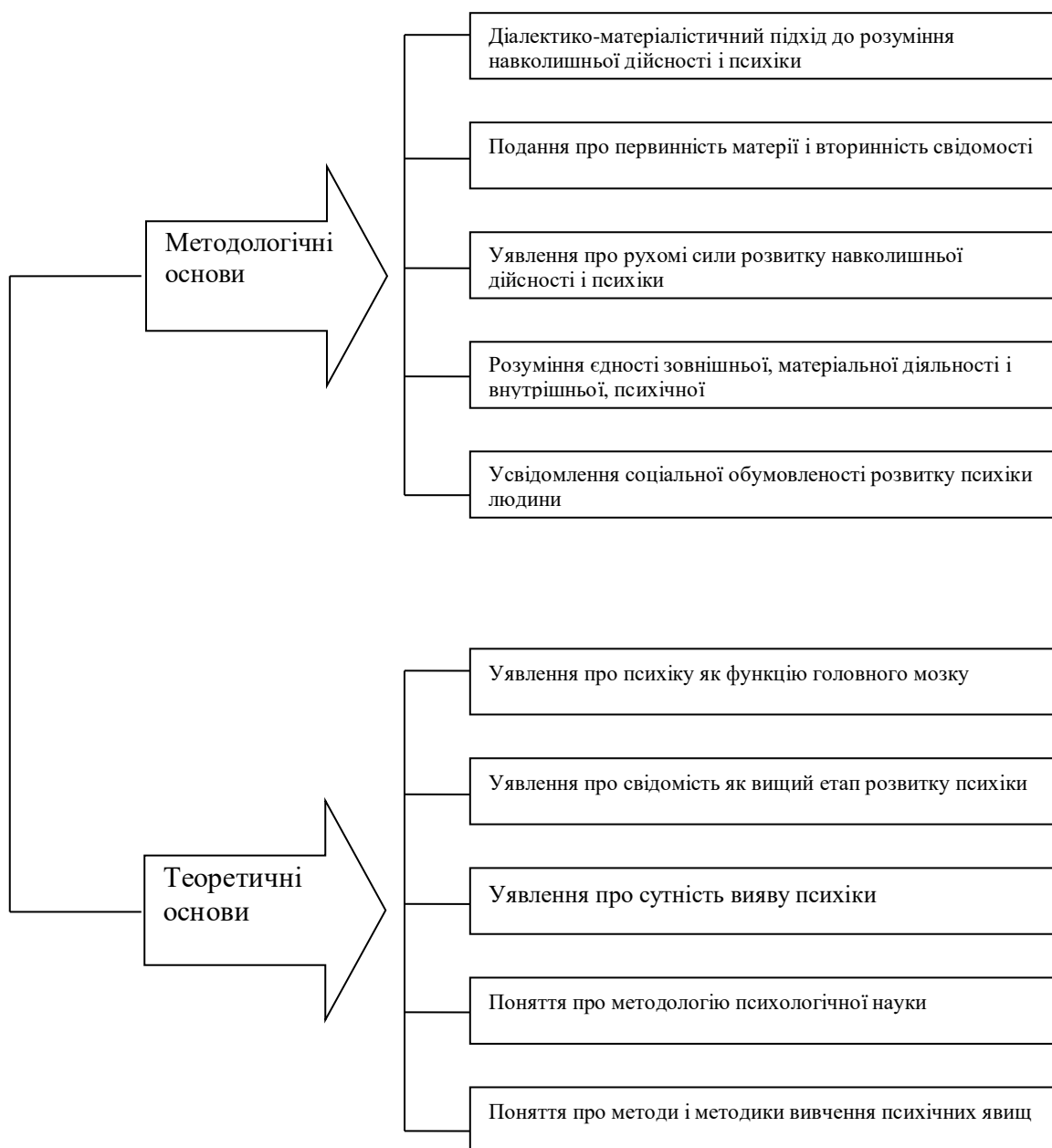
Функції свідомості



Етапи розвитку психології



Методологічні і теоретичні основи психології



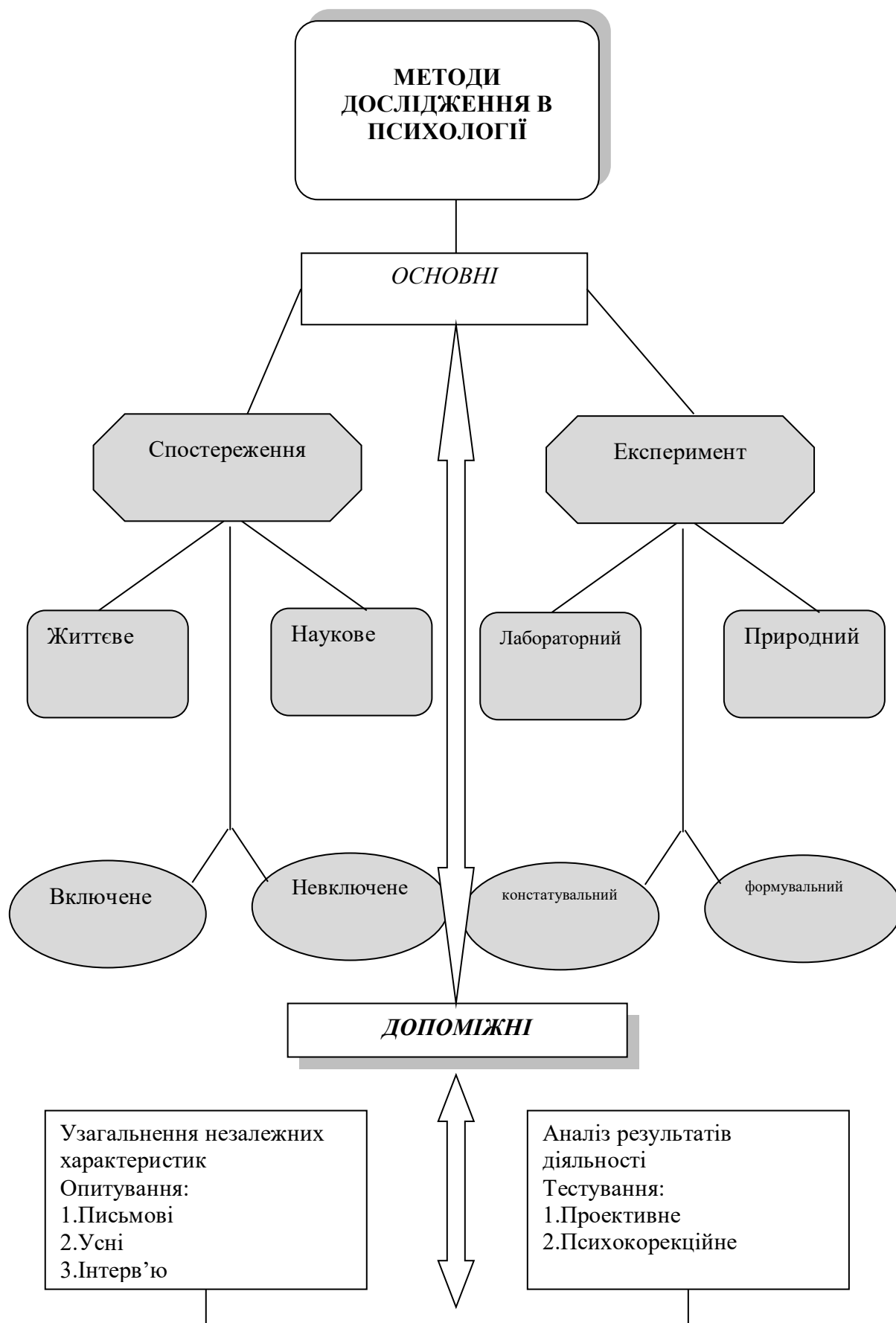
Рівні методології науки



Зміст і структура психологічного дослідження



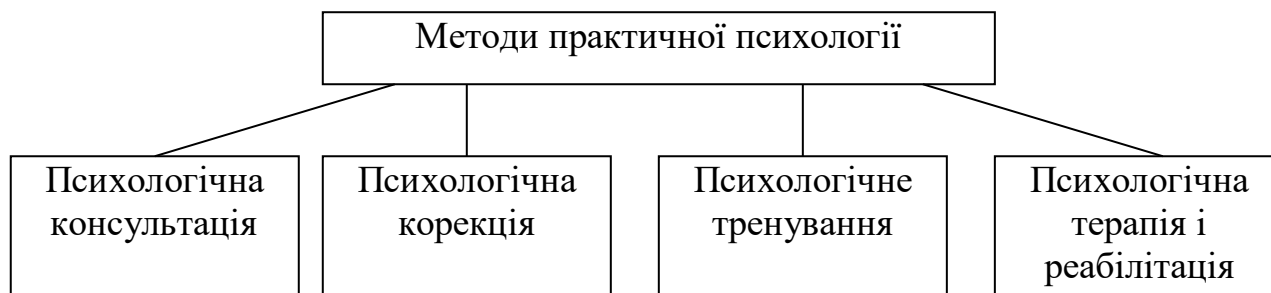
Методи психології



Бланк для фіксації результатів спостереження

Дата спостереження	За яких умов здійснювалось спостереження	Що спостерігалося	Що виявлено у процесі спостереження	Пояснення даних спостереження
--------------------	--	-------------------	-------------------------------------	-------------------------------

Методи практичної психології



ТВОРЧІ ЗАВДАННЯ ДО ТЕМИ 1.

1. Сформулюйте основні вимоги до особистості психолога-дослідника.
2. Підберіть прислів'я та приказки психологічного змісту.
3. Герой Романа Ж. Верна «Діти капітана Гранта» боцман Айртон, проживаючи на безлюдному острові, втратив людське обличчя, перетворився у «білу мавпу». Робінзон Крузо, герой роману Д. Дефо, в більш складних умовах зміг зберегти інтелект і людське достоїнство. Поясніть ці факти.
4. Поясніть механізми та природу прояву паранормальних явищ.
5. Дайте характеристику основним напрямкам розвитку психології.
6. Розкрийте сутність формули О. М. Леонтьєва «зсув мотиву на мету».
7. Поясніть, про що свідчать установлені в дослідженні факти.
Учням третіх класів масових шкіл і шкіл-інтернатів для дітей-сиріт було запропоновано гру «Чарівна квітка», за якою вони мали загадати бажання. Більше половини учнів масових шкіл висловили бажання, які безпосередньо не стосувалися умов їхнього життя («Хочу, щоб не було війни», «Хочу, щоб всі люди були здорові»). Більшість дітей зі шкіл-інтернатів висловили бажання, пов'язані з вимогами дорослих («Я б хотів гарно вчитися», «Я б хотів завжди гарно поводитися» тощо).
8. Поясніть, чому А. Маслоу назвав гуманістичну психологію «третьою силою», яка протистоїть психоаналізу і біхевіоризму.
9. Дайте оцінку питанням експериментатора з погляду вимог, поставлених до методу інтерв'ю:
 - 1) - Ви хотіли б перейти в інший відділ тому, що вас не влаштовує ваш керівник?
- Ні, що Ви.
 - 2) - Можливо, у вас не склалися стосунки зі співробітниками Вашого відділу?
- Стосунки склалися непогані.
10. Дайте характеристику основних категорій та завдань загальної психології в сучасних умовах.
11. Визначте основні риси психологічної характеристики інноваційної діяльності.
12. Назвіть явища, протилежні свободі дії, та її можливості.
13. Доведіть кантівську антиномію: про смаки не сперечаються - як закон дії у сфері почуттів.
14. Поясніть, чи можуть сфера розуму і сфера розсудку в людини працювати всупереч одна одній.
15. Перелічіть компоненти поняття «менталітет».

ТЕСТОВІ ЗАВДАННЯ ДЛЯ САМОКОНТРОЛЮ ДО ТЕМИ 1.

Прочитайте завдання та виберіть одну правильну відповідь із запропонованих:

1. Визнання психології як самостійної науки було пов'язано:
 - а) зі створенням спеціальних науково-дослідницьких закладів;
 - б) з розвитком методу інтроспекції;
 - в) з розвитком методу спостереження;
 - г) з виходом трактату Аристотеля «О душе».
2. Психологія як наука про свідомість виникла:
 - а) у XV ст.;
 - б) у XVI ст.;
 - в) у XVII ст.;
 - г) у XVIII ст.
3. Згідно ідеалістичним уявленням, психіка – це:
 - а) невід'ємна властивість матерії;
 - б) властивість мозку, відображення об'єктивної реальності;
 - в) функція мозку;
 - г) образ безплотної сутності.
4. Психічним явищем є:
 - а) нервовий імпульс;
 - б) рецептор;
 - в) інтерес;
 - г) серцебиття.
5. Особливості онтогенетичного розвитку психіки вивчає психологія:
 - а) медична;
 - б) соціальна;
 - в) вікова;
 - г) загальна.
6. Методологія:
 - а) являє собою результат процесу пізнання;
 - б) визначає засоби досягнення і будови знання;
 - в) є предметною підтримкою навчальної діяльності;
 - г) є процесом, у ході якого виникають нові форми поведінки і діяльності.
7. У якій з наведених груп указані лише психічні явища:
 - а) наполегливість, біль, гордість, пригадування, уважність, інтерес, розуміння, здібності, вміння;
 - б) наполегливість, гордість, мелодія, інтерес, розуміння, здібності, спокій, прагнення, байдужість;
 - в) біль, уміння, здібності, розуміння, рух, шепотіння, впертість, уявлення, думка, наполегливість;
 - г) напруга, апетит, музика, думка, крик, зацікавленість.
8. До яких явищ належать відчуття, сприймання, запам'ятовування, відтворення, мислення, почуття, воля:

- а) психічні стани;
- б) психічні процеси;
- в) психічні властивості.

9. Метод у психології, що полягає у тому, що отримання інформації відбувається в процесі безпосереднього спілкування дослідника і респондента:

- а) спостереження;
- б) експеримент;
- в) тестування;
- г) бесіда.

10. Лонгітюдний метод дослідження (За Б. Г. Ананьєвим) належить до:

- а) організаційних методів;
- б) емпіричних методів;
- в) методів обробки даних;
- г) тестів.

11. Синонім терміну «формувальний експеримент»:

- а) бесіда;
- б) навчання;
- в) спостереження;
- г) тестування.

12. Метод спостереження – це:

- а) спеціально організоване сприймання предметів і явищ навколишньої дійсності за задалегідь розробленою програмою і планом;
- б) стандартизована методика психологічних вимірювань; обмежене у часі психологічне випробування, призначене для діагностики і вимірювання індивідуально-психологічних відмінностей.

13. Поняття «самопостереження» є синонімом терміну:

- а) інтроверсія;
- б) інтродекція;
- в) інтроспекція;
- г) інтроскопія.

14. Отримання суб'єктом даних про власні психічні процеси і стани в момент їх протікання або слідом за ними:

- а) спостереження;
- б) експеримент;
- в) тестування;
- г) самопостереження.

15. Активне втручання дослідника в діяльність дослідженого з метою створення умов для встановлення психологічного факту:

- а) контент-аналіз;
- б) аналіз продуктів діяльності;
- в) бесіда;
- г) експеримент.

ЛІТЕРАТУРА ДО ТЕМИ 1.

1. Ананьев Б. Г. Избранные психол. труды: [в 2-х т.] / [под ред. А. А. Бодалева, Б. Ф. Ломова]. – М. : Педагогика, 1980.
2. Введение в психологию / [под. общ. ред. А. В. Петровского]. – М. : Академия, 1996. – 496 с.
3. Гамезо М. В. Атлас по психологии / М. В. Гамезо, И. А. Домашенко. – М. : Просвещение, 1986. – 272 с.
4. Гиппенрейтер Ю. Б. Введение в общую психологию : [курс лекций]. / Ю. Б. Гиппенрейтер. М. : Изд-во МГУ, 1988. – 320 с.
5. Костюк Г. С. Избранные психологические труды / Г. С. Костюк. – М. : Педагогика, 1988. – 304 с.
6. Маклаков А. Г. Общая психология / А. Г. Маклаков. – СПб. : Питер, 2002. – 592 с.
7. Максименко С. Д. Загальна психологія : [підручник для студ. вищих закладів]. / С. Д. Максименко. – Вінниця: Нова книга, 2004. – [2-ге вид., перер. і доп.] – 704 с.
8. Максименко С. Д. Загальна психологія : [навч. посібник] / С. Д. Максименко, В. О. Соловієнко. – К. : Вища школа, 2000. – 479 с.
9. Немов Р. С. Психология: [учебник для студ. высш.пед. учеб заведений]. / Р. С. Немов. – М. : Владос, 1998. – [В 3 кн. – 2-е изд.] – 608 с.
10. Рубинштейн С. Л. Основы общей психологии: в 2 т. / С. Л. Рубинштейн. – М. : Педагогика, 1989. – 620 с.
11. Столяренко Л. Д. Основы психологии / Л. Д. Столяренко. – [изд. второе, перер. и доп.]. – Ростов на Дону : «Феникс», 1977. – 672 с.
12. Хрестоматия по психологии / [под. ред. А. В. Петровского. / сост. В. В. Мироненко]. – [2 изд., перераб. и доп.] – М. : Просвещение, 1987. – 447 с.

ТЕМА 2. ПСИХІКА ТА СВІДОМІСТЬ

Види і структура відображення

Фізичне відображення – найпростіший вид відображення, у процесі якого відтворюються лише початкові форми руху матерії: елементарні, фізичні й хімічні. Інакше кажучи, фізичне відображення являє собою форму існування й результат взаємодії матерії в неживій природі (наприклад, сильний дощ є результатом взаємодії й руху конкретних фізичних і хімічних часток в атмосферних прошарках повітря).

На останній стадії розвитку фізичного відображення в неживій природі виникла елементарна чутливість (тропізм), що являють собою початкову форму пристосування найпростіших організмів до впливів зовнішнього середовища на основі властивої їм якості подразливості (наприклад, якщо капнути в середовище найпростіших живих організмів якої-небудь їдкої рідини, вони відразу ж будуть розбігатися в різні сторони).

Фізіологічне (органічне) відображення – більш складний вид відображення, відповідний до органічного життя (органічного руху). На нижчій його стадії сформувалася найпростіша рефлекторна діяльність тварин, яка характеризувалася тим, що:

- вона відбувається завжди як відповідь на зовнішнє подразнення;
- при подразненні зміст відповідного руху, його сила й спрямованість перебувають у повній відповідності з особливостями роздратування.

При цьому саме відображення являє собою досить складну реакцію живого організму на різні впливи навколишнього середовища (наприклад, коли ми наближаємося до змії, вона починає сичати й готується вкусити кривдника).

На **вищій** стадії органічного відображення поступово сформувалися складні умовні рефлекси тварин, що дозволяють здійснювати **предметне сприйняття** (наприклад, свійські тварини завжди знають місце, де їх хазяїн залишає для них їжу).

Психічне відображення - найскладніший і найбільш розвинений вид відображення.

На **нижчих** його стадіях психіка тварин досягає довершених форм її розвитку, що носять назву інтелектуальної поведінки (наприклад, складні інстинкти тварин).

На **вищій** його стадії в ході тривалої еволюції вже сама людина сформувалася й прийняла сучасну форму свідомості й самосвідомості, удосконалювалася специфіка її поведінки в суспільних і економічних відносинах з іншими людьми.

Для цієї стадії відображення **характерні**:

- відображення як шлях пізнання людиною самої себе, своєї діяльності й поведінки;
- відображення як самоконтроль і самовиховання;
- відображення як шлях пізнання людиною інших людей;

- відображення як шлях пізнання людьми соціального життя й соціальних відносин.

Основні функції психіки

Можна виділити 3 основні функції психіки:

- відображення впливів навколишнього світу;
- усвідомлення людиною свого місця в навколишньому світі;
- регуляція поведінки й діяльності;

Відображення впливів навколишньої дійсності

Психічне відображення дійсності має свої особливості.

По-перше, це не мертво, дзеркальне, односпрямоване відображення, а складний і постійно мінливий процес, якому властиві й протиріччя.

По-друге, при психічному відбитті об'єктивної дійсності будь-який зовнішній вплив (тобто вплив об'єктивної дійсності) завжди переломлюється через особливості психіки, що раніше склалися, через конкретні стани людини. Тому, той самий зовнішній вплив може по-різному сприйматися різними людьми й навіть тією самою людиною в різний час і при різних умовах.

По-третє, психічне відображення – це правильне відображення дійсності. Образи матеріального світу, що виникають у свідомості, є знімками, зліпками, копіями існуючих предметів, явищ, подій.

Суб'єктивність психічного відображення, характерне для людини активне перетворення відтворюваного, ні в якій мірі не заперечують об'єктивну можливість правильного відображення навколишнього світу.

Регуляція поведінки й діяльності

Психіка, свідомість людини, з одного боку, відображають вплив зовнішнього середовища, адаптуються до неї, а з іншого – регулюють цей процес, відтворюючи внутрішній зміст діяльності й поведінки. Останні не можуть не опосередковувати психіку, оскільки саме з її допомогою люди усвідомлюють мотиви й потреби, ставлять перед собою мету й завдання діяльності, виробляють способи сприймання досягнення результатів. Поведінка ж при цьому виступає як зовнішня форма вияву психіки.

Усвідомлення людиною свого місця у навколишньому світі

Ця функція психіки, з одного боку, забезпечує правильну адаптацію й орієнтацію людини в об'єктивному світі, гарантуючи їй ефективне осмислення всіх реалій цього світу й адекватне до нього відношення.

З іншого боку, за допомогою психіки, свідомість людини усвідомлює себе як особистість, наділену певними індивідуальними й соціально-психологічними особливостями, як представника конкретного суспільства, соціальної групи, що відрізняється від інших людей, що й перебуває з ними у своєрідних міжособистісних відносинах.

Розвиток психіки

Психіка пройшла тривалий шлях історичного розвитку, який можна поділити на декілька етапів.

Розвиток сенсорних процесів тварин. На початковому етапі розвитку психіки тварин здійснювалися:

- удосконалення їхнього рухового апарату;
- поступове формування їхньої здатності диференційовано відповідати на вплив зовнішніх і внутрішніх подразників;
- одночасний розвиток органів рецепції: нюху, зору, слуху, дотику й ін., що дозволяють більш точно диференціювати зовнішні подразники.

Розвиток перцептивних процесів тварин. На цьому етапі:

- з'являється складна нервова система;
- спостерігається значний розвиток і ускладнення рецепторних процесів, а також ускладнюється їхня роль у поведінці;
- удосконалюються центральні відділи нервової системи, що дозволяють утворювати зв'язки між аналізаторами;
- з'являється предметно-образне відображення дійсності; з'являються емоції.

Розвиток інтелектуальних дій тварин. На цьому етапі:

- з'являється здатність до інтелектуальної поведінки при виникненні перешкод на шляху досягнення мети;
- інтелектуальні дії носять примітивний характер і не є наслідком знання об'єктивних законів природи;
- інтелектуальні дії не займають чільного положення в їхній поведінці;
- винайдені способи дій не передаються від однієї тварини до іншої й не є, таким чином, продуктом видового розвитку.

Фізичний і психологічний розвиток людини в процесі праці. На цьому етапі в людини:

- руки стають не лише органом руху, але й дотику, допомагаючи людині пізнавати важливі для процесу праці особливості предметів;
- з'являється здатність до мислення;
- з'являється потреба до спілкування з іншими людьми;
- поява мови сприяла розвитку абстрактного мислення;
- відтворювальна діяльність починає носити свідомий характер.

Розвиток свідомості людини. На цьому етапі в людини з'являються здатності:

- пізнавати загальне й абстрактне в навколишній дійсності;
- певним чином ставитися до навколишньої дійсності;
- займатися творчістю.

Розвиток самосвідомості людини. На цьому етапі в людини з'являються здатності:

- пізнання себе шляхом пізнання інших;
- самопізнання шляхом аналізу власної діяльності й поведінки;
- самоконтролю й самовиховання.

Розвиток соціальної поведінки людини. На цьому етапі психіка й свідомість людини досягають досконалості.

Подразливість – це здатність живих істот реагувати на біотичні подразники. Подразливість властива органічній природі взагалі. Завдяки їй у

рослинному світі відбуваються природжені реакції, які називають тропізмами.

Тропізм – це автоматичні рухи в певному напрямку рослин і найпростіших організмів, які викликаються однобічними впливами подразників на організм.

Чутливість виникає на основі подразливості. Чутливість відображає індіферентні подразники, які за певних умов (збіг їх з біологічно важливими подразниками) сигналізують про можливість або необхідність задоволення біологічних потреб організму.

Будова нервової системи людини

Нервова система – сукупність нервових утворень (нервових клітин) в організмі людини й хребетних тварин.

Її діяльність направляється, з одного боку, на об'єднання, інтеграцію роботи всіх частин організму й, з іншого боку – на зв'язок організму з навколишнім середовищем, на врівноваження організму із зовнішніми умовами.

Основними **функціями** нервової системи є:

- забезпечення контактів із зовнішнім світом;
- інтеграція внутрішніх органів у системи;
- координація й регуляція їх діяльності;
- організація цілісного функціонування організму.

Нервові клітини (нейрони) мають певну структуру: нейрон, відростки і їх закінчення. Вони виконують певні функції: сприймаючу подразнення, інтегративну (обробка нервових сигналів), провідників, що передають інформацію.

Нервова система людини (як і в хребетних тварин) поділяються на центральну й периферичну. У тісній взаємодії з ними перебувають і так звані вегетативна й тілесна нервові системи.

Центральна нервова система (головний і спинний мозок) – сукупність нервових утворень у корі головного мозку, рухових центрах мозку, мозочка й спинного мозку.

Її функції – координація й регуляція всієї психічної діяльності.

Периферична нервова система – нервові волокна (нерви), нервові вузли й сплетіння, чутливі нервові закінчення, що з'єднують рецептори, м'язи зі спинним і головним мозком.

Функції периферичної нервової системи полягають у передачі подразнень зовнішнього середовища в центральну нервову систему й відповідних команд із останньої.

Тілесна (соматична) **нервова система** містить у собі центральну й периферичну нервові системи.

Вегетативна (автономна, вісцеральна) **нервова система** автономна й регулює діяльність травного тракту (відділення соків залозами травних органів, просування їжі по травному каналу й ін.), кровообігу (звуження й розширення кровоносних судин), слізних і потових залоз і залоз внутрішньої

секреції, а також інших органів. Вона відіграє важливу роль в емоційних реакціях і поділяється на дві частини: симпатичну й парасимпатичну, співвідношення між якими дуже складне; деякі їхні елементи зв'язані між собою антагоністично.

Крім того, у діяльності нервової системи відіграє велику роль функціональна організація головного мозку, що включає в себе три **блоки**.

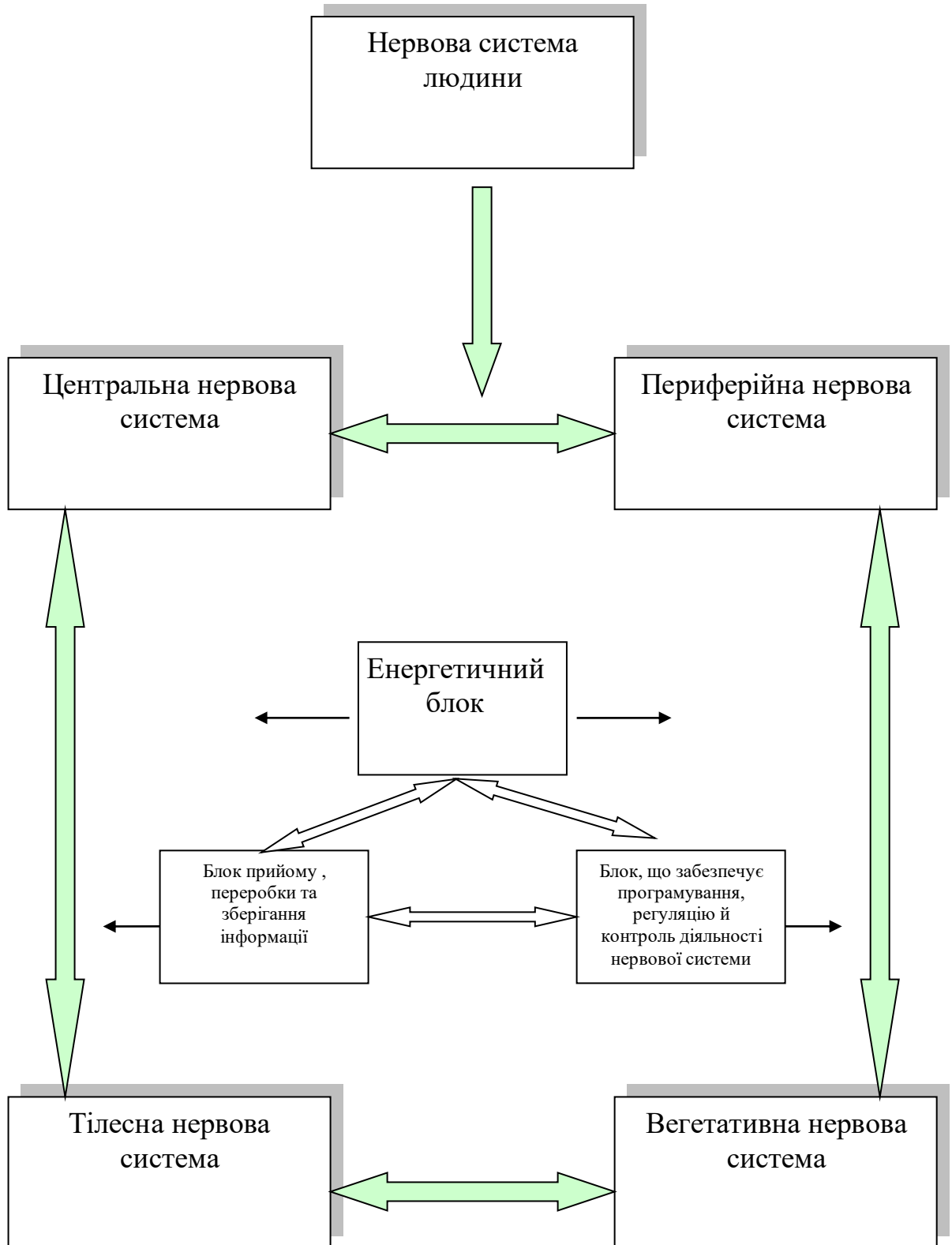
1. **Енергетичний блок** підтримує тонус, необхідний для нормальної роботи нервової системи, розташований у верхніх відділах мозкового центру.

2. **Блок приймання, переробки й зберігання інформації** містять у собі задні відділи обох півкуль головного мозку, тім'яні, потиличні й скроневі відділи кори.

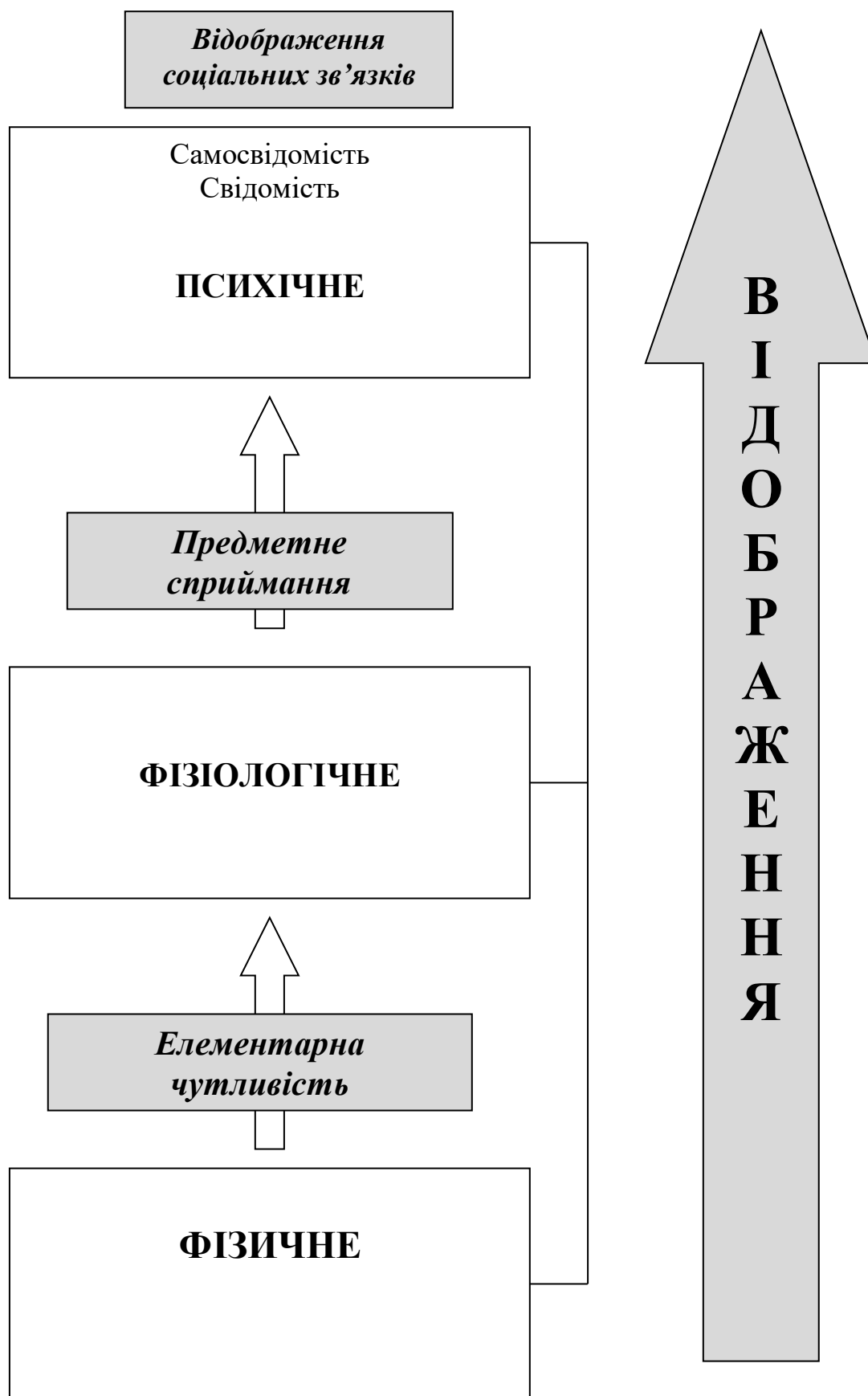
3. **Блок, що забезпечує програмування, регуляцію й контроль діяльності нервової системи.** Розташований у лобових відділах кори головного мозку.

СТРУКТУРНО-ЛОГІЧНІ СХЕМИ ДО ТЕМИ 2.

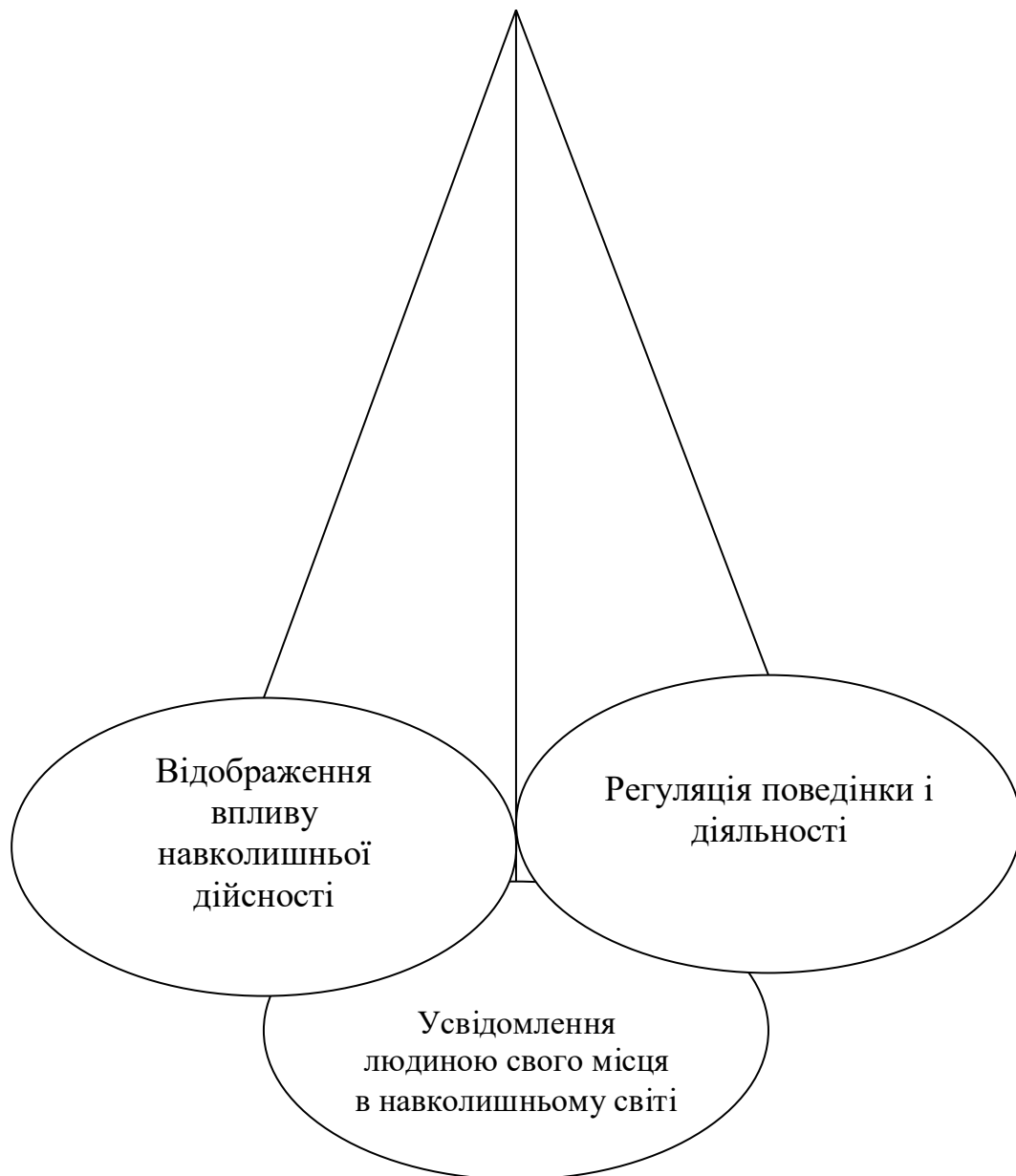
Будова нервової системи людини



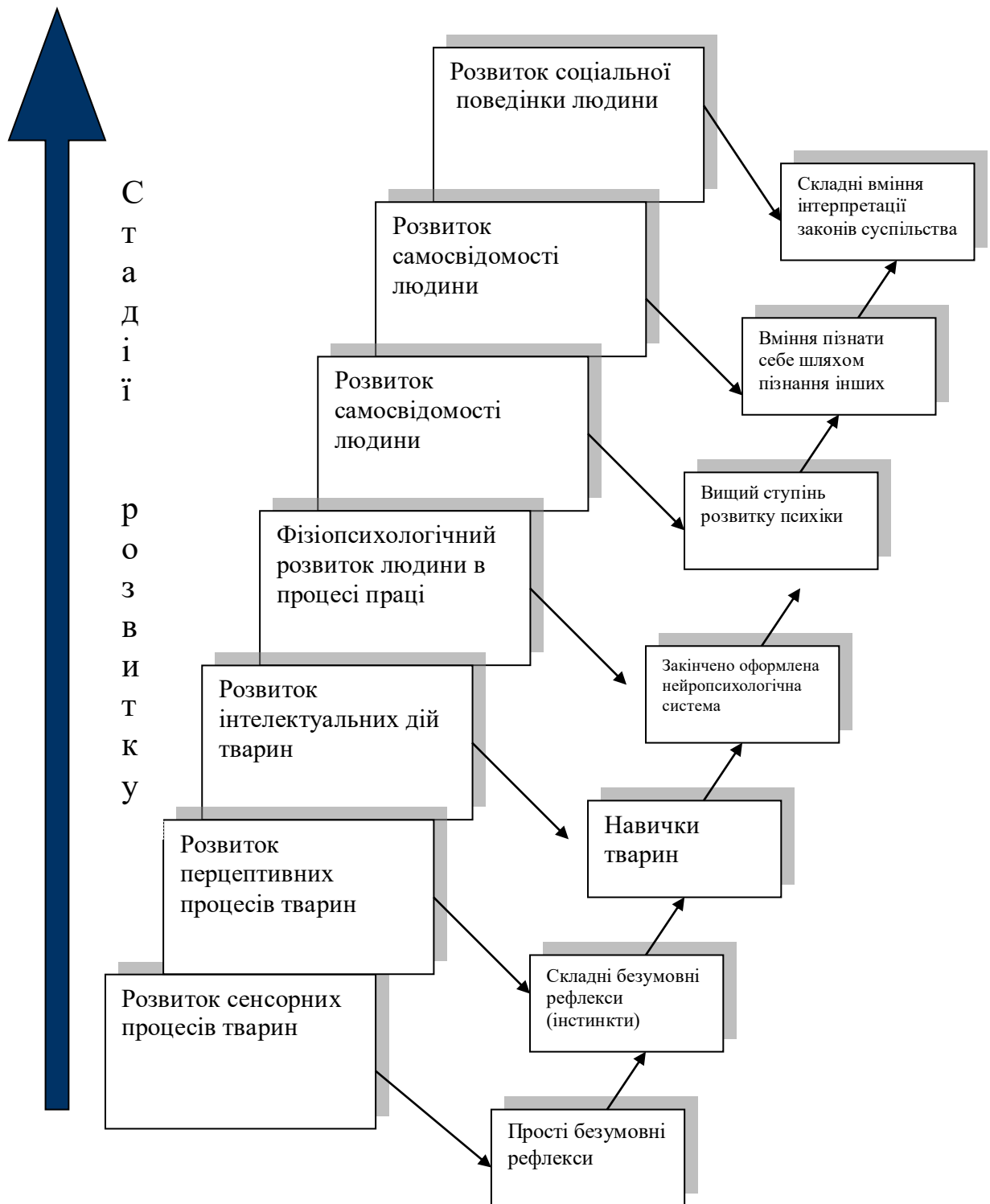
Види і структура відображення



Основні функції психіки



Історичний розвиток психіки і свідомості



ТВОРЧІ ЗАВДАННЯ ДО ТЕМИ 2.

1. У результаті досліджень інтелектуальних дій у шимпанзе В. Келер дійшов висновку, ніби їм властивий розум того самого роду і виду, що й людині. Н. М. Ладигіна-Котс на основі проведених нею дослідів стверджувала, що між інтелектуальною діяльністю мавпи і людини існує не тільки кількісна, а й якісна відмінність. Хто з них мав рацію? Чому?

2. Якщо підходити до людини як до продукту тривалої еволюції, то слід очікувати, що й органи її тіла будуть досконалішими, ніж у живих істот, які перебувають на нижчих шаблях еволюції. Принаймні, органи чуття людини повинні мати вищу чутливість, ніж ті самі органи у вищих тварин. Проте це суперечить відомому факту: чутливість тварин значно вища, ніж у людини. Як пояснити цей факт? Чим відрізняються органи чуття людини і тварини?

3. Герой Романа Ж. Верна «Діти капітана Гранта» боцман Айртон, проживаючи на безлюдному острові, втратив людське обличчя, перетворився у «білу мавпу». Робінзон Крузо, герой роману Д. Дефо, в більш складних умовах зміг зберегти інтелект і людське достоїнство. Чим можна пояснити ці факти?

4. Охарактеризуйте основні підходи до вирішення проблеми розвитку психіки.

5. Поясніть, як пов'язаний розвиток психіки із середовищем та умовами життя організму. Наведіть конкретні приклади цього зв'язку.

6. Поясніть той факт, що павук кидається на камертон, прикладений до павутиння, хоча цей предмет немає жодного значення для задоволення біологічних потреб павука.

7. Проаналізуйте особливості інтелектуальної поведінки тварин, порівняйте їх з такими особливостями у людини і наведіть основні відмінності.

8. Поясніть, у чому полягає відмінність між мовленням людини і звуковою сигналізацією тварин.

9. Складіть і проаналізуйте схему взаємозв'язку чуттєвих і логічних форм пізнання дійсності.

10. Складіть схему співвідношення рівнів розвитку нервової системи, психіки і форм поведінки тварин.

11. Проаналізуйте і покажіть на прикладах взаємозв'язок різноманітних форм прояву психіки.

12. Поясніть, чому елементарну чутливість прийнято вважати вихідною формою прояву психіки.

13. Охарактеризуйте поняття «психічне відображення».

14. Поясніть, як впливають медичні та наркотичні препарати на свідомість людини.

15. Поясніть, чи властива свідомість тваринам.

ТЕСТОВІ ЗАВДАННЯ ДЛЯ САМОКОНТРОЛЮ ДО ТЕМИ 2.

Прочитайте завдання та виберіть одну правильну відповідь із запропонованих:

1. Психічне відображення:
 - а) є точною копією навколишньої дійсності;
 - б) носить вибірковий характер;
 - в) надає фотографію впливу навколишнього середовища;
 - г) не залежить від умов відображення.
2. Свідомість – це:
 - а) активна діяльність центральної нервової системи;
 - б) вищий рівень психічного відображення і саморегуляції людини як суспільно-історичної істоти;
 - в) природжена здатність організму реагувати на стимул зовнішнього і внутрішнього середовища.
3. Яке з наведених нижче тверджень є правильним:
 - а) свідомість людини існує поза діяльністю, а виявляється в діяльності;
 - б) свідомість є лише результат, а не процес усвідомлення людиною зовнішнього світу і своїх відношень до нього;
 - в) свідомість людини водночас є і процес і результат усвідомлення зовнішнього світу і своїх відношень до нього.
4. Найвищий рівень розвитку психіки:
 - а) свідомість;
 - б) пізнавальна діяльність;
 - в) свідоме і несвідоме.
5. Властивість особливим способом організованої матерії, суть якої полягає у відображенні реальної дійсності:
 - а) психіка;
 - б) свідомість;
 - в) мозкова діяльність;
 - г) мислення.
6. Реакція організму у відповідь на подразнення зовнішнього або внутрішнього середовища:
 - а) аналізатор;
 - б) рефлекс;
 - в) рецептор;
 - г) психіка.
7. Індивідуально набута форма поведінки тварин, що закріплюється в результаті повторень:
 - а) інтелектуальна поведінка;
 - б) свідомість;
 - в) звичка;
 - г) навичка.

8. Найпростіші форми мисленнєвої діяльності, що ґрунтуються на встановленні зав'язків між предметами:

- а) рефлекси;
- б) інтелектуальні форми поведінки;
- в) мислення;
- г) мова.

9. Волокна тіла нервової клітини, що передають збудження іншим нервам:

- а) аксони;
- б) дендрити;
- в) нейрони;
- г) безумовні рефлекси.

10. Волокна тіла нервової клітини, що сприймають збудження:

- а) ефектори;
- б) дендрити;
- в) рефлекси;
- г) дендрити.

11. Основний структурний і функціональний елемент нервової системи:

- а) нервова клітина;
- б) рефлекторна дуга;
- в) рецептор;
- г) головний мозок.

Прочитайте завдання та виберіть декілька правильних відповідей із запропонованих

Виберіть дві правильні відповіді

12. Інстинкти - це:

- а) поведінка, механізмом якої є комплекс безумовних рефлексів;
- б) стадія розвитку психіки, якій властива елементарна розумова діяльність;
- в) природжені форми поведінки, які є загальними для всіх представників даного виду.

13. Навички тварин:

- а) є природженими формами поведінки;
- б) набуваються у результаті багаторазового природного доцільного вживання рухів і дій або в процесі дресування;
- в) поведінка, механізмом якої є комплекс умовних рефлексів.

Виберіть три правильні відповіді:

14. Інтелектуальна поведінка тварин характеризується:

- а) використанням зовнішніх предметів як знарядь;
- б) явищем інсайту;
- в) дії є шаблонними;
- г) знайдене рішення переноситься у інші умови.

Прочитайте завдання та встановіть відповідність в комбінації цифр та букв:

15. Стадії розвитку психіки та їх визначення:

1. Стадія елементарної сенсорної психіки.

2. Стадія перцептивної психіки.

3. Стадія інтелекту.

А. Відображення світу відбувається у формі цілісних образів (сприймань).

Б. Тварини відображають не лише предмети зовнішнього світу, але й зв'язки між ними.

В. Організм реагує на окремі якості предметів, відображення дійсності відбувається у формі відчуттів.

ЛІТЕРАТУРА ДО ТЕМИ 2.

1. Ананьев Б. Г. Избранные психол. труды: [в 2-х т.] / [под ред. А. А. Бодалева, Б. Ф. Ломова]. – М. : Педагогика, 1980.
2. Введение в психологию / [под. общ. ред. А. В. Петровского]. – М. : Академия, 1996. – 496 с.
3. Гамезо М. В. Атлас по психологии / М. В. Гамезо, И. А. Домашенко. – М. : Просвещение, 1986. – 272 с.
4. Гиппенрейтер Ю. Б. Введение в общую психологию : [курс лекций]. / Ю. Б. Гиппенрейтер. М. : Изд-во МГУ, 1988. – 320 с.
5. Леонтьев А. Н. Деятельность. Сознание. Личность. / А. Н. Леонтьев. – М. : Политиздат, 1977. – 304с.
6. Маклаков А. Г. Общая психология / А. Г. Маклаков. – СПб. : Питер, 2002. – 592 с.
7. Максименко С. Д. Загальна психологія : [підручник для студ. вищих закладів]. / С. Д. Максименко. – Вінниця: Нова книга, 2004. – [2-ге вид., перер. і доп.] – 704 с.
8. Максименко С. Д. Загальна психологія : [навч. посібник] / С. Д. Максименко, В. О. Соловієнко. – К. : Вища школа, 2000. – 479 с.
9. Немов Р. С. Психология: [учебник для студ. высш.пед. учеб заведений]. / Р. С. Немов. – М. : Владос, 1998. – [В 3 кн. – 2-е изд.] – 608 с.
10. Рубинштейн С. Л. Основы общей психологии: в 2 т. / С. Л. Рубинштейн. – М. : Педагогика, 1989. – 620 с.
11. Столяренко Л. Д. Основы психологии / Л. Д. Столяренко. – [изд. второе, перер. и доп.]. – Ростов на Дону : «Феникс», 1977. – 672 с.
12. Хрестоматия по психологии / [под. ред. А. В. Петровского. / сост. В. В. Мироненко]. – [2 изд., перераб. и доп.] – М. : Просвещение, 1987. – 447 с.

ТЕМА 3. ПІЗНАВАЛЬНА ТА ЕМОЦІЙНО-ВОЛЬОВА СФЕРИ ЛЮДИНИ

Відчуття

Сутність відчуттів

Відчуття – відображення окремих властивостей, якостей предметів і явищ об'єктивного світу, а також внутрішніх станів організму при їх безпосередньому впливі на відповідні рецептори.

Рецептор – периферична спеціалізована чутлива частина аналізатора, пристосована до перетворення енергії діючого адекватного подразника на нервовий процес.

Фізіологічною основою відчуттів є діяльність **аналізаторів**, які складаються з:

- а) рецепторів, що сприймають подразнення нервових апаратів і рецепторів, які перебувають на периферії центральної нервової системи;
- б) провідних, доцентрових (аферентних) нервових шляхів, по яких збудження, що виникає в рецепторах, передається у відповідні ділянки кори великих півкуль головного мозку людини;
- в) центральних кіркових відділів аналізаторів, де відбувається "обробка" нервових сигналів, що поступають від рецепторів.

Діючи на сприймаючий орган (рецептор), різні подразнення (колір, звук, дотик, рух та ін.) викликають збудження в рецепторі.

Це збудження від рецептора по доцентрових нервах передається в центральну частину аналізатора, у кору головного мозку людини. Тут у кожного аналізатора є центральна частина, навколо якої розташовується маса нервових клітин. Ядро кожного аналізатора сприймає, аналізує і синтезує поступаючі з периферії сигнали.

Загальні властивості відчуттів – основні якісні, кількісні і просторово-часові характеристики предметів і явищ. До них належать:

- 1) **якість відчуття** – основна особливість цього відчуття, яка відрізняє його від відчуттів інших видів або розрізняє відчуття в межах одного виду. У ній виявляється специфічність відчуттів, зумовлена властивостями подразників, адекватних для певного аналізатора;
- 2) **інтенсивність відчуття**, яка є його кількісною характеристикою. Вона визначається силою дії подразника і функціональним станом рецептора, що залежить від стану організму, значущості подразника, просторово-часових умов сприймання його дії;
- 3) **тривалість відчуття** – його часова характеристика. Вона визначається часом дії подразника, його інтенсивністю і функціональним станом організму;
- 4) **просторова локалізація відчуття**, яка дає змогу встановити місце дії подразника. Так, сприймаючи звук, людина встановлює напрям і відстань до предмета, який звучить, а під час дотику визначає, на яку частину тіла діє подразник.

Пороги відчуттів

Нижній поріг відчуття – та мінімальна величина або сила подразника, яка здатна викликати в аналізаторі нервово збудження, достатнє для виникнення відчуття. Чим менша величина цього порогу, тим вища чутливість даного аналізатора.

Верхній поріг відчуття – та максимальна величина подразника, понад яку це подразнення перестає відчуватись. Людина чує, наприклад, 20 000 коливань в 1 сек. Абсолютний поріг відчуття у різних людей неоднаковий. Величина порогу відчуттів змінюється з віком. На величину абсолютного порогу може впливати характер діяльності людини, його функціональний стан, сила і тривалість подразнення тощо.

Диференційний поріг відчуття (поріг розрізнення) – та мінімальна, різниця в інтенсивності двох однорідних подразників, яку людина здатна відчутти. Для того, щоб цю різницю уловити, необхідно, щоб вона досягла певної величини. Наприклад, звуки в 400 – 402 коливання в 1 сек. сприймаються як звуки однакової висоти; 2 вантажі вагою 500 і 510г здаються однаково важкими. Чим менша величина різницевого порогу, тим вища диференційована здатність даного аналізатора розрізняти подразнення.

Деякі феномени, які пов'язані з виникненням відчуттів

Адаптація – підвищення або зниження чутливості аналізаторів в результаті безперервної або тривалої дії подразників.

Контраст – явище контрасту полягає в тому, що слабкі подразники збільшують чутливість до інших одночасно діючих подразників, а сильні зменшують цю чутливість.

Сенсибілізація – підвищення чутливості органів чуття під дією адекватних і неадекватних подразників може виникати внаслідок взаємної дії аналізаторів або спеціального тренування органу чуття. Фізіологічним механізмом взаємодії відчуттів є процеси розповсюдження і концентрації збуджень у корі головного мозку, де розміщені мозкові ділянки аналізаторів.

Послідовні образи – це продовження відчуття, коли дія подразника вже припинилася. При відчутті рецептор того або іншого органу чуття якийсь час знаходиться в стані збудження. Після припинення дії подразника збудження в рецепторі пропадає не відразу. Наприклад, після виходу з вагону метро нам декілька секунд здається, що ми ще рухаємося в потязі.

Види відчуттів - результат розподілу відчуттів на групи за певною ознакою. Ч. С. Шеррінгтон на основі анатомічного розміщення рецепторів і їх функцій виокремив **три основні класи відчуттів**:

1) **екстерорецептивні відчуття**, які виникають при дії зовнішніх подразників на рецептори, що розміщені на поверхні тіла.

За допомогою **зорових відчуттів** людина здатна розрізняти до 180 тонів кольорів і більше 10 000 відтінків між ними.

З допомогою **слухових відчуттів** людина сприймає мову інших людей, контролює багато видів робіт, насолоджується музикою тощо.

Нюхові відчуття допомагають людині розрізняти поширені в повітрі летючі речовини і запахи.

Смакові відчуття визначають якісні особливості тієї їжі, що вживається людиною і знаходяться у великій залежності від відчуття голоду.

Температурні відчуття – це відчуття тепла і холоду.

Тактильні відчуття спільно з м'язово-руховими складають дотик, за допомогою якого людина відображає якісні особливості предметів – їх гладкість, шорсткість, щільність, а також дотик предмета до тіла, місце і розмір подразливої ділянки шкіри.

2) **інтерорецептивні відчуття** мають рецептори, розташовані на внутрішніх органах, і відображають їх стан та особливості обмінних процесів усередині організму.

Больові відчуття сигналізують про пошкодження і подразнення органів людини, є своєрідним виявом захисних функцій організму. Інтенсивність больових відчуттів буває різною, досягаючи в окремих випадках великої сили, що може також привести до виникнення шокowego стану.

Відчуття рівноваги забезпечують вертикальне положення людського тіла. Відчуття рівноваги виникає в результаті функціональної діяльності вестибулярного аналізатора.

Відчуття прискорення – це відчуття, що відображають відцентрові і доцентрові сили, які розвиваються при русі людини.

3) **пропріорецептивні відчуття** за допомогою рецепторів, розміщених у м'язах і суглобах, сповіщають про рух і положення людського тіла в просторі.

За допомогою **м'язово-рухових** відчуттів людина одержує інформацію: про положення тіла в просторі, про взаємне розташування всіх його частин, про рух тіла і його частин, про скорочення, розтягування і розслаблення м'язів тощо.

Сприймання

Сприймання – це віддзеркалення у свідомості людини безпосередньо впливаючи на його органи відчуттів предметів і явищ в цілому, а не окремих їх властивостей, як це відбувається при відчутті.

Навмисне сприймання характеризується тим, що в його основі лежить свідомо поставлена мета. Воно пов'язане з відомими вольовими зусиллями людини.

Ненавмисне сприймання – це таке сприймання, при якому предмети навколишньої дійсності сприймаються без спеціально поставленого завдання, коли процес сприймання не пов'язаний з вольовими зусиллями людини.

Організоване сприймання (спостереження) – це організоване, цілеспрямоване, планомірне сприймання предметів або явищ навколишнього світу. Спостереження відрізняється від простого сприймання тим, що тут провідну роль відіграє друга сигнальна система.

Неорганізоване сприймання – це звичайне ненавмисне сприймання навколишньої дійсності.

У порівнянні з відчуттями сприймання є вищою формою аналітико-синтетичної діяльності мозку. Без аналізу неможливе осмислене сприймання. Аналіз забезпечує виділення об'єкту сприймання, на основі якого здійснюється синтез усіх властивостей об'єкту в цілісний образ.

Особливості сприймання

Відмінність сприймань від відчуттів забезпечується якісно новим характером віддзеркалення людиною оточуючої дійсності, що реалізовується через конкретні їх властивості.

Вибірковість сприймання – здатність людини сприймати лише ті предмети, які представляють для неї найбільший інтерес. Вона залежить від інтересів, установок і потреб особистості.

Наочність сприймання – здатність людини відображати навколишню дійсність як дії конкретних її предметів, що відносяться до певного класу явищ. При цьому мозок чітко розрізняє предмет, фон і контур їх сприймання.

Апперцепція – це залежність сприймання від колишнього досвіду людини. Так, у сприйманні одного і того ж предмета різними людьми бувають відмінності залежно від поставленого завдання, установки, психічного стану кожного з них. Апперцепція додає активний характер сприйманню особистості. Сприймаючи предмети, людина виражає до них своє ставлення.

Свідомість сприймання показує, що предмети, сприйняті людиною, мають для неї певний життєвий сенс. Вони можуть бути шкідливими або корисними, бажаними або небажаними та ін. Завдяки осмисленню суті і призначення предметів стає можливим їх цілеспрямоване використання.

Константність сприймання – це постійність у сприйманні, яке обумовлюється знанням фізичних властивостей предмета, а також тим, що предмет сприймання перебуває в колі інших відомих людині предметів. Вона забезпечує постійність сприйнятої величини, форми і кольору предметів при зміні відстані, ракурсу, освітленості.

Константність сприймання пояснюється досвідом, набутим у процесі індивідуального розвитку особистості, і має велике практичне значення. Якби сприймання не було константним, то при кожному кроці, повороті, русі, зміні освітлення люди стикалися б з новими предметами, переставали б дізнаватися те, що було відомо раніше.

Цілісність сприймання виражається в тому, що образи відображених предметів виступають у свідомості людини в сукупності багатьох їх якостей і характеристик, навіть якщо окремі з цих якостей на даний момент не сприймаються.

Велике значення у функціонуванні сприймань і прояві їх властивостей відіграють фізичні характеристики самих предметів і психофізичні закономірності їх прояву в ході власне сприймання людиною. З цієї причини простір, форма, величина, глибина, віддаленість, лінійна і повітряна перспектива повинні правильно відображатися органами чуття.

Характеристика сприймань простору

Сприймання простору – це сприймання форми, величини, об'єму об'єктів, відстані між ними, їх взаємного розташування, віддаленості і напряду, у якому вони перебувають.

Сприймання форми, об'ємності і величини предметів – це складний процес, який здійснюється за допомогою зорового, тактильного і кінестетичного аналізаторів.

Сприймання глибини і віддаленості предметів здійснюється у формі монокулярного і бінокулярного зору.

Монокулярний зір (за допомогою одного ока і за допомогою зміни товщини його кришталіка) дозволяє правильно оцінювати відстані, правда, у дуже обмежених обрисах.

Сприймання глибини і віддаленості предметів здійснюється головним чином за допомогою бінокулярного зору (за допомогою двох очей) і супутньої йому конвергенції – зведення зорових осей очей на предметі, що фіксується.

Лінійна і повітряна перспектива. У міру віддалення предметів від спостерігача їх зображення на сітківці очей зменшується. Прикладом лінійної перспективи може слугувати те, коли нам здається, що паралельні рейки залізниці сходяться вдалині тощо. Повітряна перспектива полягає в тому, що світло і колір, який відбивають предмети, до певної міри спотворюються під впливом шарів повітря.

Сприймання можуть бути неправильними або спотвореними – ілюзіями.

Зорові ілюзії – це неправильне або спотворене сприймання величини, форми і віддаленості предметів. Відомо багато видів зорових ілюзій.

Деякими з них є:

а) ***переоцінка вертикальних ліній.*** З двох ліній однакового розміру вертикальна лінія зорового завжди сприймається як значно більша в порівнянні з горизонтальною.

б) ***неправильне сприймання величини предмету (об'єкту).*** Наприклад, висока людина поряд з низькою здається ще вищою, ніж вона є насправді; кухлі однакового діаметру здаються різними залежно від того, чи оточують їх більший або менший; однакові предмети здаються різної величини, якщо перебувають у певному віддаленні один від одного, при цьому предмет, розташований ближче, здається меншим, а той, що знаходиться далі – більшим за свою дійсну величину.

Ці ілюзії пояснюються тим законом сприймання, за яким величина предметів оцінюється не за дійсними розмірами їх зображень на сітківці ока, а відповідно до оцінки відстані, на якій ці предмети знаходяться.

Характеристика сприймання часу і руху

Сприймання часу – це відображення об'єктивної тривалості, швидкості і послідовності явищ дійсності. Спеціального, самостійного аналізатора часу немає. В основі сприймання часу лежить ритмічна зміна збудження і гальмування. Її динаміка в нервовій системі і складає фізіологічну основу сприймання часу.

Сприймання послідовності явищ спирається на чітку розчленовану і об'єктивно існуючу зміну одних явищ іншими, а також пов'язано з уявленнями про теперішнє, минуле і майбутнє, що відображають об'єктивні процеси, які періодично повторюються в природі. Одного разу сприйняте явище залишиться в пам'яті у вигляді уявлення про нього. Якщо воно потім повторно сприймається, то це сприймання викликає в нашій пам'яті уявлення про те, що раніше було, і усвідомлюється як минуле.

Сприймання тривалості явищ. Доведено, що точно сприймати короткі проміжки часу людина може не більше 0,75 сек. шляхом спеціального тренування в розрізненні мікроінтервалів часу. Якщо подія здійснюється дуже повільно, сприймання її тривалості спирається на показники, що дозволяють ділити час на певні відрізки.

Сприймання темпу – це відображення швидкості в часі, з якою змінюють один одного окремі стимули процесу (наприклад, чергування звуків).

Сприймання ритму – це відображення рівномірного чергування стимулів, їх розмірності при дії предметів і явищ об'єктивної дійсності на наші органи чуття.

Сприймання руху – це відображення в часі змін положення об'єктів або самого спостерігача в просторі. Спостерігаючи рух, перш за все сприймають:

- 1) характер руху (згинання, розгинання, відштовхування, підтягання тощо);
- 2) форму руху (прямолінійне, криволінійне, кругове, дугоподібне тощо);
- 3) амплітуду (розмах) руху (повна, неповна);
- 4) напрям руху (направо, наліво, вгору, вниз);
- 5) тривалість руху (коротке, тривале);
- 6) швидкість руху (швидкий або повільний рух; при циклічних рухах – швидкий або повільний темп);
- 7) прискорення руху (рівномірне, таке, що прискорюється, таке, що сповільнюється, плавне, переривисте).

Сприймання рухів обумовлюється взаємодією різних аналізаторів: зорового, рухового, вестибулярного, слухового та ін.

Мислення

Операції мислення

Аналіз – це розумова операція розчленування складного об'єкту на складові його частини.

Синтез – це розумова операція, що дозволяє в єдиному аналітико-синтетичному процесі мислення переходити від частин до цілого.

Порівняння – це операція, що полягає в зіставленні предметів і явищ, їх властивостей і відносин один з одним і виявленні, таким чином, спільності або відмінності між ними.

Абстрагування – розумова операція, заснована на відверненні від неістотних ознак предметів, явищ і виділенні в них основного, головного.

Узагальнення – це об'єднання багатьох предметів або явищ за якоюсь загальною ознакою.

Конкретизація – це рух думки від загального до приватного.

Форми мислення

Поняття – це віддзеркалення у свідомості людини загальних і істотних властивостей предмета або явища.

Судження – основна форма мислення, у процесі якої затверджуються або відображаються зв'язки між предметами і явищами дійсності.

Умовивід – це виділення з одної або декількох суджень нового судження. Розрізняють індуктивний, дедуктивний, аналогічний умовивід.

Аналогією називається такий умовивід, у якому висновок робиться на підставі часткової подібності між явищами, без достатнього дослідження всіх умов.

Види мислення

Наочно-дієве мислення – це мислення, безпосередньо включене в діяльність.

Образне мислення – це мислення, що здійснюється на основі образів, уявлень того, що людина сприймала раніше.

Відвернуте мислення – це мислення, що здійснюється на основі відвернутих понять, які образно не уявляються.

Способи мислення

Індукція – це спосіб мислення, при якому висновок іде від одиничних фактів до загального висновку.

Дедуція – це спосіб мислення, що здійснюється у зворотному порядку індукції.

Види мислення

Теоретичне мислення – мислення на основі теоретичних міркувань і висновків.

Практичне мислення – мислення на основі думок і висновків, заснованих на рішенні практичних задач.

Дискурсивне мислення – мислення, опосередковане логікою міркувань, а не сприймання.

Інтуїтивне мислення – мислення на основі безпосередніх плотських сприймань і безпосереднього віддзеркалення дії предметів і явищ об'єктивного світу.

Репродуктивне (відтворююче) мислення – мислення на основі образів і уявлень, що взяті з якихось певних джерел.

Продуктивне (творче) мислення – мислення на основі творчої уяви.

Психологічні особливості мислення

Мислення – це психічний пізнавальний процес віддзеркалення істотних зв'язків і відносин предметів і явищ об'єктивного світу.

Процес мислення характеризується такими **особливостями**:

1. Мислення завжди має опосередкований характер. Встановлюючи зв'язки і відносини між предметами і явищами об'єктивного світу, людина

спирається не тільки на безпосередні відчуття і сприймання, але обов'язково і на дані минулого досвіду, що збереглися в її пам'яті.

2. Мислення спирається на знання, що є у людини, про загальні закони природи і суспільства. У процесі мислення людина користується знаннями загальних положень, у яких відображені найбільш загальні зв'язки і закономірності навколишнього світу, що вже склалися на основі попередньої практики.

3. Мислення виходить з “живого споглядання”, але не зводиться до нього. Відображаючи зв'язки і відносини між явищами, ми завжди відтворюємо ці зв'язки у відвернутому і узагальненому вигляді, що мають загальне значення для всіх подібних явищ даного класу, а не тільки для визначеного, конкретного явища, за яким ведеться спостереження.

4. Мислення завжди є віддзеркалення зв'язків і відношень між предметами у словесній формі. Мислення і мова завжди перебувають у нерозривній єдності. Дякуючи тому, що мислення протікає в словах, полегшуються процеси абстракції і узагальнення, оскільки слова за своєю природою є абсолютно особливими подразниками, що сигналізують про дійсність в узагальненій формі.

5. Мислення людини органічно пов'язане з практичною діяльністю. У своєму змісті воно спирається на суспільну практику людини. Це зовсім не просте “споглядання” зовнішнього світу, а таке його віддзеркалення, яке відповідає завданням, що виникають перед людиною в процесі праці й інших видів діяльності, направлених на перевлаштування навколишнього світу.

Пам'ять

Пам'ять – це процес відображення, збереження і відтворення того, що людина відображала, робила або переживала.

Процеси пам'яті

Запам'ятовування – це відображення у свідомості людини одержаної інформації, яка є необхідною умовою збагачення досвіду людини новими знаннями і формами поведінки.

Збереження – утримання в пам'яті спостережуваного одержаних знань протягом досить тривалого періоду часу.

Відтворення – це активізація закріпленого раніше змісту психіки.

Пізнавання – це супроводжуючі процеси пам'яті явища психіки, що дозволяє їм ефективніше функціонувати.

Види пам'яті

Наочно-образна пам'ять – це пам'ять на зорові, звукові, дотикові, нюхові та інші образи.

Словесно-логічна пам'ять – це пам'ять на сенс розповіді, її логіку, на співвідношення між елементами одержуваної в словесній формі інформації.

Рухова пам'ять – це пам'ять на рухи.

Емоційна пам'ять – це пам'ять на переживання.

Крім того, залежно від прийомів запам'ятовування, розрізняють механічну і смислову пам'ять.

Механічна пам'ять – це запам'ятовування інформації в тій формі, у якій вона сприймається.

Логічна (сміслова) пам'ять – це запам'ятовування не зовнішньої форми, а сенсу інформації, що вивчається.

Психологічні характеристики пам'яті

Пам'ять у цілому і конкретної людини зокрема має свої особливості, що свідчать про її продуктивність.

Об'єм – це найважливіша інтегральна характеристика пам'яті в цілому і її окремих процесів, що відображає кількісні показники і можливості інформації, яка запам'ятовується, зберігається і відтворюється людиною.

Швидкість – здатність людини в процесі відображення, збереження і відтворення інформації досягати певної швидкості її обробки і використання.

Точність – це характеристика пам'яті, яка показує здатність людини в процесі відображення, збереження і відтворення інформації якісно і продуктивно відображати її основний зміст.

Тривалість – найважливіша характеристика пам'яті людини в цілому і її процесів, що свідчить про її здатність утримувати певний час у своїй свідомості потрібну інформацію.

У зв'язку з цим розрізняють короткочасну, довготривалу і оперативну пам'ять.

Короткочасна пам'ять – це запам'ятовування і збереження інформації на короткий термін після одноразового і дуже нетривалого сприймання.

Довготривала пам'ять – це пам'ять на користь тривалого збереження інформації, яка часто запам'ятовується після багатократного повторення.

Оперативна пам'ять – це збереження матеріалу після його відтворення на якийсь час, необхідного для виконання завдання.

Готовність – це одна з найважливіших характеристик пам'яті, що свідчить про схильність людини і її свідомості завжди активно використовувати всю відображену інформацію.

Об'єм, швидкість, точність, тривалість і готовність пам'яті в сукупності вияву своїх особливостей характеризують ефективність пам'яті в цілому і конкретної людини зокрема.

Увага

Увага – це вибіркова спрямованість свідомості людини на певні предмети і явища.

Фізіологічні основи уваги

Увага не має такого спеціального нервового центру, як зорові, слухові та інші відчуття і сприймання, а також рухи, які пов'язані з діяльністю певних ділянок кори великих півкуль головного мозку.

Увага забезпечується за рахунок явища домінанти, наявності якої на даний момент у корі великих півкуль головного мозку збуджують нервові ділянки (вогнища), що мають перевагу над рештою частин кори. Унаслідок

чого і відбувається зосередження свідомості людини на певних предметах і явищах.

Властивості уваги

Концентрація уваги – це здатність людини зосереджуватися на головному в її діяльності, відволікаючись від усього того, що перебуває на даний момент за межами свідомості.

Вибірковість уваги – це її зосередження на найбільш важливих предметах.

Розподіл уваги – це можливість людини мати у свідомості одночасно декілька різнорідних об'єктів чи виконувати складну діяльність, що складається з безлічі одночасних операцій.

Об'єм уваги характеризується кількістю об'єктів або їх елементів, які можуть бути одночасно сприйняті з однаковим ступенем ясності і чіткості.

Інтенсивність уваги характеризується відносно більшою витратою нервової енергії на виконання даного виду діяльності, психічні процеси, які беруть участь у цій діяльності, протікають з більшою ясністю, чіткістю і швидкістю.

Стійкість уваги – це її здатність затримуватися на сприйманні даного об'єкту.

Абстрактність уваги найчастіше є наслідком відсутності вольового зусилля й інтересу до об'єкту або діяльності.

Види уваги

Увага може бути навмисною, зосередженою і ненавмисною. Кожен з видів уваги у той же час залежить від ряду умов, у яких вона перебуває.

Навмисна (довільна) увага – це увага, яка виникає в результаті свідомих зусиль людини, направлених на краще виконання тієї або іншої діяльності. Вона характеризується цілеспрямованістю, організованістю, підвищеною стійкістю

Цілеспрямованість визначається завданнями, які людина ставить перед собою в тій або іншій діяльності. Навмисну увагу викликають не всі об'єкти, а лише ті, які пов'язані із завданням, що виконується в даний момент; з багатьох об'єктів обираються ті, які необхідні при виконанні даного виду діяльності.

Організованість навмисної уваги означає, що ми наперед готуємося бути уважними до того або іншого предмета, що свідомо направляє на нього свою увагу, виявляємо уміння організовувати необхідні для даної діяльності психічні процеси.

Підвищена стійкість навмисної уваги дозволяє організовувати роботу впродовж більш-менш тривалого часу. Вона пов'язана з плануванням цієї роботи.

Зосереджена увага – це увага, направлена на який-небудь один об'єкт або вид діяльності. Вона буває динамічною і статичною.

Динамічною називається така увага, яка на початку роботи характеризується малою інтенсивністю і лише за допомогою великих зусиль людина підвищує його інтенсивність.

Статична увага – це така увага, висока інтенсивність якої легко виникає на самому початку роботи і зберігається протягом усього часу її виконання.

Ненавмисна (мимовільна) увага – це увага, що викликається зовнішніми причинами – тими або іншими особливостями об'єктів, що впливають на людину в даний момент. Ними можуть бути інтенсивність подразнення, і новизна і незвичність об'єкту, і його динамічність.

Інтенсивність подразнення полягає в сильнішій дії об'єкту (наприклад, сильніший звук, яскравіший план), який повертає до себе увагу.

Новизна і незвичність об'єкту, навіть якщо він і не виділяється інтенсивністю своєї дії, також стає стимулом уваги.

Різка зміна, **динамічність об'єкту**, що спостерігається при складних і тривалих діях (наприклад, при спостереженні за спортивними змаганнями, сприйманні кінокартини тощо), також завжди викликає особливу увагу.

Уява

Уява – психічний процес, що виявляється у створенні людиною образів об'єктів на основі її попереднього досвіду, яких вона безпосередньо не сприймала і сприймає на даний момент.

Уява є зміною і перетворенням людиною своїх уявлень на основі:

1) вичленення з цілісного образу предмету якого-небудь його елементу або властивості. Так, наприклад, уявлення однієї форми кам'яного знаряддя, придатного для різання, іншої – як придатної для коління; уявлення про величину палиці як засобу подовжити руку;

2) зміни величини, розмірів об'єктів у бік збільшення (гіпербола) або зменшення (літота) її в порівнянні з дійсними і створення таким шляхом різноманітних фантастичних образів (велетнів, гномів тощо);

3) поєднання у своїй уяві різних об'єктів, їх частин або елементів і створення таким шляхом уявного образу, уявлення нового, не існуючого раніше в природі предмету (сфінкс у стародавніх єгиптян, людино-бик у ассирійців, кентавр у стародавніх греків).

4) конструювання предмету у зв'язку з його призначенням, наприклад списи, уявне наділення цього знаряддя властивостями враження цілі здалеку (метання) або зблизька (нанесення удару, могутнього уколу) і у зв'язку з цим надання особливої форми кожному з цих знарядь (легкий дротик і важкий спис);

5) уявного посилення якої-небудь властивості або якості, додання цій властивості невідповідного більшого або особливого значення в характеристиці об'єкту (хитрість у лисиці, боязливість у зайця);

6) перенесення цієї властивості на інші об'єкти (вождь племені хитрий, як лисиця; вороги бояться, як зайці);

7) уявного ослаблення будь-якої властивості або якості предмета, чи посилення його приводить до побудови контрастного образу, наділеного властивостями, прямо протилежними початковому (багато персонажів народного епосу, казок);

8) створення нового образу в результаті узагальнення рис, що спостерігалися у ряді подібних об'єктів.

Види уяви

Мимовільна (пасивна, ненавмисна) **уява** – це створення образів без яких-небудь зовнішніх спонукань. Вона полягає у виникненні і комбінуванні уявлень і їх елементів у нові уявлення без певного наміру з боку людини, при ослабленні свідомого контролю з її сторони за перебігом своїх уявлень. Найяскравіше мимовільна уява виступає в сновидіннях або в напівсонному, дрімотному стані, коли уявлення виникають мимоволі, з'єднуються і змінюються самі по собі, приймаючи іноді найфантастичніші форми

Довільна (активна, навмисна) **уява** – створення нових образів за допомогою вольових зусиль. Вона є навмисною побудовою образів у зв'язку з свідомо поставленим завданням у тому або іншому виді діяльності.

Мрія – це образ бажаного майбутнього. Особливістю мрії є побудова тих образів, які поки не здійснені, а іноді і не можуть здійснитися.

Образи, які людина створює у своїх мріях, відрізняються такими особливостями:

а) яскравим, живим, конкретним характером, з багатьма деталями і частинами;

б) слабким вираженням конкретних шляхів до здійснення мрії, уявою цих шляхів і засобів у найзагальніших рисах;

в) емоційною насиченістю образу, його привабливістю для особистості, яка перебуває у стані мрії;

г) прагненням поєднати мрії з відчуттям упевненості в її здійсненості, з прагненням до перетворення її в дійсність.

Творча уява – процес творчої діяльності людини (у мистецтві, науці тощо). Письменники, художники, скульптори, композитори, прагнучи відобразити життя в образах, вдаються до творчої уяви. Вони не просто фотографічно копіюють життя, а створюють художні образи, у яких це життя правдиво відображається в її найбільш яскравих і узагальнених рисах. Разом з тим у цих образах відображаються особистість письменника, художника, його світогляд, розуміння навколишнього життя особливості властивого йому художнього стилю.

Відтворююча (репродуктивна) уява – це уява на основі прочитаного або почутого. Вона має місце в тих випадках, коли людина лише за описом повинна уявити собі предмет, який ніколи нею раніше не сприймався. Наприклад, вона ніколи не бачила моря, але, прочитавши опис його в книзі, може собі уявити море в більш-менш яскравих і повних образах.

Мовлення

Мовленням називається процес практичного застосування людиною мови з метою спілкування з іншими людьми.

На відміну від мовлення мова є засобом спілкування людей один з одним.

Мовлення має свої **властивості**:

Змістовність мовлення визначається кількістю виражених в ньому думок, відчуттів і прагнень, їх значністю і відповідністю дійсності.

Зрозумілість мовлення досягається синтаксично правильною побудовою пропозицій, а також застосуванням у відповідних місцях пауз або виділення слів за допомогою логічного наголосу.

Виразність мовлення пов'язана з його емоційною насиченістю. За своєю виразністю воно може бути яскравим, енергійним або, навпаки, млявим, блідим.

Дієвість мовлення полягає в його впливі на думки, почуття і волю інших людей, на їх переконання і поведінку.

Мовлення виконує певні **функції**:

Функція вираження полягає в тому, що, з одного боку, завдяки мовленню людина може повніше передавати свої почуття, переживання, відносини, а, з іншого боку, виразність мовлення, її емоційність значно розширює можливості спілкування.

Функція дії полягає в здатності людини за допомогою мовлення спонукати людей до дії.

Функція позначення полягає в здатності людини за допомогою мовлення давати предметам і явищам навколишньої дійсності властиві лише їм назви.

Функція повідомлення полягає в обміні думками між людьми за допомогою слів, фраз.

Існують певні **види** мовлення.

Усне мовлення – це спілкування між людьми за допомогою вимовляння слів вголос, з одного боку, і сприймання їх людьми на слух – з іншого.

Монологічне мовлення – це мовлення однієї людини, що висловлює свої думки протягом досить тривалого часу.

Діалогічне мовлення – це розмова, у якій бере участь не менше двох співбесідників.

Письмове мовлення – це мовлення за допомогою письмових знаків.

Внутрішнє мовлення – це мовлення, що не виконує функції спілкування, а лише обслуговує процес мислення конкретної людини.

Фізіологічні основи мови

До **периферичних систем забезпечення мовлення** відносяться:

- енергетична система дихальних органів, необхідна для виникнення звуку – легені і головний дихальний м'яз – діафрагма;

- генераторна система – звукові вібратори (голосові зв'язки гортані), при коливанні яких утворюються звукові хвилі;

- система, резонатора, – носоглотка, череп, гортань і грудна клітка.

Друга сигнальна система. Згідно з І. П. Павловим у людей існують дві сигнальні системи подразників: перша сигнальна система – це безпосередня дія внутрішнього і зовнішнього середовища на різні рецептори (ця система є і у тварин) і друга сигнальна система, що складається тільки із слів. Причому лише незначна частина цих слів позначає сенсорні дії на людину. Робота

другої сигнальної системи полягає перш за все в аналізі і синтезі узагальнених мовленнєвих сигналів.

Мозкові центри мовлення. Спеціальними дослідженнями встановлено, що здібність людини до аналізу і синтезу мовлення пов'язана з:

- лівою півкулею головного мозку;
- слухо-мовленнєвою зоною кори великих півкуль – задньої частина скроневої звивини, так званий центр Вернике:
- так званою зоною Брока, розташованою в нижніх відділах третьої лобової звивини.

Крім того, мовлення забезпечується функціонуванням певних фізіологічних механізмів.

Синтагматичні і парадигматичні механізми мовлення. **Синтагматичні** механізми відображають динамічну організацію мовного вислову і її фізіологічні характеристики при роботі кори головного мозку. **Парадигматичні** відображають зв'язок задніх відділів лівої півкулі з кодами мовлення (фонемним, артикуляційним, семантичним тощо).

Механізми сприймання мовлення. Перехід до осмислення мовленнєвого повідомлення можливий лише після того, як мовленнєвий сигнал перетворений. Аналізується він на основі детекторного кодування, фонемної інтерпретації головним мозком одержаної інформації. Це означає, що нейрони чутливі до різних звукових сигналів і діють на основі побудови певної моделі пізнання слів.

Механізми організації мовленнєвої відповіді. У дорослої людини, що володіє мовою, сприймання і вимова опосередковуються внутрішніми фізіологічними кодами, що забезпечують фонологічний, артикуляційний, зоровий і семантичний аналіз слів. При цьому всі перераховані вище коди і операції, здійснювані на їх основі, мають свою мозкову локалізацію.

Мовлення в той же час – складна система умовних рефлексів. Її основу складає друга сигнальна система, умовними подразниками якої є слова в їх звуковій (усне мовлення) або зоровій формі. Звуки і зображення слів, будучи спочатку для окремої людини нейтральними подразниками, стають умовними мовними подразниками в процесі повторного поєднання їх з першосигнальним подразником, що викликає сприймання і відчуття предметів і їх властивостей.

У результаті вони набувають смислового значення, стають сигналами безпосередніх подразників, з якими поєднувалися. Тимчасові нервові зв'язки, що утворилися при цьому, надалі зміцнюються шляхом постійних мовних підкріплень, робляться міцними і набувають двостороннього характеру: вид предмета негайно викликає реакцію його назви, і, навпаки, чути або видиме слово зараз же викликає уявлення предмета, що позначається цим словом.

Емоції і почуття

Почуття – це переживання людиною свого відношення до всього того, що вона пізнає і робить, до того, що її оточує.

Емоції – це безпосередня форма виразу почуттів.

Які психічні процеси, почуття й емоції мають свої особливості: носять суб'єктивний характер; викликають задоволення або незадоволення; відображають характер взаємодії організму з середовищем; мають дуже велике різноманіття; викликають заспокоєння або збудження.

Класифікація емоцій і почуттів

Інтелектуальні почуття – почуття, пов'язані з пізнавальною діяльністю людини. Вони виникають у процесі навчальної і наукової роботи, а також творчої діяльності в різних видах мистецтва, науки і техніки.

Етичні почуття – почуття, у яких відображається відношення людини до вимог суспільної моралі. Вони пов'язані зі світоглядом людини, її думками, ідеями, принципами і традиціями.

Естетичні почуття – це почуття, що виникають у людини у зв'язку із задоволенням або незадоволенням її естетичних потреб. До них відносяться відчуття прекрасного і потворного, піднесеного або хибного тощо.

Стенічні почуття – це почуття, які активізують діяльність людини.

Астенічні почуття – це почуття, що викликають пасивність.

І стенічні, і астенічні почуття однаково значущі. Їх правильна оцінка залежить від певного роду обставин.

Настрої – це слабо виражені емоційні переживання, що відрізняються значною тривалістю і слабким усвідомленням причин і чинників, що їх викликають.

Афекти – це переживання великої сили, з коротким періодом протікання. Вони характеризуються значними змінами у свідомості, порушеннями вольового контролю.

Пристрасті – сильні, глибокі, тривалі і стійкі переживання з яскраво вираженою спрямованістю на досягнення мети.

Особливості настроїв і афектів

Настрої мають такі ***особливості***:

1. Слабка інтенсивність. Якщо людина випробовує настрій задоволення, то вона ніколи не доходить до будь-якого сильного вияву; якщо це сумний настрій, то він виражений не яскраво і не має у своїй основі інтенсивних нервових збуджень.

2. Значна тривалість. Сама їх назва вказує на те, що настрої поволі розвиваються і переживаються протягом тривалого періоду.

3. Неясність, “беззвітність”. Випробовуючи той або інший настрій, людина, як правило, слабо усвідомлює причини, які його викликали. Коли ж людині роз'яснюють причину її настрою, нерідко настрої швидко у неї проходить.

4. Своєрідний дифузний характер. Настрої накладають свій відбиток на всі думки, відносини, дії людини в даний момент.

Відмінними особливостями афектів є:

1. Бурхливий зовнішній вияв емоційного переживання. Під час афекту людина може не помічати того, що її оточує, не віддавати собі звіту в подіях, що відбуваються, і у своїх власних вчинках. Збудження охоплює підкіркові центри, які, будучи звільнені в даний момент від стримуючої і контролюючої

дії всієї кори, викликають яскраве зовнішнє виявлення емоційного стану, що переживається.

2. Короточасний перебіг емоційного переживання, що відрізняється своєрідними особливостями. Афект, будучи інтенсивним процесом, не може тривати довго і дуже швидко себе зживає.

3. Певна беззвітність емоційного переживання. Вона буває більшою або меншою, залежно від сили афекту, і виражається в зниженні свідомого контролю за своїми діями; у стані афекту людина іноді абсолютно не розуміє, що вона робить, неспроможна керувати своїми діями і вчинками, не здатна тримати себе в руках, вона повністю захоплена емоційним переживанням і в той же час слабо усвідомлює його характер і значення.

4. Різко виражений дифузний характер емоційного переживання. Сильні афекти захоплюють цілком особистість людини і всі її життєво важливі сторони. Особливо різкі зміни при афектах спостерігаються в діяльності свідомості, об'єм якої звужується і обмежується невеликою кількістю уявлень і сприймань, тісно пов'язаних з емоцією, що переживається. При дуже сильних афектах нерідко перебудовуються і різко змінюються звичні установки особистості, характер і зміст віддзеркалення об'єктивної дійсності; багато явищ і факти сприймаються інакше, ніж звичайно, виступають в новому світлі, відбувається ломка тих, що склалися раніше установок особистості.

Воля

Воля – це здатність людини свідомо управляти своєю поведінкою, мобілізувати всі свої сили на досягнення поставленої мети.

Воля людини виявляється в діях (вчинках), які виконуються за задалегідь поставленою метою.

Особливостями волі (вольових дій) є:

1. **Свідома цілеспрямованість.** Щоб щось виконати, людина повинна свідомо поставити перед собою мету і мобілізувати себе на її досягнення.

2. **Зв'язок з мисленням.** Досягти чогось і мобілізувати себе заради цього людина може тільки в тому випадку, якщо вона все добре обдумала і спланувала.

3. **Зв'язок з рухами.** Для реалізації своїх цілей людина завжди рухається, змінює форми активності.

Перш ніж приступити до визначення окремих **вольових якостей**, перерахуємо їх і наведемо класифікацію на основі того, у яких ланках психічного управління вони найчастіше беруть участь:

1. **Ініціація діяльності** (вибір мети, отримання завдання і її з'ясування): ініціативність; старанність.

2. **Планування ходу діяльності:** незалежність; передбачливість; спритність; обачність.

3. **Підготовка зовнішніх умов і внутрішніх передумов:** самостійність; всебічність.

4. **Організація ланок, що управляють:** старанність (самоорганізація): самоволодіння; діловитість.

5. **Взаємодія із зовнішнім і внутрішнім середовищем:** витривалість; помірність.

6. **Комплексна обробка інформації і процес ухвалення рішень:** розсудливість; сміливість; рішучість.

7. **Комунікація між ланками, що управляють:** свідомість; принциповість.

8. **Координація взаємодії ланок, що управляють:** цілеспрямованість; старанність.

9. **Регулювання виконавчих ланок діяльності:** енергійність; ретельність.

10. **Контроль над процесом виконання завдання (наближення; цілі) і уточнення плану:** наполегливість; гнучкість.

11. **Завершальна оцінка ходу і результатів діяльності:** відповідальність.

Звернемося до позитивних і негативних полюсів вольових якостей, причому негативний полюс тут не обов'язково позначає недолік або просто заперечення позитивного, наприклад, у парах: обачливість – реактивність, сталість – педантичність, поміркованість – перенапруженість, цілеспрямованість – стихійність тощо. Біполярні визначення наводяться з двох причин. По-перше, двостороннє закріплення дозволяє точніше і повніше визначити кожну з рис, а по-друге, полегшує роботу щодо створення запитальників і методів вишколу виявлення цих рис особистості.

Психологічне пояснення «сутності» окремих якостей ми даємо за допомогою співвідношення їх з внутрішніми процесами і з їх управлінською функцією. У зв'язку з характеристикою окремих вольових якостей звернемося до найбільш важливих психічних дій, при яких дана якість виявляється, наприклад: створення уявлень (образів) про майбутні результати діяльності, оцінка проблемної ситуації і мотивів, рішення проблем при підготовці і реалізації планів і засобів тощо.

(Із сказаного виходить, що вольові якості беруть активну участь у психічному (свідомому) управлінні і регулюванні. Тим самим ми відкидаємо розуміння *рис особистості* як уявних «гіпотетичних конструкцій», як чинників, що визначають операціоналістичні або індивідуальні особливості волевиявлення, що повторюються).

Ініціативність. Здатність спонтанно і винахідливо генерувати нові цілі діяльності. Можливість моделювати нові уявлення залежно від ситуації, динаміки середовища і власних потреб (свідомі образи, «внутрішні моделі») майбутніх результатів своїх дій. Здатність свідомо «трансформувати» і переводити своє спонукання в систему цілей – близьких і перспективних, головних і другорядних, загальних і конкретних (проміжних).

Пасивність (інертність). Тенденція не ставити перед собою нові цілі діяльності. Недолік упевненості в собі, невіра у свої сили, здібності і

можливості досягти поставленої мети. Схильність знову повертатися до раніше вже досягнутих цілей або перебувати в бездіяльності.

Старанність. Тенденція приймати на себе добровільно і з позитивним відношенням завдання (у рамках суспільно корисної діяльності). Здатність зрозуміти широке і вузьке значення, конкретний сенс цих завдань. Уміння сполучати одержані завдання з особистою метою і спонуканнями, готовність виконати їх якнайкраще.

Негативізм. Тенденція сторонитися завдань, що доручаються іншими. Схильність вишукувати негативні сторони цих завдань для того, щоб відмовитися від їх виконання. Відмова взяти особисту відповідальність за виконання завдань.

Незалежність. Здатність оцінювати завдання на основі власної орієнтації і аналізу відповідно до своїх відчуттів, вражень і досвіду без стороннього втручання. Здатність використовувати дану міру свободи і ухвалити принципове рішення: діяти – не діяти, відповідати – не відповідати за подальші події.

Залежність. Нездатність дати оцінку ситуації, виходячи з власних міркувань, відчуттів, вражень і досвіду. Тенденція ухвалювати рішення тільки після з'ясування точки зору решти людей і відповідно до їх думки.

Передбачливість. Уміння передбачати майбутні зміни, включаючи ті, які виникнуть у зв'язку з діяльністю суб'єкта і під його дією. Здатність приблизно оцінити (виходячи зі свого досвіду) складність задачі і свої можливості її рішення. Уміння вчасно підготувати план використання засобів і ресурсів, план операцій, переважно на основі розуміння відношення між способом дії і майбутнім результатом активності суб'єкта.

Непередбачливість (реактивність). Нездатність або неготовність передбачати хід і результати своєї діяльності, передбачати зміни середовища. Схильність реагувати на зміни ситуації тільки після того, як вона вже виникла без підготовленого плану, імпровізовано.

Кмітливість (спритність). Здатність швидко обирати оптимальні форми, методи, способи своєї діяльності; використовувати свої можливості і доцільно пристосовувати допоміжні посібники та інструменти в цілях ефективної цілеспрямованої дії.

Безпорадність. Нездатність шукати, правильно обирати і доцільно пристосовувати ресурси, методи, засоби, ефективні для продуктивної діяльності.

Обачність. Тенденція брати до уваги ширші обставини дій, що готуються. Схильність до пошуку малопомітних на перший погляд ускладнень і можливих перешкод, які могли б виникнути в ході діяльності.

Легковажність. Небажання враховувати при підготовці планів діяльності ширші її аспекти і не надавати значення обставинам, які могли б ускладнити її хід. Відсутність планування діяльності і уваги до можливих небажаних наслідків.

Самостійність. Можливість забезпечувати необхідні зовнішні умови і внутрішні передумови для майбутньої діяльності з найменшим використанням допомоги інших людей.

Несамостійність. Відсутність здатності самостійно, без чужої допомоги, створювати необхідні умови і передумови діяльності – інформаційні, технічні, економічні, функціональні, коопераційні. Тенденція орієнтуватися на готові програми діяльності і допомогу інших людей при їх здійсненні.

Всебічність. Прагнення забезпечувати у великому об'ємі систематично і в деталях як зовнішні, так і внутрішні передумови для виконавчих та управлінських операцій.

Педантичність. Схильність займатися всебічною підготовкою діяльності, затримуватися на дрібницях і деталях.

Саморегулювання. Свідомий контроль над собою протягом всього процесу діяльності: здатність організаційно впливати на виконавчі і регулюючі функції, не втрачати контролю над подіями при труднощах.

Недисциплінованість. Нездатність підпорядкувати внутрішні процеси і стани вимогам ситуації і діяльності, що проводиться; невміння з'єднати і взаємно урівноважити функції всіх підсистем, що беруть участь в регуляції.

Діловитість. Хороша організація, активізація і використання внутрішніх передумов ефективної діяльності. Розробка (трансформація) на основі загальних планів конкретних програм. Точне визначення взаємозв'язку і тимчасової послідовності виконавчих та управлінських операцій

Бездіяльність. Нездатність підготувати і активізувати внутрішні передумови діяльності. Безпорадність у створенні на основі орієнтовних планів нових програм або зміні вже підготовлених.

Витривалість (терплячість). Подолання дії негативних зовнішніх або внутрішніх чинників (відштовхування, монотонність, втома, погані звички, розчарування тощо), які інтенсивно переживаються суб'єктом і заважають успішному ходу діяльності.

Нетерплячість. Недолік рішучості, небажання або неготовність до опору протягом тривалого часу інтенсивній дії (зовнішній і внутрішній), яка заважає виконанню поставленого завдання і досягненню мети.

Помірність. Адекватна оцінка свого зовнішнього вияву і внутрішніх станів та утримування оптимальної активності для реалізації діяльності. Свідоме пониження дуже високого рівня активності і вгамування зовнішніх проявів афектних і емоційних станів.

Перенапруженість. Схильність до зайвої активності (унаслідок афекту або під впливом вольового зусилля), не дивлячись на те, що це недоцільно. Нездатність щодо достатньої саморефлексії, пов'язаної з неготовністю суб'єкта регулювати свою поведінку і зовнішні вияви емоцій.

Розсудливість. Ухвалення рішення під час підготовки, регулювання і управління діяльністю тільки після відповідної переробки доступної інформації і після зважування альтернатив можливих рішень.

Необачність. Тенденція до втручання в процес регуляції і ухвалення рішень, що стосуються управління, без переробки необхідної інформації. Ухвалення глобальних або оперативних рішень на основі раціональних міркувань.

Сміливість. Прагнення до ризику при рішеннях в неясних, незнайомих або небезпечних ситуаціях навіть при сильному емоційному напруженні. Здатність діяти впорядковано при інформаційній невизначеності, а також у ситуаціях, пов'язаних з почуттям невпевненості або страху (за здоров'я, життя тощо).

Боязливість. Схильність уникати неясних, незнайомих небезпечних ситуацій, які вимагають рішення зі ступенем ризику, організованої активності суб'єкта. Очікування несприятливих можливих наслідків неправильно ухваленого рішення і помилкових дій.

Рішучість. Швидкий перехід від рішення до його здійснення. Вибір однієї з декількох альтернатив без зайвої затримки, навіть у конфліктній ситуації.

Нерішучість. Тенденція до довгого колювання при виборі між декількома альтернативами. Схильність відкладати початок діяльності або вже ухваленого рішення.

Усвідомленість. Усвідомлення свого сьогодення, дійсних спонукань і їх причин, головної мети, значення і сенсу дій. Розуміння багатобічних зв'язків своїх дій із зовнішнім середовищем, з системою суспільних процесів і відносин. Здатність управляти своїми діями відповідно до об'єктивних закономірностей.

Свавільність. Прагнення виходити переважно або навіть виключно зі своїх потреб, бажань і інтересів, найчастіше на основі помилкового уявлення про свою винятковість.

Принциповість (послідовність). Здатність твердо дотримуватися певних принципів навіть в умовах, які змінюються, норм і ідеалів, прийнятих суб'єктом. Орієнтування на стабільні правила в ухваленні рішень і тверді критерії в оцінці того, що відбувається.

Безпринципність (непослідовність). Схильність під час підготовки і реалізації діяльності легко відмовлятися від особисто прийнятих критеріїв, правил, принципів, цінностей, норм і ідеалів (особливо під впливом несподіваних змін ситуацій).

Цілеспрямованість. Оптимізація інтеракції суб'єкта з зовнішнім наочним і соціальним середовищем. Уміння координувати управління і регулюючі дії відповідно до чітко-певної мети і на основі розуміння відносин між метою і засобами її здійснення.

Імпульсивність (стихійність). Нездатність, неготовність або небажання цілеспрямовано направляти хід власних дій (за допомогою координації функцій усіх керівників і регулюючих підсистем). Схильність керуватися в своїй поведінці швидкоплинними ідеями або випадковими зовнішніми чи внутрішніми впливами, діяти не врегульовано і недоцільно.

Старанність (скрупульозність). Включення позитивних мотивів і емоцій у цілеспрямоване управління діяльністю.

Байдужість. Схильність залишати без уваги і втручання ускладнення, що заважають виконанню завдання і досягненню поставленої мети. Недостатність рішучості (небажання) активно використовувати внутрішні засоби суб'єкта.

Енергійність. Уміння розвинути за короткий час значне, іноді максимальне вольове зусилля, що підвищує активність.

Млявість. Недостатність рішучості (небажання) або нездатність проявляти вольове зусилля в ситуаціях, що вимагають концентрації сил, інтенсивної і негайної активності для подолання перешкод і своєчасного досягнення мети.

Ретельність. Схильність керуватися (як при свідомому контролюванні виконавчих операцій, так і при самооцінці) критеріями точності і якості навіть у збиток швидкості і кількості. Повне використання контрольної інформації про хід діяльності і її проміжні результати при цілеспрямованій регуляції якості.

Недбалість. Виражена тенденція задовольнятися при самооцінці і саморегуляції критеріями нижчого рівня. Недооцінка показників якості при бажанні швидкого виконання діяльності. Відсутність контролю в ході діяльності, ігнорування вимог до її якості.

Наполегливість. Спроби вирішити проблему, що виникає в діяльності, яка повторюється. Здібність до тривалої концентрації внутрішніх можливостей і мобілізації сил протягом усього періоду досягнення поставленої мети.

Непостійність. Швидка зміна або навіть відкидання поставленої мети, відмова від контролю за діяльністю, яка найчастіше не доводиться до кінця.

Гнучкість. Готовність пристосовувати виконавчі операції до умов, що змінилися, і залежно від них міняти навіть спрямованість діяльності.

Ригідність. Нездатність швидко і доцільно міняти спосіб регуляції і управління в ситуації, що змінилася. Орієнтування на одного разу затверджений план дій і спочатку вибрані засоби, які вже виявляються неадекватними.

Відповідальність. Усвідомлення залежності своїх дій і їх наслідків від свого рішення і управління. Готовність відповідати за них у межах соціальної або організаційної структури.

Безвідповідальність. Небажання відповідати за виконання доручених завдань і обов'язків. Нездатність усвідомити соціальні, організаційні наслідки своїх дій. Схильність покладати відповідальність на зовнішні обставини.

Майже всі наведені якості є внутрішньо (психологічно) гетерогенними – неоднорідними, хоча з погляду зовнішніх проявів (поведінки) кожне з них гомогенне. Наведений перелік вольових якостей не можна вважати завершеним. З даних нами характеристик розкривається взаємозв'язок цих якостей: а) з когнітивним стилем і пізнавальними здібностями: ініціативність, уява (фантазія), кмітливість (спритність) і старанність, винахідливість

(творчість); б) з якостями темпераменту: витривалість, сила і врівноваженість нервових процесів; непостійність, неврівноваженість і лабільність процесів у ЦНС; в) з моральними якостями: обачність – уважливості до інших (альтруїзм), принциповість, чесність (вірність), сміливість, хоробрість (геройство); г) з «інтерперсональними» якостями: ініціативність, настирність (домінування), нерішучість, замкнутість.

Можна чекати, що специфікація і диференціація вольових якостей дозволяє точніше, ніж раніше, вирішувати важливі психологічні і педагогічні проблеми. Наведена класифікація може стати, з одного боку, основою для діагностики конкретного рівня розвитку вольових якостей у різних людей, з іншого – основою для підбору конкретних корегувально-направлених проблемних ситуацій у цілях ефективного розвитку волі.

Психологічна структура вольового акту

Спонування до здійснення вольової дії. У ролі спонукальних сил конкретних вольових дій виступають певні потреби і мотиви людини. Вони можуть бути найрізноманітнішими, але в будь-якому випадку змушують активно працювати мислення людини, оцінювати мотивацію майбутньої поведінки, ставити перед собою певну мету.

Уявлення і осмислення мети дії. У результаті виникає боротьба мотивів (тобто процес визначення найбільш значущого стимулу вольової дії), яка служить показником здатності людини встановлювати зв'язки, розуміти, обирати бажання, обумовлені потрібними мотивами, і перетворювати їх на мету. З іншого боку, боротьба мотивів показує здібності людини напружуватися, докладати зусилля, примушує замислюватися про відповідальність за наслідки, пов'язані з досягненням або недосяганням поставленої мети, тобто проявляти волю. У ході боротьби мотивів оформляється мета діяльності, осмислюється її основна специфіка.

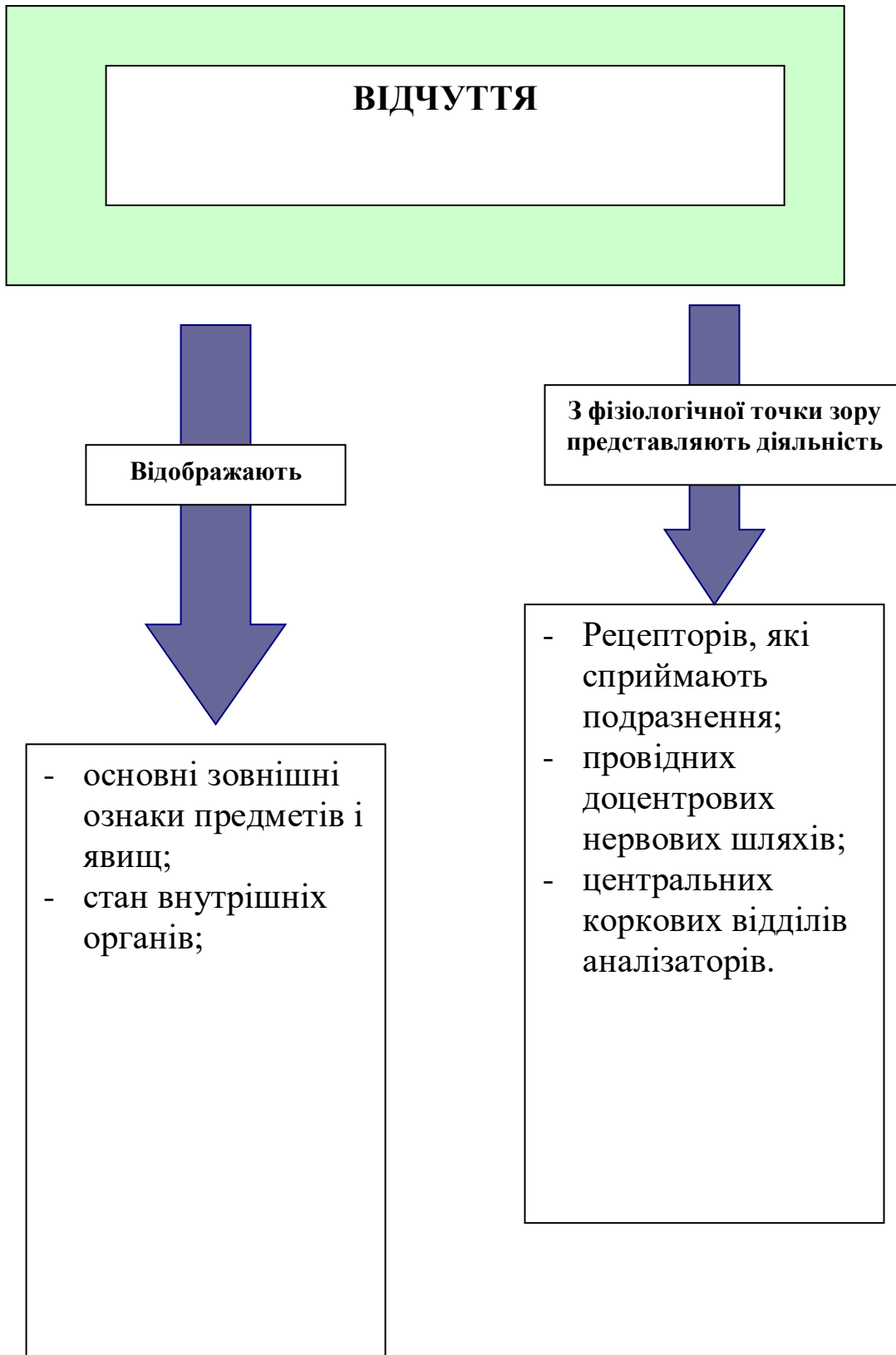
Уявлення засобів, необхідних для досягнення поставленої мети. Звичайно осмислюється не тільки мета вольової дії, але і засоби і способи її досягнення, від правильного використання яких залежить досягнення конкретного результату.

Намір здійснити дану дію. У ході боротьби мотивів, осмислення мети діяльності і вибору способів її досягнення, людина ухвалює рішення. Зробити це, означає відмежувати одне бажання від інших і таким чином створити ідеальний образ мети. Але щоб ухвалити рішення, потрібно мобілізувати себе на його виконання. Для цього потрібне вольове зусилля. Воно характеризується кількістю енергії, витраченої на виконання цілеспрямованої дії або утримання від неї. Спочатку свої вольові зусилля людина повинна усвідомити і зважитися на них.

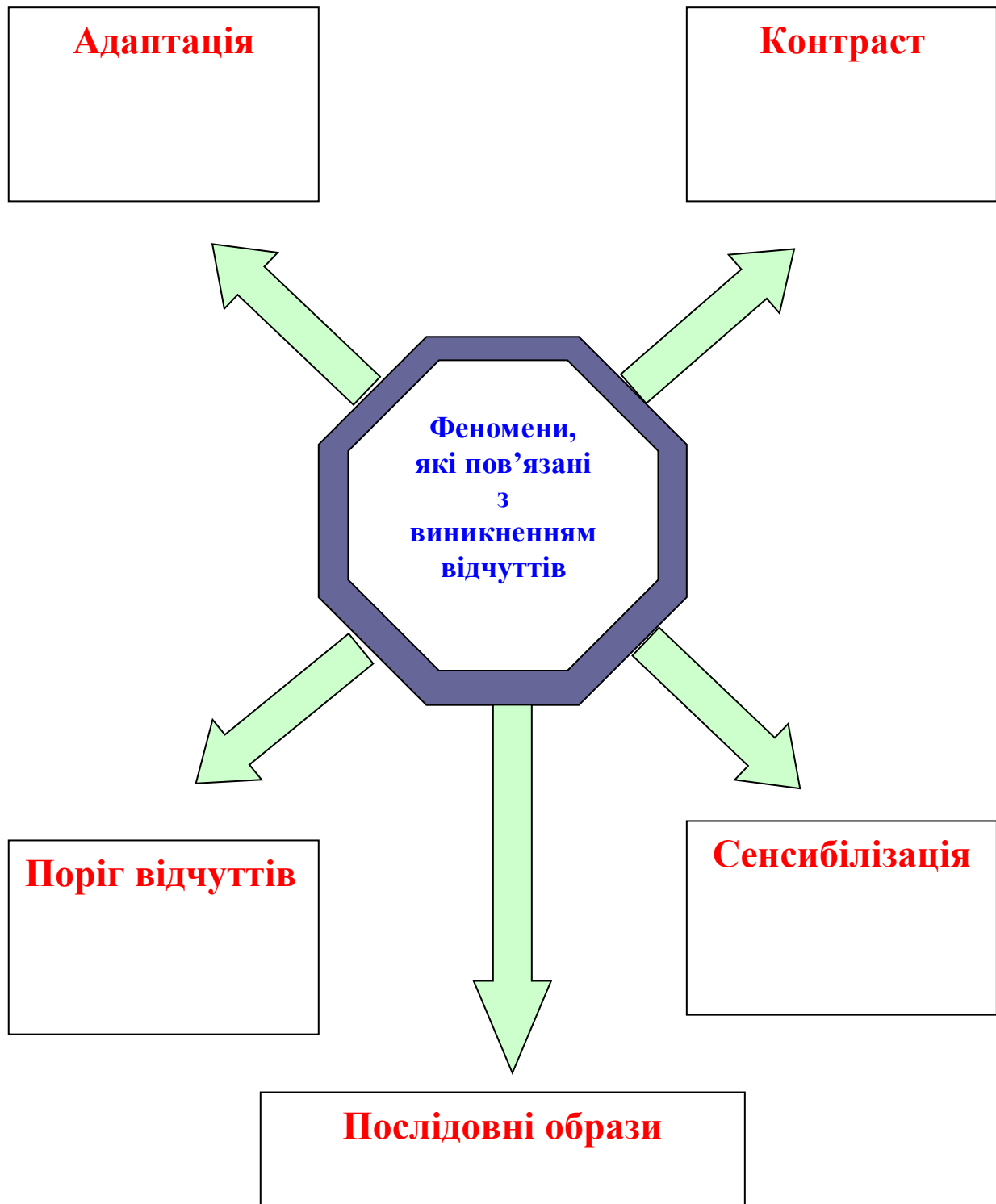
Виконання ухваленого рішення. Людина приступає до практичного здійснення ухваленого рішення. Вона будує свою поведінку так, щоб наявний у свідомості задум утілювався в речі, предметі, русі, трудовому, розумовому навичку, вчинку. Проте людина не тільки діє, вона проявляє волю, контролює і корегує свої дії. Кожного разу вона звіряє одержаний результат з ідеальною метою (або її частиною).

СТРУКТУРНО-ЛОГІЧНІ СХЕМИ ДО ТЕМИ 3.

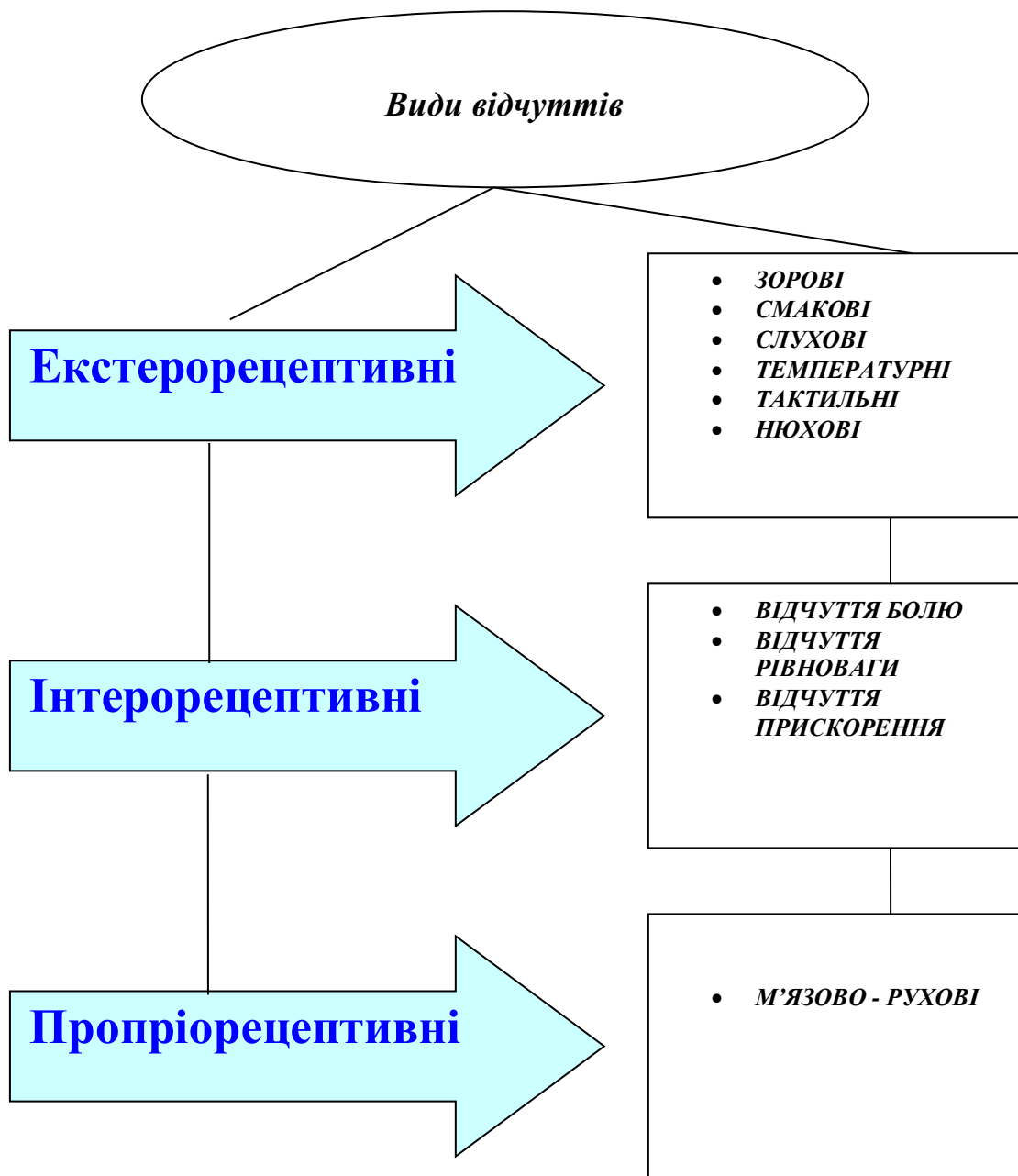
Особливості відчуттів



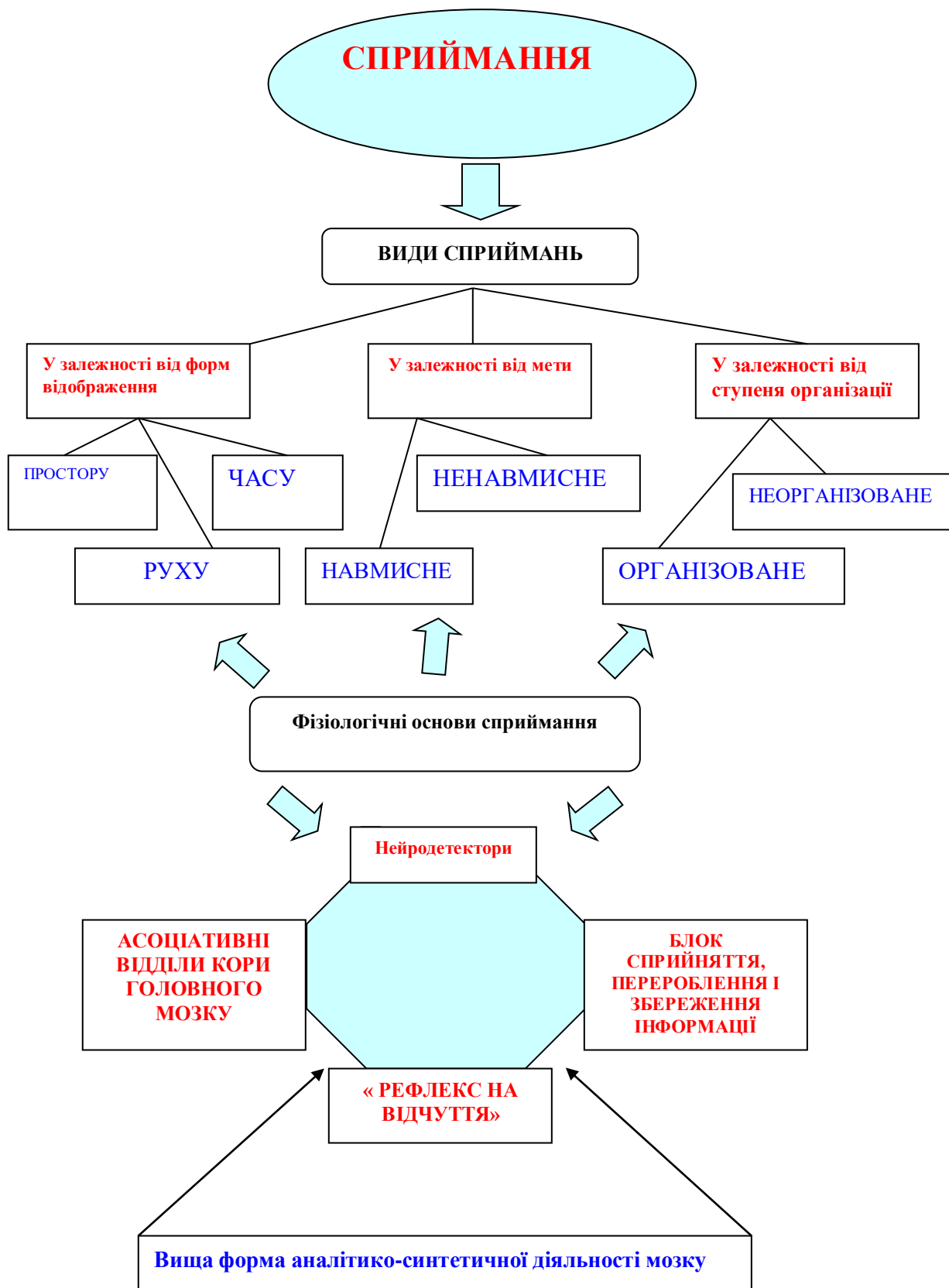
Властивості відчуттів



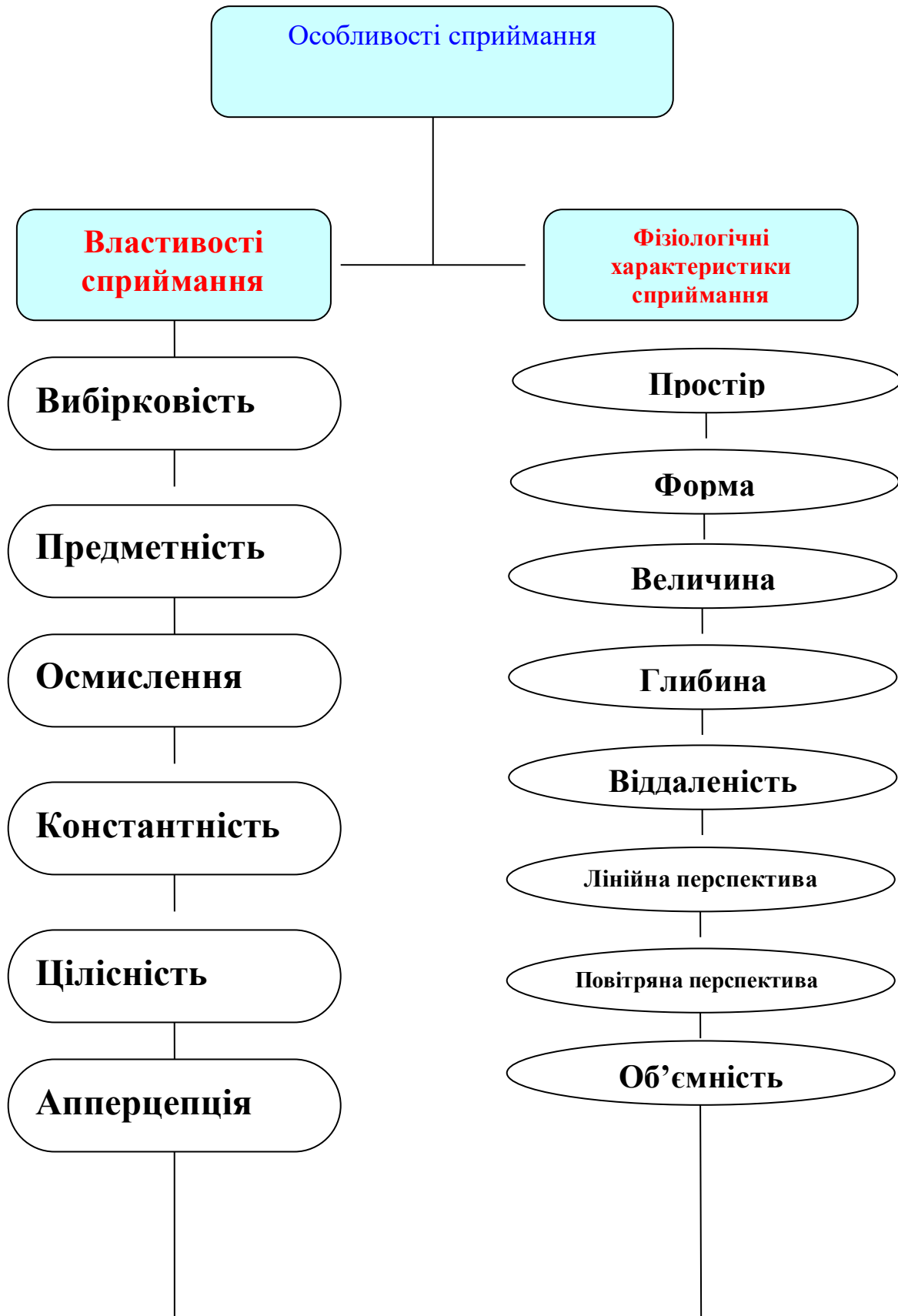
Види відчуттів



Сутність сприймання



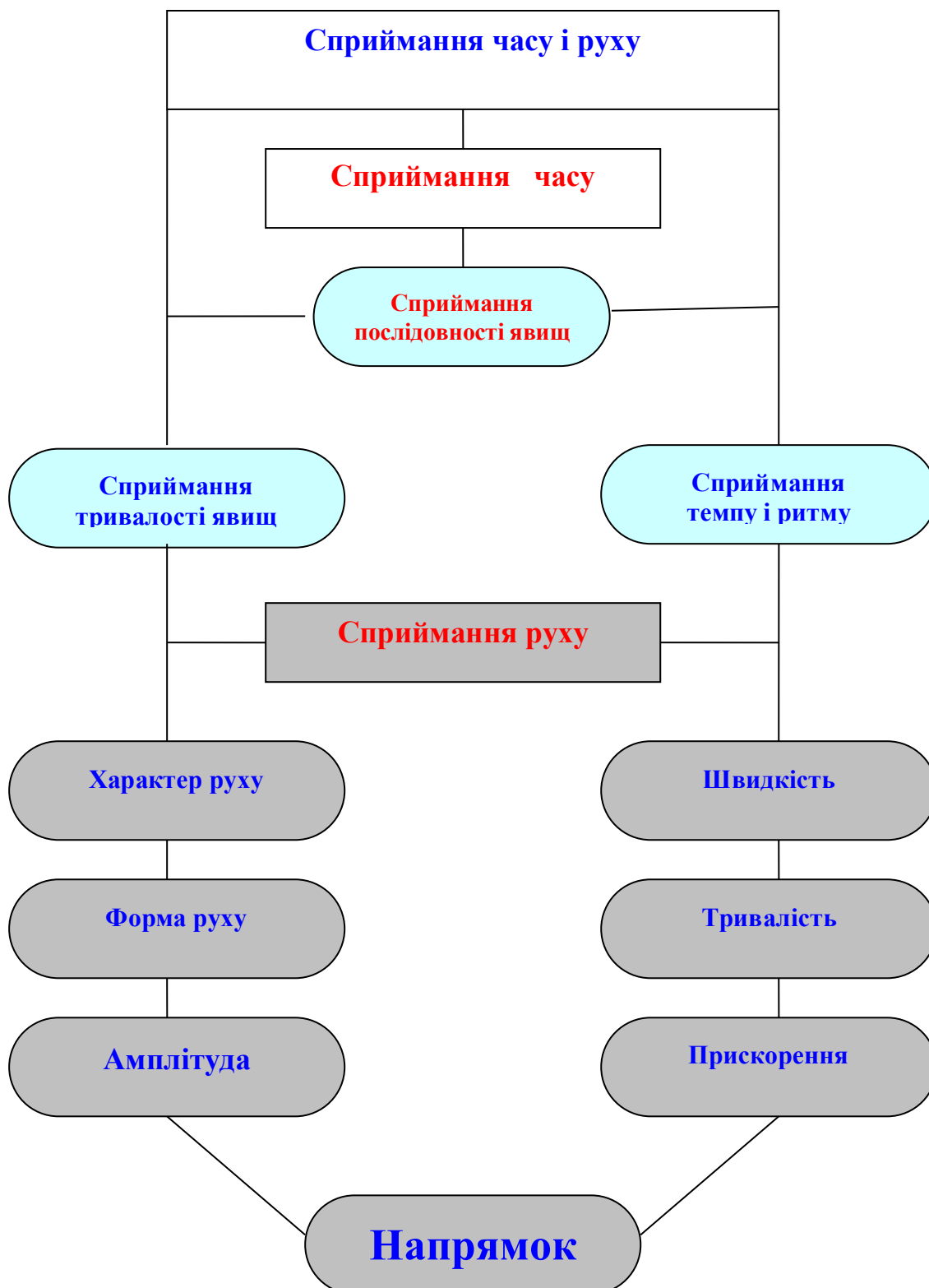
Особливості сприймання



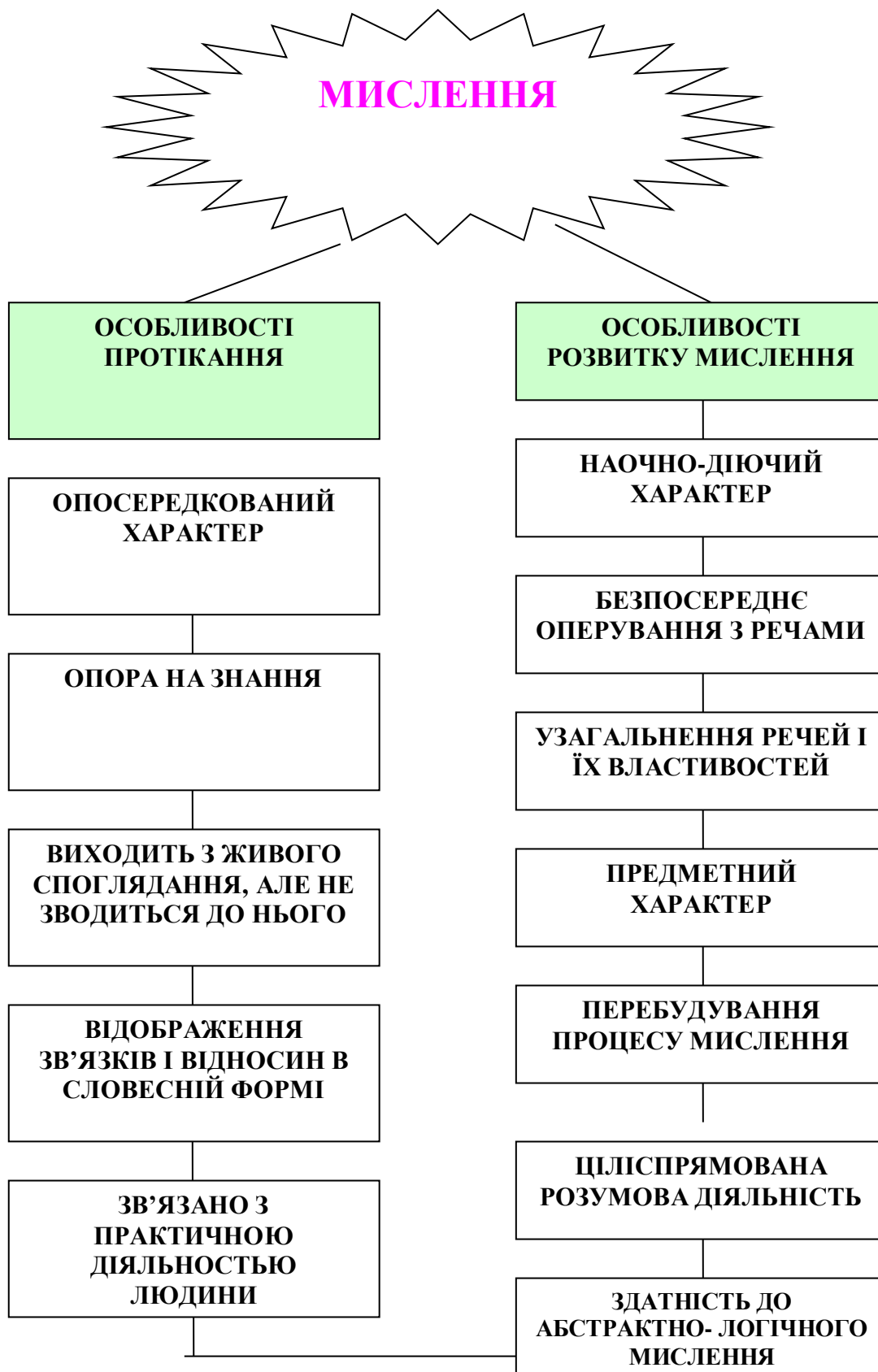
Сприймання простору



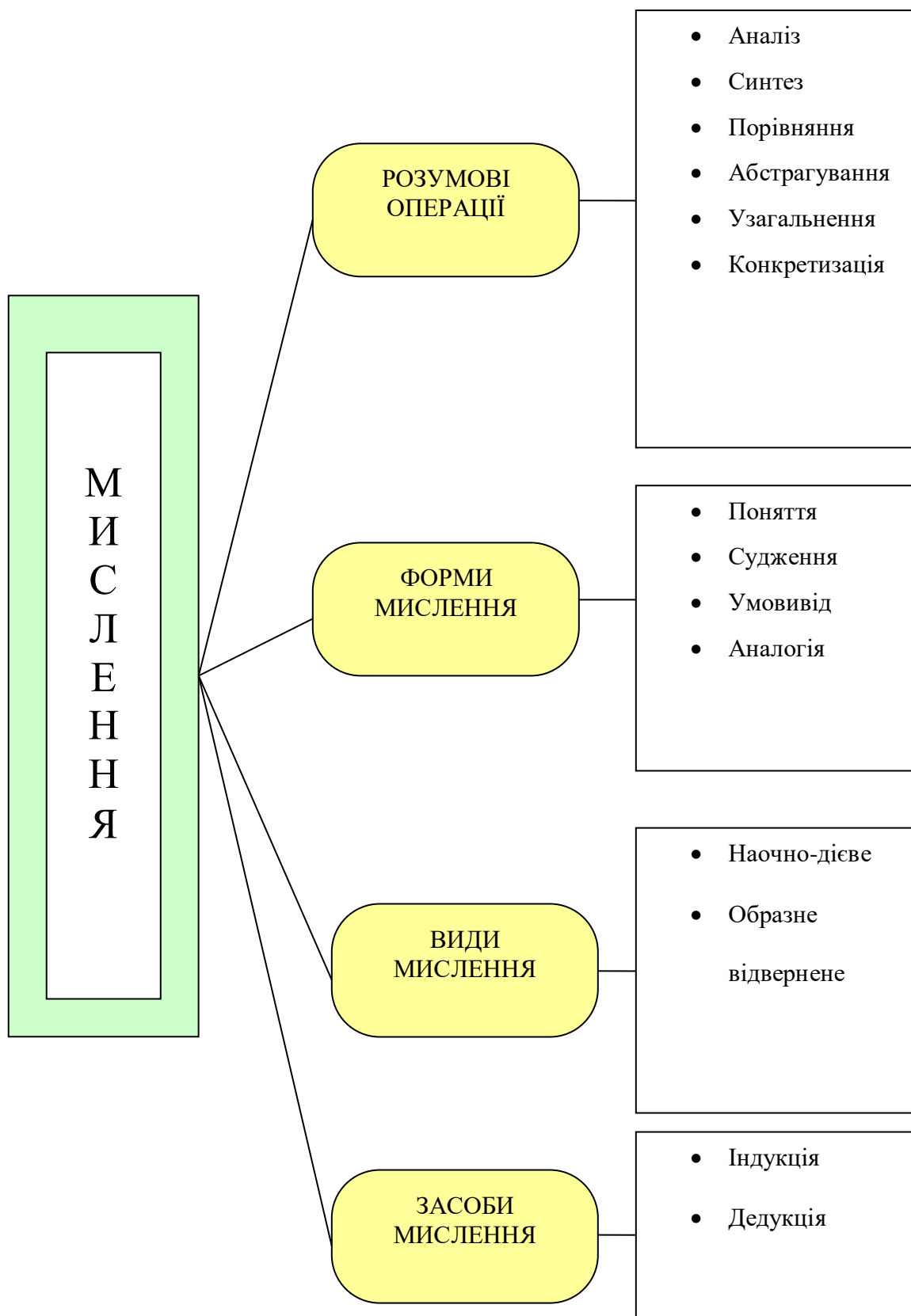
Характеристика сприймання часу і руху



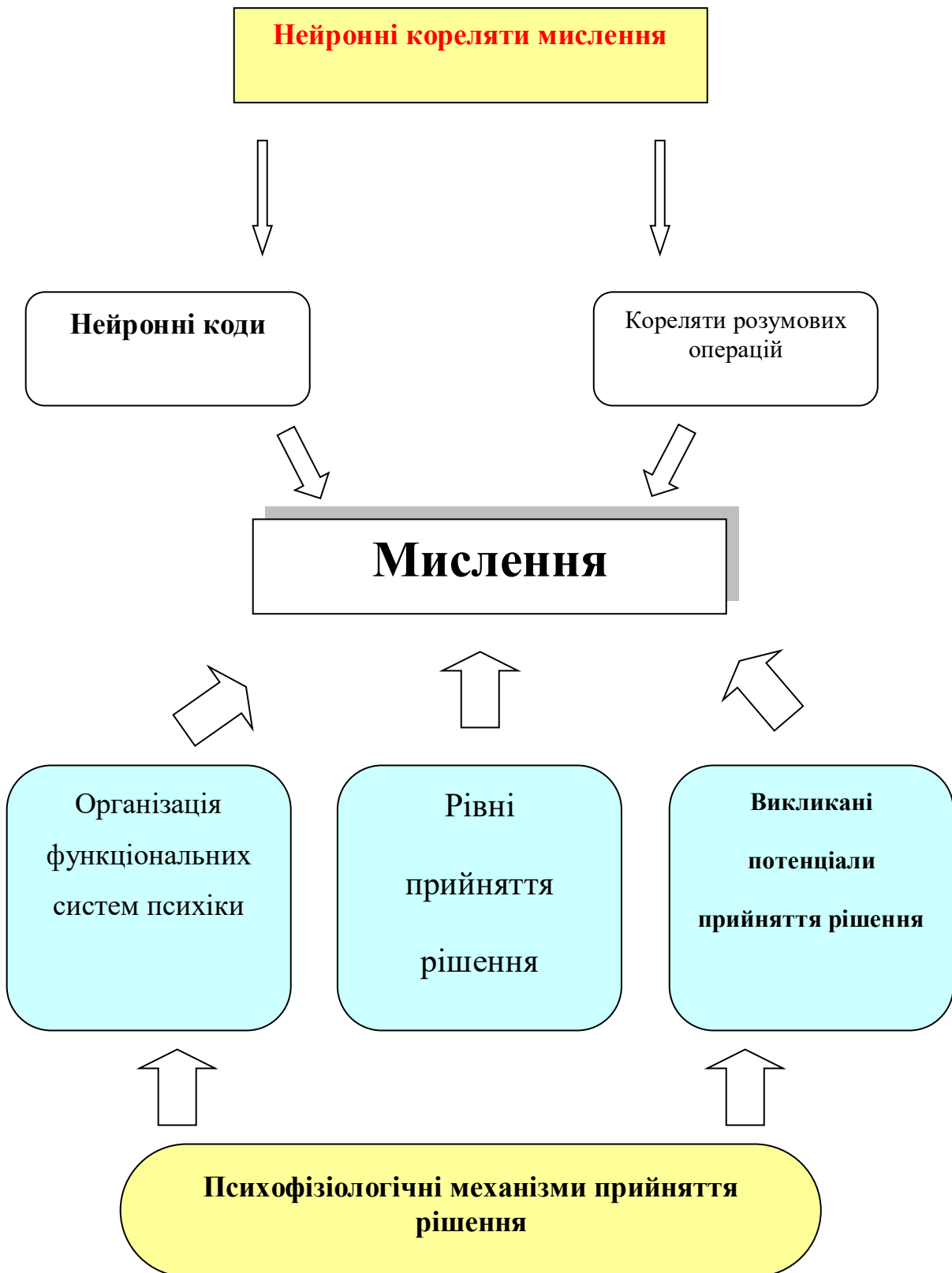
Особливості мислення



Психологічний зміст мислення



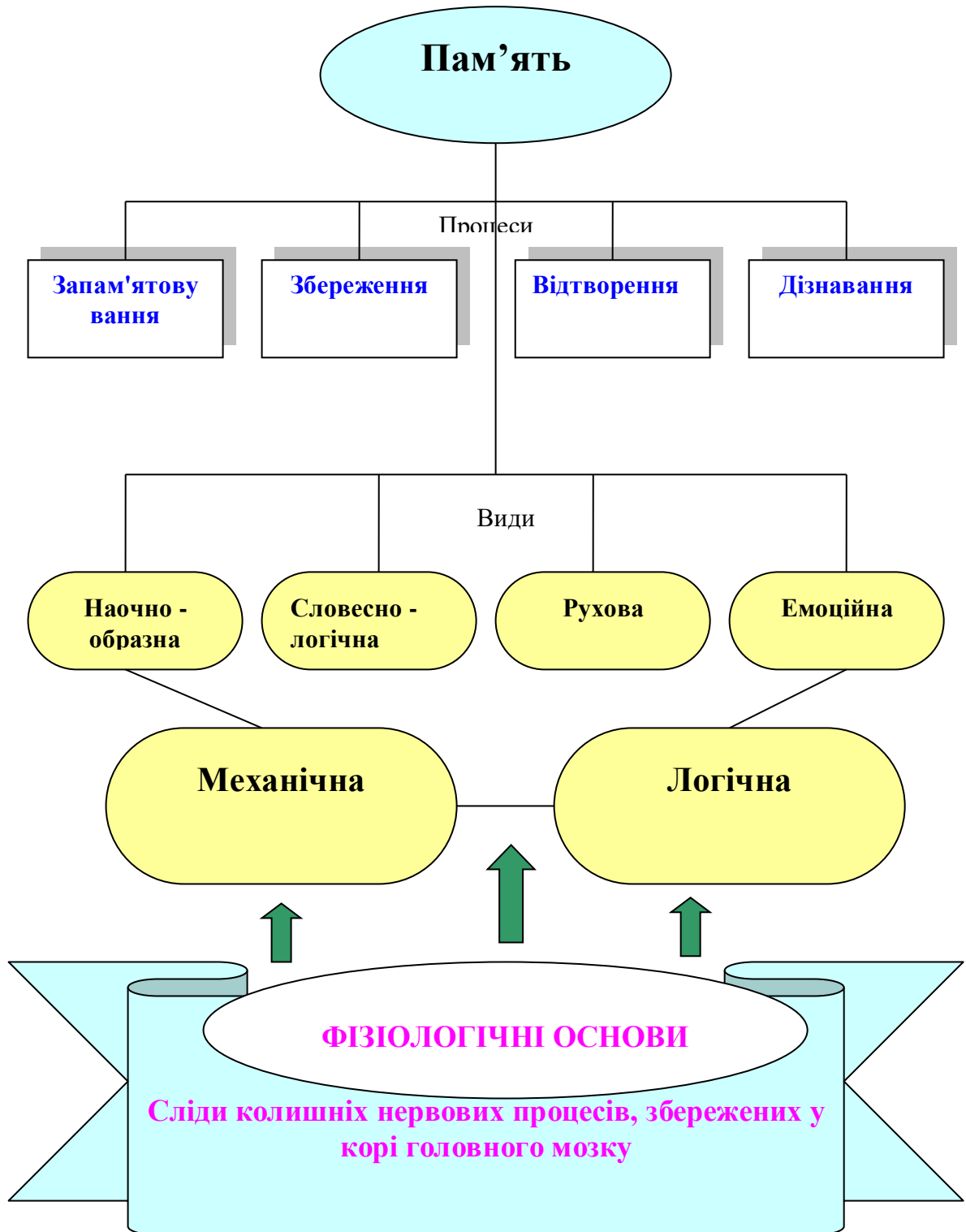
Фізіологічні основи мислення



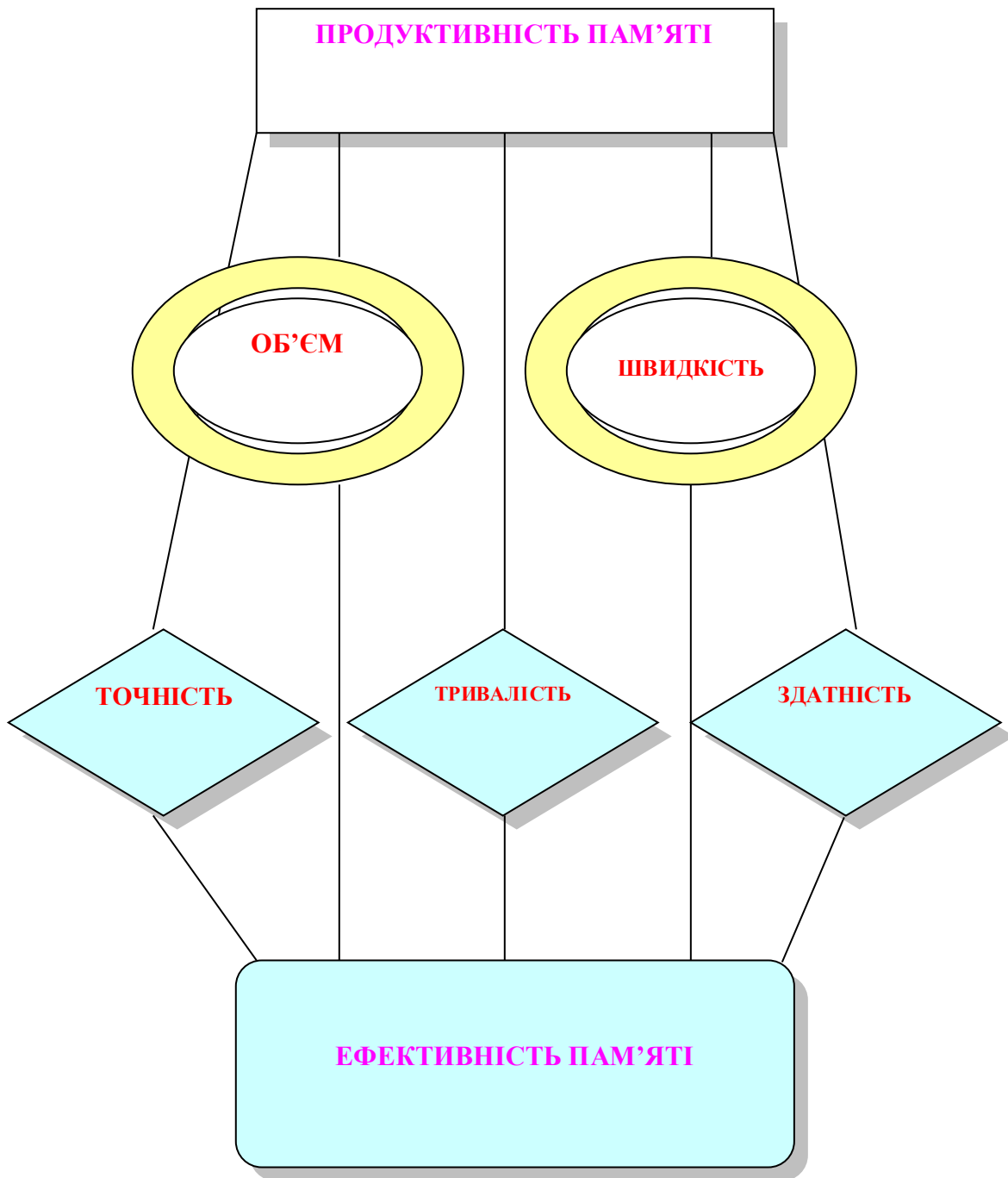
Види мислення



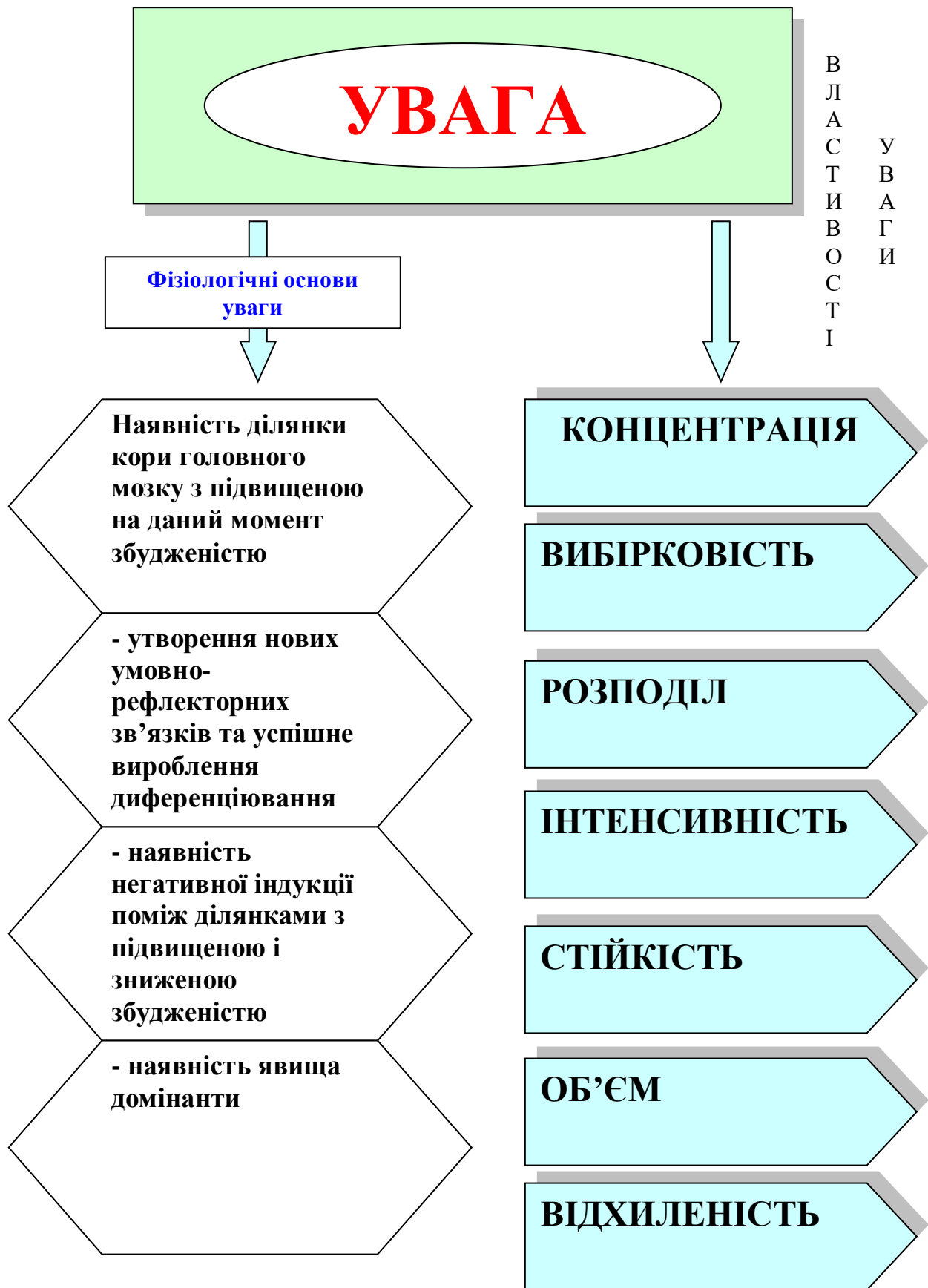
Сутність пам'яті



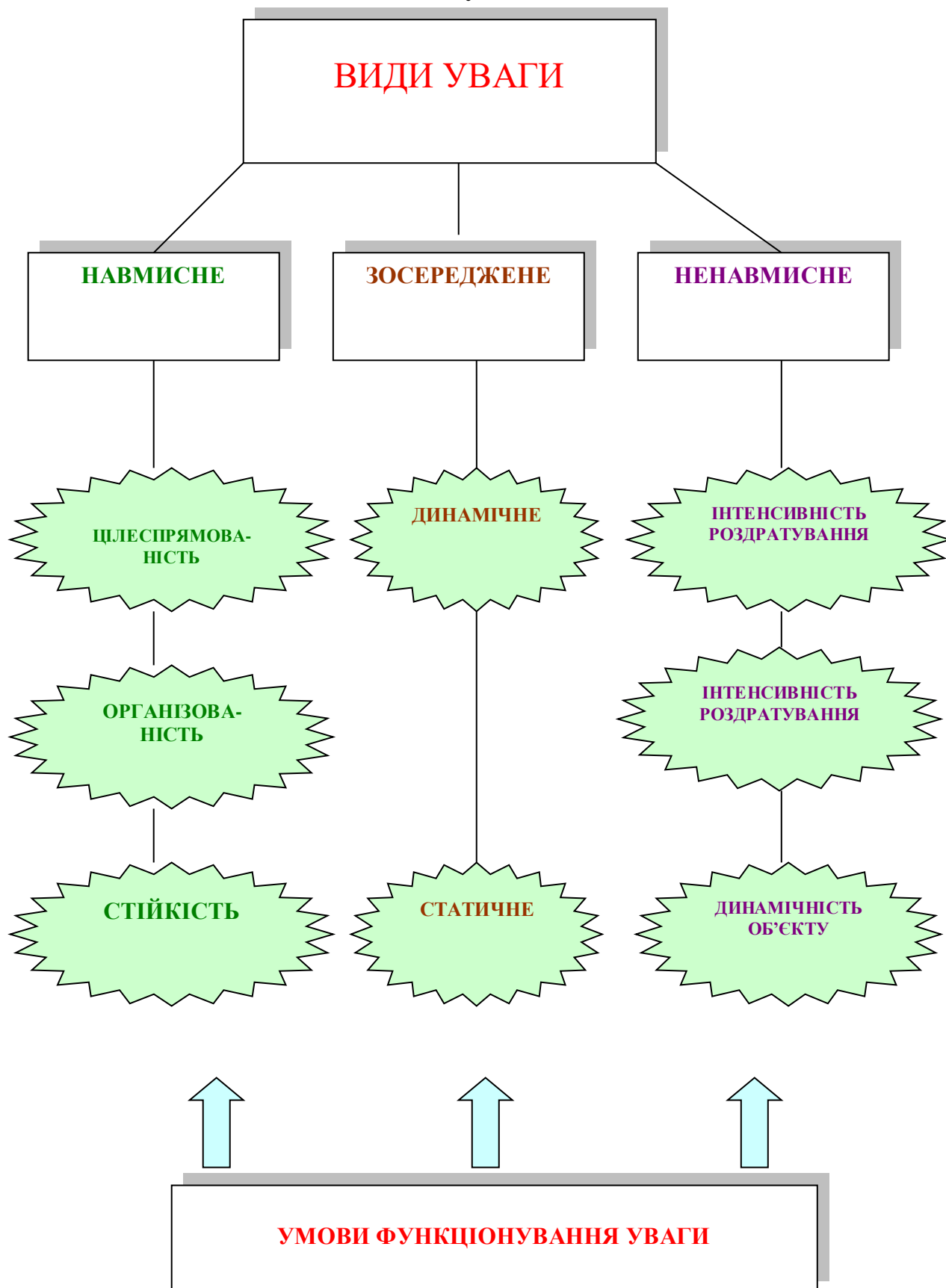
Характеристики пам'яті



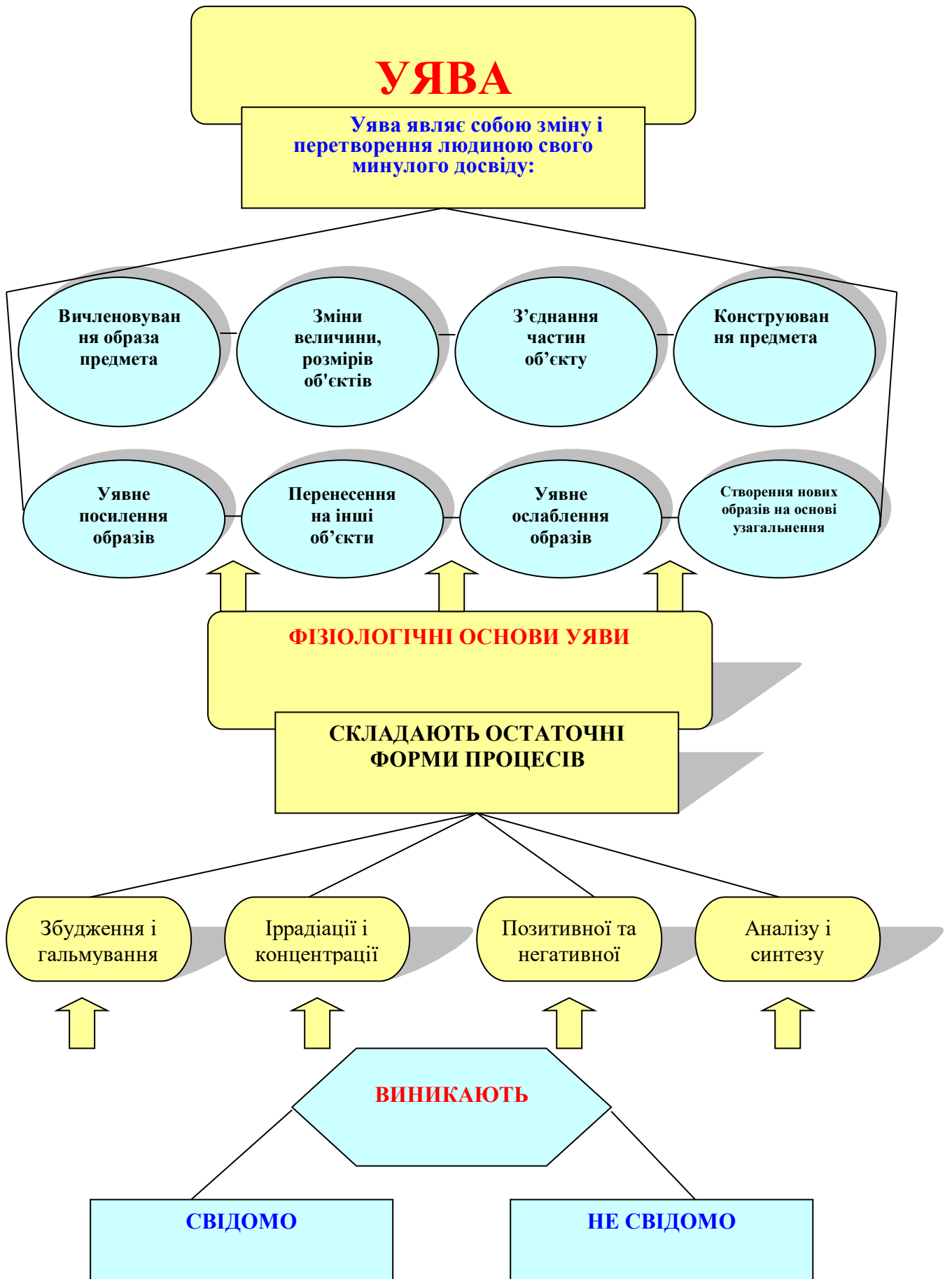
Сутність уваги



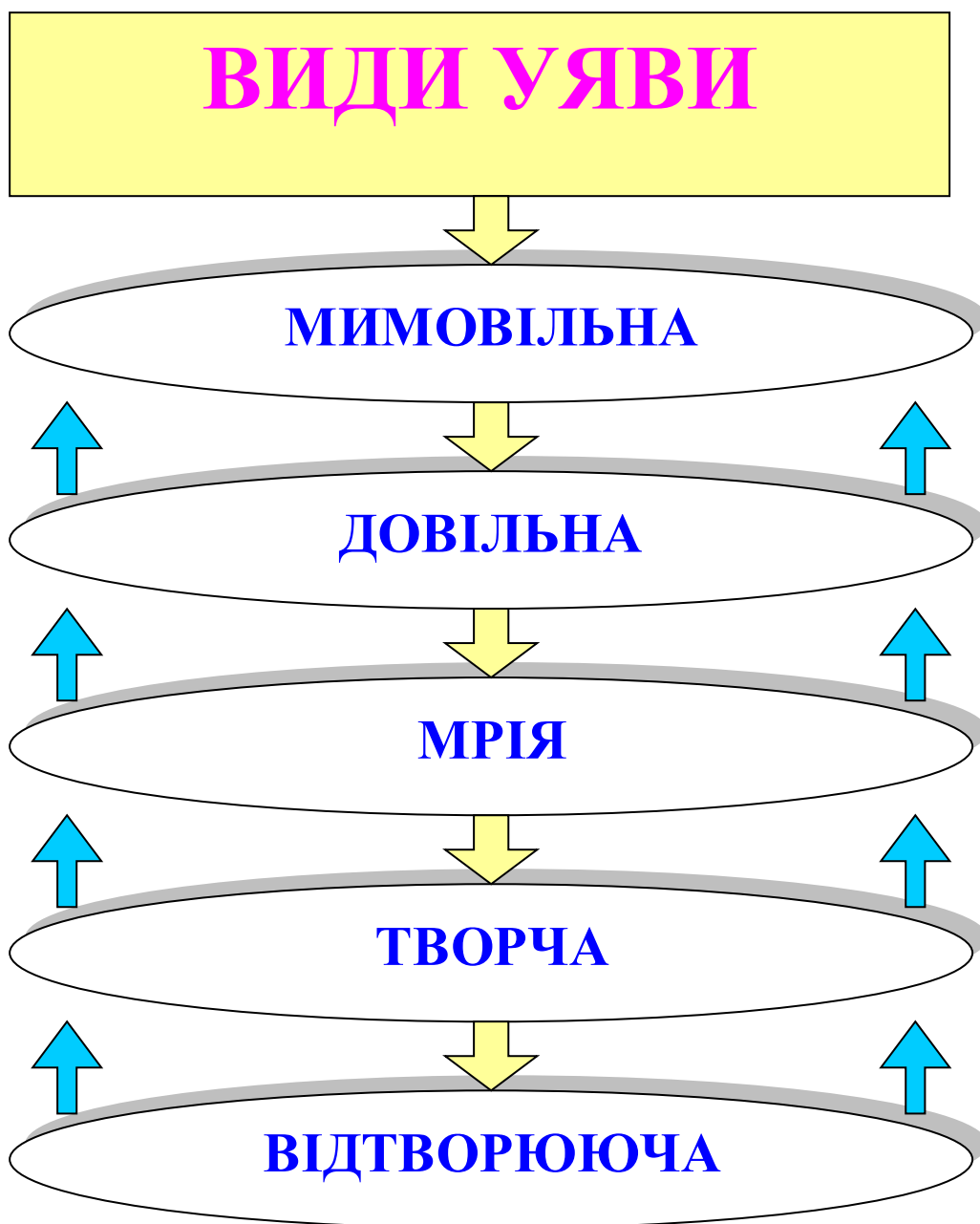
Види уваги



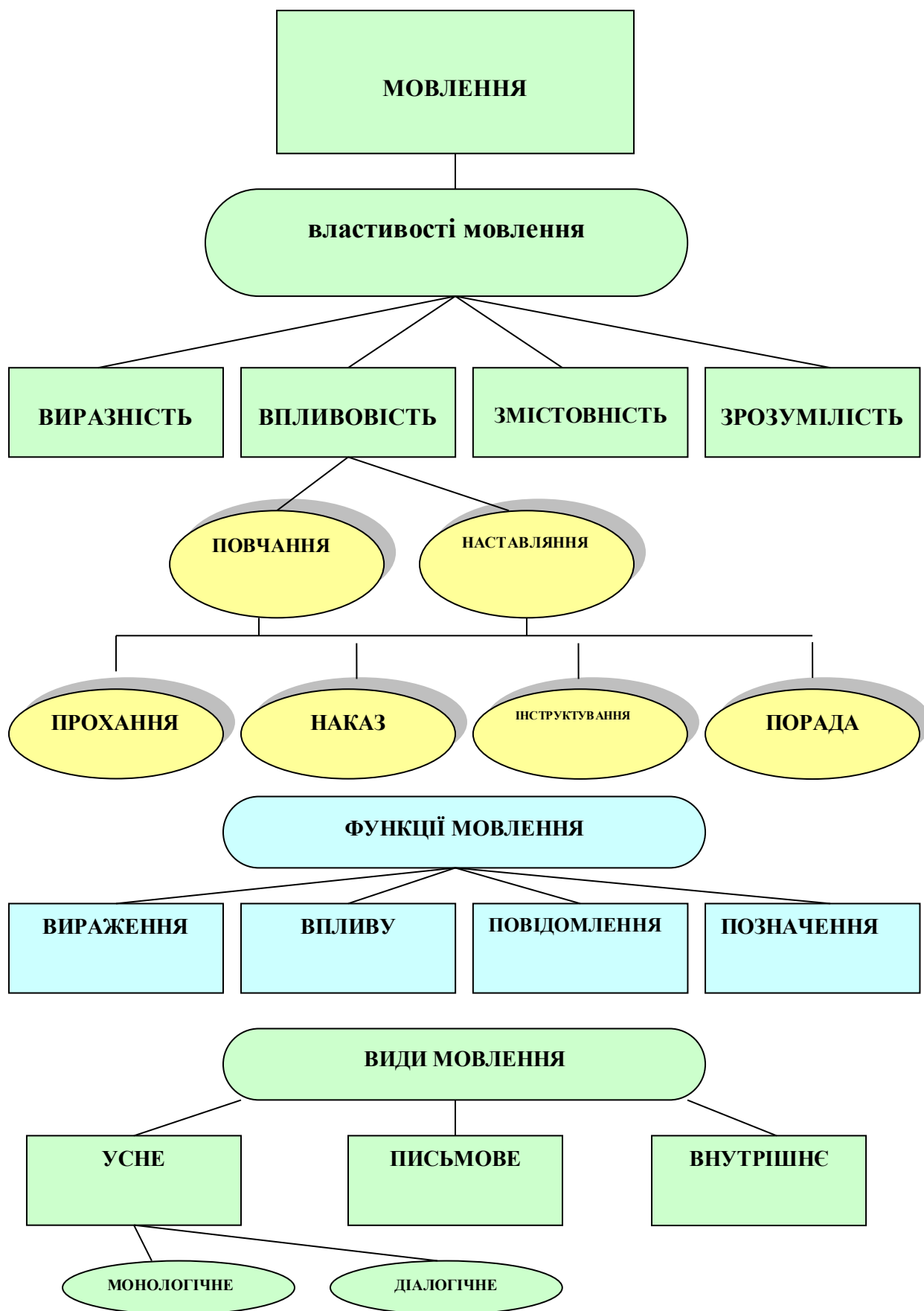
Психологічні характеристики уяви



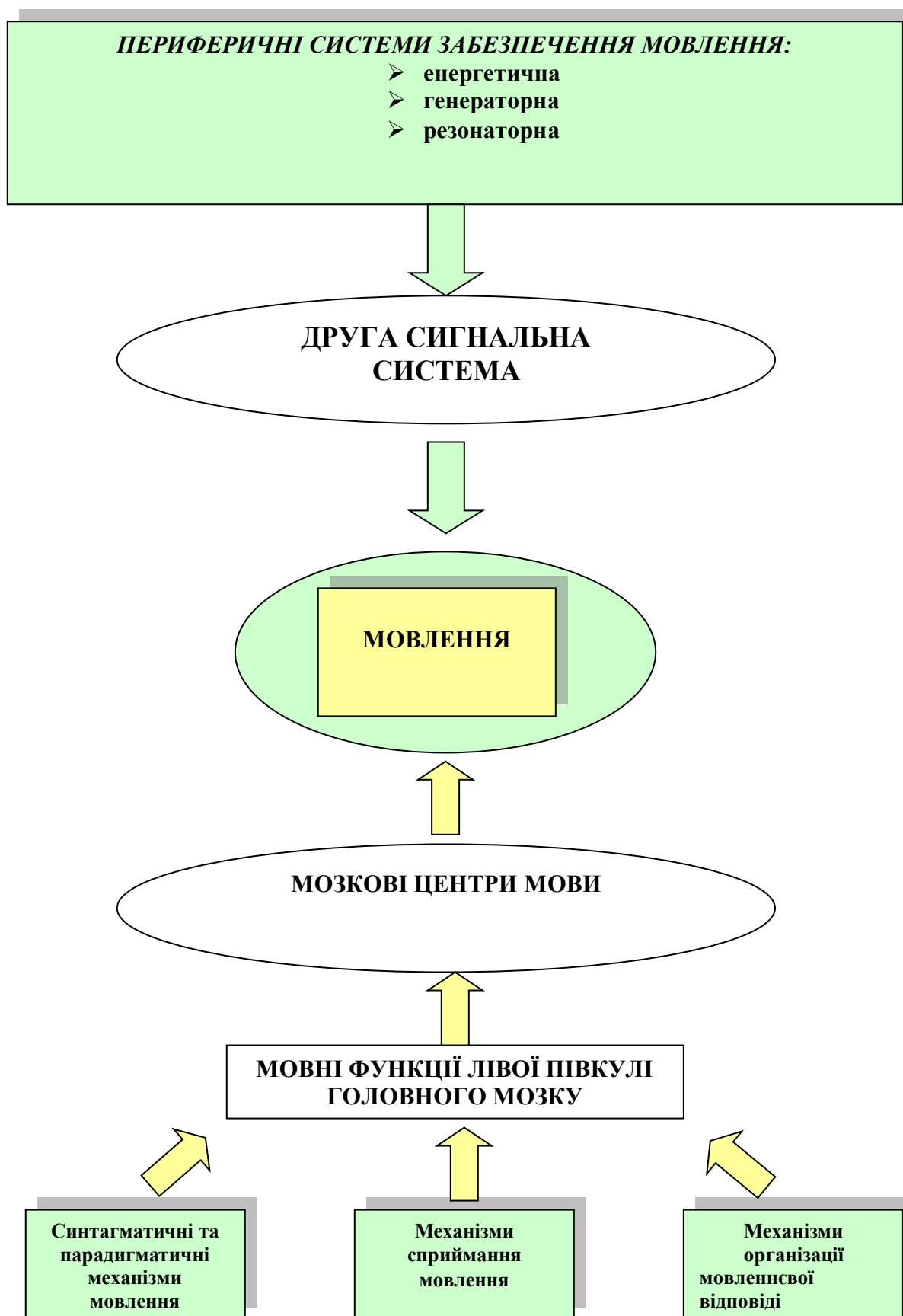
Види уяви



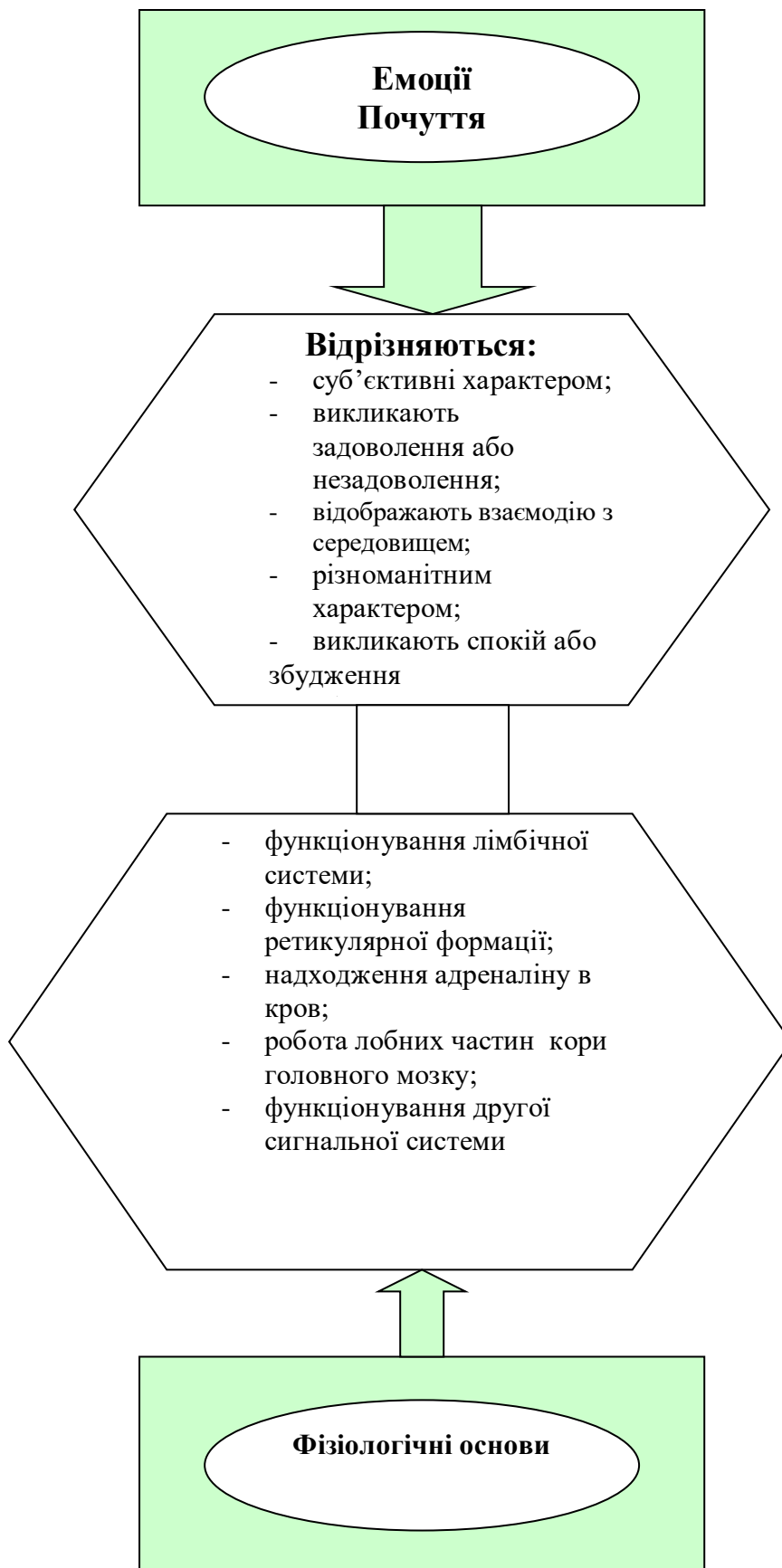
Психологічна характеристика мовлення

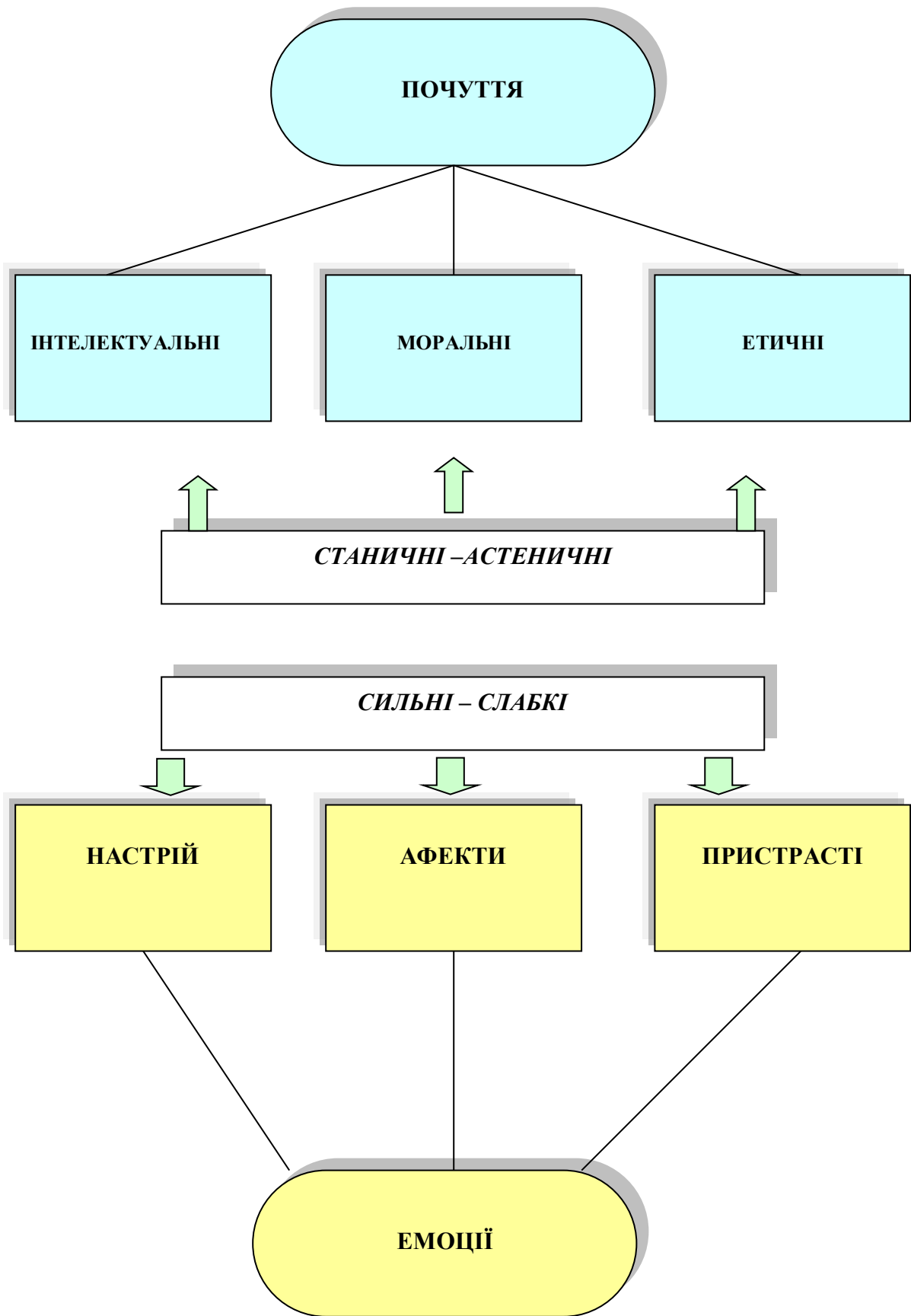


Фізіологічні основи мовлення

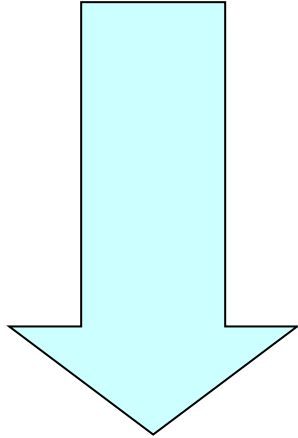


Сутність емоцій і почуттів



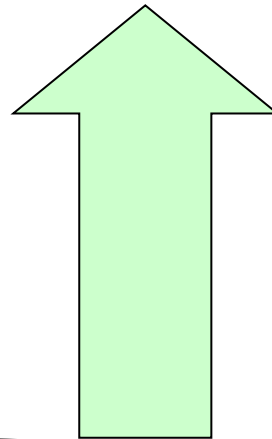


НАСТРІЙ



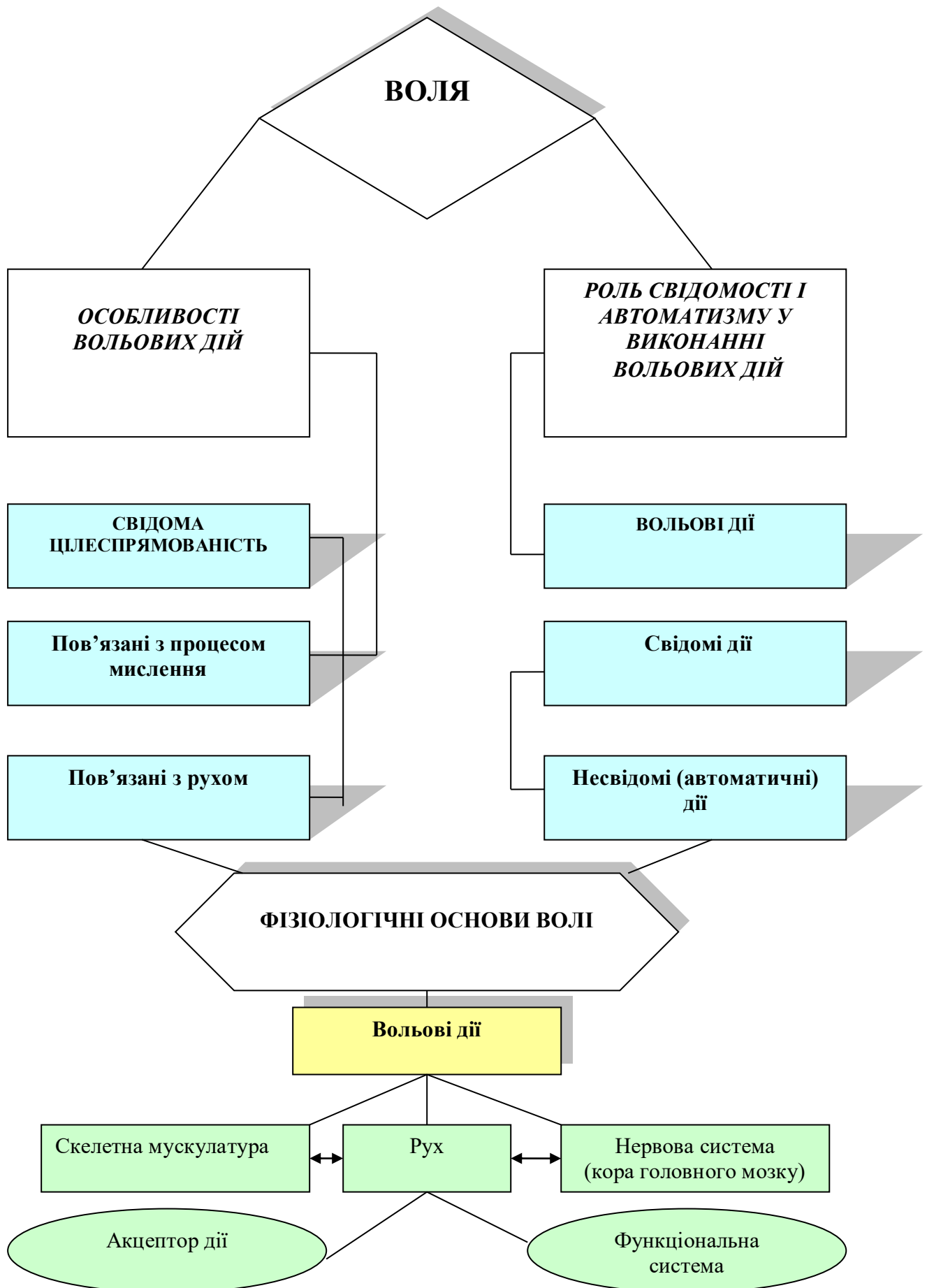
1. Слабка інтенсивність емоційного переживання.
2. Значна тривалість емоційного переживання.
3. Неясність переживань
4. Своєрідний дифузний характер.

1. Бурхливе виявлення емоційного переживання.
2. Короткочасний хід емоційного переживання.
3. Дифузний характер емоційного переживання.
4. Несвідомість емоційного переживання.

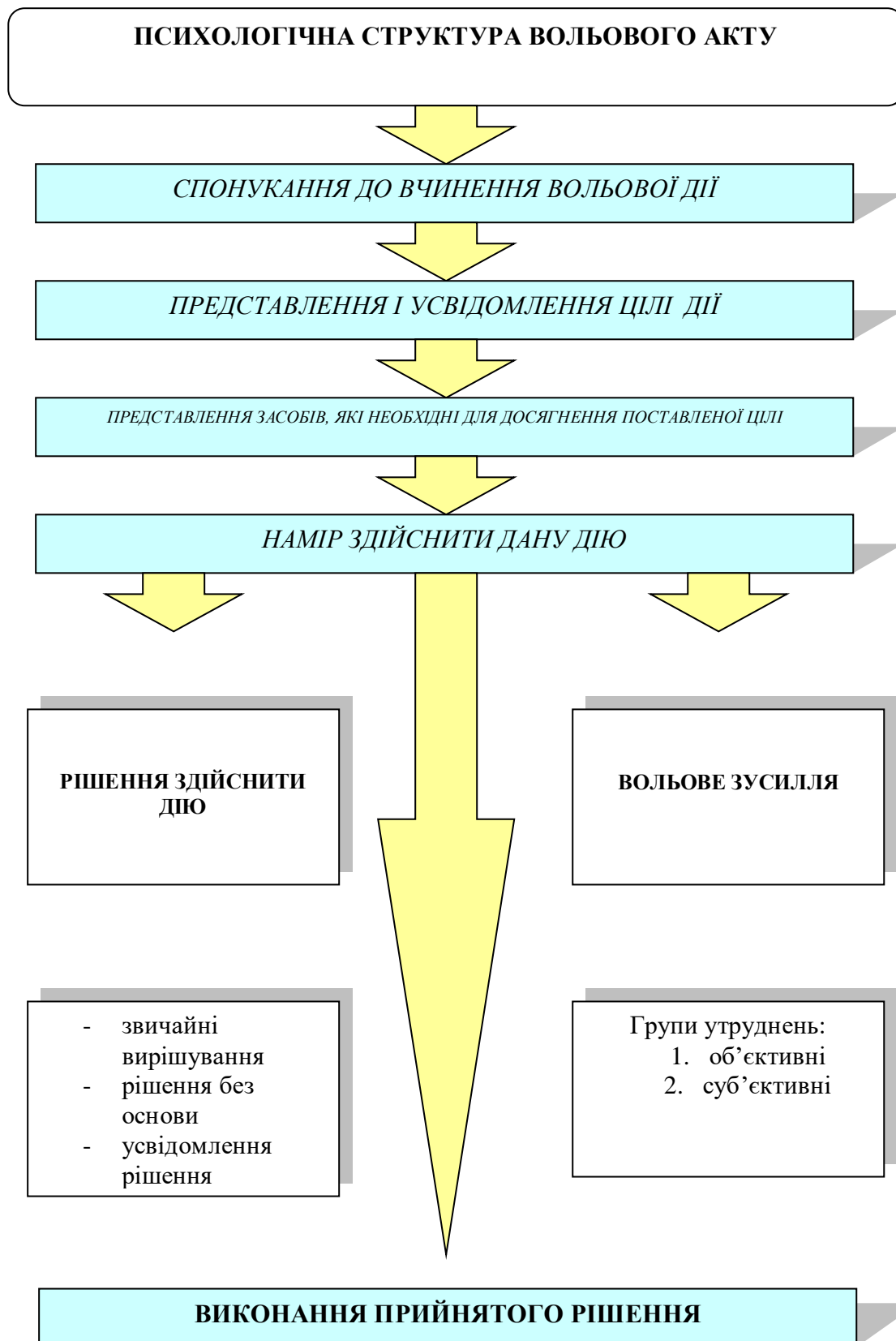


АФЕКТИ

Психологічна характеристика волі



Психологічна структура вольового акту



ТВОРЧІ ЗАВДАННЯ ДО ТЕМИ 3.

1. Вирішіть завдання:

А. В залі включені люстри, які дають освітлення в 2 тис. люксів. Чи помітять присутні, якщо освітлення зміниться на 25 люксів? Чому?

Б. В цеху включено 60 однакових верстатів. Скільки з них має бути вимкнено, щоб майстер на слух зміг це встановити?

В. Юнак несе пакунок з 10 книжок, вага кожної книжки – 300 г. Чи помітить він, що пакунок став важчим, якщо покласти в цей пакунок брошуру вагою 80 г? Чому?

2. В романі Е.Л. Войнич є такий епізод: Джулі, дружина брата Артура, докоряє свого родича. «Від її тонкого пронизливого голосу у Артура стало кисло в роті». Чи є це зауваження психологічно вірним? Про яку закономірність відчуттів йде мова?

3. Вищі тварини переважають людину за швидкістю побудови чуттєвих образів, оцінкою їх емоційного тону та відповідною орієнтацією в навколишньому середовищі. Проте чуттєві образи людини незрівнянно багатші: очевидно, що тварина не відображає й сотой долі того, що сприймає в об'єктах людина. Чим відрізняється сприймання людини від сприймання тварини? Чому сприймання людини незрівнянно багатше?

4. У «загадкових картинках» досліджувані шукали замасковану фігуру. Пізніше вони зазначили, що від початку чітко бачили всі елементи фігури, але не сприймали їх в цілому. Та й у вже знайденій фігурі загальний образ начебто виступав на задній план. Яка закономірність лежить в основі явища? Як вона характеризує процес сприймання?

5. Підберіть стимульний матеріал для проведення експериментів «Роль контуру предметів в сприйманні», «Люзії сприймання», «Сприймання часу».

6. Складіть пам'ятку «Умови організації довільної уваги учнів».

7. Молода малоосвічена німкеня, захворівши на лихоманку, у маренні заговорила грецькою, латинською і давньоєврейською мовами. З'ясувалося, що дівчинкою вона жила у пастора, який часто читав книги вголос. Проте одужавши, вона навіть не підозрювала, які багатства зберігає її пам'ять. Аналогічний випадок стався з камердинером іспанського посла в Парижі, який у маренні виголошував дипломатичною промовою. Про що свідчать подібні факти? Що вони дають для розуміння природи і механізмів пам'яті?

8. Батько, вдягаючи чотирирічну доньку, помилково назвав гольфи колготами. Дівчинка на це зауважила: «Тату, чому ти забуваєш? Це ж так просто: гольфи – значить голі коліна». Чому дівчинка запропонувала такий прийом запам'ятовування? На якому механізмі пам'яті він ґрунтується?

9. Хворі з ушкодженнями потилично-тім'яних відділів лівої півкулі головного мозку не можуть побудувати конструкцію з кубиків за зразком, хоча розуміють загальний принцип побудови і мають відповідний намір. По іншому поводять себе хворі з пошкодженням лобових часток мозку. Їм не важко знайти потрібні просторові відношення, але вони не можуть спланувати сам процес побудови. Ці хворі не розмірковують над умовами

задачі і не виявляють ставлення до власних помилок. Як ці дані характеризують мислення? Соціальним чи природним явищем воно є?

10. Прочитайте уривок з роману О. С. Пушкіна «Євген Онегін», де описаний сон Тетяни, назвіть прийоми створення фантастичних образів.

11. Складіть пам'ятку «Культура діалогічного мовлення».

12. Напишіть твір «Події, що справили на мене найбільш сильне враження в останні два роки мого життя».

13. Хірург Наполеона любив говорити, що рани у переможця загоюються швидше, ніж рани у переможених. Чому?

14. К. Гомберідзе розповідав про один експеримент. Методика тренування в двох групах юних багатоборців, заняття в яких вів один тренер, при однаковому обсязі навантаження була різною. В групі А вправи, спрямовані на удосконалення загальної фізичної підготовленості, виконувались в ігровій обстановці. Заняття проходили цікаво і захоплююче. В групі Б тренування будувалося за стандартною схемою. Експеримент тривав близько двох років. Під час порівняння й оцінювання його наслідків з'ясувалось, що успіхи спортсменів різних груп не однакові. Як ви вважаєте, спортсмени якої групи досягли більших успіхів? Чому?

15. Складіть пам'ятку «Прийоми самовиховання особистості».

ТЕСТОВІ ЗАВДАННЯ ДЛЯ САМОКОНТРОЛЮ ДО ТЕМИ 3.

Прочитайте завдання та виберіть одну правильну відповідь із запропонованих:

1. Анатомо-фізіологічний апарат, який зазначений для прийому впливу визначених подразників із зовнішнього і внутрішнього середовища і переробки їх у відчуття, надано:

- а) провідниковим відділом;
- б) рецептором;
- в) аналізатором;
- г) рефлексом.

2. Орган чуття, що перетворює енергію зовнішнього впливу в нервові сигнали:

- а) аналізатор;
- б) рецептор;
- в) провідні нервові шляхи;
- г) рецепція.

3. Провідні шляхи, по яких збудження, що виникають в рецепторі, передаються центрам центральної нервової системи, які знаходяться вище:

- а) аферентними;
- б) еферентними;
- в) ефективними;
- г) афективними.

4. Здатність до сприймання змін подразника або до розпізнання близьких подразників:

- а) абсолютна чутливість;
- б) диференційна чутливість;
- в) сенсibiliзація;
- г) адаптація.

5. Інтервал часу від моменту подачі сигналу до моменту його виникнення:

- а) диференційний порогом відчуттів;
- б) часовий поріг відчуттів;
- в) просторовий поріг відчуттів;
- г) латентний період реакції.

6. Мінімальна величина подразника, яка викликає ледве значне відчуття, – це поріг відчуттів:

- а) нижній абсолютний;
- б) диференційований;
- в) часовий;
- г) верхній абсолютний.

7. Максимальна величина подразника, яку здатний адекватно сприймати аналізатор, називається порогом відчуттів:

- а) нижній абсолютний;
- б) диференційований;

- в) часовий;
 - г) верхній абсолютний.
8. Мінімальне значення зміни інтенсивності сигналу, що викликають відчуття:
- а) абсолютний нижній поріг;
 - б) диференційний поріг;
 - в) мінімальна тривалість сигналу;
 - г) діапазон чутливості сигналу;
9. То, що величина різницевого порогу чутливості відносна, довів:
- а) Е. Вебер;
 - б) Г. Фехнер;
 - в) В. Вундт;
 - г) С. Стівенс.
10. Сенсорна недостатність, що може призвести до втрати орієнтації, відома як:
- а) депривація;
 - б) дереалізація;
 - в) девальвація;
 - г) деавтоматизація.
11. Психофізіологічна закономірність відчуттів, що не призводить до змін чутливості:
- а) сенсibiliзація;
 - б) адаптація;
 - в) контраст;
 - г) монотонність.
12. Зміна чутливості для пристосовування до зовнішніх умов:
- а) синестезія;
 - б) сенсibiliзація;
 - в) адаптація;
 - г) акомодация.
13. Збільшення чутливості одних органів чуття при одночасному впливі подразника на інші органи чуття проявляється як:
- а) адаптація;
 - б) сенсibiliзація;
 - в) синестезія;
 - г) модальність.
14. Якісна характеристика відчуттів, що вказує на їх приналежність до визначених органів чуття (зорових, слухових, тактильних):
- а) адаптація;
 - б) сенсibiliзація;
 - в) синестезія;
 - г) модальність.
15. Відчуття, що виникають при впливі зовнішніх стимулів на рецептори, які розташовані на поверхні тіла:
- а) екстерорецептивні;

- б) інтерорецептивні;
- в) пропріоцептивні;
- г) інтерактивними.

16. Рецептори, що спеціалізуються на віддзеркаленні впливу із внутрішнього середовища організму:

- а) екстерорецептивні;
- б) інтерорецептивні;
- в) пропріоцептивні;
- г) внутрішніми.

17. Новий вид чутливості, обумовлений перенесенням якостей однієї модальності на іншу:

- а) синестезія;
- б) акомодація;
- в) конвергенція;
- г) сенсibiliзація.

18. Такі якісні характеристики відчуттів, як колір для зору, тон і тембр для слуху, належать до характеристик:

- а) модальності;
- б) просторовим;
- в) часовим;
- г) інтенсивності.

19. Сприймання часто називають:

- а) дотиком;
- б) апперцепцією;
- в) перцепцією;
- г) спостережливістю.

20. Основним критерієм класифікації сприймання на сприймання простору, часу, руху виступає:

- а) ведучий аналізатор;
- б) предмет відображення;
- в) форма існування матерії;
- г) активність суб'єкту.

21. Основа розподілу сприймання на художнє, математичне, технічне, музичне:

- а) ведучий аналізатор;
- б) предмет відображення;
- в) форма існування матерії;
- г) вид діяльності.

22. Основа розподілу сприймання на довільне і мимовільне:

- а) ведучий аналізатор;
- б) предмет відображення;
- в) форма існування матерії;
- г) цілеспрямованість характеру діяльності суб'єкта.

23. Помилкові сприймання реальних речей або явищ:

- а) агнозія;

- б) галюцинація;
- в) ілюзія;
- г) маячня.

24. Образи, що виникають у людини без наявності зовнішнього впливу на органи чуття:

- а) ілюзії сприймання;
- б) галюцинації;
- в) фантазії;
- г) мари.

25. Вид мислення, що опирається на безпосереднє сприймання предметів, реальне перетворення в процесі дій з предметами:

- а) наочно-дієве мислення;
- б) наочно-образне мислення;
- в) словесно-логічне мислення;
- г) абстрактне мислення.

26. Безпосередній зв'язок із сприйманням навколишньої дійсності є особливістю мислення:

- а) наочно-дієвого;
- б) наочно-образного;
- в) словесно-логічного;
- г) індуктивного.

27. Теоретичне і практичне мислення розрізняють:

- а) за типом розв'язуваних задач;
- б) за характером узагальнень;
- в) за активністю суб'єкта;
- г) за ведучим аналізатором.

28. Практичне мислення спрямовано на:

- а) розв'язування конкретних задач;
- б) знаходження загальних закономірностей;
- в) виявлення законів;
- г) установлення причинно-наслідкових зв'язків.

29. Синонім терміну «репродуктивне мислення»:

- а) емпіричне мислення;
- б) творче мислення;
- в) аналітичне мислення;
- г) теоретичне мислення.

30. Миттєве усвідомлення вирішення деяких завдань та проблем:

- а) мислення;
- б) інсайт;
- в) інтелект;
- г) евристика.

31. Виокремлення однієї з будь-яких сторін, властивостей з відверненням від інших:

- а) порівняння;
- б) аналіз;

- в) синтез;
- г) абстрагування.

32. Розумове об'єднання предметів і явищ за їх загальними і суттєвими ознаками:

- а) аналіз;
- б) синтез;
- в) узагальнення;
- г) класифікація.

33. Групування предметів за схожістю основних ознак, що притаманні всім предметам даного виду:

- а) порівняння;
- б) аналіз;
- в) синтез;
- г) абстрагування.

34. Уміння людини ставити нові задачі і знаходити шляхи їх розв'язування, не вдаючись до допомоги інших людей, характеризує така якість мислення, як:

- а) широта;
- б) глибина;
- в) самостійність;
- г) гнучкість.

35. Узагальненість, абстрагованість, абстрактність є суттєвими характеристиками мислення:

- а) понятійного;
- б) наочно-дієвого;
- в) практичного;
- г) наочно-образного.

36. Думка про предмет, у якій що-небудь стверджується або заперечується:

- а) поняття;
- б) судження;
- в) умовивід;
- г) силогізм.

37. Дедуктивне судження:

- а) обґрунтування;
- б) умовивід;
- в) поняття;
- г) судження.

38. Індуктивне судження:

- а) обґрунтування;
- б) умовивід;
- в) поняття;
- г) судження.

39. Блокова модель переробки інформації розроблялась у межах:

- а) гештальтпсихології;

- б) асоціативної психології;
 - в) біхевіоризму;
 - г) когнітивної психології.
40. Пам'ять про свою пам'ять:
- а) оперативна пам'ять;
 - б) метапам'ять;
 - в) автобіографічна пам'ять;
 - г) короткочасна пам'ять.
41. Основа для розподілу пам'яті на рухову, емоційну, образну і вербальну:
- а) ведучий аналізатор;
 - б) предмет відображення;
 - в) активність суб'єкту;
 - г) вид діяльності.
42. Вид пам'яті, заснований на встановленні смислових зв'язків у матеріалі, що запам'ятовується:
- а) механічна;
 - б) логічна;
 - в) емоційна;
 - г) аудіальна.
43. Вид пам'яті, при якому особливо добре людина запам'ятовує наочні образи, колір, обличчя:
- а) ейдетична;
 - б) наочно-образна;
 - в) феноменальна;
 - г) емоційна.
44. Вид пам'яті, при якій, перш за все, зберігаються і відтворюються пережиті людиною почуття:
- а) наочно-образна;
 - б) феноменальна;
 - в) емоційна;
 - г) словесно-логічна.
45. Тип зорової пам'яті, що довго зберігає яскравий образ того, що сприймається, зі всіма деталями:
- а) ейдетична;
 - б) наочно-образна;
 - в) емоційна;
 - г) словесно-логічна.
46. Пам'ять, заснована на повторенні матеріалу без його осмислення:
- а) довгочасна;
 - б) емоційна;
 - в) довільна;
 - г) механічна.
47. Упродовж чверті секунди функціонує пам'ять:
- а) сенсорна;

- б) короткочасна;
- в) довгочасна;
- г) оперативна.

48. Вид пам'яті, що включає процеси запам'ятовування, збереження і відтворення інформації, яка переробляється в ході виконання дії, необхідної тільки для досягнення мети даної дії:

- а) оперативна;
- б) іконічна;
- в) короткочасна;
- г) механічна.

49. Основа для розподілу пам'яті на мимовільну і довільну:

- а) ведучий аналізатор;
- б) предмет відображення;
- в) активність суб'єкта;
- г) вид діяльності.

50. Зосередженість свідомості на якому-небудь предметі, явищі або переживанні забезпечує:

- а) рефлексія;
- б) сприймання;
- в) увага;
- г) пам'ять.

51. Увага – це спрямованість свідомості на визначений предмет, який при цьому подається ясно й чітко. Ця спрямованість:

- а) вибіркова;
- б) розсіяна;
- в) розподілена;
- г) неусвідомлена.

52. Критерій класифікації уваги на сенсорно-перцептивну, інтелектуальну, рухову:

- а) ведучий аналізатор;
- б) предмет відображення;
- в) форма існування матерії;
- г) характер зв'язку з практикою.

53. Зосередженість уваги на об'єкті в силу будь-яких його особливостей:

- а) довільна увага;
- б) мимовільна увага;
- в) післядовільна увага;
- г) зорова увага.

54. Умовою виникнення мимовільної уваги не є:

- а) новизна подразника;
- б) несподіваність подразника;
- в) інтерес людини;
- г) втома людини.

55. Безпосередньо під впливом подразника, що діє в даний момент і викликає оптимальне збудження в окремих ділянках кори головного мозку, виникає увага:

- а) мимовільна;
- б) довільна;
- в) післядовільна;
- г) внутрішньоспрямована.

56. Причина виникнення довільної уваги до будь-якого об'єкту:

- а) відсутність мети діяльності;
- б) постановки мети діяльності;
- в) новизна подразника;
- г) емоційна значущість об'єкту.

57. Орієнтовний рефлекс розглядається як об'єктивна, природжена ознака уваги:

- а) мимовільної;
- б) довільної;
- в) післядовільної;
- г) опосередкованої.

58. Про можливість суб'єкта направляти і зосереджувати увагу на декількох незалежних змінних одночасно свідчить такий показник уваги, як:

- а) концентрація;
- б) розподіл;
- в) стійкість;
- г) вибірковість.

59. Ступінь зосередженості свідомості на об'єкті – це такий показник уваги, як:

- а) об'єм;
- б) концентрація;
- в) розподіл;
- г) переключення.

60. Інтенсивність і концентрація уваги є такою характеристикою уваги, як:

- а) рівень;
- б) об'єм;
- в) швидкість переключення;
- г) тривалість.

61. Характеристикою інтенсивності уваги є:

- а) об'єм;
- б) ступінь;
- в) направленість;
- г) концентрація.

62. Числом об'єктів або їх елементів, які одночасно сприймаються з однаковим ступенем ясності і чіткості, оцінюється такий показник уваги, як:

- а) концентрація;
- б) переключення;

- в) розподіл;
 - г) об'єм.
63. Творча діяльність, основана на створюванні нових образів:
- а) сприймання;
 - б) мислення;
 - в) уява;
 - г) увага.
64. У якому з поданих нижче визначень йдеться про творчу уяву:
- а) самостійне створення в голові людини нових образів на основі попереднього досвіду;
 - б) створення в голові людини картин далекого майбутнього;
 - в) психічна діяльність, у результаті якої відбувається створення в голові людини нових думок;
 - г) створення в голові людини образів нових для неї об'єктів на основі словесного опису.
65. Знайдіть правильне визначення мрії:
- а) відтворююча уява, звернена в далеке минуле і майбутнє;
 - б) форма творчої уяви, скерованої на близьке майбутнє;
 - в) творча уява, що створює в голові людини образи бажаного майбутнього;
 - г) створення людиною образів свого майбутнього.
66. Завжди спрямована на вирішування творчої або особистої задачі уява:
- а) активна;
 - б) відтворююча;
 - в) творча;
 - г) пасивна.
67. Відтворення зорових образів, що безпосередньо не сприймаються органами чуття, характеризують:
- а) сприймання;
 - б) відчуття;
 - в) репрезентативна уява;
 - г) впізнання.
68. Відображення реальної дійсності в інших, несподіваних, незвичних поєднаннях і комбінаціях:
- а) мрія;
 - б) марення;
 - в) утопія;
 - г) фантазія.
69. Збільшення або зменшення предмета, зміна кількості частин предмета або їх зміщення:
- а) гіперболізація;
 - б) схематизація;
 - в) типізація;
 - г) аглютинація.

70. Яке з визначень мови є найбільш правильним та повним:
- а) Мова – система знаків, яку використовує людина для спілкування, мисленнєвої діяльності, нагромадження, збереження і передавання наступним поколінням суспільно-історичного досвіду людства;
 - б) Мова – це набір звуків.
71. Форма мовлення, коли говорить лише одна людина, а інші лише сприймають її:
- а) внутрішнє мовлення;
 - б) діалогічне мовлення;
 - в) монологічне мовлення.
72. Внутрішнє мовлення – це:
- а) процес передачі своїх думок іншим людям;
 - б) самостійний та самобутній вид мовлення, який відрізняється від зовнішнього мовлення;
 - в) видозміна зовнішнього мовленнєвого процесу, що характеризується визначеною загальмованістю його ефективного боку та виступає знаряддям формування думки, формою внутрішньої роботи.
73. У чому суть взаємозв'язку мови та мислення:
- а) без мови не існує власне людського понятійного мислення;
 - б) людське мислення не обов'язково спирається на мову;
 - в) мислення та мова ідуть поряд.
74. Переживання суб'єктом відповідності або невідповідності актуальної потреби і реального або уявлюваного об'єкту, здатного або нездатного його задовольнити:
- а) когніція;
 - б) емоція;
 - в) акція;
 - г) імажинація.
75. В античності емоційні процеси розглядались як особливий вид:
- а) пізнання;
 - б) переживання;
 - в) емпатії;
 - г) передбачення.
76. Критерій розподілу емоцій на нижчі і вищі:
- а) мобілізація ресурсів організму;
 - б) потреба;
 - в) сила і тривалість виявлення;
 - г) знак.
77. Основа розподілу психічних станів на інтелектуальні, вольові та емоційні:
- а) роль особистості і ситуації у виникненні емоцій;
 - б) домінуючі (ведучі) компоненти;
 - в) час протікання;
 - г) ступінь глибини.

78. Переживання задоволення потреби у чому-небудь:
- а) інтерес;
 - б) радість;
 - в) здивування;
 - г) нерозуміння.
79. Переживання втрати, неможливість задовольнити потребу у чому-небудь:
- а) горе;
 - б) сором;
 - в) гнів;
 - г) страх.
80. Переживання власної нездатності опинитися на висоті тих вимог, які людини пред'являє до самої себе, переживання незадоволення собою:
- а) горе;
 - б) сором;
 - в) гнів;
 - г) страх.
81. Показник афекту:
- а) незначна зміна свідомості;
 - б) порушення контролю волі за своїми діями;
 - в) зберігання самовладання;
 - г) зберігання контролю волі за своїми діями.
82. Найтривалиший емоційний стан, що забарвлює всю поведінку людини:
- а) емоція;
 - б) афект;
 - в) настрій;
 - г) почуття.
83. Почуття, що пов'язані з пізнавальною діяльністю:
- а) моральні;
 - б) інтелектуальні;
 - в) естетичні;
 - г) практичні.
84. Сильне, стійке, тривале почуття, що захоплює людину і володіє нею:
- а) афект;
 - б) пристрасть;
 - в) настрій;
 - г) почуття.
85. Воля – регулювання людиною своєї поведінки, пов'язане з подоланням внутрішніх і зовнішніх перешкод. Це регулювання:
- а) свідоме;
 - б) несвідоме;
 - в) інтуїтивне;
 - г) мимовільне.

86. Здібність людини самостійно приймати відповідальні рішення і неухильно реалізовувати їх в діяльності:

- а) наполегливість;
- б) самостійність;
- в) принципіальність;
- г) рішучість.

87. Здібність людини до тривалого і пильного напруження енергії, неухильного руху до наміченої мети:

- а) наполегливість;
- б) свідомість;
- в) оптимізм;
- г) працьовитість.

88. Можливість людини визначати свої вчинки, орієнтуючись не на тиснення оточуючих, не на випадковий вплив, а виходячи із своїх переконань, знань:

- а) наполегливість;
- б) самостійність;
- в) принциповість;
- г) самовпевненість.

ЛІТЕРАТУРА ДО ТЕМИ 3.

1. Введение в психологию / [под. общ. ред. А. В. Петровского]. – М. : Академия, 1996. – 496 с.
2. Гальперин П. Я. Введение в психологию: [учеб. пособие для вузов.] / П. Я. Гальперин. – [3-е изд.] – М. : Университет, 2000. – 336 с.
3. Гамезо М. В. Атлас по психологии / М. В. Гамезо, И. А. Домашенко. – М. : Просвещение, 1986. – 272 с.
4. Гиппенрейтер Ю. Б. Введение в общую психологию : [курс лекций]. / Ю. Б. Гиппенрейтер. М. : Изд-во МГУ, 1988. – 320 с.
5. Костюк Г. С. Избранные психологические труды / Г. С. Костюк. – М. : Педагогика, 1988. – 304 с.
6. Леонтьев А. Н. Деятельность. Сознание. Личность. / А. Н. Леонтьев. – М. : Политиздат, 1977. – 304с.
7. Маклаков А. Г. Общая психология / А. Г. Маклаков. – СПб. : Питер, 2002. – 592с.
8. Максименко С. Д. Загальна психологія : [підручник для студ. вищих закладів]. / С. Д. Максименко. – Вінниця: Нова книга, 2004. – [2-ге вид., перер. і доп.] – 704с.
9. Максименко С. Д. Загальна психологія : [навч. посібник] / С. Д. Максименко, В. О. Соловієнко. – К. : Вища школа, 2000. – 479 с.
10. Немов Р. С. Психология: [учебник для студ. высш.пед. учеб заведений]. / Р. С. Немов. – М. : Владос, 1998. – [В 3 кн. – 2-е изд.] – 608 с.
11. Основы психологии : [підручник / за ред. О. В. Киричука, В. А. Роменця]. – К. : Либідь, 1997. – 632 с.
12. Психология.Словарь: [/ под. общ. ред. А. В. Петровского, М. Г. Ярошевского]. – М. : Политиздат, 1990. – 494 с.
13. Рубинштейн С. Л. Основы общей психологии: в 2 т. / С. Л. Рубинштейн. – М. : Педагогика, 1989. – 620 с.
14. Столяренко Л. Д. Основы психологии / Л. Д. Столяренко. – [изд. второе, перер. и доп.]. – Ростов на Дону : «Феникс», 1977. – 672 с.
15. Хрестоматия по вниманию / [под. ред. А. Н. Леонтьева, А. А. Пузыря и В. Я. Романова]. – М. : Изд-во Моск. ун-та, 1976. – 296 с.
16. Хрестоматия по общей психологии: психология мышления. / [под. ред. Ю. Б. Гиппенрейтер]. – М. : МГУ, 1981. – 400 с.
17. Хрестоматия по ощущению и восприятию / [под. ред. Ю. Б. Гиппенрейтер, М. Б. Михалевской]. – М. : Просвещение, 1975. – 400 с.
18. Хрестоматия по психологии / [под. ред. А. В. Петровского. / сост. В. В. Мироненко]. – [2 изд., перераб.] – М. : Просвещение, 1987. – 447 с.

Олеся Володимирівна Чернякова
Оксана Вікторівна Грицук

**МЕТОДИЧНІ РЕКОМЕНДАЦІЇ
ДО ВИКОНАННЯ САМОСТІЙНОЇ РОБОТИ
З НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ
«ЗАГАЛЬНА ПСИХОЛОГІЯ»**

для здобувачів першого (бакалаврського) рівня вищої освіти
за спеціальністю 053 Психологія

Частина I

Відповідальний за випуск:

канд. психол. наук., доцент кафедри загальної психології
Шайда Н.П.

Підписано до друку _____.
Формат 60x84 1/16. Ум. др. арк. 11.0.
Тираж _____ прим. Зам. № 258.

Підприємець Маторін Б.І.

84116, м. Слов'янськ, вул. Г. Батюка, 19.
Тел./факс +38 06262 3-20-99. E-mail: matorinb@ukr.net

Свідоцтво про внесення суб'єкта видавничої справи до Державного реєстру видавців, виготівників і розповсюджувачів видавничої продукції ДК №3141, видане Державним комітетом телебачення та радіомовлення України від 24.03.2008 р.
