

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
ЛЬВІВСЬКИЙ ДЕРЖАВНИЙ УНІВЕРСИТЕТ ВНУТРІШНІХ СПРАВ

М. Й. Варій

ПСИХОЛОГІЯ

2-ге видання

НАВЧАЛЬНИЙ ПОСІБНИК

*Рекомендовано
Міністерством освіти і науки України
як навчальний посібник для студентів
вищих навчальних закладів*

Київ
“Центр учбової літератури”
2009

УДК 159.9(075.8)
ББК 88я73
В 18

*Гриф надано
Міністерством освіти і науки України
(Лист № 1.4/18-Г-1008 від 03.11.2006)*

Рецензенти:

Москалець В. П. – доктор психологічних наук, професор;

Рибалка В. В. – доктор психологічних наук, професор.

Варій М. Й. Психологія: *навч. пос. [для студ. вищ. навч. закл.]* /
В 18 М. Й. Варій – [2-ге вид.]. – К.: Центр учбової літератури, 2009. – 288 с. –
ISBN 978-966-364-818-7

Навчальний посібник призначено для студентів вищих навчальних закладів.

У навчальному посібнику висвітлено головні аспекти загальної психології, а також соціально-психологічні основи функціонування людських спільнот, зокрема злочинних, а також психологічні основи національної безпеки.

УДК 159.9 (075.8)
ББК 88я73

ISBN 978-966-364-818-7

© Варій М. Й. 2009.

© Центр учбової літератури, 2009.

ЗМІСТ

ПЕРЕДМОВА	6
Глава 1	8
РОЗВИТОК ПСИХОЛОГІЇ ЯК НАУКИ	8
1.1. Основні підходи до визначення історичних етапів розвитку психологічної науки .	8
1.2. Психологічні напрями, школи і концепції.....	15
Глава 2	25
ПРЕДМЕТ, ЗАВДАННЯ, МЕТОДИ І ГАЛУЗІ ПСИХОЛОГІЇ	25
2.1. Предмет і завдання сучасної психології	25
2.2. Методи психології.....	28
2.3. Галузі психології	36
Глава 3	39
ЦЕНТРАЛЬНА НЕРВОВА СИСТЕМА ЛЮДИНИ	39
3.1. Структура і функціонування центральної нервової системи людини	39
3.2. Мозок, людська психіка і психічне в єдності світу.....	45
Глава 4	52
ОСОБИСТІТЬ ТА ЇЇ ПСИХІКА	52
4.1. Людина як багатосистемне явище	52
4.2. Сутність людської психіки і психічного	54
4.3. Багаторівневість психіки.....	57
4.4. Багатосистемність психіки	61
4.5. Концепція психоенергетичної цілісності особистості	63
Глава 5	67
БІОПСИХІЧНА І МЕНТАЛЬНО-ПСИХІЧНА ПІДСТРУКТУРИ ОСОБИСТОСТІ	67
5.1. Генетичні, вікові й статеві особливості особистості	67
5.2. Темперамент.....	70
5.3. Ментально-психічна підструктура особистості	73
Глава 6	78
ІНТРАІНДИВІДУАЛЬНА ПІДСТРУКТУРА ОСОБИСТОСТІ: ВІДЧУТТЯ І СПРИЙНЯТТЯ 78	
6.1. Поняття інтраіндивідуальної підструктури особистості	78
6.2. Відчуття	79
6.3. Сприйняття	84
Глава 7	90
ПАМ'ЯТЬ	90
7.1. Поняття пам'яті	90
7.2. Процеси пам'яті	91
7.3. Різновиди пам'яті	96
7.4. Індивідуальні особливості пам'яті	100
Глава 8	103
МИСЛЕННЯ ТА ІНТЕЛЕКТ	103
8.1. Поняття мислення	103
8.2. Розумові дії та операції мислення	104
8.3. Форми мислення та його різновиди	105
8.4. Індивідуальні особливості мислення	109
8.5. Мислення та інтелект.....	110
Глава 9	114

УЯВА	114
9.1. <i>Поняття уяви</i>	114
9.2. <i>Види уяви</i>	114
9.3. <i>Процеси уяви</i>	117
Глава 10	119
УВАГА	119
10.1. <i>Поняття уваги</i>	119
10.2. <i>Фізіологічне підґрунтя уваги</i>	120
10.3. <i>Основні властивості та види уваги</i>	121
Глава 11	125
ЕМОЦІЇ ТА ПОЧУТТЯ	125
11.1. <i>Розуміння емоцій та почуттів</i>	125
11.2. <i>Характеристика різних видів емоційного реагування</i>	127
11.3. <i>Функції емоцій у керуванні поведінкою та діяльністю</i>	133
11.4. <i>Характеристика різних емоцій. Емоції очікування і прогнозування</i>	135
11.5. <i>Фрустраційні емоції</i>	138
11.6. <i>Комунікативні емоції</i>	140
11.7. <i>Інтелектуальні емоції</i>	141
11.8. <i>Характеристика різних почуттів</i>	143
Глава 12	151
ВОЛЯ	151
12.1. <i>Поняття волі та її функції</i>	151
12.2. <i>Типи критеріїв волі та локус контролю. Вольові дії</i>	152
12.3. <i>Фази та ознаки вольових дій, їх стимулювання</i>	154
12.4. <i>Вольові якості</i>	158
Глава 13	161
ЗДІБНОСТІ	161
13.1. <i>Поняття здібностей та їхній розвиток</i>	161
13.2. <i>Види здібностей</i>	161
13.3. <i>Розвиток здібностей</i>	163
Глава 14	166
СОЦІОПСИХІЧНА ПІДСТРУКТУРА ОСОБИСТОСТІ	166
14.1. <i>Досвід</i>	166
14.2. <i>Характер</i>	167
14.3. <i>Спрямованість</i>	172
Глава 15	180
ПІДСТРУКТУРА ОСОБИСТОСТІ «СВІДОМІСТЬ-САМОСВІДОМІСТЬ»	180
15.1. <i>Свідомість особистості</i>	180
15.2. <i>Самосвідомість особистості</i>	182
15.3. <i>«Я-концепція»</i>	183
Глава 16	189
ПСИХІЧНІ СТАНИ	189
16.1. <i>Сутність психічних станів</i>	189
16.2. <i>Класифікація психічних станів</i>	190
16.3. <i>Особливості психічних станів</i>	191
16.4. <i>Фізіологічні основи і зовнішні вияви психічних станів</i>	192
16.5. <i>Психічні стани особистості в різних ситуаціях життєдіяльності</i>	194

16.6. Шляхи подолання страху	199
Глава 17	203
ОСНОВИ ПСИХОЛОГІЇ ДІЯЛЬНОСТІ	203
17.1. <i>Поняття діяльності</i>	203
17.2. <i>Психологічна структура діяльності</i>	203
17.3. <i>Рухи і дії</i>	205
17.4. <i>Знання, навички і вміння</i>	206
17.5. <i>Основні види діяльності</i>	211
Глава 18	217
СОЦІАЛІЗАЦІЯ, ДЕВІАНТНА ПОВЕДІНКА І ДЕПРИВАЦІЯ	217
18.1. <i>Соціалізація особистості</i>	217
18.2. <i>Психологічні основи відхильної поведінки</i>	220
18.3. <i>Депривація</i>	227
Глава 19	233
СПІЛКУВАННЯ	233
19.1. <i>Поняття спілкування та його види</i>	233
19.2. <i>Функції і труднощі спілкування</i>	239
Глава 20	247
ОСНОВИ СОЦІАЛЬНОЇ ПСИХОЛОГІЇ ГРУП	247
20.1. <i>Поняття соціальних груп, їхня класифікація</i>	247
20.2. <i>Великі соціальні групи</i>	249
20.3. <i>Малі соціальні групи</i>	251
Глава 21	264
СОЦІАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ ЗЛОЧИННИХ ГРУП	264
21.1. <i>Соціально-психологічне розуміння організованої злочинності</i>	264
21.2. <i>Загальнокримінальна злочинність: соціально-психологічний аналіз</i>	269
Глава 22	273
ПСИХОЛОГІЧНІ ОСНОВИ НАЦІОНАЛЬНОЇ БЕЗПЕКИ	273
22.1. <i>Розуміння національної безпеки</i>	273
22.2. <i>Психологічна підсистема системи національної безпеки</i>	277

ПЕРЕДМОВА

У нинішніх умовах психологія стала невід'ємною складовою професійної підготовки фахівців усіх спеціальностей вищої кваліфікації. Психологічні знання, навички і вміння є важливим засобом досягнення професійних успіхів, особливо у галузях, які торкаються проблеми взаємин «людина – людина», а також забезпечення гармонійного розвитку своєї особистості й психічного здоров'я.

Хіба можна сьогодні уявити, наприклад, хорошого педагога, управлінця, менеджера, політика, правоохоронця, бізнесмена, продавця без глибоких психологічних знань, навичок і вмінь спілкуватися, вести ділові переговори, впливати на людей і людські спільноти, розуміти їхні наміри, бажання і цілі, «читати» за експресією обличчя емоції та почуття, які їх охоплюють, грамотно керувати людьми в колективах? Безумовно, ні!

Психологія – одна з наук про людину, людські спільноти, їхнє життя й діяльність. Вона вивчає закономірності, механізми, умови, чинники та особливості розвитку й функціонування психіки, її взаємодію з внутрішнім і зовнішнім психічним, а також сутність і зміст останніх.

У наш час психологія одержала змогу подальшого наукового продуктивного розвитку в різних напрямках. Які особливості психології як науки?

По-перше, психологія – наука про найскладніше явище – психіку, яке людство ще до кінця не вивчило й не усвідомило, про внутрішнє і зовнішнє психічне та їхню взаємодію.

По-друге, психологія є однією з наймолодших наук. Умовно її наукове становлення пов'язують з 1879 роком, коли німецький психолог В. Вундт створив першу у світі Лабораторію експериментальної психології при університеті м. Лейпциг. Однак у практичній площині психологія є однією із найдавніших, оскільки її застосовували ще в сиву давнину, коли наші пращури готувалися до полювання, війни тощо. У кожному племені, фактично, були свої психологічно досвідчені представники – старійшини, віщуни, ворожбити, шамани, пророки, чаклуни, ясновидці та ін.

По-третє, наукова психологія відрізняється від побутової, народної і релігійної, тому що використовує більш фундаментальний і різноманітний інструментарій для здобування знання, прагне до узагальнень, дає змогу побачити загальні закономірності розвитку особистості й групи. Наукові знання не мають інтуїтивного характеру, а є більш раціональними й усвідомленими. Отже, наукова психологія володіє унікальним фактичним матеріалом, недоступним жодному іншому носію.

По-четверте, психологія є наукою розгалуженою, оскільки має десятки галузей.

По-п'яте, психологія має унікальне практичне значення для будь-якої людини та діяльності, зокрема психолога-практика.

На теперішньому етапі розвитку українського суспільства, коли відбуваються глобальні зрушення у свідомості громадян, зростає значення вищої школи. Тому цей навчальний посібник щодо змісту і структури

побудовано таким чином, щоб спонукати студентів до оволодіння науковими психологічними знаннями, навичками і вміннями.

У навчальному посібнику розкрито різні підходи, погляди й позиції вчених на те чи інше питання, явище, проблему. Це дає змогу студентами не лише осмислити їх, а й сформувати широкий психологічний кругозір. Водночас у написанні навчального посібника автор дотримується власної *психоенергетичної концепції психіки і психічного* та побудованої на її основі психологічної структури особистості.

Закцентовано увагу на прикладних аспектах психології. Це зумовлено тим, що психологічні проблеми в сучасних умовах набувають нового звучання. Фактично, нині немає таких сфер і галузей, які не потребували б втручання психологів. У нинішніх умовах психологія стає продуктивною силою діяльності та невід'ємною частиною соціального, економічного, політичного, громадського, сімейного та особистого життя. Це все потребує ґрунтовної підготовки професіональних психологів.

Здійсненню саме такого підходу сприяють структура і логіка вивчення навчальної дисципліни. Вони передбачають систематичність і послідовність освоєння навчального матеріалу, оптимальність переходу від простих проблем до складніших.

Глава 1

РОЗВИТОК ПСИХОЛОГІЇ ЯК НАУКИ

1.1. Основні підходи до визначення історичних етапів розвитку психологічної науки

Вживання слова «психологія» (від давньогрецьких слів «*psyche*» (душа) і «*logia*» (розуміння, знання) уперше зафіксовано в західноєвропейських текстах XVI ст. Поступово слово «психологія» ввійшло до буденного вжитку.

Психологами тоді називали знавців душі, людських пристрастей і характерів. Такі психологи користувалися життєвими знаннями. Наукове знання відрізняється від життєвого тим, що воно, спираючись на силу абстракції і загальнолюдського досвіду, відкриває закони. Психологія за своїми теоретичними досягненнями і практичними спробами змінити життя поступається, зокрема, точним наукам. Адже психологічні явища набагато складніші ніж, наприклад, фізичні, їх важче пізнати. Недаремно великий фізик Альберт Ейнштейн, ознайомившись із досліддами великого психолога Жана Піаже, зазначив, що вивчення фізичних проблем – це дитяча гра порівняно із загадками дитячої гри.

Психологія на шляху до самостійної науки пройшла тривалий шлях, і лише всередині XIX ст. з розрізнених знань вона стала самостійною наукою. Однак і в попередні епохи уявлення про психіку (душу, свідомість, поведінку) не були цілковито позбавлені ознак науковості. Вони прорізувалися в надрах інших наук, зокрема філософії, медицини, природознавства, у різних явищах соціальної практики та ін. У цьому вічному пошуку людства науково-психологічна думка дедалі більше набувала значення і сили, усвідомлюючи свій предмет.

В історії психології, яка досліджує процес становлення психологічних знань та уявлень, виокремлюють кілька основних підходів до визначення меж та етапів розвитку психології.

Відповідно до *першого підходу*, психологія має тривалу *передісторію* і коротку *історію*, яка починається з другої половини XIX ст. (Г. Еббінгауз). Розвиток психології поділяють на два етапи: *передісторія* (до кінця першої половини XIX ст.) та *історія* (з другої половини XIX ст.).

Представники *другого підходу* вважають, що розвиток психологічної думки потрібно розділити на три етапи:

1-й етап – *донаукова (міфологічна) психологія* – коли панували анімістичні уявлення про душу;

2-й етап – *філософська психологія* – коли психологія була частиною філософії, об'єднана з нею спільним методом (від античності до XIX ст.);

3-й етап – *власне наукова психологія*, з другої половини XIX ст. (тобто саме тим часом, коли, за Еббінгаузом, починалася вся історія психології). Цей період пов'язують із застосуванням у психології

об'єктивного методу (експерименту), запозиченого в природничих наук, який дав їй змогу відокремитися від філософії. Цей підхід сьогодні є найпоширенішим. Недолік його у тому, що наукову психологію протиставляють усій попередній.

Третій підхід – культурологічний – розвиток психологічної науки розглядає в контексті розвитку людської культури загалом. До цього підходу належить вчинкова концепція в історії психології, яку розробив український учений В. А. Роменець. Згідно з цим підходом, етапи розвитку психології виокремлюють за історичними епохами: психологія *Міфологічного періоду*, психологія *Античності*, психологія *Середньовіччя*, психологія *Відродження*, психологія *епохи Бароко*, психологія *Просвітництва*, психологія *Сцієнтизму* (епохи, що бере початок у XIX ст., у якій, до речі, живемо й ми, її назва походить від лат. «*scientia*» – наука, і відображає ту рушійну силу, яку має наука в сучасній культурі).

Такий поділ історії психології є доцільним, оскільки в психології кожної історичної епохи були суттєві відмінності, акценти на тих чи інших психічних явищах. Психологічна думка від Міфологічного періоду до епохи Середньовіччя наголошувала на ситуативних феноменах, від епохи Відродження до Просвітництва – на мотиваційних, а у XIX – XX ст. – на феноменах дії та післядії. Ситуація, мотивація, дія та післядія є компонентами вчинку як осередку (пояснювального принципу) психології.

Проте, на наш погляд, розвиток психологічної науки можна розглядати також залежно від того, що було її предметом. Саме з цього погляду етапи розвитку психології розглядають під кутом розуміння її предмета. У такому контексті доцільно виокремлювати *перший етап*, коли психологію розглядають як науку про душу; *другий* – як науку про свідомість; *третій* – як науку про поведінку; *четвертий* – як науку про психіку, що становить єдність свідомого і несвідомого у взаємодії людини зі світом.

Психологія як наука про душу. Розуміння психології як науки про душу охоплює найбільший її період. Найперші з відомих нам уявлень про душу належать до архаїчного суспільства (Міфологічний період) і їх можна позначити терміном *анімізм*. Анімістичні уявлення про душу наближали її до повітря, тобто пов'язували з матерією. Душею, подібною до повітря, згідно з анімістичними уявленнями, були наділені не тільки люди й тварини, а й рослини, і навіть камені.

Стародавні уявлення про навколишній світ були пов'язані з анімізмом (від лат. «*anima*» – душа, дух) – вірою в прихований за видимими речами сонм духів (душ) як особливих «агентів» або «примар», які покидають людське тіло з останнім подихом, а за деякими вченнями (наприклад, знаменитого філософа і математика Піфагора), вони безсмертні і вічно мандрують у тілах тварин і рослин. Стародавні греки називали душу словом «психе», що й дало назву науці «психологія».

Міфологічне уявлення про душу було цілком підпорядковане уявленню про фатум, невідворотність наперед визначеної долі, протистояти якій було марно. Магію, яка нібито протистояла фатуму, насправді вважали також фатально запрограмованим способом

практичного діяння. Від людини в ситуації її життя нічого не залежало, і вона навіть не намагалася протистояти цій фатальній ситуації. Вирішальною характеристикою свідомості людини того періоду був синкретизм – первісне злиття людини зі світом та суспільним оточенням.

Згодом відбувся перехід від анімізму до гілозоїзму (від грец. «*hyle*», що означає речовину, матерію і «*zoe*» – життя), який розглядав увесь світ як універсум, де космос вважали живим. Межі між живим, неживим і психічним не робили. Усе це розглядали як породження єдиної первинної матерії (праматерії).

Гілозоїст **Геракліт** душу («психею») вбачав в образі іскри космосу – «вічно живого вогню», тому він говорив: «Пізнай *самого себе*».

Згідно з поглядами **Демокріта**, самі боги – ніщо інше як сферичні скупчення вогненних атомів. Людину також було створено з різного сорту атомів. Найрухоміші з них – атоми вогню. Вони утворюють душу.

Для медика **Гіппократа** важливо було знати будову живого організму, причини, від яких залежать здоров'я і хвороба. Такою причиною Гіппократ вважав пропорцію, у якій змішані в організмі різні «соки» (кров, жовч, слиз). Різну пропорцію цих соків в організмі було названо темпераментом. Тому з ім'ям Гіппократа пов'язують назви чотирьох темпераментів, що дійшли до наших днів: *сангвінічний* (переважає кров), *холеричний* (переважає жовта жовч), *меланхолійний* (переважає чорна жовч), *флегматичний* (слиз).

Афінський філософ **Анаксагор** вважав, що природа складається з безлічі найдрібніших частинок. Він визнав початком «якнайтоншу річ», якій дав назву «нус» (розум). Від того, яка частка його є в різних тілах, залежить їхня досконалість. Однак «людина, – говорив Анаксагор, – є найрозумнішою з тварин унаслідок того, що має руки». Виходило, що не розум, а тілесна організація людини визначає її переваги.

У всіх об'єктах **Платон** бачив сферу вічних ідеальних форм, прихованих за небосхилом в образі царства ідей. Усе, що чуттєво сприймається, від нерухомих зірок до предметів, що безпосередньо відчуються, – це лише затемнені ідеї, їхні недосконалі слабкі копії. Стверджуючи принцип первинності надмісних загальних ідей щодо всього того, що відбувається в тлінному тілесному світі, Платон став родоначальником філософії ідеалізму.

А душа, що осіла в тлінній плоті, залучається до вічних ідей через згадування, оскільки згадка є знанням. Душа згадує (для цього потрібні спеціальні зусилля) те, що їй довелося споглядати до свого земного народження.

Іншого погляду дотримувався **Арістотель**, який пояснював, що тілесне й духовне творять нероздільну цілісність. *Душа*, за Арістотелем, – *це не самостійне ество, а форма, спосіб організації живого тіла*.

Арістотель розвинув принцип причинності – **цільову причину** або «те, заради чого відбувається дія». Кінцевий результат процесу (мета) наперед впливає на його перебіг. Психічне життя цієї миті залежить не тільки від минулого, а й від потрібного майбутнього. Це було новим словом у розумінні її причин (детермінації). Арістотель запровадив ключові пояснювальні принципи психології: системності, розвитку, детермінізму.

Психологія як наука про свідомість. Оскільки достовірне знання про будову нервової системи в ті часи було мінімальне, то Декарт цю систему бачив у формі «трубок», якими проносяться легкі повітряноподібні частинки. Він називав їх «тваринними духами». Згідно з Декартовою схемою рефлексу, зовнішній імпульс приводить ці «духи» в рух, заносючи їх у мозок, звідки їх автоматично скеровано до м'язів. Гарячий предмет, обпалюючи руку, змушує відсмикувати її. Відбувається реакція, подібна до віддзеркалення світлового променя від поверхні. Термін **«рефлекс»**, який з'явився після Декарта, означав віддзеркалення, реакцію м'язів – невід'ємний компонент поведінки.

Тому Декартова схема, попри її уможлидний характер, належить до категорії великих відкриттів. Вона відкрила рефлекторну природу поведінки, пояснивши її без залучення душі як рушійної тілом сили.

Тіло впливає на душу, зумовлюючи в ній «пасивні стани» (пристрасті) у вигляді чуттєвих сприймань, емоцій тощо. Душа, володіючи мисленням і волею, впливає на тіло, примушуючи цю «машину» працювати і змінювати свій хід.

Спробу «побороти» дуалізм Декарта зробила когорта видатних мислителів XVII ст., які хотіли, заперечивши розрив тілесного й духовного, природи і свідомості, звести їх до єдності світу. До них належав **Бенедикт Спіноза** (1632–1677), який наголошував, що є єдина, вічна субстанція – Бог або Природа, з нескінченною кількістю атрибутів (невід'ємних властивостей). Тому *людина – цілісна тілесно-духовна істота*.

Однак **Томас Гоббс** (1588–1679) категорично відкинув душу як особливу сутність. Він зазначав, що у світі немає нічого, крім матеріальних тіл, які рухаються за законами механіки, які відкрив Галілей. Відповідно і всі психічні явища пояснювали з погляду цих глобальних законів.

Під девізом досвіду виникла емпірична психологія. У розробленні цього напрямку провідна роль належала **Джону Локку** (1632–1704), який, як і Гоббс, сповідував походження всього складу людської свідомості від досвіду. У самому досвіді виокремив два джерела: відчуття й рефлексію. Разом з ідеями, що їх приносять органи чуття, виникають ідеї, породжені рефлексією як «внутрішнім сприйняттям діяльності нашого розуму».

Розвиток психіки відбувається завдяки тому, що з простих ідей формуються складні. Усі ідеї постають перед судом свідомості. «Свідомість – це сприйняття людиною того, що відбувається у її власній думці».

На початку XIX ст. почали формуватися нові підходи до психології як науки. На зміну механіці прийшла фізіологія, яка зробила предмет свого вивчення – особливе природне тіло – об'єктом експериментального дослідження.

Рефлекторна схема нервової системи, яку запропонував Декарт, виявилася правдоподібною завдяки відкриттю відмінностей між чутливими (сенсорними) і руховими (моторними) нервовими шляхами, що ведуть у спинний мозок. Це відкриття належало лікарям і натуралістам – чеху **І. Прохазці**, французу **Ф. Мажанді** та англійцю **Ч. Белу**. Воно дало змогу пояснити механізм зв'язку нервів як **«рефлекторної дуги»**.

Другий напрям, який підривав версію про безтілесне ество свідомості, сформувався під час вивчення органів чуття, їхніх нервових закінчень. Німецький фізіолог **І. Мюллер** (1801–1858) сформулював «закон специфічної енергії органів чуття»: жодною іншою енергією, окрім відомої фізиці, нервова тканина не володіє.

Третій напрям повернув психологічну думку до питання про залежність її явищ від анатомії центральної нервової системи. Це була френологія, яка здобула величезну популярність (від грец. «*phren*» – душа, розум). Її автор – австрійський анатом **Ф. Галь** (1758–1829) – запропонував «карту головного мозку», згідно з якою різні здібності розміщено в його певних ділянках. Це нібито впливає на форму черепа, що дає змогу, обмацуючи його, визначати за «шишками», наскільки розвинуті в цього індивіда розум, пам'ять тощо.

Невдовзі **Іван Сеченов**, посилаючись на вивчення часу реакції як процесу, що вимагає цілісності головного мозку, зазначив: «Психічна діяльність, як усяке земне явище, відбувається в часі та просторі».

Лідером нової психофізіології став **Герман Гельмгольц** (1821–1894). Його різнобічний геній змінив чимало наук про природу, зокрема про природу психічного. Він відкрив **закон збереження енергії**.

Чарльз Дарвін (1809–1882), вчення якого про еволюцію змінило біологію, проаналізував інстинкти як спонукальні сили поведінки. Базуючись на фактах, він критикував версію про їхню розумність.

Без **ІНСТИНКТІВ** (сліпих спонук), корені яких сягають історії виду, організм не може вижити. Інстинкти пов'язані з емоціями.

Вільгельм Вундт (1832–1920), який організував у Лейпцигу перший спеціальний психологічний інститут (1875), він досліджував у ньому теми, запозичені у фізіологів, – відчуття, час реакцій, асоціації, психофізику.

Унікальним предметом психології визнали «**безпосередній досвід**». Головним методом – **інтроспективу**: спостереження суб'єкта за процесами у своїй свідомості. Інтроспективу розуміли як особливу процедуру, яка вимагає спеціального тривалого тренування.

Найвитонченіша інтроспектива не могла знайти тих чуттєвих елементів, з яких, за прогнозом Вундта, мала б складатися «матерія» свідомості.

Кузен Дарвіна **Френсіс Гальтон** (1822–1911) став піонером розробки **генетики поведінки**. Завдяки йому стало популярним вивчення **індивідуальних відмінностей**. У книзі «Спадковий геній» (1869), посилаючись на багато фактів, він доводив, що надзвичайні здібності переходять у спадок.

Французький психолог **Альфред Біне** (1857–1911), згідно із завданням урядових органів, почав шукати психологічні засоби, за допомогою яких вдалося б відокремити дітей, здібних до навчання, але ледачих, від тих, хто має вроджені вади.

Експериментальні завдання Біне виклав у вигляді тестів, встановивши шкалу, кожен з розподілів якої містив завдання, які можуть виконати нормальні діти певного віку. Ця шкала стала популярною в багатьох країнах.

У Німеччині **Вільям Штерн** увів поняття «*коефіцієнт інтелекту*» (з англ. «ай-к'ю»). З допомогою цього коефіцієнта зіставляли «розумовий вік» (який визначали за шкалою Біне) з хронологічним («паспортним»). Якщо вони не збігалися, це вважали ознакою або розумової відсталості (коли розумовий вік нижчий від хронологічного), або обдарованості (коли розумовий вік перевершує хронологічний).

Цей напрям (тестологія) став найважливішим каналом зближення психології з практикою.

Психологія як наука про поведінку. У цьому контексті важливим є вчення **Івана Сеченова** (1829–1905) про *рефлекторну* сутність психіки. Його перший трактат «Рефлекси головного мозку» (1863), який увійшов до книги «Психологічні етюди», мав значний резонанс у російському суспільстві, журналістиці, літературі.

Сеченов не ототожнював психічний акт з рефлекторним. Він вказував на схожість у їхній будові. Психологію називав рідною сестрою фізіології, а не її придатком. Він зміг співвіднести рефлекс з психікою завдяки тому, що саме уявлення про рефлекс він радикально видозмінив, як і уявлення про психіку.

Модель рефлекторної дуги Сеченов замінив моделлю рефлекторного кільця. Якщо кільце не замикається, дія порушується. Саморегуляція поведінки організму за допомогою сигналів – такою була фізіологічна підстава сеченовської схеми психічної діяльності.

Серед головних досягнень Сеченова виокремлюється **центральне гальмування**, яке він відкрив. Глибинні видозміни в категорії рефлексу відкрили перспективу нового розуміння предмета психології. Уперше в історії психології предмет цієї науки охоплює не тільки явища і процеси свідомості (або несвідомої психіки), а **весь цикл взаємодії організму зі світом**, зокрема його зовнішні тілесні дії.

Сеченов став піонером науки, предметом якої є *психічно регульована поведінка*.

Нове розуміння предмета психології склалося під впливом робіт **Івана Павлова** (1859–1963) і **Володимира Бехтерева** (1857–1927). Предмет психології вони вважали не ізольовану свідомість, а вивчення *цілісної поведінки*. Цей напрям набув популярності під назвою рефлексологія, оскільки замість відчуття як початкового поняття розглядали рефлекс.

Під впливом ідей Павлова та Бехтерева виникає новий могутній напрям – *біхевіоризм*, який утвердив поведінку як предмет психології. Поведінку трактували як сукупність реакцій організму, обумовлених його взаємодією зі стимулами середовища, до якого він адаптується.

Кредо цього напрямку було відображено в понятті «поведінка» (англ. «біхевіор»). «Батьком» біхевіоризму вважають американського психолога **Джона Уотсона** (1878–1958), у статті якого «Психологія, як її бачить біхевіорист» (1913) висловлено маніфест нової школи. У ньому вимагали «викинути за борт» як пережиток алхімії та астрології всі поняття суб'єктивної психології свідомості і перекласти їх на мову об'єктивно спостережуваних реакцій живих істот на подразники.

Біхевіоризм називали «психологією без психіки». Цей напрям припускав, що психіка ідентична зі свідомістю. Відтепер вона вивчала також доступні зовнішньому об'єктивному спостереженню, незалежні від свідомості стимули – реактивні відносини.

Біхевіоризм змінив загальний лад психологічного пізнання. Його предмет охоплював відтепер формування і зміну реальних тілесних дій у відповідь на широкий спектр зовнішніх подразників.

Своєрідне розуміння відносин між індивідом і суспільним середовищем утвердилося у французькій психології. Особистість, її дії і функції пояснювали соціальним контекстом взаємодії людей. У такий спосіб виявляється внутрішній світ суб'єкта зі всіма його унікальними ознаками, які попередня психологія свідомості приймала спочатку як дане. Найпоширеніше цю лінію, популярну серед французьких дослідників, розвивав **П'єр Жане** (1859–1947). Жане та його послідовники вважали її одиницями не сенсорні (відчуття, образи), інтелектуальні (ідеї, думки) або емоційно-вольові елементи, а **соціальні дії** (спершу зовнішні, потім – внутрішні).

Отже, як складова *предмета психології* з'явилася **соціальність**, яка впливає на поведінку особистості.

Психологія – наука про психіку як єдність свідомого і несвідомого, зовнішнього і внутрішнього психічного у взаємодії людини зі світом. Уперше про несвідомі аспекти психіки почав говорити німецький філософ і математик Готфрід Лейбніц (1646–1716), який відкрив диференціальне та інтегральне обчислення. Саме він висловив думку про єдність тілесного і психічного. Підставою для такої єдності мислитель вважав духовний початок. Світ складається з безлічі *монад* (від грец. «*монос*» – єдине). Кожна з них «психічна» і наділена здатністю сприймати все, що відбувається у Всесвіті.

У душі безперервно відбувається непомітна діяльність «малих перцепцій». Цим терміном Лейбніц позначив неусвідомлювані сприйняття. Усвідомлення сприйняття стає можливим завдяки тому, що до простої перцепції (сприйняття) приєднується особливий психічний акт – апшерцепція, зокрема увага й пам'ять.

Отже, ідеї Лейбніца змінили й розширили уявлення про психічне. Особливо важливим стало визнання існування так званої **несвідомої психіки**.

Внесок у розмежування психіки й свідомості зробили дослідження гіпнозу, які стали популярними в Європі завдяки діяльності австрійського лікаря **Месмера**, що пояснював свої гіпнотичні сеанси дією магнітних закінчень (флюїдів). Згодом, відкинувши месмеризм, англійський хірург **Бред** став прихильником фізіологічного трактування гіпнозу (запропонувавши термін «*нейрогіпноз*»). Однак далі вирішальну роль він надав психологічному чиннику.

Біхевіоризм, а разом з ним психоаналіз, ущент підірвали психологію свідомості. Учені доводили, що за покровом свідомості існують могутні пласти неусвідомлюваних суб'єктом психічних сил, процесів і механізмів.

Саме психоаналізом назвав своє вчення австрійський лікар **Зигмунд Фройд** (1856–1939). Замість аналізу свідомості Фройд вдався до

аналізу прихованих, глибинних шарів психічної активності особистості. До Фрейда вони не були предметом психології. Після нього стали його невід'ємною частиною.

Справжні причини від свідомості приховані, але саме вони керують поведінкою. Саме ці сили почав аналізувати Фрейд і його послідовники.

Основним серед цих процесів було визнано **сексуальну енергію потягу**. З дитинства в умовах сімейного життя вона визначає мотиваційний ресурс особистості. Зазнаючи різних трансформацій, вона пригнічується, витісняється і, однак, проривається крізь «цензуру» свідомості обхідними шляхами, розряджаючись у різних симптомах, зокрема патологічних (розлади рухів, сприйняття, пам'яті тощо).

Психоаналітичний рух набув значного поширення в різних країнах. Водночас уявлення про психіку розширилося. У ній не лише виявили свідомі та несвідомі пласти психіки, а й стверджували, що вона (психіка), по-перше, може існувати й поза організмом; по-друге, тісно пов'язана з попереднім розвитком людства і Всесвітом; по-третє, містить змістовні та інформаційні аспекти життєдіяльності минулого, теперішнього і майбутнього.

У цьому контексті важливим є досягнення трансперсональної психології. Трансперсональні переживання інтерпретують ті, хто переживав їх як повернення в історичні часи й дослідження свого біологічного та духовного минулого, коли людина проживає спогади з життя предків, зі своїх втілень.

1.2. Психологічні напрями, школи і концепції

В. Вундт (1832–1920) у 1879 р. заснував у Лейпцигу першу у світі експериментально-психологічну лабораторію, на базі якої було створено психологічний інститут, у якому відбулося становлення багатьох корифеїв психологічної думки. Для експериментів застосовували найпоширеніший тоді (у психології кінця XIX ст.) **суб'єктивний метод** (інтроспекція). В. Вундт вважав психологію наукою про безпосередній досвід, який людина може осягнути в процесі наукового самостереження. На основі цього методу виникла низка напрямів психологічної науки.

Структуралізм. Засновником структурної школи психології є **Е. Тітченер** (1867–1936). Тітченер був послідовником В. Вундта, і структуралізм як напрям психології є безпосереднім втіленням ідей Вундта. *Головним завданням психології структуралісти вважають експериментальне дослідження структури свідомості.* Дослідження свідомості як структури потребує пошуку початкових елементів свідомості та зв'язків між ними. Зусилля школи Тітченера було спрямовано передусім на пошуки елементів психіки (яку ототожнювали зі свідомістю).

Основні питання, які намагався дослідити Тітченер, такі:

- що є елементом психіки;
- як ці елементи комбінуються, синтезуючи психіку;
- чому вони комбінуються саме так, а не інакше.

Третє питання Тітченер висвітлював через пояснення психічних процесів у термінах паралельних їм фізіологічних процесів. Свідомість науковець трактує як загальний підсумок досвіду особистості, який існує в певний час.

За Тітченером, психологія є наукою про досвід, який залежить від суб'єкта, що цей досвід здобуває. Досвід людина здобуває через інтроспекцію (самоспоглядання), у якій вона для цього повинна тренуватися.

Функціоналізм. Структуралізму протистояв функціоналізм. Цей напрям, відкидаючи аналіз внутрішнього досвіду і його структур, вважав, що основне для психології – з'ясувати, як ці структури працюють, коли людина розв'язує певні завдання, які стосуються її актуальних потреб. Тобто наочна сфера психології розширювалася. Її трактували як таку, що охоплює психічні функції (а не елементи) як внутрішні операції, які здійснює не безтілесний суб'єкт, а організм з метою задовольнити свою потребу в пристосованні до середовища.

Один із засновників функціоналізму в США – **Вільям Джемс** (1842–1910), відомий також як лідер прагматизму (від грец. «прагма» – дія) – філософії, яка оцінює ідеї й теорії, враховуючи те, як вони спрацьовують на практиці, приносячи користь індивіду.

В «Основах психології» (1890) Джемс писав, що **внутрішній досвід людини** – це не «ланцюжок елементів», а «потік свідомості», для якого характерна особистісна (у значенні вираження інтересів особистості) вибірковість (здатність постійно робити вибір).

Функціоналізм підкреслював життєву значущість свідомості для суб'єкта. За Джемсом, психічні явища не можна вивчати незалежно від фізичних умов світу, бо світ і розум людини розвивалися одночасно й пристосувалися один до одного.

Гештальтпсихологія. Гештальтпсихологія як науковий напрям, датою появи якого вважають 1910 р. – час зустрічі **Макса Вертгеймера** (1880–1943), **Вольфганга Келера** (1887–1967) і **К. Коффки** (1886–1941) – виникла як спроба теоретично обґрунтувати деякі феномени зорового сприйняття. Замість пошуку елементів свідомості цей напрям зробив наголос на її цілісності.

Гештальтпсихологи вважали, що первинними є саме цілісні структури (гештальти), які в принципі неможливо побудувати з якихось елементів. Гештальти мають свої характеристики і закони. Єдиною психічною реальністю гештальтпсихологи вважали факти свідомості.

Отже, свідомість у гештальттеорії розглядали як цілісність, охоплену динамікою пізнавальних (когнітивних) структур, які змінюються за психологічними законами.

Фройдизм, психоаналіз. Засновником психоаналізу є **З. Фройд** (1856–1939). Уперше загальні положення психоаналізу він виклав у 1900 р. – у «Тлумаченні сновидінь». На відміну від напрямів психології, представлених вище, психоаналіз – теоретичне вчення, зумовлене потребами клінічної практики.

Згідно з Фройдом, психіка аж ніяк не збігається зі свідомістю. Свідомість становить лише тонкий шар на поверхні несвідомого. Якщо не досліджувати несвідоме, ніяк не можна збагнути природу психіки.

Ключовими термінами психоаналізу є **несвідоме** – уявлення про те, що існує психічна діяльність, якої суб'єкт не усвідомлює; **онір** – ідея про те, що на ставлення людини до об'єкта впливає ставлення до минулих об'єктів (насамперед тих, що оточували її в дитинстві); **лібідо** – психічна енергія, джерело якої – у несвідомому.

На основі багаторічних клінічних спостережень Фройд сформулював психологічну концепцію, відповідно до якої психіка, особистість людини складається з 3-х компонентів, рівнів: «**ВОНО**», «**Я**», «**НАД-Я**». «**ВОНО**» – несвідома частина психіки, вируючий казан біологічних вроджених інстинктивних потягів: агресивних і сексуальних. «**ВОНО**» насичене сексуальною енергією – «лібідо». Людина – замкнута енергетична система, кількість енергії в кожного – постійна величина. Несвідоме та ірраціональне, «**ВОНО**» підкоряється принципу задоволення, тобто задоволення і щастя – головні цілі в житті людини. Другий принцип поведінки – гомеостаз – тенденція до збереження зразкової внутрішньої рівноваги.

Рівень «**Я**»-свідомості перебуває у стані постійного конфлікту з «**ВОНО**», пригнічуючи сексуальні потяги. На «**Я**» впливають три сили: «**ВОНО**», «**НАД-Я**» і суспільство, яке висуває свої вимоги до людини. «**Я**» прагне встановити гармонію між ними, підкоряється не принципу задоволення, а принципу «реальності».

«**НАД-Я**» слугує носієм моральних стандартів, це та частина особистості, яка виконує роль критика, цензора, совісті. Якщо «**Я**» ухвалить рішення або здійснить дію на догоду «**ВОНО**», але на протигагу «**НАД-Я**», тоді отримає покарання у вигляді відчуття провини, сорому, докорів сумління. «**НАД-Я**» не пускає інстинкти в «**Я**», тоді енергія цих інстинктів сублимується, трансформується, втілюється в інших формах діяльності, які прийнятні для суспільства і людини (творчість, мистецтво, суспільна активність, трудова активність, у формах поведінки: у снах, описах, обмовках, жартах, каламбурах, у вільних асоціаціях, в особливостях забування).

Якщо енергія «лібідо» не знаходить виходу, то в людини виникають психічні хвороби, неврози, істерики, депресія.

Для порятунку від конфлікту між «**Я**» і «**ВОНО**» застосовують засоби психологічного захисту: **витіснення**, **придушення** – мимовільне усунення зі свідомості недозволених думок, відчуттів, бажань у несвідоме «**ВОНО**»; **проекція** – несвідома спроба позбутися нав'язливого бажання, ідеї, приписавши її іншій особі; **раціоналізація** – несвідома спроба раціоналізувати, обґрунтувати абсурдну ідею.

Становлення психіки в дитини відбувається через подолання **Едипового комплексу**. Боячись кастрації, дитина долає сексуальний потяг до матері, долає Едипів комплекс (до 5 – 6 років), і в неї виникає «**НАД-Я**», совість. Особливості сексуального розвитку в дитячому віці визначають характер, особистість дорослої людини, її патології, неврози, життєві проблеми і труднощі.

Фройд сформулював теорію сексуального розвитку. Проте заслуга Фройда в тому, що він привернув увагу вчених до серйозного вивчення несвідомого в психіці, уперше виокремив і почав вивчати внутрішні конфлікти особистості.

Неофройдизм. Цей напрям, засвоївши основні схеми й орієнтації ортодоксального психоаналізу, переглянув базову для нього категорію мотивації. Вирішальну роль було відведено впливам соціокультурного середовища та його цінностям.

Уже **Альфред Адлер** прагнув обґрунтувати несвідомі комплекси особистості соціальними чинниками. Підхід, який накреслив Адлер, розвинула група дослідників, яких традиційно називають неофройдистами.

Лідером неофройдизму традиційно вважають **Карен Хорні** (1885–1953). Вона, спираючись на психоаналітичну практику, доводила, що всі конфлікти, які виникають у дитинстві, породжені стосунками дитини з батьками. Саме через характер цих взаємин в дитини виникає банальне відчуття тривоги, яке відображає її безпорадність у потенційно ворожому світі. Невроз – це ніщо інше, як реакція на тривожність. Збочення та агресивні тенденції, які описав Фройд, є не причиною неврозу, а його результатом. Невротична мотивація набуває трьох напрямів: рух до людей як потреба в любові, рух від людей як потреба в незалежності та рух проти людей як потреба у владі (ненависть, яка породжує протест та агресію).

Орієнтація на соціокультурні чинники замість біологічних визначила особливості неофройдизму.

Трансперсональна психологія. Трансперсональні тенденції в психології існували вже декілька десятиріч. Найвідомішими представниками цього напрямку були **К.Г. Юнг**, **Р. Ассаджіолі**, **А. Маслоу**. Могутнім важелем для нового руху стали клінічні дослідження із застосуванням психоделічних препаратів (ЛСД), методів голотропного занурення і ребефінгу (**С. Грофф**).

К. Юнг надавав великого значення несвідомому і його динаміці, однак уявлення К. Юнга про несвідоме радикально відрізнялося від поглядів Фрейда. Юнг розглядав психіку як комплементарну взаємодію свідомого і несвідомого компонентів за умов безперервного обміну енергією між ними. Для нього несвідоме не було психобіологічним звалищем відторгнутих інстинктивних тенденцій, витіснених спогадів і підсвідомих заборон. Він вважав його творчим, розумним принципом, який пов'язує людину з усім людством, з природою і космосом. Вивчаючи динаміку несвідомого, Юнг відкрив функціональні одиниці, для яких використовував назву «комплексів».

Комплекси – це сукупність психічних елементів (ідей, думок, відносин, переконань), які об'єднуються навколо якогось тематичного ядра та асоціюються з певними відчуттями.

Юнгу вдалося простежити комплекси від біологічно детермінованих сфер індивідуального несвідомого до початкових міфопороджувальних патернів, які він назвав «архетипами».

АРХЕТИПИ – це несвідомі первинні, історично початкові образи та ідеї з життя, культури, поведінки і діяльності первісного життя наших предків; архетипи постійно перебувають у колективному несвідомому і, знову-таки, однаково виявляються в житті сучасних людей.

Архетип – це загальна ідея чи образ глибокого минулого розвитку людства, а також це успадкована схильність відповідати світу в певний

спосіб. З кожним архетипом може бути пов'язане широке коло різних символів.

Юнг зробив висновок, що, крім індивідуального несвідомого, існує колективне, расове несвідоме, яке є виявом творчої космічної сили. Воно – загальне для всього людства. Юнг вважав, що в процесі індивідуалізації людина може подолати вузькі межі Его та особистого несвідомого і з'єднатися з вищим «Я», що відповідає всьому людству і всьому космосу. Отже, Юнга можна вважати першим представником трансперсональної орієнтації в психології.

Юнг розглядав структуру особистості як таку, що складається з трьох компонентів: а) **свідомість** – ЕГО – Я; б) **індивідуальне несвідоме** – «ВОНО»; в) **«колективне несвідоме»**, яке складається з психічних прототипів, або «архетипів». **Колективне несвідоме**, на відміну від індивідуального (особистого несвідомого), ідентичне у всіх людей і тому утворює загальну підвалину душевного життя кожної людини, а за своєю суттю є надособистим. Колективне несвідоме – надглибинний рівень психіки. У снах, фантазіях багатьох людей є певна схожість з міфологічними, фольклорними сюжетами і навіть з найдавнішими космологічними ідеями, хоча людина свідомо цих міфів, ідей могла і не знати.

Важливий внесок в трансперсональну психологію зробив **Абрахам Маслоу** (про його роль у розвитку гуманістичної психології вже йшлося), він досліджував досвід людей, у яких були спонтанні містичні або, як він їх називав, **«пикові переживання»**. У традиційній психіатрії до будь-якого містичного досвіду звичайно ставляться як до серйозної психопатології.

Важливим аспектом праці Маслоу був **аналіз людських потреб** і перегляд теорії інстинктів. Науковець вважав, що вищі потреби становлять важливий аспект людської особистості, їх не можна розглядати як похідні від нижчих інстинктів.

На думку Маслоу, вищі потреби відіграють важливу роль у психічному здоров'ї і розвитку хвороб.

Отже, істотною відмінною рисою **трансперсональної психології** є модель людської душі, у якій визнано значущість духовного і космічного виміру і можливостей для **еволюції свідомості**.

Емпіричне підтвердження трансперсональному підходу до розуміння людини дали 30-річні дослідження **Станіслава Гроффа**. Він довів, що у сфері свідомості людини немає чітких меж і обмежень, проте виокремив чотири сфери психіки, які перебувають за межами нашого звичайного досвіду свідомості:

- сенсорний бар'єр;
- індивідуальне несвідоме;
- рівень народження і смерті (перинатальні матриці);
- трансперсональна сфера.

Більшості людей доступні переживання на всіх чотирьох рівнях. Переживання ці можна спостерігати під час сеансів із психоделічними препаратами або в сучасних підходах експериментальної психотерапії, де використовують дихання, музику (ребетфінг, голотропне занурення), роботу з тілом. Їхньому переживанню сприяють найрізноманітніші релігійні обряди, східні духовні практики.

Біхевіоризм. Біхевіоризм визначив обриси американської психології ХХ ст. У перекладі англійське слово «behavior» означає **поведінка**. Отже, предметом психології, за біхевіоризмом, є поведінка, а не свідомість, як вважали прихильники інтроспективної психології. Свідомість визначали за допомогою суб'єктивних методів, поведінка була цілком у сфері дії об'єктивного методу. Теоретичним лідером біхевіоризму став **Дж. Б. Уотсон** (1878–1958). Предметом психології він вважав поведінку, яка цілком побудована із секреторних та м'язових реакцій, що повністю визначаються зовнішніми стимулами.

Формула «стимул – реакція», яку біхевіористи пропагували як пояснювальний принцип поведінки, передбачала, що з людини можна виліпити що завгодно, якщо давати їй відповідні стимули, позитивно підкріплювати певні реакції. Російським варіантом біхевіоризму можна вважати рефлексологію **В.М. Бехтєрева** (1857–1927).

Джон Уотсон сформулював кредо біхевіоризму: «Предметом психології є поведінка».

Особистість людини, з погляду біхевіоризму, є не що інше, як сукупність поведінкових реакцій, властивих цій людині. Та або інша поведінкова реакція виникає на певний стимул, ситуацію. Формула «стимул – реакція» (S–R) була провідною в біхевіоризмі. Закон ефекту Торндайка уточнює: зв'язок між S–R посилюється, якщо є підкріплення. Підкріплення може бути позитивним (похвала, отримання бажаного результату, матеріальна винагорода тощо) або негативним (біль, покарання, невдача, критичне зауваження тощо). Поведінка людини найчастіше впливає з очікування позитивного підкріплення, але іноді переважає бажання насамперед уникнути негативного підкріплення, тобто покарання, болю тощо.

Отже, з позиції біхевіоризму *особистість* – це все те, чим володіє індивід, і його можливості щодо реакцій (навички, соціально регульовані інстинкти, соціалізовані емоції + здатність до пластичності, щоб утворювати нові навички + здатність утримання, збереження навичок) для пристосування до середовища, тобто **особистість – організована і відносно стійка система навичок**. Вони становлять основу стабільної поведінки. Навички пристосовані до життєвих ситуацій, зміна ситуації зумовлює формування нових навичок.

Людину в концепції біхевіоризму розуміють насамперед як істоту, запрограмовану на ті чи інші реакції, дії, поведінку.

У надрах самого біхевіоризму психолог **Е. Толмен** поставив під сумнів схему S–R як дуже спрощену і ввів між цими членами важливу перемінну I – психічні процеси конкретного індивіда, які залежать від його спадковості, фізіологічного стану, попереднього досвіду і природи стимулу (S–I–R).

Пізніше один з послідовників Уотсона – Скіннер, розвиваючи концепцію біхевіоризму, довів, що будь-яка поведінка визначається наслідками, сформулював «принцип оперантного обумовлення» – поведінка живих організмів визначається наслідками, які вона зумовлює.

У 1970-ті роки біхевіоризм представив свої концепції в новому ракурсі – з погляду теорії соціального вчення. На думку А. Бандури, одна з головних причин, що зробила нас такими, які ми є, пов'язана з нашою

схильністю наслідувати поведінку інших людей з урахуванням того, наскільки сприятливі можуть бути результати такого наслідування для нас. Отже, на людину впливають не тільки зовнішні умови, вона також постійно має передбачати наслідки своєї поведінки, самотійно її оцінюючи.

Необіхевіоризм. Формула біхевіоризму була чіткою і однозначною: стимул – реакція. Питання про ті процеси, які відбуваються в організмі та психічному устрої між стимулом і реакцією, не брали до уваги.

В основі такої позиції – упереджена філософія позитивізму: переконання в тому, що для наукового факту характерна безпосередня спостережливість. Як зовнішній стимул, так і реакція були доступні для спостереження кожному, незалежно від його теоретичної позиції. Тому зв'язок «стимул – реакція» є, відповідно до радикального біхевіоризму, непорушною опорою психології як точної науки.

Тим часом у колі біхевіористів з'явилися видатні психологи, які поставили цей постулат під сумнів. Першим з них був американець **Едвард Толмен** (1886–1959), який вважав, що формула поведінки має складатися не з двох, а з трьох членів, і тому виглядати так: **стимул** (незалежна змінна) – **проміжні змінні** – **залежна змінна** (реакція).

Середня ланка (проміжні змінні) – недоступні для прямого спостереження психічні моменти: очікування, установки, знання.

Когнітивна психологія (когнітивізм). З біхевіоризму, а саме з пізньої його моделі, яка між стимулом і реакцією вже допускала існування певних суб'єктивних чинників, бере початок напрям когнітивної психології. Суть загальних уявлень когнітивної психології про психіку в тому, що вона є властивою живим організмам системою отримання, переробки та фіксації інформації. Тобто представників когнітивізму в психології цікавлять передусім інформаційні процеси, що їх вони уявляють за аналогією з функціонуванням обчислювальних приладів. Першим завданням цього напрямку було дослідити перетворення сенсорної інформації від моменту зустрічі стимулу з рецептором до одержання відповіді (реакції). Більш загальні завдання цей напрям почав ставити перед собою, коли можливості вивчення окремих психічних процесів почали вичерпуватися.

Когнітивна психологія – напрям, який намагається довести вирішальну роль **ЗНАННЯ** в організації поведінки суб'єкта.

До когнітивної психології можна зарахувати теорію когнітивного дисонансу **Л. Фестінгера**, відомими представниками когнітивізму є також **Дж. Брунер**, **Р. Аткинсон**.

Слово «когнітивний» походить від латинського дієслова *cognoscere* – знати. Психологи, які об'єдналися довкола цього підходу, стверджують, що людина – це не машина, яка сліпо і механічно реагує на внутрішні чинники або на події в зовнішньому світі; навпаки, розумові людини доступно більше: аналізувати інформацію про реальну дійсність, робити порівняння, ухвалювати рішення, розв'язувати проблеми, які постають перед нею щохвилини.

Когнітивні теорії особистості ґрунтуються на трактуванні людини як істоти, що розуміє, аналізує, оскільки людина перебуває у світі інформації, яку треба збагнути, оцінити, використати.

Вчинок людини містить три компоненти: а) саму дію, б) думки, в) відчуття, які вона переживає, виконуючи певну дію.

Гуманістична психологія. Цей напрям у психології пов'язаний з іменами **А. Маслоу** (1908–1970), **К. Роджерса** (1902–1987), **Г. Оллпорта** (1897–1967), він укорінений у психотерапевтичній практиці.

Головним предметом гуманістична психологія вважає **ОСОБИСТІТЬ** як унікальну цілісну систему, яка являє собою не щось нерухоме, а живу можливість самоактуалізації – неповторного вияву в реальному житті індивідуального потенціалу людського буття, властивого кожній людині.

Людину потрібно вивчати як цілісну й унікальну істоту. Людина відкрита до світу. Проживання світу в собі та себе у світі є головною психологічною реальністю. Людина – істота вільна, здатна вирішувати, обирати шлях власного розвитку. Вона активна, творча істота.

Якщо фрейдизм вивчає невротичну особистість, бажання, вчинки і слова, якої розходяться між собою, думки про саму себе і про інших людей часто діаметрально протилежні, то гуманістична психологія, навпаки, вивчає здорові, гармонійні особистості, які досягли вершини особистісного розвитку, вершини «самоактуалізації». Такі «самоактуалізовані особистості», на жаль, становлять лише 1-4% загальної кількості людей, решта перебувають на тому чи іншому щаблі розвитку.

А. Маслоу, один з провідних психологів у галузі дослідження мотивації в США, розробив «**ієрархію потреб**». Вона складається з таких щаблів:

- **фізіологічні потреби** – це низькі, керовані органами тіла потреби (дихання, харчова, сексуальна, потреби в самозахисті).

- **потреба в надійності** – прагнення в матеріальній надійності, здоров'ї, забезпеченні в старості тощо.

- **соціальні потреби.** Задоволення цього рівня потреб не є об'єктивне, і його важко описати. Одній людині достатньо небагато контактів з іншими людьми, в іншій потреба в спілкуванні дуже сильна.

- **потреба в пошані**, усвідомленні власної гідності – ідеться про престиж, соціальний успіх.

- **потреба в розвитку особистості**, у самореалізації, самоактуалізації, в осмисленні свого призначення у світі.

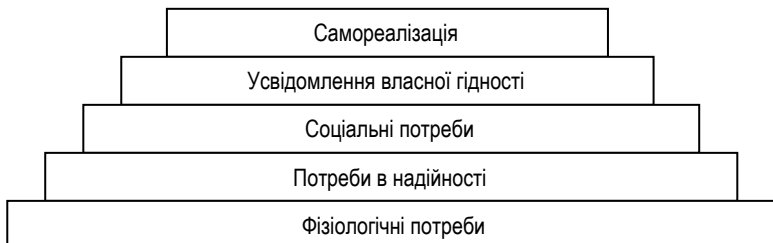


Рис. 1.2. Ієрархія потреб людини (або щаблі розвитку).

Можливість задоволення вищих потреб є сильнішим стимулом до активності, ніж задоволення нижчих.

Сенс життя можна знайти в зовнішньому світі, мабуть, трьома шляхами: а) здійснюючи вчинки; б) переживаючи цінності, відчуваючи єдність з іншими людьми, переживаючи любов; в) страждаючи.

Різні шляхи самоактуалізації можливі за умови, якщо в людини є вищі метапотреби в розвитку, життєві цілі: істина, краса, доброта, справедливість.

Контрольні питання:

- Які підходи до визначення історичних етапів розвитку психологічної науки Ви знаєте?
- У чому сутність культурологічного підходу до визначення історичних етапів розвитку психологічної науки?
- Які особливості етапу розвитку психології як науки про душу?
- Які особливості етапу розвитку психології як науки про свідомість?
- Які особливості етапу розвитку психології як науки про поведінку?
- У чому виявляються особливості розуміння людської психіки в психоаналізі?
- Які погляди на психіку наявні на сучасному етапі розвитку?
- Що є головним завданням психології в концепції структуралізму?
- Чим відрізняються погляди структуралістів і функціоналістів на завдання психології?
- У чому суть гештальтпсихології як наукового напрямку?
- Які погляди на психіку були в З. Фрейда?
- У чому суть психоаналізу як наукового напрямку?
- Яке місце в трансперсональній психології посідають погляди К. Юнга і С.Грофа?

Література:

Бессознательное. Природа, функции, методы исследования. В 3-х томах. – Т. 1. – Тбилиси, 1978.

Варій М.Й. Загальна психологія: Навч. посібник / Для студ. психол. і педагог. спеціальностей. – Львів: Край, 2005.

Ждан А.Н. История психологии от античности до наших дней. – Москва, 1990.

Исторический путь психологии: прошлое, настоящее, будущее. – Москва, 1992.

Левчук Л.Т. Психоаналіз: історія, теорія, мистецька практика: Навч. посіб. – К.: Либідь, 2002.

Максименко С.Д. Развитие психики в онтогенезе. У 2-х т. – К.: Форум, 2002.

Нариси з історії вітчизняної психології (XVII – XVIII ст.) / За ред. Г.С. Костюка. – Київ, 1952.

Нариси з історії вітчизняної психології кінця XIX і початку XX ст. / За ред. Г.С. Костюка. – Київ, 1955.

Основи психології / Під заг. ред. О.В. Киричука, В.А. Роменця. – К.: Либідь, 1996.

Петровський А.В. История советской психологии. Формирование основ психологической науки. – Москва, 1964.

Психологія / Під ред. Г.С. Костюка. – К.: Рад. школа, 1968.

Психология XXI века: Учеб. для вузов / Под ред. В.Н. Дружинина. – М.: ПЕР СЭ, 2003.

Роменец В.А., Маноха І.П. Історія психології: Навч. посіб. / Вст. ст. В.О. Татенка, Т.М. Татенко. – К.: Либідь, 1998.

Тайны сознания и бессознательного: Хрестоматия / Сост. К.В. Сельченко. – Мн.: Харвест, 1988.

Фройд З. Психология бессознательного. – М.: Прогрес, 1990.

Фромм Э. Душа человека. – М.: Республика, 1992.

Ярошевский М.Г. История психологии / 3-е изд. – Москва, 1985.

Ярошевский М.Г. Психологи в XX столетии. Теоретические проблемы развития психологической науки / 2-е изд. – Москва, 1974.

Глава 2

ПРЕДМЕТ, ЗАВДАННЯ, МЕТОДИ І ГАЛУЗІ ПСИХОЛОГІЇ

2.1. Предмет і завдання сучасної психології

Будь-яка конкретна наука відрізняється від інших наук особливостями свого предмета. А предметом кожної науки має бути якась сутність її об'єкта. Що ж можна визначити як сутність психічного? На це запитання є дуже багато відповідей.

Потрібно зазначити, що сучасна українська психологія в основному спирається на теоретико-методологічні засади марксистсько-ленінської філософії, яка утвердилася в радянський період. При цьому психіку розглядають як системну властивість високоорганізованої матерії (мозку), що полягає в активному відображенні суб'єктом об'єктивного світу, у побудові суб'єктом невід'ємної від нього картини цього світу і саморегуляції на цій основі своєї поведінки й діяльності.

Ми відійдемо від цієї традиції, використавши інші методологічні позиції.

На сучасному етапі розвитку психологічної науки предмет психології визначають по-різному. Розглянемо деякі сучасні погляди на його розуміння.

По-перше, **предмет психології визначають як індивідуальний світ «Я» людини**, оскільки «світ» – це вже не проста сукупність психічних явищ, а щось цілісне, що постає як самостійне утворення. Власне в цьому визначенні підкреслено єдність усіх психічних явищ, об'єднаних у єдність «Я» людини.

По-друге, вважають, що **предметом психології є людина як суб'єкт психіки**. У цьому визначенні поняття суб'єкта означає визначальну роль активності людини в самостворенні, самовизначенні в психічному розвитку. Тут біологічне та соціальне є не причинами, які формують людину, а тільки умовами її самостворення.

По-третє, часто **предметом психології вважають психічну реальність як таку**. Що це таке? Психолог Г.І. Челпанов відмінність психічних явищ від явищ фізичних і матеріальних вбачав у тому, що:

- психічні явища не можна сприйняти через посередництво зовнішніх органів чуття (зовнішнього досвіду), а можна безпосередньо пізнавати тільки шляхом внутрішнього досвіду;

- психічні явища може безпосередньо споглядати тільки та особа, яка їх переживає, а фізичні явища може сприймати чимало споглядачів;

- психічним явищам не можна надати просторову протяжність (на відміну від явищ, скажімо, фізіологічних). Але, згідно з сучасними поглядами, просторовість психічним явищам надати (але не протяжність у «фізичному» просторі, яку слушно заперечував Г.І. Челпанов).

Однак на користь існування психічної реальності висувують такі аргументи:

- психофізичний – психічний образ не визначається остаточно структурою фізичного об'єкта, який у ньому відображений, залежність між інтенсивністю подразника та інтенсивністю відчуття не пряма, а логарифмічна (психофізичний закон Вебера-Фехнера) чи ступенева (закон Стівенса);

- психохімічний – вплив на психіку фармакологічних речовин зумовлює такі явища (наприклад, галюцинації), які не можна пояснити на основі формули речовини;

- психофізіологічний – психічний образ у своєму змісті не збігається із фізіологічним носієм – нервовим імпульсом, який іде рефлекторною дугою через нервову систему;

- психосоматичний – психічні особливості певною мірою залежать від будови тіла (конституціональні типології характеру Кречмера й Шелдона, френологія Галля), але не визначаються нею остаточно – так збільшений обсяг мозку зовсім не засвідчує вищі розумові здібності людини, тоді як недостатній може спричинити їхню відсутність;

- психосоціальний – психіка людини не є повністю залежною від навколишнього суспільного світу, інакше уніфікація людей у межах певного суспільства була б всеосяжною і повною.

По-четверте, **предметом психології вважають конкретні факти психічного життя, які характеризують якісно і кількісно**. Досліджуючи процес сприйняття людиною предметів, що її оточують, психологія встановила важливий факт: образ предмета зберігає відносну постійність і за умов сприйняття, що постійно змінюється. Наприклад, сторінку, на якій надруковано ці рядки, сприйматимуть як білу і за яскравого сонячного світла, і в напівтемряві, і в разі електричного освітлення, хоча фізична характеристика проміння, яке відображає папір за такої різної освітленості, буде вельми різною. У цьому разі перед нами якісна характеристика психологічного факту.

По-п'яте, **предметом психології разом з психологічними фактами стають психологічні закони**. Наукова психологія не може обмежитися тільки описом психічних фактів, оскільки має не описувати, а пояснювати їх. Останнє припускає розкриття законів, яким підпорядковані ці явища.

По-шосте, **предметом психології є закономірні зв'язки людини з природним та соціокультурним світом**, які відображені в системі чуттєвих і розумових образів цього світу, мотивах, які спонукають діяти, а також у самих діях, переживаннях свого ставлення до інших людей і до самого себе, у властивостях особистості як ядра цієї системи. Психічна організація людини якісно відрізняється від біологічних форм, лише соціокультурний спосіб життя породжує в людини свідомість.

У міжособистісних контактах, опосередкованих мовою і спільною діяльністю, індивід, «вдивляючись» в інших людей, набуває здатності пізнавати самого себе як суб'єкта психічного життя, ставить цілі, які передують його вчинкам, розробляє план своєї поведінки. Не всі компоненти цього плану можна перекласти мовою свідомості. Але і вони,

утворюючи сферу несвідомого, є предметом психології, яка виявляє характер відповідності дійсних мотивів, потягів, орієнтації особистості з уявленням про них, які в неї склалися. І усвідомлені, і неусвідомлені психічні акти реалізуються за допомогою нейрогуморальних механізмів, але відбуваються не за фізіологічними, а за власне психологічними законами.

Нова ситуація в психологічній науці вимагає уточнення предмета психології, з'ясування того, як співвідносяться теоретико-методологічний і прикладні аспекти. Її предметом насамперед є психіка людини, особистість, психологічні основи розвитку соціальних, морально-психологічних, професійних і ділових властивостей під впливом суспільної дійсності як зовнішнього психічного.

Отже, предмет психології має складну комплексну структуру, основними ланками якої є:

- людина та її психіка, досліджувані в процесі філо- та онтогенезу;
- зовнішнє психічне як носій психоенергетичного потенціалу і впливу;
- внутрішнє психічне, яке перебуває на несвідомому, підсвідомому, свідомому і надсвідомому рівнях, його вплив на життєдіяльність людини;
- людина як особистість та індивідуальність;
- людина як власне «Я», соціальна роль, зовнішнє психічне;
- питання розроблення технологій взаємодії індивіда з власною психікою з метою її збереження й захисту;
- відновлення психоенергетичного потенціалу, саморозвитку й подальшого самовдосконалення;
- взаємодія людини із зовнішнім психічним і зміна останнього тощо.

Найбільш загальними завданнями психології у третьому тисячолітті є:

- вивчення впливу суспільної дійсності на психіку людини та психологію різних людських спільнот. У цьому аспекті здійснюється психологічний аналіз діяльності, поведінки і вчинків людини, визначаються вимоги суспільної дійсності до її психіки тощо;
- розкриття психологічних закономірностей формування в людини готовності до діяльності та розроблення психологічних шляхів підвищення її ефективності;
- виявлення психологічних умов підвищення ефективності виховання громадян, механізмів розвитку та вияву мотивів їхньої поведінки;
- здійснення психологічного аналізу системи «людина – техніка», виявлення можливості людей щодо їхнього використання, проведення психологічного аналізу аварій, катастроф тощо;
- забезпечення саморегулювання людиною психічних станів, які виникають у небезпечних та інших (стресових) ситуаціях, а також визначення умов і засобів боротьби зі страхом та панікою, запобігання іншим психічним станам, які знижують ефективність діяльності, і їхнє подолання;

• підвищення ефективності управління в різних сферах суспільства, розкриття впливу особистості керівника та його стилю керівництва на психологію колективу, на його суспільну й виховну функції тощо;

• оптимізація всіх аспектів праці та життя людини в різних умовах;

• виявлення умов і чинників ефективної професіоналізації кожної людини з урахуванням реальних потреб і можливостей суспільства;

• психолого-педагогічне забезпечення розв'язання завдань освіти молодих;

• боротьба з тероризмом і злочинністю, бездуховністю, наркоманією, алкоголізмом тощо;

• підвищення ролі психології в підтриманні правопорядку, організованості й дисципліни, психічного здоров'я і добробуту громадян;

• дослідження психолого-педагогічних проблем сучасного стилю практичної діяльності кадрів, вироблення і впровадження рекомендацій з оволодіння продуктивними технологіями ефективної праці та життя;

• створення необхідних передумов і комфортних соціально-психологічних умов для продуктивної життєдіяльності, розкриття творчого потенціалу суб'єктів праці та життя;

Важливими проблемами, які вимагають у цей час поглиблених психологічних досліджень, також є:

• обґрунтування сучасної психолого-педагогічної концепції підготовки професіоналів і реформування соціальної структури;

• розроблення методології психології;

• синтезування концепції вивчення, формування і розвитку соціальних суб'єктів, конкретної людини, колективу;

• створення сучасних теорій психології професійної праці;

• теоретичне і практичне обґрунтування питань зміцнення правопорядку, дисципліни;

• психологічний відбір, підготовка й адаптація до різних умов життєдіяльності;

• питання впровадження прикладної психології та ефективного акмеологічного супроводу праці, життя тощо;

Розв'язання всіх зазначених завдань є вагомою передумовою успішного реформування суспільства і забезпечення його прогресивного розвитку.

2.2. Методи психології

Методи психології доцільно розділити на дві групи:

• пізнавальні (дослідницькі) методи;

• методи активного впливу на людей.

Розглянемо першу групу методів. Процес психологічного дослідження складається з низки етапів: підготовки, збирання, обробки, інтерпретації фактичних даних і формулювання висновків.

На **підготовчому** етапі вивчають стан досліджуваної проблеми, проводять попередні спостереження, бесіди, анкетування, визначають мету й завдання дослідження. Важливим елементом цього етапу стає гіпотеза – уявлення про очікуваний результат дослідження.

Усі вихідні моменти зумовлюють планування дослідження, вибір контингенту і кількість піддослідних, місця та часу проведення дослідів, технічне оснащення, отримання попередніх експериментальних даних, форми протоколів, план кількісної (статистичної) та якісної обробки й інтерпретації даних.

На етапі **збирання фактичних даних** використовують емпіричні методи (експеримент, спостереження, тестування, бесіди тощо). Експериментальні дані фіксують у протоколі, що має бути досить повним і цілеспрямованим, у тому числі реєстрацію всіх необхідних параметрів експериментальної ситуації та психічних властивостей.

Етап **обробки даних** передбачає кількісний та якісний аналіз і синтез зафіксованих даних.

На останньому етапі дослідження **інтерпретують дані та формулюють висновки**, встановлюють їхню відповідність чи невідповідність вихідній гіпотезі, виявляють нові питання та проблеми, на основі яких формують програму дослідження.

Відповідно до етапів психологічного дослідження, доцільно розрізнити чотири групи методів:

- організаційні;
- емпіричні;
- методи обробки даних;
- інтерпретаційні методи.

Організаційні методи охоплюють: порівняльний метод, який реалізується зіставленням груп піддослідних, які відрізняються за віком, видом діяльності тощо; лонгітюдний метод, що виявляється у багаторазових обстеженнях тих самих осіб упродовж тривалого часу; комплексний метод, коли той самий об'єкт вивчають різними засобами представники різних наук, що дає змогу різнобічно характеризувати особистість.

До групи **емпіричних методів** входять: спостереження і самоспостереження; експериментальні методи; психодіагностичні методи (тести, анкети, питальники, соціометрія, референтометрія, інтерв'ю, бесіда); аналіз продуктів діяльності; біографічний метод; трудовий метод.

Методи обробки даних – це кількісні та якісні методи. До кількісних методів належать, наприклад, визначення середніх величин і міри розсіювання, коефіцієнтів кореляції, факторний аналіз, побудова графіків, гістограм, схем, таблиць, матриць тощо. Якісний метод передбачає аналіз і синтез отриманих даних, їх систематизацію та порівняння з результатами інших досліджень.

До **інтерпретаційних методів** належать генетичний метод аналізу психологічних даних у процесі розвитку – з виокремленням стадій, критичних моментів, суперечностей тощо, а також структурний, системний метод, який передбачає встановлення зв'язків між усіма психічними властивостями індивіда. Останній полягає в реалізації особистісного підходу, коли всі психічні властивості розглядають у цілісній системі.

Розглянемо емпіричні методи отримання фактичних даних про психіку.

Метод **спостереження** полягає в тому, що експериментатор збирає інформацію, не втручаючись у ситуацію. Існує принципова відмінність наукового спостереження від життєвого, яке обмежується реєстрацією фактів і має випадковий, неорганізований характер. На противагу йому, наукове спостереження базується на певному плані, програмі, фіксації фактів та особливостей ситуації, на аналізі та інтерпретації. Для наукового спостереження характерні перехід від опису фактів до пояснення їхньої суті, формування психологічної характеристики особистості.

Якщо ми вивчаємо явище без зміни умов, за яких воно здійснюється, то йдеться про просте об'єктивне спостереження. Спостереження поділяють за різними ознаками (рис. 6.1). Розрізняють *пряме* і *непряме* спостереження. Прикладом прямого спостереження може бути вивчення реакції людини на подразник або спостереження за поведінкою дітей у групі, якщо ми вивчаємо типи контактів. Прямі спостереження поділяють також на *активні* (наукові) й *пасивні* або звичайні (життєві). Багато разів повторюючись, життєві спостереження акумулюються в прислів'ях, приказках, метафорах і у зв'язку з цим становлять певний інтерес для культурологічного і психологічного вивчення. Наукове спостереження має визначену мету, завдання, умови спостереження. Проте якщо ми спробуємо змінити умови чи обставини, за яких здійснюється спостереження, то це вже буде експеримент.

Непряме спостереження застосовують у ситуаціях, коли ми хочемо за допомогою об'єктивних методів вивчити психічні процеси, непіддатливі прямому спостереженню. Наприклад, встановити ступінь втомлюваності або напруженості під час виконання людиною певної роботи. Дослідник може скористатися методами реєстрації фізіологічних процесів (електроенцефалограми, електроміограми, шкірно-гальванічна реакція тощо), які самі не розкривають особливостей процесу психічної діяльності, але можуть відображати загальні фізіологічні умови, що характеризують перебіг процесів, що їх вивчають.

У дослідницькій практиці об'єктивні спостереження розрізняють також за низкою інших ознак.

За характером контакту – *безпосереднє спостереження*, коли спостерігач і об'єкт спостереження перебувають у безпосередньому контакті та взаємодії, та *опосередковане*, коли дослідник знайомиться зі спостережуваними суб'єктами побічно, за допомогою спеціально організованих документів на зразок анкет, біографій, аудіо- або відеозаписів тощо.

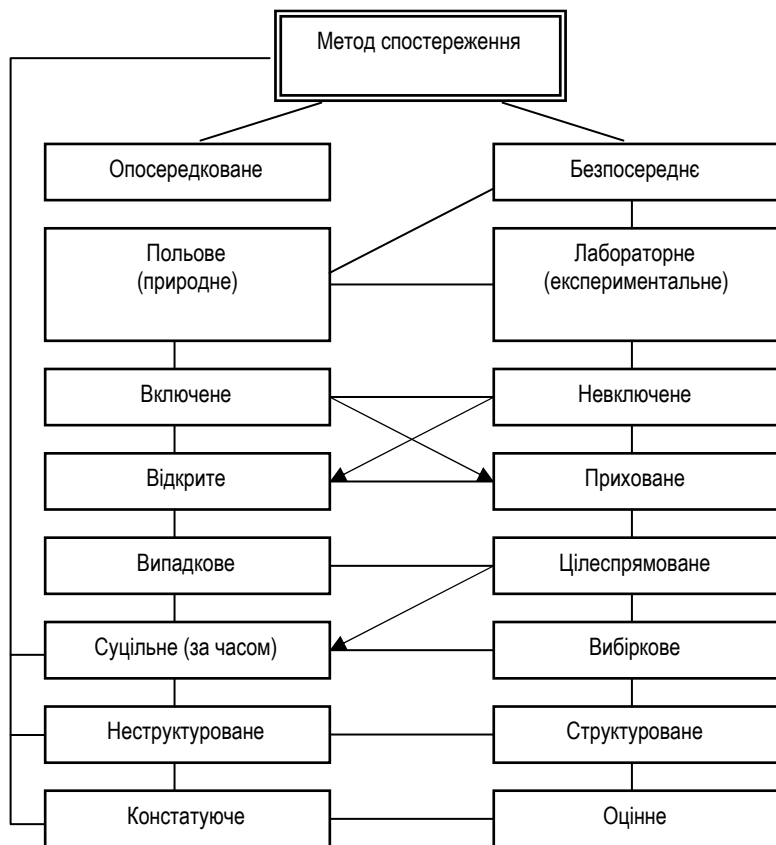


Рис. 2.1. Види спостереження.

За умовами здійснення спостереження – *польове* спостереження, яке відбувається в умовах повсякденного життя, навчання або роботи, та *лабораторне*, коли за суб'єктом або групою спостерігають у штучних, спеціально створених умовах.

За характером взаємодії з об'єктом розрізняють *включене* спостереження, коли дослідник стає членом групи, та його присутність і поведінка стають частиною спостережуваної ситуації, та *невключене* (з боку), тобто без взаємодії і встановлення яких-небудь контактів з особою чи групою, яку вивчають.

Розрізняють також *відкрите* спостереження, коли дослідник відкриває спостережуваним свою роль (недоліком цього способу є зниження природної поведінки спостережуваних суб'єктів), і *приховане* (інкогніто), коли про присутність спостерігача групі або індивіду не повідомляють.

За впорядкованістю в часі розрізняють спостереження *суцільні*, коли перебіг подій фіксують постійно, та *вибіркові*, коли дослідник фіксує процеси, які спостерігає, тільки в певні проміжки часу.

За впорядкованістю в проведенні розрізняють спостереження *структуровані*, коли події, що відбуваються, фіксують відповідно до раніше розробленої схеми спостереження, та *довільні* (неструктуровані), коли дослідник вільно описує події, що відбуваються, так, як він вважає за доцільне. Таке спостереження звичайно проводять на пілотажній (орієнтовній) стадії дослідження, коли потрібно сформулювати загальне уявлення про об'єкт дослідження і можливі закономірності його функціонування.

За характером фіксації розрізняють *констатуюче* спостереження, коли спостерігач фіксує факти такими, якими вони є, спостерігаючи їх безпосередньо або одержуючи від свідків події, та *оцінювальне*, коли спостерігач не тільки фіксує, а й оцінює факти щодо ступеня їхньої вираженості за заданим критерієм (наприклад, оцінює ступінь вираженості емоційних станів тощо).

Помилки спостереження. Об'єктивні методи спостереження розробляли для отримання достовірного наукового знання. Проте проводить спостереження людина, і тому суб'єктивний фактор завжди наявний в її спостереженні. У психології більше, ніж в інших дисциплінах, спостерігач ризикує через свої помилки (наприклад, обмежень сприйняття) не помітити деяких важливих фактів, не взяти до уваги корисних даних, викривити факти внаслідок своїх упереджених уявлень тощо. Тому необхідно брати до уваги «підводне каміння», пов'язане з методом спостереження.

ПОМИЛКИ спостереження з'являються через такі причини:

- гала-ефект (ефект ореолу);
- вплив усереднення;
- логічні помилки (підміну аргументів);
- помилки контрасту;
- помилки, пов'язані з упередженнями та стереотипами (етнічними, професійними);
- помилки некомпетентності спостерігача.

Найчастіше помилки спостереження виникають через схильність до **гала-ефекту** (або ефекту ореолу), який базується на узагальненні одиничних вражень спостерігача, який відштовхується від того, подобається чи не подобається йому спостережуваний, його дії або поведінка. Такий підхід зумовлює некоректне узагальнення, оцінку в «чорно-білих тонах», перебільшення чи зменшення вираженості спостережуваних *фактів*.

Помилки усереднення трапляються, коли спостерігач з тих чи інших причин почувається невпевнено. Тоді виявляється тенденція усереднювати оцінки спостережуваних процесів, оскільки відомо, що крайнощі трапляються рідше, ніж властивості середньої інтенсивності.

Логічні помилки виявляються, коли, наприклад, роблять висновок про інтелект людини за її красномовством, або про те, що люб'язна людина одночасно добродушна; ця помилка ґрунтується на

припущенні тісного зв'язку між поведінкою людини та її особистими якостями, що аж ніяк не завжди відповідає істині.

Помилки контрасту може спричинити схильність спостерігача підкреслювати протилежні собі риси у спостережуваних індивідів.

Трапляються також помилки, пов'язані з упередженнями, етнічними та професійними стереотипами, помилки некомпетентності спостерігача, коли опис факту підміняє думка спостерігача про нього тощо.

Щоб підвищити достовірність спостереження й уникнути помилок, необхідно суворо дотримуватись факту, фіксувати конкретні дії і не піддаватися спокусі робити висновки про складні процеси на підставі перших вражень.

У науковій психології використовують також метод *самоспостереження*, який є засобом вивчення, аналізу та синтезу власних учинків і дій, порівняння своїх думок із думками інших людей.

Головним методом психологічного пізнання вважають *експеримент*. Дослідник активно втручається в діяльність та поведінку піддослідного для створення необхідних умов, за яких виявляються ті чи інші психологічні факти, явища, властивості. В експериментальному дослідженні має бути обов'язковий контроль за умовами перебігу експерименту, за подразниками, що діють на людину, за її реакціями на них. Для встановлення загальних закономірностей розвитку та функціонування психіки до експерименту залучають велику кількість піддослідних. Практикують також експеримент з однією особою.

Залежно від рівня втручання дослідника в перебіг психічних явищ експеримент може бути *констатуючим*, коли вивчають наявні психічні особливості без зовнішнього втручання, та *формулюючим*, коли психічні властивості особистості вивчають у процесі «штучного» цілеспрямованого розвитку з використанням засобів навчання і виховання людини.

За схемою констатуючого експерименту можна також вивчати природу психічних властивостей у процесі їхнього розвитку, для чого застосовують так звані поперечні та поздовжні зрізи. У разі *поперечного зрізу* одночасно порівнюють психічні властивості кількох груп піддослідних, які відрізняються за віком, щоб розкрити динаміку вікового розвитку досліджуваної психічної властивості. Однак за такого підходу залишаються поза увагою індивідуальні особливості розвитку психіки.

У разі *поздовжнього зрізу* наявні зміни у психічних властивостях певних людей упродовж тривалого часу (місяці й роки). Це допомагає вивчати розвиток особистості в її цілісності.

За наявністю оснащення психологічний експеримент може бути лабораторним і природним. У *лабораторному експерименті* використовують спеціальну апаратуру, наприклад, тахістоскоп – для обстеження обсягу уваги – або комп'ютер – для тестування. Дії піддослідного регламентовано інструкцією. *Природному* експерименту властиві звичайні умови, коли піддослідний не здогадується про власну участь у досліді, а експериментальні умови обмежуються замаскованою участю дослідника чи його асистента у спільній з піддослідним поведінці (скажімо, у грі дітей у дитсадку).

Значного поширення набули *тести*, які використовують для визначення властивостей особистості, вимірювання рівня розвитку порівняно зі стандартом. Тест складається із завдань або запитань, які добирають за критеріями валідності (відповідності психічній властивості, яку виявляють за його допомогою), надійності (сталості результатів вимірювання), стандартизованості (налагодженості в процесі перевірки на великій кількості піддослідних із визначенням достатнього рівня чутливості) тощо. Інколи тест для свого створення та апробування потребує багато років. За допомогою тестів – а їх уже налічують кілька тисяч – психологи мають змогу перевіряти здібності, навички, уміння, риси характеру й інші властивості особистості з метою добору, контролю, прогнозу, навчання тощо.

Застосування *анкет (питальників)* допомагає збирати фактичний матеріал, що стосується характеру, змісту та спрямованості думок, оцінок, настроїв людей. Недоліком цього методу є певний суб'єктивізм, неможливість контролювати щирість респондентів (тих, хто відповідає на запитання анкети). Для підвищення рівня імовірності результатів опитування доцільно додатково застосовувати інші методи.

Соціометричний та референтометричний методи забезпечують вивчення стосунків між членами груп, виявляють їхню структуру (лідерів, аутсайдерів тощо) на основі відносно простої процедури вибору одними членами групи інших за параметрами симпатії–антипатії, референтності (стосовно певних цінностей).

Інтерв'ю та бесіда як методи здобуття інформації про особистість, її погляди, самооцінку, ціннісні установки, психічні властивості спираються на попередньо розроблену програму, гнучку стратегію формування запитань залежно від очікуваних та отриманих відповідей. Вони вимагають значної підготовки інтерв'юера, певної майстерності, зокрема здатності викликати довіру до себе, налаштувати людину на відвертість тощо.

Аналіз продуктів діяльності як метод дослідження можливий за наявності об'єктивних (матеріальних або матеріалізованих) наслідків діяльності людини, таких як архівні матеріали, чернеткові записи, щоденники, креслення, варіанти ескізів та малюнків. Їх аналіз дає підстави ретроспективно відтворювати закономірності психічної діяльності особистості, її психічні властивості. Приклад застосування цього методу: психолог Б.М. Кедров вивчає науковий архів Д.І. Менделєєва з тих часів, коли хімік створював періодичну систему хімічних елементів та будує на цій основі психологічну теорію наукового відкриття.

Для *біографічного методу* характерні використання матеріалів, що стосуються особливостей життя людини, її розвитку як особистості, аналіз важливих подій у її дитинстві, юнацтві, навчанні та трудовій діяльності, внаслідок чого реконструюють характерні риси особистості.

Трудовий метод передбачає включення дослідника в конкретну діяльність (професійну, громадську тощо), оволодіння її технологією, входження у відповідну роль з метою вивчення ніби зсередини її закономірностей. Ефективність трудового методу залежить від здатності

дослідника до перенавчання, перевтілення, певного артистизму, рефлексії, об'єктивної фіксації дослідних даних тощо.

Методи активного впливу на особистість. Сучасній науковій психології властиві не лише великі методичні можливості у пізнанні закономірностей психіки, а й здатність у разі потреби активно впливати на психічні властивості особистості. Потреба у цьому виникає, коли людина потрапляє у психотравмуючі ситуації – внаслідок міжособистісних конфліктів, стихійного лиха чи техногенної катастрофи тощо. У цих випадках застосовують методи активного психологічного впливу на людину з метою поліпшення її стану, подолання негативних наслідків для психіки. Ці методи може застосовувати тільки професійно підготовлений психолог.

Назвемо деякі з цих методів.

Психологічну консультацію проводять з метою надання людині психологічної допомоги. Під час спеціально організованого спілкування може бути актуалізовано додаткові психологічні можливості виходу людини з важкої життєвої ситуації. Психологічну консультацію організовують за певним планом, який передбачає виявлення причин виникнення проблеми, шляхів і прийомів її розв'язання та здатності до цього людини.

Психологічна корекція передбачає подолання певних відхилень у поведінці та діяльності людини засобами вивчення індивідуальних особливостей особистості, їх відповідності вимогам навколишнього соціального та природного середовища, виявлення і подолання існуючих суперечностей, формування нових цілей, цінностей, мотивацій поведінки, розробки програми зміни способу життя, перетворення в процесі самопізнання і самовиховання, розвитку здатності до саморегуляції тощо.

Психологічний тренінг (вправи, ділові ігри) застосовують для розвитку здібностей, наприклад уваги, пам'яті, мислення, уяви тощо. Зокрема, соціально-психологічний тренінг спрямований на розвиток комунікативних, перцептивних, інтеракційних здібностей, що поліпшує здатність людини до спілкування, забезпечує її особистісне зростання. Цей тренінг виконують за певним сценарієм у так званих групах дискусій, Т-групах тощо.

Психологічна терапія та реабілітація – це система спеціальних психологічних методів оздоровчого впливу на людину для нормалізації її психічного стану – під час перебування у важкому стресі, при психогеніях (непатологічних станах психіки). У процесі психологічної терапії та реабілітації широко застосовують техніку гіпнозу, аутогенного тренування, арттерапію (оздоровлення мистецтвом), терапію творчим самовираженням, трудотерапію тощо.

За останній час арсенал методів психологічного впливу значно розширився, чому сприяли насамперед виборчі, парламентські й президентські кампанії в колишніх республіках СРСР, особливо в Росії та Україні, а також психологічні війни, тероризм, військові конфлікти тощо.

До методів активного психологічного впливу потрібно додати такі групи:

- методи регулювання;
- методи формування і спрямування поведінки та діяльності;

• методи психологічного забезпечення (психологічної підготовки, психічного здоров'я тощо).

Нині у працях деяких психологів поряд з поняттям методу з'явилося поняття технології психологічного впливу (М.Й.Варій).

2.3. Галузі психології

Сучасна наукова психологія є досить розмаїтою системою дисциплін і галузей. Просте перелічення вже не задовольняє потреби дослідників. Тому їх доречно класифікувати за певними ознаками. Ю.Л. Трофімов за спрямованістю діяльності психологів на пізнання, дослідження або перетворення психіки доцільно виокремлює три великі групи галузей – *теоретичну, науково-прикладну та практичну психологію.*

До теоретичної психології належать: загальна психологія, історія психології, експериментальна, генетична, соціальна, порівняльна, диференціальна психологія, психофізіологія, психологія особистості, моделювання психіки.

До науково-прикладної психології потрібно зарахувати низку галузей, для яких характерні дослідження і практичне використання знань з метою оптимізації поведінки та діяльності людей. Напрями науково-прикладної психології доцільно розрізняти за певними ознаками:

а) за видом діяльності та поведінки людини: психологія праці; інженерна психологія; психологія творчості; психологія «штучного інтелекту»; авіаційна психологія; космічна психологія; військова психологія; психологія управління та менеджменту; економічна психологія; психологія торгівлі; екологічна психологія; психологія спорту.

б) за психологічними аспектами розвитку людини в науково-прикладній психології можна виокремити такі напрями: вікова психологія; екологічна психологія; психологія аномального розвитку, або спеціальна психологія.

в) за тим, нормальна чи хвора психіка, виокремлюють такі дисципліни: психологія здоров'я; медична психологія.

г) у контексті стосунку до права виокремлюють **юридичну психологію**, що пов'язана з дослідженням проблем реалізації системи правової поведінки психологічними засобами, юридична психологія має такі підрозділи: судова психологія як наука про психологічні особливості поведінки суб'єктів кримінального процесу; кримінальна психологія, предметом якої є психологічні особливості особистості правопорушника, мотиви правопорушення тощо; виправно-трудова (пенітенціарна) психологія, що займається науковими та прикладними питаннями вивчення психіки ув'язненого, методами виправлення та перевиховання його особистості.

Практична психологія функціонує і розвивається як система спеціальних психологічних служб, спрямованих на надання безпосередньої допомоги людям у розв'язанні їхніх психологічних проблем. Головна мета практичної психології – створити сприятливі соціальні та психологічні умови для діяльності людини в усіх сферах життя – від сімейних стосунків до управління державою, надати дієву допомогу в

розвитку та захисті їхнього психічного здоров'я. Основними функціями практичної психології є аналіз і прогнозування поведінки й діяльності людини, активний соціальний та психологічний вплив, консультативно-методична, просвітницька, профілактична, реабілітаційна, дорадча та психологічна функції тощо.

У структурі практичної психології виокремлюють такі напрями: психологічна служба сім'ї та соціального захисту населення; психологічна служба системи освіти; психологічна служба системи охорони здоров'я; практична психологія політичної діяльності, управління і масових комунікацій; практична юридична психологія і соціологія; практична психологія і соціологія економіки та бізнесу; практична психологія праці та профорієнтації; соціально-психологічна служба армії; практична психологія і педагогіка спорту.

Між галузями психологічної науки існують тісні зв'язки. Відомо, що теоретична психологія напрацьовує систему психологічних знань, які є фундаментом науково-прикладної та практичної психології. Зі свого боку, науково-прикладна й практична психології узагальнюють засоби теоретичної психології, що сприяє постійному оновленню системи понять, категорій, принципів психологічної науки.

Контрольні питання:

- Як розуміють і співвідносять об'єкт і предмет науки?
- Які погляди на предмет психології були в психологічній науці?
- Що є предметом сучасної психології?
- Які завдання сучасної психології?
- Яке значення має психології для життєдіяльності сучасного суспільства?
- Які галузі є в сучасній психології?
- Яким чином поділяються методи психології?
- Що становлять собою пізнавальні методи психології?
- Охарактеризуйте кожен емпіричний метод психології.
- У чому виявляється метод спостереження?
- Які методи активного психологічного впливу ви знаєте?
-

Література:

Варій М.Й. Загальна психологія: Навч. посібник / Для студ. психол. і педагог. спеціальностей. – Львів: Край, 2005.

Загальна психологія: Навч. посіб. / О.В. Скрипченко, Л.В. Долинська, З.В. Огороднійчук та ін. – К.: А.Г.Н., 2002.

Загальна психологія : Підруч. для студ. вищ. навч. закладів / За заг. ред. акад. С.Д. Максименка. – К.: Форум, 2000.

Исторический путь психологии: прошлое, настоящее, будущее. – Москва, 1992.

Леонтьев А.Н. Деятельность. Сознание. Личность. – М., Политиздат, 1975.

Левчук Л.Т. Психоаналіз: історія, теорія, мистецька практика: Навч. посіб. – К.: Либідь, 2002.

Основи психології / За заг. ред. О.В. Киричука, В.А. Роменця. – К.: Либідь, 1996.

Психологія: Підручник / Під ред. Ю.Л. Трофімова, 3-тє вид., стереотипне. – К.: Либідь, 2001.
Психологія ХХІ века: Учеб. для вузов / Под ред. В.Н. Дружинина. –М.: ПЕР СЭ, 2003.
Психологія / За ред. Г.С. Костюка. – К.: Рад. школа, 1968.
Рибалка В.В. Методологічні питання наукової психології: Досвід особистісно центрованої систематизації категоріально-понятійного апарату: Навчально-методичний посібник. – К.: Ніка-Центр, 2003.

Глава 3

ЦЕНТРАЛЬНА НЕРВОВА СИСТЕМА ЛЮДИНИ

3.1. Структура і функціонування центральної нервової системи людини

Упродовж тривалої еволюції органічного світу – від найпростіших одноклітинних тварин до людини – фізіологічні механізми поведінки постійно ускладнювалися. Зокрема, в одноклітинного організму єдина клітина виконує всі функції життєдіяльності. Це орган, що відчуває, рухається, здійснює травлення. Звичайно ж, його можливості дуже обмежені. У більш високоорганізованих тварин відбувається спеціалізація органів, пов'язана з появою клітин, єдиною функцією яких стає сприйняття сигналів (це **рецептори**). Інші клітини беруть на себе м'язову роботу або секрецію різних залоз (це **ефектори**). Але спеціалізація розділяє органи і функції, а цілісна життєдіяльність організму вимагає безперервного зв'язку між ними, чого досягають завдяки центральній нервовій системі, яка працює як єдине ціле.

У всіх хребетних загальний план будови нервової системи однаковий. Основний елемент нервової системи – **нервові клітини**, або **нейрони**. Нейрон складається з тіла клітини і відростків, назва яких **дендрити** (сприймають збудження) та **аксон** (передає збудження). Контакт аксона з дендритами або тілом іншої нервової клітини називають **синапсом**. Синапсу надають вирішальне значення у поясненні механізму встановлення нових зв'язків у нервовій системі.

Центральна нервова система (ЦНС) складається зі спинного і головного мозку. Різні її частини виконують різні види складної нервової діяльності. Що вище розташована та чи інша частина мозку, то складніші її функції. Найнижче розташований **спинний мозок** – він регулює роботу окремих м'язових груп і внутрішніх органів. Над ним розміщений довгастий мозок разом з **мозочком**, що координує складніші функції організму (вони втягують у спільну діяльність великі групи м'язів і цілі системи внутрішніх органів, що здійснюють функції подиху, кровообігу, травлення тощо). Ще вище розташовано відділ центральної нервової системи – середній мозок, він бере участь у регуляції складних рухів і положення всього тіла. Довгастий і середній мозок разом творять стовбурну частину головного мозку.

Найвищі відділи центральної нервової системи представлені **великими півкулями** головного мозку. До складу великих півкуль входять скупчення нервових клітин, які містяться у глибині, – так звані **підкіркові вузли**. На самій поверхні півкуль розташований шар нервових клітин – **кора головного мозку**. Вона являє собою ніби плащ або мантію, що покриває великі півкулі. Її поверхня (близько 2000 см²), як відомо, зібрана в низці складок або борозен і звивин. Підкіркові вузли разом з

розташованими поблизу від них зоровими горбами називають підкіркою. Кора разом з підкіркою здійснює найскладніші форми рефлекторної діяльності.

Усі частини нервової системи працюють у тісній взаємодії, але роль кожної з них у різних реакціях організму не однакова. Спинний мозок і стовбурна частина головного мозку, що становить його нижні відділи – довгастий і середній мозок, являють собою сукупність рефлекторних центрів вроджених безумовних рефлексів. У спинному мозку є центри найпростіших рефлексів (наприклад, колінного рефлексу). Поряд з рефлекторними центрами, що регулюють роботу кісткових м'язів тулуба і кінцівок, у спинному мозку розташовані центри, які регулюють роботу внутрішніх органів (захисні дії в обезголовленої жаби, наприклад).

Стовбурна частина головного мозку є центральним апаратом, який здійснює низку складних і життєво важливих безумовно-рефлекторних актів, зокрема смоктальний рефлекс, жування і ковтання (під час подразнення ротової порожнини харчовими речовинами). Рефлекторні центри, що регулюють усі ці рефлекси, розміщені в довгастому мозку. Там само розташовані й нервові центри, які регулюють деякі захисні рефлекси: чхання, кашель, слезовиділення.

У *середньому мозку* поряд з центрами, що передають збудження з ока і вуха на рухову сферу, є центр звуження зіниці, але цим не вичерпується діяльність стовбурної частини головного мозку. Особливе значення мають нервові центри, що в довгастому мозку. Вони регулюють роботу органів дихання, серцево-судинної системи, а також інших систем, які підтримують сталість внутрішнього середовища організму.

Дуже складні функції виконує мозочок: організм тільки тоді може зберігати стійку рівновагу під час ходьби, бігу, стрибків тощо, коли здійснюється надзвичайно тонке регулювання стану всіх м'язів тіла. Настроювання діяльності всієї скелетно-м'язової системи залежить від мозочка. Рефлекторна діяльність спинного мозку і стовбурної частини головного мозку охоплює відносно вузьке коло відповідних реакцій організму. Форми рефлекторної діяльності високоорганізованих тварин значно різноманітніші, для них характерні складніші рефлекторні процеси.

Підкірка (зорові горби і підкіркові вузли великих півкуль) забезпечує найскладнішу безумовно-рефлекторну діяльність. Зазначимо відразу, що назва зорові горби не відповідає їхній справжній функції: насправді зорові горби є підкірковим чуттєвим центром. А підкіркові вузли є руховим апаратом підкірки і регулюють, зокрема, ходьбу.

Орган свідомої діяльності людини – *кора великих півкуль*, тому головним є питання про взаємозв'язок психіки людини і кори великих півкуль, яке конкретизовано в науці як питання про функціональну локалізацію або локалізацію психічних функцій у корі.

Усю поверхню великих півкуль можна розділити на кілька великих частин, яка мають неоднакове функціональне значення. Їх називають частками головного мозку. Задня частина півкуль – потилична частка, яка спереду переходить у *тім'яну* і *скроневу* частки. Передня, найбільша за розмірами частина півкуль, – лобова частка, найбільш розвинута в людини. При цьому аналіз і синтез зорових подразнень відбуваються в

потиличній частці кори (зорова зона кори); аналіз і синтез слухових подразнень – у верхніх відділах скроневої частки (слухова зона кори); аналіз і синтез дотикових подразнень і подразнень, що виникають у м'язово-суглобному апараті, – у передній частині тім'яних відділів тощо.

Головний мозок людини, який забезпечує одержання й переробку інформації, створення програм власних дій і контроль за їхнім успішним виконанням, завжди працює як єдине ціле. Однак це складний і високодиференційований механізм, що має кілька відділів. Тому порушення нормального функціонування кожної з них неминуче позначається на його роботі. У головному мозку людини звичайно виокремлюють *три основні блоки*, кожен з яких відіграє свою особливу роль у забезпеченні психічної діяльності.

Перший підтримує тонус кори, необхідний для того, щоб і процеси одержання й переробки інформації, і процеси формування програм і контролю за їхнім виконанням відбувалися успішно.

Другий блок забезпечує сам процес приймання, переробки і збереження інформації, яка доходить до людини із зовнішнього світу (від апаратів її власного тіла).

Третій блок виробляє програми поведінки, забезпечує і регулює їхню реалізацію, бере участь у контролі за їхнім успішним виконанням. Усі три блоки розташовані в окремих відділах головного мозку, і лише злагоджена робота зумовлює успішну організацію свідомої діяльності людини.

Отже, коротко охарактеризуємо кожен з перерахованих блоків.

Блок тонусу кори, або енергетичний блок мозку. Для нормального здійснення процесів життєдіяльності і саморегуляції поведінки необхідне постійне підтримання оптимального тонусу кори. Для здійснення цих процесів необхідна оптимальна збудливість кори. Суть одного з важливих відкриттів, які фізіологи зробили під час численних спостережень і експериментів, у тому, що істотну роль у цьому процесі відіграють утворення верхніх відділів стовбура мозку, зокрема гіпоталамуса, зорового горба і системи сіткоподібних волокон («ретикулярної формації»), що мають двосторонній зв'язок з корою головного мозку. Ці утворення входять як основні до складу першого блоку.

Першим джерелом для бадьорого стану кори є постійний приплив подразнень з периферії, найважливішу роль у забезпеченні якого відіграють апарати верхнього стовбура мозку і висхідної ретикулярної формації.

Другим, не менш важливим джерелом підтримання постійного тонусу кори, є імпульси, які надходять до неї від внутрішніх обмінних процесів організму, що становлять основу для біологічних потягів.

Отже, перший блок мозку, до складу якого входять апарати верхнього стовбура, ретикулярної формації і древньої кори, забезпечує **загальний тонус кори** (її бадьорість) і можливість тривалий час зберігати сліди подразнення. Робота цього блоку не пов'язана спеціально з тими чи іншими органами чуттів і має «модально-неспецифічний» характер, забезпечуючи загальний тонус кори.

Блок приймання, переробки і збереження інформації.

Блок, про який йтиметься, безпосередньо пов'язаний з роботою щодо аналізу й синтезу сигналів, привнесених органами чуттів із зовнішнього світу, інакше кажучи, з прийманням, опрацюванням і збереженням одержуваної людиною інформації. Він складається з апаратів, розташованих у задніх відділах кори головного мозку (тім'яної, скроневої і потиличної часток) і, на відміну від першого блоку, має модально-специфічний характер.

Образно кажучи, цей блок є системою центральних приладів, що сприймають зорову, слухову і тактильну інформацію, переробляють або «кодують» її і зберігають в пам'яті сліди отриманого досвіду. Апарати цього блоку можна розглядати як центральні (кіркові) відділи систем сприймання (аналізаторів). При цьому, як ми вже зазначали, кіркові відділи зорового аналізатора розташовані в потиличній, слухові – у скроневої, тактильно-кінестетичні – утім'яній частці.

У цих відділах кори закінчуються волокна, що йдуть від відповідних апаратів сприймання (рецепторних); тут виділяють і реєструють окремі ознаки зорової, слухової і тактильної інформації, яка надходить. У найскладніших відділах цих зон вони поєднуються, синтезуються і комбінуються у складніші структури. Ці зони кори мають тонку клітинну будову. Ті зони кори, до яких безпосередньо надходять волокна від периферичних органів, називають первинними, або **проекційними зонами**; ті зони, що примикають до проекційних, називають вторинними, або **проекційно-асоціативними** зонами.

Принцип ієрархічної побудови кожної зони кори є одним із найважливіших принципів будови кори головного мозку.

Над кожною первинною, або проекційною зоною кори надбудовано вторинні, або проекційно-асоціативні зони кори. Волокна, що надходять сюди, не йдуть, як правило, безпосередньо від периферичного рецептора, вони або містять узагальнені імпульси, або приходять у вторинні зони кори з первинних.

Як засвідчили численні дослідження, первинні зони чуттєвої кори мають функції виділення тих чи інших модально-специфічних (зорових, слухових, тактильних) ознак.

Первинні і вторинні зони кори не вичерпуються кірковими апаратами аналізованого блоку. Над ними надбудовані апарати третинних зон кори (або «зон перекриття кіркових кінців окремих аналізаторів»), які мають важливе значення для забезпечення найбільш комплексних форм роботи цього блоку. Третинні зони кори головного мозку є значною мірою специфічно людськими утвореннями. Третинні зони кори дозрівають дуже пізно в онтогенезі, а їхня основна функція – в об'єднанні інформації, яка надходить у кору головного мозку від різних аналізаторів.

Усе це свідчить, що третинні зони кори є важливим апаратом, необхідним для найскладніших форм обробки й кодування одержуваної інформації.

Блок програмування, регуляції і контролю діяльності.

Третій блок головного мозку людини здійснює програмування, регуляцію і контроль активної людської діяльності. У нього входять апарати,

розташовані в передніх відділах великих півкуль, провідне місце в ньому належить лобовим часткам головного мозку.

Свідома діяльність людини тільки починається з одержання і обробки інформації, а закінчується вона формуванням намірів, виробленням відповідної програми дій і виконанням цих програм у зовнішніх (рухових) або внутрішніх (розумових) актах.

Для цього потрібен спеціальний апарат, який міг би створювати й утримувати потрібні наміри, виробляти відповідні програми дій, здійснювати їх у потрібних актах і, що дуже важливо, постійно стежити за діями, що відбуваються, зв'язуючи ефект виконуваної дії з вихідними намірами.

Усі ці функції здійснюють передні відділи мозку та їхні лобові частки. Як і задні відділи мозку, передні мають найтісніші зв'язки з нижче розташованими утвореннями ретикулярної формації, крім того, що важливо, тут особливо потужно представлено і висхідні, і спадні волокна ретикулярної формації, які зумовлюють імпульси, сформовані в лобових частках кори, і тим самим регулюють загальний стан активності організму, змінюючи його відповідно до сформованих у корі намірів.

Первинною, або проєкційною зоною передніх відділів мозку є передня центральна звивина, або моторна частка кори: над нею надбудовано вторинне, премоторне поле (поле Бродмана); ще вище розташовано утворення кори власне лобової або передфронтальної частки.

Лобові частки мозку, які володіють могутніми зв'язками з висхідною і спадною ретикулярною формацією, виконують значну активізуючу роль. Зокрема, напружена інтелектуальна робота, яка вимагає підвищеного тону кори, викликає в лобових частках підвищену кількість синхронно збуджуваних ділянок, які спільно працюють. Підтримуючи тону кори, необхідний для виконання поставленого завдання, лобові частки мозку відіграють вирішальну роль у створенні намірів і формуванні програми дій, які здійснюють ці наміри.

Загальні уявлення про основні фізіологічні механізми функціонування мозку. Як відомо, усі, навіть найскладніші форми роботи мозку, які є в основі психічної діяльності, побудовані за типом рефлексів. Усі рефлекси поділяють на дві великі групи: безумовні й умовні.

Безумовними рефlekсами називають вроджені й більш-менш незмінні рефлекси, що їх здійснюють відділи нервової системи, розташовані нижче від кори головного мозку. Завдяки безумовним рефlekсам пристосування організму до зовнішнього світу досягають лише у вузьких межах, тому що ці рефлекси виникають у відповідь на порівняно незначну кількість подразників і мають звичайно стандартний характер. Тому за допомогою безумовних рефlekсів здійснюється тільки порівняно недосконале пристосування організму до мінливих умов середовища.

Новими мінливими формами реагування, які формуються впродовж життя організму (з накопиченням життєвого досвіду) і які здійснюються у вищих тварин корою головного мозку, є **умовні рефлекси**. Під час утворення умовних рефlekсів подразник, який раніше був байдужий для організму, стає сигналом іншого подразника, що має для організму пряме життєве значення. Байдужий до цього (індиферентний) подразник здобуває тим самим нову **сигнальну функцію**.

Подразники, які викликають безумовні рефлекси, називають **безумовними**. Подразники, які викликають умовні рефлекси і мають сигнальне значення, називають **умовними**. Утворення умовних рефлексів – це формування в мозку нових тимчасових зв'язків. Ці зв'язки у вищих тварин і в людини формуються в корі великих півкуль, які є головним субстратом психіки.

Утворення умовних рефлексів, інакше кажучи – замикання тимчасових зв'язків, є основною роботою кори великих півкуль. Тому діяльність кори головного мозку називають замикальною діяльністю.

Відомо, що подразник, який діє на органи чуття, зумовлює подразнення певної ділянки кори головного мозку. Це подразнення не залишається на місці, а поширюється, або іррадіює по корі, захоплюючи також найближчу підкірку. Істотним є той факт, що іррадіація подразнення не відбувається рівномірно у всіх напрямках.

Місце найбільшого в цей момент подразнення в корі головного мозку називають **домінантою** – стійким вогнищем подразнення. Якщо в корі головного мозку виникає стійка домінанта, то всяке подразнення, що його спричинює будь-який відносно слабший подразник, притягується до цього вогнища, поширюється в його напрямі. Вчення про домінанту як пануюче вогнище подразнення в мозку сформував видатний російський фізіолог О.О. Ухтомський.

Істотним для утворення умовних рефлексів є відсутність будь-яких сильних сторонніх подразників. І, нарешті, для утворення умовних рефлексів досить важливий діяльний стан кори головного мозку. У руслі сучасних фізіологічних уявлень ідеться про загальне тло бадьорості організму. Сьогодні психофізіологія має у своєму розпорядженні анатомічні, фізіологічні і клінічні відомості, що свідчать про безпосередню причетність до явищ загальної активізації мозку різних структур неспецифічної системи мозку, головним чином ретикулярної формації. Її основна функція в тому, що вона бере участь в організації переходу організму від стану гальмування (сну) у стан збудження (бадьорості).

Замикання тимчасових зв'язків є основною **синтезуючою діяльністю** кори мозку. Водночас утворення умовного рефлексу завжди пов'язане з виділенням того подразника, на який утвориться рефлекс. Ця складна аналітико-синтетична діяльність кори мозку, що є в основі утворення умовних рефлексів, дає змогу досягти необхідного пристосування організму до умов життя.

І останнє, що ми розглянемо, – те, як відбувається рух нервових процесів у корі великих півкуль. Нервові процеси в корі великих півкуль, починаючись у певному місці, завжди поширюються в інших ділянках нервової системи. Це явище, як уже було зазначено, називають іррадіацією. Процесом, протилежним до іррадіації, є концентрація нервових процесів, тобто зосередження їх у більш обмеженому місці. Іррадіюють і концентруються обидва нервові процеси – збудження і гальмування.

Важливе значення в діяльності нервової системи має **закон взаємної індукції нервових процесів**, відповідно до якого кожний з нервових процесів – збудження і гальмування – зумовлює або посилює протилежний процес.

У природних умовах життя подразники не існують ізольовано. Як правило, вони виникають одночасно або послідовно. Будь-який предмет – це одночасний комплекс подразників. Щоб пристосуватися до середовища, мозок має виробити можливість реагувати на цілі системи подразників, тонко розрізняючи одну систему від іншої. **Синтетичну діяльність** великих півкуль, яка дає змогу поєднувати окремі подразники в цілі комплекси, називають системною діяльністю кори головного мозку.

Системний принцип у роботі кори великих півкуль виявляється й у можливості утворення умовного рефлексу не на окремий подразник, а на сукупність подразників (диференційована реакція).

Найважливішим виявом системності в роботі кори є утворення **динамічного стереотипу** або цілої системи реакцій на певні комплекси подразників. Принцип системності відіграє величезну роль у роботі кори великих півкуль і має вирішальне значення для розуміння фізіологічних механізмів психічної діяльності, що являє собою складну систему психічних процесів.

Системна робота кори головного мозку дає змогу не лише здійснювати складні форми діяльності, а й водночас досягати найбільшої економії в утворенні та збереженні нервових зв'язків. У разі наявності певної системи зв'язків людина спроможна відтворити поелементно всю систему загалом, і це значною мірою спрощує механізм закріплення навичок і знань.

3.2. Мозок, людська психіка і психічне в єдності світу

Людей споконвічно хвилювало питання: у якій залежності перебувають між собою людський мозок, психіка і Всесвіт? Яким чином розвивалася людська психіка? Безумовно, таку залежність розглядали по-різному. Вона часто визначалася засадами тієї чи іншої науки, відповідним світоглядом тощо.

Останнім часом психіку ставлять у залежність від вищої нервової системи людини, вважають функцією мозку. Унаслідок цього розвиток психіки пов'язують з розвитком вищої нервової системи людини. Розглянемо цей підхід, оскільки, спираючись на нього, ми розкриємо психіку і психічне з інших позицій.

Найчастіше **філогенез психіки** (історичний її розвиток), розглядають за аналогією до філогенезу організмів (тому в дослідженні філогенезу йдеться про видовий розвиток психіки у тварин).

Допсихічною (біологічною) формою реакції організму на середовище є проста **подразливість** – здатність організму відповідати на життєво важливі впливи середовища.

Шляхом еволюції простої подразливості виникла чутливість – психічна форма реакції на середовище, яка передбачає подразливість щодо тих явищ середовища, які не мають життєвого значення, але орієнтують організм у середовищі, тобто виконують сигнальну функцію.

Елементарну сенсорну психіку вважають нижчим рівнем розвитку психіки у філогенезі. Вона, за О.М. Леонтєвим, наявна в багатоклітинних безхребетних організмів.

У процесі розвитку організму, який відповідає цій стадії, головними напрямками є диференціація органів відчуття, що впливає на краще розрізнення відчуттів, розвиток органів руху та розвиток нервової системи від дифузної до гангліозної.

До стадії перцептивної психіки належать хребетні тварини (за широким уявленням зоопсихологів, вищі безхребетні й хребетні). На цій стадії організми здатні розрізнявати не тільки окремі фактори середовища, а й цілісні предмети, речі. Відбуваються процеси не лише відчуття, а й сприйняття.

Стадію тваринного інтелекту пов'язують уже головним чином із людиноподібними приматами (хоча наявна і в дельфінів). Ці тварини здатні до наочно-дійового мислення. Поведінка цих тварин перетворюється на набір цілеспрямованих операцій. Отож, мислення (у наочно-дійовій формі) є головним психічним процесом на цій стадії.

На вищому щаблі філогенезу психіки перебуває людина. Її звичайно розглядають окремо від попереднього матеріалу.

Розвиток психіки в онтогенезі. **Онтогенез** – це індивідуальний розвиток, тоді як філогенез є розвитком виду загалом. Соціалізуючи онтогенез людської психіки, можна стверджувати, що ця відмінність остаточно обумовлюється впливом суспільства. Але якщо застосувати методологічний принцип творчої самодіяльності, онтогенез психіки постане як розгортання суто людської сутності в біологічних і соціальних умовах.

Онтогенез психіки людини вивчають дві психологічні науки: загальна психологія і вікова психологія.

Онтогенез людини вікова психологія поділяє на **сензитивні періоди**, кожен з яких сприяє появі в людини певних психічних новоутворень. Якщо новоутворення не з'явилося у відповідний час, імовірно, що воно може не з'явитися загалом, тому виховний вплив на певні грані особистості має бути своєчасним (інакше він буде неефективним). Сензитивні періоди об'єднуються у стадії. Ці стадії існують об'єктивно, вони відокремлюються одна від одної віковими кризами (1-го, 3-го, 7-го років життя, підліткового віку тощо), однак про зміст цих стадій у психологів єдиної думки нема. Є велика кількість теорій онтогенезу, деякі з яких наводимо нижче:

У радянській та українській психології переважає загальний погляд на психіку як функцію мозку, як відображення об'єктивної реальності; визнають самодетермінацію психічної діяльності і водночас суспільну зумовленість людської свідомості, єдність свідомості та діяльності. О.М. Леонтєв зазначає, що психіка людини є функцією тих вищих мозкових структур, які формуються в людини онтогенетично і в процесі оволодіння формами діяльності, що склалися історично, у ставленні до навколишнього людського світу.

Нині класичні вчення про мозок і його діяльність потрібно переосмислити, бо в науці накопичилося дуже багато фактів, які заперечують його «верховенство» щодо психіки. Вони також змушують визнати

мозок важливим людським органом, специфічним апаратом, але таким, що підпорядкований вищій сутності – психіці. Мозок людини є матеріальним інструментом, який забезпечує її взаємодію з реальним світом, у тому числі сприйняття й ретрансляцію психоенергії із зовні (космосу, соціальної психіки).

Усесвітньо відомий нейрофізіолог, лауреат Нобелівської премії Шеррінгтон заявив, що психіка, індивідуальність локалізовані за межами головного мозку. Його учень Екклс, теж лауреат цієї премії, у своїй монографії «Свідомість і мозок» зробив висновок, що мозок – це не місце, де перебуває свідомість, а допоміжний засіб, немовби обслуговуючий комп'ютер. Великий хірург М.І. Пирогов теж зазначав, що мозок окремої людини є органом мислення Космічної Думки. Учений Г.Х. Шингарьов висунув ідею, що людський мозок – це лише помпа, яка проштовхує в організм, що тимчасово існує, струмінь космічної свідомості.

Унаслідок такого підходу навіть мозок і всю нервову систему стали розглядати як паралельні й генетично ніяк не пов'язані з розвитком і функціонуванням свідомості.

Справді, з часом виявилася неспроможність психології пояснити складність психічного життя, беручи до уваги тільки категорію свідомості. Навіть практика, особливо клінічна, переконливо доводить, що суттєву роль у становленні, розвитку й функціонуванні свідомості відіграє саме несвідоме, підсвідоме і навіть надсвідоме.

Цікавими й необхідними для підтвердження наших поглядів є дослідження С. Гроффа в галузі трансперсональної психології – науки, яка спирається на найновіші відкриття фізики, теорії хаосу, кібернетики, психології та багатьох інших дисциплін. Результати його досліджень і висновки, викладені у книзі «Поза межами мозку», яку було передруковано в Росії у 1993 році, фактично здійснили переворот у психології, психіатрії й психотерапії. Можна вважати, що це початок нової науки про психіку, психічне й людину.

Дослідник з'ясував, що внаслідок певного впливу на людей виникають своєрідні зміни свідомості, які мають персональний і трансперсональний характер ретроградної регресії. Унаслідок цього виникла необхідність у новій концепції свідомості врахувати добіографічний період існування індивіда (перед- і перинатальний), який має суттєве (як правило, травмуюче) значення у формуванні психіки кожної особистості.

Загалом монографія С. Гроффа «Поза межами мозку» присвячена проблемі свідомого й несвідомого, однак сама її назва свідчить про певну його позицію. Насправді це так, бо автор вважає, що всі складні людські переживання на різних рівнях психіки потрібно визнати як процеси, що відбуваються поза мозком.

Що таке трансперсональна сфера психіки? На думку С. Гроффа, трансперсональні явища позначають зв'язок людини з космосом – взаємовідношення, наразі незбагненні.

Трансперсональні переживання інтерпретують ті, хто переживав їх як повернення в історичні часи і дослідження свого біологічного та духовного минулого, коли людина проживає спогади з життя предків, зі своїх втілень. Трансперсональні явища включають не лише трансценденцію, подолання тимчасових бар'єрів, а й трансценденцію просторових

обмежень. Сюди належить досвід злиття з іншою людиною в стані двоєдності (тобто відчуття злиття з іншим організмом в один стан без втрати власної самоідентичності) або досвід повного ототожнення з ним, підлаштування до свідомості цілої групи осіб або розширення свідомості до такого ступеня, що здається, ніби нею охоплено все людство.

Аналогічно індивід може вийти за межі суто людського досвіду і підключитися до того, що виглядає як свідомість тварин, рослин або навіть неживих об'єктів і процесів. Важливою категорією трансперсонального досвіду з трансценденцією часу і простору будуть різноманітні явища екстрасенсорного сприйняття – наприклад, досвід існування ззовні тіла, телепатія, прогноз майбутнього, ясновидіння, переміщення в часі та просторі, досвід зустрічей з душами померлих або з надлюдськими духовними ествами (архетипні форми, божества, демони тощо).

У трансперсональних переживаннях люди часто одержують доступ до докладної езотеричної інформації про відповідні аспекти матеріального світу, яка значно перевершує їхню загальну освітню підготовку і специфічні знання з цієї галузі. Зокрема, повідомлення людей, які пережили трансперсональні переживання та епізоди ембріонального існування, момент запліднення і фрагменти свідомості клітини, тканини і органу, містили точні медичні відомості про анатомічні, фізіологічні аспекти процесів, що відбувалися.

Так само спадковий досвід, елементи колективного і расового несвідомого (в юнгівському значенні) і «спогади минулих втілень» часто містять вагомі деталі історичних подій, костюмів, архітектури, зброї, мистецтва або релігійної практики стародавніх культур (про що людина знати ніяк не могла).

Трансперсональний досвід іноді включає події з мікрокосму і макрокосму, зі сфер, недосяжних безпосередньо людським органам чуття, або з періодів, що історично передують появі Сонячної системи, Землі, живих організмів. Ці переживання чітко доводять, що якимсь нез'ясованим поки що чином кожен з нас має інформацію про весь Всесвіт, про все, що існує, кожен має потенційний емпіричний доступ до всіх його частин і в деякому розумінні є одночасно всією космічною системою й нескінченно малою її частиною, окремим і незначним біологічним еством.

Під час трансперсональних переживань люди часто відчують яскраві й складні епізоди з інших культур та інших історичних періодів, проживають епізоди з своїх попередніх життів. Люди, переживаючи трансперсональні вияви свідомості, починають здогадуватися, що свідомість не є продуктом центральної нервової системи і що вона як така властива не тільки людям, а є першорядною характеристикою існування, яку неможливо звести до чогось ще або звідкись ще витягнути.

Людська психіка відповідає всьому Всесвіту і всьому, що існує.

Людина може функціонувати як безмежне поле свідомості, яка долає обмеження простору, часу і лінійної причинності. Щоб описати людину всебічно, ми маємо визнати парадоксальний факт, що людина одночасно і матеріальний об'єкт, і широке поле свідомості, тобто психічне у просторі та часі. Люди можуть усвідомлювати себе самих за допомогою двох різних модусів досвіду.

Перший з цих модусів можна назвати хілотропною свідомістю: вона подає знання про себе як про фізичну істоту з чіткими межами і обмеженим сенсорним діапазоном, яка живе в тривимірному просторі та лінійному часі у світі матеріальних об'єктів. Переживання цього модусу систематично підтримують такі базові припущення: матерія речовинна; два об'єкти не можуть одночасно займати один і той самий простір; минулі події безповоротно були втрачені; майбутні події емпірично недоступні; неможливо одночасно перебувати в двох і більше місцях.

Інший емпіричний модус можна назвати холотропною свідомістю: вона представляє поле свідомості без певних меж, має необмежений досвідчений доступ до різних аспектів реальності без посередництва органів чуття. Переживання в холотропному модусі систематично підтримують протилежні (ніж у хілотропному модусі) припущення: речовинність і безперервність матерії є ілюзією. Час і простір надзвичайно довільні: один і той самий простір одночасно можуть зайняти багато об'єктів.

Минуле і майбутнє можна емпірично пережити зараз; можна відчутти досвід перебування в кількох місцях відразу.

Певний внесок у трансперсональну психологію зробив Кен Уїлбер, ідеї якого представлено в його книгах «Спектр свідомості» (1977), «Вище за рай» (1981). Процес еволюції свідомості, згідно з Уїлбером, передбачає зовнішню дугу (рух від підсвідомості до самосвідомості) і внутрішню дугу (прогресію від самосвідомості до надсвідомості).

Згідно з моделлю Уїлбера, феноменальні світи створюються з первинної єдності шляхом поступової редуції і прогресивного згортання вищих структур у нижчі (з каузальних структур у тонкий світ, з тонкого світу – у наш світ грубої матерії).

Уїлбер доводив, що мотивуючою силою на всіх рівнях еволюції є цілеспрямоване прагнення людини до початкової космічної єдності.

Через природжені обмеження цей процес відбуваються такими шляхами, які призводять лише до незадоволених компромісів, що спричинює відмову від раніше використаних рівнів і до трансформації на наступній стадії. Кожний новий рівень вищого порядку стає ще однією підміною, хай і ближчою до Реального, – доти, доки душа не укорінятиметься в надсвідомості, а це єдине, чого вона бажала від самого початку.

До трансперсональної психології примикає концепція діанетики і саєнтології, яку розробив Л.Р. Хаббард. Він розрізняє «енграми», тобто ментальні записи часів фізичного болю та несвідомого стану і «вторинності», тобто ментальні образи, які містять такі емоції, як горе або гнів. Вторинності виникають за рахунок енграм, які є в їхній основі та є тим самим глибоким джерелом психологічних проблем.

Певною мірою близький до трансперсональної психології підхід доктора Чампіона Курта Тойча. Суть його концепції в тому, що генетичний код ще до народження людини визначає чималу частину перспектив її життя та основних патернів поведінки, поступово одержує визнання в наукових колах.

Проблему можна ставити так: психіка – це просто властивість нервової системи, специфічне відображення її роботи, чи психіка має також свій специфічний субстрат? Чітко можна сказати, що психіку не

можна звести просто до нервової системи. Справді, нервова система є органом (принаймні одним з органів), який тісно пов'язаний з психікою. У разі порушення діяльності нервової системи страждає, порушується психіка людини. Але як машину не можна зрозуміти через дослідження її частин, органів, так і психіку не можна зрозуміти через дослідження тільки нервової системи. Можливо, психіка має і власний субстрат!.. Як припускають деякі фізики, це можуть бути мікролептони – дрібні ядерні частинки. Є й інші погляди.

На початку 60-х років американський учений, засновник кібернетики Норберт Вінер висунув гіпотезу, що мозок людини генерує електромагнітні хвилі. Невдовзі цю гіпотезу було підтверджено експериментально. У наш час ці біохвилі записують на спеціальних приладах для отримання електроенцефалограм.

Мозок людини випромінює величезну кількість електромагнітних хвиль різної частоти. У здорової людини переважають альфа-хвилі, нормальна їх частота – у межах 10 ± 2 Гц.

У кількох експериментах Норберт Вінер встановив, що біохвилі є не тільки механізмом випромінювання, а й механізмом сприйняття людиною біохвиль інших людей.

Біохвилі є дуже складним і досить загадковим каналом передавання інформації, який значно перевищує можливості мовного, емоційного та інших форм спілкування людей через органи чуття.

Вінер висунув гіпотезу, згодом підтверджену багатьма дослідниками, що люди здатні спілкуватися на відстані, за умов, якщо безпосередній контакт між ними цілком виключений. Найяскравішим доказом цього факту є телепатія.

У всесвітньо відомих експериментах телепати безпомилково виконували певні тести, перебуваючи на різних континентах. У найдивовижнішому випадку один перебував у США, другий – у підводному човні в Північному Льодовитому океані.

Вийшовши на сцену, гіпнотизер дає певні команди десяткам, сотням або навіть тисячам людей і майже всі підкоряються, за винятком небагатьох. На цих небагатьох біохвилі цього гіпнотизера не впливають.

На нашу думку, існують два різні види за суттю енергії: біофізична головного мозку й психічна, які між собою взаємодіють. Біофізична енергія пов'язана із забезпеченням функціонування організму як матеріального субстрату, а психічна – із життям «духу», Всесвіту та ін. Таке припущення підтверджується фактом, що під час клінічної смерті ЕЕГ становить пряму лінію, а свідомість у таких хворих може зберігатися, очевидно, в незалежному, відокремленому від мозку стані. Отже, можна припустити, що взаємодія між мозком і психікою відбувається на енергетичному рівні.

Значить, мозок людини – це один з найдосконаліших приладів, втворений природою (і який ще до кінця не вивчила людина), він не породжує психіку індивіда, а лише є тим інструментом, на основі якого можливі відчуття, сприйняття, трансформація зовнішньої психічної енергії, її розкодування й трансформування та зворотний зв'язок, а також «пробудження», «запуск» психічної спадковості.

Так само телевізор не «виробляє» різних картинок, які ми бачимо на екрані, а приймає електромагнітні хвилі, у котрих закладено відповідну інформацію.

Контрольні питання:

- Що таке центральна нервова система людини?
- Як функціонує центральна нервова система людини?
- Яка структура центральної нервової системи людини?
- Як функціонує блок тонузу кори?
- Як саме функціонує блок приймання, обробки і збереження інформації?
- Як функціонує блок програмування, регуляції і контролю діяльності?
- Які основні фізіологічні механізми функціонування мозку?
- Як матеріалісти пояснюють виникнення і розвиток психіки?
- Як співвідносяться й взаємодіють мозок, психіка і психічне в єдності світу?
- Чи існує свідомість поза межами мозку?
- Які докази того, що психіка виявляє себе в індивіді та поза ним?
- Чи може існувати людська психіка у вигляді психоенергії?

Література:

- Бехтерева Н.П. Нейрофизиологические аспекты психической деятельности человека. – 2-е изд., перероб. и доп. – Л.: Медицина, 1988.
- Бивэн Дж. Иллюстрированное руководство по анатомии и физиологии // Внешсигма. – 1998.
- Варій М.Й. Соціальна психіка нації. – Львів: «Сполом», 2002.
- Воробец З.Д., Сергієчко Л.М. Медична біологія. Посібник з практичних занять для студентів ВМЗО – Львів: ПП «Кварт», 2002.
- Грофф С. За пределами мозга. – М.: Изд-во Моск-го Трансперсонального центра, 1993.
- Костюк П.Г. Физиология центральной нервной системы. – К.: Наук. думка, 1988.
- Леонтьев А.Н. Эволюция психики. – М., 1999.
- Людина. Навчальний атлас з анатомії та фізіології // За заг. ред. Т. Сміт. – Львів: Бак, 2000.
- Максименко С.Д. Развитие психики в онтогенезе. В 2 т. – К.: Форум, 2002.

Глава 4

ОСОБИСТІТЬ ТА ЇЇ ПСИХІКА

Категорія особистості в сучасних наукових дослідженнях, соціального прогресу і суспільній свідомості посідає одне з центральних місць. Її розкриття дає можливості для цілісного підходу до виявлення сутнісних сил і потенціалу людини, системного аналізу та синтезу її психічних функцій, процесів, станів, властивостей. Проте у психологічній науці не існує єдиного, загальноприйнятого погляду на природу особистості.

4.1. Людина як багатосистемне явище

Щоб зрозуміти сутність особистості, слід з'ясувати співвідношення цього поняття з такими поняттями, як «індивід», «людина», «індивідуальність», «об'єкт», «суб'єкт» та ін. (рис. 4.1).

Людське дитя народжується на світ із генетично закладеними в ньому потенційними можливостями стати людиною. Немовляті притаманні анатомічні та фізіологічні властивості тіла й мозку, які належать тільки людині. Вони забезпечують у перспективі оволодіння прямоходінням, знаряддями праці та мовою, а також розвиток мислення, свідомості, самосвідомості тощо. Але система біологічних, генетичних, анатомічних, фізіологічних чинників передбачає становлення людини лише в певних соціальних, культурно-історичних умовах цивілізації. Біологічно зумовлену належність новонародженої дитини і дорослої людини саме до людського роду та її відмінність від тварин зафіксовано у понятті «індивід».

Індивід – це те людське біологічне підґрунтя, яке забезпечує розвиток особистості в соціальних умовах. Факти з життя дітей, які змалку потрапили до тваринних (вовчих) зграй і яких не вдалося повернути на шлях людського розвитку, свідчать, що людиною можна стати лише в соціальному оточенні, проходячи певний послідовний шлях соціалізації індивіда, творення особистості. Людину як індивіда характеризують її вік, професія, стать, зовнішність, освіта, звички, захоплення.

Але, з'явившись на світ як індивід, людина набуває особливих соціальних властивостей, вона стає особистістю. І це набуття можливе лише в соціумі. Тому можна стверджувати, що особистість – це соціальне явище, продукт розвитку суспільства, об'єкт і суб'єкт історичного процесу та суспільних відносин (взаємодії з іншими суб'єктами життєдіяльності та спілкування).

Людина										
Організм	фізичне тіло	Суб'єкт	Об'єкт	Індивід	Індивідуальність	Особистість	Я	Соціальна роль	Зовнішнє психічне	Внутрішнє психічне

Рис.4.1. Людина у різних вимірах.

Поняття «особистість» стосується відповідних властивостей індивіда, причому йдеться про своєрідність, неповторність, унікальність індивіда, тобто індивідуальність. Однак поняття індивід, особистість та індивідуальність не є тотожними: кожне з них розкриває специфічний аспект індивідуального буття людини.

Особистість можна зрозуміти тільки в системі стійких міжособистісних зв'язків, опосередкованих змістом, цінностями, сенсом сумісної діяльності кожного з її учасників, тобто особистість постає як реальність для інших.

Людина як соціальна та біологічна істота є носієм особистості. Поняття людини значно ширше від поняття особистості, бо охоплює велике коло соціальних і біологічних ознак – антропологічних, етнографічних, національних, культурних тощо.

Людина як особистість добровільно набуває тієї чи іншої соціальної ролі, усвідомлює можливі наслідки своїх дій після їх виконання й розуміє всю повноту відповідальності за їх результати.

Але процес виконання соціальної ролі, соціальний статус і ранг особистості, її позиція в житті й на службі, здатність діяти добровільно, самостійно та відповідально відображаються в тих індивідах (їхній свідомості), які її оточують, працюють із нею.

Особистість – це спосіб життя, образ соціального буття. Вона може стверджувати себе і на негативних нормах та цінностях, які є в людській культурі. Тому особистість не можна розглядати тільки з позитивним знаком. Особливо яскраво це виявляється у так званих історичних особистостях, серед яких чимало героїв і прогресивних діячів, але є й чимало тиранів, людиноненависників. Особистість – це зовнішнє та внутрішнє психічне.

Особистість визначається через залученість людини до конкретних суспільних, національних, культурних та історичних відносин, які вимагають свідомої продуктивної діяльності і спілкування. У філософсько-психологічному аспекті особистість – це об'єкт і суб'єкт історичного процесу та власного життя. Вона – продукт епохи, життя своєї країни, нації, власної сім'ї, а водночас – очевидець та учасник суспільного руху, творець власної і загальної історії.

4.2. Сутність людської психіки і психічного

Виникає закономірне запитання: що становить собою людська психіка? На нашу думку, психіка утворюється на основі взаємодії різних форм психічного теперішнього й минулого. На це звернула увагу О.А. Донченко: «Дані сучасних наук... дають змогу говорити про енергетичні та інформаційні аспекти психіки, які виражають її загальноприродні й загальнолюдські властивості, про індивідуально-прижиттєві й трансособисті її компоненти, про субстратні та процесуальні характеристики функції, що співвідносяться з рівнем і реального, і віртуального, ноосферичного. Назріла потреба в розвитку й утвердженні нових уявлень про психіку як систему, яка містить дані не тільки відображального, а й генетично-універсального, а також історико-стимулюючого порядку. Йдеться про її здатність зберігати і передавати із покоління в покоління будь-яку різноманітну інформацію без безпосередньої допомоги відображальних властивостей речової матерії (наприклад, мозку людини)». Фактично це підтверджує трансперсональна психологія.

Що тут є важливим для нас?

По-перше, якщо свідомість поширюється за межі феноменального (реального) світу, то це поширення можливе через психоенергію.

По-друге, визнання існування свідомості поза межами мозку є фактом визнання зовнішнього психічного, локальних джерел психоенергії. Для нас також набуває особливого сенсу те, що автори цього напрямку в психології допускають можливість існування пам'яті та свідомості навіть на рівні однієї клітини. Тоді можна сказати, що вони є окремим психічним зі своїм окремим потенціалом.

По-третє, психіка індивіда охоплює психічне попереднього розвитку етносу й нації, яке певним чином впливає на його поведінку.

По-четверте, можлива об'єктивація і розоб'єктивація психічної енергії.

Усе це свідчить про існування в просторі й часі (Всесвіті) різних видів і форм психоенергії, а також про:

- її здатність об'єктивуватися і розоб'єктивуватися;
- можливість взаємодії з іншими видами й формами психоенергії;
- миттєво передаватися і сприйматися в просторі й часі за допомогою «запуску» відповідного психічного коду;
- її здатність зберігати змістовно-інформаційний та енергетичний потенціал;
- наявність у кожного виду і форми психоенергії свого коду, за допомогою якого відбувається їхня взаємодія, тобто кожна людина, соціальна та етнічна спільнота, нація, мають свій психічний код.

Психіка індивіда, яка організовує єдність його організму, обов'язково утримує в собі багатобразність Всесвіту, котрий згортається й стискається в ній у якусь сутність, єдність. Але індивід розвивається в

особистість, якщо вчасно розвивається його свідомість у процесі соціалізації, яка можлива за наявності соціального, суспільного життя. Отож, і соціальне, як частина розмаїття та багатоаспектності психічного, знаходить своє місце в цій сутності, єдності. Та й природні умови Землі віртуально стискаються в індивідуальній та соціальній психіках.

ЛЮДСЬКА ПСИХІКА – це багаторівневе й багатосистемне, але цілісне й самостійне суще утворення, яке одночасно існує в індивіді й поза ним, поєднує різне психічне минулого, теперішнього і майбутнього та відображає зовнішній світ, минулий розвиток людства, етносу й нації; утримує й відтворює внутрішній світ суб'єкта психіки; гармонізує та упорядковує смисли його життєдіяльності; розоб'єктивує внутрішнє психічне у зовнішнє й об'єктивує зовнішнє психічне у внутрішнє.

Ми визнаємо можливість окремого й незалежного від людського мозку існування психічного у психіці й поза нею.

Психічне – це те, що містить психоенергію будь-якої полярності і може взаємодіяти з людською психікою та іншим психічним.

У психічному, його психоенергії закодовано думки, почуття, вольові акти, стани, ідеї, установки та інше, які є несвідомі, підсвідомі, свідомі й надсвідомі для індивіда, а також різні за величиною енергетичного потенціалу. Водночас кожна думка, висловлювання, емоція, почуття, вчинок, дія, акт поведінки й сама поведінка та діяльність і окремого індивіда, і будь-якої соціальної спільності містить певний заряд психоенергії, який викидається (впливає) на інші суб'єкти соціального буття.

Матеріальні, інформаційні, історичні, духовні, політичні, ідеологічні, екстремальні, космічні, планетарні, дієві, мисленневі, чуттєві та поведінкові форми існування психічного перетворюються (розоб'єктивуються) на певний психоенергічний потенціал, а останній, за відповідних умов, об'єктивується у вказані форми існування психічного.

Психоенергетичний потенціал може бути і позитивним, і негативним.

Психічне поділяють на **внутрішнє** й **зовнішнє**. До внутрішнього психічного належить усе, що стосується внутрішнього світу індивіда: емоції, почуття, переживання, образи уявлень, стани, властивості, мотиви, цінності, установки, погляди, думки, стереотипи, різні психічні утворення та ін. У психіці кожне окреме з цих явищ існує у вигляді мобільного шару незалежної психоенергії. Сюди також належить ментально-психічне, тобто те, що передається йому від етносу й нації. Різне психічне володіє психоенергією, яка має різну величину позитивного чи негативного потенціалу.

Внутрішнє психічне, у свою чергу, поділяють на активне внутрішнє психічне та пасивне внутрішнє психічне. Активне внутрішнє психічне становить психоенергетичний потенціал, безпосередньо задіяний у життєдіяльності людини. Пасивне внутрішнє психічне – це те, що безпосередньо не задіяне в життєдіяльності людини на цей час.

Зовнішнє психічне – те, що перебуває поза індивідом і вміщує в собі психоенергію та впливає на його психіку. Ще Декарт, а за ним й інші мислителі зовнішнє визнавали причиною та «ініціатором» процесу, що

породжує психічне. З'ясовуючи питання про «зовнішнє», зовнішній світ, варто розглянути деякі поняття, що так чи інакше розкривають його сутність. Зокрема, нерідко для позначення того, що оточує людину, вживають термін «середовище». Середовище – це сукупність усіх умов, які оточують предмет (річ, рослину, тварину, людину) і безпосередньо чи опосередковано впливають на нього, тобто це зовнішнє психічне.

Отже, зовнішнє психічне складається з різних субстанцій психічного, які існують у вигляді специфічної психоенергії. Ця психоенергія може бути різною за обсягом і полярністю, а стосовно впливу на поведінку й життєдіяльність людей, соціальних груп, націй, народів – позитивною, нейтральною або негативною. Причому позитивна (світла) психоенергія притягується до позитивної (світлої), відштовхує, нейтралізує негативну, а негативна (чорна) – до негативної (чорної).

Для психіки індивіда зовнішнім психічним є соціальні психіки первинних малих соціальних груп, великих груп, своєї нації, інших націй і народів, планетарна психіка й космос, а також ті явища, які є в цих системах. Внутрішнім психічним є всі психічні явища, які вміщує психіка.

Одночасно індивід, відтворюючи й трансформуючи зовнішнє психічне, втілює його у свої норми поведінки, принципи, емоції, почуття, звичаї, ціннісні орієнтації, соціально-психологічні установки, відносини, діяльність, творчість тощо, тобто зовнішнє психічне може перейти у внутрішнє психічне. У свою чергу, внутрішнє психічне може перейти у зовнішнє психічне. Зовнішнє психічне переходить у внутрішнє психічне тоді, коли воно з яких-небудь причин активізується й зіштовхується з внутрішнім психічним.

Для кожної людини соціальна психіка навколишніх спільнот, а також соціальна психіка народу (державної нації) є зовнішнім психічним, що існує поза індивідом, але яке одночасно «присутнє» в індивідуальній психіці.

Психіка й психічне взаємодіють за посередництвом обміну і взаємовпливу психоенергії.

Позитивний потенціал психоенергії (так само, як і негативний) має властивість до нагромадження, накопичення (властивість синергійності). І що вищим є цей потенціал, то з більшою силою він «відштовхує» від себе негативну психоенергію.

Властивість *взаємопроникливості* психічного в тому, що різні види і форми психічного взаємопроникають одні в одні. Саме внаслідок цього відбуваються позитивні зміни в психіці громадян під дією соціалізації і виховання. Будь-яке проникнення психічного в інше психічне зумовлює зміну їхнього психоенергетичного потенціалу. Взаємопроникливість психічного можлива через дію психоенергії. Саме психоенергія підсилює, знижує або деформує, одне слово, змінює психоенергетичний потенціал того психічного, на яке вона спрямована. Але в цьому разі виявляється інша властивість психіки – синергійність, яка характеризує її здатність до накопичення психоенергії різної полярності. Причому синергійність потенціалу психоенергій різного психічного в індивідуальній психіці не дорівнює їх простій сумі. Вона є складним інтегрованим цілим, яке якісно

і змістовно відрізняється від психоенергії окремо взятого кожного психічного.

У психіці може накопичуватися і позитивний, і *негативний психоенергетичний потенціал*. І що вищий рівень їх накопичення, то більша ймовірність їх «вибуху», тобто розоб'єктивації та об'єктивації у відповідні дії та вчинки.

Отож, психіка володіє такими властивостями, як *об'єктивація* та *розоб'єктивація* психоенергії. Суть цих властивостей у тому, що психоенергія може перейти, трансформуватися в конкретні предмети та явища, тобто об'єктивуватися, а за відповідних умов знову перейти, трансформуватися з предметів і явищ у психоенергію, тобто розоб'єктивуватися.

Процеси об'єктивації – розоб'єктивації можна пояснити на прикладі картини, яку намалював художник. Для нього художнє полотно – це об'єктивація певної частини його психоенергії. Але коли картину виставлено, наприклад, у музеї, картинній галереї чи просто на продаж, то для того, хто її розглядає, вона стає зовнішнім психічним, психоенергія якого розоб'єктивовується та об'єктивується у відчуттях, сприйняттях, розумових і чуттєвих образах, що виникають у суб'єкта споглядання.

Індивідуальній психіці притаманна така властивість, як **інтровертованість** або **екстравертованість**. Інтровертованість характеризує відповідну установку й спрямованість психіки на себе, своє внутрішнє психічне, їх зміну, взаємодію, взаємопроникливість та інше. Екстравертованість, навпаки, виражає відповідні установки й спрямованість психіки на зовнішнє психічне: навколишній світ, взаємини в ньому тощо.

Ще одна властивість психіки – це її психологічна **репродуктивність**, тобто здатність до відтворення попереднього психічного з таким самим його психоенергетичним потенціалом. Наприклад, після того як людина перебуває в стані страху, вона рано чи пізно повертається в попередній стан психічного напруження, а потім у стан спокою. Це значить, що за відповідного впливу на психоенергію одного психічного іншою психоенергією (іншим психічним) можна змінити психоенергетичний потенціал першого психічного.

Рефлексія, як властивість психіки, полягає у сприйманні та перенесенні змін зовнішнього світу, його різних видів і форм психічного на себе, перетворенні їх на власне психічне. Будь-які суттєві зміни в соціальному просторі й часі, під час навчання і виховання є психічним, яке впливає (деформує, змінює психоенергетичний потенціал іншого психічного) на психіку особистості. На основі цієї властивості відбувається розвиток психіки. Вона також дає змогу людині пристосуватися до нової реальності.

4.3. Багаторівневність психіки

Психіка – це складний комплекс, який працює за певними закономірностями. Як складові цього комплексу виокремлюють несвідомий, підсвідомий, свідомий і надсвідомий рівні, які взаємопов'язані і взаємодіють між собою. Причому нижчих, середніх чи

вищих рівнів психіки немає. Кожен рівень виконує свої необхідні функції у цілісному функціонуванні всієї психіки. Усі вони надзвичайно важливі під час життєдіяльності людини. Ми не поділяємо думки, що свідомість є найвищим рівнем розвитку психіки. Це просто такий рівень, який відповідає за конкретні форми і види взаємодії із власною психікою та зовнішнім психічним.

Отже, свідомість є особливою формою психічної діяльності, орієнтованою на відображення й перетворення дійсності. Вона становить собою таку функцію людської психіки, сутність якої – в адекватному, узагальненому, цілеспрямованому активному відображенні, що здійснюється в символічній формі, й творчому перетворенні зовнішнього світу, його порівнянні з попереднім досвідом, у виокремленні людиною себе з навколишнього середовища і здатності стати ніби збоку, тобто аналізувати себе й свою свідомість.

Через свідомість забезпечується попередня побудова дій та передбачення їхніх наслідків, у контролюванні поведінки й керуванні нею, у здатності особистості давати собі раду в навколишньому матеріальному світі, у власному духовному житті.

Актуально усвідомленим є лише той зміст нашої психіки, який постає перед особистістю як предмет, на який безпосередньо спрямовано ту чи іншу її дію.

У зоні ясної свідомості знаходить своє відображення мала частина психічного. Сигнали, що потрапили в зону ясної свідомості, людина використовує для усвідомленого управління своєю поведінкою. Інші сигнали психіки також використовує для регулювання деяких процесів, але на підсвідомому рівні.

Свідомість залучається до цього об'єкта тільки на короткий інтервал часу й забезпечує вироблення гіпотез у критичні моменти браку інформації. Типові завдання, ті, які часто трапляються у звичайній ситуації, людина розв'язує підсвідомо, реалізуючи автоматизми. Автоматизми підсвідомості розвантажують свідомість від рутинних операцій (ходьба, біг, професійні навички тощо) для нових завдань, що в даний момент можна розв'язати лише на свідомому рівні.

ПІДСВІДОМІСТЬ (підсвідомий рівень) – це уявлення, бажання, потяги, почуття, стани, психічні явища та акти, які колись упродовж життя «вийшли» зі свідомості, виявляються у відповідних ситуаціях ніби автоматично, без чіткого й зрозумілого усвідомлення, але за певних умов їх можна повернути назад та усвідомити.

Справді, у звичайних ситуаціях людина зовсім не замислюється, що те, що вона бачить, – це не є власне зовнішній світ, а зоровий образ зовнішнього світу. Інакше кажучи, людина не усвідомлює власного процесу сприйняття. У цьому немає необхідності: людина пристосована діяти завдяки своїм зоровим образам, відношення між образом того чи іншого предмета й самим предметом, дією з ним є усталеним, і його використовують у процесі регуляції поведінки, діяльності автоматично.

Але коли звичне відношення з тих чи інших причин порушується, включається процес усвідомлення.

У підсвідомості зберігається весь пережитий досвід, який не наявний у свідомості в цей час, але який стимулює аномальні форми поведінки, породжені нерозв'язаними конфліктами, що хвилюють суб'єкта. Отже – проникнути в підсвідомість можна лише за допомогою таких методів, як аналіз описок, обмовок, запам'ятовувань, фантазій і снів людини, а також методу вільних асоціацій, проєктивних тестів тощо. Проте зводити вивчення характеру лише до проникнення у сферу підсвідомого неправомірно насамперед тому, що в такому разі вкрай обмежується його пізнання.

Підсвідомі процеси та явища реалізують специфічну функцію людської психіки, сутність якої – в ефективному регулюванні її стосунків з дійсністю, що перебуває за порогом свідомості.

Підсвідомі процеси виконують певну захисну функцію: позбавляють психіку від постійного напруження свідомості там, де в цьому немає потреби.

Підсвідоме як психічне явище можна характеризувати не лише негативно – в розумінні чогось неусвідомленого (прихованого на цей момент, але здатного за певних умов виявитись у свідомості або приреченого назавжди залишатися невиявленим). Воно має позитивну особливість: це специфічне відображення, що має свою структуру, елементи якої пов'язані як між собою, так зі з свідомістю та дією, впливаючи на них і відчуваючи їхній вплив на собі.

Розглянемо деякі зі структурних елементів підсвідомого. Наприклад, ми відчуваємо те, що впливає на нас. Але аж ніяк не все, що впливає, стає при цьому фактом свідомості. Значну частину наших відчуттів ми не усвідомлюємо, і вона залишається підсвідомим. Якби на кожний вплив людина реагувала усвідомлено, вона не впоралася б із цим, оскільки не здатна миттєво переключатися з одного впливу на інший або утримувати у фокусі своєї уваги практично нескінченні подразники.

Механізми психічної автоматизації позбавляють свідомість постійного спостереження й непотрібного контролю за кожним фрагментом дії.

Підсвідоме виявляється в тій інформації, яка накопичується протягом усього життя та осідає у пам'яті як досвід. З усієї суми наявних у нас знань у кожний конкретний момент у центрі свідомості осідає лише невелика їх частка. Про деякі знання, що зберігаються в пам'яті, люди навіть не підозрюють. Проте спеціальні дослідження довели, що в регулюванні поведінки людини значну роль відіграють враження, отримані в ранньому дитинстві й закладені у підсвідомості.

Іноколи про людину говорять: «Вона зробила це несвідомо»; «Вона не хотіла цього, але так сталося» тощо. Часто ми звертаємо увагу на те, що ті чи інші думки виникають у нас мовби «самі по собі», сформованими, невідомо як і звідки.

Явища людської психіки дуже різноманітні. І аж ніяк не всі з них охоплює сфера свідомості й навіть підсвідомості. Психічна діяльність може виходити за межі підсвідомого, переміщаючись або на рівень свідомості, або на рівень надсвідомого, або на несвідомий рівень.

НЕСВІДОМІСТЬ (несвідомий рівень) – це сукупність психічних явищ, актів і станів, які виявляються на глибокому рівні функціонування психіки й цілковито позбавляють індивіда можливості впливу, оцінки, контролю й звіту в їхньому впливові на поведінку, вчинки й діяльність.

Несвідоме – це таке психічне, яке прямо ніколи не стає свідомим, хоча постійно впливає на поведінку й діяльність людини.

Несвідоме не є чимось містичним, його не варто уявляти як ірраціональну, «темну» силу, що затаїлася в глибинах психіки людини. Це цілком нормальна частина психіки, особливий рівень психічної діяльності.

На відміну від свідомості, несвідоме не передбачає попередньої уявної побудови дій, проектування їхніх результатів і постановки мети.

Несвідоме виявляється і в так званих імпульсивних діях, коли людина не усвідомлює наслідків своїх учинків. Наші наміри не завжди виражаються в наслідках наших дій адекватно, так, як ми б цього хотіли. Іноді, здійснивши той чи інший вчинок, людина сама не може зрозуміти, чому вона зробила саме так.

Формою вияву несвідомого є й так звана психологічна установка. Цей психічний феномен становить собою цілісний стан людини, який виражає динамічну визначеність її психічного життя, спрямованість особистості на активність у певному виді діяльності, загальну схильність до дії, стійку орієнтацію на певні об'єкти, що зберігається доти, доки очікування людини виправдовуються.

Виявляється несвідоме і в інших психічних процесах. Навіть мислення людини може відбуватися на несвідомому рівні. Що ж до уяви або таких явищ, як інтуїція і творчість, то вони без участі несвідомих компонентів просто неможливі.

Під час досліджень С. Гроффа з'ясувалося, що пам'ять особи, зануреної в стан зміненої свідомості, ретроградно сягає дна глибокої несвідомості, яка відкриває далекі горизонти в минуле. Отже, несвідоме тісно пов'язано із соціальною психікою етносу (нації), яка відображає особливість і неповторність національного характеру, національних почуттів, національної свідомості, національної волі, національної гордості, національної гідності, національної совісті тощо. Соціальна психіка через свій колективний несвідомий рівень суттєво впливає на психологічні особливості членів нації, вияви їх індивідуальної психіки. Саме вона задає «програму» поведінки кожного індивіда (етнофора) та реалізацію його соціальних і національних функцій. Точніше, вона «запускає» функціонування індивідуальної психіки, складаючи в неї свої патерни, свої соціально-психологічні картини реальності.

Люди інтуїтивно та в станах зміненої свідомості відчували, що включені в якусь глобальну світову душу, є якоюсь глобальною ланкою світових подій. Тому факт включеності у світові зв'язки й процеси, які замикаються в якійсь єдності, що існує всюди і ніде (так само, як наша психіка щодо нашого тіла), сприймається як належність до чогось єдиного, глобального, вічного. Отже, людську психіку (психіку окремого індивіда), й соціальну психіку (психіку окремих людських спільнот) ми повинні розуміти й вивчати у зв'язку з єдністю Всесвіту.

НАДСВІДОМІСТЬ (надсвідомий рівень) – утримує психічні явища, акти й стани, які виникли внаслідок взаємодії із Всесвітом, а також психічні механізми такої взаємодії.

До надсвідомих явищ зараховують творче натхнення, що супроводжується раптовим «осяянням» новою ідеєю, яка народжується немовби від якогось поштовху зсередини, а також випадки миттєвого розв'язання завдань, які тривалий час не піддавалися свідомим зусиллям, і ті явища, які називають парапсихічними, тощо.

Наприклад, геомагнітні збурення впливають на психічні стани людей та їхню поведінку. Навіть різка зміна погоди, зміна пори року впливають не тільки на фізичне самопочуття людей, а й на їхній настрій.

4.4. Багатосистемність психіки

Разом із багаторівневістю, людська психіка, як цілісна система, має багато підсистем, кожен з яких можна розглядати як відносно самостійну систему.

До першої групи систем психіки належать:

- Психічні процеси, які поділяють на дрібніші підсистеми:
 - а) психічні пізнавальні процеси (відчуття, сприйняття, пам'ять, мислення, уява);
 - б) емоційно-почуттєві процеси (емоції та почуття);
 - в) вольові процеси.
- Психічні властивості (темперамент, здібності, характер).
- Психічні стани, яких у науці налічують чимало (і позитивних, і негативних).
- Психічні утворення (мотиви, стереотипи, переконання, установки, знання, навички, вміння тощо).

Психічні процеси – це різні форми чи види взаємодії внутрішнього і зовнішнього психічного, внаслідок чого у психіці відображаються предмети та явища. «Психічні процеси – різні форми єдиного, цілісного відображення людиною довкілля і себе в ньому» (С.Д. Максименко).

Психічне як процес – поняття, яке ввів у психологію І.М. Сеченов, розкриває основний спосіб існування психічного. Психічне існує як процес – живий, найбільш пластичний, безперервний, не заданий, відтак воно розвивається, породжує продукти своєї активності (психічні стани й образи, поняття, почуття, рішення, що формується, або нерозв'язання завдання тощо).

Психічні процеси є компонентами діяльності людини, що часто стають особливими діями (перцептивними, мнемонічними, мисленнєвими, мовленнєвими, уявними, вольовими та ін.).

Психічні властивості – сталі психічні утворення людини, що утворюються в процесі життєдіяльності, виховання та самовиховання.

Наприклад, на ґрунті психічного процесу відчуття, сприйняття, пам'яті, уваги, почуття, уяви, мислення й волі можуть породити такі властивості людини, які виражаються у формі чутливості, сприйнятливості, пам'ятливості, уважності, емоційності, балакучості, мовчазності, вдумливості, розсудливості, фантазерства тощо.

Психічні стани – це різні види інтегрованого відображення людиною взаємодії внутрішніх і зовнішніх психічних впливів у певний статичний відрізок часу.

Причому більшість із них існує без чіткого усвідомлення відображеного предметного змісту. Прикладом психічних станів можуть бути бадьорість, втома, апатія, депресія, ейфорія, відчуження, втрата почуття реальності, нудьга, страх, відчай, сум, той або інший настрій тощо. Вивчення психічних станів як психологічної категорії пов'язане з ім'ям М.Д. Левітова. Психічні стани так чи інакше характеризують психіку людини, визначають своєрідність різних психічних процесів.

Психічні стани виникають під час накладання психічних процесів, які відбуваються в цей момент, на властивості людини.

До іншої групи підсистем належать механізми психіки. «Механізм психіки – знаряддя, метод людини, завдяки якому поєднуються в цілість її органи і системи передавання і перетворення енергії та інформації в процесі її діяльності» (С.Д. Максименко).

Можна сказати, що механізми психіки – це знаряддя приймання, розкодування, перероблення й передавання психоенергії.

С.Д. Максименко виокремлює такі механізми психіки: відображення, **проектування** та **опредметнення**. Він зазначає, що психічне відображення – активний цілісний процес, який виявляється в різних формах і для якого характерна єдність пізнання, переживання й прагнення, єдність психіки й діяльності людини.

Психічне відображення містить систему функцій, які регулюють діяльність людини. Воно має, по-перше, активний характер, зумовлений пошуком та добиранням відповідно до умов середовища способів дій; по-друге, має випереджальний характер, забезпечуючи функцію передбачення в діяльності та поведінці; по-третє, кожний психічний акт є результатом дії об'єктивного через суб'єктивне відображення, через людську індивідуальність, що накладає відбиток своєрідності на її психічне життя; по-четверте, у процесі діяльності психічне відображення постійно поглиблюється, вдосконалюється й розвивається.

Механізм проектування виконує функцію впорядкування й гармонізування смислів відображення відповідно до мети дій або діяльності людини (С.Д. Максименко).

Шлях проектування – це сукупність і послідовність розумових або психомоторних дій, унаслідок чого створюються образи, схеми або знакові системи – теорії будови матеріальних предметів або дій машин, споруд, їх вузлів, а також власних дій, що сприяють розв'язанню теоретичних або практичних завдань.

С.Д. Максименко визначає **механізм психічного предметнення** як процес перетворення та втілення людських душевних сил і здатностей із форми живої активності в образ застиглої предметності.

Ця діяльність має три основні форми:

- **матеріальну, а саме: виробництво, фізична праця – в процесі яких людина перетворює і втілює себе в навколишньому світі;**
- **психічну – вироблення та інтерпретація змісту відображення, добір цінностей, розумові операції і переживання тощо, які є конструктивними елементами будь-якого виробництва;**
- **творення себе самого – розвиток душевних і духовних потенцій, а також усунення різних форм відчуження.**

На нашу думку, механізми психіки є динамічними. Вони постійно залежать від видів і форм психічної діяльності. Внаслідок цього можна говорити про психічні механізми відчуття, сприйняття, запам'ятовування, аналізу, синтезу, уявлення, регулювання, спонування, проектування та інше.

4.5. Концепція психоенергетичної цілісності особистості

Під час свого становлення як особистості індивід є об'єктом соціального впливу і суб'єктом цілеспрямованого пізнання та перетворення об'єктивної дійсності й самого себе. У процесі розвитку особистості людина оволодіває засобами людської діяльності та спілкування, мовою, у неї формуються вищі психічні функції, свідомість, воля, самосвідомість, вона стає суб'єктом активного цілеспрямованого пізнання й перетворення навколишнього соціального та природного середовища. У неї виникає здатність до самовдосконалення, самотворення власної особистості в процесі самопізнання, самовиховання та самонавчання, вона вступає у «суб'єкт-суб'єктні» стосунки з іншими людьми.

Отже, під особистістю розуміємо конкретну людину, яка:

- **належить до певного суспільства й соціальної групи;**
- **усвідомлює своє ставлення до навколишнього середовища, народу і до самої себе;**
- **займається певною діяльністю;**
- **вирізняється своєрідними особливостями поведінки й діяльності;**
- **володіє тільки їй притаманною системою психічних і соціопсихічних властивостей та якостей.**

Особистість кожної людини наділена тільки їй властивим поєднанням рис та особливостей. Саме вони створюють її **індивідуальність** – поєднання психологічних особливостей людини, котрі утворюють її своєрідність і неповторність, відмінність від інших людей.

Індивідуальність виявляється в рисах характеру, темпераменті, звичках, переважаючих інтересах як пізнавальних процесів, у здібностях, індивідуальному стилі діяльності. Так само, як поняття індивід і особистість не є тотожними, особистість та індивідуальність також не тотожні, хоча й утворюють єдність. Індивідуальність забезпечує властивий тільки конкретній особистості стиль взаємозв'язків із навколишньою дійсністю. Індивідуальною є кожна людина, але індивідуальність одних виявляється яскраво, інших – малопомітно.

Індивідуальність особистості окремо виявляється в неповторному вияві утворень її інтелектуальної, емоційної та вольової сфери чи одразу в усіх сферах психічної діяльності. Проте цього ще недостатньо, щоб адекватно відобразити структуру особистості, оскільки залишається не з'ясованим співвідношення біологічного й соціального в психічному розвитку індивіда. Щодо зв'язків біологічного й психічного, то важко сформулювати універсальний принцип, який би був правильним для всіх випадків. Ці зв'язки багатопланові й багатогранні.

Ще більш різноманітне та багатопланове відношення психічного й соціального. Психічні властивості особистості відчують на собі вплив соціальних чинників, які постають як зовнішнє психічне. Однак триада біологічне-психічне-соціальне по-різному діє в структурі особистості та співвідноситься на різних ступенях її розвитку, у різній діяльності і за різних обставин.

Психічна структура особистості складається з таких підструктур: а) біопсихічної; б) ментально-психічної; в) інтраіндивідуальної; г) соціо-психічної; д) свідомість-самосвідомість (рис. 4.2).

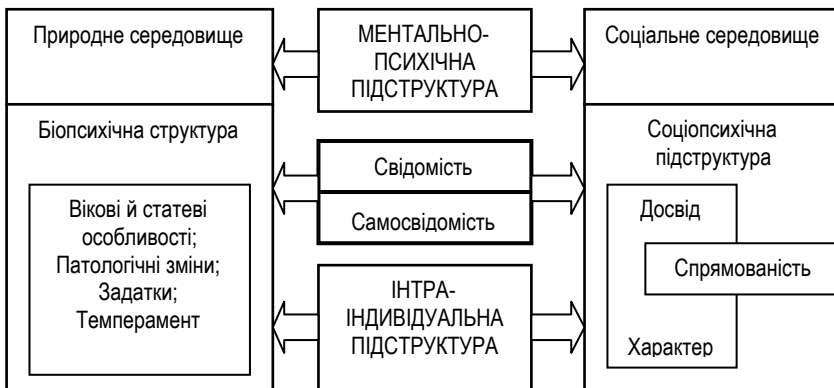


Рис. 4.2. Психічна структура особистості.

Відмінні ознаки особистості:

- свідомість;
- самосвідомість;
- саморегулювання, тобто процес управління своєю поведінкою й діяльністю;
- активність, що виявляється в конкретній діяльності; але діяльність може мати й антигромадський характер, тоді таку людину називають асоціальною особистістю;

- особливості перебігу психічних процесів (відчуття, сприйняття, пам'ять, мислення, увага, увага);

- індивідуальність;

- соціальний статус, тобто становище особистості в системі міжособистісних відносин, яке визначає її права, обов'язки, привілеї. Статус особистості задається наявною системою суспільних відносин і об'єктивно визначається місцем особистості в соціальній структурі. Він є її об'єктивною характеристикою, але може усвідомлюватись адекватно чи неадекватно, активно чи пасивно, цілковито, частково або зовсім не усвідомлюватись.

ПОЗИЦІЯ особистості характеризує суб'єктивний – активний, діяльний бік становища особистості у структурі суспільства. У складних за своєю природою суспільних відносинах кожна особистість може займати кілька позицій, що відрізняються одна від одної своїм значенням, визначеністю та іншими ознаками;

- **соціальна роль** – спосіб поведінки особистості залежно від її статусу або позиції у суспільстві, конкретному колективі чи соціальній групі. За визначенням І.С. Кона, роль особистості – це соціальна функція, нормативно схвалений спосіб поведінки, якої очікують від кожного, хто займає цю позицію. Ці очікування визначають загальні контури соціальної ролі й не залежать від свідомості та поведінки конкретного індивіда. Вони подані йому як те, що є зовнішнім, більш або менш обов'язковим;

- **ранг** – це престиж, репутація, авторитет, популярність у групі, колективі, суспільстві.

- **самовизначення**, тобто усвідомлення власних інтересів, свого місця в житті та суспільстві, а також своїх можливостей, потреб, цілей і цінностей тощо;

- **самовираження** – вияв здібностей, сутнісних сил, особистісних властивостей, якостей та особливостей;

- **самоствердження** – закріплення у свідомості навколишніх своєї значущості, вагомості; реалізація власних цілей через подолання перепон.

Контрольні питання:

- Що розуміють під поняттям «людина»?
- У чому сутність людської психіки?
- У чому виявляється багаторівневність психіки?
- Що таке несвідомий рівень людської психіки?
- Як функціонує підсвідомий рівень людської психіки?
- Які ознаки людської свідомості?
- Що таке надсвідомий рівень людської психіки?
- У чому полягає багатосистемність психіки?
- Які властивості людської психіки?
- Що таке психічне?
- Яка різниця між зовнішнім і внутрішнім психічним? Яким чином вони взаємодіють?

- Що розуміють під психоенергією та психоенергетичним потенціалом?
- Що таке механізми психіки?
- У чому полягає психоенергетична концепція особистості?
- Яка психічна структура особистості в цій концепції?

Література:

- Абульханова-Славская К.А. Деятельность и психология личности. – М.: Наука, 1980.
- Асмолов А.Г. Психология личности. Принципы общепсихологического анализа. – М.: Изд-во Моск. ун-та, 1990.
- Бессознательное. Природа, функции, методы исследования: В 3-х томах. – Т. 1. – Тбилиси, 1978.
- Варій М.Й. Соціальна психіка нації : Наукова монографія. – Львів: Сполом, 2002.
- Варій М.Й. Загальна психологія: Навч. посібник / Для студ. психол. і педагог. спеціальностей. – Львів: Край, 2005.
- Винницький О.Р. Мозок і парапсихологія: Монографія. – К.: Поліграфкнига, 1996.
- Вичев В. Мораль и социальная психика. – М.: Прогресс, 1978.
- Грофф С. За пределами мозга. – М.: Изд-во Моск. трансперсонального центра, 1993.
- Донченко Е.А. Социальная психика. – К.: Наукова думка, 1994.
- Загальна психологія: Підруч. для студ. вищ. навч. закладів / За заг. ред. акад. С.Д. Максименка. – К.: Форум, 2000.
- Загальна психологія: Навч. посібник / О.В.Скрипченко, Л.В.Долинська, З.В. Огороднійчук та ін. – К.: А.Г.Н., 2002.
- Леонтьев А.Н. Деятельность. Сознание. Личность. – М., Политиздат, 1975.
- Марищук В.Л. Резервы человеческой психики: Введение в психологию активности. – М.: Политиздат, 1989.
- Основи психології / За заг. ред. О.В. Киричука, В.А. Роменця. – К.: Либідь, 1996.
- Петровский В.А. Личность в психологии: парадигма субъектности. – Ростов на Дону: Феникс, 1996.
- Психология XXI века: Учеб. для вузов / Под ред. В.Н. Дружинина. – М.: ПЕР СЭ, 2003.
- Тайны сознания и бессознательного: Хрестоматия / Сост. К.В. Сельченко. – Минск: Харвест, 1988.
- Франкл В. Человек в поисках смысла. – М., 1990.
- Фрейджер Р., Фейдимен Д. Личность. Теории, упражнения, эксперименты / Пер. с англ. – СПб.: Прайм-ЕВРОЗНАК, 2004.
- Фройд З. Психология бессознательного. – М.: Прогресс, 1990.
- Фромм Э. Душа человека. – М.: Республика, 1992.
- Хардинг М.Э. Психическая энергия. – М.: Рафа-бук; К.: Ваклер, 2002.
- Юнг К.Г. Проблемы души нашего времени. – М., 1993.
- Ярослав Иванович Цурковський (1905 – 1995). До 100-річчя від дня народження / Упор. О.М.Лозинського, З.С.Багнюк та ін. – 2-ге вид., доп. – Львів: Вид-во Університету «Львівський Ставропігон», 2005.

Глава 5

БІОПСИХІЧНА І МЕНТАЛЬНО-ПСИХІЧНА ПІДСТРУКТУРИ ОСОБИСТОСТІ

5.1. Генетичні, вікові й статеві особливості особистості

Біопсихічна підструктура особистості формується з очевидною перевагою біологічного. Не будемо вдаватися до розкриття всіх можливих формально-логічних зв'язків між поняттями психічне, соціальне й біологічне, які є в історії науки. Зазначимо лише, що біологічний розвиток індивіда є початковою умовою його психічного розвитку.

Отже, біопсихічна підструктура особистості утримує властивості, які незрівнянно більше залежать від фізіологічних особливостей мозку, всієї нервової системи, віку, що є підґрунтям психологічного розвитку. Вона також забезпечує зв'язок індивіда з Космосом через дію механізмів надсвідомості.

До біопсихічної підструктури особистості насамперед належать генетичні, вікові й статеві особливості, а також темперамент, задатки й патологічні утворення.

На психічні особливості людини, її задатки впливають генетичні механізми, вік, стать.

Ген – одиниця спадковості, що впливає на розвиток певної характеристики організму (фенотипу), яка спостерігається, вимірюється. Альтернативні форми гена, який займає те саме місце на хромосомі (локус), називаються алелями. Генотип – хромосомний набір алелей у конкретного індивіда.

Психогенетичні особливості також вивчає психогенетика (в англійській літературі традиційно використовують назву behavioral genetics – генетика поведінки), що сформувалася як міждисциплінарна галузь знань, **предметом вивчення якої є спадкові й середовищні детермінанти варіативності психологічних і психофізіологічних функцій людини.**

Генетичні особливості вказують на те, що в процесі розвитку життєдіяльності (онтогенезу) особистості в неї виявляються певні генетичні чинники, які впливають на її психіку. Йдеться насамперед про біологічні (анатомо-фізіологічні) чинники розвитку організму та вищої нервової системи людини, її мозку. Наприклад, колір шкіри, волосся та очей, риси обличчя, ріст, вага, чутливість різних аналізаторів, задатки і навіть структура певних ділянок мозку переходять у спадок унаслідок дії генів. Отже, перераховані ознаки є психічним, яке впливає на внутрішнє й зовнішнє психічне особистості.

З віком відбуваються не лише фізіологічні зміни в людини, а й психічні.

Психологічний вік – це час індивідуального розвитку людини. Його вивчає вікова психологія, яка визначає такі періоди вікового розвитку людини (згідно з найбільш вичерпною віковою періодизацією психічного розвитку):

- до народження – *переднатальний період* (сьогодні його загалом не досліджують у психології);

- перед народженням та навколо нього – *перинатальний період* (його досить плідно досліджено у трансперсональній психології С. Гроффа, яка через техніки глибокого дихання і ЛСД-терапії дає змогу людині знову пережити досвід плоду в утробі матері та кризу народження – найвідповідальнішу в житті, згідно з О. Ранку);

- від народження до одного року – вік *немовляти* (цей період завершується кризою 1-го року життя, яку пов'язують із початком ходіння й нейрофізіологічною перебудовою, що спричиняють фізичну втому, а також зі смисловим мовленням та оперуванням великою кількістю предметів, які зумовлюють розумову втому; симптомом цієї кризи є постійний протест дитини);

- від 1 до 3 років – період *переддошкільного дитинства* (він закінчується кризою трьох років, що її пов'язують із розвитком предметної діяльності; вияви цієї кризи вже яскравіші: упертість, негативізм – тобто схильність до дій, протилежних вимогам, непокірливість, свавілля, деспотизм);

- від 3 до 6-7 років – період *дошкільного дитинства* (він закінчується кризою семи років, яку пов'язують із зумовленою початком навчання у школі соціальною ситуацією, розумовим напруженням та розвитком самосвідомості);

- від 6-7 до 10 років – *молодший шкільний вік* (у цей період для розвитку самосвідомості дитини є дуже важливою оцінка навколишніх, вона оволодіває соціально-нормативною поведінкою);

- від 10 до 15 років – *підлітковий вік* (цей період супроводжується найпомітнішою кризою в житті людини, головним чинником якої визнають пубертат – статеве дозрівання; у підлітка інтенсифікується фізичний, розумовий, моральний, соціальний розвиток; перебудовується організм, самосвідомість, система ставлення до навколишніх; відчуття дорослості спричинює труднощі соціальної взаємодії);

- від 15 до 17 років – *рання (перша) юність*, або *старший шкільний вік* (цей період пов'язаний з інтенсивними пошуками свого місця у світі, із намаганнями збагнути його сутність – одразу й назавжди, із побудовою власного ставлення до всіх явищ дійсності, яке базується на певній індивідуалізованій картині світу);

- від 17 до 21 року – *юність*, або друга юність (цей вік є періодом першого випробування власних сил і здібностей людини, коли вона розкриває свій потенціал на певному шляху творчої життєдіяльності; відбувається професійне самовизначення);

- від 21 до 35 років – *період молодості*, або першої дорослості (у цей вік людина досягає певного піку своїх можливостей; саме характер і обсяг її досягнень стають чинниками кризи 30 років, яка складається із

загострення проблем наслідків професійного визначення, побудови сімейного життя, загального самоствердження);

- від 35 до 60 років – *період зрілості*, або другої дорослості (цей період є часом, коли людина опиняється не на «піку» своїх можливостей, але на певному їх «плато» – сталому стабільному рівні, на якому вона закріпилася; кризи 40 і 50 років є змістовно близькими одна до одної – розчарування, невдоволеність рутиною, намагання вирватися з обіймів буденності до справжнього буття – тільки зростають обсяги симптомів стагнації розвитку);

- від 60 до 75 років – *похилий вік* (цей період, як правило, є часом, коли людина стикається із першими ознаками власної психічної інволюції; вона або докладає зусиль, щоб оптимально функціонувати і досягти того, чим визначається цей вік, – мудрості, або впадає у відчай і швидко деградує. Кризи цього і двох наступних періодів пов'язані з розвитком ставлення людини до кінця своєї життєдіяльності, з примиренням щодо його наближення);

- від 75 до 90 років – *старечий вік*;

- понад 90 років – *довгожителі*.

Для кожного віку характерна зміна внутрішнього психічного стану особистості, що впливає на її діяльність і поведінку.

Питання про відмінність між чоловіками і жінками також пов'язане з подвійною детермінацією досліджуваних ознак. Урахування еволюційно-біологічного чинника зумовлює розуміння статі як конституціональної координати, що спричинює відмінність між двома групами людей чоловічої і жіночої статі в аспекті несоціальних впливів. Розуміння ж людської поведінки як здебільшого соціального феномена, що переживає вплив культурного контексту, зумовлює розуміння статевої або сексуальної ролі, запропонованої суб'єктові як членові групи. У цьому разі відмінності, про які йдеться, досліджують як статеворольові стереотипи, що зумовлюють жіночий або чоловічий тип поведінки. Незалежно від джерела походження, особистісні відмінності виникають насамперед як соціальний феномен, що не визначається такою ж мірою природними чинниками, як, наприклад, фізичні відмінності між чоловіками і жінками.

Вплив генетичних факторів на розвиток статевої самоідентифікації триває впродовж усього життя. Особливо помітні відмінності між статями починають виявлятися під час дозрівання, коли організм виділяє більше гонадотропних гормонів, що коректують формування еволюційно-біологічних ознак статі.

Задатки. *Задатки* – це ті анатомо-фізіологічні особливості людини (її мозку, нервової системи, аналізаторів, кровопостачання та ін.), які в неї сформувались до моменту народження.

Задатки є спадковими властивостями периферичного і центрального нервового апарату. Вони є суттєвими передумовами здібностей людини, але лише передумовами. Від задатків до здібностей – таким є шлях розвитку особистості. Задатки багатозначні, вони можуть розвиватися в різних напрямках, перетворюючись на різні здібності. Будучи передумовою успішної діяльності людини, її здібності водночас тією чи іншою мірою становлять продукт діяльності. У цьому виявляється взаємозалежність здібностей людини та її діяльності.

Незважаючи на наявність у здібностях загальнопсихологічного, «родового», вони завжди є суто індивідуальними.

5.2. Темперамент

Темперамент – головна властивість особистості. Його вважають найбільш стійкою характеристикою особистості людини, яка майже не змінюється впродовж життя і виявляється у всіх сферах життєдіяльності.

Стародавній опис темпераменту належить «батькові» медицини Гіппократу (бл. 460–377 рр. до н.е.). Саме він першим спробував з'ясувати, чим зумовлюються індивідуальні відмінності в поведінці людей. Він та його послідовник Гален (давньоримський лікар, бл. 130 – 200 рр. н.е.) дійшли висновку, що ці відмінності зумовлені різним співвідношенням основних видів рідин в організмі людини. Якщо переважає кров (лат. sanguis) – людина поводиться, як сангвінік, слиз (грецьк. phlegma) – флегматик, жовта жовч (грецьк. chole) – холерик, чорна жовч (грецьк. melana chole) – меланхолік. Оптимальне співвідношення цих рідин визначає здоров'я, тоді як непропорційне є джерелом різних захворювань.

І.П. Павлов, доводячи наявність певної закономірності у вияві індивідуальних відмінностей, висунув гіпотезу, що в основі їх є *фундаментальні властивості нервових процесів – збудження та гальмування, їх врівноваженість і рухливість.*

Ці якості нервових процесів утворюють певні системи, комбінації, які й зумовлюють тип нервової системи.

Властивості нервової системи, особливості темпераменту більш-менш очевидно виявляються і «читаються» у поведінці людини.

І.П. Павлов визначив чотири основні типи нервової системи, близькі до традиційної типології Гіппократа – Галена. Порівнюючи свої типи нервової системи з типологією Гіппократа – Галена, російський фізіолог описує їх так:

- сильний, врівноважений, рухливий тип – сангвінік;
- сильний, врівноважений, інертний тип – флегматик;
- сильний, рухливий, нерівноважений тип – холерик;
- слабкий, нерівноважений, малорухливий тип – меланхолік.

ТЕМПЕРАМЕНТ – це стійка властивість особистості, що виражає індивідуально-своєрідну динаміку психіки і поведінки, котра однаково виявляється в різноманітній діяльності незалежно від її змісту, мети і мотивів.

У людини виявляються такі типи темпераменту: холеричний, сангвінічний, флегматичний і меланхолічний. Усі типи темпераменту можна охарактеризувати за переліченими нижче основними властивостями:

- лабільність – відображає швидкість виникнення та перебігу збудження і гальмування;
- сензитивність – це сила впливу, яка потрібна, щоб зумовити в людини реакцію;
- реактивність – сила емоційної реакції на зовнішні та внутрішні подразники;

- активність – тобто те, наскільки людина виявляє енергійність у житті й діяльності;
- темп реакцій – швидкість перебігу психічних процесів і реакцій;
- пластичність – гнучкість, ступінь здатності пристосування до нових умов;
- ригідність – інертність, негнучкість, нечутливість до зміни умов;
- екстраверсія – спрямованість особистості на навколишніх людей, предмети, події;
- інтроверсія – фіксація особистості на собі, на своїх переживаннях та думках, схильність до самоаналізу, замкненість;
- емоційна збудливість – сила впливу, потрібна для того, щоб спричинити емоційну реакцію.

Холерик – людина із сильною, неврівноваженою, рухливою нервовою системою, яка відзначається перевагою збудження над гальмуванням.

Холеричний темперамент вирізняється циклічністю та імпульсивністю у діяльності й поведінці. Холерик може цілком віддатися справі, завзято працюючи, енергійно переборюючи труднощі на шляху досягнення мети, і раптом усе кинути.

Для особистості з таким типом темпераменту характерна підвищена збудливість та емоційна реактивність. Вона буває нетерплячою, запальною та різкою у стосунках, прямолінійною. Її вольові дії дуже поривчасті, якщо їй цікаво, вона здатна до високої концентрації уваги, але виявляє недостатню здатність до переключення уваги. За спрямованістю холерик – екстраверт, любить бути в центрі уваги, але в спілкуванні не є лагідним, любить, щоб усе було, як він того хоче, непоступливий. Має організаторські здібності. У нього жива міміка, виразна жестикуляція, часто швидкий темп мовлення.

Характерні ознаки зовнішнього вияву холеричного темпераменту: квапливий, збуджений темп рухів, прямолінійні рухи починаються з ривка, незграбність рухів, дуже рухлива міміка, голосний голос, швидка мова (її швидкість може коливатися), рукостискання рвучке. Протягом розмови очі то «загоряються», то «тьмяніють», що пов'язано з коливаннями уваги до теми (навіть якщо вона йому цікава). На голосні зауваження відповідає також голосно, різко. Особливо неприємним голос стає, коли йому роблять зауваження при інших людях. Миттєво видає реакцію на негативну оцінку його суджень, пропозицій.

Сангвінік – людина із сильною, врівноваженою, рухливою нервовою системою, для якої властива висока швидкість реакцій.

Для цього типу темпераменту характерна висока лабільність. Сангвініки можуть легко збуджуватися, а також легко гальмувати свої бажання. Для діяльності сангвініка характерна продуктивність у тому разі, коли йому цікаво, коли він знаходить щось нове для себе. Якщо стає нецікаво, він починає нудьгувати і полишає розпочату справу, не доводячи її до кінця. Його вчинки обдумані, в стресовій ситуації виявляє «реакцію лева».

Особистість із таким темпераментом дуже рухлива, легко пристосовується до нових умов життя, швидко знаходить контакт у стосунках з іншими людьми, вирізняється товариськістю, вільно й розкуто почувається в новому оточенні. За спрямованістю сангвінік яскравий

екстраверт. У колі своїх друзів завжди веселий та життєрадісний. Настрій у нього здебільшого оптимістичний.

Для сангвініка характерні висока психічна активність, енергійність, працездатність, жвавість рухів, розмаїтість міміки, швидкий темп мови. Сангвінік прагне до частої зміни вражень, легко і швидко відкликається на навколишні події, товариський.

Характерні ознаки зовнішнього вияву сангвінічного темпераменту: широкі рухи, широкі кроки, хода швидка, ритмічна, схильність до малої дистанції при спілкуванні, твердий погляд, досить сильне рукостискання, рухлива і багата міміка, пошвавлено-швидка манера мовлення. Очі «загораються» з появою нової ідеї, нової пропозиції.

Флегматик – спокійний, завжди врівноважений, наполегливий і завзятий трудівник життя (І.П. Павлов). Його реакції оптимально пристосовані до сили умовних подразників, а тому флегматики адекватно реагують на впливи зовнішнього середовища: якщо слабкі подразники, то й реакція слабка, якщо сильні – то сильна. Але властива їм інертність не дає змоги швидко реагувати на швидкі зміни середовища. Умовні рефлекси у флегматиків утворюються повільніше, але виявляються досить стійкими.

Флегматики вміють контролювати, затримувати та регулювати безумовні рефлекси та емоції. Тому в своїй поведінці, рухах, розмові вони повільні та спокійні. Міміка дуже бідна, голос тихий і невиразний. Вони точно дотримуються виробленого розпорядку життя, і тому ніщо не може відвернути їх від основної праці. Для них характерна зосередженість, витривалість, серед інших вирізняються стійкістю уваги, здатністю старання й наполегливо працювати.

Особистість із таким темпераментом реагує повільно, тому часом не здатна швидко діяти в екстремальних ситуаціях. Важко пристосовується до нових умов, не любить змінювати звички, розпорядок життя, роботу, друзів. У флегматика настрої переважно стабільний, рівний. Якщо є серйозні неприємності, залишається зовні спокійним.

Для флегматика характерний низький рівень психічної активності, повільність, важке переключення з одного виду діяльності на іншій і пристосовування до нових умов. У нього переважає спокійний, рівний настрій. Почуття і настрої звичайно вирізняються сталістю. За несприятливих умов (відсутність інтересу, втома) можуть розвинути млявість, бідність емоцій, схильність до виконання одноманітних звичних дій.

Меланхолік – це людина зі слабкою, нерівноваженою, малорухливою нервовою системою, яка володіє підвищеною чутливістю навіть до слабких подразників, а сильний може спричинити в них «зрив».

За спрямованістю меланхолік – інтроверт, тому він важко переживає зміну життєвого оточення, потрапляючи в нові умови життя, дуже розгублюється. Він буває надміру сором'язливим, відлюдкуватим, боязким та нерішучим, не любить нових знайомств і галасливих компаній.

Особистість з таким типом темпераменту виявляє розгубленість, спонтанність. У надзвичайних ситуаціях у неї може проявитися «стрес кролика», що призведе до низької ефективності діяльності, а то й невиконання завдань.

Меланхолік – дуже вразлива людина, схильна до астенічних емоцій. Почуття його вирізняються повільністю перебігу, стійкістю та слабкою експресивністю. Це люди надчутливі. Грубість, нетактовність, неповагу та інші негативні моменти поведінки меланхоліки переносять дуже боляче. Їм потрібне спокійне, звичне оточення, де вони можуть успішно працювати.

Характерні ознаки зовнішнього вияву меланхолійного темпераменту: повільний, млявий темп рухів, малорухома й водночас напружена міміка, повільна манера мовлення, голос неголосний, погляд часто збоку або повз співрозмовника, під час рукостискання рука млява, можливі «опущені» кутики рота, стиснутий рот, нерівномірність у ритмі мови. Перестає бути активним у разі окрику, різкого зауваження, залучення до нього уваги. Під час групового активного обговорення питання не завжди може виявити ініціативу, особливо при оцінних судженнях, губиться у великій аудиторії, уникає «контакту очей».

Особливості типу темпераменту в кожній особистості виявляються по-різному. Вони змінюються з віком, перебуваючи у прямій залежності від дозрівання та розвитку організму людини, її психіки. Завдання полягає в тому, щоб зважати на ці особливості і виробляти у людини вміння володіти своїм темпераментом.

5.3. Ментально-психічна підструктура особистості

Ментально-психічна складова у психіці людини – це психоенергетичний потенціал, який утворився в процесі життєдіяльності етносу від зародження до наших днів і передається через несвідомий рівень кожному етнофору.

Ментально-психічна підструктура особистості утримує сукупність понять, установок, значень, смислів, духовних цінностей, стереотипів, вірувань, почуттів, зразків і форм поведінки, які сформувалися протягом розвитку людства й конкретного етносу (нації), перебувають на несвідомому рівні психіки індивіда та опосередковано впливають на його світовідчуття, світосприйняття й світорозуміння, а отже, поведінку й діяльність.

Людина, яка народжується на світ, якимось чином засвоює все те, що людство виробило протягом тисячоліть, репродукує етнічні особливості тощо. Таке стає можливим через дію ментально-психічних механізмів індивідуальної психіки.

Кожний індивід відтворює й трансформує в собі минулий потенціал розвитку етносу, нації і людства, додаючи до нього краплинку свого духовно-практичного досвіду стосунків зі світом, суспільством, нацією, людьми.

Психіка кожної людини (етнофора) входить до системи соціальної психіки, є її мікрочастинкою та своєрідним «генератором психоенергії». Водночас соціальна психіка етнічної спільноти, до якої входить ця людина, «присутня» в індивідуальній як внутрішній психологічний досвід зовнішнього (соціального, тобто специфічного психічного): переживань,

відчуттів, сприймань, вольових, духовних і соціальних зв'язків, почуттів та іншого. Одне слово, відбувається взаємовплив соціальної психіки нації та індивідуальну психіку її членів. Через її функціонування й прояви окремим індивідом у процесі їх соціалізації передається зовнішнє психічне, що об'єктивоване в смислах спільності, поняттях, віруваннях, традиціях, цінностях, мистецтві, музиці, літературі, народній творчості, архітектурі, національних установах, формах взаємодії, вірі в Бога, ставленні до Батьківщини, нації та її святинь, обов'язку, честі, гідності, інших етносів і народів та їх потреб і цінностей, до людини загалом тощо.

Герман Гессе мав рацію, коли припускав, що «в культури, або духу, або душі є власна історія, яка перебігає поряд із так званою світовою, тобто поряд із постійними боями за матеріальну владу, як друга, таємна, безкровна та священна історія».

Карл Юнг у своїй теорії дійшов висновку, що крім індивідуального несвідомого, існує колективне, расове, несвідоме, яке є виявом творчої космічної сили та є спільним для всього людства. Юнг вважав, що в процесі індивідуалізації людина може подолати вузькі межі Его та особистого несвідомого і з'єднатися з вищим «Я», відповідним усьому людству і всьому Космосу.

Колективне несвідоме – на відміну від індивідуального (особистого несвідомого) – ідентичне у всіх людей і тому утворює загальну основу душевного життя кожної людини, будучи за своєю природою надособистим. Колективне несвідоме – найглибинніший рівень психіки. Юнг розглядає його і як результат попереднього філогенетичного досвіду, і як апіорні форми психіки, і як сукупність колективних ідей, образів, уявлень людства, як найпоширеніші в ту або іншу епоху міфологеми, що виражають «дух часу».

На наш погляд, це історія формування соціальної психіки нації, насамперед, її ментально-психічної складової. Що станове собою ця складова? Передусім розглянемо три поняття: «менталітет», «етична архетипність» й «етноменталітет».

Французькі науковці Ж. Любье і Р. Мандру в середині 50-х років ХХ ст. ввели поняття «ментальність», а вже в 1958 р. воно з'явилося в енциклопедичних словниках. Під ним розуміли соціально-психологічні явища, які відображають духовний світ людини або соціальної спільноти, епохи або етнокультури.

В англійській психологічній літературі менталітет визначають як «властивість розуму, яка характеризує окремого індивіда чи групу індивідів», а також як «узагальнення всіх характеристик, які визначають психіку» та «спосіб мислення або характер роздумів».

Сучасні науковці продовжують вивчати сутність і зміст менталітету окремої нації (етносу), визнаючи існування їх, так би мовити, духовно-культурної «аури», яка істотно впливає на національну свідомість і самосвідомість, а також характер життєдіяльності більшості відповідних етнофорів. Їх хвилює питання впливу спонукань і мотивів, вчинків та дій предків, подій далекого минулого на сучасне життя націй і народів.

Дослідник творчості Л. Февра А.Я. Гуревич вказує на важливість того, що цей учений увів в історичну науку поняття ментальності. На його думку, вивчення ментальності – це вивчення такого шару людської

свідомості, який не прорефлектований, не усвідомлений повністю, потаємний для самих його носіїв.

Отже, поняття «ментальність» та «архетипність» учені розглядають як феномени етнічного несвідомого. Крім того, ці поняття зводять до «душі» нації, з чим ми не можемо погодитися, вважаючи, що такою є її соціальна психіка. Інакше виходить, що реальна сучасна дійсність мовби «проходить» поза «душею».

Вважаємо, що слід говорити про ментальність й архетипність нації не окремо, а як про ментально-психічну підсистему її соціальної психіки.

На наш погляд, ментально-психічне становить собою таке утворення колективного несвідомого й колективного підсвідомого соціальної психіки нації, що є згустком, ядром, сутністю її внутрішнього духу, пов'язаного з таємницями народження етносу, його взаємодії з природою й соціальним світом, психоенергія якого концентрує всю іншу сукупність психічного. Тобто будь-яким чином виявляється в поведінці, діях, особливостях мислення, світовідчуття, світосприйняття та іншого під час життєдіяльності нації. Такої думки дотримується частина вчених, зокрема М.І. Пірен, зазначаючи, що «типові психологічні риси етносуб'єктів, зафіксовані в їх ментальності, є водночас і своєрідними «мітками» того природного й соціального середовища, в якому вони сформувалися».

Ментально-психічне відтворює інтегроване поєднання неусвідомлюваних пластів соціальної психіки нації в індивідуальній психіці, яке утримує колективний досвід усіх попередніх поколінь, особливості й неповторність філогенетичного розвитку нації у відповідних природних і соціокультурних умовах, її світовідчуття, світосприйняття, світорозуміння й світоставлення, а також суттєво впливає на національну чуттєвість (емоційність), інтровертність чи екстравертність, раціональність, прагматичність, демократичність, характер, совість, гідність та інше, особливості мислення, реагування, взаємодії й спілкування тощо. Можна сказати, що через неї виявляється генетично закладений досвід предків.

Змістовно ментально-психічний компонент втілюється у характерні особливості світовідчуття, світосприйняття, світорозуміння, у моральні вимоги, норми та цінності, котрі переважають почуття й настрої, традиції й вірування, взаємини всередині етносу та з іншими етносами й соціальними групами, у ставленні до держави, інших етносів, народів, соціальних груп, конфесій, політичної системи, політики, праці, державності, єдності тощо. Він також визначає ставлення представників нації до землі, природи, води, сонця, кохання, шлюбу, батьків, сімейного життя, до представників своєї та інших націй, роботи, держави, волі, закону, порядку, Батьківщини, честі, гідності, дружби, зради та іншого.

Культурологічні феномени, мова, традиції, звичаї, обряди, без сумніву, є специфічним психічним, яке належить до ментально-психічної підсистеми соціальної психіки нації.

МОВА – це внутрішнє психічне, яке поєднує етнофорів неповторною психоенергією. У ній зливаються в єдине ціле засвоєний етносом світ, його сприйняття й взаємодія з ним, світопочуття, духовність, культура, неповторність бачення земної краси, гармонія й любов до рідної землі, стиль мислення

й особливості спілкування, душевна чуйність і милосердя, характер і внутрішнє єство нації.

До ментально-психологічного належать також старовинні традиції.

Ментально-психічне діє як психоенергія, в якій закодовано відповідну інформацію. Саме ця психоенергія взаємодіє з психоенергією сучасного різного психічного. Врешті ми отримуємо те, що називаємо автоматизмом, або неусвідомленими потягами поведінки.

Саме через соціальну психіку нація передає кожному індивіду в процесі його соціалізації систему потреб, інтересів, цінностей, установок, значень, смислів, поглядів, ідей, переживань, цілей, а також форм взаємодії та спілкування.

Контрольні питання:

- Яка сутність біопсихічної підструктури особистості?
- Як генетичні, вікові й статеві особливості людини впливають на її психологію?
- Що становлять собою задатки?
- Розкрийте сутність і зміст темпераменту людини.
- Охарактеризуйте поведінку людини з холеричним типом темпераменту.
- Охарактеризуйте сангвінічний тип темпераменту людини.
- Охарактеризуйте флегматичний тип темпераменту людини.
- Охарактеризуйте меланхолічний тип темпераменту людини.
- Що розуміють під поняттям «менталітет»?
- Що становить собою ментально-психічна підструктура особистості?
- Яким чином виявляється ментально-психічне в поведінці людини?
- Розкрийте мову як внутрішнє психічне.
- Твердження яких учених свідчать про наявність у психіці людини ментально-психічної складової?
- У чому виявляються змістовні аспекти ментально-психічного?

Література:

- Асмолов А.Г. Психология личности. – М.: Просвещение, 1990.
- Белоус В.В. Темперамент как инвариант. – Пятигорск, 1997.
- Бернс Р. Развитие Я-концепции и воспитание. – М., 1986.
- Булаева К.Б. Генетические основы психофизиологии человека. – М.: Наука, 1991.
- Варій М.Й. Соціальна психіка нації: Наукова монографія. – Львів: Сполом, 2002.
- Варій М.Й. Загальна психологія: Навч. посібник / Для студ. психол. і педагог. спеціальностей. – Львів: Край, 2005.
- Винницький О.Р. Мозок і парапсихологія: Монографія. – К.: Поліграфкнига, 1996.
- Вичев В. Мораль и социальная психика. – М.: Прогресс, 1978.
- Грофф С. За пределами мозга. – М.: Изд-во Московского Трансперсонального центра, 1993.
- Донченко Е.А. Социальная психика. – К.: Наукова думка, 1994.
- Леонтьев А.П. Деятельность. Сознание. Личность. – М.: Политиздат, 1975.
- Максименко С.Д. Основи генетичної психології: Навч. посібник. – К.: НПЦ Перспектива, 1998.

Мартынюк Е.И. Рефлексия как способ саморегуляции и оптимизации деятельности // Деятельность: философский и психологический аспекты. – Симферополь, 1988. – С. 28–30.

Орлов Ю.М. Самосознание и самовоспитание характера. – М.: Просвещение, 1987.

Осницкий А.К. Саморегуляция деятельности школьника и формирование активной личности. – М., 1986.

Психология XXI века: Учебник для вузов / Под ред. В.Н. Дружинина. – М.: ПЕР СЭ, 2003.

Русланов В.М. О природе темперамента и его месте в структуре индивидуальных свойств человека // Вопр. психологии. – 1985. – №1. – С. 19–32.

Саморегуляция и прогнозирование социального поведения личности / Под ред. В.А. Ядова. – Л., 1979.

Симонов П.В., Ершов П.М. Темперамент. Характер. Личность. – М.: Наука, 1984.

Стреляу Я. Роль темперамента в психическом развитии/ Пер. с пол. – М.: Прогресс, 1982.

Столин В.В. Самосознание личности. – М.: Изд-во МГУ, 1983.

Фромм Э. Душа человека. – М.: Республика, 1992.

Юнг К.Г. Проблемы души нашего времени. – М., 1993.

Глава 6

ІНТРАІНДИВІДУАЛЬНА ПІДСТРУКТУРА ОСОБИСТОСТІ: ВІДЧУТТЯ І СПРИЙНЯТТЯ

6.1. Поняття інтраіндивідуальної підструктури особистості

Інтраіндивідуальна підструктура особистості виражає особливості перебігу й вияву всієї сукупності психічних пізнавальних процесів (**відчуття, сприйняття, пам'яті, мислення, уяви та уваги**), а також **емоцій, почуттів, волі та здібностей**.

Попри те, що в кожній людині фізіологічний механізм вияву психічних процесів приблизно однаковий, усі вони мають різний перебіг.

Як відомо, в основі життєдіяльності кожної особистості – психічні процеси, передусім психічно-пізнавальні. У кожній людині є своєрідні, неповторні особливості перебігу цих психічних процесів, котрі загалом функціонують як єдиний комплекс. Особистість (як і будь-який індивід) через органи відчуття сприймає окремі аспекти та властивості предметів і явищ, осмислює та складає їх у цілісні розумові та чуттєві образи, виділяє суттєві й важливі елементи, з'ясовує причинно-наслідкові зв'язки, запам'ятовує, а в потрібний момент пригадує, формує уявлення про нові об'єкти, явища, процеси тощо. Але кожна особистість відчуває і сприймає явища та предмети навколишнього світу, а також запам'ятовує, мислить і уявляє цей світ своєрідно, індивідуально-особливо, тобто так, як ніхто інший.

ПІЗНАВАЛЬНА ДІЯЛЬНІСТЬ – це процес відображення у психіці людини предметів та явищ. Відображення реальності у людській психіці може відбуватися на рівні чуттєвого та абстрактного пізнання.

Для **чуттєвого пізнання** характерно те, що предмети та явища об'єктивного світу безпосередньо діють на органи чуттів людини – її зір, слух, нюх, тактильні та інші аналізатори – і відбиваються в мозку. До цієї форми пізнання дійсності належать пізнавальні психічні процеси відчуття та сприйняття. Враження, одержані з їх допомогою, містять інформацію про зовнішні ознаки та властивості об'єктів, утворюючи чуттєвий досвід людини.

Форма пізнання людиною дійсності, яке відбувається за участю процесів мислення та уяви, є абстрактним пізнанням.

Істотною особливістю мислення та уяви є опосередкований характер відображення ними дійсності, зумовлений використанням раніше набутих знань, досвіду, міркуваннями, побудовою гіпотез тощо.

Важливу роль у пізнавальній діяльності людини відіграє пам'ять, яка своєрідно відображає, фіксує і відтворює те, що відображається у свідомості в процесі пізнання.

У сучасних підручниках психології та у всьому світі вивчення когнітивних процесів ґрунтується на вченні В. Вундта про ієрархічну будову когнітивних процесів. За принципом зростаючої складності та якісної специфіки Вундт виокремив основні структурно-функціональні рівні організації когнітивних процесів: відчуття, сприйняття, пам'ять, мислення, мова, свідомість. Отже, відчуття (самі сенсорні процеси та їхні продукти) – це вихідний, базовий рівень когнітивної сфери психіки.

Специфіка сенсорних процесів. Упродовж усієї історії психології не припиняються дискусії про співвідношення сенсорних і перцептивних процесів – як про самостійну проблему, та в межах проблеми про структуру когнітивної сфери загалом. Розмежування відчуття і сприйняття запропонував Т. Рейд. У сучасній психології сенсорних і перцептивних процесів воно лишається поширеним – за критеріями цілісності та предметності образу.

Сприйняття – відображення цілісного об'єкта чи явища, що містить його предметне значення (наприклад, сприйняття місяця, удару дзвону, смаку дині тощо), на відміну від відчуття – відображення окремих аспектів (ознак) об'єкта, не віднесених до конкретного об'єкта з його предметним значенням (відчуття світлової плями, голосного звуку, солодкого смаку тощо). При цьому під відчуттям розуміють і сам процес сенсорного відображення, і його продукт – сенсорний образ. Асоціативна психологія ХІХ ст. розглядала цілісний образ сприйняття як асоціацію окремих відчуттів ознак об'єкта одне з одним і його предметним значенням.

Зазначимо, що у вітчизняних дослідженнях поряд із терміном «сенсорний» використовують також термін «сенсорно-перцептивний», а в закордонних працях, як правило, живають перше поняття (sensory).

6.2. Відчуття

Навколишній світ, його красу, звуки, кольори, запахи, температуру, величину і багато іншого ми пізнаємо завдяки органам чуття. За допомогою органів чуття людський організм одержує у вигляді відчуттів різноманітну інформацію про стан зовнішнього і внутрішнього середовища.

ВІДЧУТТЯ є найпростішим психічним процесом, який полягає у відображенні окремих властивостей предметів та явищ навколишнього світу, а також внутрішніх станів організму під час безпосередньої дії подразників на відповідні рецептори.

На органи чуття діють подразники. Слід розрізняти подразники, адекватні для певного органа чуття і неадекватні для нього. Відчуття є первинним процесом, з якого починається пізнання навколишнього світу.

ВІДЧУТТЯ – пізнавальний психічний процес відображення у психіці людини окремих властивостей та якостей предметів і явищ під час їх безпосередньої дії на її органи чуттів.

Роль відчуттів у житті й пізнанні реальності дуже важлива, оскільки вони становлять єдине джерело наших знань про зовнішній світ і про нас самих.

Фізіологічне підґрунтя відчуттів. Відчуття виникає як реакція нервової системи на той чи інший подразник. Фізіологічною основою відчуття є нервовий процес, що виникає під час дії подразника на адекватний йому аналізатор.

Відчуття має рефлекторний характер; фізіологічно його забезпечує аналізаторна система. Аналізатор – нервовий апарат, який здійснює функцію аналізу й синтезу подразників, які прийшли з зовнішнього і внутрішнього середовища організму.

АНАЛІЗАТОРИ – це органи людського тіла, які аналізують навколишню дійсність і виокремлюють у ній ті чи інші різновиди психоенергії.

Поняття аналізатора ввів І.П. Павлов. Аналізатор складається з трьох частин:

- периферійний відділ – рецептор, що перетворює певний вид енергії на нервовий процес;
- аферентні (доцентрові) шляхи, що передають збудження, яке виникло в рецепторі у розташованих вище центрах нервової системи, і еферентні (відцентрові), за яким імпульси з розташованих вище центрів передаються до нижчих рівнів;
- підкіркові та кіркові проєктивні зони, де відбувається переробка нервових імпульсів із периферійних відділів.

Аналізатор становить вихідну і найважливішу частину всього шляху нервових процесів, або рефлекторної дуги.

Рефлекторна дуга = аналізатор + ефектор.

Ефектором є моторний орган (певний м'яз), до якого надходить нервовий імпульс із центральної нервової системи (мозку). Взаємозв'язок елементів рефлекторної дуги забезпечує основу орієнтування складного організму в навколишньому середовищі, діяльність організму залежно від умов його існування.

Для виникнення відчуття необхідна робота всього аналізатора як цілого. Дія подразника на рецептор зумовлює появу подразнення.

Класифікація та різновиди відчуттів. Існують різні класифікації органів відчуттів і чутливості організму до подразників, що надходять до аналізаторів із зовнішнього світу або зсередини організму.

Залежно від ступеня контакту органів чуттів із подразниками розрізняють чутливість контактну (дотикова, смакова, больова) та дистантну (зорова, слухова, нюхова). Контактні рецептори передають роздратування при безпосередньому контакті з об'єктами, які впливають на них; такими є дотиковий, смаковий рецептори. Дистантні рецептори реагують на подразнення, яке йде від віддаленого об'єкта; дистантнорецепторами є зорові, слухові, нюхові.

Оскільки відчуття виникають у результаті дії певного подразника на відповідний рецептор, то у класифікації відчуттів враховують властивості і подразників, які їх викликають, і рецепторів, на котрі впливають ці подразники.

За розміщенням рецепторів в організмі – на поверхні, всередині організму, в м'язах і сухожиллях – виокремлюють відчуття:

- **екстероцептивні, що відображають властивості предметів та явищ зовнішнього світу (зорові, слухові, нюхові, смакові);**
- **інтероцептивні, що містять інформацію про стан внутрішніх органів (чуття голоду, спраги, втоми);**
- **пропріоцептивні, що відображають рухи органів тіла і стан тіла (кінестетичні та статичні).**

Відповідно до системи аналізаторів існують такі різновиди відчуттів: зорові, слухові, дотикові, больові, температурні, смакові, нюхові, голоду і спраги, статеві, кінестетичні та статичні.

Кожен із цих різновидів відчуття має свій орган (аналізатор), свої закономірності виникнення та функції.

Підклас пропріоцепції, що є чутливістю до руху, називають також кінестезією, а відповідні рецептори – кінестезичними, або кінестетичними.

До самостійних відчуттів належать температурні, що є функцією особливого температурного аналізатора, який здійснює терморегуляцію і теплообмін організму з довкіллям.

Наприклад, орган **зорових відчуттів** – око. Вуха – орган сприйняття **слухових відчуттів**. Тактильна, температурна і больова чутливість – функція органів, розташованих у шкірі.

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

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

Температурне відчуття – це відчуття холоду, тепла, що його спричинює контакт із предметами, які мають температуру, вищу чи нижчу, ніж температура тіла.

Проміжне положення між тактильними і слуховими відчуттями займають **вібраційні відчуття**, які сигналізують про вібрацію предмета. Органи вібраційного чуття поки що не знайдено.

Нюхові відчуття сигналізують про стан придатності продуктів до вживання, про чисте або забруднене повітря.

Орган **смакових відчуттів** – спеціальні чутливі до хімічних подразників колбочки, розташовані на язичці та піднебінні.

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

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

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

Статеві відчуття сигналізують про потребу організму в сексуальній розрядці, забезпечують отримання задоволення внаслідок подразнення так званих еrogenних зон і сексу загалом.

З погляду даних сучасної науки прийнятий поділ відчуттів на зовнішні (екстероцептори) і внутрішні (інтероцептори) недостатній. Деякі види відчуттів можна вважати зовнішньо-внутрішніми. До них належать температурні, больові, смакові, вібраційні, м'язово-суглобові, статеві та статико-динамічні.

Загальні властивості відчуттів. Відчуття – це форма відображення адекватних подразників. Проте різним видам відчуттів притаманна не лише специфічність, а й спільні для них властивості. До таких властивостей належать якість, інтенсивність, тривалість і просторова локалізація.

Якість – це основна особливість певного відчуття, що відрізняє його від інших видів відчуттів і варіює в межах цього виду. Так, слухові відчуття відрізняються за висотою, тембром, гучністю; зорові – за насиченістю, кольоровим тоном тощо.

Інтенсивність відчуттів є його кількісною характеристикою і визначається силою подразника, що діє, і функціональним станом рецептора.

Тривалість відчуття є його часовою характеристикою. Її також визначає функціональний стан органу чуття, але головним чином час дії подразника та його інтенсивність. Під час дії подразника на орган чуття відчуття виникає не відразу, а через деякий час, який має назву латентного (прихованого) періоду відчуття.

Загальні закономірності відчуттів. Загальними закономірностями відчуттів є пороги чутливості, адаптація, взаємодія, сенсibilізація, контрастність, синестезія.

Чутливість. Чутливість органу чуття визначається мінімальним подразником, який у конкретних умовах стає здатним викликати відчуття. Мінімальну силу подразника, що спричинює ледве помітне відчуття, називають нижнім абсолютним порогом чутливості.

Подразники меншої сили, так звані підпорогові, не викликають виникнення відчуттів, і сигнали про них не передаються в кору головного мозку.

Нижній поріг відчуттів визначає рівень абсолютної чутливості цього аналізатора.

Абсолютна чутливість аналізатора обмежується не тільки нижнім, а й верхнім порогом відчуття.

Верхнім абсолютним порогом чутливості називають максимальну силу подразника, за якої ще виникає адекватне щодо певного подразника відчуття. Подальше зростання сили подразників, що діють на наші рецептори, зумовлює в них лише больове відчуття (наприклад, надгучний звук, сліпуча яскравість).

Різниця чутливості, або чутливість до розрізнення, також перебуває у зворотній залежності до величини порогу розрізнення: що поріг розрізнення більший, то менша різниця чутливості.

Адаптація. Чутливість аналізаторів, яку визначає величина абсолютних порогів, не є постійною і змінюється під впливом низки фізіологічних і психологічних умов, серед яких особливе місце посідає явище адаптації.

Адаптація, або пристосування – це зміна чутливості органів чуття під впливом дії подразника.

Розрізняють три різновиди цього явища:

- Адаптація як суцільне зникнення відчуття в процесі тривалої дії подразника.

- Адаптація як притуплення відчуття під впливом дії сильного подразника. Описані два види адаптації можна об'єднати терміном негативна адаптація, оскільки в її результаті знижується чутливість аналізаторів.

- Адаптація як підвищення чутливості під впливом дії слабого подразника. Цей вид адаптації, притаманний деяким видам відчуттів, можна визначити як позитивну адаптацію.

Явище збільшення чутливості аналізатора до подразника під дією уважності, спрямованості, установки має назву сенсibiliзація. Це явище органів чуття можливе не лише внаслідок застосування побічних подразників, а й шляхом вправи.

Взаємодія відчуттів – це зміна чутливості однієї аналізаторної системи під впливом іншої. Інтенсивність відчуттів залежить не тільки від сили подразника і рівня адаптації рецептора, а й від подразнень, які впливають у цей момент на інші органи чуття. Зміна чутливості аналізатора під впливом подразнення інших органів чуття має назву взаємодії відчуттів.

При цьому взаємодія відчуттів, як і адаптація, виявляється у двох протилежних процесах: підвищенні й пониженні чутливості. Загальна закономірність тут полягає в тому, що слабкі подразники підвищують, а сильні знижують чутливість аналізаторів під час їх взаємодії.

Зміну чутливості аналізаторів може спричинити дія другосигнальних подразників.

Якщо старанно, пильно вдивлятися, вслухатися, смакувати, то чутливість до властивостей предметів та явищ стає чіткішою, яскравішою – предмети та їхні властивості набагато краще розрізняються.

Контраст відчуттів – це зміна інтенсивності та якості відчуттів під впливом попереднього або супутнього подразника.

За одночасної дії двох подразників виникає одночасний контраст. Такий контраст можна добре простежити в зорових відчуттях. Одна й та сама фігура на чорному тлі здається світлішою, на білому – темнішою. Зелений предмет на червоному тлі сприймається більш насиченим. Тому військові об'єкти часто маскують, щоб не виникав контраст. Сюди потрібно зарахувати явище послідовного контрасту. Після холодного слабкий теплий подразник здається гарячим. Відчуття кислого підвищує чутливість до солодкого.

Синестезія відчуттів – це виникнення під впливом подразника одного аналізатора відчуттів, які характерні для іншого аналізатора. Зокрема, під час дії звукових подразників, таких, як літаки, ракети тощо, у людини виникають їх зорові образи. Або той, хто бачить поранену людину, також певним чином відчуває біль.

Діяльність аналізаторів виявляється у взаємодії. Така взаємодія не є ізольованою. Доведено, що світло підвищує слухову чутливість, а слабкі

звуки підвищують зорову чутливість, холодне обмивання голови підвищує чутливість до червоного кольору тощо.

6.3. Сприйняття

Сприйняття відбувається на основі чуттєвих даних відчуттів. Під час сприйняття всі відчуття синтезуються, створюючи цілісні образи предметів та явищ. Але сприйняття водночас не зводиться до простої суми відчуттів. Воно завжди є більш-менш складним цілим, якісно відмінним від тих елементарних відчуттів, які входять до його складу. У кожне сприйняття входить і відтворений минулий досвід, і осмислення сприйнятого, і – у певному сенсі – також почуття та емоції з цього приводу. Відображаючи об'єктивну дійсність, сприйняття робить це не пасивно, не мертво-дзеркально, тому що в ньому водночас заломлюється все психічне життя конкретної людини, яка сприймає.

СПРИЙНЯТТЯ – це відображення у психіці людини предметів і явищ навколишнього середовища загалом під час їхньої безпосередньої дії на органи чуття. Воно постає як цілісне відображення предметів та явищ під час їхнього безпосереднього впливу на органи чуттів. Надалі цими образами оперують увага, пам'ять, мислення, емоції, почуття.

Як і відчуття, сприйняття виникають тільки в разі безпосередньої дії об'єктів на аналізатори.

Фізіологічне підґрунтя сприйняття. Фізіологічною основою сприйняття є складна аналітично-синтетична діяльність усієї кори головного мозку.

Важливу функцію в процесі сприйняття виконує друга сигнальна система, яка визначає зміст людського сприйняття. Вона робить предмет, який сприймають, словесним сигналом; визначає розуміння першосигнальних подразників, надає сприйманню людини довільного характеру, пов'язує сприйняття з активністю особистості. Друга сигнальна система сприяє усвідомленню та осмисленню предметів, які відображаються. Вона регулює процес формування людського сприйняття.

У сприйманні відображаються предмети дійсності в сукупності різноманітних властивостей, якостей та ознак. Взаємодія системи аналізаторів може виникнути внаслідок взаємодії комплексу подразників різних аналізаторів: зорових, слухових, моторних, дотикових тощо.

Сприйняття виконує такі функції:

- загального орієнтування (у пізнанні, поведінці, естетиці);
- оцінювання (оцінку місцеперебування релевантних об'єктів, їхніх форм, величини, фізичних властивостей розташування один щодо одного, ситуативного значення, поведінкового, символічного або естетичного змісту);
- пізнавальна (відображення нових предметів і явищ, їх сутності, зв'язків між ними тощо);

- контролю практичної діяльності (під час створення нових об'єктів);
- регулятивна (регулювання поведінки і діяльності в процесі взаємодії з предметами та явищами).

Властивості та види сприйняття. Сприйняття кожного нового предмета здійснюється на підставі наявних знань і досвіду людини. Людина сприймає предмет або явище в певному співвідношенні частин. У деяких випадках значущими є не так самі складові, як їхні взаємозв'язки.

Найважливішими особливостями сприйняття є:

- предметність;
- цілісність;
- структурність;
- константність;
- апперцепція;
- осмисленість;
- вибірковість;
- ілюзія.

Предметність сприйняття виявляється в тому, що будь-який предмет або явище відображається не як механічна сума якостей і властивостей, а як об'єкт, який має свій зміст, природу, призначення.

Предметність відіграє важливу роль і в подальшому формуванні самих перцептивних процесів, тобто процесів сприйняття. Коли виникає розбіжність між зовнішнім світом і його відображенням, суб'єкт має шукати нові способи сприйняття, які забезпечать правильніше відображення.

Цілісність сприйняття полягає в тому, що образи відображених предметів та явищ постають у свідомості в єдності багатьох якостей і властивостей.

Сприймаючи певний об'єкт, ми виокремлюємо його ознаки, аспекти, властивості й водночас об'єднуємо їх у єдине ціле, завдяки чому в нас виникає його цілісний образ.

Структурність сприйняття виявляється в тому, що, відображаючи предмети та явища в цілісності, людина виокремлює в них різні елементи, компоненти, підсистеми тощо.

Сприймаючи предмет, ми осмислюємо його як єдине ціле, що має свою структуру. Наприклад, на основі набутого досвіду, знань людина об'єднує окремі елементи в процесі сприйняття в цілісний образ, надає їм певної структури, сформованості. Сприймаючи окремо літаки, злітну смугу, ангари, радіотехнічні засоби та інше, ми визначаємо об'єкт як аеродром.

Константність – це відносна постійність величини, форми, кольору предметів та явищ, що сприймаються.

Константність формується в процесі предметної діяльності та є необхідною умовою життя людини. Константність сприйняття забезпечується досвідом, що набувається в процесі індивідуального розвитку особистості й має велике практичне значення. Якби сприйняття не було константним, то під час кожного кроку, повороту, руху, кожної зміни освітлення ми б мали справу з новими предметами, переставали б упізнавати те, що було відоме раніше.

Апперцепція – це залежність змісту і спрямованості сприйняття від досвіду людини, її інтересів, ставлення до життя, установок, багатства знань.

Апперцепція – одна з найважливіших особливостей сприйняття. Не саме око сприймає, не ізольоване вухо чує звук, не окремо язик розрізняє смакові якості. Усі види сприйняття здійснює конкретна жива людина. У сприйманні завжди виявляються індивідуальні особливості людини, її бажання, інтереси, певне ставлення до предмета сприйняття.

Отже, сприйняття залежить від попереднього досвіду людини. Що більше людина обізнана з певним об'єктом, то повнішим, точнішим і змістовнішим є її сприйняття цього об'єкта.

Осмисленість сприйняття полягає в тому, що відображені предмети та явища порівнюють з минулим досвідом людини, відомостями і знаннями про них, на основі чого виникає відповідне ставлення до них.

Завдяки осмисленню сутності та призначення предметів стає можливим цілеспрямоване їх використання, практична діяльність із ними. Сприймаючи предмет, ми можемо точно назвати його або сказати, що він нам нагадує.

Узагальненість сприйняття – це відображення одиничного випадку як особливого вияву загального. Певне узагальнення є в кожному акті сприйняття. Ступінь узагальнення залежить від рівня та обсягу наявних у людини знань.

В акті сприйняття відображення будь-якого предмета набуває певного узагальнення, предмет певним чином співвідноситься з іншими предметами. Узагальненість є вищим виявом усвідомленого людського сприйняття. В акті сприйняття втілюється єдність чуттєвих і логічних елементів, взаємозв'язок сенсорної та мисленнєвої діяльності особистості.

Вибірковість сприйняття полягає в тому, що під час відображення предметів та явищ відбувається виділення одних щодо до інших. Це відбувається під впливом попереднього досвіду людини, її нахилів, інтересів, установок і потреб.

Вирізнення об'єкта визначають передусім об'єктивні його властивості й умови, в яких він сприймається. До них належить контраст об'єкта з тлом. На це зважають під час добору форми, кольору, літерного шрифту для вирізнення пішохідного переходу, транспортних знаків.

Ілюзіями називають неадекватні сприйняття, які неправильно, викривлено, помилково відображають об'єкти, що діють на аналізатори. Ілюзії можуть зумовлювати різні причини. Однією з них є активізація старих тимчасових зв'язків у нових, істотно відмінних від попередніх, ситуаціях.

Існує чимало ілюзій, спричинених різницею в яскравості предмета й тла сприйняття. На темнішому тлі фігури здаються світлішими, ніж на менш темному.

Ілюзії породжуються діяльністю різних аналізаторів. Найпоширенішими є зорові ілюзії. Вони мають найрізноманітніші причини: вироблені життєвою практикою прийоми зорового сприйняття, особливості зорового аналізатора, зміна умов сприйняття, образне передбачення побаченого, дефекти зору.

Але хоч якою б складною була ілюзія, спотворене сприйняття можна відрізнити від правильного. Практична діяльність людей уточнює образи сприйняття.

Класифікація сприйняття. Сприйняття поділяють на види за кількома основами.

За провідним аналізатором виокремлюють такі види сприйняття: зорове, слухове, дотикове, кінестезичне, нюхове і смакове.

Процес сприйняття здійснює зазвичай низка взаємодіючих аналізаторів. Перевага того чи іншого аналізатора в сприйманні визначається характером самого об'єкта.

В основу другого типу класифікації сприйняття покладено форми існування матерії: простір, час і рух. Відповідно виокремлюють такі види сприйняття: сприйняття простору, сприйняття часу і сприйняття руху.

За активністю сприйняття поділяють на навмисне (довільне) і ненавмисне (мимовільне).

Ненавмисне сприйняття спричинено особливостями навколишніх предметів: їх яскравістю, розташуванням, незвичністю; інтересом до них людини. Йдучи вулицею, ми чуємо шум машин, розмови людей, бачимо яскраві вітрини, сприймаємо різноманітні запахи тощо. У ненавмисному сприйманні не існує заздалегідь поставленої мети. Відсутнє в ньому й вольове зусилля.

Навмисне сприйняття має іншу характеристику. Здійснюючи його, людина ставить перед собою мету, докладає певних вольових зусиль, щоб краще реалізувати свій намір, довільно обирає об'єкти сприйняття. Таким сприйняттям, наприклад, є слухання доповіді або перегляд тематичної виставки книг.

СПРИЙНЯТТЯ ПРОСТОРУ – це відображення у психіці людини розташування, величини, форми, об'ємності, віддаленості один від одного предметів та явищ на землі й у небі.

У процесі сприйняття простору розрізняють сприйняття величини, форми, об'ємності й віддаленості предметів.

Найінформативнішою ознакою, яку необхідно вирізнити під час ознайомлення з формою, є контур. Це здійснюється за допомогою рухів очей, які ніби повторно виокремлюють контур, і є неодмінною умовою створення образу форми предмета.

СПРИЙНЯТТЯ ЧАСУ – це відображення об'єктивної тривалості, швидкості та послідовності явищ дійсності. Завдяки сприйманню часу відображаються зміни, що відбуваються в навколишньому світі.

Фізіологічною основою процесу сприйняття часу є умовні рефлекси на час, які постійно виробляються у людини. Воно здійснюється шляхом взаємодії аналізаторів, якими ми відображаємо інші аспекти явищ об'єктивної дійсності.

Велике значення у сприйманні часу належить кінестезичному аналізаторові. Він виконує важливу роль у сприйнятті ритму. Під ритмом розуміють низку подразників, які послідовно змінюють один одного і мають періодичний характер.

СПРИЙНЯТТЯ РУХУ – це відображення зміни положення об'єктів у просторі. Воно дає змогу орієнтуватися у відносних змінах у взаємному розташуванні та взаємовідношенні предметів навколишньої дійсності.

Відомості про переміщення предметів людина отримує, безпосередньо сприймаючи рух. Встановити, в який бік летить літак, з якою швидкістю він рухається, куди спрямований удар ворога можна на підставі досвіду просторової орієнтації.

Ілюзія руху може виникнути за відсутності реального руху предмета, під час фіксованого погляду. Сприйняття руху здійснюється зоровим, слуховим і кінестезичним аналізаторами.

У процесі пізнання навколишньої дійсності сприйняття може перейти в спостереження.

СПОСТЕРЕЖЕННЯ – це цілеспрямоване планомірне сприйняття об'єктів, у пізнанні яких зацікавлена особистість.

Спостережливість – це вміння вирізняти характерні, проте ледь помітні особливості предметів і явищ. Вона формується в процесі систематичних занять улюбленою справою і тому пов'язана з розвитком професійних інтересів особистості.

Контрольні питання:

- Розкрийте сутність інтраіндивідуальної підструктури особистості.
- У чому виявляється пізнавальна діяльність особистості?
- Які психічні процеси забезпечують чуттєве пізнання світу?
- Які психічні процеси забезпечують абстрактне пізнання світу?
- Що таке подразник?
- Що входить до інтраіндивідуальної підструктури особистості?
- Який зв'язок між складовими інтраіндивідуальної підструктури особистості?
- Що розуміють під сенсорними процесами?
- Розкрийте єдність і відмінність понять «когнітивна сфера особистості» й «пізнавальна сфера особистості».
- Дайте визначення поняття «відчуття».
- Що становлять собою органи чуття?
- Що є фізіологічною основою відчуттів?
- Що таке рефлексорна дуга?
- Яким чином відбувається процес відчуття?
- Охарактеризуйте екстероцептивні відчуття.
- Охарактеризуйте інтероцептивні відчуття.

- Охарактеризуйте пропріоцептивні відчуття.
- Які різновиди відчуттів ви знаєте? Охарактеризуйте їх.
- У чому виявляються властивості відчуттів?
- У чому виявляються загальні закономірності відчуттів?
- Що становить собою абсолютний поріг чутливості?
- У чому виявляється поріг розрізнення?
- Що таке верхній абсолютний поріг чутливості?
- Яким чином виявляється нижній абсолютний поріг чутливості?
- Що становить собою адаптація?
- У чому виявляється сенсibilізація?
- Яким чином виявляється взаємодії відчуттів?
- Що таке контраст відчуттів?
- У чому виявляється синестезія відчуттів?
- Що становить собою психічний пізнавальний процес сприйняття?
- На основі чого відбувається сприйняття предметів та явищ?
- Яке фізіологічне підґрунтя сприйняття?
- Які властивості сприйняття?
- Яким чином класифікують сприйняття? Охарактеризуйте класифікацію сприйняття за провідними аналізаторами.
- У чому виявляється сприйняття простору?
- У чому виявляється сприйняття часу?
- У чому виявляється сприйняття руху?
- Коли сприйняття переходить у спостереження?
- Які основні типи сприйняття і спостереження вам відомі?
- Які функції сприйняття?
- Охарактеризуйте образ сприйняття.

Література:

- Варій М.Й. Загальна психологія: Навч. посібник / Для студ. психол. і педагог. спеціальностей. – Львів: Край, 2005.
- Веккер Л.М. Психические процессы: В 3 т. – Т.1. – Л.: Изд-во Ленингр. у-та, 1974.
- Загальна психологія : Підручн. для студ. вищ. навч. закладів / За заг. ред. акад. С.Д. Максименка. – К.: Форум, 2000.
- Загальна психологія: Навч. посіб. / О.В.Скрипченко, Л.В.Долинська, З.В. Огороднійчук та ін. – К.: А.Г.Н., 2002.
- Леонтьев А.Н. Эволюция психики. – М., 1999.
- Лурия А.Р. Ощущение и восприятие. – М.: Изд-во Московского ун-та, 1975.
- Максименко С.Д. Развитие психики в онтогенезе: У 2 т. – К.: Форум, 2002.
- М'ясоїд П.А. Загальна психологія: Навч. посіб. – 3-тє вид., випр. – К.: Вища шк., 2004.
- Основи психології / За заг. ред. О.В. Киричука, В.А. Роменця. – К.: Либідь, 1996.
- Психологія XXI века: Учебник для вузов / Под ред. В.Н. Дружинина. – М.: ПЕР СЭ, 2003.
- Психологія / За ред. Г.С. Костюка. – К.: Рад. школа, 1968.
- Психологія: Підручник / За ред. Ю.Л. Трофімова. – 3-тє вид. – К.: Либідь, 2001.
- Рубинштейн С.Л. Проблемы общей психологии. – М.: Педагогика, 1973.
- Шостак В.И. Природа наших ощущений. – М.: Просвещение, 1983.

Глава 7

ПАМ'ЯТЬ

7.1. Поняття пам'яті

ПАМ'ЯТЬ – це здатність живої системи фіксувати факт взаємодії із середовищем (зовнішнім або внутрішнім), зберігати результат цієї взаємодії у формі досвіду і використовувати його в поведінці.

Факти запам'ятовування, збереження, відтворення, пригадування, пізнання, забування тощо давно були предметом пильного спостереження і вивчення. Мабуть, серед «психологічних» понять тільки пам'яті вдалося пройти довгий шлях від античності до сучасності, залишаючи за собою ледь не центральне місце в більшості філософських систем і психологічних теорій.

Є багато теорій пам'яті. Одна з них – **асоціативна теорія пам'яті**. Асоціація – обов'язковий принцип усіх психічних утворень. Суть механізму асоціації – у встановленні зв'язку між враженнями, що одночасно виникають у свідомості.

Залежно від умов, необхідних для їхнього утворення, АСОЦІАЦІЇ поділяють на три типи:

- асоціації за суміжністю;
- асоціації за схожістю;
- асоціації за контрастом.

Асоціація за суміжністю – це відображення у психіці людини зв'язків між предметами та явищами, які йдуть одні за одними у часі (суміжність у часі) або перебувають поряд у просторі (суміжність у просторі).

Асоціації за суміжністю виникають під час згадування подій, свідком яких була людина, у разі заучування навчального матеріалу тощо.

Асоціація за схожістю наявна тоді, коли у психіці відображено зв'язки між предметами, схожими між собою в певному аспекті (помилкове сприйняття незнайомої людини як знайомої).

Асоціація за контрастом утворюється під час відображення у психіці людини предметів і явищ об'єктивної дійсності, пов'язаних між собою протилежними ознаками (високий – низький, швидкий – повільний, веселий – сумний тощо).

Особливим різновидом асоціацій є породжені потребами пізнавальної діяльності і життя людини причинно-наслідкові асоціації, які відображають не лише збіг подразників у часі та просторі, їхню схожість і відмінність, а й причинні залежності між ними.

Причинно-наслідкові асоціації є базовими щодо міркувань і логічних побудов.

Пояснюючи механізм різних типів асоціацій, асоціанізм як напрям не пояснював того, чим детермінований цей процес, що зумовлює його вибірковість.

Фізіологічне підґрунтя пам'яті. Механізми пам'яті досліджують у межах різних наук, насамперед фізіології, біохімії, психології. Фізіологи з'ясували, що пам'ять забезпечує спільна робота функціональних блоків мозку, значну роль серед яких відіграє блок приймання, обробки й зберігання інформації. Нейрони цього блоку здатні зберігати сліди збуджень і зв'язати їх із параметрами нової інформації. Інформація, що надходить, недовго циркулює в замкнених нервових колах. Процеси запам'ятовування та збереження являють собою утворення тимчасових нервових зв'язків між новою інформацією і тією, що вже була закріплена. **Процес відтворення** – це відновлення цих зв'язків, а забування – їхнє гальмування. Тривале збереження інформації перебуває під контролем лобових часток мозку і в разі їхнього ураження процес відтворення стає безконтрольним.

Як засвідчили біохімічні дослідження, збудження нейронів викликають хімічні реакції, що призводять до зміни складу рибонуклеїнової кислоти (РНК). Повторна дія того самого подразника зумовлюватиме такі самі зміни, а здатність молекул РНК змінюватися практично необмеженою кількістю способів дає змогу зберігати дуже велику кількість різноманітних слідів. На відміну від молекул РНК, молекули дезоксирибонуклеїнової кислоти (ДНК) є носіями генетичної пам'яті, зберігають коди генотипу людини. Хоча деякі види ДНК беруть участь і в процесах прижиттєвої пам'яті.

Пам'ять також здатна відновлювати певний емоційний стан у разі повторної дії ситуації. Слідами в емоційній пам'яті є не емоції і почуття, а ті чинники, які їх зумовили.

7.2. Процеси пам'яті

Розрізняють такі головні процеси пам'яті: запам'ятовування, зберігання, відтворення та забування.

ЗАПАМ'ЯТОВУВАННЯ – це утворення й закріплення тимчасових нервових зв'язків. **Що складніший матеріал, то складніші й ті тимчасові зв'язки, які утворюють підґрунтя запам'ятовування.**

Процес запам'ятовування – активний процес, під час якого з початковим матеріалом відбуваються певні дії. Процес запам'ятовування починається в короткотривалій пам'яті (КТП) і завершується в довготривалій пам'яті (ДТП). Розглянемо цю послідовність дій.

У короткотривалу пам'ять із сенсорної пам'яті потрапляє тільки той матеріал, який пізнано шляхом зіставлення актуального сенсорного образу з еталонами, що зберігаються в довготривалій пам'яті. Після того як зоровий або акустичний образ потрапив у короткотривалу пам'ять, його перекладають на звукову мову і він існує в цій пам'яті далі, здебільшого саме в такій формі. У процесі цього перетворення матеріал зазнає класифікації на основі смислових ознак і надходить у відповідну частину довготривалої пам'яті. Насправді цей процес ще складніший і

являє собою встановлення смислових зв'язків між отриманим матеріалом і семантично спорідненими узагальненнями, що зберігаються в довготривалій пам'яті. При цьому відбувається трансформація не тільки наявного матеріалу, а й структур довготривалої пам'яті. Як тільки ці зв'язки встановлено й закріплено, матеріал залишається в довготривалій пам'яті «для вічного зберігання».

Успішність встановлення смислових зв'язків залежить від низки супутніх чинників:

- від обсягу матеріалу, що міститься в короткотривалій пам'яті: він не повинен значно перевищувати 7 ± 2 одиниці збереження;

- часу перебування матеріалу в короткотривалій пам'яті; цей час можна необмежено збільшувати, повторюючи матеріал;

- від наявності чинників, що заважають, – побічного матеріалу, що виникає у свідомості в межах 30 секунд до або після одержання матеріалу, призначеного для запам'ятовування;

- від дії мотиваційного чинника в різноманітних його формах: емоцій, інтересу, виразності мотиву запам'ятовування;

- від розмаїтості форм представлення матеріалу в короткотривалій пам'яті, тобто від наявності різноманітних кодів: візуального, акустичного і понятійного;

- від ступеня «знайомості» матеріалу, його осмисленості, тобто наявності аналогічних за змістом знань, що зберігаються в довготривалій пам'яті;

- від кількості смислових зв'язків, які встановлюються у процесі запам'ятовування, чому сприяє його повторне відтворення в різних контекстах, тобто його осмислення.

Отже, результативність збереження інформації в ДТП залежить від багатьох чинників, одні з яких є характеристиками попередніх процесів переробки, інші мають «локалізацію» в самій ДТП.

Запам'ятовування, як і інші психічні процеси, буває мимовільним і довільним.

Мимовільне запам'ятовування здійснюється без спеціально поставленої мети запам'ятати. На мимовільне запам'ятовування впливають яскравість, емоційна забарвленість предметів. Усе, що емоційно сильно впливає на нас, ми запам'ятуємо незалежно від свого наміру запам'ятати.

Мимовільному запам'ятовуванню сприяє також наявність інтересу. Усе, що цікавить, запам'ятовується значно легше й утримується в нашій свідомості впродовж тривалішого часу, ніж нецікаве.

Довільне запам'ятовування відрізняється від мимовільного рівнем вольового зусилля, наявністю завдання та мотиву. Воно має цілеспрямований характер, у ньому використовують спеціальні засоби та прийоми запам'ятовування.

Залежно від ступеня розуміння запам'ятовуваного матеріалу довільне запам'ятовування буває механічним і осмисленим (логічним).

Механічним є запам'ятовування без розуміння суті. Воно призводить до формального засвоєння знань.

Осміслене (логічне) запам'ятовування спирається на розуміння матеріалу в процесі роботи з ним, оскільки тільки працюючи з матеріалом, ми запам'ятовуємо його.

Залежно від засобів, які використовують у процесі запам'ятовування, останнє можна поділити на безпосереднє й опосередковане.

Матеріал, який потрібно запам'ятати, може бути візуальним, слуховим, образним, вербальним, символічним тощо. Залежно від матеріалу, який запам'ятовують, розрізняють види пам'яті (візуальну, слухову тощо).

Описуючи запам'ятовування, використовують такі характеристики матеріалу, як його змістовність і безглуздість. Зрозуміло, що процес і продуктивність запам'ятовування залежать від змістовності/безглуздості матеріалу. Іноді ці характеристики використовують для опису процесу і говорять про осміслене/механічне запам'ятовування.

Умовами успіху довільного запам'ятовування є дієвий характер засвоєння знань, інтерес до матеріалу, його важливість, установка на запам'ятовування тощо.

ЗБЕРІГАННЯ як процес пам'яті полягає у ступені збереження обсягу й змісту інформації впродовж тривалого часу. Для збереження потрібне періодичне повторення.

Збереження означає наявність інформації в довготривалій пам'яті (йтиметься саме про неї), що не завжди пов'язане з її доступністю для свідомості. **Забування** – неоднорідний процес, він може набувати найрізноманітніших форм.

Процеси пам'яті тісно взаємопов'язані. Певною мірою забування є функцією від запам'ятовування – що краще матеріал запам'ятали (а це залежить від перерахованих вище чинників), то менше його забувають. Однак забування може мати і власні, окремі причини. Загалом, що рідше матеріал залучають до активної діяльності, то менш доступним він є. За інших однакових умов він старіє – втрачаються знання, розпадаються навички, згасають почуття. Другим важливим чинником є кількість встановлених і поновлених смислових зв'язків між змістом цього матеріалу та іншими матеріалами, що зберігаються в довготривалій пам'яті. У цьому контексті можна сказати, що будь-яка смислова перебудова досвіду, наприклад, зміна способу життя, віри, переконань, світогляду, може супроводжуватися втратою або недоступністю колишніх елементів досвіду. Механізмом забування є інтерференція, тобто гнітючий вплив одного матеріалу на інший, як тільки він з'явиться, а також загасання, тобто згасання слідів пам'яті і невідповідність ознак – коли під час відтворення наявні коди не відповідають тим, за допомогою яких інформацію вводили в пам'ять.

ВІДТВОРЕННЯ – один з головних процесів пам'яті. Воно є показником міцності запам'ятовування й водночас наслідком цього процесу. Засадою для відтворення є активізація раніше утворених тимчасових нервових зв'язків у корі великих півкуль головного мозку.

Відтворення матеріалу, який зберігається в довготривалій пам'яті, полягає в переході його з довготривалої пам'яті в короткотривалу, тобто актуалізація його у свідомості. Відтворення залежить від процесів запам'я-

товування і забування, але має також свої особливості та механізми. Відтворення може мати три форми – впізнавання, пригадування і спогади.

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

Під час повного впізнавання повторно сприйнятий предмет відразу ототожнюють з раніше відомим, повністю відновлюються час, місце та інші деталі попереднього стикання з ним. Повне впізнавання наявне, якщо зустріли добре знайому людину або коли йдемо добре відомими вулицями тощо.

Для неповного впізнавання характерна невизначеність, труднощі співвіднесення об'єкта, який сприймаємо, з тим, що вже знайомий нам у попередньому досвіді.

Складнішою формою відтворення є **згадування**. Особливість згадування в тому, що воно відбувається без повторного сприйняття того, що відтворюється.

Згадування може бути довільним, коли воно зумовлене актуальною потребою відтворити потрібну інформацію (наприклад, пригадати правило під час написання слова або речення, відповіді на запитання), або мимовільним, коли образи або відомості спливають у свідомості без будь-яких усвідомлених мотивів. Таке явище називають персеверацією.

Під персеверацією розуміють уявлення, які мають нав'язливий характер.

Образні персеверації виникають після багаторазового сприйняття певних предметів чи явищ, або коли є сильний емоційний вплив на особистість.

До мимовільного відтворення належить явище ремінісценції, або «виринання» у свідомості того, що неможливо було згадати відразу після його запам'ятовування.

Ремінісценція – наслідок зняття втоми нервових клітин, яке настає після виконання складного мнемонічного завдання. З часом ця втома зникає і продуктивність відтворення зростає.

Особливою формою довільного відтворення запам'ятованого матеріалу є **пригадування**. Це – складний процес пам'яті, що являє собою пошук необхідного матеріалу в довготривалій пам'яті.

Розрізняють також епізодичну й семантичну пам'ять. Відтворення подій з епізодичної пам'яті може бути особливо яскравим саме внаслідок того, що під час їхнього запам'ятовування в пам'яті зберігається матеріал, який належить не тільки до різних модальностей, а й до пережитих тої миті емоцій і дій. Крім того, він локалізований у певному місці й часі. Усе це робить його змістовнішим та відрізняє від знань, здобутих опосередковано. Відтворення таких пережитих образів називають спогадом.

Потреба в пригадуванні виникає тоді, коли в певний момент не вдається пригадати те, що необхідно. У цій ситуації людина докладає певних зусиль, щоб подолати об'єктивні та суб'єктивні труднощі, пов'язані з неможливістю згадати, напружує волю, вдається до пошуку шляхів активізації попередніх вражень, до різних мнемонічних дій.

Одним із різновидів довільного відтворення є спогади – це локалізовані в часі та просторі відтворення образів нашого минулого.

Специфічним елементом цього відтворення є факти життєвого шляху людини в контексті історичних умов певного періоду, до яких вона так чи інакше була безпосередньо причетна. Це зумовлює насиченість спогадів різноманітними емоціями, які збагачують і поглиблюють зміст відтворення.

Усе, що людина запам'ятовує, з часом поступово забувається. Забування – процес, зворотний до запам'ятовування.

ЗАБУВАННЯ виявляється в тому, що втрачається чіткість запам'ятованого, зменшується його обсяг, виникають помилки у відтворенні, воно стає неможливим і, нарешті, унеможлиблюється впізнання.

Блок забування також можна розглядати як відносно незалежний. Забування – це згасання тимчасових нервових зв'язків, що впродовж тривалого часу не підкріплювалися. Якщо набуті знання протягом тривалого часу не використовують і не повторюють, вони поступово забуваються. Іншою причиною забування є недостатня міцність запам'ятовування. Отже, щоб запобігти забуванню, потрібно добре заучувати матеріал.

Забування – процес поступовий, базується на послабленні й порушенні раніше утворених умовних зв'язків. Що менше вони закріплені, то швидше згасають і забуваються.

Найбільший відсоток забування наявний відразу після заучування матеріалу. Для тривалого утримання в пам'яті інформації важливо від самого початку забезпечити міцне її запам'ятовування й закріплення через повторення в перші дні після того, як її було отримано.

Важлива умова продуктивного запам'ятовування – осмисленість, розуміння того, що є його предметом.

Мнемоніка. У психології щодо проблем пам'яті є два терміни, близькі за звучанням, але різні за значенням, – «мнемічний» і «мнемонічний».

Мнемічний – те, що має стосунок до пам'яті, до мистецтва запам'ятовування. Грунтуючись на сказаному вище, можна зробити висновок про те, що, знаючи закони, які регулюють процеси пам'яті, можна цими процесами керувати.

Мнемоніка – прийоми керування пам'яттю. Найпоширенішим прийомом є вже згадуване використання міток або предметів як ознак для пригадування. Сприймавши ці знаки, людина згадує зміст того, що з ними пов'язане.

Іншим поширеним мнемонічним прийомом є групування матеріалу для його запам'ятовування. За допомогою групувань легше запам'ятовувати, зокрема, телефонні номери. Наприклад, 2-98-71-23 запам'ятати складніше, ніж 2-987-123.

Одним з найвідоміших мнемонічних прийомів є метод розміщення. Його суть у тому, що матеріал, який запам'ятовують, розбивають на частини, які потім розташовують у різних місцях образу якого-небудь приміщення або добре знайомої вулиці. Скеровуючи потім думку за

звичним маршрутом, вулицею або приміщеннями будинку, людина просто «підбирає» те, що зберігається в різних частинах.

Ще один поширений прийом – додавання осмисленого зв'язку матеріалу, між початковими елементами якого осмисленого зв'язку немає. Це стосується запам'ятовування не пов'язаних між собою слів або букв, послідовності найменувань.

Добрим прийомом для запам'ятовування, наприклад, текстів або послідовності викладу є створення плану або розбивання тексту на частини з називанням кожної з них.

Є й інші мнемонічні прийоми, для перерахування та опису яких тут, на жаль, немає місця.

7.3. Різновиди пам'яті

Залежно від того, що запам'ятовують і відтворюють, розрізняють за змістом чотири різновиди пам'яті: образну, емоційну, рухову і словесно-логічну.

Суть ОБРАЗНОЇ ПАМ'ЯТІ – у запам'ятовуванні образів, уявлень конкретних предметів, явищ, їхніх властивостей, наочно даних зв'язків і відношень між ними.

Залежно від того, якими аналізаторами людина сприймає об'єкти під час їхнього запам'ятовування, образна пам'ять буває зоровою, слуховою, тактильною, нюховою тощо. Фізіологічною основою образної пам'яті є тимчасові нервові зв'язки першосигнального характеру. Однак у ній бере участь також друга сигнальна система. Мова є засобом усвідомлення людиною її чуттєвого досвіду.

Образна пам'ять – це пам'ять на зорові, слухові, нюхові, смакові, дотикові образи. У ній зберігаються картини навколишнього світу, звуки, запахи, які колись сприймала людина. Образи, які містяться в пам'яті, з часом трансформуються: спрощуються, втрачають яскравість, стають більш узагальненими, на перший план виходять суттєві ознаки матеріалу, а деталі стираються. Найменше змін зазнають незвичайні зорові образи.

У пам'яті можуть зберігатися не тільки предметні образи сприйняття, а й безпредметні образи, пов'язані з пережитими відчуттями. Людина може, наприклад, уявити собі просто синій колір, або звук певного тону, або відчуття зубного болю, або кислий смак.

Образна пам'ять здебільшого виявляється у дітей і підлітків, але є важливою для деяких професій. У дорослих провідним видом пам'яті, як правило, є словесно-логічна.

Винятком серед інших є ейдетичні образи, які зберігаються в пам'яті без змін, не втрачаючи яскравості й чіткості.

СЛОВЕСНО-ЛОГІЧНА пам'ять полягає в запам'ятовуванні думок, понять, суджень, умовиводів, які відображають істотні зв'язки і відношення предметів і явищ, їхні загальні властивості.

На відміну від образної, рухової та емоційної пам'яті, яка є і у тварин, словесно-логічна пам'ять є специфічно людською пам'яттю на

думки, судження, закономірності і зв'язки між предметами та явищами дійсності. Цей різновид пам'яті ґрунтується на спільній діяльності першої та другої сигнальних систем.

Словесно-логічна пам'ять тісно пов'язана із мовленням і мисленням. Вона формується разом з ними і досягає свого завершеного вигляду пізніше від рухової, емоційної та образної. За допомогою словесно-логічної пам'яті можна зберігати й відтворювати вербальну інформацію. Можливе і дослівне запам'ятовування текстів, і запам'ятовування тільки їхнього змісту – тоді відтворення є реконструкцією тексту, переходом від узагальнених характеристик матеріалу до деталей.

Згодом сліди в словесно-логічній пам'яті дещо трансформуються, пригасають, але загалом ознака цього виду пам'яті – точність і залежність від волі людини.

РУХОВА ПАМ'ЯТЬ виявляється в запам'ятовуванні й відтворенні людиною своїх рухів. Вона є основою формування різних умінь і навичок, засвоєння усної та письмової мови, комплексів рухів тощо.

У руховій пам'яті зберігаються схеми різних рухів та їхніх комбінацій, які утворюють рухові навички, що забезпечують автоматизованість дій у типових або повторюваних ситуаціях. Саме рухова пам'ять дає нам змогу думати про щось стороннє тоді, коли ми відчиняємо двері власної квартири.

ЕМОЦІЙНА ПАМ'ЯТЬ полягає в запам'ятовуванні та відтворенні людиною своїх емоцій і почуттів.

Запам'ятовують не так емоції, як предмети та явища, що їх викликають. Пам'ять на емоції та почуття наявна вже у піврічної дитини і досягає повного розквіту в три-п'ять років. Спогади дитинства найчастіше пов'язані з глибокими переживаннями. Загалом яскраві, емоційно насичені події можуть зберігатися в пам'яті дуже довго. Потрібно зазначити, що запам'ятовується насамперед емоційно забарвлена інформація.

Усі види, або компоненти пам'яті тісно пов'язані один з одним, оскільки вони є складовими єдиного, цілісного поведінкового акту. У людини три компоненти можна викликати за допомогою слова.

За часом зберігання інформації розрізняють миттєву (сенсорну), короткотривалу та довготривалу пам'ять. Вони розрізняються і за способом відображення одержуваної ззовні інформації, і за часом збереження, а також за тими функціями, які кожна з них виконує в процесах пам'яті людини. Три форми пам'яті є не лише формами, а й етапами обробки інформації в процесі її збереження.

Отже, пам'ять людини складається з трьох блоків, які працюють з метою збереження інформації як єдине ціле. Схема зв'язку між ними має приблизно такий вигляд.

Миттєва, або сенсорна пам'ять – це пам'ять тих сенсорних органів, на які надійшла інформація. Образ, який виник у результаті збудження рецепторів якимось одиничним впливом, не зникає відразу, а існує в тій самій формі, у якій виник, поступово згасаючи в межах однієї секунди для зорової системи і набагато довше для слухової. Зображення і

далі ніби стоїть перед очима, а звук звучить у вухах, попри те, що стимул уже зник.

У МИТТЄВІЙ ПАМ'ЯТІ інформація зберігається дуже короткий час (від 0,3 до 2 секунд) і фіксує відображення дійсності на рівні рецепторів.

Миттєва пам'ять забезпечує збереження образу, який сприймаємо під час миготіння і рухів очима та під впливом інших чинників. Інакше кажучи, миттєва пам'ять забезпечує зливе, а не розірване сприйняття світу, а також предметність сприйняття.

КОРОТКОТРИВАЛА ПАМ'ЯТЬ є сховищем, у якому відбувається «робота» не тільки з тією інформацією, що надійшла від сенсорних органів, а й з тією, яку витягують з довготривалої пам'яті.

Короткотривала пам'ять – це пам'ять, що обслуговує поточну роботу з образами, поняттями і словами.

Час збереження матеріалу в короткотривалій пам'яті – близько 30 секунд. У разі повторення матеріалу в межах цього часу він може зберігатися в ній багаторазово.

Обсяг короткотривалої пам'яті становить 7 ± 2 одиниці збереження. Під одиницями тут розуміють не тільки окремі букви, цифри або звуки, а й їхні групи. Отже, щоб запам'ятати більшу кількість елементів, їх можна об'єднати в групи, однак усе-таки зі збільшенням кількості елементів, що входять у групу, число груп, що зберігаються в короткотривалій пам'яті, зменшується.

Структурування вхідної інформації не зводиться тільки до групування, це складний процес її перетворення, у якому беруть участь образні, мовні і смислові компоненти. У короткотривалій пам'яті відбувається перекодування форми вхідної інформації з образної на мовну. Під кодом розуміють форму подання інформації. Домінуючим кодом короткотривалої пам'яті є слуховий. Це означає, що зорові образи людини в короткотривалій пам'яті перекодовуються у звуки мови й у такій формі короткотривала пам'ять ними оперує.

Короткотривала пам'ять зберігає інформацію, яка надходить до неї з миттєвої і довготривалої пам'яті. Ця пам'ять не має різновидів за модальністю і зберігає те, на що спрямована увага людини. Обсяг короткотривалої пам'яті обмежений.

Особливим видом короткотривалої пам'яті є ОПЕРАТИВНА ПАМ'ЯТЬ, яка забезпечує запам'ятовування і відтворення оперативної інформації, потрібної для використання в поточній діяльності.

Наприклад, утримання в думці координат військового об'єкта під час нанесення його на карту, передавання сигналів та інформації від одного об'єкта до іншого; виклик оператором міжміського зв'язку абонента для переговорів тощо. Оперативна пам'ять задіяна в дитячій грі в «зіпсутий телефон».

ДОВГОТРИВАЛА ПАМ'ЯТЬ обмежена за обсягом і тривалістю зберігання інформації віком людського життя. Це основне сховище досвіду людини.

У нього надходить матеріал з короткотривалої пам'яті, але він не перебуває там у незмінному вигляді. Цей матеріал безперервно перетворюється: узагальнюється, класифікується, об'єднується в смислові групи.

Якщо в короткотривалій пам'яті ми живемо, то довготривала пам'ять зберігає знання, які додають зміст нашому безпосередньому існуванню (Р. Соло).

У довготривалій пам'яті зберігаються:

- просторова модель світу, представлена тут у вигляді певних структур, які відповідають образам нашого будинку, міста, країни і всієї планети;
- знання про закони, будову світу і властивості об'єктів;
- наші уявлення про людей, самих себе, соціальні норми і життєві цінності;
- моторні навички, наприклад, звукової і письмової мови, одягання, їзди на велосипеді, вміння розв'язувати завдання в різних галузях діяльності;
- навички розуміння мови або інтерпретації здобутків у галузі живопису, музики тощо;
- плани і програми майбутньої діяльності.

Інформація в довготривалій пам'яті організована певним чином. Існує істотна відмінність в організації інформації особистого і відстороненого характеру. У зв'язку з цим було запропоновано навіть говорити про два види довготривалої пам'яті – епізодичний і семантичний.

В епізодичній пам'яті зберігаються закодовані події, прив'язані до певного часу, інформація про те, як виглядали ті чи інші речі, коли ми їх бачили. У цій пам'яті міститься всіляка автобіографічна інформація. Решта інформації позаособистого характеру зберігається в семантичній пам'яті – це, по-перше, факти і знання, не пов'язані з особистими переживаннями у певному місці й часі, і, по-друге, усе, що нам потрібно, щоб користуватися мовою.

Інформація в довготривалій пам'яті зберігається в різних кодах – візуальному, акустичному і семантичному. Домінуючим кодом є семантичний, тобто оснований на смислового сортуванні матеріалу.

Час збереження інформації в довготривалій пам'яті обмежений людським життям.

За метою діяльності, до якої залучено запам'ятовування, розрізняють мимовільну та довільну пам'ять.

МИМОВІЛЬНА ПАМ'ЯТЬ є продуктом діяльності, не спрямованої безпосередньо на запам'ятовування цього матеріалу. Утримання та відтворення матеріалу відбувається без мети його утримати чи відтворити.

Цей вид пам'яті виникає в ранньому дитинстві й обслуговує процес набуття дитиною певних навичок. Мимовільна пам'ять є підґрунтям для виникнення довільної, що починає розвиватися набагато пізніше, і удосконалюється у взаємодії з нею.

ДОВІЛЬНА ПАМ'ЯТЬ є продуктом особливої мнемічної діяльності, спрямованої на запам'ятовування.

Ця діяльність має мнемічну мету, сукупність мнемічних дій, часто супроводжується вольовими зусиллями.

Автобіографічна пам'ять. У 1976 р. Д. Робінсон ввів поняття автобіографічної пам'яті. Автобіографічна пам'ять є складними ментальними репрезентаціями сцен, категорій тощо, які мають особисту причетність до індивіда. Автобіографічна пам'ять є частиною епізодичної пам'яті.

Метапам'ять. Метапам'яттю називають пам'ять про свою пам'ять. Поняття метапам'яті ввів У. Шнейдер як знання про процеси, які належать до пам'яті.

7.4. Індивідуальні особливості пам'яті

У пам'яті людей є значні індивідуальні відмінності. Вони виявляються у відмінностях продуктивності процесів пам'яті; у переважанні пам'яті тієї чи іншої модальності; у відмінностях у рівні розвитку різних типів пам'яті.

Загальними характеристиками продуктивності процесів пам'яті є обсяг матеріалу, який може запам'ятати людина за певний проміжок часу, швидкість і точність запам'ятання матеріалу, тривалість збереження матеріалу в пам'яті і готовність до його відтворення.

Крім індивідуальних відмінностей, пам'ять різних людей може розрізнятися за рівнем розвитку різних типів пам'яті: рухової, емоційної, образної та словесно-логічної. Переважання певного типу пам'яті в людини залежить від особливостей діяльності, з якими пов'язаний її життєвий шлях. Найпоширенішими типами пам'яті є образний, словесно-логічний і проміжний.

Людині з **образним типом пам'яті** простіше запам'ятовувати і відтворювати образний матеріал.

Людяма зі **словесно-логічним типом пам'яті** просто запам'ятати словесний, абстрактний матеріал: логічні схеми, формули. Такі люди без зусиль можуть відтворити структуру складно організованого матеріалу.

Якщо в людини не переважає певний тип оперування матеріалом, то вона представляє **проміжного типу пам'яті**.

Є люди, які мають феноменальну пам'ять, ознаки якої – незвичайно великий обсяг інформації, тривалість зберігання слідів і надзвичайно сильна образність.

Індивідуальні особливості пам'яті:

• швидкість запам'ятовування визначається кількістю повторень (або часом), що потрібні людині для запам'ятовування нового матеріалу;

- **точність запам'ятовування визначають відповідністю відтвореного тому, що запам'ятовували, та кількістю допущених помилок;**
- **міцність запам'ятовування виявляється в тривалості збереження завченого матеріалу (або в повільності його забування);**
- **готовність до відтворення виявляється в тому, як швидко та легко в потрібний момент людина може пригадати необхідні їй відомості.**

Індивідуальні відмінності пам'яті можуть бути зумовлені типом вищої нервової діяльності. Швидкість утворення тимчасових нервових зв'язків пов'язана з силою процесів забування та гальмування, що зумовлює точність і міцність запам'ятовування.

Індивідуальні відмінності пам'яті виявляються також у тому, який матеріал краще запам'ятовується, – образний, словесний чи однаковою мірою продуктивно той та інший.

У цьому контексті у психології розрізняють наочно-образний, словесно-абстрактний, змішаний або проміжний типи пам'яті. Ці типи зумовлені частково співвідношенням першої та другої сигнальних систем у вищій нервовій діяльності людини, але головним чином – умовами життя та вимогами професійної діяльності.

Розвиток пам'яті. Доведено, що розвиток пам'яті залежить від того, як забезпечено управління цим процесом. Педагоги мають створювати умови, що пришвидшують навчання, дають змогу краще засвоїти і зберегти в пам'яті знання. Особистість тільки тоді матиме вагомі успіхи, коли буде достатньо наполегливо докладати зусиль до запам'ятовування необхідного якнайбільше, загалом і в деталях. Пам'ять погіршується від неповного її використання.

Розвиток пам'яті насамперед залежить від зацікавленого включення особистості в продуктивну діяльність, зокрема навчальну, спрямовану на самостійне пізнання світу або досягнення нових результатів діяльності. Що вагоміші мотиви супроводжують діяльність суб'єкта, то успішніші результати запам'ятовування. При цьому запам'ятовування є результативним незалежно від того, чи було поставлено мету запам'ятати.

Розвиток пам'яті нерозривно пов'язаний з вихованням самої особистості. Зацікавленість, активне ставлення до діяльності сприяють мимовільному запам'ятовуванню.

Важливим для запам'ятовування є перше враження, його якість і глибина. Легко й надійно запам'ятовується новий матеріал, пов'язаний з попереднім досвідом, коли він його чимось доповнює і збагачує, розширює можливості діяльності особи. Ефект запам'ятовування значно посилюється, якщо інформація є для суб'єкта необхідною, пов'язана з метою його діяльності, становить певний інтерес.

Розвитку пам'яті сприяють постійні тренування. Регулярна й напружена робота пам'яті стає звичкою, створює умови для формування продуктивної пам'яті.

Необхідною умовою ефективного запам'ятовування є дотримання певних правил. Запам'ятовувати треба в доброму настрої й на «свіжу голову», коли ще не настала втома. Під час запам'ятовування не треба чергувати матеріал, близький за формою і змістом. Потрібно опрацювати інформацію для запам'ятовування, порівнюючи різні відомості, спираючись на асоціації (сміслові й структурні), виокремлюючи опорні сигнали («вузлики на пам'ять»). Потрібно творчо застосовувати мнемотехнічні прийоми, штучно наділяючи інформативний матеріал смисловими зв'язками, змістом, значенням, залучаючи різні види пам'яті.

Головний сенс мнемотехнічних прийомів у тому, що матеріал запам'ятовування глибше аналізують, структурують і більше осмислюють.

Способом поліпшити пам'ять людини є формування вміння запам'ятовувати й відтворювати. Пам'ять розвивається тренуванням і наполегливою працею, спрямованою на запам'ятовування, тривале збереження, цілковите й точне відтворення.

Контрольні питання:

- У чому виявляється сутність пам'яті?
- Розкрийте сутність асоціативної теорії пам'яті.
- Розкрийте шляхи розвитку пам'яті.
- Що є фізіологічним підґрунтям пам'яті?
- Охарактеризуйте запам'ятовування як процес пам'яті.
- У чому виявляються процеси зберігання та забування?
- Яким чином відбувається процес відтворення?
- Які різновиди пам'яті ви знаєте? Охарактеризуйте їх.
- У чому виявляється образна пам'ять?
- У чому виявляється рухова пам'ять?
- У чому виявляється емоційна пам'ять?
- У чому виявляється словесна пам'ять?
- У чому відмінності миттєвої, короткотривалої та довготривалої пам'яті?
- У чому виявляються індивідуальні відмінності пам'яті?

Література:

- Бузан Т. Скоростная память / Пер. с англ. – М.: Эйдос, 1996.
- Варій М.Й. Загальна психологія: Навч. посібник / Для студ. психол. і педагог. спеціальностей. – Львів: Край, 2005.
- Веккер Л.М. Психические процессы: В 3 т. – Т. 1. – Л.: Изд-во Ленингр. ун-та, 1974.
- Гарибян С.А. Школа памяти (суперактивация памяти через возрождение эмоций). – М.: Цицеро, 1992.
- Громова Е.А. Эмоциональная память и ее механизмы. – М.: Наука, 1980.
- Иванов-Муромский К.А. Мозг и память. – К.: Наук. думка, 1987.
- Клацки Р. Память человека: Структуры и процессы / Пер. с англ. – М.: Мир, 1978.
- Максименко С.Д. Развитие психики в онтогенезе: У 2 т. – К.: Форум, 2002.
- Психология XXI века: Учебник для вузов / Под ред В.Н. Дружинина. – М.: ПЕР СЭ, 2003.
- Психология памяти / Под ред. Ю.Б. Гиппенрейтер и В.Я. Романова. – 3-е изд. – М.: ЧеРо, 2002.
- Хофман И. Активная память: Эксперимент и теория человеческой памяти / Пер. с нем. – М.: Прогрес, 1986.

Глава 8

МИСЛЕННЯ ТА ІНТЕЛЕКТ

8.1. Поняття мислення

Абстрактне пізнання здійснюється за допомогою мислення та уяви. Видатний філософ Р. Декарт стверджував таку максиму: «Я мислю, отже, я існую». І цілком справедливо: ніщо так переконливо не доводить існування людини, як акт мислення.

Предмет психології мислення розміщений ніби на перетині двох галузей: тієї, що належить до компетенції психологічного вивчення, і тієї, яка становить предмет комплексних досліджень мислення.

Склад понять, якими оперує мислення конкретної людини, не визначається властивостями її нервових процесів. Власне він визначається умовами засвоєння цих категорій, умовами діяльності, життя людини, відмінностями в культурі.

Кібернетика розглядає мислення людини як інформаційний процес, фіксує те загальне, що є в роботі електронно-обчислювальних машин і в мисленні людини. А психологію насамперед цікавить специфіка людського мислення, його відмінності від інформаційних процесів, які реалізуються через сучасні технічні пристрої. Взаємодія психології та «штучного інтелекту» суттєво змінила зміст психології мислення.

Відображаючи дійсність на чуттєвому рівні, людина одержує різноманітну інформацію про зовнішні властивості та ознаки предметів, які фіксуються в її свідомості в гамі звукових, просторових, часових, смакових, дотикових та інших образів.

Але вичерпні знання про невідчутні, але істотні властивості та ознаки предметів дійсності людина здобуває за допомогою мислення.

МИСЛЕННЯ – це процес опосередкованого й узагальненого відображення людиною предметів і явищ в їх істотних зв'язках і відношеннях.

Особливості мисленнєвого відображення дійсності є такими:

- мислення виражається в опосередкованому характері мисленнєвого відображення дійсності. Опосередкування можуть мати різний ступінь складності залежно від особливостей пізнавального завдання та предмета пізнання;

- мислення відображає істотні ознаки, які виражають сутність предметів і явищ, їхні причинно-наслідкові залежності;

- мислення має узагальнений характер відображення.

За допомогою мислення людина пізнає істотні ознаки, що виявляються спільними для споріднених у тому чи іншому аспекті предметів, і осмислює їх узагальнено, оперуючи поняттями.

Мислення людини нерозривно пов'язано з мовою, яка є знаряддям формування і способом існування думки, оскільки у слові закріплюється

нагромаджений пізнавальний досвід, який людина при потребі використовує.

Практика слугує джерелом мисленнєвої діяльності. Мислення породжується потребами людської практики й розвивається в процесі пошуку шляхів їх задоволення.

Значення мислення в житті людини полягає в тому, що воно дає змогу:

- наукового пізнання світу;
- передбачення й прогнозування розвитку подій;
- практичного опанування закономірностями дійсності, постановки їх на службу своїм потребам та інтересам.

Мислення є підвалиною свідомої діяльності особистості, формуваннями її розумових та інших властивостей. Рівень його розвитку визначає, якою мірою людина здатна орієнтуватися в навколишньому світі, як вона опановує обставини і себе.

8.2. Розумові дії та операції мислення

Предметом мислення людей є актуальні проблеми їхньої життєдіяльності. Розкриття суті предметів і явищ, істотних зв'язків і відношень між ними відбувається за допомогою низки розумових і практичних дій.

Розумові дії – це дії з предметами, відображеними в образах, уявленнях і поняттях про них. Вони відбуваються подумки за допомогою мовлення.

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

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

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

Аналіз у мисленні є продовженням того аналізу, що відбувається в чуттєвому відображенні об'єктивної дійсності. Об'єктом аналізу можуть бути будь-які предмети та їхні властивості.

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

Синтезувати можна елементи, думки, образи, уявлення. Аналіз і синтез – це головні мисленнєві операції, які в єдності забезпечують повне та глибоке пізнання дійсності.

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

Операції порівняння можуть бути різними за складністю, залежно від завдання чи змісту порівнюваних об'єктів. Порівнянню належить важлива роль у розкритті істотних ознак предметів.

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

Виокремлення в процесі абстрагування ознак предмета і розгляд їх незалежно від інших його ознак стають самостійними операціями мислення. Зокрема, спостерігаючи переміщення в просторі різних за характером об'єктів – машини, людини, птаха, хмар, небесних тіл, ми виокремлюємо рух як спільну для них властивість і осмислюємо його як самостійну категорію.

Абстрагування готує ґрунт для глибокого узагальнення.

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

Узагальнення – це продовження і поглиблення синтезуючої діяльності мозку за допомогою слова. Слово здійснює свою узагальнювальну функцію, спираючись на знакову природу відображуваних ним істотних властивостей і відношень, які є в об'єктах. Узагальнення виокремлених рис предметів та явищ дає змогу групувати об'єкти за видовими, родовими й іншими ознаками. Наприклад, види й роди збройних сил.

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

Її здійснюють з метою розмежування і подальшого об'єднання предметів на підставі їх спільних істотних ознак; класифікація сприяє впорядкуванню знань і глибшому розумінню їх смислової структури.

Щоб здійснити класифікацію, потрібно чітко визначити її мету, а також ознаки об'єктів, що підлягають класифікації, порівняти їх за істотними ознаками, з'ясувати загальні підстави класифікації, згрупувати об'єкти за визначеним принципом.

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

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

Загальним механізмом операційної діяльності мислення є аналітико-синтетична робота великих півкуль головного мозку.

8.3. Форми мислення та його різновиди

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

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

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

Кожне судження включає суб'єкт і предикат.

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

Предикат – це відображення тих відносин, ознак, властивостей, які ми стверджуємо. Наприклад: «Усі солдати ворожої сторони – мої вороги», де «всі солдати ворожої сторони» – це суб'єкт, а «мої вороги» – предикат.

Судження є істинним, якщо воно правильно відображає відношення, які існують в об'єктивній дійсності. Істинність судження перевіряється практикою.

Судження бувають одиничними («Пан Кравченко – мій начальник»), частковими («Деякі начальники виявляють нетактовність»), загальними («Усі чиновники – бюрократи»). Це прості судження.

Судження, що складаються з кількох простих суджень, називають складними (наприклад: «Сьогодні мій день народження, мама готує святковий стіл, запрошено гостей – отже, я буду з друзями веселитися»).

Залежно від того, стверджуємо ми чи заперечуємо наявність певних ознак і відношень в об'єктах, судження бувають ствердними або заперечними. Істинність наших знань чи суджень ми можемо з'ясувати шляхом розкриття підстав, на яких вони ґрунтуються, зіставляючи їх з іншими судженнями, тобто розмірковуючи.

МІРКУВАННЯ – це низка пов'язаних суджень, скерованих на те, щоб з'ясувати істинність якоїсь думки, довести її або заперечити. Прикладом міркування є доведення теореми. У міркуванні ми з одних суджень виводимо нові шляхом умовиводів.

Умовиводом називають таку форму мислення, в якій ми з одного або кількох суджень виводимо нове. В умовиводах через уже наявні в нас знання ми здобуємо нові.

Умовиводи бувають індуктивні, дедуктивні і за аналогією.

Індуктивний умовивід – це судження, в якому на підставі окремих фактів, посилянь, конкретного, часткового роблять узагальнення. Наприклад: «Срібло, залізо, мідь – метали; срібло, залізо, мідь при нагріванні розширюються: отже, метали при нагріванні розширюються».

Дедуктивний умовивід – це судження, в якому на підставі загальних висновків і положень здобувають знання про часткове, конкретне. Наприклад: «Усі метали при нагріванні розширюються; срібло – метал: отже, срібло при нагріванні розширюється».

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

Умовиводи широко використовують у науковій та практичній діяльності, зокрема в навчально-виховній роботі з дітьми.

Дані, отримані в процесі мислення, фіксуються в поняттях.

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

Істотні ознаки – це такі ознаки, які належать об'єктам за будь-яких умов, виражають їх природу, сутність, відрізняють ці об'єкти від інших об'єктів, тобто це їх найважливіші властивості, без яких вони не можуть існувати. Наприклад, істотна ознака всіх літальних апаратів полягає в тому, що вони здатні підніматися в повітря.

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

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

ОБСЯГ ПОНЯТТЯ – це відображене в ньому коло об'єктів.

ЗМІСТ ПОНЯТТЯ – це відображення в ньому сукупності їх істотних ознак.

Поняття з більшим обсягом називаються родовими («меблі», «транспорт»). Щодо понять із меншим обсягом ознак («офісні меблі», «легкові автомобілі»), то вони є видовими.

Поняття, що мають ширший обсяг, мають назву категорії. Наприклад, «рух», «кількість», «якість», «простір», «час». Поняття поділяють на загальні та одиничні.

Ті поняття, які відображають істотні ознаки одиничних об'єктів, називають одиничними («автомат», «бій», «гармата», «розвідник»). Поняття, які відображають ознаки цілих класів предметів, є загальними («елемент», «зброя» тощо).

Поняття поділяють на конкретні та абстрактні.

У **конкретних поняттях** відображаються певні предмети, явища та зв'язки між ними (наприклад, «літаки», «танки», «бійці»).

В **абстрактних поняттях** відображаються істотні ознаки та властивості відокремлено від самих об'єктів («тактика», «мужність», «хорообрість», «добро», «зло» тощо). Поділ понять на абстрактні та конкретні є відносним, оскільки абстракція має місце в утворенні кожного поняття.

ПРЕДМЕТОМ мислення людини є пізнавальні завдання, які мають різне змістовне підґрунтя і зумовлюють різне співвідношення предметно-дійових, перцептивно-образних і поняттєвих компонентів у їх розв'язанні. Залежно від цього розрізняють три головних різновиди мислення.

Наочно-дійове мислення – розв'язання завдання безпосередньо включається в саму діяльність. Особливо необхідне воно в тих випадках, коли найбільш ефективне розв'язання завдання можливе саме в процесі практичної діяльності.

Наочно-образне мислення виявляється в тому, що людина оперує образами предметів та явищ, аналізуючи, порівнюючи чи узагальнюючи у них істотні ознаки. Воно наявне й у вищих тварин. Основна характеристика наочно-дійового мислення відображена в назві: розв'язання

завдання здійснюється внаслідок реальної видозміни ситуації за допомогою рухового акту, який спостерігається.

Функції образного мислення пов'язані з уявленням ситуацій і змін в них, які людина хоче одержати в результаті своєї діяльності, конкретизуючи загальні положення. За допомогою образного мислення повніше відтворюється вся різноманітність різних фактичних характеристик предмета. В образі може бути зафіксовано одночасно бачення предмета з кількох точок зору. Дуже важлива особливість образного мислення – встановлення незвичних, «неймовірних» поєднань предметів та їхніх властивостей. На відміну від наочно-дійового мислення, при наочно-образному мисленні ситуація змінюється лише в плані образу.

Словесно-логічне мислення (або абстрактне) відбувається у словесній формі за допомогою понять, які не мають безпосереднього чуттєвого підґрунтя, властивого відчуттю і сприйняттю. Саме цей різновид мислення дає змогу виявляти загальні закономірності природи й суспільства, на рівні найвищих узагальнень розв'язувати завдання, будувати наукові теорії і гіпотези.

Це мислення сьогодні виокремлюють як один з основних видів мислення, для якого характерне використання понять, логічних конструкцій, що існують і функціонують на основі мови, мовних засобів. Проте сучасна психологія не розглядає цей вид мислення як єдиний.

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

На сьогодні у психології переконливо показано, що ці три види мислення співіснують і в дорослої людини, функціонуючи під час розв'язання різних завдань. Описана класифікація (трійка) не є єдиною. У психологічній літературі використовують кілька «парних» класифікацій.

Наприклад, розрізняють теоретичне і практичне мислення за типом розв'язуваних завдань і залежних від цього структурних та динамічних особливостей.

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

У психології існує ще один важливий поділ мислення – на **реалістичне** та **аутистичне**. Перше спрямоване в основному на зовнішній світ, регулюється логічними законами, а друге пов'язано з реалізацією бажань людини (хто з нас не видавав бажане за дійсно існуюче!). Інколи використовують термін «егоцентричне мислення», і для останнього характерна насамперед неможливість прийняти думку іншої людини.

Важливим є поділ мислення на **продуктивне** і **репродуктивне**. Дослідниця З.І. Калмикова базує цю відмінність на «ступені новизни, яку одержуємо в процесі мисленнєвої діяльності продукту щодо знань об'єкта». Необхідно також розрізнити невимушені мисленнєві процеси від

вимушених. Наприклад, невимушені трансформації образів сну і цілеспрямоване розв'язання мисленневих завдань.

Наприклад, З.І. Калмикова виокремлює словесно-логічні та інтуїтивно-практичні компоненти практичного мислення. Загалом співвідношення між різними видами мислення ще не виявлено. Проте зрозуміло головне: терміном «мислення» у психології позначають якісно різнірідні процеси.

Процеси мислення і розуміння. Завдяки мисленню особистість здобуває розуміння предметів і явищ, обов'язку, честі, гідності, відповідальності, політики, економіки, сенсу свого життя, Батьківщини тощо.

РОЗУМІННЯ – це складна аналітико-синтетична діяльність інтелекту, яка скерована на розкриття внутрішньої сутності предметів, процесів і явищ, на усвідомлення зв'язків, відношень, залежностей, які в ній відображаються.

Необхідна умова розуміння будь-яких фактів – достатні знання та життєвий досвід людини, які є ключовими компонентами цього процесу.

Критерієм розуміння є сформульована в слові думка, яка відображає знання істотних ознак предмета чи явища. Уміння охарактеризувати словами те, що осмислюється, свідчить про правильне розуміння.

8.4. Індивідуальні особливості мислення

Кожна людина мислить неповторно. Алгоритм її мислення індивідуальний. Тому говорять про індивідуальні особливості мислення, а саме:

- **Самостійність мислення**, яку характеризує вміння людини ставити нові завдання й розв'язувати їх, не вдаючись до допомоги інших людей. Самостійність мислення ґрунтується на врахуванні знань і досвіду інших людей. Людина, якій властива ця якість, творчо підходить до пізнання дійсності, знаходить нові, власні шляхи і способи розв'язання пізнавальних та інших проблем;

- **Критичність мислення**, яка виявляється в здатності людини не підпадати під вплив чужих думок, об'єктивно оцінювати позитивні та негативні аспекти явища чи факту, виявляючи цінне та помилкове в них. Людина з критичним розумом вимогливо оцінює свої думки, ретельно перевіряє рішення, зважає на всі аргументи, виявляючи тим самим самокритичне ставлення до своїх дій. Критичність мислення великою мірою залежить від життєвого досвіду людини, багатства та глибини її знань;

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

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

особистостям з глибоким розумом, які в простих, добре відомих фактах уміють помічати протиріччя й на цій підставі розкривати закономірності природи та суспільного життя;

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

• **Послідовність мислення**, яка виявляється в умінні дотримуватися логічної наступності при висловлюванні суджень, їх обґрунтуванні. Послідовним можна назвати мислення людини, яка точно дотримується теми міркування, не відхиляється від неї, не перестрибує з однієї думки на іншу, не підміняє предмет міркування. Для послідовного мислення характерне дотримання певних принципів розгляду питання, зрозумілість плану, відсутність протиріч і логічних помилок в аргументації думки, доказовість та об'єктивність у зроблених висновках;

• **Швидкість мислення** – це здатність оперативно розібратися в складній ситуації, швидко обдумати правильне рішення і прийняти його. Швидкість мислення залежить від знань, міри сформованості мисленнєвих навичок, досвіду у відповідній діяльності та рухливості нервових процесів.

Усі властивості мислення людини формуються і розвиваються в діяльності. Змістовна й відповідним чином організована діяльність сприяє всебічному розвитку цінних властивостей мислення особистості.

8.5. Мислення та інтелект

Мислення та інтелект – близькі терміни. Ми кажемо «розумна людина», позначаючи цим індивідуальні особливості інтелекту. Ми можемо також сказати, що розум дитини з віком розвивається. Таким чином означаємо проблематику розвитку інтелекту.

Терміну «мислення» ми можемо назвати як відповідник у нашій повсякденній мові слово «обмірковування» або (менш нормативно, але, можливо, точніше) «думання». Слово «розум» виражає властивість, здатність. Обмірковування – це процес. Розв'язуючи завдання, ми думаємо, а не «обмірковуємо» – тут сфера психології мислення, а не інтелекту. Отже, обидва терміни виражають різні аспекти того самого явища. Інтелектуальна людина – це та, яка здатна до здійснення процесів мислення. Інтелект – здатність до мислення. Мислення – процес, у якому реалізується інтелект.

ІНТЕЛЕКТ – це певний ступінь здатності людини розв'язувати завдання і проблеми відповідної складності.

З цих позицій можна вести мову про рівень розвитку інтелекту. Він, за логікою, може бути низьким, середнім і високим (або початковим, низьким, середнім, досить високим і високим).

Мислення й інтелект віддавна вважають найважливішими і відмітними рисами людини. Недарма для визначення виду сучасної людини використовують термін «*homo sapiens*» – людина розумна. Той же, хто втратив розум, здається нам скаліченим у самій людській суті.

Виникає ще одне, на наш погляд, важливе питання: чи однаково виявляється інтелект у різних аспектах життєдіяльності? Як свідчать дослідження – ні. Особистість може значно вирізнятися інтелектом у якійсь галузі, наприклад, науці (фізиці) і бути зовсім безпорадною у життєвих ситуаціях. Це спостерігалось під час переходу від соціалістичної до ринкової економіки після розпаду Радянського Союзу. Крім цього, вона може успішно розв'язувати складні проблеми в галузі, наприклад механіки, і бути зовсім нездатною керувати науковим колективом чи приймати елементарні рішення в галузі фінансів. Тому доцільно говорити про *інтелект науковий, професійний, життєвий, сімейний, загальний, управлінський, політичний, соціальний* тощо.

Французький дослідник Ж. Піаже користується поняттям «інтелект», а не «мислення». Коли ж він каже про «психологію мислення», то має на увазі лише певне трактування мислення, головним чином те, яке представлено в працях представників Вюрцбурзької школи, до якої він ставився критично. Даючи визначення інтелекту, Піаже розглядає такі його трактування, як «психічна адаптація до нових умов» (Е. Клапаред, В. Штерн), як «акт раптового розуміння» (К. Бюлер, В. Келер).

Сам Ж. Піаже визначає інтелект як «прогресуючу зворотність мобільних психічних структур», вважає, що «інтелект є станом рівноваги, до якого тяжіють усі послідовно розташовані адаптації сенсомоторного і когнітивного порядку, так само як і всі асимілятивні й акомодуючі взаємодії організму із середовищем».

Теорія Ж. Піаже містить два основні компоненти: висновки про функції інтелекту і висновки про стадії розвитку інтелекту.

У найзагальнішому вигляді інтелект розуміють як подальший розвиток деяких фундаментальних біологічних характеристик, невіддільних від життя. Виокремлено такі характеристики інтелекту: **організація** і **приспосовання** (адаптація). Адаптація, у свою чергу, містить у собі два взаємозалежних процеси, названих **асиміляцією** й **акомодациєю**.

Організація й **адаптація** – це основні функції інтелекту, або функціональні інваріанти. Інваріантні характеристики автор розглядає як властивості біологічного функціонування загалом. Організованість інтелектуальної діяльності означає, що в кожній інтелектуальній активності суб'єкта можна вичленувати щось ціле і щось таке, що входить у це ціле як елемент із їхніми зв'язками. Зміст терміна «асиміляція» зводиться до підкреслення відтворення суб'єктом під час його пізнавальної активності деяких характеристик пізнаваного об'єкта.

Акомодация – це процес пристосування самого суб'єкта, який пізнає, до різноманітних вимог, висунутих об'єктивним світом. Відбувається не лише відтворення індивідом окремих і цілісних характеристик пізнаваного об'єкта, а й сам суб'єкт змінюється в процесі пізнавальної активності. Той пізнавальний досвід, який окрема людина накопичує до певного періоду, Ж. Піаже називає пізнавальною структурою.

Одна з особливостей функціонування людського інтелекту полягає в тому, що не будь-який зміст, одержуваний із зовнішнього світу, можна засвоїти (асимілювати), а лише той, що хоча б приблизно відповідає внутрішнім структурам індивіда. В описі функціонування інтелекту Піаже ви-

користовує термін «схема». Схема – це пізнавальна структура, що належить до класу подібних дій, які мають визначену послідовність, що становить собою міцне взаємозалежне ціле, в якому складові його акти поведінки тісно взаємодіють між собою. У понятті «схема» знаходиться подальшу конкретизацію ідея Ж. Піаже про організовану природу інтелекту. До основних понять у теорії Ж. Піаже належить «рівновага». Йдеться про рівновагу між асиміляцією й акомодациєю. Два типи функціонування інтелекту утворюють стан збалансованого і незбалансованого урівноваженого стану.

Вчення про стадії розвитку інтелекту, яким присвячено більшість досліджень, містить у собі виокремлення чотирьох стадій такого розвитку: а) сенсомоторний інтелект (від 0 до 2 років); б) доопераціональне мислення (від 2 до 7–8 років); в) період конкретних операцій (від 7–8 до 11–12 років); г) період формальних операцій.

Розвиток інтелекту починається до оволодіння мовою. Один із перших виявів інтелектуальної активності дитини полягає у простежуванні майбутніх результатів руху (як елементарні форми пересування). Становлення елементарних цілеспрямованих рухових актів – це становлення генетично вихідних форм інтелекту. Основна ознака конкретних операцій (наприклад, класифікація) – прив'язаність до предметів. Формальні операції ніби відірвані від предметів.

Розвинутий інтелект автор розглядає як систему операцій. Операція – це внутрішня дія, котра відбулася внаслідок предметних дій. На відміну від останніх, операція є скороченою дією, вона відбувається не з реальними предметами, а з образами, символами, знаками, організованих у певну систему, в якій операції врівноважуються завдяки властивості зворотності (йдеться про наявність симетричної і протилежної їй операції, що, ґрунтуючись на результатах першої, відновлює первісну ситуацію або вихідне положення).

Розвиток дитячого мислення дослідник розуміє як зміну описаних вище стадій. Послідовність стадій виражає внутрішню закономірність розвитку. Стадії «прив'язані» до певного віку, хоча й неоднозначно. Навчання може пришвидшувати чи сповільнювати процеси розвитку.

Концепція Ж. Піаже – це одна з найбільш розроблених і впливових концепцій. Привабливими аспектами цієї концепції є генетичний підхід при розв'язанні загально-психологічних проблем, виокремлення конкретних стадій розвитку, ретельна розробка «клінічного» методу досліджень, підкреслення того, що інтелектуальна діяльність не просто відтворює особливості деяких зовнішніх предметів, а й характеризується зміною самого суб'єкта, який пізнає. Це визначає наступні можливості пізнання нових об'єктів, прагнення пов'язати інтелект із ширшим класом процесів життєдіяльності.

Водночас не можна не відзначити обмеженості цієї концепції.

Контрольні питання:

- Розкрийте сутність мислення.
- У чому виявляються розумові дії людини?
- Які операції мислення Ви знаєте? Охарактеризуйте їх.
- Які форми мислення використовує людина?

- У чому виявляється судження?
- У чому виявляється міркування?
- У чому виявляється умовивід?
- У чому виявляється поняття?
- Що становить собою наочно-дійове мислення?
- Що становить собою наочно-образне мислення?
- Що становить собою словесно-логічне мислення?
- У чому виявляється розуміння?
- Яким чином відбувається розв'язання простих завдань?
- Яким чином відбувається розв'язання складних завдань?
- Коли розв'язання завдань переходить у творчий процес?

Література:

Брушлинский А.В. Мышление и прогнозирование (Логико-психологический анализ). – М.: Мысль, 1979.

Брушлинский А.В. Субъект: мышление, учение, воображение: Избр. психол. тр. – Москва; Воронеж: МОДЭК, 1996.

Бурлаков Ю.А. Механизмы речи и мышления. – М.: Изд-во Моск. ун-та, 1995.

Варій М.Й. Загальна психологія: Навч. посібник / Для студ. психол. і педагог. спеціальностей. – Львів: Край, 2005.

Веккер Л.М. Психические процессы: В 3 т. – Т. 1. – Л.: Изд-во Ленинг. ун-та, 1974.

Вертгеймер М. Продуктивное мышление / Пер. с англ. – М.: Прогресс, 1987.

Завалишина Д.Н. Психологический анализ оперативного мышления: Экспериментально-теоретическое исследование. – М.: ЦЕНТР, 1997.

Калмыкова З.И. Продуктивное мышление как основа обучаемости. – М.: Педагогика, 1984.

Милордова Н.Г. Мышление в дискуссиях и решении задач. – М.: Изд-во Ассоц. строит. вузов, 1997.

Поддьяков Н.Н. Мышление дошкольника. – М.: Педагогика, 1977.

Поспелов Н.Н., Поспелов И.Н. Формирование мыслительных операций у старшекласников. – М.: Педагогика, 1989.

Психологія ХХІ века: Учебник для вузов / Под ред. В.Н. Дружинина. – М.: ПЕР СЭ, 2003.

Психологія: Підручник / За ред. Ю.Л. Трофімова. – 3-тє вид. – К.: Либідь, 2001.

Тихомиров О.К. Психология мышления. – М.: Изд-во Моск. ун-та, 1984.

Якиманская И.С. Развитие пространственного мышления школьников. – М.: Педагогика, 1980.

Глава 9

УЯВА

9.1. Поняття уяви

Уява постійно балансує на межі свідомого і несвідомого, одного асоціативного контексту та іншого, деструктивності та конструктивності. Тому вона завжди створює широкий простір для самовизначення людини як митця. Звісно, самої лише уяви як окремого психічного процесу замало для того, щоб відбулася повноцінна творча діяльність людини; тут уява вступає в плідний союз із іншими творчими психічними процесами – інтуїцією і мисленням. Інтуїтивні осяяння творять передумови бісоціативних зв'язків в уяві, а останні дають напрям точним операціям творчого мислення, опосередкованим знаками (словами, мовою).

Уява належить до вищих пізнавальних процесів. Вона є необхідним аспектом будь-якої людської діяльності.

Уяву породжують потреби, які виникають у житті людини, і насамперед потреба змінити ті чи інші предмети навколишнього світу.

УЯВА – це відтворення у психіці людини предметів та явищ, які вона сприймала коли-небудь раніше, а також створення нових образів предметів та явищ, котрих раніше вона ніколи не сприймала.

Функції уяви полягають у:

- моделюванні кінцевого результату діяльності й тих засобів, які необхідні для її виконання;
- створенні програми поведінки людей, коли проблемна ситуація невизначена;
- створенні образів, які не програмують діяльність, а підміняють її;
- створенні образів об'єктів з опорою на схеми, графіки, карти, фотознімки території, описи тощо;
- створенні принципово нових предметів та явищ тощо.

9.2. Види уяви

Уяву кожної людини можна охарактеризувати за різними ознаками. Насамперед уяву людини можна поділити на різні види.

За характером продуктивності виокремлюють:

- відтворювальну (репродуктивну) уяву – продукти якої вже були відомі раніше;
- творчу (продуктивну) уяву.

За мірою свободи, довільності визначають:

- **Пасивну уяву** – що виявляється у хворобливих фантазіях, маренні, або в такому фантазуванні, яке не має усвідомленої мети;
- **Активну уяву** – яка відбувається в межах творчої діяльності, підкорена певній меті.

За характером образів визначають:

- **Конкретну уяву** – в ній уявляються певні предмети, речі тощо;
- **Абстрактну уяву**, що оперує більш узагальненими образами (схемами, символами).

За відношенням до актуальної ситуації виокремлюють:

- **Сприймаючу уяву** (яка прикована до ситуації);
- **Творчу уяву** (яка здатна вийти за межі ситуації).

Саме за цим поділом уяви в шахістів відрізняють «**позиційну**» і «**комбінаційну**» гру.

За якісними особливостями, зумовленими конкретними сферами застосування, Т.А. Рібо наводить такі типи уяви:

- **Пластична**, яка застосовує точно визначені у просторі образи та їх сполучення, що відповідають дійсним відношенням предметів, має зовнішній характер;

- **Розпливчаста**, яка застосовує емоційні образи, котрі не мають певних обрисів у просторі (уява у музиці);

- **Містична**, яка застосовує символи; містицизм перетворює природні образи на символічні, прагнучи втілити ідеал у формах зовнішньої природи;

- **Наукова** – насичена науковим мисленням (у науках, які тільки формуються, вона постає як наукова міфологія; у науках, що сформувалися, вона оживляє логічні схеми);

- **Уява в практичному житті й механіці**, образи якої при потребі втілюються в речову форму;

- **Уява у сфері торгівлі** – тут найбільша роль належить інтуїції, оскільки цей тип уяви присвячений здогадкам;

- **Уява у сфері утопії** – тут образи уяви відображають етичні та соціальні стосунки.

Процес створення образів уяви, або фантазій, може мати мимовільний і довільний характер.

Коли в уяві людини створення нових образів не кероване спеціальною метою, уява має мимовільний характер. Наприклад, під впливом розповіді вчителя створюються нові образи, відбувається їх роз'єднання або поєднання. Під час читання художнього твору в уяві виникають, без спеціального наміру, образи героїв твору, місцевість, де відбуваються події, час, коли вони відбуваються тощо.

Мимовільну уяву зумовлюють потреби і почуття.

Коли людина ставить спеціальну мету створити образ того чи іншого об'єкта, уява набуває довільного характеру. Наприклад, командир під час занять пропонує солдатам уявити пересічну болотисту місцевість, мінні поля, брід річки тощо за картою.

Залежно від характеру діяльності людини довільну уяву поділяють на відтворювальну, або репродуктивну, і творчу.

Відтворювальну уяву поділяють на залежну та незалежну.

Уява, яка ґрунтується на образах предметів та явищ, які людина сприймала раніше, має назву відтворювальної залежної. Уяву, що спирається на створення образів внаслідок опису, схеми, карти, графіка тощо, називають відтворювальною незалежною. Читаючи навчальну й художню літературу, вивчаючи географічні карти та історичні матеріали,

людина відтворює за допомогою уяви те, що відображено в художніх творах, в історичних документах. Особистості доводиться уявляти незнайомі об'єкти та явища на основі їх опису. Відтворювальна уява обслуговує спілкування людей. Цим видом уяви користується інженер, який вивчає нову для нього машину за кресленнями.

Творча уява полягає у створенні нових предметів та явищ.

Уяву поділяють ще на активну й пасивну.

Активна уява завжди спрямована на виконання творчого або логічного завдання. Процес зберігання в головному мозку інформації – динамічний, тобто відбувається поступова зміна змісту матеріалу і взаємне переміщення його елементів. Цей процес відображає активну уяву. Звідси – інтуїція, прозоріння. Активна уява спрямована переважно назовні. Вона визначається й контролюється волею і може бути відтворювальною (репродуктивною) або творчою. Апарат уяви становить умову творчої діяльності особистості.

Пасивна уява не має поставленої мети, інколи постає як ілюзія життя, де людина говорить, діє уявно. Вона тимчасово віддаляється у світ фантастичних, далеких від реальності уявлень. Таку уяву людина може викликати зумисно. Зумисно викликані образи фантазії, які не пов'язані з волею і спрямовані на втілення їх у життя, називають мареннями. Кожній особистості властиві марення, в них легко віднайти зв'язок продуктів уяви з потребами людини. Скажімо, військовослужбовці в бойових умовах відтворюють образи своєї сім'ї, себе в ній, своїх дітей, зустрічі з коханими, друзями тощо. Коли потреби людини надзвичайно сильні, а можливості їх задоволення мізерні, то уява розвивається з дивовижною силою. Задоволена потреба не породжує уяву. Якщо більшість потреб реалізувати неможливо, то в людини виникає домінанта незадоволеності, що породжує зміну особистості з відходом від реальності, страждання, впертість, неврози.

Уява виявляється в різній за змістом діяльності, тому розрізняють такі види уяви, як художня, наукова, технічна тощо. Усі ці види уяви мають свої особливості.

У **художній уяві** переважають чуттєві (зорові, слухові тощо) образи, надзвичайно детальні та яскраві. Письменник настільки яскраво уявляє собі образи героїв, ніби вони насправді спілкуються з ним, живуть поруч. Різні види художньої уяви мають свої специфічні особливості. Ці особливості виявляються під час створення образів художньої уяви, коли переважає той чи інший аналізатор: зоровий і руховий – у скульптора, живописця, слуховий – у композитора тощо.

Технічна уява створює образи просторових відношень у вигляді геометричних фігур з мисленнєвим застосуванням їх у різних комбінаціях. Важливу роль у створенні нових технічних конструкцій відіграють асоціації за схожістю. образи технічної уяви матеріалізуються в кресленнях, схемах, за допомогою яких створюють нові предмети та об'єкти. Продукти технічної уяви може бути представлено в мовній формі. Мовна фіксація допомагає глибоко аналізувати технічні відкриття, перевіряти їхню достовірність на практиці.

Наукова уява втілюється у плануванні й проведенні експериментальних досліджень, у вмінні будувати гіпотези, знаходженні

неординарних шляхів розв'язання проблеми, у побудові експериментальної ситуації, вмінні узагальнювати емпіричний матеріал тощо. Створені нові образи наукової уяви є засобом, за допомогою якого встановлюються закономірні відношення між предметами та явищами.

Особливим видом уяви є **мрія**. Мрія – це уява бажаного майбутнього. У мріях створюються образи бажаного. Значення мрії в житті людини надзвичайно велике. У мріях виявляється зв'язок уяви людини з її потребами, почуттями, прагненнями. Мрії стають поштовхом у творчій діяльності, в чому переконує нас життя багатьох видатних людей.

Вирізняють і так звану **антиципуючу уяву** (від лат. *anticipatio* – угадування наперед, передбачення). Вона є в основі здатності людини передбачати майбутні події. Антиципуюча уява добуває будівельний матеріал із запасів пам'яті. Антиципація майбутнього можлива завдяки прихованій реакції очікування, що виникає на основі уяви. Людині зовсім не потрібно стрибати з дев'ятого поверху, щоб дізнатися, наскільки небезпечне таке падіння. Образи антиципуючої уяви налаштовують організм на певні дії, коли ще немає приводу для таких заходів.

Процеси уяви мають аналітико-синтетичний характер, і в цьому вони схожі на процеси сприйняття, пам'яті й мислення.

9.3. Процеси уяви

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

Синтез образів у процесах уяви здійснюється в різних формах. Найбільш живаними із них є:

- **Аглотинація** (від лат. *agglutinare* – склеювати) – створення нового образу шляхом сполучення елементів, узятих з різних уявлень. Наприклад, образ русалки в казках, де голова і тулуб – жінки, а хвіст – риби. Цей прийом не набув великого поширення, оскільки образи його важко втілюються в предметні речі. А втім, приклади матеріалізації таких образів у реальному житті маємо – це танк, бойова машина піхоти, амфібія тощо.

- **Гіперболізація** – збільшення предмета (велетень Гуллівер, літаки «Мрія», Ан-74).

- **Літота** – на відміну від гіперболізації, зменшення предмета (хлопчик-мізинчик). Ці прийоми використовують у народних казках, фантастичних творах.

- **Підкреслення** – акцентування якоїсь частини образу чи певної властивості. За допомогою такого прийому створюють шаржі, карикатури.

- **Схематизація** – образ уяви, коли розбіжності зменшуються, а риси схожості виходять на перший план. Прикладом може бути орнамент, елементи якого художник узяв із рослинного світу.

- **Типізація** – виокремлення істотного в однорідних фактах і втілення їх у конкретних образах. Це найскладніший прийом. Його широко застосовують у літературі.

• **Комбінування** – сполучення даних у досвіді елементів у нові, більш-менш незвичні комбінації. Це найпростіша техніка уяви, саме її мали на увазі дослідники минулої доби, коли вважали механізмом уяви асоціацію.

• **Алегоризація**, створення алегорії – використання образу в переносному значенні. Образ є лише умовно обраним знаком якогось явища дійсності.

• **Метафоризація**, побудова метафор. Метафора є глибшим уявним відображенням явища, ніж алегорія, оскільки між метафоричним образом та його значенням існує певна подібність, аналогія.

• **Символізація**, використання символів, є найглибшою за значенням, сутнісним наповненням технікою уяви. Розуміння мови символів допомагає людині свідомо отримувати послання від власного несвідомого (сни тощо). Символ відрізняється від знака тим, що він є не умовно обраним для позначення, а глибинно, сутнісно єдиним із тим, що він позначає. На відміну від поняття, символ має необмежений обсяг значення. Вираженню через символи підлягає тільки загальнолюдське, приналежне до самого способу існування людини.

У техніці уяви завжди створюється складна динамічна єдність свідомого і несвідомого.

Уява – це вільне, своєрідне, творче відображення дійсності.

Контрольні питання:

- У чому виявляється сутність уяви? Які види уяви Ви знаєте?
- У чому виявляється відтворювальна (репродуктивна) уява?
- У чому виявляється творча (продуктивна) уява?
- Якою є відтворююча залежна і незалежна уява?
- У чому виявляється активна і пасивна уява?
- Яким чином уяву поділяють за змістом?
- Як відбувається процес уявлення?

Література:

- Антонов А.В. Психология избирательского творчества. – К.: Вища шк., 1978.
- Варій М.Й. Загальна психологія: Навч. посібник / Для студ. психол. і педагог. спеціальностей. – Львів: Край, 2005.
- Веккер Л.М. Психические процессы: В 3 т. – Т. 1. – Л.: Изд-во Ленингр. ун-та, 1974.
- Выготский Л.С. Воображение и творчество в детском возрасте: психологический очерк. – СПб.: Союз, 1997.
- Загальна психологія: Підручн. для студ. вищ. навч. закладів / За заг. ред. акад. С.Д. Максименка. – К.: Форум, 2000.
- Коршунова Л.С. Воображение и его роль в познании. – М.: Изд-во Моск. ун-та, 1979.
- Пармон Э.А. Роль фантазии в научном познании. – Минск: Университетское изд-во, 1984.
- Психология XXI века: Учеб. для вузов / Под ред. В.Н. Дружинина. – М.: ПЕР СЭ, 2003.
- Роменец В.А. Психологія творчості. – К.: Вища школа, 1971.
- Рычик М.В. От наглядных образов к научным понятиям. – К.: Рад. шк., 1987.
- Страхов И.В. Психология воображения. – Саратов, 1971.

Глава 10

УВАГА

10.1. Поняття уваги

Усі великі психологічні напрями неминуче виходили на проблему уваги, намагаючись описати коло явищ, які становлять це поняття, і розкрити його механізми.

На підставі чого ми можемо стверджувати, що маємо справу з механізмами уваги? Які феномени психічного життя описує це поняття? У психології виокремлюють критерії уваги, які торкаються практично всіх аспектів психічної діяльності, від зовнішніх реакцій до суб'єктивних вражень:

- **Зовнішні реакції** – моторні, вегетативні, які забезпечують умови кращого сприйняття сигналу. До них належать поворот голови, фіксація очей, міміка і зосередження, затримка подиху, вегетативні компоненти орієнтованої реакції;

- **Збільшення продуктивності пізнавальної діяльності.** У цьому разі йдеться про підвищення ефективності «уважної» дії (перцептивної, мнемічної, розумової, моторної) порівняно з «неуважною»;

- **Вибірковість (селективність) інформації.** Цей критерій виражається в можливості активно сприймати, запам'ятовувати, аналізувати лише деяку частину інформації, яка надходить, а також реагувати лише на обмежене коло зовнішніх стимулів. Російський дослідник М.М. Ланге підкреслював, що увага – це відносне панування цього уявлення цієї миті;

- **Ясність і виразність змістів свідомості,** які є в полі уваги. Цей суб'єктивний критерій було висунуто в межах психології свідомості. Усе поле свідомості розділяють на фокальну сферу і периферію. Одиниці фокальної сфери свідомості уявляються стійкими, яскравими, а змісти його периферії чітко не розрізнені і зливаються в пульсуючу хмару невизначеної форми. Така структура свідомості можлива не тільки під час сприймання об'єктів, а й у спогадах і мріюваннях.

Чи є увага самостійним процесом? Увага – це аспект будь-якої психічної діяльності чи динамічна характеристика пізнавальної діяльності, яка виражає провідний зв'язок психічної діяльності з певним об'єктом, на якому вона зосереджена? Чи вибіркова спрямованість на той чи інший об'єкт? П.Я. Гальперін вважав, що увагу можна розглядати як особливу розумову дію, і визначав її як згорнуту (автоматизовану) дію контролю.

УВАГА – це особлива форма психічної діяльності, яка виявляється у спрямованості й зосередженості свідомості на певних предметах і явищах навколишньої дійсності або власних переживаннях.

Саме спрямованість і зосередженість свідомості забезпечують підвищення рівня сенсорної, інтелектуальної або рухової активності індивіда.

Спрямованість виявляється у довільному або мимовільному виборі об'єктів, який відповідає потребам суб'єкта, меті і завданням його діяльності. Концентрованість виявляється в одночасному відволіканні від усього зайвого, у тимчасовому ігноруванні всіх інших об'єктів. При цьому відображення стає більш яким і чітким, думки та інформація утримуються у свідомості доти, доки діяльність не буде завершено, доки не буде досягнуто її мети. Отже, забезпечуються контроль і регулювання діяльності.

У своїх вищих формах увага пов'язана з регулюванням перебігу психічних процесів і свідомої поведінки людини.

Залежно від об'єкта зосередження увага може виявлятися у сенсорних, мнемічних, розумових і рухових процесах. На цій основі виокремлюють такі форми вияву уваги: **сенсорна** (перцептивна), **інтелектуальна**, **моторна** (рухова).

Найбільш вивченою нині є **сенсорна увага** (зорова, слухова). Більшість даних, які характеризують увагу, отримано, фактично, при її дослідженнях. Сприяючи підвищенню ефективності сприйняття, пам'яті, мислення, увага виявляється ніби всередині самих пізнавальних процесів. Саме з нею пов'язані повнота і точність сприйняття. Послаблення уваги може призвести до значних порушень перцептивних процесів і викривлення образу, який формується.

Увага потрібна в усіх різновидах сенсорної, інтелектуальної та рухової діяльності. Побуває порівняння уваги з термометром, який дає змогу робити висновки про переваги методів навчання та правильність його організації.

Важливою закономірністю уваги є її вибірковість, яка виявляється в тому, що людина, зосереджуючись на одному, не помічає іншого.

Увагу зумовлюють не лише зовнішні подразники, а й здатність людини довільно спрямовувати її на ті чи інші об'єкти, що називають уважністю. Увага – це характерологічна властивість особистості, завдяки якій людина володіє нею, а тому своєчасно й активно зосереджується, скеровує увагу.

Недостатній розвиток уважності виявляється в роззосередженості та відволіканні, нездатності без зовнішніх спонук спрямовувати і підтримувати свою увагу в процесі діяльності внутрішніми засобами.

10.2. Фізіологічне підґрунтя уваги

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

Отже, фізіологічним підґрунтям уваги є збудження, яке виникає в корі великих півкуль головного мозку під впливом подразнень, які на нас діють.

У процесі діяльності під впливом зовнішніх і внутрішніх подразнень у відповідних ділянках кори великих півкуль головного мозку виникають більш або менш стійкі осередки оптимального збудження. Ці оптимальні збудження стають домінуючими і зумовлюють гальмування слабших збуджень, що виникають в інших ділянках кори великих півкуль.

У зв'язку зі зміною специфіки та сили подразнень, які діють на нас ззовні або зсередини організму, осередок оптимального збудження може переміщуватися з одних ділянок кори великих півкуль головного мозку до інших. У такому разі змінюється і спрямованість уваги. У загальмованих ділянках кори головного мозку виникає збудження, а ділянки, що перебували в стані збудження, гальмуються.

Значний внесок у з'ясування фізіологічного підґрунтя уваги зробив О.О. Ухтомський своїм ученням про домінанту.

ДОМІНАНТА – це панівна ділянка, яка приваблює до себе хвилі збудження з найрізноманітніших джерел.

Серед багатьох збуджень, які виникають одночасно в корі головного мозку, одне є домінуючим. Воно і є фізіологічним підґрунтям свідомих процесів, уваги. Інші збудження при цьому гальмуються.

Загальмовані відносно слабші збудження (порівняно з домінуючими) О.О. Ухтомський називав субдомінантними.

Між домінантою та субдомінантами триває постійна боротьба. Домінантне збудження залишається домінуючим доти, доки якась субдомінанта не набуде більшої інтенсивності, ніж сила домінанти. Тоді субдомінанта стає домінантою, а домінанта – субдомінантою.

10.3. Основні властивості та види уваги

У психології розрізняють мимовільну, довільну та післядовільну увагу. Усі різновиди уваги тісно пов'язані між собою і за певних умов переходять одні в одних.

Мимовільна увага виникає несподівано, незалежно від свідомості, непередбачено, за умов діяльності чи відпочинку, на дозвіллі під впливом найрізноманітніших подразників, які впливають на той чи інший аналізатор організму.

Мимовільна увага виникає за умови, коли сила впливу сторонніх подразників перевищує силу впливу усвідомлених діючих збуджень, коли субдомінантні збудження, за певних обставин, стають інтенсивнішими порівняно з тими, що домінують у цей момент.

Збудниками мимовільної уваги можуть бути не лише зовнішні предмети, обставини, а й внутрішні потреби, емоційні стани, наші прагнення – усе те, що чомусь хвилює нас.

Мимовільна увага є короткочасною, але за певних умов залежно від сили впливу сторонніх подразників, що впливають на нас, вона може виникати досить часто, заважаючи основній діяльності.

Довільна увага – це свідомо спрямоване зосередження особистості на предметах і явищах навколишньої дійсності, на внутрішній психічній діяльності. Основний компонент довільної уваги – воля. Силою волі людина здатна мобілізувати й зосередити свою свідомість на потрібній діяльності впродовж досить тривалого часу.

Характерними особливостями довільної уваги є цілеспрямованість, організованість діяльності, усвідомлення послідовності дій, дисциплінованість розумової діяльності, здатність боротися із сторонніми відволіканнями.

Післядовільна увага виникає в результаті свідомого зосередження на предметах і явищах у процесі довільної уваги. Долаючи труднощі під час довільного зосередження, людина зникає до них, сама діяльність зумовлює появу певного інтересу, а часом і захоплює її виконавця, і увага набуває рис мимовільного зосередження.

Тому післядовільну увагу називають ще й вторинною мимовільною увагою.

У зв'язку з цим виокремлюють зовнішню (сенсорну й рухову) увагу і внутрішню (інтелектуальну) увагу.

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

Зовнішня увага відіграє провідну роль у спостереженні предметів і явищ навколишньої дійсності та їхньому відображенні нашою свідомістю. Вона виявляється в активній установці, у спрямуванні органів чуття на об'єкт сприйняття і спостереження, в зосередженні на рухомих органах тіла – руках, ногах, на їхньому напруженні.

Зовнішня увага (сенсорна, рухова) яскраво виявляється у своєрідних рухах очей, голови, виразах обличчя, у мімічних і пантомімічних виразах і рухах, у своєрідній готовності здійснювати ті чи ті трудові, навчальні, спортивні завдання.

Зосередження на предметах і явищах дійсності сприяє підвищенню чутливості, тобто сенсибілізації органів чуттів – зору, слуху, нюху, смаку, дотику, а також темпераменту, статичних і кінестезичних станів організму та його органів.

Сенсибілізація органів чуттів сприяє більш чіткому вибіркового сприйманню предметів та явищ, їхніх елементів.

Внутрішню (інтелектуальну) увагу спрямовано на аналіз діяльності психічних процесів (сприйняття, пам'яті, уяви, мислення), психічних механізмів і переживань. Вона яскраво виявляється, наприклад, під час розв'язування завдань подумки, у пригадуванні, у розмірковуванні подумки.

В увазі виокремлюють такі її характерні властивості:

- **Зосередженість**, яка виявляється в мірі інтенсивності концентрації на предметах розумової або фізичної діяльності. Заглиблюючись у предмет, людина не помічає впливу на неї сторонніх подразників, того, що відбувається навколо. Фізіологічним підґрунтям зосередженості є позитивна індукція нервових процесів збудження та гальмування. Зосередженість, тобто концентрація уваги, залежить від змісту діяльності,

ступеня зацікавленості до неї і особливо від індивідуальних особливостей людини – її вміння, звички зосереджуватися, підґрунтям чого є активність і стійкість збуджень в активних ділянках кори великих півкуль головного мозку;

- **Стійкість** характеризується тривалістю зосередження на об'єктах діяльності. Стійкість, як і зосередженість, залежить від сили або інтенсивності збудження, що забезпечується і силою впливу об'єктів діяльності, й індивідуальними можливостями особистості, важливістю для неї діяльності, зацікавленням нею.

- **Роззосередженість** – це негативна особливість уваги, зумовлена послабленням сили зосередженості. Роззосередженість уваги наявна під час інтенсивного зосередження на чомусь. Але це пов'язано з глибиною зосередження, а не його слабкістю та поверховістю.

- **Коливання** виявляються в періодичному зниженні та підвищенні зосередження. Такі періоди коливань, як засвідчили дослідження М.М. Ланге, становлять від 2–3 до 12 секунд.

- **Переключення** – це навмисне перенесення уваги з одного предмета на інший, якщо цього вимагає діяльність. Фізіологічним підґрунтям переключення уваги є гальмування оптимального збудження в одних ділянках мозку і виникнення його в інших.

- **Концентрація** – це ступінь зосередженості на кількох певних об'єктах.

- **Розподіл** виявляється в тому, що людина одночасно виконує кілька різновидів діяльності або одночасно контролює кілька об'єктів. Передумовою такого переключення є те, що одна дія звична, виконується автоматично, а інша – свідомо.

- **Спрямованість** – це утримання під контролем лише тих чи інших об'єктів. Ступінь уваги – це характеристика її інтенсивності. В аспекті суб'єктивних переживань його оцінюють як ступінь ясності та вираженості переживань. У сучасній когнітивній психології під ступенем уваги мають на увазі кількість ресурсів, наданих до переробки інформації, та оцінюють за рівнем або глибиною цієї переробки.

- **Обсяг** – це така кількість елементів, які увага може охопити і сприйняти в найкоротший час. За цією ознакою увага може бути вузькою та широкою. Широта обсягу уваги залежить від спорідненості матеріалу, який сприймають, а також від вікових особливостей людини. Дослідженнями встановлено, що обсяг уваги дорослої людини під час сприйняття не зв'язаного за змістом матеріалу (незрозумілі сполучення літер, фігури, окремі літери) дорівнює 4–6 об'єктам, що сприймаються впродовж однієї-двох – десятих секунди. Зміну загальної спрямованості й обсягу уваги називають відволіканнями, або порушеннями уваги. Оцінки частоти коливань і порушень характеризують стійкість уваги до цього об'єкта.

- **Розсіяність** – це перестрибування від одного зовнішнього об'єкта до іншого. Увага людини за мінімальної вольової регуляції підпорядковується зовнішнім обставинам.

Однією з важливих характеристик уваги є зв'язок уважності з діяльністю і спрямованістю особистості.

Професіоналізація уваги складається так, як вона починає формуватися ще в школі.

Контрольні питання:

- Як розуміють увагу в психологічній науці?
- Розкрийте сутність уваги.
- Які форми вияву уваги?
- Що є фізіологічним підґрунтям уваги?
- Як увага співвідноситься з іншими психічними пізнавальними процесами?
- Які є види уваги?
- У чому суть зовнішньої і внутрішньої уваги?
- Які головні властивості уваги?
- У чому виявляється уважність людини?

Література:

- Баскова И.Л. Внимание дошкольника, методы его изучения и развития: Изучение внимания школьников. – М.: Ин-т практ. психологии, Воронеж: НПО «МОДЭК», 1995.
- Варій М.Й. Загальна психологія: Навч. посібник / Для студ. психол. і педагог. спеціальностей. – Львів: Край, 2005.
- Веккер Л.М. Психические процессы: В 3 т. – Т. 1. – Л.: Изд-во Ленинг. ун-та, 1974.
- Вопросы психологии внимания / Под ред. В.И. Страхова. – Саратов: Сарат. гос. пед. ин-т, 1975.
- Гоноблин Ф.Н. Внимание и его воспитание. – М.: Педагогика, 1982.
- Джемс У. Психология / Пер. с англ. – М.: Педагогика, 1991.
- Дормашев Ю.Б., Романов В.Я. Психология внимания. – Л.: Наука, 1985.
- Дубровинская Н.В. Нейрофизиологические механизмы внимания. – Л.: Наука, 1985.
- Левитина С.С. Можно ли управлять вниманием школьника? – М.: Знание, 1980.
- Лурия А.Р. Внимание и память. – М.: Изд-во Моск. ун-та, 1975.
- Нейрофизиологические механизмы внимания / Под ред. Е.Д. Хомской. – М.: Изд-во Моск. ун-та, 1979.
- Психология XXI века: Учебник для вузов / Под ред В.Н. Дружинина. – М.: ПЕР СЭ, 2003.

Глава 11

ЕМОЦІЇ ТА ПОЧУТТЯ

11.1. Розуміння емоцій та почуттів

Будь-яка людина знає, що таке емоції, проте описати і пояснити їх не завжди здатна. І це не дивно, оскільки й дотепер проблема емоцій в науці залишається загадковою й багато в чому незрозумілою, хоча їхня роль у керуванні поведінкою людини велика.

Емоції й почуття, виконуючи різні функції, беруть участь у керуванні поведінкою людини як невимушений компонент, втручаючись у нього як на стадії усвідомлення потреби й оцінки ситуації, так і на стадії ухвалення рішення та оцінки досягнутого результату. Тому розуміння механізмів керування поведінкою вимагає розуміння й емоційної та почуттєвої сфери людини, її ролі в цьому керуванні.

Швейцарський психолог Е. Клапаред ще в 1928 р. писав: «Психологія афективних процесів – найзаплутаніша частина психології. Саме тут між окремими психологами існують найбільші розбіжності. Вони не знаходять згоди ні у фактах, ні в словах. Деякі називають почуттями те, що інші називають емоціями. Деякі вважають почуття простими, кінцевими, нерозкладними явищами, завжди схожими на самих себе і такими, що змінюються тільки кількісно. Інші ж, навпаки, думають, що діапазон почуттів містить у собі нескінченність нюансів і що почуття завжди являє собою частину більш складної цілості... Простим перелічуванням фундаментальних розбіжностей можна було б заповнити цілі сторінки».

Сучасних учених, які розглядають зіставлення почуттів і емоцій, можна поділити на чотири групи. Перша група ототожнює почуття й емоції або дає почуттям таке ж визначення, яке інші психологи дають емоціям; друга вважає почуття є одним із видів емоцій (емоційних явищ); третя група визначає почуття як родові поняття, що поєднує різні види емоцій як форми переживання почуттів (емоції, афекти, настрої, пристрасті й власне почуття); четверта – розмежовує почуття й емоції.

Усе це призводить до того, що виникає не тільки термінологічна плутанина, а й суцільна плутанина в описі того чи іншого явища.

Попри велику кількість публікацій з проблем емоцій, навіть у солідних монографіях і підручниках для психологів багато аспектів емоційної сфери людини, що мають велике практичне значення для педагогіки, психології праці й спорту, навіть не позначаються. У результаті проблема емоцій і почуттів виявляється представленою в не найкраще.

Виникає закономірне питання, що є тим компонентом, на основі якого виникають і виявляються емоції та почуття? Таким компонентом, на наш погляд, є **переживання**.

Найчастіше емоції визначають як переживання людиною в цей момент свого ставлення до чогось або до когось (до наявної чи майбутньої ситуації, до інших людей, до самої себе тощо).

Однак визначення, які дають переживанням, мають формальний і суперечливий характер. Наприклад, Л.С. Виготський визначав переживання як особливу інтегральну одиницю свідомості; К.К. Платонов – як найпростіше суб'єктивне явище, як психічну форму відображення, що є одним із трьох атрибутів свідомості; Ф.Є.Василок – як будь-який емоційно забарвлений стан і явище дійсності, котре безпосередньо представлене в його свідомості та постає для нього як подія його власного життя. Водночас цей автор вважає за можливе використати в назві своєї книги поняття «переживання» у сенсі «пережити», «перебороти» критичну ситуацію, що виникла. А це, у свою чергу, ще більше заплутує розуміння сутності цього терміна. Р.С. Немов вважає, що переживання – це відчуття, які супроводжуються емоціями. М.І. Дяченко і Л.О. Кандибович визначають переживання як осмислений емоційний стан, зумовлений значущою об'єктивною подією чи спогадами епізодів попереднього життя.

Для Л.М. Веккера переживання – це безпосереднє відображення самим суб'єктом власних станів, а не відображення властивостей і співвідношень зовнішніх емоціогенних об'єктів. Останнє є знання.

Ми вважаємо, що переживання – це особливе внутрішнє психічне з різним психоенергетичним потенціалом і знаком, яке детермінує ефективність функціонування всіх підсистем психіки.

Його характеризують: полярність (знак); тривалість; глибина; інтенсивність; сила прояву.

Ми вважаємо, що емоції та почуття відносно незалежні й самостійні явища.

ЕМОЦІЇ – це переживання людиною ситуативного чи дійового значення предметів та явищ минулого, теперішнього або майбутнього. Їхній психоенергетичний потенціал, на відміну від почуттів, виникаючи, може швидко збільшуватися, а потім так само легко об'єктивуватися в інше психічне.

ПОЧУТТЯ – це переживання людиною життєвого сенсу предметів та явищ.

Почуття розвиваються поступово. Їхній психоенергетичний потенціал, на відміну від емоцій, перебуває у психіці відносно тривалий час і навіть усе життя (патріотизм, дружба, кохання, гордість, гідність, ревності тощо). Почуття – це таке внутрішнє психічне, яке постійно наявне в психіці людини, прямо й опосередковано впливає на її поведінку і діяльність. Власне переживання є основою будь-якої емоції та почуття.

Керуючись цим, ми пропонуємо страто-диференційну психоенергетичну концепцію сфери переживань людини, до якої входять: 1) емоційний тон відчуттів; 2) емоційні стани; 3) емоційні властивості особистості; 4) різні емоційні явища та почуття. Отже, йдеться про сферу переживань людини як більш об'ємне поняття, ніж емоції та почуття.

11.2. Характеристика різних видів емоційного реагування

Емоційний тон відчуттів. Емоційний тон відчуттів є філогенетично найдавнішою емоційною реакцією. Він пов'язаний з переживанням задоволення чи незадоволення в процесі відчуття. Це контактний вид емоційного реагування. Саме це відрізняє, на його думку, емоційний тон відчуттів від інших емоційних реакцій. У разі страждання, відрази, задоволення завжди є взаємодія.

Для емоційного тону відчуттів характерне реагування на окремі властивості об'єктів або явищ: приємний чи неприємний запах хімічних речовин або смак продуктів; приємний або неприємний звук, який дратує чи тішить тощо.

Функції емоційного тону відчуттів.

- Перша функція емоційного тону відчуттів, на яку в основному вказує багато авторів, – орієнтувальна, котра полягає в повідомленні організму, чи небезпечний той або інший вплив, чи він є бажаним або його треба позбутися.

- Другою функцією емоційного тону відчуттів є забезпечення зворотного зв'язку, завдання якого – повідомляти людині й тваринам, що біологічну потребу задоволено (і тоді виникає позитивний емоційний тон – задоволення) або не задоволено (і тоді виникає негативний емоційний тон – невдоволення).

- Третя функція емоційного тону відчуттів пов'язана з необхідністю виявляти певні види поведінки доти, доки не буде досягнуто потрібного організму результату.

Те саме відбувається й у разі гальмування певної поведінки. Якщо організму вона небажана й шкідлива в цей момент, тоді виникає відчуття відрази до об'єкта, який раніше викликав задоволення. Наприклад, у разі розладу діяльності шлунково-кишкового тракту потрібно на якийсь час припинити вживання їжі. Для цього патологічні процеси у внутрішніх органах збуджують нервові структури «центри відрази». Тепер будь-яке подразнення, адресоване до харчового центру від безпосереднього контакту з їжею до її вигляду, запаху лише підсилює відразу й тим самим запобігає потраплянню їжі в шлунково-кишковий тракт, сприяючи перебігу відбудовних процесів. У цьому разі тварина чи людина теж змушена поводитися певним чином доти, поки відраза до їжі не зникне й організм не досягне потрібного йому результату.

Емоційний тон вражень. Емоційний тон задоволення чи невдоволення, насолоди чи відрази може супроводжувати не лише відчуття, а й враження людини від процесу сприйняття, уявлення, інтелектуальної діяльності, спілкування, емоцій. Тому Є.П. Ільїн виокремлює ще один вид емоційного тону – емоційний тон вражень. Якщо емоційний тон відчуттів – це фізичне задоволення-незадоволення, то емоційний тон вражень – естетичне задоволення-незадоволення.

Емоційний тон вражень має властивість узагальненості. Він, на відміну від емоційного тону відчуттів, може бути безконтактним, тобто не пов'язаним із прямим впливом фізичного чи хімічного подразника, а бути

наслідком впливу (спогадів про приємно проведену відпустку, про перемогу улюбленої команди, про свій вдалий виступ тощо).

Отже, можна зазначити, емоційний тон відчуттів – це нижчий рівень вродженого (безумовно-рефлекторного) емоційного реагування, який виконує функцію біологічної оцінки і впливає на організм людини і тваринних подразників через виникнення задоволення або невдоволення. Емоційний тон відчуттів є наслідком уже фізіологічного процесу (відчуття), який виник. Тому для виникнення емоційного тону відчуттів необхідний фізичний контакт із подразником.

Форма вияву емоцій. Емоції можуть виявлятися активно й пасивно. Страх виявляється активно (втікання) і пасивно (завмирають від страху), радість може бути бурхлива і тиха, розсердившись, людина може гарячкувати, а може лише насупитися, у гніві людина може бушувати, або ж у неї може все кипіти в грудях тощо.

Афект. На початку ХХ ст. серед різних «почуттів» у самостійну групу почали виокремлювати афекти.

Будь-яка емоція може досягти рівня афекту, якщо її спричинює сильний або особливо значущий для людини стимул.

Афектові як різновиду емоції притаманні:

- швидке виникнення;
- дуже велика інтенсивність переживання;
- короткочасність;
- бурхливе вираження (експресія);
- несвідомість, тобто зниження свідомого контролю за своїми діями (у стані афекту людина не здатна тримати себе в руках). В стані афекту мало продумуються наслідки скоєного, внаслідок чого поведінка людини стає імпульсивною. Про таку людину кажуть, що вона в нестямі;
- дифузність; сильні афекти захоплюють всю особистість, що супроводжується зниженням здатності до переключення уваги, звуженням поля сприйняття. Контроль уваги фокусується в основному на об'єкті, який спричинив афект («гнів застеляє очі», «лють засліплює»).

Афективні вияви позитивних емоцій – це піднесення, наснага, ентузіазм, приступ невтримних веселощів, сміху, а афективні вияви негативних емоцій – це лють, гнів, жах, розпач, що супроводжуються нерідко ступором (застиганням у нерухомій позі). Після афекту часто настає занепад сил, байдужість до навколишнього чи каяття у скоєному, тобто так званий афективний шок.

Частий вияв афекту за нормальних обставин свідчить або про невихованість людини (людина дозволяє собі афективний стан), або про наявне в неї нервово-психічне захворювання.

Властивості емоцій. Емоціям (утім, як й емоційному тону) притаманна низка властивостей (рис. 11.2).

Універсальність полягає в незалежності емоцій від виду потреби й специфіки діяльності, в якій вони виникають. Надія, тривога, радість, гнів можуть виникнути під час задоволення будь-якої потреби. Це означає, що механізми виникнення емоцій є специфічними й незалежними від механізмів виникнення конкретних потреб. Те саме можна сказати й щодо емоційного тону. Наприклад, задоволення можна відчувати від різних відчуттів, образів сприйняття й уявлення. Цю властивість емоцій виокремив У. Мак-Дугалл.

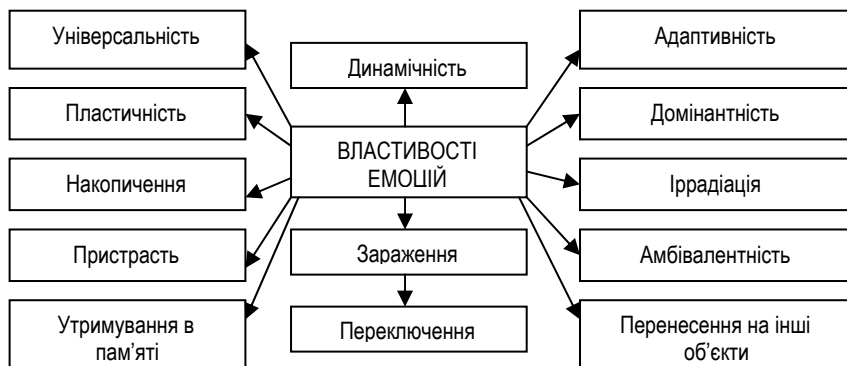


Рис. 11.2. Властивості емоцій

Динамічність емоцій полягає у фазовості їхнього перебігу, тобто в наростанні напруження та її розрядці. На цю властивість вказував ще В. Вундт у своїй тривимірній схемі характеристики емоцій. Емоційне напруження наростає в ситуації очікування: що ближче майбутня подія, то сильніше наростає напруження. Те саме спостерігаємо в разі дії, яка не зупиняється. Розрядка напруження, що виникло, відбувається під час здійснення вчинку. Людина переживає її як полегшення, умиротворення або повне знесилення.

Т. Томашевські на прикладі емоції гніву виокремив чотири фази розвитку емоції: фазу кумуляції (нагромадження, підсумовування), вибуху, зменшення напруження та вгасання.

Домінантність виявляється в тому, що сильні емоції мають здатність придушувати протилежні собі емоції, не допускати їх у свідомість людини.

Накопичення і зміцнення виявляється у збільшенні психоенергетичного потенціалу емоцій. Емоції, пов'язані з тим самим об'єктом, підсумовуються впродовж життя, що зумовлює збільшення їхньої інтенсивності, зміцнення почуттів, у результаті чого і їхнє переживання у вигляді емоцій сильнішає. Характерним для підсумовування емоцій є прихованість цього процесу: він відбувається непомітно для людини, яка його не усвідомлює.

Адаптація полягає у притупленні, зниженні гостроти переживань у разі тривалого повторення тих самих вражень. Тривала дія приємного подразника спричинює ослаблення переживання задоволення, аж до повного його зникнення. Наприклад, часте захоочення працівників тим самим способом зумовлює те, що вони перестають емоційно реагувати на

ці заохочення. Водночас перерва в дії подразника може знову викликати задоволення. За даними В. Вітвицького, адаптації зазнають і негативні емоції, наприклад, невдоволення помірної інтенсивності, однак адаптації до болю не настає.

Упередженість (суб'єктивність) полягає в тому, що та сама причина може викликати у людини різні емоції. Небезпека в одних зумовлює страх, в інших – радісний, піднятий настрій.

Заразливість полягає в мимовільному передаванні свого настрою, переживання іншим людям, які спілкуються з певною особою. Внаслідок цього можуть виникнути як загальні веселощі, так і нудьга або паніка.

Пластичність виявляється в тому, що ту саму за модальністю емоцію можна переживати з різними відтінками й навіть як емоцію різного знака (приємна або неприємна). Наприклад, страх може переживатися не лише негативно, а й за певних умов люди можуть одержувати від нього задоволення, випробовуючи «гострі відчуття».

Утримання в пам'яті - це здатність емоцій тривалий час зберігатися в пам'яті. У зв'язку із цим виокремлюють особливий вид пам'яті – емоційний.

Іррадіація означає можливість поширення настрою (емоційного тла) з обставин, які його спершу зумовили, на все, що людина сприймає. Щасливому «все усміхається», здається приємним і радісним. Розлючену людину дратує геть усе: задоволене обличчя іншої людини, безневинне питання (одного підлітка мати запитала, чи хоче він їсти, на що той закричав: «Та що ти мені весь час у душу лізеш!») тощо.

Перенос емоцій як властивість, полягає в їх перенесенні на інші об'єкти. У закоханого здатність виявляти сентиментальні емоції викликає не лише вигляд коханої людини, а й предмети, якими вона користувалася (хустка коханої, її рукавичка, пасмо волосся, лист, записка), з якими людина може проробляти такі ж дії, як і з самим об'єктом кохання (гладити, цілувати). Оскільки позитивні почуття дитинства пов'язані з «малою Батьківщиною», вони переносяться й на земляків, що зустрілися вдалині від неї.

З іншого боку, дитина, у якої виникла негативна реакція на пацюка, починає так само реагувати на схожі об'єкти (кроля, собаку, шубу).

Амбівалентність виражається в тому, що людина може одночасно переживати і позитивний, і негативний емоційні стани.

«Переключення» означає, що предметом (об'єктом) однієї емоції стає інша емоція: мені соромно за свою радість; я насолоджуюся страхом; я впиваюся своїм смутком тощо.

Настрій (актуальний емоційний фон). У повсякденній свідомості його часто розуміють як гарний або поганий «настрій», як налаштованість (наявність або відсутність бажання) людини в цей момент спілкуватися, чимось займатися, погоджуватися або не погоджуватися тощо (недарма підлегли, йдучи на прийом до начальника, намагаються довідатися, в якому він перебуває настрої).

У більшості підручників психології настроїв описують як самостійний емоційний феномен, що відрізняється від емоцій. Наприклад, М.В.

Данилова пише, що те саме явище одночасно може викликати як емоцію, так і настрій, які можуть співіснувати, впливаючи один на одного.

На відміну від емоційного тону відчуттів та емоцій, НАСТРІЙ у більшості вітчизняних підручників з психології характеризують:

- слабкою інтенсивністю;
- значною тривалістю, оскільки настрої може тривати годинами, і навіть днями;
- незрозумілістю його причини;
- впливом на активність людини.

Види настроїв. Виокремлені види настроїв лише підкреслюють їхню тотожність емоціям. Настрій може бути гарним (стенічним) і поганим (астенічним). У першому випадку в разі його стійкого вияву говорять про гіпертимію, тобто підвищений настрій. Їй властива піднесеність, веселість, життєрадісність із припливами бадьорості, оптимізму, щастя. Постійний вияв гіпертимії характеризують як гіпертимність. Це емоційний стереотип поведінки, який у разі різкої виразності може призвести до некритичного вияву активності: людина претендує на більше, ніж уміє й може зробити. Вона намагається за все братися, всіх повчати, намагається привернути до себе увагу за всяку ціну.

Іншим виявом гарного настрою є ейфорія. Їй притаманна безтурботність, благодушність і водночас, байдуже ставлення до серйозних аспектів і явищ життя. Ейфорійний стан має наркотичні властивості – він активізує психіку, і до нього людина звикає. Щоб зумовити його, людині стають потрібні алкоголь, наркотики, а артистові чи спортсменові – глядачі.

Настрій як емоційне тло. Розповсюдженим є погляд, що людина має настрої у кожен момент часу. М.М. Левітов пише: «Настрій ніколи не залишає людину; тільки як і всякий психічний стан, його зауважують лише в тому разі, коли він набуває позитивного чи негативного акценту».

Стрес (стан емоційної напруженості). Серед емоційних станів виокремлюють *емоційну напруженість* (Наєнко, Овчинніков), яку характеризує підвищений рівень активації (порушення).

В.Л. Марищук запропонував розмежувати поняття «емоційна напруга» й «емоційна напруженість». Першу, на його погляд, характеризує активізація різних функцій організму в зв'язку з активними вольовими актами, інша зумовлює тимчасове зниження стійкості психічних процесів і працездатності. Такий поділ видається не надто логічним і насамперед тому, що емоційною напругою автор називає вольову напругу. Більшість авторів не розмежовує поняття «емоційна напруга» й «емоційна напруженість».

У наш час стало модним замість терміна «емоційна напруга» вживати термін «стрес».

У завершеному вигляді вчення про стрес, як про загальний адаптаційний синдром під час дії певних агентів, сформулював Г. Сельє, хоча й до нього схожі явища спостерігали деякі фізіологи й клініцисти.

Що моднішим ставало поняття «стрес», то більше Сельє відходив від первісного розуміння цього феномена.

Г. Сельє трактує поняття «стрес» по-різному. Він не встояв перед спокусою створити «всеосяжне і єдино правильне» вчення. Спочатку він приділив увагу лише біологічним і фізіологічним аспектам проблеми стресу. Тому традиційним стало розуміння стресу як фізіологічної реакції організму на дію *негативних чинників, які становлять загрозу для організму*.

Стрес виражається загальним адаптаційним синдромом, який виявляється незалежно від якості патогенного чинника (хімічний, термічний, фізичний) та має певні стадії:

- реакція **ТРИВОГИ**, під час якої опір організму спочатку знижується («фаза шоку»), а потім включаються захисні механізми («фаза протишоку»);
- стадія **СТІЙКОСТІ** (резистентності), коли за рахунок напруги систем, що функціонують, досягається пристосування організму до нових умов;
- стадія **ВИСНАЖЕННЯ**, у якій виявляється неспроможність захисних механізмів і наростає порушення погодженості життєвих функцій.

Це зумовило змішування психофізіологічного й фізіологічного підходів до вивчення стресу.

Першим спробував розмежувати фізіологічне й психологічне розуміння стресу Р. Лазарус. Він висунув концепцію, відповідно до якої розмежовується фізіологічний стрес, пов'язаний із впливом реального фізичного подразника, і психічний (емоційний) стрес, пов'язаний з оцінкою людиною майбутньої ситуації як загрозової, важкої. Однак такий поділ теж досить умовний, оскільки у фізіологічному стресі завжди є елементи психічного (емоційного), а в психічному не може не бути фізіологічних змін.

На фінальній стадії розробки свого вчення Г. Сельє став говорити про два види стресу – *дистрес*, пов'язаний з негативними емоційними реакціями, і *еустрес*, пов'язаний з позитивними емоційними реакціями. Це зумовило те, що у сферу цих понять увійшли всі фізіологічні явища, включаючи й сон. Зокрема, Сельє пише, що навіть у стані повного розслаблення спляча людина переживає деякий стрес і що повна свобода від стресу означає смерть.

Виникає питання: які порушення можна вважати стресовими, а які ні?

В.Л. Маришук вважає, що стресом можна назвати лише такий стан, якому притаманний значний викид стероїдних гормонів (не менший за величину ймовірного відхилення від вихідних показників).

11.3. Функції емоцій у керуванні поведінкою та діяльністю

Функція емоцій – це вузьке природне призначення, робота, яку виконують емоції в організмі, а їхня роль (узагальнене значення) – це характер і ступінь участі емоцій у чомусь, зумовлена їхніми функціями або ж їхній вплив на щось, крім їхнього природного призначення (тобто вторинний продукт їхнього функціонування). Роль емоцій для тварин і людини може бути позитивною й негативною.

Розглянемо різні функції емоцій, які вони виконують.

Відображально-оцінна функція емоцій виявляється за рахунок суб'єктивного компонента емоційного реагування (переживання) в основному на початковому етапі довільного керування (у разі виникнення потреби й розгортання на її основі мотиваційного процесу) і на кінцевому етапі (під час оцінки досягнутого результату: задоволення потреби, реалізації наміру).

Подобається людині те, що вона бачить у дзеркалі, чи ні – це не залежить від дзеркала, воно не дає оцінку відображуваному. Оцінка (ставлення) залежить від суб'єктивного сприйняття видимого, котре зіставляється з еталонами, бажаннями, смаками людини.

Мотиваційна функція емоцій. Емоції відіграють помітну роль на всіх етапах мотиваційного процесу: під час оцінки значущості зовнішнього подразника, у разі сигналізації потреби, яка виникає, й оцінки її значущості, під час прогнозування можливості задоволення потреби, у разі вибору мети.

Сигнальна функція емоцій. На першому (мотиваційному) етапі головне призначення емоцій – сигналізувати про користь або шкоду для організму того чи іншого стимулу, явища, які позначаються певним знаком (позитивним або негативним) ще до того, як їх буде усвідомлено, логічно оцінено.

Прогностична функція емоцій. Включаючись у процес імовірнісного прогнозування, емоції допомагають оцінювати майбутні події (передчуття задоволення, коли людина йде в театр, або очікування неприємних переживань після іспиту, коли студент не встиг до нього як слід підготуватися), тобто виконують прогностичну функцію.

Спонукальна функція емоцій. На думку С.Л. Рубінштейна, «...емоція в собі самій містить потяг, бажання, прагнення, спрямоване до предмета або від нього, так само як потяг, бажання, прагнення завжди більш-менш емоційні». Загалом, питання про те, звідки в спонуканні береться заряд енергії, досить складне і дискусійне. Виключати наявність у спонуканні до дії енергії емоцій не можна, але вважати, що емоції, власне, викликають спонукання до дії, теж навряд чи можливо.

Активаційно-енергетична функція емоцій виявляється в основному за рахунок фізіологічного компонента: зміни вегетативних функцій і рівня порушення кіркових відділів мозку. За впливом на поведінку і діяльність людини німецький філософ І. Кант поділив емоційні реакції (емоції) на стеничні (із грецьк. – сила), які підсилюють життєдіяльність організму, та астенічні – які її послаблюють. Стеничний страх може сприяти мобілізації резервів людини за рахунок викиду в кров

додаткової кількості адреналіну, наприклад під час активно-оборонної його форми (втечі від небезпеки). Сприяє мобілізації сил організму й насага, радість («окрилений успіхом», – кажуть у таких випадках).

Деструктивний вплив емоцій. Емоції можуть відігравати в житті людини не лише позитивну, а й негативну (руйнівну) роль. Вони можуть призводити до дезорганізації поведінки й діяльності людини.

Дуже часто дезорганізуюча роль емоцій, мабуть, пов'язана не стільки з їхньою модальністю, скільки із силою емоційного збудження.

Однак має значення й модальність емоції. Страх, наприклад, може порушити поведінку людини, пов'язану з досягненням певної мети, зумовлюючи в неї пасивно-оборонну реакцію (ступор при сильному страху, відмова від виконання завдання). Це призводить або до відмови від діяльності, або до вповільнення темпів оволодіння певною діяльністю, що здається людині небезпечною. Дезорганізуюча роль емоцій виявляється й під час злості, коли людина прагне досягти мети за всяку ціну, повторюючи ті самі дії, які не приводять до успіху. Під час сильного хвилювання людині буває важко зосередитися на завданні, вона може забути, що їй треба робити.

Комунікативна функція емоцій. Емоції за рахунок свого експресивного компонента (головним чином – експресії обличчя) беруть участь у встановленні контакту з іншими людьми в процесі спілкування з ними, у впливі на них. Важливість цієї ролі емоцій видно з того, що на Заході багато керівників приймає на роботу співробітників за коефіцієнтом інтелекту, а підвищують у посаді – згідно з емоційним коефіцієнтом, який характеризує здатність людини до емоційного спілкування.

Роль емоційного реагування в процесі спілкування різноманітна.

Регулююча функція емоцій у процесі спілкування складається в координації черговості висловлень. Часто при цьому спостерігається сполучений вияв різних функцій емоцій. Наприклад, сигнальна функція емоцій часто сполучається з її захисною функцією: загрозливий вигляд у хвилину небезпеки сприяє залякуванню іншої людини чи тварини.

Емоція, як правило, має зовнішнє вираження (експресію), за допомогою якої людина чи тварина повідомляє іншому про свій стан, що їм подобається, а що ні тощо. Це допомагає порозумінню під час спілкування, попередженню агресії з боку іншої людини чи тварини, розпізнаванню потреб і станів, наявних у цей момент в іншого суб'єкта.

Маніпулятивна функція емоцій. У межах комунікативної ролі емоції можуть використовувати для маніпулювання іншими людьми. Часто ми свідомо або за звичкою демонструємо ті чи інші емоційні вияви не тому, що вони виникли в нас природно, а тому, що вони бажаним чином впливають на інших людей.

Як засоби маніпулювання використовують посмішку, сміх, погрозу, лемент, плач, показну байдужість, показне страждання тощо.

Під час маніпулювання відтворюється «емоційна заготовка» – енграма. Пам'ять запам'ятовує ситуації, за яких «емоційна заготовка» дає потрібний ефект, і надалі людина використовує їх в аналогічних ситуаціях. Енграми становлять маніпулятивний досвід людини. Вони бувають позитивної й негативної властивості, якщо їх розглядати з

погляду впливу на інших людей. Перші прагнуть викликати до себе позитивне ставлення (довіра, визнання, любов). У цьому разі використовують такі мімічні засоби, як усмішка, сміх, голосові інтонації ліричного й миролюбного спектру, жести, які символізують вітання, прийняття партнера, радість від спілкування з ним, руху голови, що виражають згоду, рухи тулуба, що свідчать про довіру до партнера тощо. Інші наповнені символікою агресії, ворожнечі, гніву, відчуження, дистанціювання, погрози, невдоволення.

Пізнавальна функція емоцій. Наявність емоційних явищ у процесі пізнання зазначали ще давньогрецькі філософи (Платон, Арістотель). Роль емоцій в інтелектуальному творчому процесі різноманітна. Це й муки творчості, і радість відкриття. Хто не знав мук невідомого, той не зрозуміє насолоду відкриття, які, звичайно, сильніші за всі, що людина може пережити».

Особлива роль належить емоціям у різних видах мистецтва. Воно для актора найдорожче. Учні з рухливими емоціями, здатністю глибоко пережити – це золотий фонд театральної школи. Їхній розвиток іде швидко.

Важливі переживання емоцій і для художника в процесі образотворчого акту.

Оздоровча функція емоцій. Емоції беруть участь у підтримці гомеостазу, тобто сталості внутрішнього середовища організму, попереджаючи людину й тварин не лише від виникнення багатьох захворювань, а й від загибелі. Однак це радше належить до емоційного тону відчуттів, ніж до емоцій. Останні ж можуть чинити на здоров'я людини як позитивний, так і руйнівний вплив. Усе залежить від знака й інтенсивності емоції.

11.4. Характеристика різних емоцій.

Емоції очікування і прогнозування

Хвилювання у психології емоцій не розглядають як самостійну категорію. Це радше побутове поняття, яке відображає стан *занепокоєння, ситуативної тривожності, страху*.

Зі сказаного вище зрозуміло, що йдеться про хвилювання, яке людина виявляє перед значущою для неї діяльністю чи зустріччю, а також про емоційне налаштування на це. Хвилювання в такому недиференційованому за знаком переживань вигляді розуміється як підвищений рівень емоційного порушення.

Тривога. Поняття «тривога» ввів у психологію З. Фройд, водночас багато вчених розглядає його як різновид страху. Зокрема, Фройд поряд із конкретним страхом виокремив невизначений, несвідомий страх. О.А. Чернікова пише про тривогу як «страх очікування», а О. Кондаш – про страх перед випробуванням. Ф. Перлз визначає тривогу як розрив між «тепер» й «пізніше» або як «страх перед аудиторією». Тривога є результатом активності уяви, фантазії майбутнього. Тривога виникає в людини внаслідок наявності незакінчених ситуацій, заблокованої активності, що не дає змоги розрядити збудження.

У зв'язку із цим тривогу розуміють як емоційний стан гострого внутрішнього болісного беззмістовного занепокоєння, якщо воно пов'язане із прогнозуванням невдачі, небезпеки або ж очікування чогось важливого, значного для людини в умовах невизначеності.

Виражена тривога виявляється як важке невизначене відчуття «занепокоєння», «тремтіння», «кипіння», «бурління» у різних частинах тіла, найчастіше в грудях, і нерідко супроводжується різними соматовегетативними розладами (тахікардією, пітливістю, частішанням сечовипускання, шкірною сверблячкою тощо).

Страх. На думку К. Ізарда, результати низки досліджень переконують у тому, що слід розрізняти страх і тривогу, хоча ключовою емоцією під час тривоги є страх.

СТРАХ – це емоційний стан, який відображає захисну біологічну реакцію людини чи тварини під час переживання реальної або уявної небезпеки для їхнього здоров'я й благополуччя.

Отже, для людини як біологічної істоти виникнення страху не лише доцільно, а й корисно. Однак для людини як соціальної істоти страх часто стає перешкодою для досягнення поставлених нею цілей.

Стан страху є досить типовим для людини, особливо в екстремальних видах діяльності й за наявності несприятливих умов і незнайомої ситуації. У багатьох випадках механізм появи страху в людини є умовно-рефлекторним, у результаті випробуваного раніше болю чи якоїсь неприємної ситуації. Можливий й інстинктивний вияв страху.

Причиною страху може бути і наявність чогось загрозливого, і відсутність того, що дає безпеку (наприклад, матері для дитини).

К. Ізард поділяє причини страху на зовнішні (зовнішні процеси й події) і внутрішні (потяги і гомеостатичні процеси, тобто потреби, і когнітивні процеси, виявлення людиною небезпеки під час спогаду або передбачення). У зовнішніх причинах він виокремлює культурні детермінанти страху, що є результатом винятково вчення (наприклад, сигнал повітряної тривоги).

О.С. Зобов всі небезпеки, які спричинюють страх, поділив на три групи:

- **РЕАЛЬНІ**, об'єктивно загрозливі здоров'ю й благополуччю особистості;
- **УЯВНІ**, які об'єктивно не загрожують особистості, але вона сприймає їх як загроза добробуту;
- **ПРЕСТИЖНІ**, які загрожують похитнути авторитет особистості в групі.

О.А. Чернікова виокремлює такі форми вияву страху: острах, тривожність, боязкість, переляк, побоювання, розгубленість, жах, панічний стан.

Острах як ситуативну емоцію вона пов'язує з певною й очікуваною небезпекою, тобто з уявленнями людини про можливі небажані й неприємні наслідки її дій або розвитку ситуації.

Емоція побоювання – це суто людська форма переживання небезпеки, яка з'являється на підставі аналізу ситуації, що виникла, зіставлення й узагальнення явищ і прогнозування ймовірності небезпеки або ступеня ризику. Це інтелектуальна емоція, «розумний страх», пов'язаний з передбаченням небезпеки.

Знайомі страхи істотно відрізняються від так званих афективних страхів, тобто страхів реального, пережитого й виявляються людиною в експресії. До афективних страхів належать **боязкість, жах, панічний стан, переляк**.

Боязкість, за О.А. Черніковою, – це слабко виражена емоція страху перед новим, невідомим, невипробуваним, незвичним, котра іноді може мати ситуативний характер, але найчастіше – узагальнений. Її характеризують гальмівними впливами на поведінку і дії людини, що призводить до скутості рухів і звуження обсягу уваги (вона прикута до власного внутрішнього стану і меншою мірою спрямована на зовнішню ситуацію, від чого дії стають нецілеспрямованими й безпомічними).

Жах і панічний стан автор характеризує як найінтенсивніші форми вираження страху. Людина в паніці тікає від небезпеки не тому, що в результаті гальмування кори головного мозку розгальмовується підкірка, а тому що заражається емоцією страху від інших людей, часом не розуміючи навіть самої небезпеки.

Тривожність, непевність, розгубленість, які авторка також виокремлює, не можна вважати формами страху, оскільки прямо не належать до нього.

Непевність (сумнів) – це оцінка ймовірності здійснення тієї або іншої події, коли відсутня достатня інформація, необхідна для прогнозування. Непевність у своїх силах може спричинити й побоювання за успіх здійснюваної діяльності, але самим побоюванням і тим більше страхом не є.

Розгубленість – це інтелектуальний стан, якому властива втрата логічного зв'язку між здійснюваними або планованими діями. Порушується сприйняття ситуації, аналіз й оцінка, внаслідок чого ускладнюється прийняття розумних рішень. Тому розгубленість характеризують недоцільні дії чи повна бездіяльність. Вона може супроводжувати паніку, але не є переживанням небезпеки, хоча може бути її наслідком.

Переляк. Особливою, філо- і онтогенетично першою формою страху є переляк або «несподіваний страх». Переляк, як зазначав І.І. Сеченов, – явище інстинктивне, воно виникає у відповідь на сильний звук, який зненацька з'являється. Переляк виявляється в трьох формах: заціпеніння, панічної втечі й безладному м'язовому порушенні. Йому притаманна короткочасність перебігу: заціпеніння швидко минає і може змінитися руховим порушенням.

Страх має внутрішнє вираження. Зовнішні вияви сильного страху описав ще Ч. Дарвін, і вони досить характерні: у людини тремтять ноги, руки, нижня щелепа, зривається голос; очі під час страху розкриті ширше, ніж у спокійному стані та ін.

Форми вияву страху. Страх, як зазначає К.К. Платонов, виявляється у двох основних формах – астенічній та стеничній. Перша виявляється в пасивно-захисних реакціях (наприклад, у заціпенінні,

ступорі із загальною м'язовою напругою, тремтінні – «рефлексі удаваної смерті») і в активно-захисних реакціях – у мобілізації своїх можливостей для попередження небезпечного результату (втеча).

Розпач. Розпач, на думку К.Д. Ушинського, – це відсутність сподівання або надії. Розпач – це стан крайньої безнадії. Конкретні причини, які можуть довести людину до розпачу, різноманітні, але всі вони повинні створити в неї враження про непереборність небезпек, які їй загрожують.

Задоволення. Найчастіше задоволення визначають як почуття (переживання) задоволення, яке відчуває той, чиї прагнення, бажання, потреби задоволені, виконано. Це психічне задоволення, яке споріднене з позитивним емоційним тоном вражень. Головне в генезі цього задоволення – досягнення мети.

Вище задоволення називають захопленням. Зворушливо-захопленний стан, який виявляють звичайно сентиментальні люди щодо маленьких дітей, називають розчуленням.

Радість. Намагаючись визначити сутність радості, психологи зазначають значних труднощів.

В. Квін визначає радість як активну позитивну емоцію, яка виражається в гарному настрої й відчутті задоволення.

РАДІСТЬ – це сильне задоволення. Дуже сильна радість (задоволення) інколи набуває форми поведінки, котра має назву буйства.

Радість може бути наслідком творчого успіху, але зовсім не обов'язково його супроводжує. Вона виникає не лише з приводу задоволення бажання, досягнення мети, а й з приводу передбачення задоволення бажання (передчуття).

Сильну й короткочасну радість часто приймають за щастя. Звідси вирази: «щаслива мить», «птаха щастя» тощо.

Проте радість може виникнути і з приводу невдачі суперника, конкурента, до якого людина відчуває ворожість, – це так звана зловтіха (злісна радість).

11.5. Фрустраційні емоції

Поняття «**фрустрація**» (від лат. frustratio – розлад (планів), катастрофа (здумів, надій)) використовують у двох значеннях: а) акт блокування чи переривання поведінки, спрямованого на досягнення значущої мети (тобто фрустраційна ситуація); б) емоційний стан людини, який виникає після невдачі, незадоволення якоїсь сильної потреби, докорів з чийогось боку. Зазначений стан супроводжує виникнення сильних емоцій: ворожості, гніву, провини, досади, тривоги.

Фрустратором є непереборна для людини перешкода, яка блокує досягнення поставленої нею мети. Фрустрацію спричиняють і внутрішні конфлікти.

Фрустрація може вплинути і на діяльність людини. В одних випадках вона мобілізує її для досягнення віддаленої за часом мети, підвищує силу мотиву, а інших – демобілізує. У цьому разі людина прагне відійти від конфліктної ситуації (заборонена чи недосяжна мета

виконується подумки або тільки частково, або розв'язується схоже завдання), або ж вона загалом відмовляється від діяльності.

Образа як емоційна реакція на несправедливе ставлення до себе виникає тоді, коли страждає почуття власної гідності людини, коли людина усвідомлює, що її незаслужено принижують. Це відбувається у ситуації образи, обману людини, невинувачених обвинувачень і докорів на її адресу.

Образа з'являється в людини в онтогенезі дуже рано. Її прояви виявляються вже в дітей 5–11 місяців.

Розчарування. Якщо очікувана або обіцяна подія не збувається, то виникає невдоволення, яке називають розчаруванням. Що більше було обіцяно або що важливішою була подія, якої очікували, то більше розчарування переживає людина, якщо її очікування не виправдалися. Особливо легко виникає розчарування, коли очікують від когось або чогось надприродного, якогось дива.

Досада – це роздратування, невдоволення внаслідок власної невдачі або невдачі близької людини, улюбленої спортивної команди тощо. Це жаль часто із домішкою злості на обставини, людину, які перешкодили досягненню задуманого. Злість під час досади часто виражається («розряджається») за допомогою «міцних» висловлювань, у тому числі й ненормативної лексики.

Гнів. Поняття «гнів» синонімічне до понять «обурення», «збурювання», «злість». Сильний гнів визначають як лють, під час якої виникає нічим не стримувана агресивна поведінка. Лють буває «шляхетна», «праведна» («Пусть ярость благородная вскипает, как волна, идет война народная, священная война»), конструктивна (коли люто, зі злістю обстоюють у гарячій суперечці свою думку) і деструктивна (виражена в насильстві, жорстокості).

Гнів може спричинити особиста образа, обман та інші моральні причини, особливо якщо вони несподівані для суб'єкта. Гнів можна спровокувати не лише вербально (через слово, висловлення), а й невербально (через міміку, жест, рухи тіла).

Роль гніву полягає в мобілізації енергії для активного самозахисту індивіда.

Несамовитість – це крайній ступінь порушення із втратою самовладання, що найчастіше виникає під час фрустрації, й виявляється в цьому разі як стан безсилого гніву.

Сум може спричинити розлука, психологічна ізоляція (так зване почуття самотності) і невдача в досягненні мети, розчарування, тобто несправдана надія. Остання означає не що інше, як втрату мрії. Отже, головною й універсальною причиною суму є втрата чогось значущого для людини: безпосереднього психологічного контакту з дорогою людиною або з іншими людьми (відчуття самотності), втрата перспективи в досягненні бажаної мети.

Хоча сум зараховують до негативних емоцій, він може супроводжувати й позитивні переживання і почуття людини. Недарма в одній пісні співається, що «любов ніколи не буває без смутку», тому що розлука з коханою людиною спричинює сум. Тихий сум може бути навіть приємний людині.

У разі суму відбуваються порушення, зворотні до тих, які спостерігають під час радості: гальмування моторики, звуження кровоносних судин. Це викликає відчуття холоду й ознобу. Сум сповільнює не лише фізичну, а й розумову активність людини. Емоція суму є в основі такого психічного розладу, як депресія.

За С.І. Ожеговим, безнадійний сум – це зневіра, а легкий сум – смуток.

Тугу найчастіше визначають як тривогу, поєднану зі смутком і зневірою.

Особливим видом туги є ностальгія. Це туга за батьківщиною, за минулим, що особливо сильно виявляється в емігрантів після деякого терміну проживання за кордоном.

ГОРЕ – це глибокий сум з приводу втрати когось або чогось коштовного, необхідного. Причинами горя можуть бути:

- тривала розлука чи втрата (смерть, розрив любовних стосунків) людини, до якої є прихильність; у разі смерті близької людини втрачається роль батька, матері, сина, друга тощо, тобто відбувається руйнування звичних функціональних зв'язків;
- серйозна власна хвороба чи каліцтво близької людини;
- втрата коштовного майна, втрата джерела засобів до існування; це означає втрату джерела задоволення, радості, благополуччя.

Усе це свідчить про те, що горе можна розглядати як фруструюче переживання. Наприклад, втрата коханої людини означає, що не може бути здійснено обопільні плани, задоволено бажання, пов'язані з цією людиною.

Інтенсивність переживання горя зумовлена низкою обставин. Зокрема, якщо смерть близької людини відбувається після її тривалої хвороби, то близькі їй люди мають змогу підготувати себе психологічно до її смерті. У них виникає так зване антиципаторне горе, менше за інтенсивністю, ніж горе в разі раптової смерті близької людини. З іншого боку, якщо хвороба триває понад 18 місяців, близькі можуть переконати себе, що смертельно хвора людина насправді не вмере. І тоді її смерть може спричинити більше потрясіння, ніж раптова смерть.

Горе єднає людей, котрі зазнали однакової втрати. Дж. Ейвріл зазначає, що горе має своїм наслідком особливий тип поведінки – скорботу (бідкання), про яке йтиметься далі.

11.6. Комунікативні емоції

Веселоці визначають як безтурботно-радісний настрій, який виражається в схильності до забав, сміху. Веселий настрій виражається, крім згаданого сміху, в загальному збудженні, яке зумовлює вигуки, плескіт у долоні, безцільні рухи.

Зніяковілість. Зніяковілість (стан сором'язливості) визначають як відчуття незручності. У маленьких дітей зніяковілість виникає без

видимої на те причини, коли до них звертаються незнайомі люди. Діти відвертаються, ховаються в спідницю матері. Характерним для зніяковілості вважають наявність легкої усмішки, яка пробігає по обличчю людини. У дорослих зніяковілість може спричинити як невдача в якій-небудь справі, так і успіх.

Типи зніяковілості. Дослідники зніяковілості виокремили різні її вияви. К. Ізард розрізняє два типи зніяковілості – соціальну й особистісну. Перша пов'язана зі стурбованістю людини тим, яке враження вона справляє на людей, наскільки вона зможе відповідати їхнім очікуванням. При другому типі основною проблемою є суб'єктивне почуття дискомфорту, безпосереднє переживання зніяковілості. Такий розподіл є дещо штучним: адже перше не виключає друге.

Тривога може виражатися в сум'ятті, у панічній розгубленості.

Сором. Одним із виявів зніяковілості є сором. Сором – це сильна зніяковілість від свідомості здійснення недоброго вчинку або потрапляння в принизливу ситуацію, в результаті чого людина почуває себе згнаньбленою, збезцешеною. Сором – це принизливе переживання або, як пише С. Томкінс, внутрішня болючість, хвороба душі.

Під час сорому вся свідомість людини сфокусована на цьому почутті або становищі (ситуації), в якій вона опинилася. Їй здається, що все приховуване від сторонніх очей, зненацька виявилось виставленим на загальний огляд, і вона стала беззахисною, безпомічною. Людині здається, що вона виявилася об'єктом презирства й глузувань. Від цього людина, як писав Ч. Дарвін, втрачає цілковите самовладнання, говорить безглузді речі, заїкається, робить гримаси, стає незграбною.

Зовнішнім вираженням сорому може бути опускання голови й повік (іноді очі зовсім закриті, а іноді «бігають з боку в бік» або часто кліпають).

Провина як відбиття совісті. Провина є складним психологічним феноменом, тісно пов'язаним із такою моральною якістю, як совість.

На противагу сорому, провина не залежить від реального чи передбачуваного ставлення навколишніх до провини. Переживання провини викликано самоосудом, його супроводжує каяття і зниження самооцінки.

Презирство. Презирство є специфічним виявом ворожості, коли одна людина відчуває не просто відразу до іншої, але виражає її в діях, повних сарказму (злої іронії) або ненависті.

Оскільки презирство є складним за гамою переживанням, то міміка людини не зводиться ні до експресії відрази, ні до експресії гніву. Це комплексне пантомімічне вираження. Виражаючи презирство, людина випрямляється, трохи відкидає голову назад і дивиться на об'єкт презирства начебто зверху вниз. Брови й верхня губа трохи підняті або куточки губ стислі. Презирство може виражатися також «презирливою» усмішкою.

11.7. Інтелектуальні емоції

Під інтелектуальними емоціями (почуттями) розуміють специфічні переживання, які виникають у людини в процесі розумової діяльності. Термін «інтелектуальне почуття» виник у першій половині XIX ст. у школі

І. Гербарта. Однак представники школи розглядали ці почуття або як особливості відчуттів, або як вияв динаміки уявлень. Власне, інтелектуальне почуття в їхньому уявленні є не що інше, як свідомо оцінка відносин.

Специфікою емоцій, які належать до інтелектуальних, є відсутність у них валентного (протилежного) забарвлення (приємно – неприємно). У зв'язку із цим є противники зарахування таких інтелектуальних емоцій, як здивування, інтерес, сумнів до емоцій загалом.

Подив. Про подив як збудник пізнання, писав ще Арістотель. У нього воно слугує ніби переходом від пізнання простих речей до все більш складного. При цьому емоція подиву розвивається в процесі пізнання.

Мімічним вираженням подиву є високо підняті брови, через що на чолі з'являються поздовжні зморшки, а очі розширюються й округлюються. Відкритий рот набуває овальної форми.

ПОДИВ – це враження від чого-небудь несподіваного, дивного, незрозумілого.

Інтерес. Значну увагу приділяє інтересу К. Ізард. Він припускає наявність якоїсь внутрішньої емоції інтересу, яка забезпечує селективну мотивацію процесів уваги й сприйняття котрої стимулює й упорядковує пізнавальну активність людини. Ізард розглядає інтерес як позитивну емоцію, що переживає людина частіше від усіх інших емоцій. Водночас він каже про інтерес як про мотивацію.

Проте Є.П. Ільїн вважає, що інтерес – це насамперед мотиваційне утворення, в якому поряд з емоційним компонентом (позитивним емоційним тоном враження – задоволенням від процесу), є й інший – потреба в знаннях, новизні. Отже, інтерес – це афективно-когнітивний комплекс.

Почуття гумору. На думку С.Л. Рубінштейна, суть гумору не в тому, щоб бачити й розуміти комічне (смішне, забавне) там, де воно є, а в тому, щоб сприймати як комічне те, що претендує бути серйозним.

Емоція здогаду. Здогад – це попередня відповідь на поставлене питання. У процесі знаходження здогаду, як пише І.О. Васильєв, у людини виникає відповідне переживання – емоція здогаду. Вона становить собою оцінку певного нового, ще неусвідомленого результату рішення завдання. Емоція здогаду специфічним чином забарвлює й виокремлює нове цінне для людини знання, сигналізує людині про його появу в процесі розумової діяльності, сприяючи його усвідомленню, тобто переходу у форму здогаду первісного припущення. На думку цього автора, емоцію здогаду переживають дуже яскраво, навіть у формі афекту.

Почуття впевненості-непевності (сумніву). М.Д. Левітов зараховував упевненість (непевність) до психічних станів, в яких виокремлював три компоненти: пізнавальний, емоційний і вольовий.

Упевненість чи непевність людини – це інтелектуальний процес імовірного прогнозування тієї чи іншої події, досягнення або недосягнення цілі, це віра в себе або втрата цієї віри. Упевненість у виконанні добре освоєної й звичної дії дає підставу для спокою, або для не боязкої поведінки, тобто відсутності емоційного реагування, а непевність спричинює занепокоєння, тривогу, тобто зумовлює емоційне реагування. Отже, я

«відчуваю» («сприймаю») в результаті прогнозу емоційний стан, який виникає, а не сам прогноз, тобто упевненість або непевність в успіху.

11.8. Характеристика різних почуттів

ПОЧУТТЯ – це переживання людиною життєвого сенсу, предметів і явищ, обумовлених відношенням їх властивостей до потреб людини.

Симпатія та антипатія. Симпатія (від грецьк. – потяг, внутрішня прихильність) – це стійке позитивне (схвальне, гарне) ставлення до кого- або чого-небудь (інших людей, їхніх груп, соціальних явищ), виявляється у привітності, доброзичливості, замилюванні, що спонукає до спілкування, надання уваги, допомоги (альтруїзму).

Причини виникнення симпатії можуть бути усвідомленими й малоусвідомленими. До першого належить спільність поглядів, ідей, цінностей, інтересів, моральних ідеалів. До другого – зовнішня привабливість, риси характеру, манера поведінки тощо, тобто атракція.

Англійське слово attraction перекладається як «привабливість», «притягання», «потяг». У психології цим терміном позначають процес і результат формування позитивного емоційного ставлення.

АТРАКЦІЯ – це наявність почуття, ставлення до іншої людини, та її оцінка. Специфікою симпатії й антипатії є те, що вони ніким спеціально не встановлюються, а виявляються спонтанно в силу низки причин психологічного характеру.

Емоційне ставлення до людини впливає на оцінку як його особистості загалом, так і його професійних якостей.

Прихильність. Прихильність – це почуття близькості, яке базується на симпатії до кого-небудь. Прихильність виявляється вже в дитини до тієї людини, яка задовольняє її потреби. Однак є підстава думати, що вона зумовлює не лише умовно-рефлекторне встановлення взаємин з іншими, а й уроджена потреба в цих взаєминах.

Що благополучніші відносини між дитиною й матір'ю, то сильніший контакт дитини з іншими об'єктами прихильності. М. Ейнсворт пояснює це в такий спосіб: що менш надійним є зв'язок із матір'ю, то більше дитина схильна придушувати своє прагнення до інших соціальних контактів.

Дитина, у якої є повноцінне почуття прихильності до певної людини, реагує на розлуку з нею низкою бурхливих виявів. Дж. Боулбі в малят у віці одного року, виявив три стадії: протест, розпач, відсторонення. На стадії протесту діти відмовляються визнати своє відокремлення від об'єкта прихильності. Вони вживають енергійних спроб знову знайти матір. На стадії розпачу вони плачуть, кричать, відмовляються контактувати з ким-небудь, хто намагається їх заспокоїти. На третій стадії (відсторонення), яке настає через кілька годин, а іноді й днів, діти приходять до тями, стають дуже лагідними. У їхньому плачу відчувається безвихідь, монотонність. Лише потім поступово діти починають відгукуватися на вияв уваги з боку тих, хто їх оточує.

М. Ейнсворт виокремлює два типи прихильності: надійну й ненадійну. Для першого типу характерна дослідницька активність у незнайомій атмосфері, за якої матір використовують як «базу», відсутність негативної реакції на наближення незнайомої людини, радісне вітання матері під час її наближення. Другий тип характеризує пасивна поведінка дитини в незнайомій атмосфері, навіть у присутності матері, негативною реакцією на наближення незнайомої людини, безпорадність й дезорієнтованість у відсутності матері й пасивність під час її наближення.

Дружба. Прихильність до певної людини найбільше виявляється у феномені дружби.

Варто підкреслити, що як один із видів атракції дружба має свою специфіку. Якщо симпатія й любов можуть бути односторонніми, то дружба такою бути не може. Вона допускає міжособистісну атракцію, тобто вияв дружніх почуттів з обох сторін. Лише в цьому разі дружба може виконувати функції задоволення емоційних потреб, взаємного пізнання, соціальної взаємодії й діалогу особистостей, що набуває характеру особистих (інтимно-довірливих) взаємин. Крім того, дружба порівняно з симпатією, потягом, любов'ю має більш усвідомлений, прагматичний характер.

М. Аргайл зазначає, що дружба в ієрархії цінностей людини займає вище місце, ніж робота й відпочинок, але поступається шлюбу або сімейному життю.

Як зазначає М. Аргайл, жінки мають тісніші дружні взаємини, ніж чоловіки, вони більш схильні до саморозкриття й ведуть більш інтимні розмови. Чоловіки більше схильні до спільної діяльності й спільних ігор із друзями.

Часто дружать зовсім не схожі за психічним складом люди.

Закоханість. *Закоханість – це відносно стійке емоційне ставлення, яке відображає жагучий потяг до кого-небудь.* Е. Фромм писав, що закоханість прийнято вважати вершиною любові, насправді ж вона лише початок і лише можливість знаходження любові.

С.В. Ковальов говорив про вікові періоди виявлення закоханості. Вже у віці трьох років хлопчикова або дівчинка починає дуже подобатися (строго за ознакою певної статі) інша дитина одного з ним або старшого (що більше властиво дівчаткам) віку.

Другий період – вік семи-восьми років, коли напівдитяча закоханість виявляється у взаємній ніжності й жалощах.

Третій період – підлітковий вік (12–13 років), коли почуття до людини протилежної статі виражається в зростанні потягу до спілкування, великому інтересі до об'єкта любові й своєрідному фетишизмі (коли особливо приваблює якийсь один компонент зовнішності: волосся, ноги тощо).

Четвертий період – юнацький вік (15–17 років), коли закоханість має майже «дорослий» характер, тому що ґрунтується на потягу до глибокої особистої інтимності, прагненні пізнати особистість об'єкта закоханості.

Закоханість, як правило, зумовлює суто зовнішня привабливість людини й навіть окремих рис зовнішності (можна захопитися очима, посмішкою, ходом дівчини).

У період закоханості її об'єкт здається прекрасним і недосяжним. Людина малює у своїй уяві барвистий і прекрасний образ, що може загалом не відповідати дійсності.

Очевидно, що бути прив'язаним до всіх людей неможливо, тому КОХАННЯ – це інтимна прихильність, яка наділена настільки великою силою, що втрата об'єкта цієї прихильності здається людині непоправною, а її існування після цієї втрати – безглуздом.

Слід розрізняти кохання і любов. Із цього погляду «любов» учителя до учнів, лікаря до хворих – це здебільшого не більш, ніж абстракція, що відображає вияв інтересу, емпатії, поваги особистості, але не прихильності. Адже прихильність – це почуття близькості, засноване на відданості, симпатії.

Виокремлюють кілька різновидів кохання. Зокрема, кажуть про активну й пасивну форми кохання; у першому випадку кохають, а в іншому – дозволяють себе кохати. Розмежовують короточасне кохання – закоханість і тривале – жагуче кохання.

Любов виявляється в постійній турботі про об'єкт любові, у чуйності до його потреб і готовність задовольнити їх, а також у разі загострення переживання цього почуття (сентиментальності) – у ніжності й пестошах.

Е. Фромм дав таке абстрактне визначення сексуальної любові:

- це взаємини між людьми, коли одна людина розглядає іншу як близьку, родинну самій собі, ототожнює себе з нею, відчуває потребу в зближенні, об'єднанні;
- ототожнює з нею свої власні інтереси та бажання й, що досить істотно, добровільно духовно й фізично віддає себе іншій людині, прагнучи взаємно володіти нею.

Ворожість. Почуття ворожості – це неприязне ставлення до того, з ким людина перебуває в конфлікті. А. Басі розуміє ворожість як вузький за спрямованістю стан, який завжди має певний об'єкт. К.Ізард визначає її як комплексну афективно-когнітивну рису, або орієнтацію особистості. Почуття ворожості виникає з негативного досвіду спілкування й взаємодії з якоюсь людиною в ситуації конфлікту. Воно легше виникає в уразливих і мстивих людей. Почуття ворожості виявляється в «агресивному настрої», «агресивному стані» (М.Д. Левітов), тобто в емоціях злості (гніву), відрази й презирства із властивими для них переживаннями й експресією, які можуть спричинитися до агресивної поведінки.

ОЗЛОБЛЕНІСТЬ – це фрустрованість, результат частого придушення образ і злості, форма хронічної ворожості до всіх і всього, жорстокість. Це хронічний стан роздратування й крайньої ненависті, що доходить до жорстокості.

Ксенофобії. Ненависть, звернена проти певних груп населення, наприклад, проти таких меншин, як іноземці або емігранти, має назву ксенофобії.

Ненависть виявляється також у злостивості, тобто у роздратовано-прискіпливому ставленні до когось, а також у наклепі, особливо якщо ненависть має прихований характер.

Водночас, почуття ненависті може бути корисним для людини. Однак для моральної оцінки цього почуття важливо знати, на що або на кого спрямована ненависть.

Цинізм. Специфічним виявом презирства є цинізм, тобто стійке презирливе ставлення людини до культури суспільства, до його духовних і особливо моральних, цінностей. Термін «цинізм» завдячує своїм походженням давньогрецькій філософській школі кініків, які проводили свої диспути на афінському пагорбі за назвою Купосаргес. У латинській мові слово «кініки» стало звучати як «циніки». Кініки проповідували презирство до суспільної культури, повну незалежність людини від суспільства, повернення до «природного» стану. Виявляється цинізм і у словах, і у вчинках: глузуванні над тим, що становить культуру людства, знущанні над моральними принципами, осміянні ідеалів, погрань людської гідності. Отже, цинізм є не лише емоційним, а й моральним почуттям.

Заздрість – найчастіше її розуміють як неприязне, вороже ставлення до успіхів, популярності, моральної переваги або домінуючого становища іншої особи. У словнику «Психологія» заздрість розглядають як вияв мотивації досягнення, коли реальні або уявні переваги в придбанні соціальних благ (матеріальних цінностей, успіху, статусу, особистих якостей) суб'єкт сприймає як загрозу цінності власного «Я», і їх супроводжують афективні переживання й дії. «Чорна заздрість» є негативною емоцією. Однак як емоцію заздрість можна розглядати тільки в разі ситуативної її появи. Коли ж заздрість стійка стосовно якогось об'єкта, вона стає емоційною установкою, тобто почуттям.

Чинники, які сприяють виникненню заздрості, можна поділити на зовнішні й внутрішні. Внутрішніми чинниками, які призводять до заздрості, є такі особливості особистості, як егоїзм і себелюбство, марнославство й надмірне честолюбство (Арістотель).

До зовнішніх чинників належать близькість у статусному становищі того, хто заздрить, до того, кому він заздрить. Заздрісник як правило, порівнює своє становище й свої досягнення, гідність зі статусом близьких людей на соціальних сходінках.

І. Кант поділив заздрість на «чорну заздрість» (коли в того, хто заздрить, є прагнення позбавити блага іншого) і просто недоброзичливість. Виокремлюють й інші види заздрості. Кажуть, наприклад, про «незлостиву» заздрість, коли людина хоче мати те, що має інший, але при цьому не відчуває до нього ворожого почуття. Як у «злостивій», так й в «незлостивій» заздрості наявне бажання того, хто заздрить, усунути нерівність.

Деякі автори виокремлюють депресивну заздрість, яка породжується приниженим становищем, але пов'язана з почуттям несправедливості, котре виникає.

Виокремлюють і піднесену, «білу» заздрість, коли людина, заздючи, не відчуває до успішної людини ворожих почуттів. У цьому разі «біла заздрість» може навіть бути стимулом для змагання з іншою людиною,

Ревнощі. Ревнощі – це підозріливе ставлення людини до об'єкта обожнювання, пов'язане з болісним сумнівом у його вірності, або знанням про його невірність.

Ревнощі пов'язані із упевненістю, що лише він (вона) має право на кохану людину. Результатом цього є зазіхання на особисту волю коханого, деспотизм, підозрілість. Нерідкі афективні спалахи ревнощів, які можуть спричинитися до трагічних наслідків. Внаслідок ревнощів любов переходить у ненависть. Тоді людина прагне всілякими способами заподіяти страждання, образити й принизити обрану нею людину. Така ненависть часто залишається придушеною й виявляється у вигляді знущання над коханим (коханою).

Ревнощі від ущемлення самолюбства виявляються в людей із тривожно-недовірливим характером, із низькою самооцінкою, невпевнених у собі, що легко впадають у туту й розпач, схильних перебільшувати неприємності й небезпеки. Непевність у собі, почуття власної неповноцінності змушує їх бачити суперника в кожному зустрічному. І якщо їм здається, що партнер не виявив до них належної уваги, у їх відразу виникають сумніви, підозри щодо вірності коханої людини.

Зворотні ревнощі – результат власних тенденцій у невірності, її проекція на партнера.

Прищеплені ревнощі є результатом навіювання з боку, що «всі чоловіки (жінки) однакові», натяків із приводу невірності дружини, Яскравим прикладом такого ревнивця є Отелло, якого налаштував проти Дездемони Яго.

Задоволеність. Задоволення характеризує одноразовий і найчастіше короткостроковий акт (виконану роботу, гідний вчинок, задоволену потребу). Задоволеність натомість характеризують довготривалі події, діяльність.

Отже, задоволеність (або незадоволеність) є специфічним психологічним феноменом, відмінним від задоволення (незадоволення).

ЗАДОВОЛЕНІСТЬ є стійким довготривалим позитивним емоційним ставленням (установка) людини до чогось, що виникає внаслідок неодноразово пережитого задоволення в певній сфері життя й діяльності, висловлюване у формі судження. Задоволення ж можна визначити як позитивне переживання людиною її емоційної реакції на зроблені або завершені дії та вчинки, а також події.

Між задоволеністю й задоволенням існує функціональний зв'язок, але не тотожність. Задоволення – первинний феномен, а задоволеність – вторинний.

ЩАСТЯ визначають як почуття й стан повного задоволення.

Поняття «щастя» є складним, має як когнітивний, так і емоційний компоненти і відображає як оцінку свого існування, так і ставлення до себе як до щасливої чи нещасної людини.

Почуття гордості. Гордість найчастіше захищують до негативних моральних почуттів, яке має давню традицію.

Проте таке ставлення до гордості не зовсім є виправданим. Людина може відчувати гордість як щодо особистих заслуг, досягнень, так і щодо досягнень інших людей, а також різних соціальних спільнот (колективу, міста, країни). Радше аморальним є відсутність цього почуття. У визнанні цього почуття аморальним причиною може бути не сама гордість, а спосіб її вираження – гординя, зазнайкуватість, зарозумілість, чванство, пиха.

Гордість тісно пов'язана з так званим «почуттям власної гідності», тобто з потребою людини в повазі до себе з боку інших. Однак за надмірної виразності ця потреба зумовлює появу такої особистісної особливості, яка належить до таких моральних почуттів, як марнославство, самовдоволення, самозамилування.

Специфічним виявом гордості є патріотизм, тобто гордість за свою Батьківщину (країну, місто), нації у зв'язку з її соціальними й культурними досягненнями. Залежно від оцінки Батьківщини іншими патріот може відчувати різні емоції: радість, задоволення, сором, пригніченість, злість тощо.

Патріотизм може набувати й негативних виявів, переходячи у великодержавний шовінізм.

Псевдопочуття. Почуття нового означає схильність людини до введення новацій, до заміни старого на нове, більш прогресивне.

Почуття дорослості традиційно визначають як переживання ставлення до самого себе як дорослого. Появі цього почуття сприяє розвиток вторинних статевих ознак у підлітків, фізичний розвиток, відчуття наростання життєвих сил й енергії, нагромадження знань й умінь, у яких він іноді починає перевершувати дорослих, зокрема своїх батьків і вчителів фізичної культури (особливо це стосується хлопчиків). Пробудженню цього почуття сприяють і відповідальні суспільні доручення в школі й доручення батьків.

З появою почуття дорослості в підлітків виникає критичність стосовно дорослого. Однією з ознак дорослості підліток вважає своє вміння зауважувати недоліки й похибки старших, у тому числі й учителів, помилки вимови, неправильні звороти мовлення, відсутність у деяких вчителів побутових навичок, невміння відповісти на питання тощо. Критичність підлітків виражається в тому, що вони не схильні все приймати на віру, вони вимагають логічного пояснення – чому потрібно чинити так, а не інакше. Підліток, бажаючи бути дорослим, очікує й емоції, властиві дорослим, свідомо прогнозує їх (О.Г. Закаблук).

Почуття власного «Я» – це ще одне псевдопочуття, яке відображає рівень розвитку свідомості людини, усвідомлення свого існування у світі.

Почуття причетності, за К.К. Платоновим – це продукт спілкування, до структури якого входять емпатія й усвідомлена єдність загальних цілей спільної діяльності.

Вираз «почуття ліктя» означає згуртованість людей у колективі, підтримку і взаємодопомогу в спільній діяльності. Говорять також про почуття спільності, іронії, гумору, успіху, дисципліни, відповідальності, які теж не мають нічого спільного з дійсними почуттями.

Контрольні питання:

- Яким чином відбувається відображення дійсності емоціями і почуттями? Чим воно відрізняється від відображень у пізнанні?
- Що є в основі емоцій і почуттів?
- У чому полягає відмінність між емоціями і почуттями?
- Що становлять собою емоції?
- Які функції емоцій у керуванні поведінкою та діяльністю?
- Охарактеризуйте фрустраційні емоції.
- Охарактеризуйте комунікативні емоції.
- Охарактеризуйте емоції очікування і прогнозу.
- Охарактеризуйте інтелектуальні емоції.
- Які види емоційного реагування Ви знаєте?
- У чому виявляється емоційний тон відчуттів?
- У чому виявляється емоційний тон вражень?
- Які форми вияву емоцій?
- Що становить собою афект?
- Які властивості емоцій людини?
- Що таке настрої? Яким чином він виявляється?
- Які види настроїв Ви знаєте?
- Що становить собою стрес як емоція?
- Чи впливають емоції на здоров'я людини?
- Розкрийте емоцію тривоги людини.
- У чому виявляється страх як емоція?
- Які фактори спричинюють страх?
- У чому виявляється жах і панічний стан?
- Охарактеризуйте гнів як емоцію.
- У чому схожість і відмінність суму, туги та ностальгії?
- Охарактеризуйте горе як емоцію.
- У чому полягає емоційність як інтегративна властивість людини?
- Що становлять собою почуття? Охарактеризуйте їх.
- Що становить собою заздрість як почуття?
- У чому виявляються почуття ревнощів?
- Охарактеризуйте задоволеність як почуття.
- У чому виявляються почуття обов'язку та відповідальності?
- У чому виявляється почуття гордості?
- Яка сутність патріотичних почуттів?

Література:

- Бреслав Г.М. Эмоциональные процессы – Рига, 1984.
- Варій М.Й. Загальна психологія: Навч. посібник / Для студ. психол. і педагог. спеціальностей. – Львів: Край, 2005.
- Василіук Ф.Е. Психология переживания. – М.: Изд-во МГУ, 1984.
- Вилюнас В.К. Основные проблемы психологической теории эмоций // Психология эмоций: Тексты. – М., 1984. – С. 3–28.
- Выготский Л.С. Учение об эмоциях // Собр. соч. Т. 4. – М., 1984. – С. 90–318.
- Дерябин В.С. Чувства, влечения, эмоции. – Л., 1974.

-
- Джемс У. Психология / Пер. с англ. – М.: Педагогика, 1991.
- Додонов Б.И. В мире эмоций. – К.: Политиздат, 1987.
- Додонов Б.И. Классификация эмоций при исследовании эмоциональной направленности личности // Вопросы психологии. – 1975. – № 6.
- Додонов Б.И. Эмоция как ценность. – М., 1978.
- Зарудная А.А. Эмоции и чувства // Психология: Учебник. – Минск, 1970.
- Изард К. Психология эмоций. – СПб.: Питер, 2000.
- Изард К. Эмоции человека. – М., 1980.
- Ильин Е.П. Эмоции и чувства. – СПб.: Питер, 2002.
- Кахиани С.Н., Кахиани З.Н., Асатиани Д.З. Экспрессивность лица человека. – Тбилиси, 1978.
- Ланге К.Г. Эмоции. Психологический этюд. – М., 1896.
- Рейковский Я. Экспериментальная психология эмоций / Пер. с польск. – М.: Прогресс, 1979.
- Фресс П. Эмоции // Экспериментальная психология. – Вып. V. – М.: Прогресс, 1975. – С. 111–195.
- Шингаров Г.Х. Эмоции и чувства как формы отражения действительности. – М., 1971.

Глава 12

ВОЛЯ

12.1. Поняття волі та її функції

Питання, які стосуються волі, у світовій філософії і психології розв'язували по-різному. У психології часто виокремлюють три головні сфери: інтелектуальну, емоційну, вольову.

Вперше раціональну природу волі заперечив А. Шопенгауер. Він трактував волю як темну, несвідому, ірраціональну силу, яка є в основі світу. Така воля (тобто воля до життя) більш відповідна хтивій частині души за Платоном. Тому від неї людина повинна звільнитись, щоб мати якусь надію в житті.

Інше філософське питання про волю стосується свободи волі. Є два його розв'язання: детермінізм (свободи волі нема) та індетермінізм (свобода волі є).

У радянській психології була поширена тенденція розуміти волю як засіб підпорядкування індивідуальних мотивів вищим суспільним цілям. Звідси виводилася вольова природа індивідуальних цінностей особистості, що їх розуміли як засвоєні суспільні ціннісні надбання.

Волю в психології найчастіше визначають:

- через **ВОЛЬОВІ ЯКОСТІ** особистості – ініціативність, самовладання, витримку, наполегливість, рішучість, цілеспрямованість тощо;
- через **ДОВІЛЬНУ РЕГУЛЯЦІЮ** поведінки, психічних процесів;
- через **ВОЛЬОВІ ДІЇ**, які визначають за такими ознаками: усвідомленість, цілеспрямованість, подолання перешкод, ініціація дії, наявність вольового зусилля, відсутність залежності від актуальної потреби.

Жодна з наведених ознак не є достатньою для визначення змісту волі, але разом вони відрізняють вольову дію в її специфіці.

ВОЛЯ – це свідоме управління людиною своєю діяльністю та поведінкою, що виявляється у прийнятті рішення, подоланні труднощів і перешкод на шляху досягнення мети, виконання поставлених завдань.

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

Загалом вольова діяльність особистості охоплює:

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

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

• вольові стани – це тимчасові психічні стани, які оптимізують, мобілізують психіку людини на подолання внутрішніх і зовнішніх перешкод. Часто такі стани проявляються у вольовому зусиллі, яке відображає силу нервово-психічного напруження, що мобілізує фізичні, інтелектуальні й моральні сили людини;

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

Вольова регуляція завжди починається з інтелектуального акту, з усвідомлення проблемної ситуації.

Воля виконує дві взаємопов'язаних функції – спонукальну й гальмі-вну.

Спонукальна функція забезпечує активність людини в подо-ланні труднощів і перешкод. Якщо в людини відсутня актуальна потреба виконувати дію, але при цьому необхідність виконання її вона усвідомлює, воля створює допоміжне спонукування, змінюючи смисл дії (робить його більш значущим), зумовлюючи переживання, пов'язані з передбаченими наслідками дії.

Основним виявом волі стає вчинок. Спонукування людини до дій створюють певну впорядковану систему – ієрархію мотивів – від природних потреб до вищих спонукань, пов'язаних із переживанням моральних, естетичних та інтелектуальних почуттів.

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

12.2. Типи критеріїв волі та локус контролю. Вольові дії

Існує чотири типи критеріїв волі, які виявляються у: а) вольових діях; б) виборі мотивів і цілей; в) регуляції внутрішніх станів людини, її дій та різних психічних процесів; г) вольових якостях особистості. Вказані критерії є зовнішніми перешкодами й труднощами, оскільки подолання кожної зовнішньої перешкоди передбачає внутрішні вияви волі, і навпаки.

Водночас одну з особливостей активності людини характеризує те, що результат активності не завжди збігається з її метою. У такому разі людина схильна пояснювати і шукати причини наслідків своїх дій у зовнішніх або внутрішніх перешкодах.

ЛОКУС КОНТРОЛЮ (від лат. *locus* – місцеперебування та від франц. *controle* – перевірка) – схильність людини приписувати відповідальність за результати своїх дій зовнішнім силам і обставинам, або навпаки – власним зусиллям та здібностям.

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

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

Вивчаючи поведінку людини, доводиться мати справу з мимовільними, довільними і вольовими діями. Довільні та вольові дії стають притаманними вольовій поведінці людини.

Мимовільні рухи і дії виникають під впливом певного сигналу, який іде від периферичної нервової системи. Ці дії бувають як природжені, так і набуті, до них належать: природжені орієнтувальні, захисні, хапальні дії. Фізіологічною основою природжених мимовільних рухів є механізм безумовних рефлексів, тоді як набуті мимовільні рухи та дії ґрунтуються на механізмі умовного рефлексу.

Довільні дії виникають свідомо, під впливом різних мотивів. Мимовільні й довільні дії не протилежні одна одній, між ними немає чіткої межі. Один і той самий умовно-рефлекторний рух може бути мимовільним, якщо його спричинено периферичним подразненням, але він стає довільним, якщо його зумовлює центральне, кіркове подразнення.

Структурним моментом вольових і довільних дій є мета. Мета завжди усвідомлювана. Спрямованість на мету та її усвідомлення є центральною характеристикою як вольових, так і довільних дій.

Однак довільні й вольові дії мають різний зміст і не збігаються за своїми виявами. Вольова людина з властивою їй ієрархією мотивів, з відповідними якостями (рішучість, наполегливість, цілеспрямованість) не завжди здатна до довільної організації своєї поведінки (не володіє собою, не керує своїми реакціями, не контролює себе). І навпаки, людина з високим рівнем розвитку довільності (організована, володіє собою, керує своєю поведінкою) може не мати стійкої системи власних мотивів та цінностей і бути слабівільною.

Завдання вольової дії – перетворити установку на актуальну силу, яка спрямовує людську активність у певне русло.

12.3. Фази та ознаки вольових дій, їх стимулювання

Традиційно у психології власне вольовими діями називають дії, скеровані на досягнення свідомо поставленої мети й пов'язані з подоланням труднощів.

Дослідник В. Іванніков наводить такі характеристики вольової дії:

- усвідомленість, цілеспрямованість, навмисність, її беруть до виконання за власним свідомим рішенням;
- підстави (соціальні чи особисті) для вольової дії існують завжди;
- її спричинює дефіцит спонукання за активних умов або дефіцит гальмування під час стримування;
- потребує додаткового спонукання (або гальмування) і закінчується досягненням поставленої мети.

Основні ознаки вольових дій виявляються у такому:

- **свідомому подоланні перешкод на шляху до досягнення мети;**
- **конкуруючих мотивах;**
- **наявності вольового зусилля.**

Загальні характеристики вольових дій є такі:

- їх виконують на підставі прийняття свідомого рішення;
- спрямовані на подолання як зовнішніх, так і внутрішніх труднощів;
- мають певну суперечність, яка полягає у боротьбі мотивів з початку або в процесі їх здійснення;
- можуть забезпечуватися допоміжним спонуканням чи гальмуванням за рахунок зміни смислу дії і закінчуватися досягненням мети.

Недостатність спонукання до дії може виникати під час конкуренції слабого соціального мотиву з емоційно привабливим особистісним мотивом тощо.

Спонукальна (мотиваційна) функція волі забезпечує реалізаційну мотивацію дії, що є необхідним аспектом вольового акту за недостатності (дефіциту) реалізаційної мотивації дії, прийнятої людиною для обов'язкового виконання.

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

Отже, через спеціально організований вплив на людину можна змінити сенс їх дії. Така дія досягається завдяки новому значущому мотиву або за допомогою оцінок і думок інших людей.

Допоміжний сенс дії створюється через постановку більш конкретної мети під час включення запропонованого завдання в іншу умову, що поєднується з наявним у людини бажанням, коли результати дії

стають засобом для реалізації іншої дії, тобто коли одна дія стає частиною іншої, ширшої.

Волю розглядають як психічну реальність, що має свідомо-регулятивну природу. Іншими словами, воля – це єдиний, комплексний процес психічного регулювання поведінки (дій, вчинків) людини. Вольова регуляція поведінки як регуляція спонукання до дії відбувається на основі довільної форми мотивації, коли людина зумисно й усвідомлено створює допоміжні спонукання (гальмування) до дії через зміну сенсу дії. Вольову регуляцію під час самодетермінації розуміють як останню стадію оволодіння людиною власними процесами, яка полягає в опануванні власного мотиваційного процесу через формування нової вищої психічної функції – волі.

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

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

Простий вольовий акт має дві фази:

- виникнення спонукання та усвідомлення мети;
- досягнення мети.

Інші наукові підходи вказують на чотири фази, а саме:

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

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

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

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

Дослідники також доводять, що складна ВОЛЬОВА ДІЯ охоплює більшу кількість етапів, які реалізуються в такій послідовності;

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

Процес перебігу вольової дії в реальних умовах завжди залежить від конкретної ситуації, тому різні фази можуть набувати більшої або меншої ваги, інколи сконцентровуючи на собі весь вольовий акт, а інколи зовсім нівелюючись. Насправді будь-яка вольова дія є вибірковим актом, який включає свідомий вибір і прийняття рішення.

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

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

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

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

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

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

Четверта фаза вольової поведінки – це виконання прийнятих рішень і намірів. Коли «боротьбу мотивів» завершено і рішення прийнято, починається справжня боротьба – боротьба за виконання рішення. Це виконання потребує зміни дійсності, людина стикається з реальними труднощами. У подоланні реальних перешкод суттєвого значення набуває здатність до вольового зусилля.

Лише у вольовій поведінці або вчинку визначається ВОЛЯ людини.

Боротьба мотивів є більш складним актом волевиявлення. Мотив є внутрішньою рушійною силою поведінки людини. Він складається з уявлення та почуття, яке насичує його емоційним змістом. Одному уявленню протистоїть інше (або інші), оскільки відповідні їм почуття не завжди сумісні між собою. Душа людини перетворюється на арену для боротьби мотивів, які можуть узгоджуватись у прийнятті рішення, а можуть паралізувати один одного й спричинювати стан нерішучості. У такій внутрішній боротьбі відбувається більша частина свідомого духовного життя людини.

Вольовий акт у власному сенсі постає як рішення, яке припиняє хитання людини під впливом сил окремих мотивів. Основною властивістю особистості, пов'язаною з виконанням вольового акту, є рішучість. Рішуча людина легше за інших обирає шлях дії, не потрапляючи у пастку неузгодженості мотивів.

С.Л. Рубінштейн виокремлює у вольовому процесі чотири основні стадії (фази), які в складному вольовому акті постають у розгорнутому вигляді, а у простому – в згорнутому:

- виникнення потягу і попереднє встановлення мети;
- розгляду і боротьби мотивів;
- прийняття рішення;
- виконання прийнятого рішення.

Відповідно до певної діяльності людини, вольовий процес можна описати терміном «вольова дія», під якою розуміють той самий вольовий процес, але в діяльнісному контексті. **Вольовою є цілеспрямована свідомо дія.** Власне через неї людина підпорядковує власні імпульси свідомому контролю. Усі ознаки та якості волі виявляються у вольових діях. Вольові дії тоді поділяють на прості й складні, мимовільні та довільні.

Труднощі й перешкоди на шляху досягнення мети бувають двох видів: зовнішні та внутрішні. Під зовнішніми перешкодами розуміють труднощі самої справи, її складність, екстремальні умови діяльності, опір інших людей тощо. Зовнішні перешкоди обмежують свободу дії людини,

але майже не впливають на свободу вибору і свободу бажання. Внутрішні перешкоди створюють різноманітні потяги самого суб'єкта, які заважають виконати заплановане, коли, щоб змусити себе працювати, людина повинна долати лінощі, втому, бажання займатись чимось іншим, цікавішим. Подолання перешкод вимагає від людини здійснення вольового зусилля. **Вольове зусилля** – це особливий стан психічної напруги, який мобілізує фізичні, моральні та інтелектуальні сили людини.

12.4. Вольові якості

Воля особистості виражається у вольових якостях. Вольові якості – це відносно стійкі, незалежні від конкретної ситуації психічні утворення, які визначають рівень свідомої саморегуляції особистістю своєї поведінки, її влади над собою.

Індивідуальні особливості волі властиві окремим людям. До позитивних якостей зараховують такі якості, як наполегливість, цілеспрямованість, витримка тощо. Якості, що характеризують слабкість волі особистості, можна визначити такими поняттями, як безпринципність, безініціативність, нестриманість, боязкість, упертість тощо.

Перелік позитивних і негативних вольових якостей дуже великий, тому розглянемо основні з них. В.К. Калін називає такі базальні (первинні) вольові якості особистості, як: а) енергійність; б) терплячість; в) витримка; г) сміливість.

Функціональні вияви цих якостей є односпрямованими регуляторними діями свідомості, що набирають форми вольового зусилля.

Під **енергійністю** розуміють здатність вольовим зусиллям швидко піднімати активність до необхідного рівня.

Терплячість визначають як уміння підтримувати шляхом допоміжного вольового зусилля інтенсивність роботи на заданому рівні за умов виникнення внутрішніх перешкод (наприклад, якщо є втома, поганий настрій, за незначних хворобливих проявів).

Витримка – це здатність вольовим зусиллям швидко гальмувати (послаблювати, сповільнювати) дії, почуття та думки, що заважають здійсненню прийнятого рішення.

Сміливість – це здатність у разі виникнення небезпеки (для життя, здоров'я чи престижу) зберегти стійкість організації психічних функцій і не знизити якість діяльності. Тобто, сміливість пов'язана з умінням протистояти страху і йти на виправданий ризик задля визначеної мети.

Інші якості мають системний характер, пов'язаний з широким спектром функціональних виявів різних сфер (вольової, емоційної, інтелектуальної). Такі вольові якості є вторинними, системними. Наприклад, хоробрість охоплює такі складові як сміливість, витримку, енергійність; рішучість – витримку та сміливість.

Системними є такі якості як наполегливість, дисциплінованість, самостійність, цілеспрямованість, ініціативність, організованість. При цьому важливо знати, що базальні (первинні) вольові якості становлять підґрунтя системних (вторинних) якостей, їх ядро. Низький рівень будь-

яких базальних якостей дуже ускладнює утворення більш складних, системних вольових якостей.

Цілеспрямованість полягає в умінні особистості керуватися у своїх діях і вчинках поставленими цілями, зумовленими твердими переконаннями. Цілеспрямована особистість завжди спирається на загальну, часто віддалену мету і підпорядковує їй свою конкретну мету.

Наполегливість – це вміння домагатися мети, переборюючи труднощі й перешкоди. Наполеглива особистість правильно оцінює обставини, знаходить у них те, що допомагає досягненню мети. Така особистість здатна до тривалого і неослабного напруження енергії, неухильного руху до поставленої мети.

Протилежними до наполегливості виявами є впертість і негативізм, які свідчать про недоліки волі. Вперта людина обстоює свої хибні позиції, попри розумні доводи.

Принциповість – це вміння особистості керуватись у своїх вчинках і поведінці стійкими принципами й переконаннями. Принциповість виявляється в стійкій дисциплінованості поведінки, у правдивості, об'єктивному ставленні до вчинків товаришів, чуйних вчинках. Протилежні до цих якості має людина безпринципна.

До вольових якостей, які найбільше характеризують силу волі особистості, належать самостійність та ініціативність.

Самостійність – це вміння діяти згідно зі своїми задумами, не підпадаючи під вплив інших, критично оцінювати їх думки. Самостійність особистості виявляється в здатності з власної ініціативи організувати діяльність, ставити мету, а в разі потреби – вносити в поведінку зміни. Самостійна особистість не чекає підказок, вказівок від інших людей, активно обстоює власні погляди, може бути організатором, повести за собою до реалізації мети.

Ініціативність – це вміння знаходити нові, нешаблонні рішення й засоби їх здійснення. Протилежними якостями є безініціативність та залежність. Безініціативна людина легко піддається впливу інших людей, їхніх дій, вчинків, власні рішення ставить під сумнів, не впевнена в їх правильності та необхідності. Особливо виразно ці якості виявляються у формі навіювання.

Рішучість – це вміння приймати обдумані рішення у складній обстановці, не вагаючись. Нерішучість є виявом слабкості волі. Нерішуча людина схильна або відкидати остаточне прийняття рішення, або без кінця його переглядати.

Волю особистості характеризує також її організованість, яка полягає в умінні людини керуватися у своїй поведінці чітко визначеним планом. Ця властивість вимагає вміння не тільки неухильно втілювати в життя свій план, а й виявляти необхідну гнучкість у разі зміни обставин дійсності.

Сукупність позитивних (базальних і системних) вольових якостей утворює **силу волі** особистості. Люди бувають із:

- дуже сильною волею (їх називають залізними, вольовими);
- сильною волею;
- помірною волею;
- слабкою волею;

-
- безвольні.

Контрольні питання:

- Розкрийте сутність волі.
- Що включає вольова діяльність особистості?
- У чому виявляються вольові процеси?
- Які функції виконує воля?
- Які типи критеріїв волі Ви знаєте?
- Що таке локус контролю?
- Яким чином здійснюються вольові дії?
- Які ознаки вольових дій?
- Розкрийте простий вольовий акт.
- Охарактеризуйте складний вольовий акт.
- У чому виявляються вольові якості людини?
- У чому виявляється слабкість і сила волі особистості?
- Яка роль вольових станів у подоланні внутрішніх і зовнішніх перешкод?

Література:

Бех І.Д. Від волі до особистості. – К.: Україна-Віта, 1995.

Варій М.Й. Загальна психологія: Навч. посібник / Для студ. психол. і педагог. спеціальностей. – Львів: Край, 2005.

Иванников В.А. Психологические механизмы волевой регуляции. – М.: Изд-во Моск. ун-та, 1991.

Рувинский Л.И., Хохлов С.И. Как воспитывать волю и характер. – М.: Просвещение, 1986.

Психология XXI века: Учебник для вузов / Под ред. В.Н. Дружинина. – М.: ПЕР СЭ, 2003.

Селиванов В.И. Воля и ее воспитание. – М.: Знание, 1976.

Селиванов В.И. Волевая регуляция активности личности // Психол. журн. – 1982. – Т.3. – №4. – С.13 – 25.

Шопенгауэр А. Мир как воля и представление. – М., 1992.

Глава 13

ЗДІБНОСТІ

13.1. Поняття здібностей та їхній розвиток

Здібності тісно пов'язані з загальною спрямованістю особистості. В.Є. Чудновський зазначає, що співвідношення спрямованості особистості й рівня здібностей неоднозначне: високий рівень здібностей суттєво впливає на стиль поведінки та формування особистості. Ще більше значення має той факт, що розвиток здібностей чималою мірою визначається умовами виховання, особливостями сформованості особистості, її спрямованістю, яка або сприяє розкриттю здібностей, або, навпаки, призводить до того, що здібності не реалізуються. В основі однакових досягнень за умов виконання певної діяльності можуть бути різні здібності, водночас одна й та сама здібність може бути умовою успіху різних видів діяльності. Це забезпечує можливості широкої компенсації здібностей. Важливими чинниками процесу навчання і виховання є сензитивні періоди, найсприятливіші для становлення тих чи інших здібностей.

ЗДІБНОСТІ – це поєднання сприятливих індивідуально-своєрідних особливостей та властивостей психіки, які виявляються у швидкості, результативності та якості виконання відповідної діяльності за мінімальних силових, енергетичних і часових затрат.

Вихідною передумовою для розвитку здібностей є ті природні задатки, з якими дитина з'являється на світ. Водночас біологічно успадковані властивості людини не визначають її здібностей. Мозок концентрує в собі не ті чи інші специфічні людські здібності, а лише здатність до формування цих здібностей (С.Л. Рубінштейн).

Рівень розвитку здібностей залежить:

- від якості знань і вмій, від міри їх об'єднання в єдине ціле;
- природних задатків людини, якості природних нервових механізмів елементарної психічної діяльності;
- більшої чи меншої «тренуваності» самих мозкових структур, які беруть участь у здійсненні пізнавальних і психомоторних процесів (Б.І. Додонов).

13.2. Види здібностей

Здібності людей поділяють на види передусім за змістом і характером діяльності, в якій вони виявляються. Розрізняють загальні й спеціальні здібності.

Загальними називають здібності людини, що тією чи іншою мірою виявляються у всіх видах її діяльності. Загальні здібності забезпечують відносну легкість і продуктивність у засвоєнні знань та виконанні різних видів діяльності.

Такими є здібності до навчання, загальні розумові здібності людини, її здібності до праці. Вони спираються на загальні вміння, необхідні в кожній галузі діяльності, зокрема такі, як уміння усвідомлювати завдання, планувати й організовувати їх виконання, використовуючи наявні в досвіді людини засоби, розкривати зв'язки тих речей, яких стосується діяльність, оволодівати новими прийомами роботи, переборювати труднощі на шляху до мети.

До спеціальних здібностей належить зарахувати й здібності до практичної діяльності: конструктивно-технічні, організаційно-управлінські, педагогічні, підприємницькі та інші.

Під спеціальними здібностями розуміють здібності, що виразно виявляються в окремих спеціальних галузях діяльності (наприклад, сценічній, музичній, спортивній тощо).

Загальні здібності виявляються в спеціальних, тобто здібностях до якоїсь певної, конкретної діяльності.

Спеціальні здібності визначено тими об'єктивними вимогами, які ставить перед людиною певна галузь виробництва, культури, мистецтва тощо. Кожна спеціальна здібність є синтезом певних властивостей особистості, що формують її готовність до активної та продуктивної діяльності. Здібності не тільки виявляються, а й формуються в діяльності.

З розвитком спеціальних здібностей розвиваються і загальні їх сторони. Високі спеціальні здібності мають у своїй основі достатній рівень розвитку загальних здібностей.

Згідно з іншим підходом, у структурі здібностей виокремлюють потенційні та актуальні можливості розвитку. **Потенційні здібності** – це можливості розвитку особистості, які виявляються щоразу, коли перед нею постає необхідність розв'язання нових завдань. Проте розвиток особистості залежить не лише від її психологічних властивостей, а й від тих соціальних умов, у яких ці властивості може або не може бути реалізовано. У такому разі говорять про **актуальні здібності**. І справді, аж ніяк не кожна людина може реалізувати свої потенційні здібності відповідно до своєї психологічної природи, оскільки для цього може не бути об'єктивних умов і можливостей. Отже, актуальні здібності становлять тільки частину потенційних.

Кожна здібність має свою структуру, в якій розрізняють провідні й допоміжні властивості. Зокрема, провідними властивостями в літературних здібностях є особливості творчої уяви та мислення; яскраві наочні образи пам'яті тощо.

Специфічними є шляхи розвитку спеціальних здібностей. Вирізняють такі рівні здібностей: **репродуктивний** (забезпечує високе вміння засвоювати знання, оволодівати діяльністю) і **творчий** (забезпечує створення нового, оригінального). Слід, однак, зважати на те, що кожна репродуктивна діяльність має елементи творчості, а творча діяльність включає і репродуктивну, без якої вона неможлива.

Належність особистості до одного з трьох людських типів: «художнього», «мислительного» і «проміжного» (за термінологією І.П. Павлова) суттєвою мірою визначає особливості її здібностей.

Відносна перевага першої сигнальної системи в психічній діяльності людини характеризує художній тип, відносна перевага другої сигнальної

системи – мислительний тип, певна їх рівновага – середній тип людей. Ці відмінності в сучасній науці пов'язують із функціями лівої (словесно-логічний тип) і правої (образний тип) півкуль головного мозку.

Художньому типові властива яскравість образів, мислительному – перевага абстракцій, логічних конструкцій. У однієї й тієї ж людини можуть бути різні здібності, але одна з них більш значуща за інші. Водночас у різних людей спостерігаються ті самі здібності, які, проте, не однакові за рівнем розвитку.

Здібності розвиваються в обдарованість, а потім талант.

Поняття обдарованості не має загально визнаного визначення.

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

Обдарованість людини одержує як щось спадкове. Вона є функцією всієї системи умов життєдіяльності в її єдності, функцією особистості й нерозривно пов'язана з усім її життям, виявляючись на різних етапах її розвитку. Це явище виражає внутрішні можливості розвитку не організму як такого, а особистості. Обдарованість виражає внутрішні дані й можливість людини, тобто внутрішні психологічні умови діяльності в їх співвідношенні з вимогами, які висуває ця діяльність.

Усередині тих чи інших спеціальних здібностей виявляється загальна обдарованість індивіда, яка співвідноситься з більш загальними умовами провідних форм людської діяльності.

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

ТАЛАНТ – високий рівень розвитку здібностей, насамперед спеціальних. Це сукупність здібностей, що дають змогу одержати продукт діяльності, який вирізняється новизною, високим рівнем досконалості та суспільною значущістю.

Талант може виявитися в усіх сферах людської праці: в організаторській і педагогічній діяльності, в науці, техніці, у найрізноманітніших видах виробництва.

Геніальність – найвищий рівень творчих проявів особистості, який втілюється у творчості, що має історичне значення для життя суспільства. Геній, образно кажучи, створює нову епоху в своїй царині знань. Для генія характерні творча продуктивність, оволодіння культурною спадщиною минулого і водночас рішуче долавання старих норм і традицій. Геніальна особистість своєю творчою діяльністю сприяє прогресивному розвитку суспільства.

13.3. Розвиток здібностей

Нині перед суспільством гостро стоїть проблема виявлення закономірностей і механізмів формування та розвитку здібностей. Це висуває відповідні вимоги до психології.

Природну основу розвитку здібностей становлять задатки – природжені анатомо-фізіологічні особливості нервової системи й мозку, які

проявляються в типологічних особливостях людини. Однак задатки є лише передумовою здібностей. Лише своєчасний вияв і розвиток задатків людини через виховання зумовлює формування у неї здібностей. Для цього найчастіше застосовують систематичні тренування, які передбачають активне включення в діяльність.

Першою ознакою зародження здібностей є нахил – стійка орієнтованість індивіда на певну діяльність, якою він прагне займатися. Справжній нахил поряд із тяжінням до діяльності зумовлює швидке досягнення високих результатів. Хибний нахил, на відміну від справжнього, може виявлятися у споглядальному ставленні до чогось або, незважаючи на активне захоплення, дає посередні результати.

Крім задатків, важливе значення для розвитку здібностей має врахування у виховному процесі сенситивних періодів формування функцій. Кожна дитина у своєму розвитку проходить періоди підвищеної чутливості до певних виховних впливів, до засвоєння тих чи інших видів діяльності. Наприклад, у віці 2–3 років дитина інтенсивно оволодіває мовою оточення, яка згодом стає для неї рідною. Важливо підкреслити, що періоди особливої готовності до оволодіння певними видами діяльності рано чи пізно закінчуються. Якщо ту чи іншу функцію не було розвинено у сензитивний період, то згодом її розвиток виявиться ускладненим, а то й зовсім неможливим. Саме тому, люди, які прагнуть вивчити іноземну мову в дорослому віці, докладають багатьох зусиль, але майже ніколи не володіють нею краще, ніж рідною.

Специфічним видом розвитку здібностей особистості є її психологічна підготовка до того чи іншого виду діяльності. Наприклад, психологічна готовність особистості до професійної діяльності передбачає сформованість у неї знань й умінь з фаху, а також певних моральних та емоційно-вольових властивостей.

Якісний аналіз здібностей спрямовано на виявлення таких індивідуальних характеристик людини, які є необхідними для ефективного здійснення будь-якого конкретного виду діяльності. Кількісні виміри здібностей характеризують міру їх наявності.

Для оцінки рівня розвитку здібностей досить широко використовують різноманітні тести (тести досягнень, тести інтелекту, тести креативності тощо). Дослідження конкретно-психологічних характеристик різних здібностей дають змогу виокремити загальні властивості індивіда, які відповідають вимогам не одного, а багатьох видів діяльності (наприклад, інтелект), а також спеціальні властивості, які відповідають вужчому колу вимог конкретної діяльності (спеціальні здібності). Урахування рівня розвитку здібностей під час вибору професії та в доборі кадрів сприяє підвищенню ефективності діяльності людини й ступеня її задоволеності результатами своєї діяльності.

Контрольні питання:

- Що становлять собою здібності?
- Який взаємозв'язок задатків і здібностей?
- Які рівні здібностей Ви знаєте?
- У чому виявляються загальні здібності?
- У чому виявляються спеціальні здібності?

- На які види поділяються здібності?
- Які особливості розвитку здібностей?

Література:

- Айзенк Г. Проверьте ваши способности / Пер. с англ. – М.: Мир, 1972.
- Барков В.І., Тютюнников А.М. Як визначити творчі здібності дитини. – К.: Україна, 1991.
- Видинеев Н.В. Природа интеллектуальных способностей человека. – М.: Мысль, 1989.
- Гильбух Ю.З. Розумово обдарована дитина. Психологія, діагностика, педагогіка / Пер. з рос. – К.: ВІПОЛ, 1993.
- Голубева Е.А. Комплексное исследование способностей // Вопр. психологии. – 1986. – №5.
- Дружинин В.Н. Психология общих способностей. – М.: Лантерна: Вита, 1995.
- Максименко С.Д. Развитие психики в онтогенезі: У 2 т. – К.: Форум, 2002.
- Основи психології / За заг. ред. О.В. Киричука, В.А. Роменця. – К.: Либідь, 1996.
- Психология XXI века: Учебник для вузов / Под ред. В.Н. Дружинина. – М.: ПЕР СЭ, 2003.
- Психологія: Підручник / За ред. Ю.Л. Трофімова, 3-тє вид. – К.: Либідь, 2001.

Глава 14

СОЦІОПСИХІЧНА ПІДСТРУКТУРА ОСОБИСТОСТІ

Соціопсихічна підструктура особистості утримує в собі психічні компоненти особистості, які сформувалися переважно під час соціалізації і забезпечують її рух у соціальному просторі й часі. До соціопсихічної підструктури особистості входять досвід, характер і спрямованість.

14.1. Досвід

ДОСВІД – це знання та навички, які людина набуває в процесі соціалізації. Сюди також належать уміння, звички, цінності, соціальні установки тощо.

Набувається досвід упродовж соціалізації. Провідним у надбанні досвіду є соціальний чинник. Поряд із біологічними мотивами, які залежали від безпосереднього сприйняття середовища, виникали вищі, «духовні» мотиви та потреби, вищі форми поведінки, зумовлені здатністю абстрагуватися від безпосередніх впливів середовища.

Разом із двома джерелами поведінки (спадково закріпленою програмою та власним досвідом індивіда) виникло третє джерело, що формує людську діяльність, – передавання та опанування суспільного досвіду. Одним із вирішальних чинників задоволення цієї важливої соціальної потреби була мова, що стала формою існування свідомості.

Досвід є важливим психічним, яке впливає на розвиток особистості та її психіки. У процесі засвоєння знань, навичок, умінь, культурних і національних цінностей, способів виробництва, всієї сукупності соціальних відносин людина виявляє активність, усвідомлює навколишній світ і себе в ньому. Через діяльність вона бере участь у різних системах зв'язків і відносин, певним чином впливаючи на них, стає творцем чогось нового. Однак людина сама стає об'єктом впливу всіх перелічених компонентів. Цей зворотний зв'язок має формуючий характер: засвоюючи соціальний досвід, людина розвиває свою особистість. Отже, досвід стає специфічним психічним, яке об'єктивується у психіці й впливає на функціонування інших її підсистем. Уже нове внутрішнє психічне особистості об'єктивується у створених нею предметах матеріальної та духовної культури, а також у вчинках.

Кожна людина, кожне покоління спирається на досвід попереднього, просуюваючись уперед. Процес набування досвіду невід'ємний від засвоєння нею соціальних ролей. Така роль означає соціальну функцію конкретної особистості, певну модель її поведінки. Вона залежить від засвоєних та усвідомлених соціальних норм, очікувань, стосунків, сукупності взаємовідносин тощо. Кількість ролей, які виконує людина, залежить від тих соціальних груп і видів діяльності, у яких вона бере участь. Але що більше соціальних ролей виконує вона, то більше набуває соціального досвіду. Через досвід формується ставлення до життя, праці,

інших людей, Батьківщини, народу, обов'язку тощо. Він також впливає на спрямованість особистості в соціальному просторі й часі.

14.2. Характер

Термін «характер» – грецького походження, він означає «риси», «ознака», «відбиток».

Для визначення властивостей людини його ввів сучасник Арістотеля – Теофраст. У «Характеристиках» він описав з погляду мораліста 31 тип людських характерів – людей хвалькуватих, балакучих, неширих, нудних, улесливих тощо.

Ми постійно чуємо, що одні люди працьовиті, дисципліновані, наполегливі, скромні, чесні, сміливі, рішучі, колективісти, а інші – ліниві, неакуратні, хвалькуваті, неорганізовані, честолюбні, самовпевнені, нечесні, егоїсти, боягузи тощо.

У житті ці й подібні риси виявляються настільки яскраво і постійно, що визначають собою типовий різновид особистості, індивідуальний стиль її соціальної поведінки.

Такі психологічні особливості особистості називають рисами характеру. Сукупність постійних рис становить характер особистості.

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

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

Характер найтісніше пов'язаний з темпераментом, який визначає зовнішню, динамічну форму вираження сутності людини. Його можна зрозуміти з того, як вона мислить і поводить себе за різних обставин, якої думки вона про інших людей і про саму себе, в який спосіб здебільшого поводить себе.

Характер людини виявляється в її суспільній діяльності, суспільних відносинах. Тому знати характер особистості дуже важливо. Це дає змогу передбачати, як вона поводитиметься за певних умов, чого від неї можна чекати, як вона виконуватиме доручення тощо.

А характер як одна з істотних особливостей психічного складу особистості є цілісним утворенням, що характеризує людське «Я» як єдність.

Розуміння характеру як єдності його рис не виключає виокремлення в ньому деяких ланцюгів з метою глибшого пізнання його сутності. Але для цього потрібно визначити структуру характеру, виокремивши у ній зміст і форму. Зміст характеру особистості визначають суспільні умови життя та виховання. Вчинки людини завжди чимось мотивовано, на щось або на когось спрямовано.

У структурі характеру виокремлюють дві групи його компонентів: **позиційні** й **загальні**. До позиційних компонентів належать спрямованість, переконання, розум, почуття, воля й темперамент. Загальні компоненти інтегрують позиційні компоненти в різних варіаціях і спів-

відношеннях. До них належать повнота, цілісність, визначеність і сила характеру (рис.14.1).

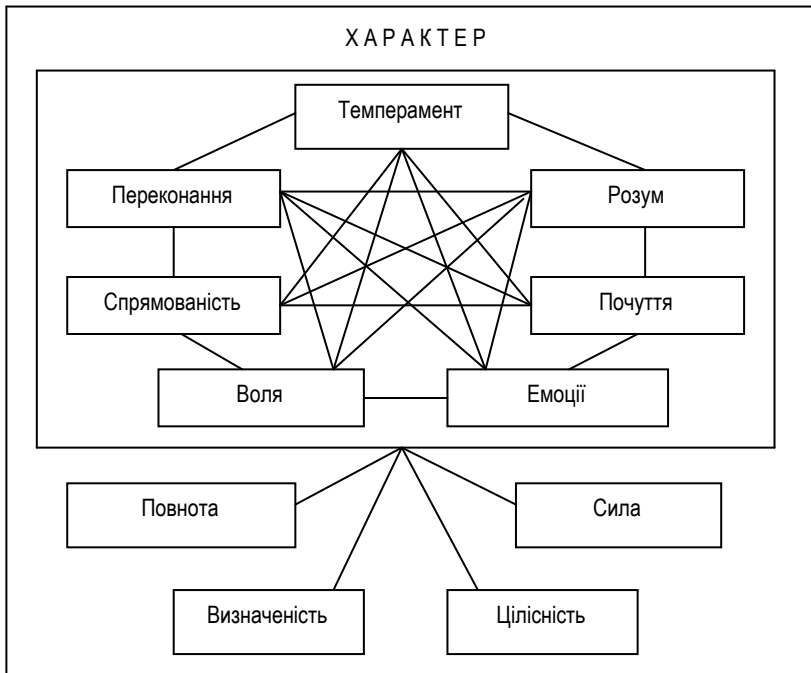


Рис. 14.1. Структура характеру.

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

Залежно від домінуючих матеріальних або духовних потреб, ціннісних установок особистості, інтересів і вподобань життя одних людей наповнене корисною діяльністю, вони невтомно працюють та виконують громадський обов'язок. Рушієм їх вчинків є гуманність, оптимізм, контактність.

Однак є люди, у котрих на першому плані власний добробут, задоволення своїх егоїстичних потреб, вони стають рабами речей. У побуті, вчинках і діяльності таких людей панують індивідуалізм, скупість, жадібність, заздрість, самозакоханість.

ПЕРЕКОНАННЯ – це знання, ідеї, погляди, що є мотивами поведінки людини, стають рисами її характеру й визначають ставлення до дійсності, а також вчинки, поведінку.

Переконання виявляються в принциповості, невідкупності, правдивості, вимогливості до себе. Особистість із непохитними переконаннями спроможна докласти максимум зусиль для досягнення мети, віддати, коли потрібно, своє життя заради суспільних справ. Непринциповим людям, кар'єристам ці риси характеру не властиві.

Розумові риси характеру виявляються в розсудливості, спостережливості, поміркованості.

Спостережливість і розсудливість сприяють швидкій орієнтації в обставинах. Нерозсудливі люди легко хапаються за будь-яку справу, діють під впливом імпульсу. Розумова інертність, навпаки, виявляється в пасивності, байдужості, повільності, коли потрібно прийняти рішення, або у поверховому ставленні до справи без урахування її важливості.

Емоції і почуття стають підґрунтям таких рис характеру, як гарячковість, запальність, надмірна або вдавана співчутливість, всепрощення чи брутальність, грубість, «товстошкірність», нечутливість до страждань інших, нездатність співчувати тощо.

Моральні, естетичні, пізнавальні й практичні почуття можуть виявлятися або в екзальтованості, або в спокійному, поміркованому ставленні до явищ природи, мистецтва, вчинків людей.

ВОЛЯ як складова структури **ХАРАКТЕРУ** зумовлює його силу, непохитність. Вона – стержневий компонент сформованого характеру. Сильна воля робить характер самостійним, стійким, непохитним, мужнім. Людина з таким характером здатна досягати бажаної мети.

Люди зі слабкою волею – слабохарактерні. Навіть маючи багато знань і значний досвід, вони нездатні наполягати на справедливості і виявляють нерішучість, страх.

Темперамент як складова структури характеру є динамічною формою його вияву.

Характер – це єдність типологічного і набутого життєвого досвіду. Особливості умов життя, навчання та виховання формують різне за змістом індивідуальне ставлення до явищ навколишньої дійсності, але форму вияву цього ставлення, динаміку реакцій особистості визначає її темперамент.

Одні й ті самі переконання, погляди, знання люди з різним темпераментом виявляють своєрідно з погляду сили, врівноваженості та рухливості дій. Виокремлюючи в характері його структурні компоненти, треба мати на увазі, що характер – це сукупність усіх його структурних компонентів.

Кожний компонент характеру має певною мірою інтегративний вияв у кожній рисі характеру, як і в характері загалом. Тому не можна вести мову про світоглядні, інтелектуальні, емоційні, вольові риси характеру.

Характер як своєрідне, постійне, цілісне ставлення особистості до різних аспектів дійсності може бути стійким або нестійким, повним, цілісним, визначеним або невизначеним.

ПОВНОТА ХАРАКТЕРУ – це всебічний розвиток головних його структурних компонентів – розумових, моральних, емоційних, почуттєвих, вольових. Розсудливість такої людини завжди узгоджена з емоційною врівноваженістю та самовладанням.

Внутрішня єдність рис характеру визначає його цілісність. **Цілісність характеру** – це внутрішня єдність, гармонійність, досконале поєднання рис характеру, яка зумовлює ступінь єдності слова і діла.

У людей безхарактерних помітні розбіжність у поглядах, відсутність цілеспрямованості рис характеру, випадковість їх виявлення, залежність їх виявлення від обставин, а не від внутрішніх установок особистості.

Особливо важливою рисою характеру є його визначеність.

Визначеність характеру виявляється в його спрямованості на конкретні цілі, а також у прагненнях і переконаннях.

Визначеність характеру людини як суб'єкта діяльності позначається на принциповості та сумлінності дій незалежно від важливості доручення. На людину з визначеним характером можна покладатися, доручаючи їй важливі справи, – вона виконає доручення відповідно до його мети, змісту справи та способів виконання.

Про людей з невизначеним характером важко сказати, добрі вони або погані. Це люди безпринципні, без чітких позицій у політичному, трудовому житті, у побуті.

Сила характеру виявляється в рішучих, активних і наполегливих діях, діяльності та здатності завершити справу чи досягнути мети, попри жодні перешкоди.

У справжній особистості має бути єдність усіх компонентів її характеру. Проте єдність характеру не виключає того, що за різних обставин у тієї ж людини по-різному виявляються зазначені компоненти та риси характеру. Одночасно людина може бути поблажливою і надмірно вимогливою, непохитною і поступливою, щедрою і скупюю. При цьому єдність компонентів характеру залишається, і саме в цьому виявляється.

Риси характеру особистості впливають на діяльність, стосунки, способи дій тощо. Типове та індивідуальне в характері існує в єдності. Типове створює тло для індивідуальних виявів рис характеру, і вияв невластивих більшості членів певної соціальної групи рис характеру викликає заперечення, осуд.

Особливості типового характеру виявляють позитивне або негативне ставлення: а) до праці; б) до інших людей; в) до самої себе; г) до предметів та явищ дійсності.

Ставлення до праці виявляється у повазі до праці, працелюбності або ж зневазі до неї і працівників. Важливі риси ставлення до праці: акуратність, сумлінність, дисциплінованість, організованість.

Ставлення до інших людей виникає в контактах між особистостями і зумовлюється суспільними умовами життя, які складаються історично і виявляються в колективі.

Це ставлення має оцінний характер, у якому інтелектуальне оцінювання залежить від емоційного ставлення до рис характеру, що виявляються в суспільних контактах. Оцінне ставлення до людей виражається в різному змісті рис характеру та різній формі їхнього вияву. Схвалення й осуд, підтримку і заперечення можна висловити у ввічливій, тактовній, доброзичливій формі або ж формально, улесливо, а то й брутально, грубо, іронічно, саркастично, образливо.

Серед позитивних рис характеру, притаманних культурній людині, – справедливість, дотримання слова, щедрість, доброзичливість, чесність, принциповість. В їхній основі – гуманістичні моральні якості людей, ідейні переконання, прогресивні прагнення.

До негативних рис характеру належать відчуженість, замкнутість, заздрість, скупість, зневага до інших, хвалькуватість, гордість, схильність до безпідставного кепкування та глузування, прискіпливість, схильність до пустопорожніх суперечок, заперечення істини, дріб'язковість, мізантропія. Негативні риси характеру дуже шкодять позитивному спілкуванню людей, їхньому прагненню до спільної боротьби з несправедливістю, спілкуванню в праці.

Ставлячись певним чином до вчинків і поведінки інших, людина формує власні риси характеру за аналогією або протиставленням.

Ставлення до самого себе – позитивне або негативне – залежить від рівня розвитку самосвідомості, здатності оцінювати себе. Такі риси характеру, як скромність, почуття власної гідності, вимогливість до себе, відповідальність за справу, схильність віддавати всі свої сили колективу, державі, свідчать про високий рівень розвитку самосвідомості особистості.

Водночас деяким людям у ставленні до себе притаманні негативні риси: нескромність, хвалькуватість, кар'єризм, пиха, самовпевненість, безпринципна покора, безпідставна зневага чи занижена самооцінка.

Серед рис характеру особливо помітні ті, які визначають ставлення людей до речей, до природи. Ощадливість, дбайливість, акуратність, бережливість, дбайливе ставлення до природи підносять особистість.

Структура рис характеру виявляється в тому, як людина ставиться:

- до інших людей, демонструючи увагу, принциповість, прихильність, комунікабельність, миролюбність, лагідність, альтруїзм, дбайливість, тактовність, коректність або протилежні риси;
- до справ, виявляючи сумлінність, допитливість, ініціативність, рішучість, ретельність, точність, серйозність, ентузіазм, зацікавленість або протилежні риси;
- до речей, демонструючи при цьому бережливість, економність, акуратність, почуття смаку або протилежні риси;
- до себе, виявляючи розумний егоїзм, впевненість у собі, нормальне самолюбство, почуття власної гідності чи протилежні риси.

Характер тісно пов'язаний з темпераментом, який може сприяти або протидіяти розвиткові певних рис характеру.

Людський характер формується з перших днів життя людини до останніх його днів. У перші роки життя провідним чинником розвитку характеру стають дослі. У молодшому віці поряд із наслідуванням на перше місце виходить виховання. А з підліткового віку важливу роль у формуванні характеру відіграє самовиховання. Сама людина може свідомо, цілеспрямовано вдосконалювати характер завдяки зміні соціальної поведінки, спільної діяльності, спілкування з іншими людьми. Слід пам'ятати, що характер можна змінювати протягом усього життя людини.

Типові риси характеру за своєю інтенсивністю виявляються порізному, індивідуально. Такі умови провокують вияв загостреної реакції особистості. Крайню інтенсивність певних рис людини називають їх акцентуацією.

АКЦЕНТУАЦІЯ ХАРАКТЕРУ – це надзвичайне підсилення окремих рис характеру, за якого наявні відхилення в психології і поведінці людини, що не виходять за межі нормативної поведінки, але межують з патологією.

Акцентованість рис характеру виявляється лише за певних умов. За інших умов люди з такими рисами діють спокійно, без напруження.

Акцентованість рис характеру виробляється за суспільних умов життя під впливом інтересів, специфіки контактів у колективі, проте, як свідчать дослідження, засадами стосовно них є своєрідні вроджені індивідуальні особливості, що й створюють ґрунт для виникнення акцентуації за відповідних соціальних умов.

14.3. Спрямованість

СПРЯМОВАНІСТЬ – це властивість особистості, що становить собою систему взаємопов'язаних внутрішніх спонукань, які спрямовують та орієнтують її життєвий шлях у соціальному просторі й часі.

Під спрямованістю розуміють систему домінуючих мотивів. Провідні мотиви підпорядковують собі всі інші й характеризують будову всієї мотиваційної сфери людини. Виникнення ієрархічної структури мотивів постає як передумова стійкості особистості.

Які ж головні компоненти спрямованості особистості? У структуру спрямованості входять, передусім, усвідомлені мотиви поведінки: цілі, інтереси, ідеали, переконання особистості. Їхня стійка ієрархія дає змогу в певних межах передбачити загальну спрямованість особистості, її вчинків. Проте на поведінку людини впливають не тільки усвідомлені, а й малоусвідомлені мотиви. Їхнє співвідношення визначає поведінку людини в новій ситуації.

Більшість людей рухається в соціальному просторі й часі спрямовано. До руху, активності їх спонукають поставлені потреби, цілі та інші чинники. Але не кожна мета, яка виникає перед людиною, стає тим, що підштовхує до дії. Лише мета, яка має для людини привабливу силу, може впродовж певного відтинку життя спрямовувати її психічну активність, роздуми, думки. У людини з'являється досить сильна внутрішня потреба в дії, виникає могутнє спонукання, яке штовхає її до відповідного вчинку. Отже, спрямованість особистості зумовлена низкою відповідних мотивів. Розглянемо деякі аспекти мотивації.

Основні теорії мотивації прийнято поділяти на дві групи: змістові і процесуальні. У змістових теоріях акцент зроблено на виявленні та вивченні внутрішніх спонукань (потреб, мотивів), які є в основі поведінки людей, їхньої професійної діяльності. У процесуальних теоріях розкриваються закономірності організації цілісної мотивованої поведінки

з урахуванням взаємодії мотивів з іншими процесами сприйняттям, пізнанням, комунікацією.

Прикладом змістового підходу є концепція «ієрархії мотивів» А. Маслоу. Вона допускає, що основою мотивів є потреби, які утворюють піраміду. За даною концепцією всі потреби особистості поділено на п'ять основних груп:

• **Фізіологічні потреби** (А) необхідні для виживання організму. Вони є в основі гомеостатичної регуляції. Це – потреба в їжі, воді, відпочинку, сексуальному задоволенні, притулку тощо.

• **Потреби самозбереження** (Б) охоплюють потреби в захисті від фізичних і психологічних небезпек, впевненості в тому, що фізіологічні потреби буде задоволено; у захисті від непорядкованості, болю, гніву, страху.

• **Соціальні потреби** (В), тобто потреби в соціальних зв'язках. Вони вказують на необхідність: соціального єднання з групою і приналежності до неї; соціальних контактів, любові, позитивного ставлення з боку інших, соціальної взаємодії як таких.

• **Потреби в шануванні** (Г) включають, по-перше, потреби в повазі з боку інших – у визнанні ними особистих досягнень, компетентності, особистісних властивостей і достоїнств; по-друге, – потребу в самоповазі.

• **Потреби самоактуалізації** (Г) вказують на необхідність особистості реалізувати свої потенційні можливості і здібності, здійснити «особистісне зростання», тобто розвиток власної особистості, розуміння, осмислення і розвитку власного «Я».

П'ять груп потреб одночасно є й п'ятьма основними рівнями потреб, розташованими у вигляді чіткої ієрархічної структури співвідпорядкованості.

Це означає, що потреби кожного вище розташованого рівня виникають (актуалізуються) тільки тоді, коли потреби всіх нижче розташованих рівнів задоволено. Наприклад, якщо людина відчуває сильний голод (рівень А), то саме він є головним мотивуючим фактором поведінки. Лише після того, як цю потребу буде задоволено, людина починає прагнути до задоволення потреб інших рівнів – зокрема, безпеки, соціального визнання тощо.

Задоволення потреб нижче розташованих рівнів є обов'язковою умовою і причиною актуалізації потреб вищерозташованих рівнів. Наприклад, лише після того, як буде гарантовано безпеку, виникають потреби соціального порядку. Після того як людина домагається їхнього задоволення (соціального визнання), вона починає випробовувати потреби в повазі, у самоповазі, у власному вдосконалюванні.

Нижчі потреби (рівні А і Б) позначаються як «потреби дефіциту», а вищі (рівні Г і Г) – як «потреби росту»: перші забезпечують виживання, а другі – розвиток особистості.

Оскільки з розвитком людини як особистості розширюються її потенційні можливості, потреба в самовдосконаленні ніколи не може бути задоволена цілком. Тому і процес розвитку мотивації не є обмеженим.

Отже, основу мотиваційної сфери особистості становлять потреби – психічне явище необхідності особистості в засобах та умовах свого існування.

У процесі діяльності відбувається як розвиток особистості, так і перетворення середовища, в якому живе людина. Отже, потреби – це рушійна сила розвитку особистості та його активності. З одного боку, її задають людині умови її біосоціального існування й пов'язані з виникненням дефіциту в нормальній життєдіяльності – соціальній або біологічній. З іншого – потреби детермінують активність, спрямовану на усунення цього дефіциту.

Стан потреби характеризує чітка предметна спрямованість. Причому ця орієнтованість на зовнішній світ припускає включення цього зовнішнього в певній ролі до внутрішньої системи життєдіяльності людини. Потреба в предметі відчувається заради його опанування як необхідного, але відсутнього на цю мить компонента системи загалом. Потреба – це завжди відчуття нестачі чогось певного.

Потреби індивіда пов'язані з потребами суспільства, вони формуються й розвиваються в контексті розвитку останніх. Їх не можна зрозуміти, не досліджуючи історичний розвиток суспільства. Аналізуючи потреби індивіда, треба враховувати особливості тих спільнот, до яких він належить. Належність до спільноти є однією з найважливіших детермінант мотиваційної сфери особистості.

Проте потреби можна класифікувати й за іншими ознаками, а саме як біологічні, матеріальні, соціокультурні.

Потреби, притаманні людині, можна поділити на базові, похідні та вищі:

- **БАЗОВІ ПОТРЕБИ** – це потреби в матеріальних умовах і засобах життя, у спілкуванні, пізнанні, діяльності й відпочинку. Їх диктують об'єктивні закони життя індивіда в суспільстві та його розвитку як особистості. Кожна з базових потреб може мати різні рівні розвитку, пов'язані насамперед із певними етапами розвитку особистості.

- **ПОХІДНІ ПОТРЕБИ** формуються на основі базових. До них належать естетичні потреби, потреба в навчанні.

- **ВИЩІ ПОТРЕБИ** включають насамперед потреби у творчості й творчій праці.

Потреба, опосередкована складним психологічним процесом мотивації, виявляє себе психологічно у формі мотиву поведінки.

МОТИВ – це психічне явище спонукання особистості до постановки мети й діяльності щодо її досягнення.

Потреба – коли суб'єкту бракує чогось конкретного, а мотив – обґрунтування рішення задовольнити або не задовольнити зазначену потребу в певному об'єктивному й суб'єктивному середовищі. Перш ніж потреба спричинить дію, особистість переживає складний психологічний процес мотивації, який полягає в усвідомленні тією чи іншою мірою

суб'єктивного й об'єктивного аспектів потреби й дії, спрямованої на її задоволення.

Мотивом може стати лише усвідомлена потреба й тільки в тому разі, якщо задоволення цієї конкретної потреби, багаторазово проходячи через етап мотивації, безпосередньо переходить у дію (рис. 14.2).

З цього погляду будь-які психічні явища можуть виступати як мотиви поведінки лише за умови, якщо у відповідному суб'єктивному й об'єктивному середовищі кожне з них перетворюється на потребу, а її задоволення стає звичкою.

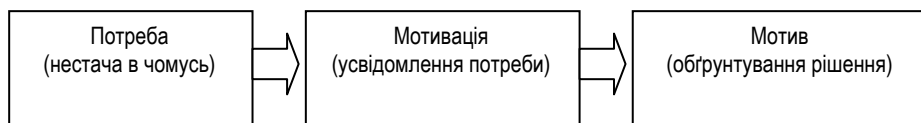


Рис. 14.2. Схема переходу потреби в мотив.

Поведінка людини має поліпотребнісну детермінацію. Різноманітні потреби можуть і співіснувати, і суперечити одна одній. Зі суто пізнавального боку людину може цікавити одна професія, з матеріального – інша, з позиції престижу – третя тощо. Зупинивши свій вибір на одній з них, людина, певно, здійснює чималу роботу щодо усвідомлення привілеїв тієї потреби (або їх системи), задоволення якої для неї найбільш значуще.

Отже, мотив є результатом мотивації і становить собою внутрішню психологічну активність, що організує та планує діяльність і поведінку, в основі яких – необхідність задоволення потреби.

У процесі мотивації потреба дістає одну зі своїх суттєвих властивостей – предметність. Предмет, здатний задовольнити потребу, не є заздалегідь визначений. До першого задоволення потреба не має свого предмета. Набуття потребою свого предмета, її опредмечування і зумовлює перетворення потреби на певний мотив діяльності.

Мотиви діяльності людини пов'язані з її цілями. Цілі й мотиви дій можуть збігатися. Взаємозумовленість цілей і мотивів людини очевидна, оскільки мета діяльності завжди залежить від її мотиву.

Щоб предмет або явище дійсності стали метою нашої діяльності, необхідне попереднє усвідомлення людиною, що цей предмет має стосунок до задоволення наявної в неї потреби, і потреба в ньому спонукає її до відповідної дії.

Мотив спрямовує сили людини в напрямі задоволення її потреб. На відміну від цілей, аж ніяк не всі мотиви людина адекватно усвідомлює. Поряд із добре усвідомленими інтересами, прагненнями, переконаннями у психічному житті людини мають місце й такі особистісні тенденції та установки, які недостатньо адекватно усвідомлені, що зумовлює викривлення у світобаченні, у поведінці.

В основі будь-якої дії є потреба, яка психологічно виявляється як **мотив**, що може реалізуватися у низці психологічних змінних: інтересах, прагненнях, переконаннях та установках.

Під інтересами розуміють мотиви, в яких втілюються емоційно забарвлені пізнавальні потреби особистості.

ІНТЕРЕС – це емоційно забарвлена вибіркова спрямованість особистості, яка виражається переважно в її вибіркового ставленні до тих чи інших явищ, предметів чи відповідної діяльності. В інтересі поєднуються емоційне та раціональне.

ПРАГНЕННЯ – це мотиви, в яких виявляються потреби особистості в умовах спеціально організованої її діяльності.

Причому ця діяльність може бути домінуючою впродовж досить тривалого часу життя людини. Зокрема, у діяльності студентів виявляється прагнення закінчити навчальний заклад, почати працювати за фахом.

Іноді – залежно від змісту мети та ступеня її усвідомленості – прагнення може набувати вигляду потягу чи бажання.

ПОТЯГ – це простий мотив, при якому усвідомлюється лише незадоволеність реальним станом, але не усвідомлюються цілі дій. Його переживають як нечіткий емоційний порив, незадоволення існуючим станом речей.

Щось не влаштовує людину в житті, але вона ще не знає точно, що саме, бо потяг не має чітко виявленої спрямованості до цілі. Тому потяги не спонукають особистість до цілеспрямованої активності. Вони можуть лише слугувати підставою для орієнтуючої активності, яка змушує суб'єкт хоча б у загальних рисах виявити «зону пошуку» того, чого йому не вистачає, опредметнити свій недиференційований стан, який виявляється у потязі.

БАЖАННЯ – мотив, який становить більш або менш чітке усвідомлення цілі.

У своїх найвищих виявах, які в психології нерідко називають хотіннями, вони спонукають до вольових дій, спрямованих на досягнення значущих цілей.

Чинником, що має мотиваційне значення та виявляє постановку людиною певних цілей, є рівень домагань особистості – прагнення досягти цілей того ступеня складності, на який людина вважає себе здатною. В основі рівня домагань є самооцінка, підтримання якої стало для людини потребою.

Рівень домагань особистості може бути адекватним чи неадекватним (заниженим, завищеним) щодо можливостей індивіда. Для людини зі зниженим рівнем домагань характерна колізія так званого гідкого каченяти, яка виявляється в невпевненості у своїх силах, можливостях, здібностях. Завищений рівень домагань породжують суперечності між постійним ростом потреб і реальними можливостями їх задоволення і в процесі реалізації супроводжується підвищеною критичністю, максималізмом в оцінках дійсності та емоційним напруженням.

Вирішальним у становленні рівня домагань є не об'єктивний успіх або невдача, а переживання суб'єктом своїх досягнень як достатніх чи недостатніх.

За даними американських психологів, рівень домагань залежить від співвідношення двох протилежних мотиваційних тенденцій – прагнення

до успіху та уникнення невдачі, які входять до структури мотивації досягнення.

Інакше кажучи, поведінку, орієнтовану на досягненні мети, визначає співвідношення двох тенденцій – прагнення до успіху та уникнення невдачі.

Тенденція прагнення до успіху є мультиплікативною функцією трьох змінних: мотиву прагнення до успіху, суб'єктивної імовірності досягнення успіху, його привабливості в певній ситуації. Мотив прагнення до успіху – це стійка диспозиція особистості переживати гордість і задоволення у разі досягнення успіху.

Тенденція уникнення невдачі є мультиплікативною функцією мотиву уникнення невдачі (прагнення уникнути невдачі та сорому) та її непривабливості в певній ситуації.

Привабливість успіху тим сильніша, чим нижча суб'єктивна імовірність успіху (тобто чим важче його досягнути), і навпаки, привабливість уникнення невдачі тим слабша, чим вища суб'єктивна імовірність успіху.

Переважає тієї чи іншої мотиваційної тенденції (мотиву прагнення до успіху або мотиву уникнення невдачі) завжди зумовлене вибором ступеня складності задачі. Треба зазначити, хоча в житті існує багато ситуацій досягнення (наприклад, у навчальній, професійній діяльності), відмінність у мотивах виявляє себе в тому, що одні люди шукають такі ситуації, інші уникають їх.

Людина обирає мету, яка відповідає рівневі її домагань, стратегію її реалізації й виконує відповідні дії. Результат своїх дій (успішних чи неуспішних) людина оцінює шляхом зіставлення з рівнем домагань. Результат може негативно чи позитивно впливати на самооцінку.

Коли ситуація досягнення не може реалізуватися одномоментно, а потребує значних зусиль упродовж тривалого часу (наприклад, зростання професійних досягнень), кожний окремих результат людина оцінює з погляду наближення до остаточної мети.

ПЕРЕКОНАННЯ – це система мотивів особистості, що спонукає її діяти відповідно до своїх поглядів і принципів.

Підґрунтя переконань становлять знання, які є для людини істинними, незаперечними, в яких вона абсолютно впевнена. Переконавання становлять основу соціогенних мотивів і втілюють усвідомлені потреби особистості діяти відповідно до своєї внутрішньої позиції, поглядів, теоретичних принципів.

УСТАНОВКА – це готовність індивіда до певної форми реагування, за допомогою якої можна задовольнити ту чи іншу потребу.

Установка спонукає людину орієнтувати свою діяльність у певному напрямі і діяти послідовно щодо всіх об'єктів і ситуацій, з якими вона пов'язана. Вона відображає стан особистості, який виникає на основі взаємодії її потреб і відповідної ситуації їхнього задоволення, забезпечує легкість, майже автоматичність, та цілеспрямованість поведінки. Одночасно установка може бути основоположним чинником, який опосередковує активну взаємодію особистості та середовища, передусім соціального. Завдяки повторюванню установчих ситуацій поступово формую-

ться «фіксовані установки особистості», які непомітно для неї самої впливають на її життєві позиції.

Згідно з теорією когнітивного дисонансу А.Фестінгера, особливістю психічного життя людини є прагнення до того, щоб в усій системі поведінки – поглядах, думках, спонуканнях – існувала певна відповідність між усіма компонентами. Фестінгер наголошував наявність відповідності між тим, що людина знає, у що вона вірить, і тим, що вона робить. Індивід має певні думки, погляди, емоційне ставлення до явищ життя й прагне до їх внутрішньої відповідності.

Коли в наших знаннях про дійсність виникає невідповідність між окремими їх елементами, то це спричинює психологічний процес, спрямований на послаблення або зняття цього дисонансу. Тоді дисонанс створює стан дискомфорту людини й спрямовує її поведінку на те, щоб його зменшити. Його може зумовити нова інформація, яку людина або приймає і змінює свою поведінку згідно з новими даними, або не приймає (запобігає їй), або змінює самі об'єктивні умови.

На основі домінуючої мотивації людини розрізняють три основні види спрямованості: спрямованість на взаємодію, спрямованість на завдання (ділова спрямованість) і спрямованість на себе (особиста спрямованість).

Спрямованість на взаємодію спостерігається в тих випадках, коли вчинки людини визначаються потребою у спілкуванні, прагненням підтримувати добрі стосунки з колегами тощо.

Спрямованість на завдання, або ділова спрямованість, відображає перевагу мотивів, які породжуються діяльністю: інтерес до процесу праці, безкорисливе прагнення до опанування нових навичок та умінь. Людина з такою спрямованістю орієнтується на співпрацю з колективом, домагається найбільшої продуктивності праці – своєї та інших людей, намагається обґрунтовано довести свою думку, яку вважає корисною для виконання завдання.

Спрямованість на себе, або особиста спрямованість – для неї характерна перевага мотивів досягнення особистих цілей.

Значну роль у формуванні спрямованості особистості відіграє її самосвідомість. Самоусвідомлення особистістю змін, які в ній відбуваються, сприяє глибшому самопізнанню, об'єктивності, критичності їх оцінки.

Контрольні питання:

- Дайте загальну характеристику соціопсихічній підструктурі особистості.
- Яке місце у розвитку особистості займає досвід?
- Яке значення має досвід для ефективної життєдіяльності людини?
- Розкрийте сутність характеру людини.
- Розкрийте структуру характеру особистості.
- Що становлять собою позиційні компоненти характеру?
- Що становлять собою загальні компоненти характеру?
- Що становить собою риса характеру?
- Яким чином виявляються особливості типового характеру?
- Що становить собою акцентуація характеру?

- Що становить собою спрямованість особистості?
- У чому виявляються потреби особистості?
- Яким чином класифікують потреби?
- У чому полягає концепція «ієрархії мотивів» А. Маслоу?
- Що становить собою потреба як психічне явище?
- Що таке мотив?
- У чому виявляється мотивація як усвідомлення потреби?
- Яка роль мотивів у спрямованості особистості?
- Яке значення мають різні мотиви для активності особистості?
- Від чого залежить рівень домагань особистості?
- Що становлять собою переконання?
- У чому виявляється установка особистості?

Література:

- Борозина Л.В. Психология характера: Исторический очерк. – М.: Изд-во Моск. ун-та, 1997. – Ч. 1.
- Варій М.Й. Загальна психологія: Навч. посібник / Для студ. психол. і педагог. спеціальностей. – Львів: Край, 2005.
- Загальна психологія : Підручн. для студ. вищ. навч. закладів / За заг. ред. акад. С.Д. Максименка. – К.: Форум, 2000.
- Загальна психологія: Навч. посібник / О.В. Скрипченко, Л.В. Долинська, З.В. Огороднійчук та ін. – К.: А.Г.Н., 2002.
- Занюк С.С. Психологія мотивації та емоцій: Навч. посіб. – Луцьк: Волинський ун-т, 1997.
- Кречмер Э.Строение тела и характер. – М.: Педагогика-Пресс, 1995.
- Лазурский А.Ф. Очерк наук о характерах. – М.: Наука, 1995.
- Левитов Н.Д. Психология характера. – 3-е изд. – М.: Просвещение, 1969.
- Леонгард К. Акцентуированные личности / Пер. с нем. – К.: Вищ. шк., 1989.
- Личко А.Е. Психопатии и акцентуации характеров у подростков. – 2-е изд., перераб. и доп. – Л.: Медицина, 1993.
- Психология XXI века: Учебник для вузов / Под ред. В.Н. Дружинина. – М.: ПЕР СЭ, 2003.
- Рувинский Л.И., Хохлов С.И. Как воспитывать волю и характер. – М.: Просвещение, 1986.
- Симонов П.В. Темперамент, характер, личность. – М.: Наука, 1984.

Глава 15

ПІДСТРУКТУРА ОСОБИСТОСТІ «СВІДОМІСТЬ-САМОСВІДОМІСТЬ»

15.1. Свідомість особистості

Підсистема особистості «свідомість-самосвідомість» відображає її об'єктивний світ, індивідуальну свідомість.

СВІДОМІСТЬ є здатністю людини до рефлексії, адекватного відображення навколишнього світу, подій, що відбуваються в ньому, своєї Батьківщини, обов'язку тощо, а також створення до них свого ставлення.

Через свідомість людина здатна пізнати сутність навколишнього світу, розуміти його та одночасно знати про те, що вона знає або не знає.

Свідомість не слід ототожнювати з усією психікою. Це особливий психічний процес або їх сукупність. Свідомість – особливе утворення, що сформувалось під час суспільно-історичного розвитку на основі праці як специфічного виду людської діяльності, специфічна форма цілеспрямованого психічного відображення. Необхідною складовою свідомості є **знання**. Поза знанням нема свідомості. Усвідомити який-небудь об'єкт – значить включити його в систему своїх знань і зарахувати до певного класу предметів, явищ.

Свідомість постає як знання про зовнішній і внутрішній світ, про самого себе. Однак свідомість не зводиться лише до знання, не тотожна йому. Свідомість проявляється не лише в узагальненому знанні навколишньої дійсності, а й у певному оцінному, теоретичному і практичному ставленні до неї. Тому іншою необхідною складовою свідомості є *переживання* людиною того, що для неї в навколишній дійсності є значущим.

Якщо призначення пізнавальної діяльності свідомості – це якомога більш адекватне пізнання об'єкта, тоді відображаючи світ у формі переживань, людина оцінює його, виявляє своє ставлення до обставин, що вже існують або передбачаються нею, до власної діяльності та її результатів, до інших людей, до того, що задовольняє або не задовольняє її потреби, відповідає чи не відповідає її інтересам, уявленням і поняттям. Людина усвідомлює не лише об'єкти, їхні властивості та зв'язки, а й їхню значущість для себе, суспільства, що й створює умови для актуалізації механізмів, які забезпечують розгортання цілеспрямованої діяльності.

Усвідомлення є актом свідомості, предметом якого є сама її діяльність. Усвідомлення – це фокусування свідомості на психічних процесах, на тих чуттєвих образах дійсності, які особистість завдяки їм отримує. В основі усвідомлення є узагальнення власних психічних процесів, що зумовлює до оволодіння ними.

Найбільш загальна характеристика усвідомлення психічних процесів (психічних образів) ґрунтується на таких засадах:

- **по-перше, людина може усвідомити те, що сприймає, те, що вона згадує, про що мислить, до чого уважна, яку емоцію переживає;**
- **по-друге, людина може усвідомити, що це саме вона сприймає, згадує, мислить, відчуває.**

Однак усвідомлення психічних процесів не означає ні те, що людина завжди усвідомлює зміст свого сприйняття, мислення, уваги, ні те, що вона усвідомлює себе в цьому процесі. Йдеться лише про те, що людина може усвідомити себе в цьому процесі.

Конкретною формою реального усвідомлення людьми об'єктивного світу є мова. Саме тому свідомість, на думку О.М. Леонтьєва, є відображенням дійсності, немовби заломленим через призму суспільно вироблених мовних значень, уявлень, понять.

У всіх випадках у свідомості людина ніби виходить за межі самої себе, займає позицію над ситуацією (спостерігача, експерта, діяча, радника, аналітика тощо).

Характерними структурними компонентами свідомості є:

- знання про навколишній світ, природу, суспільство. Рівень свідомості перебуває в прямій залежності від рівня опанування знань і досвіду особистості. У процесі суспільно-історичного розвитку в людини виникла потреба в знаннях, яка є головною її рушійною силою, мотивом пізнавальної діяльності;

- виокремлення людиною себе в предметному світі як суб'єкта пізнання, розрізнення суб'єкта – «Я» та об'єкта – «не Я», протиставлення себе як особистості об'єктивному світу. Характерним є самопізнання, що стало підґрунтям для самосвідомості, тобто усвідомлення власних фізичних і морально-психологічних властивостей;

- цілеспрямованість, планування власної діяльності та поведінки, передбачення її результатів. Цей бік свідомості виявляється в самоконтролі та коригуванні власних дій, перебудові змісту їх стратегії і тактики, якщо цього вимагають обставини;

- ставлення до об'єктивної дійсності, до інших людей, до самої себе.

Ставлення особистості до свого оточення виявляється в оцінці предметів та явищ і здатності до критики своїх дій, в яких важливу роль відіграє емоційно-вольова сфера.

Завдяки свідомості та самосвідомості людина стає суб'єктом виховання, тобто самостійно і свідомо формує мету виховання й досягає її. Рівень її розвитку й вияву в людини залежить від накопичених знань і виробленого світогляду, її ідейних і моральних переконань, ставлення до інших людей і до самої себе. Її характеризує активність. Під час відображення дійсності інформація, яку отримує людина, відображається не механічно, а свідомо перетворюється відповідно до мети, завдання та її досвіду.

Людині властиві також і неусвідомлювані форми психічної діяльності (інстинктивні та автоматичні дії, потяги тощо). Але несвідоме включається у свідоме, і завдяки цьому людина може його контролювати.

Розрізняючи свідомість і самосвідомість, варто зазначити, що, попри специфіку проявів, розмежувати їх можна лише в абстракції, оскільки в реальній життєдіяльності людини вони внутрішньо єдині. У процесі свідомості самосвідомість наявна у формі усвідомлення віднесеності акту свідомості саме до свого «Я», а процеси самосвідомості можуть здійснюватися лише на основі свідомості. Людина не лише усвідомлює вплив об'єктів реального світу й своїми переживаннями виявляє ставлення до них, а, виокремивши себе з цього світу й протиставляючи себе йому, усвідомлює себе як своєрідну особистість і певним чином ставиться до себе.

15.2. Самосвідомість особистості

Усвідомлення людиною світу не зводиться до відображення лише зовнішніх об'єктів. Фокус свідомості може бути спрямовано і на самого суб'єкта, на його власну діяльність, його внутрішній світ. Таке усвідомлення людиною самої себе отримало в психології статус особливого феномена – самосвідомості.

САМОСВІДОМІСТЬ – це здатність людини усвідомити саму себе, своє «Я», свої потреби, інтереси, цінності, своє буття і його сенс, власну поведінку й переживання тощо.

На відміну від свідомості, самосвідомість орієнтована на осмислення людиною своїх дій, почуттів, думок, мотивів поведінки, інтересів, своєї позиції в суспільстві. Якщо свідомість є знанням про іншого, то самосвідомість – знанням людини про саму себе. Якщо свідомість орієнтована на весь об'єктивний світ, то об'єктом самосвідомості є сама особистість. У самосвідомості вона постає і як суб'єкт, і як об'єкт пізнання.

Структура самосвідомості людини складна. Вона відзначається різноманітністю форм вияву, які пов'язані з усіма аспектами її психічної діяльності:

- **ПІЗНАВАЛЬНОЇ** – самокритичність, самоаналіз, самооцінка, самопереконання, самоіронія тощо;
- **ЕМОЦІЙНОЇ** – самозадоволення, самоповага, самолюбство, самосхвалення тощо;
- **ВОЛЬОВОЇ** – самодисципліна, самонаказ, самоконтроль, саморегуляція, самовимогливість тощо.

Центральними і найбільш дослідженими структурними компонентами самосвідомості є феномени саморегуляції, самооцінки, самоаналізу. Кожна дитина народжується як індивід людського роду. Проте в процесі життя не кожний стає особистістю. Особистість розглядається як саморегулююча система (І.П. Павлов). Це такий рівень розвитку людини, коли вона сама здійснює управління своїми діями, вчинками, поведінкою, емоційним станом, ставленням до навколишнього середовища.

Самооцінка особистості – це усвідомлення власної ідентичності незалежно від зовнішніх впливів. Вона складається в процесі пізнання людиною себе. За змістом самооцінка розрізняється як *завищена, занижена та адекватна*, саме остання сприяє розвитку людини. Завищена або занижена ускладнюють цей процес. Те, як людина оцінює себе – відчуття гідності, самозадоволення, самоповага, або приниження, почуття неповноцінності – частково залежить від її соціального статусу, але ще більш від оцінок, які вона отримує від значущих для неї осіб (Шибутані).

Самопізнання пов'язано із самоаналізом і самокритичністю, що дають змогу кожному глибше пізнати себе самого, усвідомити духовне зростання, а також стимулювати свій розвиток. Вищий рівень саморозвитку людини включає вибір цінностей, моральних норм, образу життя, професії.

Самопізнання виявляє потребу людини в самодостатності й самоутвердженні. В особистому і соціальному аспектах самоствердження має різні форми.

Особливо важливо самоутвердження в молоді роки – в навчанні, роботі, стосунках між людьми. Воно асоціюється насамперед із самостійністю, самовідповідальністю, самоініціативою, самодостатністю.

Самосвідомість розвивається, змінюється, збагачується впродовж життя людини. У кожного є природна схильність до самовдосконалення, яка на певному етапі розвитку особистості та впливу суспільства постає як усвідомлення прагнення до творчого саморозвитку, самореалізації. Самовдосконалення і самовияв людини є процес постійного розвитку, сходження (С.Л. Рубінштейн).

Високий рівень самосвідомості зумовлює саморозвиток і самовиховання.

15.3. «Я-концепція»

«Я-концепція» – це виявлення самосвідомості. Вона становить собою динамічну систему уявлень людини про себе. «Я-концепція» формується під впливом досвіду кожного індивіда. Ця система становить основу вищої саморегуляції людини, на базі якої вона будує свої стосунки зі світом, що її оточує.

Самосвідомість у психологічній літературі розглядають як складне родове утворення в структурі психіки особистості, а образ «Я» – як видове. Образ «Я» – продукт самосвідомості, тобто вияву усвідомлення та оцінки індивідом себе як суб'єкта практичної і теоретичної діяльності, ідеалів, переконань, які мотивують його активність. Види образів «Я»: соціальне «Я», духовне «Я», фізичне «Я», інтимне «Я», сімейне «Я» тощо, а також «Я» – реальне, «Я» – ірреальне, теперішнє, майбутнє, фантастичне тощо.

На відміну від самосвідомості, образ «Я», крім усвідомлених компонентів, містить невідоме «Я» на рівні самопочуття, уявлень. Головна функція образу «Я» – забезпечити інтегрованість, цілісність, індивіда, його особистісну сутність досягти суб'єктивної гармонійності. «Я» – концепцію вивчають науки про людину і суспільство.

Розглянемо деякі погляди вчених на психологічну проблему «Я». Ще на початку ХХ ст. П. Лігше розглядав «Я» як об'єднуючий компонент свідомості. Він вважав «Я» діяльним, реальним субстратом індивідуальної свідомості.

У свою чергу Джемс виділяв емпіричне пізнавальне «Я» і чисте «Я» як елементи свідомості. Між ними існує єдність і боротьба протилежностей.

Відомий психоаналітик З. Фройд вважав внутрішнім джерелом розвитку «Я» особистості суперечність між його реальним та ідеальним компонентами (боротьба «Его» та «Супер-Его»).

Представники гуманістичної психології описують феноменологію особистості, тобто те, як людина сприймає, розуміє і пояснює себе, реальні події свого життя.

Проблеми розвитку «Я-концепції» та виховання широко висвітлював Р. Бернс. Автор чітко доводить, що властива процесам самосвідомості концептуальність знаходить вираження у систематизованій «Я-концепції» (А. Маслоу, К. Роджерс).

За своїм змістом «Я-концепція» може бути позитивною, негативною, амбівалентною.

А. Маслоу вбачає внутрішню суперечність у невідповідності реального рівня самоактуалізації індивіда, його можливому рівню. В результаті суб'єкт шукає нові способи поведінки, які дозволяють йому більш самоактуалізуватися. У своїх концепціях самоактуалізації особистості як прагнення до самовияву Маслоу дає опис вимог, яким повинен відповідати індивід. Роджерс підкреслює здатність людини до особистісного самовдосконалення. Центральним поняттям його теорії є поняття «Я», оскільки кожна людина вирішує: Хто я? Що я можу зробити, щоб стати тим, ким я хочу бути? Образ «Я», складається в умовах особистісного життєвого досвіду.

Отже, «Я-концепція» – це оцінно-пізнавальна система, що переживається і більш-менш усвідомлюється індивідом. На її основі складається ставлення індивіда до себе та до інших, що спирається на особистісну самооцінку своїх можливостей, здібностей, характеру. Е. Фромм наголошує: «Мое власне «Я» повинно бути таким самим об'єктом моєї любові, як й інша людина. Ствердження власного життя, щастя, розвитку свободи укорінено в моїй здатності любити, тобто в турботі, повазі, відповідальності й знаннях. Якщо індивід здатний любити творчо, він любить і себе; якщо він любить лише інших, він загалом не може любити». Отже, образ «Я» постає як регулятор взаємин, міжособистісних стосунків людини.

У сучасних психологічних дослідженнях підкреслюють роль образу «Я» як узагальненого механізму саморегуляції особистості, зазначають, що саме образ «Я» забезпечує самототожність (ідентифікацію), особистісну відповідальність, породжує почуття соціальної причетності. Механізм саморегуляції Я-концепції виявляється у вербалізованій формі: власного бажання – «я хочу», усвідомлення своїх можливостей – «я можу», вимогливості – «мені потрібно», цілеспрямованості – «я прагну».

Індивіди з різними «Я-концепціями» не однаково сприймають світ: правильно чи неправильно, спотворено, наприклад: «Я-реальне» і «Я-

ідеальне» не збігаються. Це спричинює незадоволення, розчарування. Від задоволення рівня домагань у досягненні особистості залежить формування важливого компонента її свідомості – самоповаги. Вона впливає фактично на всі аспекти діяльності людини: включає і задоволеність собою, і прийняття себе, і почуття власної гідності, і позитивне ставлення до себе, і узгодженість свого надособистісного та ідеального «Я». Мотивація досягнення, будучи домінуючою для людини, є також важливим регулятором її розвитку.

Процес самоконцептуальності змінюється залежно від віку. Уявлення індивіда про себе інтегруються в більш складні системи. Якщо в самосвідомості підлітків, старшокласників в образі «Я» ще немає певної стабільності, їх процес самопізнання перебуває у стані формування, то у студентів спостерігають значні зрушення в напрямі особистісної сталості «Я-концепції». Самосприйняття в цьому віці стає більш узагальненим, якісно новим. Воно полягає не стільки в кількісній оцінці своїх рис, скільки в прагненні оцінювати себе з позицій нового соціального статусу, здатності до засвоєння професійних знань, готовності до створення сім'ї.

Ідентифікація – це спосіб пізнання, при якому встановлюється подібність об'єктів шляхом знаходження спільного та відмінного в їх ознаках.

У сучасній психологічній науці ІДЕНТИФІКАЦІЮ розглядають у трьох аспектах:

- як процес виявлення подібності одного конкретного індивіда з іншим, а також як ототожнення людиною себе, своїх властивостей з персонажами художньо-мистецьких творів, із життєвими зразками поведінки, вчинками осіб референтних груп на основі прийняття їх цінностей;
- як процес бачення суб'єктом іншої людини як проєкції себе, уявне наділення її своїми рисами характеру, особливостями ставлення до людей, життя;
- як механізм перенесення себе в простір обставин життя іншої людини, тобто засвоєння її особистісних смислів за допомогою емпатії.

Рефлексія. Рефлексивна свідомість виявляється в осмисленні й переживанні людиною як окремої дії, вчинку, так і сенсу буття. Виникнення у людини здатності до рефлексії свідчить про високий рівень її самосвідомості, готовність не лише до пізнання самого себе, корекції своєї поведінки, способу життя. Рефлексія виявляється тоді, коли особистість подумки виокремлює себе зі сфери буття, життєвої ситуації та оцінює в співвідношенні з моральними еталонами – чи так «Я» живу?

У результаті вона може змінюватися, переоцінюючи минуле задля майбутнього, вступати в діалог з собою, уявним співбесідником. У психології підкреслюють ідею діалогічної природи, процесу аналізу особистістю себе. Кожен може захищати або засуджувати себе в полеміці, дискусії з собою чи уявним співрозмовником, що сприяє зіставленню різних поглядів, пошуку істини.

Людина переконує себе, коли є певне протиріччя дій, суджень, коли треба подолати сумніви, прийняти рішення, реалізувати його. Самопереконання може виявлятися в формах самовиправдання та самонавіювання.

Під час розвитку людини рефлексивна свідомість є на різних рівнях і в різних формах. Як властивість індивіда, рефлексивність – це здатність відображати не лише свій образ «Я», а й усвідомлювати сутність своєї взаємодії з іншими людьми. У сфері саме міжособистісних взаємин рефлексія є важливим компонентом моральності поведінки індивіда. На думку В.А. Роменця, це явище післядії, в ньому прояснюється сутність діяння.

Рефлексія розуму, сумління часто відстає від актів вибору. Акт, дія вибору зумовлені рішенням волі, післядія – рефлексією, самооцінкою правильності вибору рішення.

У рефлексії виявляється боротьба мотивів, моральність особистості. Що глибша в людини рефлексія, то важче їй розв'язувати конфлікти.

Здатність до рефлексії об'єднує функції поведінки та управління людиною своїми вчинками.

Розвиток САМОСВІДОМОСТІ людини виявляється у: самоспостереженні, критичному ставленні до самої себе, в оцінці своїх позитивних і негативних рис, самовладанні й відповідальності за свої вчинки.

Власне самосвідомість пов'язана зі здатністю до рефлексії, до погляду на себе ніби «збоку». Завдяки самосвідомості людина усвідомлює себе як індивідуальну реальність, окрему від природи та інших людей. Вона стає наявною не лише для інших, а й для себе.

Самосвідомість має свою власну структуру. З одного боку, в ній можна виокремити систему психічних процесів, пов'язану із самопізнанням, переживанням власного ставлення до себе й регулюванням власної поведінки. З іншого боку, можна говорити про систему відносно стійких утворень особистості, які виникають як продукти цих процесів. Через самопізнання людина приходить до певного знання про саму себе. *Ці знання входять до змісту самосвідомості як її серцевина.* Спочатку вони постають у вигляді окремих ситуативних, нерідко випадкових образів себе, які виникають у конкретних умовах спілкування та діяльності. Далі ці образи інтегруються у більш або менш цілісне й адекватне уявлення про власне «Я». Однак будь-який об'єкт пізнання, а також людина в цій ролі є невичерпним. Тому самопізнання, як і будь-яка інша форма пізнання, не зумовлює кінцеве, абсолютно завершене знання. Не досить чітко усвідомлюючи те нове в собі, що з'явилося, людина ніби із запізненням його «відкриває» і до того часу користується старими знаннями про себе, старими оцінками, хоча вони насправді вже не відповідають змісту нового психологічного утворення й об'єктивному його вияву.

Самопізнання відображає суб'єктивне уявлення про себе. Внаслідок цього уявлення людини про саму себе не завжди адекватне. Наприклад, мотиви, які людина висуває, обґрунтовуючи перед іншими людьми та перед собою свою поведінку (навіть і тоді, коли вона прагне правильно

усвідомити власні спонуки й суб'єктивно цілковито щира), аж ніяк не завжди відображають ці спонуки, що реально зумовлюють її дії.

Переживання різних емоцій, які супроводжують процеси самопізнання, формують у людини ставлення до себе.

Знання про себе, поєднане з певним ставленням до себе, становить САМООЦІНКУ особистості.

У сучасній психологічній науці розрізняють кілька видів самооцінки. Вони відображають особливості об'єктів оцінювання, їхню складність, а також деякі якісні й кількісні характеристики самої оцінки. Залежно від того, що підлягає оцінюванню – окремі аспекти особистості, конкретні властивості, які виявляються лише в деяких особливих видах діяльності, або особистість загалом, – розрізняють два види самооцінки: а) *загальну*, під якою розуміють загальну недиференційовану самооцінку особистості; б) *часткову*, яка належить до різних рівнів пізнання властивостей особистості.

Ще однією підставою для виокремлення видів самооцінки є така її характеристика, як адекватність. Відповідно до ступеня адекватності звичайно розрізняють два види самооцінки: **адекватну** й **неадекватну**. У свою чергу неадекватна самооцінка щодо еталона, з яким вона порівнюється, може бути *завищеною* або *заниженою*.

Самооцінки людини формуються під впливом різних чинників. Це й порівняння образу реального «Я» з образом ідеального «Я», тобто з уявленням про те, якою людиною хотіла б бути. Це й привласнення людиною тих оцінок і стандартів, які вона отримує від інших людей, насамперед від свого найближчого оточення. І, нарешті, це успішність дій людини – як реальна, так і уявна. Незалежно від того, чи є в основі самооцінки власні судження людини про себе або інтерпретації суджень інших людей, індивідуальні ідеали або культурно задані стандарти, вона завжди має суб'єктивний характер.

Зміст знань людини про себе і ставлення до себе з початкових етапів формування мають свій «вихід» через *процес саморегулювання й самоорганізації особистістю своєї поведінки*. Для цього процесу характерна специфічна активність, спрямована на співвідношення поведінки особистості з вимогами ситуації, очікуваннями інших людей, на актуалізацію психологічних резервів відповідно до особливостей ситуації спілкування, міжособистісної взаємодії. Обов'язковою рисою саморегулювання є постійне внутрішнє оцінювання перебігу акту поведінки, яке співвідноситься з прямим або передбачуваним оцінюванням його іншими людьми.

Функцію коригування дій або вербальних компонентів поведінки в саморегулюванні виконує механізм *самоконтролю*, що становить внутрішній звіт особистості про співвіднесеність мотиву, мети дії та її ходу. Механізм самоконтролю виявляється у готовності перевести дію в інше річище, внести в неї додаткові елементи. Це немовби спілкування всередині самої особистості – між особистістю в дії та особистістю, що планує дію з певною метою.

Контрольні питання:

- Що становить собою свідомість?
- У чому виявляється самосвідомість особистості?
- Які структурні елементи свідомості?
- Яка структура самосвідомості людини?
- У чому виявляється самооцінка особистості?
- Розкрийте сутність «Я – концепції».
- У чому виявляється ідентифікація особистості?
- Що таке рефлексія?
- Яким чином відбувається розвиток самосвідомості людини?
- Як суспільна дійсність впливає на свідомість особистості?
- У чому виявляється адекватна самооцінка особистості?
- У чому виявляється неадекватна самооцінка особистості?

Література:

- Виготский Л.С. Избранные психологические произведения. – М.: Изд. АПН РСФСР, 1956.
- Абульханова-Славская К.А. Стратегия жизни. – М., 1991.
- Асмолов А.Г. Психология личности. – М.: Просвещение, 1990.
- Бернс Р. Развитие Я-концепции и воспитание. – М., 1986.
- Варій М.Й. Загальна психологія: Навч. посібник / Для студ. психол. і педагог. спеціальностей. – Львів: Край, 2005.
- Лангмейер И, Матейчек З. Психологическая депривация в детском возрасте. – Авиценум: Мед. Изд-во Прага, 1984.
- Мартынюк Е.И. Рефлексия как способ саморегуляции и оптимизации деятельности // Деятельность: философский и психологический аспекты. – Симферополь, 1988. – С. 28–30.
- Маслоу А. Самоактуализация личности и образования: пер. с англ. – Киев, Донецк: Ин-т психологии АПН Украины, 1994.
- Морсанова В.И. Индивидуальный стиль саморегуляции. – М.: Наука, 1998.
- Новинский И.И. Философские проблемы биологии и дарвинизма. – М., 1959.
- Обуховский К. Психология влечения человека. – М.: Прогресс, 1972.
- Осницкий А.К. Саморегуляция деятельности школьника и формирование активной личности. – М., 1986.
- Психология XXI века: Учебник для вузов / Под ред. В.Н. Дружинина. – М.: ПЕР СЭ, 2003.
- Рихта Р. Научно-техническая революция и развитие человека / Вопр. филос. 1970. №2. – С. 56 – 66.
- Саморегуляция и прогнозирование социального поведения личности / Под ред. В.А. Ядова. – Л., 1979.
- Столин В.В. Самосознание личности. – М.: Изд-во МГУ, 1983.
- Фрейдмен Д., Фрейгер Р. Личность и личностный рост. – М., 1992.

Глава 16

ПСИХІЧНІ СТАНИ

16.1. Сутність психічних станів

Важливість вивчення психічних станів пояснюється тим, що від їхньої зміни залежить ефективність поведінки й діяльності. Особливо це стосується людей, специфіка діяльності яких та умови її виконання часто мають складний, надзвичайний характер.

Отже, психічний стан, з одного боку, можна розглядати як інтегроване відображення у психіці взаємодії внутрішніх умов і зовнішніх впливів у відносно статичний відрізок часу. З іншого – як проекцію психічних процесів на психічні властивості людини, унаслідок чого зіштовхуються психоенергії різних потенціалів, що зумовлює появу тимчасової надлишкової психоенергії, яка й визначає психічний стан людини. Після її нейтралізації зникає стан, який вона зумовила.

Під ПСИХІЧНИМ СТАНОМ розуміють тимчасовий функціональний рівень психіки, який відображає взаємодію впливу внутрішнього середовища організму або зовнішніх чинників та визначає спрямованість перебігу психічних процесів у цей момент і вияв психічних властивостей людини.

З позицій функціонування психічний стан особистості виражається в тому, наскільки швидко чи повільно відбуваються в ньому реакції і процеси, як виявляються наявні психічні властивості.

Психічний стан тісно пов'язаний з індивідуальними властивостями особистості, оскільки він характеризує психічну діяльність не загалом, а індивідуально. Стан страху в однієї людини може виявлятися у психічному збудженні, а в іншій – у психічному «паралічі», гальмуванні психічної діяльності. Так само, як психічні властивості відбиваються на психічних станах, психічні стани можуть переходити у психічні властивості. Якщо людина дуже часто переживає стан тривоги, можливе формування особистісної властивості – тривожності. Але відповідність між психічним станом і рисою особистості не є правилом. Зокрема, поруч з «нестримністю» як стійкою властивістю холеричного типу існує «нестримність» як стан, який може виникати в кожній людини і не бути характерною властивістю поведінки.

Психічні стани можуть позитивно впливати на виконувану діяльність, на процес спілкування, а можуть і дезорганізувати їх. Психічний стан – це своєрідне накопичення психоенергії.

Кожний психічний стан є переживанням суб'єкта й водночас діяльністю його різних систем, він має зовнішнє вираження і виявляється у зміні ефекту діяльності, яку виконують. Тільки за сукупністю показників, що відображають кожний з цих рівнів, можна зробити висновок

про наявність у людини того чи іншого стану. Ні поведінка, ні різні психофізіологічні показники, взяті окремо, не можуть достовірно диференціювати один стан від іншого. Провідне місце в діагностиці станів належить переживанням, пов'язаним зі ставленням особистості. Виокремлення останнього як чільного чинника психічного стану особистості дає змогу розглядати психічний стан саме як якісну характеристику психіки особистості, що об'єднує у собі психічні процеси та властивості особистості та здійснює вплив на них.

16.2. Класифікація психічних станів

Стан фіксує певний статичний момент у характеристиці психічного як чогось цілісного.

Психічні стани можна класифікувати як вияви психічних процесів:

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

Психічні стани розрізняють також за глибиною і тривалістю. Пристрасть як психічний стан глибша, ніж настрій. Кожний стан тимчасовий, його може змінити інший. З практичною метою виокремлюють стани миттєві (нестійкі), довготривалі і навіть хронічні, або оперативні, поточні та перманентні. Кожний стан – наприклад, тривога і замисленість, за певних умов може бути і *оперативним* (нестійким), і *поточним* (тривалим), і *перманентним* (хронічним). Перехід станів із поточних у перманентні може бути і **позитивом** (стан тренуваності в спорті, рішучості), і **негативом** (стан утоми, розгубленості).

Складність розрізнення типів психічних станів у тому, що їх майже неможливо розмістити в межах однієї шкали, класифікувати за однією ознакою. Кожен зі станів має свій континуум виявів і набір ознак (рівень усвідомленості, домінування психічних процесів, тривалість, адекватність чи неадекватність ситуації тощо).

Настрої, афекти, пристрасті розглядають як форми виявів афективної сфери, афективних процесів, що розрізняються за тривалістю: від короткочасного афекту до настрою як поточного, тривалого стану і до пристрасті як перманентного, хронічного стану. За рівнем усвідомленості порядок розміщення змінюється: від пристрасті як найбільш усвідомленого стану до настрою та афекту як найменш усвідомлюваного. Щодо домінування психічних процесів за їх складністю і довільністю, то ці стани розміщуються від афекту, де домінують емоції, до настрою і до пристрасті як єдності емоції і волі.

Зв'язок емоційних станів і властивостей найвиразніше виявляється у стані тривоги. Терміном «тривога» позначають емоційну відповідь на можливу психічну загрозу, на відміну від терміна «страх», яким позначається реакція на реальну загрозу, загрозу порушення функцій організму й діяльності, яка здійснюється. Стан тривоги виникає у зв'язку з можливими неприємностями, непередбаченими ситуаціями, змінами у

звичній атмосфері й виражається специфічними переживаннями – хвилювання, побоювання, порушення спокою тощо.

Тривожність як риса особистості є найбільш значущим ризик-фактором, що сприяє нервово-психічним захворюванням. Висока тривожність знижує ефективність інтелектуальної діяльності, гальмує її в напружених ситуаціях, наприклад, під час прийняття рішення на дії в екстремальних ситуаціях.

Вплив стресу залежить від інтенсивності стресорів, тобто чинників, що такий стан зумовлюють, і від індивідуально-психологічних особливостей особистості. У складних життєвих ситуаціях, критичних моментах певний рівень вияву емоційного стресу може стати характерною рисою особистості – схильністю до емоційного стресу. Розрізняють типи особистостей, схильних до стресу і стійких до дії стресорів. У схильних до стресу частіше наявні здатність до конкуренції, чітке прагнення до досягнення мети, агресивність, нетерплячість, неспокій, експресивне мовлення, відчуття постійної нестачі часу.

Отже, у психічних станах поєднуються, зливаються характеристики психічних процесів і властивостей особистості. Аналіз психічного стану дає змогу прогнозувати поведінку особистості, її розвиток та самозростання.

Психічні стани групують за різними ознаками. За суто психологічними ознаками стани бувають *інтелектуальні, емоційні, вольові й комбіновані*.

Залежно від роду занять особистості психічні стани поділяють на стани у навчальній, трудовій, бойовій, побутовій, екстремальній та інших видах діяльності.

За роллю в структурі особистості стани можуть бути ситуативними, особистісними й груповими. Ситуативні стани виражають особливості ситуації, котра спричинила в особистості нехарактерні для її психічної діяльності реакції. Особистісні й колективні (групові) – стани, які є типовими для конкретної людини чи колективу (групи).

За глибиною переживань розрізняють стани глибокі й поверхові. Наприклад, пристрасть більш глибокий стан, ніж настрої.

За характером впливу на особистість, колектив (групу) стани поділяють на позитивні й негативні.

За тривалістю стани бувають тривалими й короткими. Туга молодих солдатів (матросів) за своєю батьківщиною може охоплювати період до декількох тижнів, поки вони не звикнуть до нових умов, не «вростуть» у колектив. Стан чекання якої-небудь значущої події в деяких людей виникає за кілька місяців до неї.

За ступенем усвідомленості стани можуть бути більш-менш усвідомленими й неусвідомленими.

16.3. Особливості психічних станів

Психічним станам властиві такі особливості:

• **Цілісність.** Хоча стани і належать здебільшого до певної сфери психіки (пізнавальної, емоційної, вольової), вони характеризують психічну діяльність загалом за певний проміжок часу.

• **Рухливість і відносна стійкість.** Психічні стани мінливі: мають початок, кінець, динаміку. Вони менш постійні, ніж властивості особистості, але більш стійкі, ніж психічні процеси.

• **Прямий і безпосередній взаємозв'язок із психічними процесами і властивостями особистості.** У структурі психіки стани розташовуються між процесами і властивостями особистості. Вони виникають унаслідок відображальної діяльності мозку. Але раз виникнувши, стани, з одного боку, впливають на психічні процеси (визначають тонус і темп відображальної діяльності, вибірковість відчуттів, сприйняття, продуктивність мислення індивіда тощо). Психічні стани слугують фоном, який сприяє вияву особливостей чи властивостей особистості. Наприклад, для стану чекання бою, який відчувають деякі люди в передбойових умовах, характерне відхиленнями у сфері відчуттів і сприйняття пам'яті і мислення, неупорядкованості вольової активності, не властивої їм у звичайних умовах. Одночасно психічні стани випробують на собі вплив попередніх станів і властивостей особистості.

• **Індивідуальна своєрідність і типовість.** Психічні стани кожної людини своєрідні, оскільки нерозривно пов'язані з індивідуальними особливостями особистості, її моральними та іншими рисами. Людині із сангвінічним темпераментом властиво, як правило, перебільшувати успіхи і витлумачувати все в мажорному світлі, тому що найбільш типовим для неї є піднесений стан.

Риси особистості й пережиті психічні стани не завжди відповідають один одному. Те, що приймається іноді за рису особистості, виявляється нетиповим для даної людини, тимчасовим станом. Наприклад, пригніченість може бути не лише стійкою рисою особистості меланхолійного темпераменту, а й виявлятися як стан, зумовлений у людини неприємностями на роботі, у побуті.

• **Крайнє різноманіття психічних станів.** Про це свідчить такий неповний їхній перелік: подив і здивування, розгубленість і зосередженість, надія і безнадійність, зневіра і бадьорість, піднесення і збудженість, нерішучість і рішучість, напруженість і спокій тощо.

• **Полярність.** Кожному психічному стану відповідає протилежний стан. Так, активності протистоїть пасивність, впевненість – непевність, рішучості – нерішучість. Полярність станів, швидкий перехід людини з одного стану в протилежний, особливо яскраво виявляється в незвичайних (екстремальних) умовах, наприклад, у бою.

Зазначені ознаки властиві психічним станам усякої особистості.

16.4. Фізіологічні основи і зовнішні вияви психічних станів

Психічні стани мають рефлекторну природу. При цьому одні з них, безумовно-рефлекторного походження, наприклад, стан голоду, спраги, ситості, а інші (більшість) – умовно-рефлекторного. Наприклад, у людини, яка звикла починати роботу в той самий час, перед її початком виникає стан оптимальної готовності до діяльності, вона з першої ж хвилини входить у ритм праці.

Основу психічних станів становить певне співвідношення нервових процесів (від епізодичного до стійкого типового для цієї людини) у корі головного мозку. Під впливом сукупності зовнішніх і внутрішніх подразників виникає певний загальний тонус кори, її функціональний рівень. Фізіологічні стани кори одержали в І.П. Павлова назву фазових станів. «На одному кінці, – писав він, – є збуджений стан, надзвичайне підвищення тону, роздратування, коли робиться неможливим чи дуже ускладнений гальмівний процес. За ним іде нормальний, бадьорий стан, стан рівноваги між дратівливим і гальмовим процесами. Потім – довга, але теж послідовна, низка перехідних станів до гальмового стану. З них особливо характерні: зрівняльний стан, коли всі подразники, незалежно від їхньої інтенсивності, на противагу бадьорому стану, діють зовсім однаково; парадоксальний стан, коли діють лише слабкі чи сильні подразники, але тільки ледь, і, нарешті, ультрапарадоксальні стани, коли діють позитивно лише раніше вироблені гальмові агенти – стан, за яким випливає повний гальмовий стан». Учні І.П. Павлова диференціювали і розділили деякі фази на низку додаткових фаз.

Після дії подразників, які зумовлювали той чи інший психічний стан, він зберігається ще якийсь час і впливає на утворення нових чи актуалізацію старих умовно-рефлекторних зв'язків у корі великих півкуль. Ці стани кори, у свою чергу, можуть бути умовними подразниками, які сигналізують про які-небудь зміни, важливі для пристосування (адаптації) організму до середовища.

Психічні стани зовні виявляються у зміні подиху і кровообігу, в міміці, пантоміміці, рухах, ходьбі, жестах, інтонаційних особливостях мови тощо. Так, у стані задоволення спостерігаємо збільшення частоти й амплітуди подиху, а незадоволеність зумовлює зменшення частоти й амплітуди подиху. Подих у збудженому стані стає частим і глибоким, у напруженому – сповільненим і слабким, у тривожному – пришвидшеним і слабким. У разі несподіваного подиву подих стає частішим, але зберігає нормальну амплітуду.

У збудженому стані чи стані напруженого чекання може підвищуватися частота і сила пульсу, величина кров'яного тиску в дуже широкому діапазоні (залежно від значущості для людини цієї ситуації). Зміна кровообігу звичайно супроводжується зблідненням чи почервонінням шкіри людини.

Індикатором психічного стану людини нерідко слугують її *рухи і дії* (за невпевненими чи млявими рухами ми судимо про стомлення, за різкими – про бадьорість).

Міміка (рух м'язів обличчя, очей, брів, губ, носа) також здатна виразити дуже тонкі відтінки переживань. Не випадково досвідчені вихователі приділяють особливу увагу спостереженню за мімічними рухами вихованців. Голос також може дати істотні відомості про психічні стани.

16.5. Психічні стани особистості в різних ситуаціях життєдіяльності

Психічний стан конкретної особистості залежить від багатьох чинників. Практика показує, що коли особистість глибоко усвідомлює свій громадянський і людський обов'язок, а також відповідальність, у неї виникають позитивні стани. У свою чергу, почуття обов'язку формується й закріплюється через певні психічні стани. Це має вагоме значення для виховання почуття обов'язку й відповідальності особистості.

Чинники соціальної дійсності впливають на психічні стани особистості безпосередньо, прямо та опосередковано, через систему конкретних життєвих мікросоціальних умов. У сукупності конкретних обставин особливе місце посідають умови життєдіяльності: ступінь задоволення особистих потреб, система сталих взаємин тощо.

Значно впливає на психічні стани людини організація її побуту, відпочинку й дозвілля.

Психічні стани людини максимально залежать від морально-ділової атмосфери в колективі, групі.

У виникненні психічних станів чималу роль відіграють звички.

На психічні стани людини впливають її попередні стани. Зв'язок між наявним психічним станом і тим, що йому передувало, може бути двояким. В одних випадках попередній стан змінюється протилежним. Наприклад, високе напруження, пильність, мобілізація усіх своїх фізичних і духовних сил, властиві моряку в період перебування на вахті, змінюються розслабленістю, розрядкою, коли вахту здано. За інших обставин між попереднім і наступним психічним станом встановлюється відношення не протилежності, а подібності.

Психічні стани людини змінюються у зв'язку з впливом на організм кліматичних умов під час виконання різних завдань, а також специфічних особливостей діяльності (хитання корабля, вплив висотного польоту, тривала нерухомість та однобічна фізична напруженість, надлишок чи нестача інформації, обмежений простір і сенсорний голод, обмеженість соціальних контактів тощо).

Непідготованість людини до дій в умовах водної стихії, наприклад, викликала іноді в моряків під час виконання завдань із забезпечення живучості корабля у морі – у морському десанті, у танкістів – при підводному водінні танків, у мотострільців – під час форсування водних перешкод, спричинює водобоязнь – специфічну форму страху, що сковує психічну й рухову активність людини.

Тривала нерухомість і статична фізична напруженість зумовлюють стан апатії, підвищену стомлюваність, знижують психічну активність.

Успішному розв'язанню професійних завдань сприяють певні психічні стани людини. Найважливішим з них є стан постійної готовності, стан готовності до розв'язання конкретних завдань. Цей стан сприяє негайній перебудові всієї психіки людини і швидкому її включенню у розв'язання завдань без витрати енергії на подолання внутрішнього опору й напруження.

Рівні психологічної готовності різні: від ділового, бойового настрою до ситуаційної готовності (тимчасового психічного стану, котрий

виявляється лише в цій ситуації і стосовно конкретного виду діяльності) до постійної внутрішньої готовності (стійкого особистісного стану, що виявляється у будь-який час, у будь-яких умовах).

Зазначені ПСИХІЧНІ СТАНИ формуються внаслідок:

- попередньої психологічної підготовки;
- безпосередньої морально-психічної і психологічної підготовки до виконання майбутнього завдання, у процесі якої активізуються виховані мотиви поведінки й необхідні в цих умовах психічні стани, переборюються негативні ситуативні мотиви й психічні стани. Безпосередня психологічна підготовка посідає важливе місце в загальній підготовці людини до розв'язання професійних завдань.

Підтримка позитивних психічних станів пов'язана з подоланням низки негативних психічних станів людини на різних етапах її діяльності.

Існує певна закономірність у динаміці психічних станів людей. Відомо, що навіть найбільш підготовлена особистість (яка володіє потрібними знаннями, досвідом, навичками, якостями, моральними мотивами тощо) може бути готова чи не готова до конкретних дій або дій в екстремальних ситуаціях.

За динамікою психічних станів людини можна виокремити три істотні періоди:

- підготовка до розв'язання завдань;
- процес розв'язання завдання;
- завершення розв'язання завдань.

Напередодні змагання (або бою), виконання відповідального службового завдання людина може переживати стан тривожного очікування. У цьому стані відбувається завчасне налаштування людини на майбутні умови. Чекання може бути різним за психічним змістом. Воно виявляється у вигляді піднесення, ентузіазму, апатії, передстартової «лихоманки», непевності, страху за своє життя, тривоги за результат бою й за особисту долю. Стан особистості в момент тривожного чекання характеризується підвищеною напруженістю (стресом).

Головними джерелами і причинами напруженості є:

- небезпека, яка створює загрозу життю;
- відповідальність за розв'язання завдання;
- стислість і невизначеність інформації, що надходить;
- дефіцит часу на прийняття рішень і дій;
- надмірна емоційна збудливість, вразливість і низька емоційна стійкість окремих людей;
- невідповідність рівня розвитку професійних якостей вимогам, які висунуто до цієї діяльності;

-
- **психічна невідготовленість до виконання конкретного завдання людини;**
 - **непевність у надійності товаришів;**
 - **соціальна ізоляція (дії у відриві від колективу, перебування в ізольованих місцях) тощо.**

Це може призвести до виникнення стану фрустрації, ригідності, страху тощо. А цей стан включає в себе апатію, безнадійність, нав'язливість думок про неминучу невдачу, каліцтво, поранення, загибель тощо. Головними ознаками стану фрустрації є: нестриманість в оцінці причин невдалого виконання завдань, відповідний ступінь агресивності, відсутність інтересу до всього навколишнього, роздратованість, песимістичні погляди на дійсність, думки про приреченість і неминучість загибелі тощо. Причому роздратованість, наприклад, виявляється у ставленні до самого себе, до свого безсилля, безпорадності в ситуації, яка склалася, невпевненості в собі й у навколишніх.

Види і форми напруженості різні. Існує напруженість, яка тонізує діяльність людини, загострює його сприйняття, мобілізує мислення, підвищує активність.

Запобігання й подолання надмірної напруженості (гіперстресу) досягають через ознайомлення людини з особливостями виконання майбутнього завдання і з можливими труднощами, цілеспрямованою виховною роботою. Доцільно проводити заходи щодо «пожвавлення» досвіду емоційно-вольової поведінки, накопиченого в минулому, а також відпрацьовуванням до автоматизму основних компонентів майбутньої діяльності, відволікання думки від негативних роздумів тощо.

Перехід від підготовчого етапу до виконання нового завдання пов'язаний з подоланням у людини стану ригідності, у якому виявляється інертність психіки особистості, котра виникає в результаті стереотипності його поведінки, тяжіння до заучених операцій, форм і способів дій. Отож, ригідність виявляється в порушенні перебігу психічних процесів, у виникненні труднощів у адекватній оцінці ситуації або завдання й порядку його виконання.

Головною умовою подолання ригідності в людини є тренування їх у складних умовах, які мають змінюватися. Однак при цьому варто враховувати, що такі тренування, здійснювані без поступового ускладнення, можуть дати не лише позитивний, а й негативний ефект.

Одноманітні дії починають обтяжувати людину, зумовлюють стомлення, роздратування та інші негативні емоції і стани. Потрібно дотримуватись таких правил:

- вводити складні ситуації не тільки в умови діяльності, а й у її компоненти (операції, дії);
- перед початком тренувань максимально активізувати позитивні мотиви у людини, своєчасним заохоченням допомогти їй придушити в собі негативні емоції;
- спонукати людину набратися терпіння і з повною віддачею знову і знову вдосконалювати свої дії.

На етапі виконання складного завдання важливе значення має підтримання в людини стану активності й високого рівня відповідальності.

Люди також переживають такі психічні стани: глибока задоволеність успішним розв'язанням завдання, самовпевненість, самозаспокоєність, зниження пильності й боекдатності, втома, апатія, ейфорія (надмірна радість перемоги, яка притупляє розум і пильність людини) тощо.

Психічно нестійкі люди в разі невдалого результату можуть перебувати впродовж тривалого часу в стані глибокої фрустрації, яка є складним психічним станом, що поєднує в собі тривогу, безнадійність та апатію, приреченість і депресію, які виникають, як правило, у зв'язку з невдачами в досягненні запланованого. Такий стан спричинює втрату здатності до опору.

Найбільш негативним у надзвичайних умовах є психічний стан страху. Він зумовлений надзвичайно сильними, небезпечними для життя зовнішніми подразниками та може порушити психічну стійкість людини, спонукати до негативних дій і вчинків, послабити її боекдатність. За ступенем інтенсивності й глибиною переживань страх переживають у вигляді занепокоєння, хвилювання, тривоги й переляку, остраху й жаху. Стан жаху виявляється в астенічній і стенічній формах. У першому випадку під впливом небезпеки особистість ціпеніє й виявляється нездатною до руху і дій; для стенічної реакції характерне, навпаки, різке рухове порушення, метушливість, прагнення втечі від загрози життю, без здатності враховувати особливості ситуації. Цей стан дезорієнтує особистість, зумовлює в ній глибоке потрясіння.

Страх не є вродженим, а впливає із особливості психіки людини й тих навколишніх умов і ситуацій, у яких вона перебуває в цей момент. Із вчення І.М. Сеченова і І.П. Павлова впливає, що фізіологічною основою стану страху є складна рефлекторна реакція організму на внутрішні й зовнішні подразники, які спричинюють уявну або реальну небезпеку. Це дає змогу розглядати стан страху з позиції його соціальної обумовленості, складного взаємозв'язку з іншими психічними станами, процесами й властивостями особистості, зі всіма аспектами свідомого життя людини.

СТРАХ – це складний психічний стан, який складається зі сприйняття, оцінки й розуміння тієї уявної або реальної небезпеки, що зумовлює зміни у функціонуванні психіки, які за своєю спрямованістю є негативними, розхитують і дестабілізують перебіг усіх психічних процесів.

Переживання страху впливає на перебіг у нервових клітинах та корі головного мозку основних нервових процесів – збудження й гальмування, їхні динаміку та співвідношення. Нервові клітини переходять у так званий фазовий стан, унаслідок чого їхня реакція на подразники перестає бути адекватною.

Страх впливає на всі психічні процеси: сприйняття, увагу, пам'ять, мислення, почуття, волю. У стані страху вони можуть бути паралізованими або деформованими. Людина перестає володіти своєю увагою, забуває прості речі, не може правильно оцінити звичну ситуацію, її дії і рухи виходять з-під свідомого контролю та стають невпевненими, імпульсивними. Крім цього, стан страху однієї людини може зумовити страх в інших людей. Найчастіше люди стикаються з таким його різновидом, як

стан переляку, що виникає на основі інстинкту самозбереження під час зіткнення з небезпекою, різкій чи несподіваній зміні середовища.

Страх, однак, може перейти межу й набути патологічної форми. Наприклад, під час тривожного невроту ми стикаємося з його непомірно високим рівнем вияву, тривалістю.

Іншим видом невротичного страху є фобія, яка пов'язана з конкретним об'єктом чи ситуацією. Суб'єктивно фобія дуже неприємна. Хоча людина й усвідомлює її необґрунтованість та безглуздість, але позбутися, подолати фобію, як правило, не може. Коли фобія опановує людину, її не можна придушити зусиллям волі. А що сильніше вона прагне подолати фобію, то більше його зміцнює.

ФОБИЯ – це патологічний страх, певна установка реагувати у формі акцентованого страху на деякі ситуації та об'єкти, для неї характерні тривалість, інтенсивність і неможливість самостійно подолати цей страх зусиллям волі.

Встановлено, що у виникненні нервового страху або фобії важливе значення має не так психічна травма, як стійка фіксація первинної реакції переляку й широка генералізація (поширення) страху. Коли фобія не дуже виражена, то невротичний страх виникає лише в ситуації, яка схожа на травмуючу ситуацію, що стала причиною цієї фобії. Коли ж фобічний страх виникає в ситуації очікування або уявлення небезпеки, то це свідчить про його більш високий і небезпечний (патологічний) розвиток.

Страх може спричинити паніку (груповий стан) – гнітючий афект, який розвивається раптово в разі несподіваного враження загрозливого характеру й швидко поширюється через психічний вплив на інших людей. Паніка охоплює майже раптово цілу масу людей, заражає їх почуттям неминучої небезпеки.

Виокремлюють такі два види ПАНІКИ:

- паніка, яка розвивається в разі раптового виникнення загрозливої атмосфери, під час відсутності періоду чекання небезпеки (наприклад, у разі раптового розливу річки);

- паніка, яка виникає в атмосфері тривалого чекання небезпеки, наростання тривоги й групової напруженості, які сприяють виснаженню нервової енергії людей, і вони починають на звичайні подразники реагувати панічними реакціями. Виникненню такої паніки сприяють: негативні чутки й брак інформації; незайнятість особистості; відсутність відповідальності за якусь частину роботи. Впливає на виникнення паніки також навколишнє оточення: руйнування, вид спотворених людей, трупів тощо.

Страх, як правило, слабшає (або ж зникає), коли людина стикається з небезпекою; тоді настає активна дія – боротьба або втеча, і для страху не залишається місця. Почуття страху збільшується в міру наближення загрозливої ситуації. Якщо ж людина вже безпосередньо стикалася з нею, то страх слабшає. І цей стан можна вважати розрядженням емоційного напруження в дії.

Напруження страху зростає, коли немає можливості його розрядити в дії, тому що особистість у такому стані відчуває себе зовсім безпорадно. Людина, можливості якої обмежені, важче переживає таке напруження.

Коли загрозлива ситуація розвивається так швидко, що захист відбувається майже автоматично і не залишається часу на переживання страху, тоді ця емоція з'являється в третій фазі, коли небезпека вже минула. Тоді страх змішується з почуттям полегшення, типовим для цієї фази.

Страх має тенденцію до іррадіації (поширення) на нові, інші предмети (джерела страху).

16.6. Шляхи подолання страху

Для подолання, переборювання людиною страху в екстремальній ситуації необхідно використовувати адекватні заходи.

Уже було підкреслено, що стан страху опосередковується соціальною, моральною сутністю особистості й залежить від рівня розвитку її морально-психічного стереотипу, у якому відображається моральна зрілість і соціальний досвід. Люди оцінюють і переживають не лише небезпеку для свого життя цієї ситуації, а й значення розв'язання чи нерозв'язання в цих умовах поставленого завдання для себе особисто, свого колективу, держави та суспільства.

Для переборювання людиною різних видів страху насамперед необхідно сформувати в неї сильний, стійкий і міцний морально-психічний стереотип, що характеризує силу, стійкість, міцність і надійність їхніх поглядів, позицій, почуттів, переконань, ставлень, цінностей та інтересів, а також визначає духовно-психологічне й морально-практичне ставлення до світу, народу, себе, обов'язку, гідності, честі, виконання завдань професійної діяльності тощо.

Мотиваційне ядро морально-психічного стереотипу створює відповідний морально-психічний потенціал, який допомагає людині в складних і важких ситуаціях (у бою, під дією вогню противника, в екстремальних умовах тощо) протистояти страху, виявляти вибірковість дій і волі.

Другим важливим напрямом запобігання виникненню в людини страху в екстремальних ситуаціях є відповідна морально-психічна підготовка, суть якої – у цілеспрямованому формуванні морально-психічної стійкості й надійності в умовах екстремальних чинників, підвищення активності всіх психічних функцій.

У період очікування якоїсь неприємної події, пов'язаної з ризиком для життя, досить ефективним є застосування методу баражування.

МЕТОД БАРАЖУВАННЯ – спосіб відволікання уваги від страху й спрямованості людей від аналізу й синтезу гнітючих факторів бойової (екстремальної) ситуації, переживань, тривоги, роздумів про майбутній наступ, виконання завдання щодо бачення за цим ризику для свого життя, можливих невдач, його провалу тощо.

Цей метод застосовують за допомогою системи розроблених заходів із звичайним змістом, які спрямовані на зняття напруження, психічне «розвантаження», розслаблення і просто відпочинок. З цією метою проводять перегляд легких (тих, які не змушують людину глибоко замислюватись, аналізувати) кінофільмів, сатиричних журналів, мультфільмів тощо.

Важливе місце в сукупності методів розслаблення належить музиці, яку спеціально добирають.

Широке визнання щодо зняття чи послаблення страху набув метод **автогенного тренування**, який слугує дієвим засобом психогігієни й профілактики, засобом управління станами людини в екстремальних умовах.

В автогенному тренуванні використовують три головні шляхи впливу на стан нервової системи: повне розслаблення, уява й словесне навіювання.

Також можна використати **метод образів**, суть якого – у здійсненні психічного впливу на комплекс «підсвідомість-свідомість» людини через формування в них системи образів поведінки в надзвичайній ситуації.

Певні позитивні результати впливу на психіку з метою запобігти виникненню страху дає **метод демонстрації**.

За допомогою **методу психічної концентрації** формуються конкретні психологічні установки. Його суттю є утворення відповідних нервових зв'язків у корі головного мозку й підтримування їх у постійному збудженні до початку відповідальної діяльності чи настання очікуваних подій.

Крім цих методів, застосовують низку спеціальних. Серед них важливе місце посідає **метод психічних навантажень**, суть якого – у створенні відповідних штучних навантажень на психіку людей з метою виявлення їхніх індивідуально-психологічних особливостей, ступеня реактивності психіки, ригідності тощо. Навантаження на психіку досягають за допомогою різних засобів, зокрема звукових, екранних, імітації тощо. Цей метод ефективний для виявлення осіб з різними психічними травмами.

За певних умов можна використовувати **парадоксальну інтенцію** як психотерапевтичну техніку переборювання страху.

Сутність парадоксальної інтенції (парадоксального наміру) в тому, щоб людина забажала здійснити те, чого вона так боїться. Парадоксальна інтенція – це заміна того наміру, який характеризує патогенний спосіб реагування, на протилежний. Замість уникнення ситуацій страху суб'єкт повинен захотіти зробити те, чого він уникає й боїться.

Застосовуючи цю психотерапевтичну техніку, особистість має не уникати страху і ситуацій, які його зумовлюють, а навпаки, прагнути до цього. Вдаючись до «гумористичного перебільшення» і власного страху, і страху інших людей, можна позбутися його.

Метод системної десенситизації («знечутливлення» до стимулів страху) є одним із найпоширеніших у допомозі людям із вираженим фобічним синдромом.

Окремими складовими методу «знечутливлення» є такі прийоми:

- розслаблення у формі автогенного тренування Шульца;
- ієрархічна (поступова) подача ситуацій страху;
- власне десенситизація з уявленням окремих моментів страху в ситуації розслаблення.

Поступова подача ситуацій, які спричинюють страх і розслаблення у формі автогенного тренування, є необхідними компонентами методу. Спочатку людині подають ситуацію, яка частково нагадує їй ту, яка спричинила фобію або невроз страху, (наприклад, можуть демонструвати картинки, фотографії, кінофільми тощо). Поступово їй подають такі ситуації, які дедалі більше схожі на ту, у якій вона відчуває хворобливий страх або тривогу. Це все відбувається в стані релаксації (розслаблення). Отже, людину поступово вводять у ситуацію, яка щоразу більше схожа на ту, що її травмує.

Чіткість уявлень є дуже важливою умовою застосування систематичної десенситизації (ДС). Здатність викликати чіткі уявлення може спрацьовувати і без допоміжних засобів, однак їхня чіткість поліпшується під час автогенного тренування: для кращої чіткості можна скористатися фільмами чи діапозитивами.

Крім зазначених шляхів, методів і способів подолання й переборювання страху людини і в різних надзвичайних ситуаціях використовують також інші.

Контрольні питання:

- Що розуміють під психічним станом людини?
- Як психічний стан пов'язаний із психічними процесами і властивостями особистості?
- Яким чином класифікують психічні стани?
- Які особливості психічних станів?
- Охарактеризуйте позитивні психічні стани особистості.
- Охарактеризуйте негативні психічні стани особистості.
- Що є фізіологічною основою психічного стану?
- Яким чином психічний стан впливає на поведінку особистості?
- Яким чином певний психічний стан виявляється за зовнішніми ознаками?
- Які способи боротьби із страхом?
-

Література:

- Асеев В.Г. Мотивация поведения и формирование личности. – М.: Мысль, 1976.
Василюк Ф.Е. Психология переживания. – М.: Изд – во МГУ, 1984.
Варій М.Й. Морально-психологічний стан військ: Навч. посіб. – Л.: ЛП, 2000.
Вилюнас В.К. Психология эмоциональных явлений. – М.: Изд-во Моск. ун-та, 1976.
Джемс У. Психология: Пер. с англ. – М.: Педагогика, 1991.

Занюк С.С. Психологія мотивації та емоцій: Навч. посіб. – Луцьк: Волинський держ. ун-т, ім. Л. Українки, 1997.

Изард Э.К. Эмоции человека. – М.: Изд-во Моск. ун-та, 1980.

Левитов Н.Д. Психические состояния человека. – М.: Просвещение, 1964.

Психология состояний. Хрестоматия / Сост. Т.Н.Васильева и др. Под ред. А.О.Прохорова. – М.: ПЕРСЭ; СПб.: Речь, 2004.

Глава 17

ОСНОВИ ПСИХОЛОГІЇ ДІЯЛЬНОСТІ

17.1. Поняття діяльності

Людська діяльність має соціальний характер. Вона не лише забезпечує пристосування людини до умов життя, а й активізує її відповідно до своїх потреб, що виникли й розвинулися історично. Діяльність людини відбувається свідомо й цілеспрямовано. Особистість як суб'єкт діяльності взаємодіє зі середовищем, ставить перед собою певну мету, мотивує її, добирає засоби для її здійснення тощо. У процесі діяльності особистість виявляє фізичну й розумову активність, планує й реалізує свої задуми, досягаючи поставленої мети.

Діяльність породила людину, виокремивши її з природного середовища. Людська психіка, її свідомий рівень розвивається й виявляється в діяльності. Через діяльність людина є частиною історично сформованої культури, цивілізаційного процесу. Соціальне середовище, його потреби, інтереси в ньому обумовлюють соціальну спрямованість діяльності.

Діяльність людини – це свідомо активність, яка виявляється в системі доцільних дій, спрямованих на досягнення поставленої мети. Власне свідомий характер людської діяльності виявляється в її плануванні, передбаченні результатів, регуляції дій, прагненні до її вдосконалення, доборі найкращих та найефективніших засобів, використання досягнень науки тощо.

ДІЯЛЬНІСТЬ – це внутрішня і зовнішня активність людини, яка спрямована на особистісні зміни, трансформація предметів та явищ залежно від потреб людини, а також створення нових.

17.2. Психологічна структура діяльності

Діяльність є цілеспрямованим процесом взаємодії людини з навколишнім світом. У ній людина реалізує своє ставлення до світу, людей, предметів, явищ і до самої себе. У діяльності ніби «зливається» людська індивідуальність, її сутність і об'єктивний світ. Дієвість механізму такої взаємодії розкривається у виявленні функціонального призначення кожного структурного елемента діяльності, що у своїй сукупності характеризують діяльність як систему.

Традиційно виокремлюють два рівні психологічної структури діяльності: мікроструктуру (рис.17.1) й макроструктуру. Мікроструктура діяльності: мотив – ціль – спосіб, засіб – результат. «Навіщо робити?», «чому робити?», «чим і як робити?», «що вдалося зробити?» – от психологічна мікроструктура діяльності.

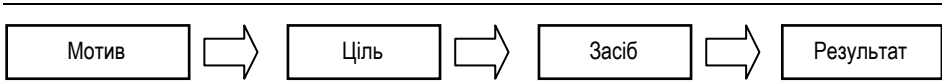


Рис. 17.1. Мікроструктура діяльності.

У МАКРОСТРУКТУРІ ДІЯЛЬНОСТІ можна виокремити 4 основні блоки:

- спонукально-ціннісний (мотиви, цілі);
- прогностично-проективний (прогнозування, вибір, планування);
- виконавчо-реалізуючий (способи, засоби, результат);
- оцінно-порівняльний (аналіз, виявлення неузгодженості в результатах і процесі їхнього досягнення).

Системоутворювальним чинником діяльності є мотив. При цьому, як правило, діяльність полімотивована, тобто її спонукає багато мотивів, їхня ієрархія. Провідні мотиви здебільшого визначають спрямованість діяльності. Однак у певних ситуаціях на неї можуть впливати мотиви, які не мали спочатку спонукальної сили.

Діяльність є сукупністю дій, кожна з яких має свою мету. Отже, мета є системоутворювальним чинником дії.

Дія є одиницею аналізу діяльності, тому що містить усі її ознаки, а отже, містить акт свідомості – постановку та утримання мети, спрямованість поведінки.

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

Діючи, людина відчуває зворотний вплив з боку предмета діяльності, ситуації, здобутих результатів. Вони мають формуючий характер, розвиваючи саму особистість.

Ефективне використання сучасних складних знарядь праці вимагає оволодіння добрими знаннями, навичками та уміннями, погодження своїх дій з діями інших людей, підпорядкування загальному ладу, переборювання значного емоційного напруження, зокрема й негативних емоцій. Усі ці властивості розвиваються в процесі діяльності. А водночас формуються такі складні, соціально значущі властивості, як працьовитість, дисциплінованість, відповідальність, розуміння суспільних потреб та інтересів.

Мета – це те, чого прагне досягнути людина, задля чого вона працює, долаючи труднощі й перешкоди, чого хоче досягти у своїй діяльності. Отже, без мети не може бути свідомої діяльності.

Цілі людської діяльності породжуються суспільним життям, умовами, у яких вона живе, і залежать від ролей, які виконує людина, суспільних доручень, від її розвитку та індивідуальних особливостей. Цілі бувають близькі та віддалені. Віддалена мета реалізується в низці ближчих, часткових цілей, які крок за кроком ведуть до реалізації віддаленої мети, яку висувають на далеку перспективу.

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

її органічними й культурними потребами. Потреби породжують інтереси, тобто спрямованість особистості на певні об'єкти з метою пізнати їх, оволодіти ними.

Спонуками до діяльності є різні матеріальні потреби (в їжі, одязі, житлі) та соціокультурні (пізнавальні, суспільно-політичні, естетичні). Мотивація діяльності буває близька (здійснити бажане найближчим часом), віддалена (здійснення бажаного планують на тривалий час) та далека (здійснити бажане через десятки років). Розрізняють мотиви також за рівнем усвідомлення. Бувають яскраво й чітко усвідомлювані мотиви: обов'язки перед колективом, відповідальність, дисциплінованість тощо. Але часто діють неусвідомлювані спонуки, наприклад, звички, упереджене ставлення до певних фактів життя, людей тощо. Однак незалежно від міри усвідомлення мотиву діяльності він є вирішальним чинником у досягненні поставленої мети.

Цілі та мотиви діяльності людини визначаються суспільними умовами життя, виробничими, навчальними, ігровими відносинами. Між цілями та мотивами діяльності людей існує певний зв'язок. З одного боку, мета й мотиви спонукають кожну людину до діяльності, визначають її зміст і способи виконання, а з іншого – вони й формуються у процесі діяльності, під впливом умов, за яких вона відбувається. У процесі діяльності виникають і розвиваються нові потреби та інтереси, ідеали та переконання тощо.

17.3. Рухи і дії

Людина, здійснюючи будь-яку діяльність, користується рухами – вродженими (безумовно-рефлекторними) й набутими (умовно-рефлекторними). Безумовно-рефлекторних рухів набувають упродовж життя. Вони в результаті досвіду, навчання та виховання перебудовуються відповідно до вимог умов життя, культури виробництва та поведінки. Такі рухи, як ходіння, мовлення, писання, читання, пов'язані з опрацюванням матеріалів, грою на інструменті, художня творчість під впливом навчання та виховання постійно змінюються.

У процесі діяльності залежно від її мети і змісту, матеріалу і способів його опрацювання рухи об'єднуються в різноманітні комплекси і системи.

Систему рухів, спрямованих на присвоєння предмета чи його змісту, називають діями.

Розрізняють види дій:

- **ПРЕДМЕТНІ**, або зовнішні дії спрямовані на оволодіння предметами, контакти з людьми, з тваринами, рослинами тощо.
- **РОЗУМОВІ** дії виявляються у сприйманні, діяльності пам'яті, мислення тощо. Вони утворюються на ґрунті зовнішніх, предметних дій. Предметні дії в результаті інтеріоризації, тобто їх перенесення у внутрішнє життя людини, стають змістом розумової діяльності.

Інтеріоризація – це перенесення структур зовнішньої діяльності у внутрішнє психічне (певну схему, образ, модель, алгоритм та ін.).

На перших етапах засвоєння досвіду діти і дорослі оперують конкретними предметами, засобами унаочнення, порівнюють, розкладають та об'єднують їх, знаходять причинні залежності та їхню взаємодію. Потім, у результаті інтеріоризації цих зовнішніх дій з предметами, людина починає оперувати образами цих предметів і зв'язками та залежностями між ними. На ще вищому етапі розвитку ці операції здійснюються за допомогою понять, виражених у слові.

У психіці мислення та інтеріоризоване зовнішнє спрацьовуються. Останнє набуває логічного оформлення, пов'язується з попереднім досвідом, стає частиною системи.

Однак часто людина спочатку формує певну схему дій у своїй психіці, а потім ці розумові дії переносить назовні, тобто втілює певне внутрішнє психічне у зовнішнє.

Так відбувається екстеріоризація – перенесення внутрішніх, розумових дій назовні (у психомоторні дії).

17.4. Знання, навички і вміння

Здійснення будь-якої діяльності потребує від людини оволодіння необхідними для неї засобами. Насамперед воно передбачає вироблення в людини навичок і вмінь користуватися ними для досягнення поставленої мети.

Уміння є там, де знання певної справи поєднується з вправністю у виконанні дій, з яких складається ця діяльність. Уміє керувати автомашиною той, хто, дотримуючись встановлених правил, робить це вправно, чітко й бездоганно, хто має навички у цій справі. Уміє складати план той учень, у якого вироблено певні навички роботи над текстом. Так само і вміння грати на музичному інструменті, малювати, виконувати фізкультурні вправи та інші завдання спирається на певні навички. Отже, уміння – це готовність людини успішно виконувати певну діяльність, яка ґрунтується на знаннях і навичках.

Оскільки діяльність людини, як правило, складається з цілої низки різних дій, уміння їх виконувати також складається з низки часткових умінь. Наприклад, уміння керувати автомашиною передбачає уміння завести двигун, регулювати його роботу, керувати кермом, стежити за дорогою, за роботою машини. Уміння учня навчатися означає вміння планувати свою домашню навчальну роботу, виокремлювати головне і другорядне, встановлювати між ними причинно-наслідкові зв'язки, раціональними способами заучувати заданий текст тощо. Комплекс часткових, тісно взаємопов'язаних умінь охоплює все те, що називають умінням: керувати машиною, навчатися, грати на музичному інструменті, малювати.

Навички. Виконуючи ту чи іншу дію певну кількість разів, людина вправляється в її виконанні. Вона виконує дію дедалі швидше, легше, вільніше, це потребує менше напруження, зусиль і вольового контролю, кількість помилкових рухів зменшується. Загалом її виконання стає певною мірою автоматизованим. Отже, навички виявляються в автоматизованому виконанні дій. Вони формуються шляхом багаторазових вправ. Навички – це компоненти вмінь.

Наявність навичок полегшує людині виконання свідомих завдань. За свідомістю залишається можливість починати, регулювати і завершувати дію, а сам рух відбувається без будь-якого подальшого втручання волі як реальне повторення того, що вже робили тисячі разів (І. Сеченов). Людина може усвідомлювати й автоматизовані компоненти, тобто рухи, з яких складається певна діяльність. У разі потреби вона може спрямовувати свою увагу на саму техніку написання літер з метою, наприклад, вивести їх каліграфічно, красиво. Може усвідомлювати рухи артикуляційних органів під час вимови звуків, звичні рухи пальців під час гри на музичному інструменті з метою їх проконтролювати, змінити дещо в них. Людина починає усвідомлювати рухи, якщо з'являються ускладнення, перешкоди у їхньому виконанні.

Процес формування вмінь і навичок. Уміння і навички формуються в людини в процесі її навчання. Виокремлюють три основні його фази. Перша розпочинається з усвідомлення завдання та способів його виконання. Так, досвідчений майстер з'ясовує і показує новачкові, як виконувати ті чи інші виробничі операції, а останній ознайомлюється з ними. Навчаючи учнів писати, їх також ознайомлюють з тим, як треба виводити кожен літеру. Потім ті, хто навчається, пробують застосувати одержані пояснення на практиці, тобто виконувати відповідні дії.

На підставі пояснень, зорового сприйняття, показу дії утворюється перше, ще загальне, схематичне зорове уявлення про просторові та часові особливості дії – про напрям та амплітуду рухів, їхню швидкість, погодження та послідовність. Вправління супроводжується значним вольовим зусиллям і почуттям упевненості, віри у свої сили або сумнівом, нерішучістю, боязкістю. Ці переживання позначаються на ефективності вправління, сприяючи йому або затримуючи його.

На основі тренувань, тобто багаторазового повторення певних дій з метою їх закріпити та вдосконалити, поступово послідовність рухів стає злагодженою, а дії – більш чіткими та погодженими. Вправність переходить у другу, вищу фазу своєї досконалості. Фізіологічним її підґрунтям є зміцнення в корі великих півкуль головного мозку тимчасових нервових зв'язків, їхня спеціалізація, вироблення системи, тобто утворення певного динамічного стереотипу.

Тренуючись, людина пришвидшує виконання дій. Усуваються зайві рухи і зменшується напруження під час виконання. Це означає, що іррадіація збудження, яка відбувалася на початку і зумовлювала значну кількість зайвих рухів, змінюється його концентрацією. Зайві рухи, які не знаходять «ділового підкріплення», поступово гальмуються як неадекватні певній ситуації. Адекватні рухи стають економнішими, чіткішими, точнішими.

На фізіологічному рівні вдосконалення виконання дії змінюється співвідношення аналізаторів, які беруть участь у цьому процесі. Така зміна виявляється, зокрема, у тому, що зменшується роль зорових і підвищується роль рухових відчуттів у регуляції дії. Це можна спостерігати під час формування виробничих, спортивних умінь і навичок, умінь грати на музичному інструменті тощо.

Однак вирішальне значення у формуванні навичок і вмінь має регулювання рухів на основі самоконтролю. Самоконтроль сприяє вироб-

ленню тонких зорових, слухових і рухових диференціювань, а це, зі свого боку, сприяє точності дій. У процесі підвищення вправності зоровий контроль за перебігом дії, що має провідне значення на початку вправлення, поступово зменшується, поступаючись контролю за рухами, тобто контролю за дією тих органів, які її здійснюють.

З підвищенням рівня автоматизованості рухів змінюється роль зорового сприйняття у процесі виконання дії. Спочатку зорове сприйняття і дія збігаються, наприклад, сприйняття літери поєднується з її вимовою. Таке поєднання неминуче й необхідне, але воно дуже вповільнює виконання завдання.

Іноді сприйняття внаслідок вправлення починає випереджати дію. Так, у разі швидкого, виразного читання вимова прочитаного випереджається сприйняттям не лише окремих складів, а й цілих слів, що йдуть за тим словом, яке вимовляють. Наступні елементи тексту, які сприйнято, готують подальші рухи й таким чином забезпечують швидкий темп і вищу ефективність виконання дії.

Кожна дія складається з більшої чи меншої кількості рухів. Уміле виконання дії потребує об'єднання цих рухів у цілісний акт, а цих актів – у ще складнішу дію.

Фізіологічним підґрунтям об'єднання рухів у цілісну дію є утворення «асоціації асоціацій», тобто ланцюгів тимчасових нервових зв'язків, певних їхніх систем. Закріплюючись, останні стають стереотипними. Ця стереотипність і є підґрунтям автоматизованого виконання дії. У цьому зв'язку вольове зусилля набагато зменшується, повільне зосередження уваги на рухах переходить у стан післядовільної уваги, рухи стають упевненішими і точнішими, полегшується свідомий контроль за процесом виконуваної дії.

Такий рівень розвитку навички характерний для останньої, третьої фази вправності. На цій фазі дії стають завченими, що дає змогу вдосконалювати їх, доводити до певного рівня майстерності.

Безперервне формування навичок і вмій починається зазвичай зі словесних пояснень і засвоєння правил дії. Оцінка виконаних дій, усвідомлення їхніх результатів так само здійснюються здебільшого за допомогою слова. Слово, беручи участь у процесі формування навичок і вмій, сприяє виробленню чіткої послідовності, темпу і ритму рухів, їхній системи.

Рівень сформованості навичок і вмій значною мірою залежить від свідомого ставлення, готовності особистості до вироблення в собі вмій і навичок, зацікавлення в кращому виконанні дій, пов'язаних з розв'язанням завдання.

Важливе місце в цьому процесі також посідає врахування індивідуальних особливостей людини: тип нервової системи, попередній досвід, теоретичні знання, нахили та здібності.

Перенесення та інтерференція навичок. Навички, що їх ми набуваємо, певною мірою спираються на раніше сформовані навички. Це означає, що новостворювані динамічні стереотипи нашаровуються в корі великих півкуль головного мозку на раніше сформовані стереотипи, що вони не лише співіснують, а й взаємодіють. Раніше сформовані навички

можуть і сприяти виробленню нових навичок, і гальмувати, затримувати цей процес.

Часто сформовані раніше навички сприяють засвоєнню нових, полегшуючи цей процес, або навпаки ускладнюють.

Це явище перенесення зумовлене передусім наявністю схожих і тотожних рис у вже сформованій та новій навичках, спільних прийомів виконання відповідних дій. Елементи сформованої навички входять при цьому до структури новостворюваної навички і цим полегшують процес оволодіння нею. Отже, відбувається застосування раніше вироблених тимчасових нервових зв'язків, певних їхніх груп у нових ситуаціях, їхнє узагальнення.

Перенесення виявляється також у тому, що, навчившись виконувати певну дію одним органом (наприклад, писати правою рукою), людина може без спеціальної вправи виконати цю дію (щоправда, менш досконало) й іншим органом, наприклад, лівою рукою або ногою чи головою.

Однак раніше вироблені навички іноді справляють негативний, гальмівний вплив на формування нових навичок, що виявляється у зниженні продуктивності дій, виникненні помилок тощо. Таке явище називається інтерференцією навичок. В інтерференції виявляється суперництво між деякими вже сформованими та новостворюваними стереотипами.

Інтерференція наявна тоді, коли на один подразник виробляються дві чи кілька різних реакцій.

ІНТЕРФЕРЕНЦІЯ виявляється тоді, коли раніше вироблені прийоми дії застосовують у новій ситуації без урахування її відмінності. Це відбувається, наприклад, тоді, коли оператор переходить на роботу з приладу старої конструкції на прилад нової конструкції, у якому змінено послідовність операцій.

Загалом інтерференція виникає за певних умов. Знаючи ці умови й передбачаючи їхню дію в тій чи іншій конкретній ситуації, можна її уникнути.

Навички підтримуються на належному рівні досконалості, якщо їх використовують. А коли впродовж певного часу їх не застосовують, вони ослаблюються. Системи тимчасових нервових зв'язків, що є їхнім фізіологічним підґрунтям, починають гальмуватися. Виконання відповідних дій уповільнюється, знижується їхня якість. Наприклад, тривала перерва в керуванні автомобілем, у виробничій, музичній, спортивній діяльності призводить до зниження рівня досконалості, погіршення якості виконання відповідних дій. Тому спеціалістам у будь-якій галузі діяльності доводиться постійно тренуватися, щоб підтримувати свої навички на належному рівні досконалості.

Що менше навички сформовані, закріплені, то швидше вони ослаблюються, що виявляється в деавтоматизації виконуваних дій.

Порушення, розлади навичок настають унаслідок патологічних змін у роботі мозку. У разі патологічних змін зазвичай руйнуються спочатку складніші й пізніше вироблені навички, потім – менш складні й давніше сформовані.

Різновиди навичок і вмінь. Навички й уміння є частиною будь-якої діяльності людини. Розрізняють їх залежно від змісту діяльності й тих потреб людини, які задовольняють через них. Відповідно до цього розрізняють вміння і навички самообслуговування, виробничі, мовні, розумові, мистецькі, спортивні тощо.

Найбільшу групу становлять виробничі навички та вміння людини, які диференціюються за окремими видами виробничої праці.

Дослідження формування виробничих умінь показують, що їх можна поділити на три групи:

- **КОНСТРУКТИВНІ**, пов'язані з уявленнями про продукти праці, з конструюванням останніх за рисунками, моделями, описами та з виявом цих уявлень у словах, моделях, проектах, робочих рухах;

- **ОРГАНІЗАЦІЙНО-ТЕХНОЛОГІЧНІ**, пов'язані з добором необхідних знарядь праці та матеріалів, з визначенням способів їхнього опрацювання, з плануванням і контролем самої праці;

- **ОПЕРАЦІЙНІ**, пов'язані із застосуванням знарядь праці та матеріалів для виготовлення певного продукту праці, з виконанням потрібних для цього виробничих операцій.

Особливу групу становлять мовні навички та вміння, які є складовою мовлення людини, спрямованого на задоволення її потреби у спілкуванні з іншими людьми, в обміні думками. До цієї групи належать навички і усного, й письмового мовлення. Розумові навички та вміння виявляються у виконанні різних видів розумової діяльності (наприклад, запам'ятовування певного матеріалу, розв'язання арифметичних та інших задач, виконання розумових операцій, дослідних завдань, теоретична робота в тій чи іншій галузі). Різні навички та вміння об'єднуються також у мистецькі, спортивні та інші різновиди.

Окремі види навичок і вмінь тісно взаємопов'язані й переплітаються. Так, розумові вміння завжди тісно пов'язані з умінням виконувати усну та письмову роботу. До складних виробничих умінь завжди входять розумові компоненти. Водночас уміння виконувати, наприклад, дослідну експериментальну роботу в тій чи іншій галузі спирається на навички практичного оперування необхідними для цього приладами, вимірювальними та іншими знаряддями.

Усі наявні у людини навички та вміння є її позитивним надбанням. Тому вправних людей так цінують у житті. Що більшою мірою людина володіє навичками та вміннями в якійсь царині діяльності, то більше її цінують як майстра своєї справи.

Особливо велике значення навички та вміння мають у творчій діяльності людини. Наявність умінь і навичок є необхідною умовою її свідомої творчої діяльності. У процесі діяльності вони щодалі вдосконалюються. Навички та вміння, сприяючи розгортанню творчої діяльності людини, тим самим стають одним із найважливіших чинників загального розумового розвитку людини. Якби людина не була здатною набувати

навичок, вона не могла б просунути на жодний щабель розвитку, затримуючись через постійні незліченні ускладнення.

17.5. Основні види діяльності

Залежно від мети, змісту та форм розрізняють три основні різновиди діяльності: гру, навчання та працю. Людині незалежно від віку властиві всі три різновиди діяльності, проте в різні періоди життя вони виявляються по-різному за метою, змістом, формою та значенням. У дошкільному віці провідним різновидом діяльності є гра, у шкільному – навчання, а в зрілому – праця.

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

Праця за природою та змістом – суспільно-історичне явище. У процесі праці виникла й розвинулася людина як свідомо соціальна істота. Характерна особливість усіх різновидів людської діяльності в тому, що найчастіше вони пов'язані з мовною діяльністю. Остання сприяє розвиткові змісту та форм усіх різновидів діяльності, їхній цілеспрямованості та мотивації.

ІГРОВА ДІЯЛЬНІСТЬ – це такий вид діяльності, продуктом якої є сам її процес.

Основна форма вияву активності дитини дошкільного віку – *ігрова діяльність* – є водночас основним засобом пізнання нею зовнішнього світу, відображення його у формі відчуттів, сприймань, уявлень тощо. Але вона відрізняється від навчання та праці. У грі дитина захоплюється здебільшого процесом, який викликає у неї задоволення. Як тільки інтерес до гри зникає, дитина припиняє її.

В іграх маленьких дітей цілі не бувають стійкими. Це виявляється в тому, що маленькі діти втрачають цілі у грі й легко переходять від однієї гри до іншої. Але в процесі розвитку та виховання цілеспрямованість ігрової діяльності дітей зростає, цілі в іграх набувають стійкішого характеру. Слушно зазначають, що гра – це школа думки, почуттів і волі. В іграх не лише виявляються, а й формуються всі психічні процеси та властивості дітей, спостережливість, уважність, вдумливість, наполегливість, сміливість, рішучість, уміння, навички, здібності. В ігровій діяльності відбувається не лише психічний, а й фізичний розвиток дітей, розвиваються фізична сила, спритність, швидкість і точність рухів. В іграх формуються всі властивості особистості дитини, зокрема такі моральні риси, як колективізм, дружба, товариськість, правдивість, чесність тощо. Тому ігри дошкільників відіграють важливу роль у підготовці їх до шкільного навчання.

У шкільному віці гра має складніший і цілеспрямованіший характер. У школярів переважають дидактичні ігри, у яких яскраво виявляється мета: успішно провести гру, перемогти партнера, розвинути в собі відповідні фізичні та розумові властивості. У підлітковому та юнацькому віці можуть виникнути шкідливі звички, наприклад, до азартних ігор.

Залучення дітей до занять спортом, до цікавих справ стане важливим засобом запобігання захоплення шкідливими іграми.

НАВЧАЛЬНА ДІЯЛЬНІСТЬ – це такий вид діяльності, продуктом якої є знання, навички і вміння.

Навчання – основний різновид діяльності дітей шкільного віку; активна, свідома й цілеспрямована діяльність, яка полягає у засвоєнні знань, вироблених людством, з метою підготовки дітей до майбутньої самостійної трудової діяльності. Навчання не обмежується шкільним віком. Людина навчається все життя. До цього її спонукають розвиток науки, техніки, суспільного життя. Науково-технічний і соціальний прогрес, що властивий ХХ століттю, потребує значного поповнення та перебудови систем загальноосвітніх і спеціальних професійних знань, здобутих у середній школі та професійно-технічних навчальних закладах.

Розрізняють три категорії навчально-виховних дій:

- **вплив**, спрямований на підвищення навчальної активності людей, стимулювання відповідального, зацікавленого ставлення до виконання навчальних завдань, а також орієнтація навчальної роботи на досягнення конкретних цілей (постановка навчальних завдань);

- **передавання**, повідомлення інформації (розповідь, роз'яснення, показ, демонстрація);

- **контроль** та оцінка результатів діяльності – знань, навичок і вмінь.

Навчальна діяльність є одним з аспектів педагогічної взаємодії, своєрідним показником доцільності педагогічних прийомів керівника. Навчальна діяльність має той самий предмет, що й діяльність педагогічна, особистість, яка навчається, ту саму мету – надбання знань, навичок, умінь та досягнення інших корисних результатів.

Навчальна діяльність складається з навчальних дій, кожна з яких становить собою визначену форму пізнавально-практичної активності, розв'язання певної частини навчального завдання. Усі навчальні дії поділяють на чотири основні групи:

- **сенсорно-перцептивні**, пов'язані з одержанням навчальної інформації (зорове спостереження в процесі показу, слухання розповіді й лекції, прагнення виокремити й зафіксувати ознаки досліджуваного об'єкта тощо);

- **розумові навчальні дії**, які необхідні для самостійного розв'язання навчальних завдань та одержання такої навчальної інформації, яка є результатом розумового опрацювання, осмислення вже наявних знань;

- **комплексні практичні дії**, які полягають у тім, що разом з внутрішньою пізнавальною (розумовою) активністю одночасно виконують практичні дії (рухи): відпрацьовують той чи інший прийом, виконують ремонт, розбирання і збирання механізмів, радіотехнічних засобів тощо;

- **мнемонічні навчальні дії**, які забезпечують закріплення й тривале збереження здобутої різними способами навчальної інформації. Вони зазвичай не є самостійними, а органічно поєднуються з попередніми.

У процесі навчання його цілі поступово ускладнюються, але водночас диференціюються. Поряд із загальноосвітніми цілями з'являються практичні – підготовка дітей до життя, засвоєння практичних знань, навичок та умінь. На ґрунті загальноосвітніх знань здійснюються політехнічне навчання та професійна освіта. Загальна освіта (знання мови, математики, фізики, хімії, біології, історії) стає дедалі необхіднішою для професійної освіти, підготовки творчих спеціалістів.

Успішне навчання дітей у школі великою мірою залежить від усвідомлення мети навчання і мотивів, якими вони керуються. У навчанні помітно актуалізується соціальна та пізнавальна мотивація: перша – через усвідомлення ролі та необхідності знань для життя та праці, друга – у ставленні до змісту знань, у зацікавленні ними.

Важливою умовою успіху в оволодінні знаннями є готовність і підготовленість учня до навчання. Готовність учня до навчання – у його психологічній готовності до цього, у бажанні та вмінні навчатися, у наявності в нього необхідного для цього розвитку. Вміння навчатися виявляється в тому, що дитина розуміє пояснення вчителя й керується ними, виконуючи завдання, самостійно виконує ці завдання, контролює себе відповідно до вказівок учителя та правил, а не за тим, як виконав завдання хтось інший. Учні, які виявляють самостійність у навчанні, краще засвоюють знання й успішніше розвиваються.

Підготовленість учня до навчання виявляється в конкретних знаннях, навичках та вміннях, потрібних для засвоєння навчального матеріалу.

Навчання у школі потребує від учня організованості та дисципліни, щоденної систематичної роботи. Цим навчальна діяльність школяра відрізняється від ігрової діяльності дошкільника й наближається до трудової діяльності.

Засвоєння учнями знань залежить від їхньої активності у навчанні. Навчання пов'язане з розвитком особистості. Навчаючись, дитина розвивається, а розвиваючись, здобуває нові можливості – розуміти та засвоювати складніші знання. Успішніше дитина розвивається тоді, коли в процесі навчання активізується її навчальна самостійність, коли дитина стає суб'єктом, а не лише об'єктом навчання, тобто вміє ставити перед собою навчальні завдання й намагається успішно розв'язувати їх. У розвитку особистості надзвичайно важливу роль відіграє активізація розумової діяльності, а не лише уваги, сприйняття, пам'яті, уяви.

ПРАЦЯ – свідомо діяльність людини, спрямована на створення матеріальних і духовних благ. Вона є необхідною умовою існування та розвитку людини.

Приводячи в рух наявні в неї природні органи і сили, людина виготовляє знаряддя праці та за їх допомогою видозмінює матеріал природи, надає йому форму, придатну для власного життя, задоволення своїх різноманітних потреб.

Праця – це жива єдність фізичного й психічного. У процесі праці активізуються й виявляються різні фізичні та психічні властивості людини. Залежно від змісту праці її психічні компоненти набувають певних особливостей. Діяльність слюсаря, тракториста, вчителя або

композитора потребує специфічних психічних властивостей. Але є психічні властивості особистості, спільні для всіх різновидів трудової діяльності, хоча вони й виявляються в кожному її різновиді по-різному.

Перша й необхідна умова будь-якої праці – наявність мети: створити певний продукт.

Характерна особливість праці в тому, що людина передбачає її результати, уявляє собі матеріал, який при цьому буде використано, окреслює способи та послідовність своїх дій. Цим її трудові дії відрізняються від працеподібних дій тварин. Перш ніж щось будувати, людина створює у своїй уяві образ того, що робитиме. Наприкінці процесу праці виходить результат, який ще до його початку існував в уяві людини. Що складніше трудове завдання, то вищі вимоги ставить його виконання до психіки людини.

Праця потребує відповідної підготовки. Знань, навичок та умінь працювати набувають упродовж навчання та попереднього навчання. Щоб опанувати певні спеціальності, необхідно після закінчення середньої школи навчатися у вищій школі. Багато часу потрібно також для оволодіння виробничими спеціальностями високої кваліфікації.

Праця потребує напруження фізичних і розумових сил, подолання труднощів, самовладання та інших вольових якостей. Цілеспрямована воля потрібна і в фізичній, і в розумовій праці впродовж усього часу її виконання. Особливо вона необхідна тоді, коли праця не захоплює за змістом або способами виконання. Праця є джерелом різноманітних емоцій людини. У процесі роботи людина переживає успіхи та невдачі. У разі позитивного ставлення до праці ці переживання спонукають її до ще більшого напруження.

Успіх праці людини залежить від зрозумілості мети, яку вона ставить перед собою, від зрілості мотивів, що спонукають її працювати, та пов'язаного з ними ставлення до трудових обов'язків, від відповідності її здібностей, загальної та спеціальної підготовки вимогам праці. Дуже важливу роль у праці відіграють такі індивідуально-психологічні властивості людини, як акуратність і дисциплінованість.

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

Розмаїття видів людської праці поділяють на працю фізичну та розумову. До фізичної праці належать різні види виробничої та технічної діяльності. Предметом її є матеріал, який дає природа і який обробляють за допомогою різноманітних знарядь. Фізична праця потребує певного використання фізичних сил людини, напруження її м'язової системи. Результатом такої праці є матеріальні продукти, необхідні для задоволення потреб людини. Результат розумової праці – це образи, думки, ідеї, проекти, знання, втілені в матеріальні форми існування (літературні та музичні твори, малюнки, різьблення тощо).

Фізична та розумова праця охоплює величезну кількість різних професій і спеціальностей.

Творча діяльність. Будь-яка фізична і розумова праця за певних суспільних умов може стати творчою діяльністю.

У різних видах праці творчість має певні особливості, зумовлені змістом і характером діяльності, її обставинами та індивідуальними

рисами працівника. Водночас усім видам творчої діяльності властиві спільні риси.

Творча діяльність зумовлена потребами суспільства. Усвідомлення цих потреб є джерелом різних задумів, ідей, проектів. Розпочинається творча діяльність з виникнення певного задуму, зокрема: змінити методи, прийоми роботи в тій чи іншій галузі, створити нове знаряддя, сконструювати нову машину, здійснити певний науковий експеримент, написати художній твір, створити музичну п'єсу, намалювати картину тощо.

Для здійснення творчого задуму потрібна **підготовча робота** – обміркування його змісту, з'ясування деталей, шляхів його реалізації та збирання необхідних матеріалів. Така підготовча робота властива творчості конструктора-винахідника, вченого, письменника, митця. Вона часто буває довготривалою.

Після підготовчої роботи відбувається **реалізація творчого задуму**, яка так само може тривати різний час залежно від змісту завдання, його складності, підготовки особистості та умов творчої праці.

Здійснення творчого задуму – велика й напружена робота, яка потребує участі та піднесення всіх сил людини, максимальної зосередженості її свідомості на предметі творчості. Ця зосередженість буває настільки високою, що працівник, захоплений завданням, не помічає, що відбувається навколо нього. Зосередженість потребує участі пізнавальних і вольових сил людини.

Систематична наполеглива і напружена праця є визначальною умовою успіху творчості. За цієї умови найчастіше виникають такі моменти творчого піднесення, які називають натхненням і за наявності яких особливо успішно знаходять нові способи розв'язання завдань, виникають нові та продуктивні ідеї, створюють центральні образи художніх творів тощо. Для натхнення характерне напруження всіх сил працівника і емоційне захоплення предметом творчості та продуктивній роботі над ним. Натхнення виникає не до початку роботи, а під час неї як певний її наслідок. Звідси випливає, що для успішного досягнення мети треба систематично і регулярно працювати, а не очікувати, коли прийде натхнення. За словами П. Чайковського, натхнення – це такий гість, який не любить відвідувати лінькуватих. Воно виникає в процесі наполегливої роботи.

На творчій діяльності позначаються відчуття новизни справи, потреби в ній сучасності. Відбуваються мобілізація духовних сил і неусвідомлена, інтуїтивна поява нових образів, способів дій у розв'язанні проблеми.

Успішність творчої праці залежить від того, якою мірою людина володіє прийомами та технікою роботи, як вона ставиться до результатів роботи. Творчим працівникам властиве критичне, вимогливе ставлення до своїх творів. Воно, зокрема, характерне для видатних поетів, письменників. О. де Бальзак дванадцять і більше разів переробляв свої твори, часто до неспізнання змінював, коригуючи їх. Те саме можна сказати про інженерів, науковців.

Контрольні питання:

- Що таке діяльність?
- Якою є мікроструктура діяльності?
- Охарактеризуйте макроструктуру діяльності.
- Яке значення потреби і мотиву в діяльності?
- Що є метою людської діяльності?
- Розкрийте основні види діяльності людини.
- Які рухи використовують у діяльності?
- Що таке дія?
- Що таке предметні дії?
- Що таке розумові дії?
- Яким є процес формування знань, навичок і вмінь?
- Що таке знання?
- Що таке навички і вміння?
- У чому виявляється перенесення навичок?
- У чому полягає інтерорецепція?
- Розкрийте гру як вид діяльності.
- Охарактеризуйте навчальну діяльність.
- У чому виявляється праця як вид діяльності?
- У чому відмінність розумової та фізичної праці?
- Яким чином діяльність впливає на психіку людини?

Література:

- Абульханова-Славская К.А. Деятельность и психология личности. – М.: Наука, 1980.
- Асмолов А.Г. Деятельность и установка. – М.: Изд-во Моск. ун-та, 1979.
- Беспалов Б.И. Действие: Психологические механизмы визуального мышления. – М.: Изд-во Моск. ун-та, 1984.
- Брушлинский А.В. Деятельность, действие и психическое как процесс // Вопр. Психологи. – 1984. – №5.
- Варій М.Й. Загальна психологія: Навч. посібник / Для студ. психол. і педагог. спеціальностей. – Львів: Край, 2005.
- Волков А.М., Микадзе Ю.В., Солнцева Г.Н. Деятельность: структура и регуляция. Психологический анализ. – М.: Изд-во Моск. ун-та, 1987.
- Давыдов В.В., Маркова А.К. Концепция учебной деятельности школьников // Вопр. психологии. – 1981. – №6.
- Ковалев В.И. Мотивы поведения и деятельности. – М.: Наука, 1988.
- Конопкин О.А. Психологические механизмы регуляции деятельности. – М.: Наука, 1980.
- Леонтьев А.П. Деятельность. Сознание. Личность. – М.: Политиздат, 1975.
- Ломов Б.Ф., Сурков Е.Н. Антиципация в структуре деятельности. – М.: Наука, 1980.
- Подольский А.И. Формирование умственной деятельности в практике профессионального обучения // Вопр. психологии. – 1985. – №5.
- Эльконин Д.Б. Психология игры. – М.: Педагогика, 1978.

Глава 18

СОЦІАЛІЗАЦІЯ, ДЕВІАНТНА ПОВЕДІНКА І ДЕПРИВАЦІЯ

18.1. Соціалізація особистості

Поняття соціалізації. Процес, коли людина пізнає соціальну організацію суспільства, соціальних відносин, засвоєння соціальних ролей, традиційно називають *процесом соціалізації*.

СОЦІАЛІЗАЦІЯ – процес і результат засвоєння й активного відтворення індивідом соціального досвіду (знань, цінностей, соціальної компетентності), що дає йому змогу інтегруватися в суспільство і поводитися там адаптивно.

Соціалізація може відбуватися і в умовах стихійного впливу на особистість різних обставин життя в суспільстві, і в умовах виховання (цілеспрямованого формування особистості). Поняття «соціалізація» ввели у психологію в 40–50-х рр. у своїх працях Дж. Доллард і П. Міллер. Сьогодні процеси соціалізації досліджує вікова та соціальна психологія, а також етнопсихологія. Їх можна охарактеризувати як поступове розширення сфери соціальної взаємодії індивіда, як процес розвитку саморегуляції і становлення самосвідомості, засвоєння та реалізації соціальних ролей. Соціалізація допускає активну участь самої людини в освоєнні культурних норм, засвоєнні навичок і вмінь, необхідних для успішної соціальної адаптації.

Одним з основних механізмів соціалізації є культурна трансмісія, або передавання соціальних і культурних цінностей, норм, способів поведінки молодому поколінню.

Виокремлюють 3 види культурної трансмісії:

- **вертикальну** (від батьків до дітей);
- **горизонтальну** (у спілкуванні з однолітками);
- **непряму** (через спеціалізовані інститути й контакти з іншими людьми в умовах суспільно значущої спільної діяльності).

У різних наукових школах поняття «соціалізації» інтерпретують по-різному: у необихевиоризмі його трактують як соціальне вчення, у школі символічного інтераціоналізму – як результат соціальної взаємодії, у гуманістичній психології – як результат самоактуалізації «Я-концепції» тощо.

Для успішної адаптації до предметного і соціального середовища дитині необхідно створити суб'єктивну концепцію світу й одночасно помістити в нього себе як активного суб'єкта. Дитина ставить такі завдання: упорядкувати навколишній світ, виокремити в ньому фізичні й соціальні (надлені психікою) об'єкти, встановити закономірності

взаємодії зі світом предметним і соціальним. Паралельно в неї формується «Я-концепція» (Я – екологічне (фізичне) і Я – інтерперсональне через встановлення еквівалентності Я – інший).

У дослідженнях соціальної поведінки дитини широко застосовують методи спостереження в ситуаціях різного ступеня структурованості. Особливо популярна «Незнайома ситуація» М. Ейнсворт. Процедура цього тесту складається з 8 епізодів. Загальна тривалість – 20 хв.

Поведінку дитини в цій ситуації і щодо матері, і щодо чужої людини оцінюють за 7-бальною шкалою (досліджують пошук контакту, встановлення контакту, опір, уникнення). Іноді оцінюють також пошукову поведінку під час розлуки з матір'ю і дистанцію взаємодії. У результаті численних досліджень виокремлено кілька груп дітей, які відрізняються за реакцією на незнайомі обставини, незнайому людину, розлуку з матір'ю і на її появу.

Виокремлюють такі типи соціалізації особистості:

- **НАДІЙНИЙ ТИП** – найбільш поширений і конструктивний, дитина спокійно реагує на зустріч з незнайомими людьми, неспокійна під час розлуки з матір'ю, радіє її поверненню.

- **НЕНАДІЙНИЙ ТИП** – властиве уникання, такі діти ігнорують матір і незнайомих людей.

- **АМБІВАЛЕНТНИЙ ТИП** – у незнайомих обставинах такі діти тривожні і прагнуть перебувати біля матері, бурхливо реагують на розлуку з нею.

- **ДЕСТРУКТИВНИЙ ТИП** – діти не демонструють чіткого патерну поведінки в тестовій ситуації, можуть бути розгальмовані чи в ступорному стані, або виявляти стереотипні форми поведінки.

Особливості, умови й механізми соціалізації. Соціалізація – процес і результат включення індивіда в соціальні відносини. Соціалізація здійснюється через засвоєння індивідом соціального досвіду і відтворення його у своїй діяльності. У результаті соціалізації людина засвоює стереотипи поведінки, норми і ціннісні орієнтації соціального середовища, у якому вона функціонує. Соціалізацію можна розглядати як потрібний процес: адаптацію, розвиток особистості і відмову від наївних дитячих уявлень.

Соціалізація особистості на індивідуальному рівні містить такі процеси:

- **взаємодію** (особистість кожної людини формується в процесі взаємодії одна з одною. На характер цих взаємодій впливають такі чинники, як вік, інтелектуальний рівень, стать тощо);

- **вплив** (навколишнього середовища на особистість людини);

- **набуття досвіду** (особистість формується на основі власного індивідуального досвіду);

- **окультурення** (важливим аспектом формування особистості є культура).

Соціалізація здійснюється через низку умов, які після їхнього групування можна назвати «факторами». Такими *факторами соціалізації* є: цілеспрямоване виховання, навчання і випадкові соціальні впливи в діяльності та спілкуванні. Соціалізуючись, дитина не пасивно приймає різні впливи (зокрема виховні), а поступово переходить від позиції об'єкта соціального впливу до позиції активного суб'єкта. У процесі соціалізації індивід бере участь у соціальних відносинах, змінюється його психіка.

До провідних *феноменів соціалізації* варто зарахувати засвоєння стереотипів поведінки, наявних соціальних норм, звичаїв, інтересів, ціннісних орієнтацій тощо. Стереотипи поведінки формуються шляхом сигнальної спадковості, тобто через наслідування дорослих у ранньому дитинстві. Вони дуже стійкі й можуть бути основою психічної несумісності (наприклад, у родині, етносі).

Основними *інститутами соціалізації* є: родина, дошкільні установи, школа, неформальні об'єднання, ВНЗ, трудові колективи тощо. Такі інститути є спільними для людей.

Провідні *напрями соціалізації* відповідають провідним сферам життєдіяльності людини: поведінковій, емоційно-почуттєвій, пізнавальній, буттєвій, моральній, міжособистісній. Інакше кажучи, у процесі соціалізації люди вчаться, як поводитися, емоційно реагувати на різні ситуації, виявляти й переживати різні почуття; яким чином пізнавати навколишній природний і соціальний світ; як облаштовувати свій побут; яких морально-етичних орієнтирів дотримуватися; як ефективно брати участь у міжособистісному спілкуванні та спільній діяльності.

Існує кілька соціально-психологічних механізмів соціалізації:

- **ідентифікація** – це ототожнення індивіда з деякими людьми або групами, що дає змогу засвоювати різноманітні норми, відносини і форми поведінки, властиві навколишнім. Прикладом ідентифікації є статеворольова типізація – процес надбання індивідом психічних особливостей і поведінки, характерних для представників певної статі;
- **наслідування** є свідомим або несвідомим відтворенням індивідом моделі поведінки, досвіду інших людей (зокрема, манер, рухів, учинків тощо);
- **навіювання** – процес неусвідомленого відтворення індивідом внутрішнього досвіду, думок, почуттів і психічних станів тих людей, з якими він спілкується;
- **соціальна фасилітація** – стимулюючий вплив поведінки одних людей на діяльність інших, у результаті якого їхня діяльність стає вільнішою й інтенсивнішою («фасилітація» означає «полегшення»);

-
- **конформність** – усвідомлення розбіжності в думках з навколишніми людьми і зовнішня згода з ними, реалізована у поведінці.

Низка авторів виокремлює чотири психологічні механізми соціалізації:

- **імітація** – усвідомлене прагнення дитини копіювати певну модель поведінки;
- **ідентифікація** – засвоєння дітьми батьківської поведінки, установок і цінностей як своїх власних;
- **сором** – переживання викриття та ганьби, пов'язане з реакцією інших людей;
- **почуття провини** – переживання викриття й ганьби, пов'язане з покаранням самого себе поза залежністю від інших людей.

Перші два механізми є позитивними; сором і провини – негативні механізми, що забороняють або придушують певну поведінку.

Найінтенсивнішою соціалізація є в дитинстві та юності, але вона триває також у середньому та літньому віці. Дослідження дають змогу виокремити низку відмінностей у соціалізації в дітей і дорослих:

- соціалізація дорослих виявляється здебільшого через зміну їхньої зовнішньої поведінки, а в дітей корегуються базові ціннісні орієнтації;
- дорослі можуть оцінювати норми, діти – лише засвоювати їх;
- соціалізація дорослих найчастіше припускає розуміння того, що існує багато «відтінків» вияву різних норм і правил поведінки. Соціалізація дітей базується на підпорядкуванні дорослим і виконанні певних правил. Дорослі змушені пристосовуватися до вимог різних ролей і в цих ситуаціях встановлювати пріоритети, використовуючи такі критерії, як «більш добре» або «менш погано»;
- соціалізація дорослих орієнтована на оволодіння певними навичками; соціалізація дітей – здебільшого на мотивацію їхньої поведінки.

Джон Клаузен виокремив кілька критичних етапів у житті дорослих: вибір професії, балансування між вимогами роботи і родини, подолання вікових криз.

18.2. Психологічні основи відхильної поведінки

Розуміння відхильної (девіантної) поведінки. Відхильна (девіантна) поведінка (від лат. *deviation* – відхилення) – це система вчинків, або окремі вчинки, які не відповідають моральним або правовим нормам і вимогам суспільства.

Відхильну поведінку необхідно відрізнити від аномальної, характеристика якої пов'язана з розумовою патологією. Відхильна поведінка соціально детермінована. У її виникненні велику роль відіграють дефекти особистісного розвитку, що поєднуються з недоліками, помилками виховання й негативним впливом несприятливої ситуації, яка складається в найближчому оточенні людини – родині, референтній групі тощо.

Відхильна поведінка, яка суперечить усталеним у суспільстві зразкам, стереотипам, може іноді поєднуватися з порівняно добрим знанням моральних норм. Це особливо актуально для людей, що розвиваються: наприклад, для підлітків поведінка нерідко є засобом самоствердження, вираженням протесту проти реальної чи уявної несправедливості дорослих.

Розглядаючи відхильну поведінку, чітко розрізняють, по-перше, поведінку власне девіантну, коли є відхилення від усталених у суспільстві норм, по-друге, поведінку делінквентну (від лат. *delinquens* – «той, хто здійснює вчинок» і англійського – «провина», або точніше – «психологічна тенденція до правопорушення») – злочинну, кримінальну.

Зрозуміло, поведінка злочинна, протиправна (делінквентна) набагато небезпечніша для суспільства, ніж девіантна.

Відомі численні концепції відхильної поведінки – від біогенетичних до культурно-історичних.

Автори біогенетичних концепцій (від С. Холла і З. Фрейда до Е. Торндайка, К. Бюлера, Е. Майєра, А. Дженсена й А. Маслоу), відводячи провідну роль в особистісному розвитку людини її природно-біологічному началу, вважають, що всі причини антигромадської поведінки, відхилень у поведінці треба шукати в біології людини, а особливо – у генетичних структурах злочинності.

На протигагу «біологізаторам» висунуто соціальний чинник – автори соціологічної концепції (Д. Ватсон та ін.) вважають, що у поведінці людини немає нічого вродженого, і кожна її дія, вчинок – це лише продукт зовнішньої стимуляції. Отже, маніпулюючи зовнішніми подразниками, можна «виготовити» людину будь-якого складу.

Абстрактно-соціологічний підхід до розуміння середовища і натуралістичний до природи людини властивий соціобіологічним концепціям, так званій теорії двох чинників, яка ґрунтується на наявності двох сутностей людини – біологічної та соціальної, що розколює її надвоє – на природні (ще не олюднені) й «суто» соціальні складові. Стверджуючи, що генетичні програми керують соціальною поведінкою людини, автори цього підходу намагаються вести пошук покращення людської природи шляхом селекції (звідси – спроби відродити евгеніку).

Значного розвитку в сучасних умовах набули концепції соціальної дезорганізації (Т. Шибутані та ін.), які пояснюють відхильну поведінку соціальними змінами. Унаслідок цього колишні стандарти втрачають своє значення, через що дезорганізується життя суспільства, оскільки одні люди намагаються дотримуватися старих норм і цінностей, інші – орієнтуються на нові цінності й норми – і загальносоціальні, і групові (еталонні групи). Відповідно до цього виокремлюють три типи відхильної поведінки (Т. Шибутані).

Перший тип – **конформна поведінка** – пристосування до вимог еталонної (референтної групи), які відрізняються від усталених у суспільстві норм, поглядів.

Другий тип відхильної поведінки – **імпульсивна** – виникає під впливом сильного порушення поведінки, усупереч власним стандартам. Цей тип пов'язаний з тимчасовою втратою самоконтролю.

Третій тип відхильної поведінки означають терміном «**компульсивна**», тобто **примусова**. Ідеться про особливий вид примусу, пов'язаний з поганою пристосовністю окремих осіб, коли на деякі події і факти особистість відповідає стійкими реакціями, такими, що навіть вона (усвідомлюючи безглуздість і небезпеку своєї поведінки) не в стані змінити. Така поведінка виникає під впливом сильних образ або наркотиків як захисна за своєю природою реакція.

Популярною теорією відхильної поведінки є теорія «соціальної аномії» Р. Мертона. Указуючи на тісний зв'язок відхильної поведінки із соціальними структурами, Р. Мертон намагається простежити, як останні чинять певний тиск на окремих членів суспільства, штовхаючи їх на шлях відхилення від загальноприйнятих правил. У результаті виокремлюють п'ять типів відхильної поведінки, які виникають як спосіб пристосування індивідів до умов їхнього найближчого соціального оточення: а) *підпорядкування*; б) *інновація (відновлення)*; в) *ритуалізм*; г) *ретретизм (відхід від життя – бурлаки, відщепенці, хронічні алкоголіки, наркомани)*; д) *бунт*.

Досить поширена в деяких країнах (особливо у США) теорія множинних чинників, відповідно до якої не існує якого-небудь єдиного фактора, що призводить до делінквентної поведінки, а є багато конкретних чинників, умов і поведінка, що зумовлюють відхильну поведінку, сприяють її розвитку. Це і «погане» оточення, і «порожнеча», «нудьга в навколишньому середовищі», і «мати-алкоголічка», і «передчасна статева зрілість» тощо.

У психології й кримінології переконливо доведено, що відхильну поведінку не визначають «вроджені механізми», а зумовлюють соціально-психологічні чинники, зокрема особливості мікросередовища, групові взаємини, недоліки виховання тощо. Саме під їхнім впливом виникають і розвиваються такі види відхильної поведінки, як *агресія*, *аномія*, *фрустрація*.

Агресія (від лат. *agressio* – приступ, напад) – відхильна поведінка людини, яка заподіює моральний, фізичний і матеріальний збиток іншим людям або порушує їхній психічний дискомфорт (негативні переживання, стан страху, пригніченості тощо).

Аномія (термін, який ввів на початку ХХ століття Е. Дюркгейм) – відхильна поведінка людини, зумовлена відсутністю мети в житті, почуттям ізольованості й самотності, що пов'язано з дезорганізацією суспільства, відсутністю в ньому чіткої моральної регуляції поведінки людей, колишні норми і цінності вже не відповідають реальним відносинам, а нові ще не затвердилися.

Існує дві форми аномії – **часткова**, **випадкова** (спорадична) і **масова** (кризова).

Фрустрація – це відхильна поведінка людини, спричинена реальною або уявною перешкодою, яку вважають нездоланною і яка заважає досягненню мети й задоволенню потреби, а також супроводжується переживаннями розчарування, роздратування (зрозуміло, фрустрація не обов'язково породжує відхильну поведінку).

Крім вищезгаданих причин відхильної поведінки, підліткам і юнакам властиві й деякі своєрідні типи порушень поведінки, відхилення

від моральної і правової норм. Це: 1) емансипація, пов'язана з прагненням звільнитися від опіки, контролю дорослих, від їхніх стандартів, норм і цінностей, самоствердити себе як особистість; 2) групування, коли підлітки, юнаки й дівчата, намагаються об'єднуватися з однолітками (невипадково більшість правопорушень підлітки скоюють у групі); 3) захоплення; 4) потяги (і пов'язані з виявами сексуальної активності, і ті, що не мають сексуального забарвлення – виборча агресія, наприклад).

Нерідко відхильна поведінка молоді може бути зовні адресована дорослим (непокора, образа), однак внутрішньо молода людина діалогізує в цей момент з однолітками, тому що саме на їхню реакцію розраховані її дії. Водночас існує особливий тип відхильної поведінки підлітків, юнаків (дівчат), які і ззовні, і внутрішньо адресовано дорослим. Це так звана «поведінка, що є демонстративно відхильною», коли навколишнім «демонструють відхилення», оскільки дії відбуваються заради їхнього позанормативного характеру.

Найпростішим прикладом такої поведінки є дитяче кривляння. Тут можна виокремити дві закономірності: по-перше, дитина кривляється лише в присутності дорослих (зазвичай батьків) і лише тоді, коли вони звертають на неї увагу; по-друге, коли батьки показують дитині, що вони не схвалюють її поведінки, кривляння не лише не зменшується, а радше підсилюється. Отже, перед нами очевидний комунікативний акт, де основним змістом комунікації є відхилення: дитина особливою невербальною мовою говорить батькам: «Я роблю те, що вам не подобається». Аналогічний зміст іноді виражено й словами, наприклад, чимало дітей час до часу заявляють: «Я – поганий». Постає закономірне запитання про причини (цілі, мотиви) такої комунікації.

Самоочорнення в діалозі з іншим може бути способом вийти з-під його влади, не підкоритися його нормам і не дати йому змоги засудити (оскільки осуд уже відбувся). Тут важливо й те, що слова відрізняються від дій і вчинків. Сказати про свої наміри, нехай страшні, все-таки легше, ніж здійснювати їх. Фактично, це одна з ігор (у розумінні Е. Берна), де інший позбувається своєї звичної ролі (оцінюючого, осудливого) за рахунок того, що вона виявляється вже зіграною.

Можна припустити, що дитяче кривляння і твердження на зразок «Я – поганий» у деяких ситуаціях можуть виконувати ту саму функцію. Дитина за допомогою кривляння намагається звільнитися від дорослих норм і убезпечитися від осуду.

Розглянемо тепер відхильну поведінку підлітків. Наприклад, їхня поведінка в неформальних молодіжних об'єднаннях протестного характеру. Відхильна поведінка цього типу багато в чому нагадує дитяче кривляння (це особливо стосується руху «панків», меншою мірою – «хіпі» та «металістів»). По-перше, поведінка і зовнішній вигляд цих підлітків має показовий, демонстративний характер (зовні означене кожне положення «ідеології»; місце збору на центральних майданчиках; постійні розмови про реакції навколишніх тощо). Отже, перед нами – зрозумілий ланцюг комунікативних актів. По-друге, і поведінка, і зовнішній вигляд таких підлітків підкреслено антинормативні (не «позанормативні», а «анти», це норма, «вивернута навиворіт»): пози, сленг, зачіска, дії панків і металістів мають спричинювати відразу в

навколишніх. Основний зміст комунікації в цій ситуації, як і в кривляннях, ствердження: «Я – поганий, я – огидний».

Така комунікація за формою адресована насамперед незнайомим людям (випадковим перехожим), що до цього моменту ніяк не контактували з підлітком. Удома ж і в школі (де можливе авторитарне-осудливе ставлення) такі «сцени» розігрують рідко. Очевидно, акції панків і аналогічні види поведінки – це репліки підлітків із внутрішнього конфліктного діалогу з ідеально-уявними значущими дорослими (батьками, вчителями). Тобто голос дорослого у свідомості підлітка засуджує його за ті чи інші вчинки, підліток «відповідає» цьому голосові відхильною поведінкою, намагаючись таким чином звільнитися від влади осуду.

Дорослий глибоко персоналізований у підлітку, і його голос у свідомості засуджує ті дії підлітка, які засудив би реальний дорослий, якби довідався про них. Підліток «на вулиці» постійно переживає негожість своїх дій в очах дорослих.

От ми і прийшли до джерела внутрішнього конфліктного діалогу зі значущими дорослими, який може призвести до поведінки, яка є демонстративно відхильною. Зазначимо, що ми окреслили своєрідне замкнуте коло: 1) підлітка залучено до форм поведінки, яка має відхильний характер; 2) це спричинює конфліктний внутрішній діалог з дорослим; 3) спроба позбутися цього діалогу зумовлює поведінку, яка відхиляється від норм (коло замкнулося). Причому необхідно зрозуміти, що членам низки неформальних (протестних) молодіжних об'єднань важливо спровокувати суспільство на осуд, вони хочуть бути «особливими» – не такими, як всі, саме тому демонструють відхилення у своїй поведінці.

Особливим феноменом є відхильна поведінка людей не на індивідуальному рівні, а в умовах, по-перше, контактних малих груп, по-друге, у масових формах у великій групі. Щодо малих асоціальних, кримінальних груп, то усталені в них стандарти поведінки серйозно впливають на вироблення особистісних норм відхильної поведінки. У злочинній групі нівелюється особиста відповідальність її членів, знижується критичність стосовно своїх учинків. Антигромадська група найчастіше є каталізатором взаємного навіювання і наслідування, психологічної заразливості.

Ще сильнішим є вплив великої групи, маси людей, для яких характерні відхилення в поведінці. Це пов'язано, зокрема, з відчуттям власної анонімності (роблячи «як усі», індивід втрачає почуття відповідальності за свої дії).

Отже, загалом під *ВІДХИЛЬНОЮ ПОВЕДІНКОЮ* розуміють і численні різновиди правопорушень, і неетичні вчинки, і будь-які інші види неправильної, з погляду соціуму, поведінки, протиправних або аморальних вчинків.

Особливості особистості з девіантною поведінкою. Своєрідним «кристалізаційним центром» усієї проблеми відхильної поведінки є особистість. Саме через особистість здійснюється складна

взаємодія «причини – середовище» і «ситуації-особи-діяння-заходи» (схему запропонував В. М. Кудрявцев).

Особистість – це поняття для позначення загальної міри соціального в людині. Проте суспільний характер особистості, значення історичних умов для її зміни мають корінні протиріччя в розумінні змісту і динаміки поведінки людини як особистості, шляхів і можливостей впливу на неї суспільства.

Парадокс у тому, що фундаментальні відкриття генетики зумовили поживлення біологізаторських концепцій особистісного розвитку. Їхні прихильники вважають, що основні психічні властивості особистості закладені в самій природі людини та визначають її життєву долю (Е. Торндайк та ін.).

Людина не народжується егоїстичною чи альтруїстичною, дисциплінованою чи хуліганом. Усі психічні властивості особистості формуються і виявляються в процесі діяльності, за допомогою якої індивід не лише на власному досвіді пізнає навколишній світ, а й привласнює досвід попередніх поколінь, їхні досягнення.

Структура особистості з відхильною поведінкою, як і особистості «в нормі», зумовлена впливом життя, особливостями відносин. Немає якоїсь одної властивості особистості, яка б зумовлювала відхильну поведінку, та відрізняла б осіб, схильних до такої поведінки, від осіб, що дотримуються соціальних норм. Хоча, безумовно, є категорія людей (наприклад, злочинці-рецидивісти), які наділені певним комплексом рис особистості, характерних для різних типів порушників соціальної норми. Проте це пов'язано не з генетичною напередвизначеністю, а з їхнім способом життя й біографією. Цей комплекс містить: негативне ставлення до основних соціальних норм; глибоко вкорінене негативне уявлення про соціальні відносини і цінності; специфічні (негативні) риси особистого досвіду; підвищену агресивність і збудливість; примітивні потяги й нестриманість у їхньому задоволенні тощо. Коли такі комплекси рис особистості вступають у взаємодію з певною ситуацією, то вони сприяють виборові протиправного шляху досягнення мети.

Аналіз психологічних особливостей особистості з відхильною поведінкою дає змогу виокремити деякі її характеристики.

По-перше, прагнення до пристосування. Пристосування тут полягає в тому (не плутати з адаптацією), що хворобливе марнославство, бажання за будь-яку ціну задовольнити свої потреби, одержати особисту вигоду або зберегти в таємниці негативну спрямованість інтересів люди з відхильною поведінкою ретельно маскують. При цьому пристосування постає і як риса особистості, і як характеристика групи з негативною спрямованістю.

По-друге, мода. Гіпертрофована мода на певні зачіски і різні підвіски, нашійні хрести тощо, тобто прихильність до різних знаків, які помітно відрізняються від повсякденних.

По-третє, розбіжність знання норм і цінностей і реальних учинків.

По-четверте, роздвоєння переконань.

Нині існує низка класифікацій особистостей з відхильною поведінкою. Кримінологи, наприклад, поділяють особистості правопорушників на чотири основні категорії, беручи за основу взаємодію особистісного і випадкового у мотивах їхніх протиправних учинків.

• Перша категорія – це люди, які зробили правопорушення випадково, усупереч загальній спрямованості особистості.

• Друга категорія об'єднує тих, для кого здійснення правопорушення стало реально можливим з урахуванням загальної нестійкості особистісної спрямованості.

• До третьої категорії належать люди, правопорушення яких випадкові з погляду приводу і ситуації, але впливають із загальної спрямованості особистості.

• До четвертої категорії зараховано тих, чиє правопорушення відповідає злочинній установці особистості та є результатом активного пошуку для створення приводу і відповідної ситуації (М.Г. Міньковський).

Цей підхід дає змогу розрізняти серед осіб з відхильною поведінкою злісних правопорушників і людей, які прийшли до відхильної поведінки випадково, тих, хто створює навколо себе психологічний клімат антигромадських установок і хто став жертвою своєї недосвідченості та збігу обставин.

Психологи на основі розкриття спрямованості особистості й особливостей її поведінки наводять іншу типологію. Наприклад, умовно виокремлюють чотири групи осіб з відхильною поведінкою.

Для першої групи характерний стійкий комплекс аморальних, примітивних потреб, прагнення до споживацького проведення часу, деформація цінностей і взаємин. Егоїзм, байдужість до переживань інших, нелагідність, відсутність авторитетів є типовими особливостями цих людей. Вони егоїстичні, цинічні, озлоблені, грубі, запальні, зухвалі.

Другу групу становлять особи з деформованими потребами. Їм притаманне більш-менш широке коло інтересів, а водночас – загострений індивідуалізм, бажання посісти привілейоване становище за рахунок утисту слабких. Для них характерна імпульсивність, швидка зміна настроїв, облудність, дратівливість. У цих людей перекручені уявлення про мужність, товариство. Їм приємно від чужого болю.

Для третьої групи осіб з відхильною поведінкою характерний конфлікт між деформованими й позитивними потребами, цінностями, взаєминами, поглядами. Їм властиві однобічність інтересів, пристосування, облудність. Ці люди не прагнуть досягнути успіхів, вони апатичні.

До четвертої групи зараховують особистостей, у яких слабо деформовані потреби, а водночас нема певних інтересів і досить обмежене коло спілкування. Вони безладні, недовірливі, підлещуються перед сильнішими. Для них типове боягузтво і мстивість.

Ця типологія чітко показує наявність в особистості з примітивною відхильною поведінкою низьких потреб, недостатньо розвинутої вольової регуляції, вузькості інтересів, підміни позитивних інтересів квазіінтересами, егоїзму, цинізму, ствердження свого «Я» за рахунок приниження гідності інших людей, жорстокості, байдужості, ворожості до нормального середовища.

Водночас для деяких осіб з відхильною поведінкою характерні межові стани, неврози, патологічні відхилення в характері, які не є хворобою. Психопатологічних рис особистість здебільшого набуває не в результаті обтяженої спадковості, а внаслідок несприятливих умов життя і виховання.

18.3. Депривація

Поняття депривації. Потрібно зазначити, що поняття «депривація» в науковій літературі трактують по-різному. Д. Хебб розкриває її як специфічний стан, пов'язаний з біологічно повноцінним, але психічно недостатнім середовищем. Й. Боулбі у своїй монографії «Материнська турбота та психічне здоров'я» підкреслював, що *депривація* – це ситуація, за якої суб'єкт страждає від недостатності емоційних зв'язків, що зумовлює низку порушень психічного здоров'я різних ступенів стійкості. Р. Шпіц та У. Голдфарб підкреслювали здебільшого важкі наслідки довготривалої повної депривації, її драматичний перебіг, стійкість і глибоке втручання в структуру особистості, що зумовлює схильність до правопорушень або навіть психозу.

Й. Лагмейєр, З. Матейчек зазначають: «Депривація – це психічний стан, коли суб'єкт не має змоги задовольняти деякі свої основні (життєві) психічні потреби достатньою мірою впродовж тривалого часу». Тобто йдеться про втрату чогось такого, що необхідно індивіду для задоволення певних важливих потреб. Це призводить до різних моральних і психологічних відхилень у поведінці та діяльності.

У науці проблема соціальної депривації залишається недостатньо вивченою.

ПСИХІЧНА ДЕПРИВАЦІЯ – це психічний стан, який виникає в результаті життєвих ситуацій, коли суб'єктові не надано можливості для задоволення деяких його основних (життєвих) психічних потреб упродовж тривалого часу. У психології існує кілька теорій психічної депривації. Під поняттям «психічна депривація» розуміють різні несприятливі впливи, які трапляються в життєвих ситуаціях.

Вияви психічної депривації можуть охоплювати широкий діапазон змін особистості – від легких, що зовсім не виходять за межі нормальної емоційної картини, до дуже грубих уражень розвитку інтелекту й характеру. Психічна депривація може виявляти певну картину невропатичних ознак, а іноді – виражені соматичні особливості.

Різні форми психічної депривації в житті трапляються одночасно. Ізолювано виявити їх можна лише експериментально.

Найчастіше виокремлюють такі форми психічної депривації:

- **депривація стимульна (сенсорна):** знижена кількість сенсорних стимулів або їхня обмежена мінливість;

- **депривація значень (когнітивна):** занадто мінлива хаотична структура зовнішнього світу без чіткого упорядкування і змісту, що не дає змоги розуміти, передбачати і регулювати інформацію, яка надходить ззовні (І. Лангмейєр, З. Майєчек);

• **депривація емоційного ставлення (емоційна):** недостатня можливість для встановлення інтимного емоційного ставлення до якої-небудь особи, або розвинення аналогічного емоційного зв'язку, якщо такий вже було створено;

• **депривація ідентичності (соціальна):** обмежена можливість для засвоєння самостійної соціальної ролі.

Вияв депривації, її види і наслідки. Депривація – це тимчасова або постійна, повна або часткова, штучна або зумовлена життєдіяльністю ізоляція людини від взаємодії її внутрішнього психічного із зовнішнім психічним. Депривація – це процес і результат.

За змістом, на наш погляд, депривацію можна поділити на:

- сенсорну;
- емоційну;
- психомоторну;
- духовну;
- соціальну;
- пізнавальну;
- психокультурну.

За тривалістю депривація буває:

• *короткотривалою* (робота подолаза кілька годин на дні моря, відпочинок на безлюдному острові, хвороба тощо);

• *затяжною* (наприклад, перебування космонавтів на навколоземній орбіті);

• *довготривалою* (відсутність фізичного навантаження упродовж років, зречення світського життя шляхом самоізоляції в монастирі, членство в культових організаціях (сектах) тощо).

Будь-яка депривація має різні рівні розвитку: високий, середній, низький.

Високий рівень депривації наявний, коли ізоляція людини досягла повної замкнутості, тобто цілковито відсутня взаємодія її внутрішнього психічного із зовнішнім психічним відповідного характеру; середній – коли взаємодія людини із зовнішнім психічним відповідного характеру здійснюється або рідко, час до часу та в малому обсязі; низький – коли взаємодія із зовнішнім психічним відповідного характеру здійснюється систематично, хоча й не в повному обсязі та не активно.

СЕНСОРНА ДЕПРИВАЦІЯ – це тривале, більш-менш повне позбавлення людини сенсорних вражень. В умовах сенсорної депривації актуалізується потреба у відчуттях та афективних переживаннях, що усвідомлюється у формі сенсорного й емоційного голоду. У відповідь на недостатність аферентації активізуються процеси уяви, певним чином впливаючи на образну пам'ять. Виникають яскраві уявлення ейдетичні, спроекційовані ззовні, які оцінюють як захисні реакції (компенсаторні).

У міру збільшення часу перебування в умовах сенсорної депривації на етапі нестійкої психічної діяльності з'являється емоційна лабільність зі зрушенням до зниженого настрою – загальмованість, депресія, апатія, які на короткий час змінюються ейфорією, дратівливістю. Наявні порушення пам'яті, прямо залежні від циклічності емоційних станів. Порушується ритм сну, розвиваються гіпнотичні стани з появою гіпнотичних уявлень; на відміну від станів передсонних, які бувають у звичайних умовах, вони затягуються на порівняно тривалий час, проєктуються ззовні й супроводжуються ілюзією мимовільності. Що жорсткіші умови сенсорної депривації, то швидше порушуються процеси мислення, що виявляється в неможливості на чомусь зосередитися, послідовно обмірковувати проблеми. Фіксують зниження функції екстраполяції й продуктивності під час виконання нескладних розумових дій.

У разі збільшення часу впливу депривації ейдетичні уявлення можуть вийти з-під контролю актуального «Я» й виявлятися у формі галюцинацій. У генезі цього процесу чітко простежуються асенізація нервової системи і розвиток гіпнотичних фаз у корі півкуль головного мозку.

Негативним чинником також є *духовна, емоційна і психомоторна депривація*. На наш погляд, вплив на психічне здоров'я людей у суспільстві чинить надмірна матеріалізація соціального життя, яка вимагає великої затрати часу, відмову від оволодіння духовними цінностями. Одні громадяни часто працюють у кількох місцях без перерви на відпочинок, по 10-14 годин, без вихідних, відпустки. Інші вимушені виїжджати на тривалий час на заробітки, у чужі країни. Треті обмежують себе лише матеріальним, не цікавлячись ні духовним, ні фізичним станом, ні станом душі. У багатьох людей відпочинок обмежується тривалим сидінням перед телевізором, застіллям тощо.

У всіх цих ситуаціях люди обмежують кількість і якість духовного, емоційного і фізичного навантаження, що призводить, на наш погляд, до духовної, емоційної та психомоторної депривації.

Відсутність позитивного духовного (духовна депривація) та емоційного (емоційна депривація) навантаження на психіку людини зумовлює поступове збільшення негативного психоенергетичного потенціалу, який сформувався внаслідок дії негативних емоцій (через конфлікти, поклоніння грошам, сварки, невдачі, розчарування, страху, неможливість швидкого збагачення, втрату близьких, несправедливість, негативізм, обман задля матеріального збагачення, відсутність перспективи, незадоволення своїм становищем у суспільстві тощо). Цей негативний психоенергетичний потенціал спричинює психічні розлади, нервові зриви, депресивні стани тощо, що знижує психічне здоров'я людини.

Недарма Л.О. Богданович акцентує увагу на тому, що психогігієна «означає збереження психічного здоров'я. Вона стосується не лише стану мозку, а й почуттів людини». На це звертав увагу ще римський лікар Гален, який писав про «гігієну пристрастей, або про моральну гігієну».

Негативний психологічний вплив також має відсутність необхідного організму фізичного навантаження. Загалом для підтримування психічного здоров'я людини необхідно, щоб вона постійно отримувала

збалансоване позитивне пізнавальне (розумове), духовне, емоційне і фізичне навантаження. Їхня диспропорція чи відсутність обов'язково негативно впливає на психічне здоров'я людини.

СОЦІАЛЬНА ДЕПРИВАЦІЯ – це відхилення від реальних соціальних норм у суспільстві та в різних соціальних спільнотах, які відображають певний ступінь ізоляції індивіда від соціального кола та соціального середовища.

Соціальний розвиток суб'єкта відбувається не лише через навчання окремих видів соціальної діяльності. Насправді суб'єкт є складовою частиною всієї соціальної системи. Він завжди поступово засвоює формулу всієї організованої соціальної системи з усіма її численними ролями (поведінкою, яка відповідає певним соціальним позиціям і статусам). Суб'єкт вчиться не лише тих ролей, які він сам поступово переймає і здійснює, а й тих, які стосуються інших осіб. Знання цих ролей суб'єкт засвоює шляхом безпосередньої участі в соціальних взаємодіях.

Тому, якщо в соціальній структурі суб'єкта нема якогось істотного елемента, який визначає чітку соціальну роль інших суб'єктів соціальної дійсності (наприклад, якщо в сім'ї нема батька або матері, брата чи сестри, або бракує спілкування з однолітками), то індивід не набуває досвіду взаємодії з ними. Депривацію можна в цьому разі розцінювати передусім як недолік незнання соціальних ролей. Наслідки такої депривації впливають на перебіг соціалізації: депривований суб'єкт погано підготовлений до відповідного виконання низки ролей, яких очікуватимуть від нього в суспільстві.

Соціальна депривація суттєво залежить від ступеня задоволення потреб людини. Точніше, вона виникає тоді, коли потреби задовольнити неможливо або їх задовольняють частково, однобічно тощо.

Тривалі спостереження вчених засвідчили, що люди з відхиленнями в поведінці зазнають серйозних труднощів у різних життєвих ситуаціях. Ці соціальні ситуації впливають на виникнення соціальної депривації. До таких життєвих ситуацій можна зарахувати: а) призупинення з різних причин уже створеного зв'язку між суб'єктом і його соціальним середовищем; б) недостатнє отримання соціальних, почуттєвих, сенсорних стимулів, коли суб'єкт розвивався і жив в умовах соціальної ізоляції.

Схожа ізоляція заторкує практично всі соціальні ситуації, наприклад: дитину віддають до дитячого садка; зміна персоналу; народження молодших членів сім'ї; перехід суб'єкта з одного закладу до іншого; розлучення батьків; смерть хоча б одного з батьків; призов на службу в армію; вплив на суб'єкта або його сім'ю економічних, соціокультурних та соціальних чинників (сім'ї з низьким економічним або культурним рівнем, асоціальні сім'ї, соціально дискриміновані сім'ї, сім'ї так званих привілейованих осіб, сім'ї переселенців, членство в сектах тощо), природні катастрофи, повені, землетруси, суспільні події, війна, державні катаклізми, евакуація, аномальні травмуючі позиції, на яких були дорослі під час розвитку і виховання дитини, перебування особистості в середовищі людей, які розмовляють іншою мовою, несприйняття групою особистості з якихось причин, тривале перебування

в камерах одинокого ув'язнення, фізичні вади (товстий, довгий, низький) тощо.

На розвиток соціальної депривації значною мірою впливає соціально-психологічний стан суспільства, рівень його розвитку та процес соціалізації конкретної особистості.

Соціальна депривація – це специфічні відхилення від реальних соціальних норм поведінки і спілкування, які утворилися на основі відсутності певних умов соціалізації та можливостей усебічно засвоювати соціокультурні суспільні цінності.

Дослідження свідчать про різний вплив соціальної депривації на поведінку й діяльність людини.

ПІЗНАВАЛЬНА ДЕПРИВАЦІЯ полягає в ізоляції (самоізоляції) людини від процесів розв'язання різних мисленнєвих завдань. Йдеться про «розумове навантаження», відсутність якого призводить до гальмування розумового розвитку або навіть його регресу. Розвивається розумова «лінь».

ПСИХОКУЛЬТУРНА ДЕПРИВАЦІЯ полягає в довготривалому відчуженні особистості від засвоєння суто людських культурних цінностей, насамперед творів мистецтва, літератури, фольклору, звичаїв, обрядів, традицій тощо.

Контрольні питання:

- Що розуміють під поняттям «соціалізація»?
- Які погляди вчених на соціалізацію особистості?
- Як відбувається процес соціалізації особистості?
- Які особливості соціалізації особистості?
- Розкрийте фактори соціалізації особистості.
- Які особливості соціалізації особистості в різні вікові періоди?
- Які інститути здійснюють соціалізацію особистості?
- Що таке депривація?
- Назвіть форми психічної депривації.
- Охарактеризуйте особливості сенсорної, емоційної та психомоторної депривації.
- Чим зумовлені пізнавальна, соціальна, психокультурна та духовна депривації?

Література:

- Абульханова-Славская К.А. Стратегия жизни. – М., 1991.
- Асмолов А.Г. Психология личности. – М.: Просвещение, 1990.
- Бернс Р. Развитие Я-концепции и воспитание. – М., 1986.
- Варій М.Й. Загальна психологія: Навч. посібник / Для студ. психол. і педагог. спеціальностей. – Львів: Край, 2005.
- Лангмейер И, Матейчек З. Психологическая депривация в детском возрасте. – Авиценум: Мед. изд-во Прага, 1984.
- Мартынюк Е.И. Рефлексия как способ саморегуляции и оптимизации деятельности // Деятельность: философский и психологический аспекты. – Симферополь, 1988. – С.28–30.

-
- Маслоу А. Самоактуализация личности и образования: пер. с англ. – Киев, Донецк: Ин-т психологии АПН Украины, 1994.
- Морсанова В.И. Индивидуальный стиль саморегуляции. – М.: Наука, 1998.
- Осницкий А.К. Саморегуляция деятельности школьника и формирование активной личности. – М., 1986.
- Психология XXI века: Учебник для вузов / Под ред. В.Н. Дружинина. – М.: ПЕР СЭ, 2003.
- Саморегуляция и прогнозирование социального поведения личности / Под ред. В.А. Ядова. – Л., 1979.
- Столин В.В. Самосознание личности. – М.: Изд-во МГУ, 1983.

Глава 19

СПІЛКУВАННЯ

19.1. Поняття спілкування та його види

СПІЛКУВАННЯ – це процес передавання й сприймання повідомлень за допомогою вербальних і невербальних засобів, що охоплює обмін інформацією між учасниками спілкування, її сприйняття й пізнання, а також їхній вплив один на одного і взаємодією щодо досягнення змін у діяльності.

Динаміку процесу спілкування можна подати в такий спосіб: а) передавач, відправник; б) одержувач, приймач, адресат; в) канал зв'язку; г) шум, сигнал; д) код, декодер.

До структури спілкування належать:

- комунікативно-інформаційний компонент, що означає приймання (реципієнт) і передавання (комунікатор, кореспондент) повідомлень і майбутній зворотний зв'язок, в основі якого – психологічний контакт;

- пізнавальний (перцептивний) компонент, що ґрунтується на процесі сприйняття й розуміння людьми один одного;

- інтерактивний (конативний) компонент, пов'язаний з процесом впливу, поведінкою.

Виокремлюють такі види спілкування:

- міжособистісне;
- між особистістю і групою;
- групове і міжгрупове;
- масове;
- довірливе і конфліктне;
- інтимне і криміногенне;
- ділове й особисте;
- пряме й опосередковане;
- терапевтичне і ненасильницьке.

Безумовно, спілкування можливе лише за допомогою знакових систем. Розрізняють вербальні засоби спілкування (усне і письмове мовлення) і невербальні (немовні) засоби спілкування.

Коли спілкуються за допомогою невербальних засобів, дуже важливими є жести рук, особливості ходи, голосу, а також вираз обличчя (міміка), очей (мікроміміка), поза, рух усього тіла загалом (пантоміміка), дистанція тощо. Причому вираз обличчя іноді краще, ніж слова, говорить про ставлення до співрозмовника. Відомі гримаси, які виражають відданість, доброзичливість, лестощі, презирство, страх, заздрість, ненависть тощо.

У міжособистісному спілкуванні звичайно застосовують письмове й усне мовлення.

Переваги письмового мовлення стають визначальними там, де необхідні точність і відповідальність за кожне слово. Щоб уміло

користуватися письмовим мовленням, потрібно збагачувати свій словниковий запас, вимогливо ставитися до стилю.

Невербальні засоби спілкування потрібні, зокрема, для того, щоб регулювати плин процесу спілкування, створювати психологічний контакт між партнерами; виявляти емоції, відображати оцінку ситуації. Як правило, вони не можуть самостійно передавати пряме значення слів, за винятком деяких жестів. Невербальні засоби точно скоординовані між собою і словесними текстами. Неузгодженість окремих невербальних засобів істотно ускладнює міжособистісне спілкування. Невербальні засоби спілкування, на відміну від мови, людина, яка говорить, а також та, яка слухає, усвідомлює не повною мірою. Ніхто не може всі свої невербальні засоби цілковито контролювати.

Невербальні засоби спілкування поділяють на три групи:

1. **Візуальні:**

- кінетика (рух рук, ніг, голови, тулуба);
- напрям погляду і візуальний контакт;
- вираз очей;
- вираз обличчя;
- поза (зокрема, локалізація, зміна поз щодо словесного тексту);
- шкірні реакції (почервоніння, піт);
- дистанція (відстань до співрозмовника, кут повороту до нього; особистий простір);
- допоміжні засоби спілкування, зокрема особливості статури (статеві, вікові) і засобів зміни зовнішності (одяг, косметика, окуляри, прикраси, татування, вуса, борода, сигарета та ін.).

2. **Акустичні** (звукові):

- пов'язані з мовою (інтонація, звук, тембр, тон, ритм, висота звуку, мовні паузи і їхня локалізація в тексті);
- не пов'язані з мовою (сміх, плач, кашель, подих, скрегіт зубів, «шморгання» носом тощо).

3. **Тактильні** (пов'язані з дотиком):

- фізичний вплив (вести сліпого за руку, контактний танець та ін.);
- такевіка (потиск руки, плескання по плечу).

У межах **комунікативного аспекту** спілкування психологічна взаємодія партнерів концентрується навколо проблеми контакту. Цю проблему не потрібно обмежувати вміннями і навичками комунікативної поведінки й використання засобів спілкування. Головне в успіху контактів – у сприйнятті партнерами один одного.

Психологічний контакт починається з конкретно-почуттєвого сприйняття зовнішнього вигляду партнерів за допомогою органів відчуттів. У цей момент домінують психічні відносини, пронизані емоційною реакцією один на одного як на психофізичну даність. Реакції прийняття-неприйняття виявляються в міміці, жестах, позі, погляді, інтонації, що свідчать про те, подобаємося ми один одному чи ні.

На стадії виникнення контакту значну роль відіграє **зовнішня привабливість людини**, завдяки якій вона здобуває особливий, вищий комунікативний потенціал. На цьому шляху їй необхідно продемонструвати інші, настільки ж вагомі для гідності своєї особистості властивості. Це можуть бути привабливі психологічні властивості (розум,

доброта, чуйність тощо), ділові якості, соціальний статус, який виявляється в різних формах невербальної і вербальної поведінки. У них виявляються всі грані людської привабливості, які визначають чарівність особистості.

Чарівність – це щось більше, ніж фізична привабливість. Людина може бути красивою, але холодною, нечарівною. Чарівність – в очах, які іскряться, у сьайливій усмішці, у м'яких жестах і лагідній інтонації, у гуморі й водночас – у виправданих очікуваннях партнера.

Зворотний зв'язок як процес взаємоспрямованих відповідних дій слугує підтриманню контакту. Однак його наявність не завжди засвідчує міцність і психологічну глибину спілкування. Зокрема, у реальному спілкуванні зворотний зв'язок є суто зовнішнім, демонстраційним. Партнер підтакує своєму співрозмовникові, не заглиблюючись у те, що йому говорять. Той, хто говорить, починає виявляти агресивність та інші порушення комунікативної поведінки. Психологічна спільність партнерів зміцнює їхні контакти й зумовлює розвиток взаємозв'язку.

У межах **інформаційного аспекту спілкування** розширюється коло психологічних проблем, пов'язаних з передаванням і сприйняттям повідомлень. Інформаційні потоки в каналах комунікації є живою силою людського спілкування й суспільного прогресу.

Інформація кодується в каналах зв'язку у вигляді знаків та їхніх комплексів (повідомлень, слів, жестів тощо), за якими закріплено цілком конкретні значення. Системи знаків утворюють природні й умовні мови, за допомогою яких відбувається процес спілкування. Знання мов розширює інформаційні можливості людини. Кількість мов може бути необмеженою залежно від практичних потреб і технічних можливостей.

За цілями повідомлення інформацію поділяють на **інформаційну, регуляторну й емоційну**. Якщо передають лише відомості про об'єкт, то інформація має інформаційне призначення. Якщо ж спілкування розраховане на спонукання партнера до дії, то інформація набуває регуляторного навантаження. Емоційну інформацію адресовано до почуттів і переживань реципієнтів.

Інформаційна неупередженість повідомлень потребує чіткої логіки, лаконічності, лексичної виваженості з погляду змістової ідентичності, якнайбільшої однозначності в розумінні повідомлення партнерами. **Спонукальний ефект** регуляторної інформації більшою мірою пов'язаний з мотиваційною зацікавленістю учасників спілкування в тому чи іншому повідомленні. Емоційності інформація набуває в основному завдяки експресивному аранжуванню повідомлення. У цьому велику роль відіграють виразні рухи й інтонація учасників спілкування.

В інформаційному аспекті спілкування з'являються два напрями психологічної взаємодії партнерів. Один з них пов'язаний зі сприйняттям і розумінням змісту повідомлення, інший – зі сприйняттям і розумінням особистості партнера. Ці процеси перебувають у складних взаєминах. Відомо, що з більшою довірою сприймають повідомлення, яке передає кореспондент з привабливим зовнішнім виглядом, близький за професійним і віковим статусом, ніж людина, яка ближча реципієнтові за соціально-психологічною ідентичністю.

Міжособистісний характер спілкування виводить партнерів на проблему взаєморозуміння, що активізує пізнавальні функції суб'єктів спілкування, і вони постають у ролі практичних психологів. Питання про те, хто мій співрозмовник, що він за людина, чого від нього можна чекати і багато інших, пов'язані з особистістю партнера. Вони стають головними психологічними загадками для учасників спілкування. Пізнавальний аспект спілкування охоплює не лише пізнання іншої людини, а й рефлексивно – самопізнання. Узагальнюючим ефектом цих процесів стають образи – уявлення про себе і про партнерів. Такі образи формуються через групову оцінку особистості й соціально-психологічну інтерпретацію особистості за її зовнішніми виявами.

Інша особливість цих образів у тому, що взаємопізнання спрямоване насамперед на розуміння тих властивостей партнера, які найбільш значущі для учасників спілкування на час їхньої взаємодії. Тому в образі уявлення про партнера не обов'язково виділяють домінуючу властивість його особистості.

Практичне призначення взаємних уявлень партнерів у тому, що розуміння психологічного вигляду особистості є відправною інформацією для визначення тактики своєї поведінки стосовно учасників взаємодії. Це означає, що еталони й стереотипи взаємопізнання виконують функцію регуляції спілкування людей. Позитивний чи негативний образ партнера закріплює ставлення певної спрямованості, усуваючи чи встановлюючи психологічні бар'єри між партнерами. У розбіжностях взаємного уявлення і самооцінки партнерів приховані психологічні конфлікти, пізнавальні за сутністю, що час до часу переростають у конфліктні стосунки між людьми, які взаємодіють.

У групах індивідуальні уявлення людей один про одного концентруються в групові оцінки особистості, які функціонують у процесах спілкування у вигляді громадської думки про людину.

Від безпосереднього образу партнера ми піднімаємося до знання про людину загалом і повертаємося до самооцінки. Роблячи ці кола взаємопізнання, ми уточнюємо знання про себе і про те місце, яке можемо посідати в суспільстві.

Інтерактивний, конативний (поведінковий) аспект спілкування, тобто спрямований на узгодження внутрішніх і зовнішніх протиріч у позиціях партнерів. Тут розкривається прагнення людини до тих чи інших цінностей, виявляються спонукальні сили, які регулюють поведінку партнерів у спільній діяльності. Універсальним механізмом регуляції поведінки людей є установка, яка великою мірою визначає стратегію життя, та пронизує всі рівні функціонування людини і її психіку. Установки всіх видів сягають коренями підсвідомості і тому їх досить важко узгоджувати раціональним способом. Партнери з різними установками не завжди розуміють один одного, погано співпрацюють, частіше йдуть на радикальний розрив. Позитивному розвитку спілкування сприяє сумісність установок партнерів.

Позиції партнерів узгоджуються й координуються за допомогою обміну думками, поглядами, почуттями. Цей процес підпорядкований цілям корегування планів спільної діяльності. Під час спілкування формуються цілі, мотиви й програми поведінки залучених до нього

індивідів, а також здійснюються взаємна стимуляція і взаємний контроль цієї поведінки.

Установки, потреби, інтереси, взаємини загалом, постаючи як мотиви, визначають перспективні напрями взаємодії партнерів, а тактика спілкування регулюється ще й взаємним розумінням особистісних особливостей людей, їхніми образами-уявленнями один про одного і про себе. При цьому регуляція взаємодії і стосунків здійснюється не одним, а групою образів. Крім образів-уявлень партнерів один про одного, до системи психологічних регуляторів спілкування входять образи-уявлення про себе – «Я-концепція», уявлення партнерів про враження один від одного, ідеальний образ суспільної ролі, яку вони виконують. Ці образи люди не завжди чітко усвідомлюють у процесах спілкування. Найчастіше вони постають як неусвідомлені враження.

Пізнавальні функції спілкування виявляються в межах проблеми «ставлення – поведінка», ефективне розв'язання якої передбачає узгодженість взаємодії партнерів. Велику роль у цьому відіграє атракція, емпатія.

Атракція як аспект спілкування пов'язана з емоціями, почуттями і настроєм в особистих контактах партнерів. Виявляються вони у виразних рухах суб'єктів спілкування, їхніх діях, учинках, поведінці. У них знаходять своє вираження взаємини, які стають своєрідним соціально-психологічним тлом взаємодії, визначаючи більший чи менший успіх спільної діяльності.

Взаємонамагання передбачає зіткнення партнерів у процесі узгодження позицій, як наслідок – у них виникають відносини згоди-незгоди один з одним. У разі згоди партнери долучаються до спільної діяльності. При цьому між ними відбувається розподіл ролей і функцій. Ці відносини особливим чином спрямовують вольові процеси суб'єктів взаємодії або на відступ, або на завоювання певних позицій.

У процесі спільної життєдіяльності відбувається постійне узгодження думок, почуттів, взаємин партнерів.

Взаємовплив реалізується у способах і прийомах впливу людей один на одного під час спілкування. За допомогою взаємовпливу партнери «обробляють» один одного, прагнучи до зміни і перетворення психічних станів, установок і, в кінцевому підсумку, поведінки й психологічних властивостей особистості.

У результаті взаємовпливу виникають відносини «підпорядкування-опір», «наслідування-ухиляння», «солідарність-протидія» та інші, основані на вольових якостях партнерів, визнанні чи запереченні їхнього авторитету, статусу і ролей. Впливовість особистості залежить від її місця в системі суспільних і групових відносин, від тих засобів, якими вона володіє в організаційній структурі спільної діяльності.

Одним з видів спілкування є *довірливе спілкування*, під час якого повідомляють особливо значущу інформацію. Довіра – суттєва ознака всіх видів спілкування, без неї не можна здійснювати переговори, вирішувати інтимні питання.

Варто розглянути *ділове спілкування*, актуальність якого останнім часом значно зросла у всіх сферах. Воно неоднорідне за своєю природою. Ділове спілкування у сфері економіки відрізняється від спілкування в

правоохоронній сфері і т. ін. Спілкуючись у сфері економіки, партнери мають знати, як вести телефонні розмови, ділові наради тощо. Телефонна розмова часто стає першим кроком до ділового партнерства. Телефонном проводять переговори, віддають розпорядження, висловлюють прохання. Недотримання правил ведення службових розмов негативно впливає на економічну вигоду, а також свідчить про серйозні проблеми у професійній підготовці фахівців. Недостатня підготовка до розмови, невміння виокремити в ній головне, лаконічно і грамотно висловити свої думки приводять до значних (до 20-30%) втрат робочого часу.

Відомо, що більшість плідних ідей виникає під час контакту думок. Саме тому поширеною є така колективна форма пошуку рішень, як нарада. Однак на їхнє проведення затрачають надто багато часу, і, крім того, це один із найбільш дорогих видів службової діяльності.

Проте нарада є основною й найпоширенішою формою групового розв'язання проблеми. Це пов'язано з такими аспектами: група має більші знання й досвід, ніж окремий індивід; вона успішніше уникає помилок і невдач у роботі; ті, хто має виконувати рішення групи, сприймають результати її роботи доброзичливіше, ніж рішення індивіда; якщо рішення групи впроваджуватимуть її члени, вони зроблять це ефективніше (існує «груповий ефект», завдяки якому результат роботи групи вищий за суму внесків індивідів).

Ефективність проведення нарад підвищується в разі дотримання певних правил. Кожного учасника наради потрібно поінформувати про необхідність висловитися, і йому треба надавати таку можливість. Для полегшення виступу й засвоєння слухачами матеріалу бажано використовувати малюнки, схеми, графіки. Однак погано підготовлений наочний матеріал буде тільки дратувати слухачів і заважати доповідачу. Для формування соціально-психологічної компетентності використовують спеціальні тренінги, зокрема сенситивний (тренінг міжособистісної чутливості) і тренінг ділового спілкування.

Одним з видів ділового спілкування є так зване *представницьке спілкування*. У реальному житті це взаємодія людей, які постають не як вільні особистості, а як представники тих чи інших держав, соціальних груп та інститутів. Особливість такого спілкування і встановлюваних з його допомогою відносин у тому, що воно здійснюється у вигляді переговорів. Це спілкування часто можна спостерігати в телевізійних трансляціях із залів засідань, репортажах про візити глав держав і в зустрічах ділових людей. У такому вигляді спілкування відносини симпатій-антипатій мають мінімальне значення порівняно з умінням людей представляти свою спільноту, вести переговори, організувати і планувати спільні дії.

Специфіка цієї форми спілкування виявляється у мовленні людей, у їхній поведінці, манерах спілкування. Вона спрямована на створення певних відносин, забезпечення прийняття спільних рішень, реалізацію взаємних дій в інтересах тих спільнот, позиції яких обстоюють представники, що беруть участь у такому спілкуванні.

19.2. Функції і труднощі спілкування

Функції спілкування різноманітні. Їх можна виявити під час порівняльного аналізу спілкування людини з різними партнерами, у різних умовах, залежно від засобів впливу на поведінку і психіку учасників спілкування, які використовують.

У системі взаємозв'язків людини з іншими людьми виокремлюють такі функції спілкування:

- інформаційно-комунікативна;
- регулятивно-комунікативна;
- афективно-комунікативна.

Інформаційно-комунікативна функція спілкування – це, за своїм змістом, передавання і приймання інформації як певного повідомлення. У ньому є дві складові: текст (зміст повідомлення) і ставлення до нього людини (комунікатора). Зміна частки й характеру цих складових, тобто тексту і ставлення до нього комунікатора, може істотно вплинути на особливості сприйняття повідомлення, на ступінь його розуміння і прийняття, а отже, відобразитися на процесі взаємодії між людьми. Інформаційно-комунікативна функція спілкування добре представлена у відомій моделі Г. Лассуедла, де як структурні одиниці виокремлюють такі ланки: а) комунікатор (той, хто передає повідомлення); б) зміст повідомлення (що передають); в) канал (як передають); г) реципієнт (кому передають). Ефективність передавання інформації можна визначати за ступенем розуміння переданого повідомлення, його прийняття (відкидання), враховуючи новизну й актуальність інформації для реципієнта.

Регулятивно-комунікативна функція спілкування спрямована на організацію взаємодії між людьми, а також на корекцію людиною своєї діяльності чи стану. Ця функція має співвідносити мотиви, потреби, наміри, цілі, завдання діяльності учасників взаємодії, корегувати перебіг виконання запланованих програм, регулювати діяльність. Спілкування при цьому може бути спрямоване на досягнення спрацьованості, згуртованості, встановлення вольової єдності дій людей, об'єднаних і в малі контактні групи, і у великі спільноти (наприклад, бригади, які спрацювалися на виробництві, військові підрозділи тощо).

Показником ефективності реалізації цієї функції спілкування є ступінь задоволеності спільною діяльністю й спілкуванням, з одного боку, і їхніми результатами – з іншого.

Афективно-комунікативна функція спілкування представляє процес привнесення зміни в стан людей, цей процес можливий і в разі спеціального (цілеспрямованого), і під час мимовільного впливу. У першому випадку свідомість та емоції змінюються під впливом зараження (процесу передавання емоційного стану від інших людей), навіювання чи переконання. Потреба людини в зміні свого стану виявляється в неї як бажання виговоритися, вилити душу тощо. Завдяки спілкуванню в людини змінюється загальний настрій, що відповідає інформаційній теорії систем. Саме спілкування може і підсилювати, і знижувати ступінь психологічного напруження.

У процесі спілкування діють механізми соціальної перцепції, люди краще пізнають один одного. Обмінюючись враженнями, вони ліпше починають розуміти себе, вчаться бачити свої чесноти й недоліки. Спілкування з реальним партнером, як зазначено вище, можна здійснювати за допомогою різноманітних засобів передавання інформації: мови, жестів, міміки, пантоміміки та ін. Люди відрізняються між собою умінням використовувати ці засоби. Нерідко в розмові слова мають менше значення, ніж інтонація, з якою їх вимовляють. Те саме можна сказати і про жести: часом один жест може цілком змінити зміст вимовлених слів.

Проблема організації ефективного спілкування передбачає вивчення правил спілкування, виокремлення орієнтованої основи останнього й побудову стратегій з використанням різних видів зворотного зв'язку в спілкуванні.

Труднощі спілкування можна розглянути з позицій різних галузей психології: загальної, вікової і педагогічної, соціальної, психології праці, юридичної і медичної, психології індивідуальних відмінностей.

Під час спілкування в його учасників наявні різні стани, у кожного виявляються ті чи інші психічні властивості особистості.

З позицій загальної психології ми можемо не тільки досліджувати типові для всіх нормальних людей феномени спілкування, закономірності й механізми його перебігу, а й виявляти труднощі спілкування, тобто ті характеристики психічних процесів, станів і властивостей особистості, які не відповідають критеріям психологічно оптимального спілкування.

Яке спілкування вважають психологічно оптимальним? На нашу думку, психологічно оптимальним є таке спілкування, у якому реалізуються цілі учасників спілкування відповідно до мотивів, які зумовлюють ці цілі, і за допомогою таких способів, що не спричиняють у партнерів відчуття незадоволення.

Психологічно оптимальним може бути також спілкування, у якому партнерам вдається зберегти бажану для кожного з них суб'єктивну дистанцію.

Оскільки спілкування – це взаємодія принаймні двох людей, то труднощі в його перебігу (йдеться про суб'єктивні) може породжувати один з учасників чи відразу обидва.

Психологічними причинами цього можуть бути: нереальні цілі, неадекватна оцінка партнера, його здібностей та інтересів, неправильні уявлення про власні можливості й нерозуміння характеру оцінки й ставлення партнера, вживання не придатних до цієї ситуації способів звертання до партнера.

Труднощі спілкування. Особливості розглянутих труднощів значною мірою залежать від змісту чи спрямованості мотивації; її вплив виявляється в порушенні будь-якої з функцій спілкування (перцептивної, комунікативної тощо). Існує також особливий вид труднощів, які полягають у неможливості реалізації значущих для особистості мотивів з людьми зі свого оточення. Цю категорію труднощів не всі усвідомлюють, тому що це вимагає досить розвинутої рефлексії, але її переживають, і виявляється вона у скаргах на відсутність розуміння з боку партнерів.

Деякі автори цілком обґрунтовано стверджують, що структуру міжособистісного спілкування потрібно розглядати з боку внутрішньої (спонукання до дії) і зовнішньої (засоби, способи) комунікації. У реальних актах спілкування ці грані взаємозалежні.

Як і будь-яка дія, комунікативний акт містить орієнтовану й інструментальну частини. *Орієнтована частина* передбачає аналіз ситуації спілкування, формування адекватного уявлення про партнера. Ефективність орієнтованої частини комунікативного акту визначає ефективність дії загалом. Одним із виявів неефективності цієї частини комунікації є суб'єктивне відчуття нерозуміння партнера, неможливість створити його цілісний образ і, отже, правильно організувати свої дії.

Інструментальну частину становить вміння адекватно висловлювати свої думки, обирати спосіб комунікації відповідно до особливостей партнера й атмосфери спілкування, а це, зокрема, має спиратися на розуміння партнера й ситуації загалом.

Нерозуміння є наслідком інструментальних труднощів партнера, тому позначається на формуванні ставлення до нього. Факти засвідчують, що людей, спілкування яких ускладнене на інструментальному рівні, сприймають негативно.

Труднощі в спілкуванні можуть виникати також через належність його учасників до різних вікових груп. Відмінність життєвого досвіду представників різних вікових груп щодо спілкування виявляється в неоднаковому рівні розвитку та вияві пізнавальних процесів під час контактів з іншою людиною, неоднаковому запасі й характері переживань, неоднаковому розмаїтті поведінкових форм. Усе це порізно співвідноситься з мотиваційною сферою, яка в кожній віковій групі має свою специфіку.

Аналізуючи труднощі, пов'язані з віком тих, хто спілкується, треба обов'язково враховувати психологічні характеристики кожної вікової групи і брати до уваги те, як вони виявляються в дитини, підлітка, юнака, дівчини, дорослих чоловіка і жінки, у літніх і старих. Особливу увагу потрібно звертати на залежність між типовим для кожного віку рівнем розвитку психічних процесів і властивостей особистості і такими специфічними для партнерів характеристиками, як їхня здатність до емпатії, децентрації, рефлексії, ідентифікації, до збагачення іншої людини за допомогою інтуїції.

З позицій педагогічної психології виокремлюють інші труднощі спілкування.

Труднощі педагогічного спілкування можна об'єднати в три основні групи: інформаційні, регуляційні, афективні.

Інформаційні труднощі виявляються у невмінні повідомити що-небудь, висловити свою думку, уточнити, додати, продовжити відповідь, завершити думку, зініціювати пропозицію, допомогти розпочати розмову, «задати тон», формулювати «вузькі» питання, що вимагають коротких, передбачуваних відповідей, і «широкі», проблемні, творчі питання.

Регуляційні труднощі пов'язані з невмінням стимулювати активність вихованців.

Труднощі реалізації афективних функцій виявляються в не вмінні схвалювати висловлювання учнів, погоджуватися з ними, підкреслювати правильність мовного оформлення, безпомилковість висловлювань, похвалити за гарну поведінку, активну роботу, висловити незгоду з окремою думкою, невдоволення з приводу помилки, негативно реагувати на порушення дисципліни.

Соціально-психологічні труднощі спілкування часто переживають керівники. Як ключові виокремлюють три групи труднощів спілкування в управлінському середовищі.

Першу групу становлять труднощі, пов'язані з **процесом входження особистості в групу**. Для них можуть бути характерні такі особистісні особливості керівників: неприйняття іншої людини, відсутність інтересу до неї, замкнутість, внутрішня скутість, нестриманість.

До другої групи входять труднощі спілкування, пов'язані з **розвитком відносин**, групових процесів, із групотворенням, збереженням групової єдності. Для керівників характерно: прагнення посісти у взаємодії позицію експерта, судді; негнучкість рольової поведінки; неприйняття допомоги з боку партнерів; прагнення допомагати партнеру без «запиту» з його боку: централізація на зміст власного «Я»; ставлення до іншої людини в межах «належного», а не реального; декларація псевдоспільності: партнерам приписують позиції, цілі на основі попереднього досвіду взаємодії, нормативних розпоряджень тощо, унаслідок чого поняття «Ми» використовують не як результат формування психологічної спільності, а декларативно, у чому виявляється відсутність ставлення до партнерів і загалом до групи як до реальних суб'єктів.

До третьої групи належать труднощі спілкування, пов'язані з відсутністю, **несформованістю засобів групової діяльності**: не вміння точно й зрозуміло висловити свої думки, труднощі в аргументуванні, не вміння вести обговорення, дискусію і т. ін.

Виявлено також специфічні психологічні труднощі спілкування, які нерідко виникають між формальним і неформальним лідерами групи; за цими труднощами – не завжди усвідомлювані почуття ревності і суперництва.

До труднощів, які мають соціально-психологічне походження, належать **бар'єри**, які виникають між партнерами. Вони пов'язані з різною соціальною й етнічною належністю, членством у ворожих угрупованнях чи в групах, які значно відрізняються своєю спрямованістю.

Один з видів труднощів – погане володіння специфічною мовою, характерною для спільноти, із представником якої доводиться вступати в контакт. Йдеться не про розмовну мову, а про мову професіоналів, які давно працюють разом, чи про мову, що склалася в певній спільноті, тощо.

Особливі види труднощів спілкування можна проаналізувати з позицій психології праці. Як відомо, у багатьох видах діяльності не обійтися без взаємодії людей. І щоб ці види діяльності були успішними, їхнім виконавцям необхідно по-справжньому співпрацювати. Для цього вони мають знати права й обов'язки один щодо одного, причому знання,

яке має один з учасників, не повинне надмірно відрізнятися від знань інших учасників діяльності.

Специфічна група труднощів спілкування виникає між людьми в ситуаціях, розгляд яких є компетенцією юридичної психології. Спілкування слідчого і підслідного, слідчого і свідка, слідчого й потерпілого, спілкування між учасниками судового процесу та особою, що перебуває в місцях позбавлення волі, між останнім і його охороною, між людьми, які відбули покарання і звільнені, їхнім новим соціальним оточенням – для всіх цих видів спілкування характерні свої психологічні труднощі.

Особливу увагу в юридичній психології приділяють дослідженню труднощів спілкування в процесі взаємодії неповнолітніх правопорушників. Як впливає з праць вітчизняних і закордонних авторів, існують дві основні форми вияву розладів у поведінці важких підлітків. *Перша* – соціалізована форма антигромадської поведінки. Для таких підлітків не характерні емоційні розлади під час контактів з людьми, зовні вони легко пристосовуються до будь-яких соціальних норм, комунікабельні, позитивно реагують на спілкування. Однак саме це дозволяє їм чинити злочини, спрямовані проти інших людей. Володіючи технікою спілкування, типовою для соціально нормальних людей, вони водночас не ставляться до іншої людини як до цінності.

Друга форма – недостатньо соціалізована. Такі підлітки перебувають у постійному конфлікті з навколишніми, вони агресивні щодо оточення, причому не лише до старших, а й до однолітків. Це виражається або в прямій агресії в процесі спілкування, або у відхиленні від спілкування. Для злочинів таких підлітків характерні жорстокість, садизм, жадоба.

Особливий інтерес становлять труднощі, представлені з погляду індивідуально-особистісних відмінностей.

Дослідження довели, що спілкування по-різному деформується особистісними особливостями його учасників. До цих особистісних особливостей належить, зокрема, егоцентризм. Через сильну центрованість на собі, своїй персоні, поглядах, думках, цілях, переживаннях індивід виявляється не здатним сприймати іншого суб'єкта, його думки й уявлення. Езопова спрямованість особистості виявляється і в емоційному, і в поведінковому аспектах.

В емоційному аспекті вона виявляється в спрямованості до своїх почуттів і нечутливістю до переживань інших людей. У поведінковому – у вигляді нескоординованості дій з партнером.

Виявлено два типи езопової спрямованості: *егоцентризм* як прагнення міркувати зі свого погляду і *еготизм* як тенденція говорити про себе.

Труднощі спілкування залежать також від пізнавальної складності особистості. Зокрема, доведено, що підвищення рівня пізнавальної складності особистості, розширення обсягу знань про психологічні особливості навколишніх загалом пов'язано з ростом ступеня комунікативної компетентності особистості, що виявляється у ставленні лідера й широті дружніх контактів, умінні зблизитися з приємними людьми й уникнути конфлікту з антипатичними і т. ін.

Встановлено, що в характерах людей, які відчувають труднощі у спілкуванні, є комплекс лабільних, сенситивних, астеноневротичних рис, що свідчать про властиву їм надмірну вразливість. Маючи потребу в дружньому спілкуванні, вони не можуть реалізувати її внаслідок своєї виняткової боязкості й сором'язливості.

Специфічні труднощі спілкування характерні для осіб з яскраво виявленою *тривожністю*. Тривожність, що виникла внаслідок «нецілісності», «безособистісності», «слабкості» «Я» чи деієрархізації мотиваційної системи індивіда, може призводити до послаблення «внутрішнього контуру» контролю комунікативної активності. «Не знаходячи себе в собі», тривожний намагається «знайти себе зовні», зокрема в оцінках і думках навколишніх про нього, стаючи до них більш чутливим, а іноді й ініціюючи їхній вияв.

При цьому спілкування такої людини може виявитися насиченим, суперечливим, вираженим формами і характеристиками її активності, загалом таким, що «транслює тривожність на співрозмовника», «розмитим» зовнішніми виявами поведінки тривожного, а в кінцевому підсумку перешкоджає спілкуванню з ним. Це, зокрема:

- ініціювання тривожних оцінок і схвалення навколишніх за допомогою підкреслення своєї «провини» (у жартівливо-іронічній формі), «чеснот» на фоні невпевненості у собі;

- зухвалість, яка підкреслена штучністю зовнішньої вираженої поведінки, що має демонструвати впевненість у собі, але, власне кажучи, містить приховану потребу в позитивній оцінці її з боку навколишніх; таку поведінку нерідко сприймають як претензійність, амбіційність;

- зниження інтересу до спілкування, якщо воно не містить оцінок активності людини чи не дає їй змоги ініціювати такі оцінки в навколишніх, до яких вона може виявляти увагу; це набуває іноді грубих форм лестоців.

Ще один вид труднощів спілкування пов'язаний із сором'язливістю – особистісною властивістю, що виникає у певних ситуаціях міжособистісного неформального спілкування і виявляється в нервово-психічній напрузі й психологічному дискомфорті.

Сором'язливі люди за своїми особистісними й комунікативними властивостями не є однорідною групою. Серед них виокремлюють неадаптованих (особливо сором'язливі й шизоїдні особистості) і адаптованих (сором'язливі).

До властивостей, що зумовлюють труднощі спілкування, належать, крім сором'язливості, відчуженість, самотність, надмірна сенситивність, істероїдність, невротизація. Невротичних людей та особистостей з низькою саморегуляцією об'єднують у групу найбільш неуспішних і погано адаптованих.

З особливою формою труднощів у спілкуванні з навколишніми стикаються особи, які страждають логоневрозами. Дослідження показали, що в кожного з них свій комплекс неповноцінності, що, починаючи з глибокої нереалізованості домагань у сфері комунікацій, деформує ставлення особистості логоневротика до інших аспектів його буття.

Після розгляду труднощів спілкування природно виникає запитання про шляхи їхнього запобігання й засоби корекції.

Головною проблемою в цьому є створення продуманої системи формування й розвитку гуманістичного за своїми характеристиками комунікативного ядра в особистості на всіх рівнях її онтогенезу. А це передбачає постійну увагу до розвитку в індивіда здібностей до пізнання іншої людини й самопізнання, ставлення до іншого як до вищої цінності й уміння творчо організувати безпосереднє спілкування з ним.

Корекційну роботу, спрямовану на оптимізацію спілкування, варто здійснювати, враховуючи вік, вид праці, стать, індивідуальні особливості й специфіку соціалізації. У шкільному віці буває досить навчитися уважно вислуховувати товариша чи дорослого, адекватно розуміти переживання й мотиви вчинків людей, стежачи за їхньою невербальною поведінкою. У взаєминах дорослих необхідно використовувати прийоми зміни базових спеціальних установок їхньої особистості чи ціннісних орієнтації.

Фахівці систематизували окремі техніки соціально-психологічного тренінгу. У поведінковому тренінгу є сенс використовувати рольову гру, у психокорекційному – в основному групову дискусію. Рольова гра може сприяти:

- пошуку ефективних форм взаємодії в межах кооперації, демонстрації недоліків, стереотипів поведінки;
- закріпленню моделі поведінки, яка веде до успіху, мета якої – налагодження психологічно нормальних контактів з іншими людьми;
- засвоєнню змісту проблеми і протиріччя міжособистісних і внутрішньоособистісних відносин певної людини (психо- і соціодрама). Тобто вона може бути засобом дезінтеграції, інтеграції, а також доповненням до інших методів.

Цілі групової дискусії:

- екстеріоризувати зміст проблеми і протиріч особистісних відносин певної особи;
- здійснювати пошук ефективних форм взаємодії у межах кооперації;
- подавати зворотний зв'язок щодо поведінки в рольовій грі.

Тобто групові дискусії також може бути засобом дезінтеграції, інтеграції і входити як доповнення до інших методів.

Психологічні прийоми *інноваційних ігор* позитивно впливають на учасників корекційних груп. У цьому виді психокорекційної роботи з людьми потрібно враховувати вік, стать, професію й інші риси учасників тренінгових груп. Наприклад, навчання педагогів елементів і прийомів акторської майстерності пришвидшує їхній особистісний ріст, дає їм змогу усвідомити комунікативні властивості своєї особистості й грамотно використовувати їх у спілкуванні з учнями, гармонізує їхні стосунки з навколишніми загалом.

Нині широко практикують різні форми соціально-психологічного тренінгу, мета яких – навчити психологічно грамотного спілкування батьків, керівників різних рангів, акторів, спортсменів, осіб, які страждають різними формами неврозів і мають труднощі у спілкуванні.

Одним з основних напрямів роботи з усунення психологічних труднощів у спілкуванні є індивідуальне психологічне консультування, довірливе діалогічне спілкування з людьми, у яких не налагоджуються

взаємини із суб'єктивно значущими для них особами, що входять до їхнього оточення.

Контрольні питання:

- Що розуміють під спілкуванням?
- За якою логікою відбувається динаміка спілкування?
- Що входить до структури спілкування?
- Які є види спілкування? Охарактеризуйте їх.
- У чому відмінність вербального і невербального спілкування? Охарактеризуйте їх.
- Розкрийте комунікативний аспект спілкування.
- Розкрийте пізнавальний (перцептивний) аспект спілкування.
- Розкрийте інтерактивний (конативний) аспект спілкування.
- Як інформацію поділяють за цілями?
- Розкрийте функції спілкування.
- У чому виявляються труднощі спілкування?
- Які основні шляхи і засоби запобігання й корекції труднощів спілкування?

Література:

- Агеев В.С. Межгрупповое взаимодействие: социально-психологические проблемы. – М., 1990.
- Бодалев А.А. Восприятие и понимание человека человеком. – М., 1982.
- Бодалев А.А. Психология межличностного общения. – Рязань, 1994.
- Гришина Н.В. Давайте договоримся. – СПб., 1993.
- Знаков В.В. Методический анализ одного направления исследований межличностного познания // Психологический журнал. – 1984. – № 2.
- Лебедева М.М. Вам предстоят переговоры. – М., 1993.
- Мокнаков С.И., Хрящева Н.Ю., Сидоренко Е.В. Психогимнастика в тренинге. – СПб., 1993.
- Орбан-Лембрик Л.Е. Соціальна психологія: Посібник. – К.: Академ. видав., 2003.

Глава 20

ОСНОВИ СОЦІАЛЬНОЇ ПСИХОЛОГІЇ ГРУП

20.1. Поняття соціальних груп, їхня класифікація

СОЦІАЛЬНА ГРУПА – це певна сукупність людей, об'єднаних за умовними або реальними ознаками в одне ціле.

За характером взаємозв'язків групи можна поділити на умовні та реальні. Умовні групи об'єднуються за певною ознакою (стать, вік, рівень освіти, вид діяльності та ін.), до них входять люди, які реально між собою не взаємодіють. Реальна група – це обмежена обсягом спільнота людей, між якими існують реальні стосунки взаємодії і спілкування.

Усі групи суспільства з практичного погляду доцільно поділити на *гіпергрупи*, *супергрупи*, *декагрупи*, *великі*, *середні*, *метагрупи*, *малі* й *мікрогрупи* (у вітчизняній психології всі соціальні групи поділяють на великі й малі).

Гіпергрупи – це населення всієї планети, Європи, Азії, Південної Америки тощо як соціальні групи.

Супергрупи – населення великих за чисельністю держав – Китаю, Індії, США, Росії та ін., а також великих міжнародних організацій, блоків (наприклад, НАТО) тощо.

Декагрупи – це соціальні групи, які відображають цілі суспільства (наприклад, України, Польщі, Франції тощо) або спільнот окремих республік у складі держави (Росія) чи штатів (США).

Великі групи – це такі спільноти людей, які виокремлюють за певними соціальними ознаками (клас, нація, прошарок, пенсіонери тощо), або реальні, чималі за обсягом та складноорганізовані спільноти людей, об'єднані спільною діяльністю (велика конфесія в конкретному суспільстві, політична партія тощо). Великі групи – це класи, соціальні прошарки, етнічні, професійні, вікові групи (нації, молодь, робітники та ін.), а також партії, суспільні рухи, спільноти великих організацій тощо. Великі соціальні групи мають свою неповторну соціальну психіку, яка регулює їхню життєдіяльність. До неї належать звичаї, обряди, традиції, специфічні форми і мова спілкування, контакти, потреби, інтереси, цінності та ін.

Метагрупи – це підприємства, невеликі громадські організації, військові частини тощо.

Середні групи – це порівняно великі громадські організації та навчальні заклади, територіальні спільноти (жителі одного міста, району, села, селища). Середні групи, у свою чергу, поділяють на ті, що виникли випадково, стихійно та існують незначний проміжок часу (натовп, аудиторія).

Існують також різноманітні **малі групи**, тобто невеликі спільноти людей, між членами яких є безпосередні контакти, а також ієрархічна

структура відносин (лідерства, авторитетності, симпатії, антипатії) і підпорядкування. Отож, під малими групами розуміють порівняно стійкі, нечисленні за складом, пов'язані спільною метою об'єднання людей, у яких здійснюється безпосередній контакт між їхніми членами. Приклади таких груп – шкільний клас, студентська навчальна група, військові підрозділи (взвод, рота) та ін.

Кожна мала група має певну структуру, що складається під впливом зовнішнього середовища, внутрішньогрупових міжособистісних відносин. Психологи розрізняють також формальні і неформальні малі групи. Перші мають задану ззовні структуру, другі створюють її самі. Формальна група функціонує відповідно до заздалегідь установлених офіційних цілей, завдань, інструкцій, статутів. Неформальна формується на основі особистих симпатій і антипатій. Характерно, що у формальній групі також мають місце неформальні відносини між її членами, тому успіх її діяльності значною мірою залежить від того, наскільки збігаються її формальна й неформальна структури.

МІКРОГРУПИ – це групи обсягом 2 – 4 особи (деякі сім'ї, екіпаж космічного корабля, друзі, злочинна група, група за інтересами тощо).

Оскільки у вітчизняній психології всі групи поділяють на великі й малі (до цієї категорії належать також мікрогрупи), розглянемо соціально-психологічні особливості цих груп.

Одна людина входить одночасно до кількох груп. Ту групу, якій вона надає перевагу, у якій комунікативні контакти забарвлені здебільшого позитивними емоціями та існують на формальній чи неформальній основі, називають первинною соціальною групою. Усі інші є вторинними. Емпіричний досвід показує, що склад такого об'єднання не перевищує 2 – 7 осіб.

За суспільним статусом групи поділяють на **формальні** (офіційні) та **неформальні** (неофіційні) групи. Формальні групи створюють на підставі наказу, розпорядження, штатного розпису та ін. Наприклад, особовий склад військового підрозділу формують наказом командира військової частини. Отож, формальні групи мають зовні задані соціально значущі цілі діяльності. Для них характерні юридично зафіксований статус, нормативно визначені структура (керівництва та підлеглих), права та обов'язки її членів.

Неформальна група утворюється на основі емоційної привабливості (симпатії, дружби), спільних інтересів і захоплень. Вона не має юридичного статусу, взаємини в ній законодавчо не врегульовано. Неформальні групи можуть формуватися і в межах формальних груп, і поза ними.

За значущістю для особистості можна виокремити **референтні групи** й **групи належності**. **Референтна група** – це спільнота, до якої зараховує себе особистість, і на норми та цінності якої орієнтується у своїй поведінці. Ця група виконує дві функції – нормативну й порівняльну. Нормативна функція виявляється в тому, що така група є джерелом норм поведінки, соціальних установок і ціннісних орієнтацій людини. Порівняльна функція – у тому, що референтна група стає еталоном, щодо якого індивід оцінює себе та інших.

Група належності – це така група, до якої людина реально належить.

За характером діяльності виокремлюють групи з індивідуально-груповою та взаємопов'язаною груповою діяльністю.

За рівнем розвитку розрізняють дифузні групи, асоціації, корпорації, колективи.

За ставленням до загальних соціальних вимог, норм і цілей розрізняють просоціально та асоціально орієнтовані групи.

20.2. Великі соціальні групи

Великі групи – це спільноти людей, які існують у масштабах суспільства та розвиваються за соціально-психологічними закономірностями виявів масової психіки і, на відміну від малих груп, не вимагають обов'язкових особистих контактів. У великих групах, як правило, формуються загальноприйнятні норми поведінки, культурні цінності і традиції, спільна думка і масові рухи. До великих груп належать класи, соціальні прошарки, етноси (нації і народності), конфесії, іноді великі партії та громадські організації, вікові й професійні групи тощо.

Традиційно як провідну ознаку великих соціальних груп розглядають їхні потреби й інтереси. У цьому разі потреби й інтереси постають не як індивідуальні, а як групові психологічні й соціально-психологічні явища.

Ступінь задоволення потреб великих соціальних груп виявляється в коефіцієнті їхньої життєстійкості. Цей коефіцієнт визначають, враховуючи такі показники: середня тривалість життя, дитяча смертність, поширення генетичних каліцтв, якість продуктів, концентрація підприємств важкої промисловості на одиницю території, відсоток бюджетних витрат на соціальні й економічні програми та ін. Коефіцієнт життєстійкості великих соціальних груп визначають за шестибальною шкалою.

Для представлення інтересів класів, груп суспільства створюють партії. Вони виникають у чітко структурованому суспільстві, штучно їх створити не можна.

Причини об'єднання людей у партії пов'язані з психологією потягу до влади. Не випадково під партією розуміють будь-яку політичну групу, яка бере участь у виборах і спроможна через вибори привести своїх кандидатів до влади.

До великих соціальних груп належать також масові рухи. Варто зазначити, що масові рухи – це об'єднання людей, як правило, неміцні й нестійкі, членів яких еднає тільки присутність в одному місці в один час. Взаємодія між ними має характер взаємного посилення емоцій. Соціально-психологічні ознаки масових рухів такі: а) відсутність організованості; б) слабка взаємодія між членами; в) анонімність.

Люди об'єднуються для захисту навколишнього середовища. Є рухи за цивільні, споживчі та інші права. Існують політичні, релігійні і расові рухи.

Рухи поділяють на «реформаторські» та «революційні». Серед них розрізняють:

• національно-культурні рухи. Їхня мета – вивчення й популяризація традицій минулого, відродження, збереження і розвиток відповідних культур, ремесел, соціально-етнічної самобутності;

• професійні рухи, наприклад, асоціація «Анти-СНІД». Створюють їх, як правило, щоб об'єднати зусилля фахівців певної галузі, зокрема для поширення й розвитку конкретного напрямку діяльності. До рухів такого типу близькі асоціації людей, що з певної причини опинилися у важкому становищі й об'єдналися для взаємодопомоги;

• культурно-виховні рухи, зокрема – «Світ через родину»;

• так звані фонди. Іноді їх створено за професійною ознакою, іноді – за ознакою благодійної організації;

• комітети підтримки, які належать до спільнот короткотривалої, оперативної дії.

Психологія великих соціальних груп формується й виявляється у процесі соціальних відносин і масового спілкування. Саме в процесі взаємодії виникають і реалізуються інтереси, групова думка, чутки, традиції й інші масові соціально-психологічні явища.

Інтереси соціальних груп – це таке соціально-психологічне явище, що відіграє вирішальну роль в інституціоналізації суспільства.

Кожен соціальний інститут відповідає інтересам конкретної соціальної групи і слугує задоволенню її потреб. Саме цим визначаються відносини між соціальними групами. Інтереси одних соціальних груп аж ніяк не завжди узгоджуються з інтересами інших.

Групова думка (як форма громадянської думки) виконує такі функції: експресивну, контрольну, директивну. Як засвідчує досвід багатьох країн, важливою формою врахування громадської думки, демократичним засобом виявлення позицій більшості населення з актуальних проблем життя суспільства є референдум. Інші канали відображення громадської думки такі: опитування населення, засоби масової інформації, збори, маніфестації, всенародне обговорення.

Групова думка – це привселюдно висловлене й поширене судження, що містить оцінку й ставлення до певної події, яка становить інтерес для спільноти.

Групова думка виявляється в низці функцій:

- регулює і вказує норми поведінки;
- виражає оцінки подій і фактів;
- спонукає до певних вчинків і дій.

Форми вияву групової думки: а) оцінка, скарги; б) поради, побажання, схвалення; в) невдоволення, осуд, несхвалення, незгода, протест. При цьому розрізняють обґрунтовані і необґрунтовані оцінки, скарги, незгоди тощо.

Релігійні спільноти. Є чотири основні типи релігійних організацій: церква, секта, деномінація віровчення і культ. *Церква* – релігійна організація, яка має тісні контакти з широкими прошарками суспільства і яка діє всередині нього. *Секта* – організація, що відкидає цінності іншого суспільства, тобто невелика група представників церкви відокремлюється і створює нову релігію. *Деномінація* – проміжна ланка між церквою та сектою. *Культ* – крайня форма секти.

Попри свою специфіку, релігійні групи мають загальні риси. До таких загальних характеристик можна зарахувати групові інтереси, потреби, норми, цінності, думки, цілі.

У релігійних групах віруючим прищеплюють певну систему ціннісних орієнтацій, які випливають з віри.

У релігійній вірі велику роль відіграє уява, яка виявляється в яскравих релігійних образах, уявленнях, які виникають на основі релігійних міфів, культових художніх зображень. На базі цього релігійно-художнього матеріалу формуються релігійні уявлення.

Розглянемо деякі особливості натовпу. Неорганізований натовп й організована демонстрація можуть складатися з тих самих людей, але поведінка їхня буде різною, оскільки сутність цих спільнот неоднакова.

Зі соціально-психологічного погляду натовп – це контактна, неорганізована спільнота, для якої характерний високий ступінь конформізму індивідів, які діють емоційно й порівняно одноставно. Натовп чинить сильний психологічний тиск на індивідів. У натовпі, в умовах анонімності, розчиняється індивідуальна відповідальність її членів.

Виокремлюють такі соціально-психологічні особливості *НАТОВПУ*:

- підвищення групової сугестивності й зниження ефективності дії механізмів контрнав'ювання;

- підвищення емоційності сприйняття дійсності;

- придушення почуття відповідальності за власні вчинки;

- поява відчуття сили й усвідомлення анонімності.

Масове спілкування, маючи властивість психологічного впливу, здійснює вплив на поведінку й діяльність учасників натовпу. Основним засобом психологічного впливу, який чинять учасники натовпу, є слово, причому в основному експресивна, емоційна лексика: крик, свист, заклики тощо. Нав'ювання є одним з основних способів психологічного впливу особистості чи групи на інших учасників за допомогою передавання різних за змістом повідомлень (домовленостей, погроз, чуток, шантажу). Нав'ювання завжди вербальне. Воно – свідомо діяльність з боку суб'єктів впливу.

20.3. Малі соціальні групи

МАЛА ГРУПА – це контактна спільнота, яка взаємодіє на основі смислу спільності, має певний ступінь згуртованості, організованості й соціальної зрілості й володіє неповторною соціальною психікою.

Малі соціальні групи, фактично, є цеглинами, з яких вибудовується наше суспільство.

Цікавою й досить обґрунтованою є стратометрична концепція колективу А.В.Петровського. Основна ідея «теорії опосередкування діяльності» полягає в інтерпретації усіх феноменів внутрішньогрупових і внутрішньокolleктивних процесів, взаємодій і взаємин на основі їхньої залежності від цілей, цінностей і змісту групової діяльності. Опосередкування діяльністю, за А.В.Петровським, є колективно-утворювальним чинником, а ціннісно-орієнтаційна єдність виявляє групову згуртованість на основі однакових для них цінностей.

На нашу думку, мала соціальна група утворюється на основі смислу спільності. Саме смисл спільності – той інтеріоризаційний елемент, що є в основі формування групи як цілісного, певною мірою згуртованого й організованого, а також своєрідного соціуму. Він забезпечує утворення соціально-психологічної структури групи, а потім (у разі наявності відповідних умов) – і колективу.

Отже, смисл спільності – це утворення в соціальній психіці малої групи (колективу), яке поєднує єдині стійкі цілі життєдіяльності, що розміщені в соціальному просторі й часі, та спонукає до відповідної ідентифікованої соціальної траєкторії.

Смисл спільності (СС) – це те, що поєднує людей, сприяє їхньому згуртуванню та спрямуванню в соціальному просторі. Він закріплює групові особливості, відокремлює одну групу від іншої, виражає і стверджує специфічні групові потреби, інтереси, норми, ціннісні орієнтації, стиль взаємодії і спілкування, є засобом внутрішньогрупового згуртування, виражає внутрішньогрупову солідарність, взаємозалежність, взаємопорозуміння і взаємовідповідальність, які спрямовані проти центробіжних тенденцій, що спричинюють руйнування людської спільноти. Кожна людина стає точкою перетину соціально-психологічних смислових ліній, перетворювачем смислів. Водночас вона ними пов'язана зі всіма членами групи (чи колективу).

Ідентифікована соціальна траєкторія (ІСТ) виражає спрямованість групи в соціальному просторі й часі, що зумовлено сукупністю найбільш значущих, важливих цілей і цінностей та інтересів, з якими ідентифікує себе кожен член групи та група загалом.

Наявність спільних стійких цілей (саме повної сукупності, а не однієї) життєдіяльності групи (колективу), які розміщені в соціальному просторі й часі, говорить про певну «траєкторію» спрямованості цієї людської спільноти. У цій «траєкторії» розміщено спільні стійкі цілі життєдіяльності, але розміщено їх не на одній прямій, тобто не послідовно і взаємозалежно, а в різних точках соціального простору й часу. При цьому всі такі цілі є стійкими, значущими та вагомими. Їхнє розташування в соціальному просторі говорить про перебування на різних рівнях та в різних сферах (соціальних підсистемах) життєдіяльності. Наприклад, у сфері політики, культури, соціальних відносин, матеріальній, духовній, соціальній, навчальній та ін. Щодо розміщення в часі, то йдеться про близькі, віддалені та далекі постійні цілі.

В основі групової спрямованості на такі цілі є групові потреби та мотиви.

Групова потреба – це стан самої групи, який виражає її залежність від об'єктивного змісту умов життєдіяльності. Групові потреби – це стан відчуття нестачі того, що передусім необхідно для реалізації СС, це напруження в соціальній психіці групи, яке виливається в активність для одержання того, що необхідно для нормального функціонування колективу та реалізації СС.

Груповий мотив – це смислоутворювальний мотив, пов'язаний із СС. Саме ці мотиви спонукають групову діяльність до реалізації СС. В ієрархічній позиції смислоутворювальних мотивів, їхній міцності й

стійкості інтегрально відображено те, що для групи є найважливішим, найсуттєвішим, найбільш значущим.

Мала група проходить певні стадії свого розвитку від найнижчого до найвищого рівня, перетворюється на колектив. В основі її розвитку – соціальна психіка (СП).

Мала соціальна група може перебувати на таких рівнях розвитку:

- початковому (дифузна група);
- низькому (асоціація);
- середньому (кооперація);
- високому (колектив).

Визначальний СС, як найбільш соціально цінне, значуще і важливе у бутті, відображається в соціальній психіці у вигляді мотиваційних установок, що є рушійною силою поведінки й діяльності. Процес формування колективу та його подальший розвиток є не що інше, як розвиток СП, на основі яких він утворився.

КОЛЕКТИВ – це організована, згуртована, взаємодіюча, соціально зріла група людей, яка утворилася на основі дії визначального смислу спільності та має своєрідну, неповторну соціальну психіку.

Зі сприйняттям певних смислів спільності, як найважливіших, визначальних для всіх членів групи, починається її трансформація в колектив. На цій основі виникає і зміцнюється спільність змісту та форм діяльності групи, а також виникають певні соціально-психологічні явища, спрямовані на внутрішню групову інтеріоризацію та інтеграцію, на зміцнення спільності та розвиток групової свідомості й соціальної психіки. СС значно підсилює фасилітацію кожного члена групи, при цьому групова енергія зростає.

Рівень розвитку групи прямопропорційно залежить від ступеня розвитку визначального смислу спільності, який зумовлює формування соціально-психологічної єдності цієї людської спільноти, яку можна представити (для ширшого наукового розкриття та практики) через соціальну, духовно-перцептивну, емоційну та вольову єдність.

СОЦІАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНА ЄДНІСТЬ ГРУПИ відображає внутрішню і зовнішню силу тяжіння її членів один до одного, до групи як до окремого, «рідного» їм соціуму. В основі цієї сили – соціальна, духовно-перцептивна, емоційна та вольова єдність, яка, у свою чергу, залежить від рівня розвитку СС.

Соціально-психологічну єдність групи – соціальну, духовно-перцептивну, емоційну й вольову його складові – можна виразити через сукупність відносно самостійних статико-динамічних елементів (основних соціально-психологічних явищ), що передусім сприяє практичному розв'язанню її багатьох проблем. Кожне соціально-психологічне явище, яке відбувається у групі, по-перше, генерує певний енергетично-психологічний потенціал (різної полярності); по-друге, впливає тим чи іншим чином на всі інші соціально-психологічні явища; по-третє, «відчуває» на собі вплив соціальної психіки групи й змінюється під цим впливом.

Саме на основі СП формується соціально-психологічна єдність групи – «МИ–СУТНІСТЬ». У ній закріплюються групові інтереси й ціннісні орієнтації, взаємовідповідальність, взаємодопомога, солідарність, взаємозалежність, почуття дружби, поваги, довіра тощо.

СОЦІАЛЬНА ЄДНІСТЬ – це усвідомлення членами групи себе як єдиного цілого, як певного, відмінного від інших, соціуму на основі смислу спільності; для неї характерний свій стиль діяльності та взаємодії (взаємин і спілкування).

Соціальна єдність дає змогу кожному члену усвідомити себе в складі групи, ідентифікувати себе з нею та сприймати групу як специфічний, свій соціум, який відрізняється від усіх інших. Саме завдяки їй створюються умови для вироблення єдиних підходів до розв'язання різних групових проблем, у тому числі й реалізації смислів спільності, поглядів на навколишній світ і відповідну оцінку подій у світі, державі, групі.

Особливе місце в соціальній єдності посідає групова думка. У ній також відображено ступінь усвідомлення групами, членами колективу свого місця, ролі і значення в процесі військової діяльності в мирний і воєнний час.

ДУХОВНО-ПЕРЦЕПТИВНА ЄДНІСТЬ ГРУПИ – це сила нематеріального, несоціального, неполітичного походження, яка забезпечує потяг членів групи один до одного через самоусвідомлення залученості до світу, до буття в ньому, до народу і нації, до групи, до віри, до чогось значущого і важливого, без чого людське життя не може бути людським, а група – цілісним соціумом.

Духовно-перцептивна єдність (ДПЄ) групи є певною духовною цілісністю людської спільноти. Вона полягає в однотипних способах духовно-практичного засвоєння світу, свого сенсу буття в ньому.

Важливий компонент ДПЄ – світогляд, який є не тільки відтворенням світу загалом, а світовідчуттям, світосприйняттям, світорозумінням, які є рушійною силою в соціальному бутті.

Маючи однотипний світогляд, люди стають один одному ближчими, зрозумілишими, відкритішими, більш взаємозалежними, «своїми», духовно спорідненими. Спільність поглядів на світ, суспільну дійсність, своє буття та спільність визнаних буттєвих настанов (моральних і соціальних норм, релігійних заповідей, вимог) – усе це сприяє їхньому згуртуванню, консолідації, зближенню, взаємовідчуванню.

Важливим компонентом світогляду є переконання, як вираження духовно-практичної сутності світогляду людини.

ЕМОЦІЙНА ЄДНІСТЬ ГРУПИ – це наявність спільних почуттів, які відчують члени групи один до одного, до сенсу своєї життєдіяльності та буття, до навколишніх, це спільність переживань, досягнень і невдач, дій і вчинків, а також однорідність емоційних реакцій на зовнішні та внутрішні подразники життєдіяльності групи.

Емоційна єдність засвідчує, що група реагує на всі види подразників і виявляє свої почуття як єдине ціле. При цьому домінуючий характер переживань виражає не тільки домінуючий тип емоцій або настрою, а передусім домінуючий тип ціннісного ставлення до дійсності. Емоційна єдність сприяє забезпеченню групового переживання СС та процесу його реалізації. Емоції і почуття, відображаючи дійсність у формі переживань, не містять її образів, а виражають їхню цінність для групи. Переживання різні і за змістом, і за глибиною почуттів. На основі цієї єдності забезпечується емоційно-ціннісне ставлення людей до групи, до неповторного «МИ», яке виокремлюється через поняття «ВОНИ», «ВСІ

ІНШІ». Таке ставлення виражає значущість «МИ», а отже – актуалізацію мотиваційних процесів.

Під час реалізації СС, діяльності воля виконує дві взаємопов'язані функції – активізуючу і гальмуючу.

У **ВОЛЬОВІЙ ЄДНОСТІ** поєднується синтез розуму та емоцій, які спрямовують групу на відповідну діяльність і поведінку для подолання всіх перешкод, у тому числі внутрішньогрупових (розбіжності в поглядах і підходах до розв'язання тих чи інших завдань, страху, паніки, безвідповідальності, недостатнього напруження сил тощо).

Вольова єдність забезпечує свідомий акт діяльності та поведінку через інтеріоризацію норм, включення їх до системи мотивів, прагнень і ціннісних орієнтацій. На ґрунті вольової єдності формується колективна дисципліна, яка забезпечує виконання рішень, відповідний порядок та організованість під час реалізації СС.

Вольова єдність є своєрідним регулятором «режимів» діяльності колективу.

Згуртованість групи залежить від ступеня її соціально-психологічної єдності, який відображає відповідний ступінь згуртованості. Оскільки ступінь соціально-психологічної єдності залежить від рівня розвитку СС, то й згуртованість певним чином пов'язана з ним.

Отже, ступінь соціально-психологічної єдності групи відповідає такому самому ступеню її згуртованості. Наявність колективу вже засвідчує високу згуртованість його членів.

Щодо групи, то згуртованість може мати такі ступені: дуже низький, низький, середній, високий. Тільки в разі високого ступеня йдеться про колектив.

Соціальна психіка групи. Що таке соціальна психіка? Соціальна психіка є внутрішньогруповим психічним з неповторним змістом і психоенергетичним потенціалом.

СОЦІАЛЬНА ПСИХІКА ГРУПИ – це внутрішньогрупове, своєрідне за змістом психічне з потужним психоенергетичним потенціалом, яке охоплює всіх членів групи та безпосередньо впливає на їхню життєдіяльність.

Це своєрідна групова психологічна атмосфера. Вона є складним, автономним утворенням, яке функціонує як взаємодія соціально-інтеріоризаційного, духовно-перцептивного, спонукально-діючого, оцінно-емоційного та вольового.

Соціальна психіка групи є динамічною, рухливою, але має системний характер. До її структури входять групові взаємини, групова думка, колективні традиції, групові норми, групові настрої і почуття, групові ціннісні орієнтації, психологічна сумісність і самопочуття особистості в групі, формальні й неформальні групи.

Окремими підсистемами можна вважати *соціальну єдність, духовно-перцептивну єдність, емоційну єдність, вольову єдність*. Відносно самостійною підсистемою соціальної психіки є й СС, а також явища, породжені несвідомістю, підсвідомістю, свідомістю і надсвідомістю, та інші утворення.

Тому соціальна психіка групи виявляється як функціональна цілісність, що регулює групову діяльність і поведінку. Вона функціонує як

сукупність різнорідних соціально-психологічних явищ, процесів, станів, властивостей, уявлень, ілюзій, забобонів та інших утворень, що пов'язані так чи інакше з рівнями несвідомості, підсвідомості, свідомості й надсвідомості і явищами, породженими безпосередньою взаємодією членів групи під час реалізації СС у соціальному просторі й часі.

У соціальній психіці групи існує уявлення про «НИХ» та усвідомлення «МИ».

СОЦІАЛЬНА ПСИХІКА ГРУПИ – це особливе зовнішнє психічне, що існує поза індивідом, але яке однозначно стає «присутнім» в індивідуальній психіці під час реалізації СС у соціальному просторі й часі.

Отже, індивідуальна психіка входить до системи соціальної психіки, є її мікрочастинкою та своєрідним «генератором енергії». Водночас соціальна психіка «присутня» в індивідуальній, як внутрішній психологічний досвід зовнішнього (колективного, спільного): переживань, відчуттів, сприймань, вольових, духовних і соціальних зв'язків, почуттів тощо.

Відбувається постійний взаємовплив соціальної психіки і психіки індивідів (членів групи) через соціальну психіку групи.

Соціально-психологічні явища в групі. До основних соціально-психологічних явищ, які відбуваються у групі й відображають особливості функціонування її соціальної психіки, належать колективні взаємини, групова думка, колективні традиції і норми, колективні почуття і настрої, колективні ціннісні орієнтації, психологічна сумісність і самопочуття особистості в колективі, а також прояв формальних і неформальних груп, які входять до її складу.

Пізнавальні елементи містять усю сукупність пізнавальних психічних процесів членів групи, необхідних для виявлення всієї сукупності зв'язків і ставлення до інших членів колективу та окремих груп. Через пізнання кожен член групи розкриває для себе сутність причинно-наслідкових зв'язків у групі, явища і процеси, що відбуваються в ній, їхнє ставлення до себе. На основі такого пізнання, його результатів він оцінює все, що відбувається у групі, кожного члена групи, взаємини, ставлення до нього, до групових цілей, до діяльності, а також їхню значущість крізь призму сприйняття СС, його реалізації тощо.

Емоційно-оцінні елементи в структурі конкретного типу взаємин віддзеркалюють почуття групи й безпосередні емоційні переживання дій і вчинків окремих членів групи.

Соціально-психологічні стереотипи як елементи в структурі типу взаємин постають як сформовані стійкі утворення, щодо яких здійснюється вибір у системі внутрішньогрупових зв'язків і взаємодій.

Соціально-психологічні установки відображають спрямованість і готовність членів групи до відповідного типу взаємин. Вони закріплюють ціннісну орієнтацію у сформованих стереотипах і спонукають до їхньої реалізації.

Виконавчо-вольові елементи – це сукупність знань, навичок і вмінь відповідного типу взаємин та вольових якостей, необхідних для їхньої реалізації у повсякденному житті в умовах діяльності. Їхнім підґрунтям є здатність членів групи свідомо діяти відповідно до поставленої мети і досягати її, долаючи внутрішні (психічні) і зовнішні

труднощі, а також дотримуватися встановлених норм, правил і принципів відносин, взаємодії та спілкування.

За суб'єктами учасників відносини поділяють на міжособистісні, міжгрупові, між групою та особистістю.

Міжособистісні відносини у групі є своєрідною мережею зв'язків, які виникають на основі реалізації СС, виконання завдань, а також задоволення потреб у спілкуванні, самоактуалізації, повазі, співчутті, взаємодії, належності до людської спільноти тощо. Їхній зміст зумовлений не лише СС, а й соціальною психікою групи.

За формою відносини поділяють на офіційні й неофіційні. Офіційні – це відносини, які будуються на основі чіткої субординації, ділової взаємодії і контактів, які заперечують відхилення від встановлених норм і правил поведінки, діяльності й спілкування. Неофіційні допускають відхилення від встановлених норм і правил поведінки та спілкування. Вони мають два аспекти – змістовий та емоційний. Саме емоційний аспект відображає їхню психологічну зумовленість (симпатії, антипатії, байдужість, дружба, неприязнь тощо). Він менш видимий та організаційно неформальний. Тому, як правило, йому приділяють мінімум уваги, однак він має велике значення й потребує уважливішого аналізу в системі управління. Неофіційні відносини насправді є фундаментом позитивних офіційних, бо вони відображають внутрішній (психологічний) механізм їхньої реалізації.

За характером впливу на діяльність відносини постають у вигляді співпраці, взаємодопомоги, співучасті, співпереживання, суперництва, протистояння або протиборства.

ГРУПОВА ДУМКА є сукупністю домінуючих спільних суджень, оцінок, поглядів та уявлень членів групи з різних питань життя, політики, діяльності, поведінки і вчинків своїх товаришів, які стосуються групових інтересів.

З будь-якого питання групова думка може бути дифузною, позиційною, полярною, орієнтовною та спільною. Дифузність відображає наявність багатьох поглядів з цього питання чи проблеми, їхню неформальність, розбіжність. Позиційність думки характеризує наявність у групі кількох поглядів, які відображають принципову позицію кожної спільноти людей. Полярна думка відображає дві протилежні позиції членів групи, два погляди, кожен з яких виключає інший. Орієнтовною вважають думку, яка відображає позиції й погляд більшості членів групи. Спільна думка характеризує єдність поглядів і позицій усієї групи.

ГРУПОВІ ТРАДИЦІЇ – це соціально-психологічні утворення в соціальній психіці групи, які переважають над усіма іншими і є орієнтиром і метою діяльності, поведінки і вчинків окремої особистості і всіх її членів для їх підтримання й закріплення.

До традицій зараховують також групові звички, обряди, ритуали й звичаї. Слово «традиція» в перекладі з латинської означає «передавання», тобто спадкоємність. Воно відображає і зміст, який передають у тій чи іншій галузі від одного покоління людей до іншого, і соціально-психологічний механізм або спосіб, за допомогою якого це передавання здійснюють.

ГРУПОВІ НОРМИ – це такі правила поведінки та діяльності, що їх не лише беруть до уваги під час реалізації СС, а які також стають мотивом поведінки кожного члена групи.

Це якісні зразки поведінки, яким добровільно підпорядковуються члени групи, беручи на себе внутрішньомотивований обов'язок їх виконувати, дотримуватися.

ГРУПОВІ ПОЧУТТЯ є відносно стійкими формами відображення соціального буття групи через інтеграцію однотипних відчужень, сприймань і переживань на основі ставлення всіх її членів до сутності СС, перебігу його реалізації, до предметів і явищ соціальної дійсності.

Почуття передусім виконують такі функції в життєдіяльності групи: *регулювання, спонукання, мобілізації*.

«Ми-почуття» відображає ставлення групи до самої себе, до своєї соціальної, духовно-перцептивної, емоційної і вольової єдності, до «МИ» і «ВОНИ».

ГРУПОВИЙ НАСТРІЙ – це домінуюча однорідна більш-менш стійка емоційна реакція членів групи на вагомій події, вчинки й поведінку окремих людей і окремих груп, на результати діяльності, стиль управління, а також на вплив групових почуттів у цей період.

ГРУПОВІ ЦІННІСНІ ОРІЄНТАЦІЇ – це усвідомлені значущі предмети, явища та ідеали, відображені в соціальній психіці групи у вигляді фіксованих соціальних установок.

Групові ціннісні орієнтації виявляються як соціально-психологічні установки, які відображають не лише цінності як абсолюти, а цінності у нерозривному зв'язку з інтересами й потребами на стадії їхньої актуалізації, цінності, сформовані спочатку під їхнім впливом.

Групові взаємини. Для реалізації соціально-психологічного смислу спільності члени групи організують спільну діяльність. Для цього вони вступають у певні взаємини (взаємодію і спілкування).

Взаємини у групі – це специфічна мережа міжособистісних, внутрішньогрупових, між групою та особистістю соціально-психологічних зв'язків, залежностей і взаємодій, зумовлених смислом спільності, станом соціальної психіки, а також взаємними оцінками діяльності щодо реалізації СС, поведінки членів групи і загалом груп та їхнім емоційним сприйняттям один одного.

У групі виявлено чотирипрошаркову структуру взаємин. Перший головний прошарок групових взаємин становлять ті, що зумовлені дією визначального СС (так звані «взаємини смислової залежності»). Вони певною мірою накладають свій відбиток на структуру взаємин у групі.

Другий прошарок взаємин зумовлений самим процесом діяльності. Згідно з поглядами А.В. Петровського і В.В. Шпалінського, «взаємини людей у групах більшою чи меншою мірою опосередковані метою, завданнями й цінностями спільної діяльності, тобто її реальним змістом»¹.

¹ Петровский А.В., Шпалинский В.В. Социальная психология коллектива: Учебное пособие. – М.: Просвещение, 1978. – С. 140.

Третій прошарок колективних взаємин утворюється на підставі взаємних оцінок з боку членів групи внеску в справу реалізації СП, а також поведінки, активності, наполегливості, властивостей особистості та ін.

Четвертий прошарок взаємин формується на основі емоційної привабливості чи непривабливості, симпатії чи антипатії тощо. Серед основних форм стосунків на основі емоційного сприймання – прихильність, повага, захоплення, ворожість, неприязнь, ненависть тощо. Вони виникають унаслідок особистих оцінок особистості членів групи, манери їхньої поведінки, стилю взаємодії, навіть міміки, жестів тощо.

Ці прошарки групових взаємин своєрідно поєднуються, накладаються і перетинаються в процесі повсякденної діяльності членів групи.

Ставлення до товаришів, груп становить соціально-психологічну готовність окремого члена групи до відповідного типу взаємодії і спілкування з ними. Кожний тип взаємин має свою соціально-психологічну структуру. Головні елементи цієї структури: пізнавальні, емоційно-оцінні, соціально-психологічні стереотипи, соціально-психологічні установки, виконавчо-вольові.

Психологічна сумісність і самопочуття особистості в групі. Усі соціально-психологічні явища, які відбуваються в групі, заломлюються через кожного її члена, у такий спосіб впливаючи на його внутрішній (психологічний) стан і самопочуття. Унаслідок цього кожен член групи стає не тільки своєрідним ретранслятором, а й генератором додаткової (позитивної, нейтральної чи негативної) психічної енергії. Це відбувається за участю свідомості, несвідомості, підсвідомості й навіть надсвідомості. Вихідний показник психологічної енергії залежить і від особистісних цілей, намірів, емоцій, почуттів, і від СС, «Ми-почуття» та інших соціально-психологічних явищ, які відбуваються у групі. Словом, на кожного члена групи постійно впливає соціальна психіка групи, з якою він тісно пов'язаний.

Член групи, на психіку якого тим чи іншим чином впливають норми, правила, установки та орієнтації інших членів групи, відповідна соціально-психологічна атмосфера, сприймає їх по-різному, виробляє до них своє ставлення. Унаслідок цього в нього формуються певні почуття (позитивні, негативні, нейтральні), які суттєво впливають на його самопочуття в цій групі. Звичайно, якщо член групи перебуває в колі чуйних товаришів, однодумців, то його самопочуття буде позитивним, і навпаки, якщо в колі людей, які ворожі й агресивні до нього, – негативним.

Негативні почуття, які виникають в окремого члена групи від зустрічі з об'єктами (окремими членами групи), що викликають їх, або згадки про них (на основі уявлень), як правило, зрозумілі для нього. Вони спрямовані свідомістю лише тією мірою, якою визначають ставлення до цих об'єктів. Як утворення соціальної психіки, вони формують свої стійкі соціально-психологічні стереотипи, які є в основі тенденції психологічного несприйняття, психологічної несумісності. Наявність стійких соціально-психологічних стереотипів ставлення до джерел

негативних почуттів призводять до того, що ці об'єкти член групи сприймає негативно завжди, у всіх, навіть позитивних, ситуаціях.

Емоційне сприйняття членами групи інших людей і різних груп, а також групою інших груп та окремих людей має значну зворотну силу впливу на інтелектуальну й вольову сферу і особистості, і групи. Воно є основою формування відповідного самопочуття кожного члена групи.

ПСИХОЛОГІЧНА СУМІСНІСТЬ і САМОПОЧУТТЯ особистості в групі відображає соціально-психологічне сприйняття членами групи один одного і групи загалом, а також ступінь задоволення чи незадоволення фактом перебування поруч з ними або в їхньому середовищі.

Психологічна сумісність (несумісність) тісно пов'язана із самопочуттям кожного члена групи. Вона, з одного боку, є наслідком соціально-психологічного напруження й негативних емоцій, які її супроводжують у процесі спілкування і взаємодії, а з іншого – сама створює нервозність, психологічне напруження, негативні емоції, які впливають на ефективність діяльності, стиль поведінки та взаємини. Усе це призводить до виникнення внутрішньоособистісного і міжособистісних конфліктів, є основою поганого самопочуття особистості в групі, де існують джерела психологічного несприйняття та негативних емоційних реакцій чи подразників.

В умовах діяльності людина не завжди може виявити свої негативні емоції до об'єкта-подразника. Тому йдеться про приховану й відкриту форму психологічної несумісності. Для відкритої форми характерні дії, вчинки і висловлювання на адресу об'єкта-подразника, які супроводжуються емоційними реакціями. Тобто інша сторона (об'єкт, який викликає до себе негативні емоції й почуття) знає, хто і як саме до нього ставиться й сприймає його. У разі прихованої форми психологічної несумісності про несприйняття певного суб'єкта знає тільки одна сторона. Це знання може бути чітко усвідомленим або виявлятися на рівні підсвідомості. Наприклад, коли один член групи психологічно не сприймає свого офіційного лідера, то це здебільшого виражено приховано, адже він, у зв'язку з можливою зворотною негативною реакцією, що може призвести до застосування санкцій, не наважується виступити відкрито (частково розрядити негативну емоційну енергію). А тим часом негативні емоції накопичуються, дезорганізуючи психіку, що може зумовити різні емоційні реакції (стрес, афект, фрустрацію тощо), тобто самопочуття такого члена групи погіршується.

Почуття, які виникають унаслідок психологічної несумісності, мовби одержують змогу виконувати двояку роль: визначати самопочуття особистості в цьому колективі й скеровувати її емоції на об'єкт-подразник, на стиль взаємин.

Психологічна несумісність може бути *односторонньою*, *двосторонньою (взаємною)* і *багатосторонньою*. Односторонньою вважають таку, яку індукує один член групи до іншого, у разі відсутності такої в останнього. Двостороння означає взаємне негативне психологічне сприйняття. Багатостороння психологічна несумісність виявляється з боку одного члена групи до кількох інших (мононесумісність) і з боку кількох членів групи до одного (деканесумісність). Якщо у групі є багато фактів

односторонньої і багатосторонньої психологічної несумісності, то говорять про полінесумісність у ній.

Психологічна несумісність у групі формується поступово. На першому етапі відбувається процес пізнання один одного. Спочатку елементарні пізнавальні відчуття виникають у зв'язку з першим, чуттєвим ступенем пізнання, як емоційний тон відчуттів, приємних і неприємних переживань, образного пізнання. На другому етапі відбувається процес інтеграції розрізнених почуттів, на цій підставі в окремих членів групи виробляється ставлення один до одного, до різних груп і своєї групи. Це ставлення має емоційний характер. Третій етап – етап психологічного відчуження. Так формується полярність психологічної сумісності, тобто ступінь психологічної несумісності.

Самопочуття особистості члена групи ніби відображає його психічний стан у динаміці. Емоції та почуття, як сукупність об'єктивних фізіологічних, біохімічних і психічних реакцій, здійснюють внутрішню, інтимну та неповторну сукупну дію на всі психічні властивості й стани людини, які зумовлені і біологічними, і соціальними чинниками. Як цілісний психічний процес, емоції й почуття неподільно єдині й внутрішньо виражені у вигляді фізіологічних реакцій і внутрішніх, суб'єктивних переживань.

Отже, самопочуття кожного члена групи потрібно розглядати крізь призму цілісного життя й діяльності, у яких зовнішнє і внутрішнє – лише різні аспекти єдиного процесу відображення. Зміна зовнішнього середовища, яка людина аналізує за посередництвом психічної діяльності, видозмінює переживання людей.

Між членами групи може бути і психологічна сумісність, і різні ступені психологічної несумісності, а самопочуття кожного члена групи може бути цілком задовільним, мати певний ступінь відхилення від нормального чи бути незадовільним. Фактично, йдеться про полярність психологічної сумісності й самопочуття особистості в групі (ПССОГ), яка має велике практичне значення для оцінки цього соціально-психологічного явища.

Але в емоційному аспекті ПССОГ може мати різну глибину, підсилювати або тамувати переживання. Тобто йдеться про різні рівні вираження ПССОГ, які відображають ступінь інтегрального вияву задоволення чи незадоволення, симпатії чи антипатії, співчуття чи відчуження, співпереживання чи байдужості, дружніх почуттів чи неприязні, духовного підйому чи пригніченості. Рівень вираження ПССОГ може бути високим, середнім або низьким. Для *високого рівня* характерна висока емоційна (позитивна чи негативна) насиченість ПССОГ, яка, як правило, супроводжується відповідними активними діями, спрямованими на суб'єкт-подразник. Для *середнього* – емоційна насиченість помірного ступеня, яка іноді штовхає до певних дій, а для *низького* – слабкий емоційний фактор, який не зумовлює активності.

Формальні й неформальні групи. Малі групи бувають формальними і неформальними. **Формальні групи** (ФГ), як правило, виникають на базі організаційно-штатної структури.

НЕФОРМАЛЬНА ГРУПА – це спільнота людей, яка утворилася на основі певного СС, зумовленого спільною привабливістю й позадіяльнісними інтересами, при цьому інші визнають її існування.

Неформальна група (НФГ) виникає на основі СС, що є стержнем, навколо якого об'єднуються люди. Виникнення НФГ потрібно розглядати як треступеневий процес, який складається, по-перше, з виявлення інтересів і цінностей різних людей, їхнього зіставлення зі своїми та з'ясування емоційної привабливості; по-друге, встановлення безпосереднього контакту через обмін інформацією й емоційну привабливість; по-третє, встановлення СП, вироблення своїх стандартів поведінки, норм тощо.

Соціально-психологічна структура ФГ і НФГ однакова. Вона відрізняється лише змістовно. Водночас ФГ можуть бути структурованими й неструктурованими

Структурована група – така, що має у своєму складі ще хоча б одну меншу групу – формальну чи неформальну (шкільний клас, студентська група та ін.). **Неструктурована група** у своєму складі не містить будь-якої меншої групи, тобто є моногрупою.

Усі соціально-психологічні явища, що відбуваються у групі, образно кажучи, викидають у колективний простір життєдіяльності енергетично-психологічний потенціал різної полярності (позитивний, значно позитивний, нейтральний, значно негативний або негативний). Водночас ці явища вступають у взаємодію із зовнішніми чинниками і між собою, у процесі чого їхні потенціали накладаються, перетинаються, інтегруються. У результаті утворюється якісно новий сукупний (атмосферний) енергетично-психологічний потенціал, який накладає свій певний відбиток (проникає, деформує, підсилює або знижує) на всі аспекти групової та індивідуальної життєдіяльності, соціально-психологічні явища, які відбуваються у групі, а отже – і на функціонування та вияви її соціальної психіки.

СОЦІАЛЬНО-ПСИХІЧНА АТМОСФЕРА ГРУПИ – це сукупність більш-менш стійких на цей період соціальних, духовно-перцептивних, емоційних і вольових подразників, які утворюють енергетично-психологічний потенціал різної полярності, вплив якого відчувають на собі всі групові соціально-психологічні явища та соціальна психіка групи загалом.

За впливом на ефективність реалізації СС, діяльність, стиль взаємодії, взаємини і спілкування та самопочуття окремих членів групи соціально-психологічна атмосфера може бути: позитивною, задовільною, нейтральною, пригнічувальною, негативною.

Соціальна психіка, як феномен аналітично-синтетичного інтегрування всіх соціально-психологічних явищ і процесів, що наявні в групі, проектується на індивідуальну й групову психіку. Вона стає «присутньо-діючою» в них. Ця «присутність» за змістом і динамічністю відносно однакова у психіці всіх членів групи, що й зумовлює певний її соціально-психологічний стан.

СОЦІАЛЬНО-ПСИХІЧНИЙ СТАН ГРУПИ відображає проекцію функціонування соціальної психіки в конкретний час на всі аспекти діяльності, поведінки й почуття людей.

Мала група може перебувати в одному з трьох станів:

- соціально-психічної стабільності;
- соціально-психічного напруження;
- соціального психозу.

При цьому кожен із зазначених станів може мати ще три рівні вираження: високий, середній і низький.

Контрольні питання:

- Що розуміють під соціальною групою?
- Як поділяють соціальні групи? Чим вони відрізняються між собою?
- Які соціально-психологічні особливості великих соціальних груп?
- Яким чином поділяють великі соціальні групи?
- Яка роль інтересів і групової думки в життєдіяльності великої соціальної групи?
- Які психологічні особливості релігійних груп?
- Дайте соціально-психологічну характеристику натовпу.
- Що таке малі соціальні групи?
- Розкрийте особливості соціальної психології малих груп.
- На основі чого утворюють малі соціальні групи?
- Які рівні розвитку проходить мала група?
- Чим дифузна група відрізняється від колективу?
- Яким чином формується соціально-психологічна єдність малої групи? Що вона становить собою?
- Що таке соціальна психіка малої групи?
- Охарактеризуйте основні групові соціально-психологічні явища.
- Як впливають на міжособистісні взаємини в групі психологічна сумісність і самопочуття особистості в групі?

Література:

Бойко В.В., Ковалев А.Г., Парфенов В.Н. Социально-психологический климат коллектива и личность. – М.: Мысль, 1983.

Варій М.Й. Основи соціальної психології військового колективу. Монографія. – Львів: Сполом, 2000.

Варій М.Й. Соціальна психіка нації / Наукова монографія. – Львів: Сполом, 2002.

Вичев В. Мораль и социальная психика. – М.: Прогресс, 1978.

Кричевский Р.Л., Дубовская У.М. Психология малой группы: теоретический и прикладной аспекты. – М.: Изд. МГУ, 1991.

Лутошкин А.Н. Эмоциональные потенциалы коллектива. – Кострома, 1988.

Петровский А.В., Шпалинский В.В. Социальная психология коллектива: Учеб. пос. – М.: Просвещение, 1978.

Социальная и военная психология / Под ред. Н.Ф. Феденко. – М.: ВПА, 1990.

Глава 21

СОЦІАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНІ ОСОБЛИВОСТІ ЗЛОЧИННИХ ГРУП

21.1. Соціально-психологічне розуміння організованої злочинності

З погляду соціальної психології злочинність – це насамперед явище, яке виникає в результаті деформації соціальних відносин, дисфункції соціальних інститутів та особистості. Кожному типу політичного режиму відповідає певний вид деформації соціальних відносин, інститутів і спільнот.

Для тоталітарного режиму, наприклад, характерна ізоляційна, суворо-нормативна деформація соціальних відносин («залізна завіса», глобальний контроль). Дисфункція соціальних інститутів виявляється, зокрема, в зобов'язанні силових структур вести політичний розшук.

Для перехідного періоду характерний хаос, який є максимально сприятливим середовищем для злочинності.

Упродовж тривалого часу у вітчизняній науковій літературі вживали тільки поняття «злочинність». При цьому між поняттями злочинності і загальнокримінальної злочинності можна було сміливо ставити знак рівності.

Після виникнення явищ, які не вкладаються у межі уявлень про злочинність (читай – про загальнокримінальну злочинність), з'явилася необхідність в уточненні цього поняття, щоб воно відображало ознаки і класичної, і сучасної злочинності. Тоді в літературі з'явилося слово «мафія».

У нас проблему організованої злочинності на практиці було зведено до проблеми організованих злочинних груп. Однак злочинні групи, угруповання – це не мафія.

На думку багатьох експертів, мафія – це радше позначення методу певної частини злочинних організацій, який охоплює: а) використання насильства чи погрози насильством; б) структурованість, ієрархічну побудову групи, з метою злочинної організації – для незаконного виробництва товарів і послуг; в) забезпечення протекції з боку владних структур, необхідної для безперервного здійснення нелегальних операцій.

Можна говорити про існування політичної, наукової, театральної, шоу-мафії.

МАФІЯ – це корпоративність, узгодженість дій на користь групових інтересів. Це навіть кримінальна політика, стиль мислення тощо.

Залежно від функцій виокремлюють такі види організованої злочинності:

• **організована злочинність політико-соціального характеру** (основною метою злочинного співтовариства є не так пряма

матеріальна вигода, як підтримка чи руйнування наявної соціально-політичної системи);

- **організована злочинність групового характеру** (основа існування цих організацій – специфічний престиж, який дає сама належність до організації);

- **організована злочинність корисливого типу** (мета – матеріальна вигода (грабіж, крадіжки, рекет, шахрайство та ін.);

- **організована злочинність** – злочинний синдикат, який можна назвати мафіозним.

Основна *МЕТА* організованої злочинності – перманентне одержання максимального прибутку через незаконне виробництво товарів і послуг з використанням насильства під прикриттям корумпованих владних структур.

Американські експерти виокремлюють кілька етапів розвитку організованої злочинності в країнах пострадянського простору.

Перший етап пов'язаний з існуванням «зłodів у законі» (20–50-ті роки). Їхню діяльність можна охарактеризувати як корисливу злочинність.

Другий етап охоплює 60–80-ті роки. У цей час з'являються перші злочинні синдикати.

Для *сучасного періоду* характерна синдикатна (мафіозна) злочинність.

У 80-ті роки значна частина населення вступала до відносин патронажу й клієнтизму (від слова «клієнт») для одержання дефіцитних товарів і послуг. Розкрадання державної власності, підпільний бартер «чорного ринку», задоволення потреб за рахунок тіньової економіки стали нормою.

У 1990 р. в одному з документів ІХ конгресу ООН була підкреслено: «Організована злочинність створює пряму загрозу національній і міжнародній безпеці й стабільності та репрезентує собою фронтальну атаку на політичну й законодавчу влади, а також створює загрозу самій державності. Вона порушує нормальне функціонування соціальних й економічних інститутів і компрометує їх, таким чином вона ставить у становище жертви населення цілих країн».

В Україні склалися два принципово різні погляди на боротьбу з організованою злочинністю.

Відповідно до одного погляду, з нею можна боротися на основі карного й процесуального законодавства. Прихильники іншого вважають, що цього робити не можна, тому що організатори злочинних дій ухилятимуться від кримінальної відповідальності, оскільки самі вони безпосередньо не скоюють конкретних злочинів. Тому потрібний спеціальний закон про організовану злочинність.

Навіть більше, формується думка, що мафія максимально адаптована до ринку й виконує позитивну функцію в сучасному українському суспільстві, тому що є механізмом регуляції взаємин у злочинному світі.

Злочинні угруповання, які діють на території України, є чинником соціально-політичного й економічного життя країни.

Можна виокремити такі основні напрями діяльності злочинних угруповань:

• у сфері економіки – легалізація незаконних капіталів, активізація злочинної діяльності в кредитно-фінансовій системі, нецільове використання кредитів і бюджетних засобів, зростання кількості злочинів, пов'язаних з контрабандою матеріальних цінностей, продаж зброї, наркотиків, дорогоцінних металів;

• у сфері політики – політизація злочинних співтовариств (просування «своїх» депутатів у владні структури, формування груп тиску і лобіювання інтересів);

• у сфері міжнародних відносин – інтеграція пострадянських злочинних співтовариств у світову злочинність.

Злочинність не може бути без злочинів. Однак злочин – явище відносне. Воно не завжди співвідноситься з небезпечними діями. Все залежить від оцінки, юридичної норми, яка може бути стандартизована з погляду міжнародного права, а може бути ідеологізованою, деформованою, виражати інтереси вузької соціальної групи.

ЗЛОЧИН як юридичний факт – це дії, якими порушено закон і які визнано такими в судовому порядку.

Однак з погляду філософії, психології, етики злочин – це факт не лише юридичного, а й психологічного, морального порядку, для якого характерне почуття провини незалежно від того, чи цю подію юридично оцінено. Такий підхід до оцінки злочину для юристів неприйнятний: вони керуються презумпцією невинності. Провину можна встановити лише в судовому порядку. Проте роман Ф.М. Достоевського «Злочин і кара» дозволяє аналізувати злочин не лише в юридичному значенні.

ЗЛОЧИН (за окремими винятками) – це результат внутрішньоособистісного, міжособистісного, а інколи й соціально-політичного конфлікту. Можна сказати, що злочин – це конфліктний спосіб задоволення потреб, досягнення цілей.

Особливості конфлікту з позицій права узагальнює і вивчає юридична конфліктологія. Найбільш повно правовий аспект виражено в тих конфліктах, які виникають і розвиваються у зв'язку з об'єктивно наявними протиріччями між двома чи декількома правовими нормами, які стосуються того самого предмета. Під юридичним конфліктом варто визнати будь-який конфлікт, у якому суперечка так чи інакше пов'язана з правовими відносинами сторін і, отже, суб'єкт, або мотивація його поведінки, або об'єкт конфлікту має правові ознаки, а конфлікт спричинює юридичні наслідки.

Крім конфліктології, для пояснення злочинної поведінки використовують інші теорії – *соціальної дезорганізації, аномії, субкультури насильства тощо.*

З погляду *соціальної дезорганізації* пояснення схильності людей до злочинів і правопорушень треба шукати в ослабленні громад, соціального контролю, у занепаді міст, районів, а не в якомусь особливому складі людей, які там живуть.

Злочинність буває незначною в суспільстві, де розвинуті почуття людської солідарності й соціальної згуртованості. Коли єдність соціуму руйнується, а ізолюваність його членів посилюється, – злочинність зростає. Суспільство опиняється в стані *аномії*, тобто беззаконня, відсутності правових норм.

На думку Мертона, **аномія** – це катастрофа системи регулювання індивідуальних бажань, у результаті чого особистість починає хотіти більше, ніж вона може домогтися в межах цієї соціальної структури. Аномія – це цілковита розбіжність між задекларованими цивілізованими цілями і соціально структурованими шляхами їхнього досягнення.

Теорію *субкультури насильства* висунули Н. Вольфганг і Ф. Феракути у 1967 р. Вони вважають, що насильство можна досягнути, а знання і навички, зафіксовані в субкультурі, передають з покоління в покоління. Представники цієї субкультури ідентифікують себе з насильством, у них воно не викликає відчуття провини. Субкультура насильства формує особливі риси особистості.

Викладені соціологічні й соціально-психологічної теорії злочинності, власне кажучи, не стільки є теоріями злочинності як такої, скільки розкривають її природу, причини.

У науковій літературі практично не розрізняють поняття «механізм» і «причини» злочинності.

МЕХАНІЗМ ЗЛОЧИННОСТІ – це процес криміналізації особистості й спільног. Здійсненню злочину, як правило, передує певний відрізок часу. Набувають злочинного досвіду в процесі асоціалізації, причому і добровільно, і примусово.

Структура асоціалізації містить певні інститути, а також спосіб передавання злочинного досвіду – **криміногенне спілкування**. Асоціалізація наявна і в умовах волі, і в місцях позбавлення волі.

Адекватному розумінню причин злочинності сприяє використання можливостей екологічного підходу, соціального психоаналізу, теорії соціальної деформації, теорії соціальної напруженості.

Традиційні кримінологічні підходи, які використовували в минулому для пояснення природи злочинності в Україні, виявилися нині малоприсадибними й працюють неефективно. Річ у тому, що ці підходи було призначено для аналізу загальнокримінальної, у кращому разі – професійної злочинності.

Кримінальна ситуація в Україні кардинально змінилася. Однак адекватний понятійний апарат, присадибний для розуміння цього соціального явища, ще не створено.

Традиційні кримінологічні підходи, орієнтовані на розуміння індивідуальної чи групової кримінальної поведінки (іноді масової, якщо враховувати масові безладдя), не в змозі пояснити масштаби, характер, механізми та форми вияву сучасної злочинності, під контролем якої значною мірою опинилися державні інститути (влада, правоохоронні органи, армія і т. ін.), економіка і суспільство.

Використання старих теоретичних схем для аналізу сучасної злочинності приводить до поверхневих, нерідко примітивних висновків, які видозмінюють уявлення про дійсність.

Сьогодні найбільш прийнятним підходом для аналізу сучасної злочинності в Україні є соціологічний і соціально-психологічний погляд на природу цього соціального явища. У свою чергу, основою концептуальної моделі злочинності може стати теорія деформації соціальних відносин, інститутів, спільног і особистості. Саме ця обставина дає змогу

зрозуміти причини, механізми і масштаби криміналізації держави, економіки й суспільства.

Проаналізувавши наведені факти, можна зробити висновки про суттєві причини сучасної, насамперед організованої злочинності в Україні. На нашу думку, цими причинами є такі види деформацій:

1. *Деформація інституту влади*, яка виявляється у невиконанні державою своїх функцій щодо забезпечення законності. Відбувається це здебільшого в результаті зрощування владних і кримінальних структур. Як наслідок, виникають рівнобіжні структури: з одного боку – офіційна (видима) влада, з іншого – лідер головного угруповання в якому-небудь регіоні (невидима, але реальна влада). Паралелізм наявний не тільки у сфері поділу реальних владних повноважень, а й у сфері збору податків: з одного боку – «безсилля» податкової міліції та податкової інспекції щодо забезпечення стягування податків, з іншого – астрономічні суми, які утворюються за рахунок поборів з кожної ятки, магазину, міста, району і т. ін. за забезпечення так званої «безпеки».

Слід зазначити також, що влада не може ефективно боротися зі злочинністю через відсутність необхідної правової бази, і насамперед – закону про організовану злочинність. З цієї причини держава не контролює джерел доходів населення. Йдеться про практику заповнення Декларації про доходи, про відсутність контролю за діяльністю банків і т. ін.

2. *Деформація соціальних відносин та інститутів*, яка виникла в результаті помилок під час проведення реформ:

- соціальні наслідки (безробіття та ін.);
- спекулятивний характер капіталу, невиконання ним, зокрема фінансовим капіталом, соціально корисних функцій;
- перебіг і результати приватизації;
- зрощування кримінальних і комерційних структур.

3. *Деформація правоохоронних органів*, яка виявляється в незадовільному виконанні своїх функцій.

Пов'язано це з тим, що в низці випадків через недофінансування правоохоронні органи виявляються залежними від злочинного світу, переходячи на його утримання. Нерідко представники правоохоронних органів є «дахом» злочинного світу.

4. *Деформація суспільства*:

- ерозія культури, соціальних цінностей;
- правовий нігілізм;
- конфліктогенна стратифікація через значну різницю між матеріальним становищем різних соціальних прошарків;
- безробіття;
- втрата моральності, духовних цінностей, виникнення стереотипів, які виправдовують будь-які засоби для досягнення мети, зокрема аморальні й протиправні.

Ріст злочинності завжди пов'язаний із кризою у сфері моральності. Зв'язок тут зворотний: що нижча моральність, то вища злочинність. Про кризу моральності можна говорити тоді, коли зникає внутрішньоособистісний конфлікт під час ухвалення рішень про вибір засобів для досягнення мети. Криза моральності – це знецінення людського життя, праці, освіти. Людина перестає бути метою, вищою цінністю, а стає

засобом. Праця не є джерелом чесних доходів, а освіта – фактором, який визначає статус. Усе це спричинює заміну нормальних цінностей цінностями злочинного світу, де життя – «копійка», працю не цінують, статус залежить не від рівня освіти й знання, а від дотримання злочинських законів.

Однак не можна об'єктивувати причини моральної кризи та посилаючись на важке матеріальне становище і т. ін. Усе залежить від особистісного розвитку, самооцінки, локусу контролю, самоповаги особистості. На рівень злочинності впливають не самі по собі об'єктивні, наприклад економічні, причини, а також сприйняття, ставлення до них, тобто причини пізнавального аспекту.

У цьому контексті доцільно розглянути проблему соціальної напруженості.

Соціальна напруженість – це масовий адаптаційний синдром, який відображає ступінь фізіологічної, психофізіологічної та соціально-психологічної адаптації, а в багатьох випадках – дезадаптацію різних категорій населення до хронічної фрустрації, труднощів (зниження рівня життя й соціальних змін), що виявляється в різкому рості незадоволення, недовіри до влади, конфліктності в суспільстві, тривожності, злочинності, економічної і психічної депресії, погіршенні демографічної ситуації, компенсаторних реакцій (агресії, пошуку ворогів, надії на диво), стресогенності відносин та визначається станом економіки, ефективністю влади, впливом засобів масової інформації, опозиції й кримінальних структур.

Як правило, соціальна напруженість – атрибут системної кризи у сфері політики, економіки й суспільства, а також перехідного періоду від одного виду режиму до іншого, що супроводжується соціальними змінами.

21.2. Загальнокримінальна злочинність: соціально-психологічний аналіз

В основі загальнокримінальної (вуличної, побутової) злочинності досить часто є насильство. Водночас варто розрізняти насильство як політику, як соціальну проблему, як елемент певної субкультури і як емоційну реакцію чи стан у відповідь на труднощі. На індивідуальному рівні цю проблему пояснюють теорією фрустрації, відповідно до якої насильство є реакцією на перешкоду в досягненні мети.

Ортодоксальна психоаналітична теорія вважає прагнення до насильства перманентним станом, захисною реакцією.

ПСИХОЛОГІЧНЕ НАСИЛЬСТВО – непряма, прихована форма тиску на свідомість, психіку людей через засоби масової інформації, масову культуру, рекет, шантаж, тобто через маніпулювання.

Як типовий приклад психологічного насильства над людиною можна навести наявні класові відмінності, нерівність, умови, за яких люди мають нерівний доступ до таких соціальних благ, як гроші, влада, престиж і культура.

Дослідження проблеми вбивств дали змогу дійти висновку, що серед деяких груп людей, які перебувають на нижніх щаблях соціальної

драбини, формується певна «субкультура насильства» – середовище, у якому соціальний контроль послаблюється, а можливість актів фізичної агресії помітно зростає. Субкультура нижчих класів може породжувати певні види злочинів. Важливо і те, що вбивства здійснюються головним чином особи з низьким соціально-економічним статусом. Водночас для осіб, які посідають високе суспільне становище, характерний високий рівень самогубств. Пов'язано це з тим, що безправне становище нижчих класів, стан внутрішнього розпачу породжують агресію, спрямовану ніби назовні. Цінності, які домінують у середньому і вищому класах, спрямовують таку агресію всередину.

«Субкультура насильства» є наслідком протиріч між системами цінностей різних соціальних прошарків. Засвоєні в дитинстві норми поведінки можуть значною мірою вплинути на схильність дорослої людини до насильницьких дій стосовно інших людей. Батьки-робітники частіше приймають фізичне покарання як дисциплінарну міру і стежать за зовнішньою благоприсойністю поведінки своїх дітей прискіпливіше, ніж батьки із середнього класу, які використовують як міру покарання в основному загрозу позбавити дітей своєї любові замість того, щоб вимагати просто слухняності. У результаті в дитини із середнього класу з'являється почуття розчарування, провини й незадоволення собою, а агресивність, що виникає внаслідок цього, може виявитися спрямованою всередину. Водночас дитина з нижчого класу, найімовірніше, оцінить будь-яку конфліктну ситуацію просто як сутичку й накинеться на передбачуваного противника.

У певних прошарків суспільства існують культурні норми, які перетворюють насильство на прийнятну реакцію за певних обставин. Домогтися успіху шляхом насильства можуть навіть ті, кому закритий будь-який доступ до інших способів його досягнення.

Деякі автори називають ХХ століття століттям занепокоєння й насильства. До психологічного насильства можна зарахувати маніпулювання.

МАНІПУЛЮВАННЯ – це вид психологічного впливу, мистецьке виконання якого веде до прихованого порушення в іншій людині настроїв, які не збігаються з її актуальними бажаннями. За допомогою маніпулювання здійснюються шахрайство на «довірі», ворожіння, картярське шулерство і та ін.

Маніпулювання є важливою рисою тюремного життя й характерне для тих ситуацій, у яких людям не вдається законними способами отримати те, чого вони бажають.

В основі сучасної загальнокримінальної злочинності – групова кримінальна діяльність. Але якщо проблема малих груп загалом є однією з традиційних і розроблено її в соціальній психології (йдеться про поняття, структуру, динаміку і класифікацію груп), то з приводу злочинних груп сказати те саме навряд чи можна, хоча про це й існує чимало публікацій.

Кримінально-правовий підхід до поняття злочинних груп ґрунтується на ознаці співучасті. Щодо соціально-психологічного підходу, то його злочинні групи відрізняються від інших низкою параметрів: цілями, структурою, специфікою феноменологічних процесів.

Щодо класифікації злочинних груп, то тут також відсутня єдність. Відповідно до кримінально-правової теорії і практики виокремлюють організовані злочинні групи, банди тощо. Соціальні психологи роблять спроби класифікувати злочинні групи. Однак на сьогодні немає загальноприйнятої, несуперечливої класифікації злочинних груп. Навіть більше, у літературі трапляються такі поняття, як «злочинна група», «злочинне угруповання», «злочинне співтовариство» та ін.

Характеристиками злочинної групи є кількісний склад, причини виникнення, статусно-рольова структура (кожен член групи виконує певну роль і має той чи інший статус); система внутрішньогрупових зв'язків (каналів, засобів, місць і часу «сходок» (зустрічей), способів маскування цілей і дій), характер норм і «санкцій» у разі відхилення від цих норм, становище групи серед інших.

До структури злочинного співтовариства входять: «елітарна група», «мозковий центр», «система зв'язків», «служба безпеки», «розвідка», «контррозвідка», «бойовики». У будь-якому разі, більшість викритих злочинних груп функціонували за цією схемою.

Ознаками організованих злочинних груп є:

- організація груп для заняття злочинами як професією протягом більш-менш тривалого часу;
- централізація влади в руках одного чи декількох членів групи;
- створення грошових фондів для потреб організації;
- корумпування, яке виявляється у створенні системи зв'язків із суддями, міліцією, політичними діячами, а також адміністрацією;
- тверда дисципліна;
- ретельне планування, з мінімальним ризиком проведення і наслідків злочинних операцій.

Організовані злочинні групи здебільшого займаються злочинним бізнесом у формі рекету, проституції, контрабанди наркотиків, азартних ігор. Вони проникають у сферу державної служби, економіки й набувають міжнародного характеру.

Злочинні групи мають матеріальну базу, колегіальний орган керівництва, статут у вигляді переліку неформальних норм, традицій і законів, а також санкцій, інформаційну базу – систему зв'язку, розвідки і контррозвідки.

Є ще один аспект проблеми, пов'язаний з розкриттям масової злочинної поведінки, – це масові безладдя, непокоя і т. ін. Природу таких соціально-психологічних явищ розкрито в низці публікацій. Проте деякі психологічні проблеми залишаються невирішеними.

Контрольні запитання:

- Як розуміють злочинність у соціальній психології?
- Які види організованої злочинності наявні в сучасному суспільстві?
- Які основні напрями діяльності злочинних груп?
- Як розглядає злочини філософія і психологія?
- Розкрийте поняття злочинної поведінки в різних теоріях.
- Що Мертон розумів під поняттям «аномія»?
- Який механізм злочинності?

-
- Які види деформації є причинами організованої злочинності в Україні?
 - Зробіть соціально-психологічний аналіз причин загальнокримінальної злочинності.
 - Як субкультура різних працівників впливає на розвиток злочинності?
 - Розкрийте ознаки й психологічні особливості організованих злочинних груп.

Література:

Беликов В.В., Кумень Е.С. Деятельность преступных сообществ как угроза безопасности России // Безопасность. – 1996. – №7. – 12 (35).

Гайдар Е.Т. Государство и эволюция. – М., 1995.

Гуров А.И. Профессиональная преступность. Прошлое и современность. – М., 1990.

Иванов З.Л. Понятие транснациональной преступности и международно-правовое регулирование борьбы с ней // Преступность и законодательство. – М., 1997.

Иванов Р.Ф. Мафия в США. – М., 1996.

Глава 22

ПСИХОЛОГІЧНІ ОСНОВИ НАЦІОНАЛЬНОЇ БЕЗПЕКИ

22.1. Розуміння національної безпеки

Загалом безпека – це стан позитивного функціонування і розвитку соціальних, економічних, технічних, екологічних і біологічних систем, який унеможливує загрози для стійкого розвитку суспільства, держави, економіки та особистості, а також їхню залежність від інших держав чи окремих людських угруповань.

Водночас слід зазначити, що міжнародну, державну й соціальну безпеку можна пояснити з погляду теорії соціальних конфліктів; а організаційну й особистісну безпеку – керуючись зокрема теорією соціально-психологічної компетентності особистості.

Безпека становить сукупність умов і факторів, які забезпечують нормальне функціонування і розвитку людини та суспільства.

Під **національною безпекою** розуміють систему заходів, спрямованих на запобігання й ліквідацію загроз для стійкого розвитку *особистості, суспільства, економіки й держави*.

Національна безпека складається із зовнішньої і внутрішньої безпеки.

Зовнішня безпека має два рівні: загальнопланетарний (глобальний) і міждержавний. Зовнішня безпека залежить від екологічного, військового, радіаційного, епідеміологічного, кримінального, природного, культурно-морального та інформаційно-психологічного чинників.

Внутрішня безпека пов'язана із загрозами економічного характеру, наприклад, перетворення ринку на кримінально-монопольний, а також загрозами військового перевороту, витоку інформації, здійснення терористичних актів, виникнення надзвичайних подій соціального, політичного, психологічного, природного, біологічного й технічного походження, недотримання Конституції та прав людини.

Забезпечення системи національної безпеки здійснюється на різних рівнях: міжнародному, державному, регіональному, організаційному й особистісному.

Залежно від джерела походження виокремлюють такі типи загроз:

- природні (повені, землетруси, бурани, цунамі та ін.);
- епідеміологічні (епідемії);
- техногенні (катастрофи, вибухи, пожежі та ін.);
- політичні;
- соціальні;
- економічні;
- психологічні.

Центральними поняттями теорії безпеки є поняття «загроза», «небезпека», «шкода», «збиток», «ризик» та ін. Іноді ці поняття вживають як синоніми, іноді – як зовсім різні явища.

НЕБЕЗПЕКА – це сукупність умов і чинників, які спричинюють порушення нормального функціонування й розвитку людини чи суспільства.

Процес впливу небезпеки на ту чи іншу систему має певну структуру. Структура цього процесу збігається зі структурою будь-якої дії. можна виокремити *статичний* і *динамічний аспекти* процесу впливу небезпеки. *Статичний аспект* містить: джерело (суб'єкт) небезпеки; об'єкт, якому загрожує небезпека; засіб, яким джерело небезпеки впливає на об'єкт небезпеки. *Динамічний аспект* містить: ціль, яку ставить джерело небезпеки щодо об'єкта; процес самого впливу джерела небезпеки на об'єкт; результат цього впливу.

I. Щодо джерела небезпеки всі небезпеки можна класифікувати за:

- сферами виникнення;
- швидкістю розвитку (наростання) небезпеки;
- зарядом деструктивності, закладеним у небезпечі.

II. Щодо об'єкта небезпеки всі види небезпеки можна класифікувати за:

- рефлексією;
- сприйняттям;
- ступенем інформованості про небезпеку;
- здатністю усунути небезпеку;
- ступенем підготовленості до реакції на небезпеку;
- ступенем усвідомлення об'єктом можливих наслідків у результаті дії цієї небезпеки;
- ступенем загрози об'єкту;
- вивченням об'єктом небезпек, які йому загрожують.

III. Щодо засобів дії небезпеки їх можна класифікувати за:

- структурною організацією;
- можливістю протидії цим засобам.

IV. Щодо мети, яка міститься в джерелі небезпеки, усі небезпеки можна класифікувати за:

- наявністю мети;
- спрямованістю мети;
- кількістю об'єктів, на які спрямовано дію джерела небезпеки.

V. Щодо процесу впливу небезпеки на об'єкт, всі небезпеки можна класифікувати за:

- способом впливу на об'єкт;
- часом впливу на об'єкт.

VI. Щодо результату впливу небезпеки на об'єкт, усі небезпеки можна класифікувати за ступенем допустимого впливу небезпеки на об'єкт.

Однак важливо враховувати, що залежно від підходу до тлумачення цих дефініцій, їхній зміст значно відрізнятиметься. Зокрема, із правового

погляду небезпеку розуміють по-своєму, із психологічного – інакше. Загалом, є об'єктивне й суб'єктивне тлумачення цього явища.

Рівень небезпеки може бути *високим, середнім і низьким*. Критеріями кожного з цих рівнів є ступінь соціальної напруженості, дезорганізації, конфліктності та ін.

Часто виникання конфліктів спричинює сама влада, яка виконує різноманітні функції. Влада – це соціальний інститут. Як соціальний інститут у різних типах держав влада виконує різноманітні функції: за тоталітарного режиму – одні, за демократичного – інші. Однак влада – це здатність і можливість психологічно впливати на діяльність, поведінку людей за допомогою певних засобів: волі, авторитету, права, насильства. У владних відносинах має бути не менше двох суб'єктів, якими можуть бути окремі особи або «колективна особа» (партія, організація, комітет, рада та ін.).

Суспільні закони – закони співпраці та взаємовпливу почуттів, бажань і уявлень людей, які вступили до суспільної взаємодії. Однак будь-яка співпраця – це дії людей, які мають певну спрямованість та допускають певну силу, а саме – владу. Влада народжується із самим суспільним процесом, тому що він є однією з необхідних умов її функціонування. Влада є силою непрямую, але водночас її саму породжують суспільні сили.

Суспільство загалом і конкретні спільноти зокрема не можуть нормально функціонувати без забезпечення їхньої безпеки. Суспільна стабільність, національна згода, соціальна співпраця і партнерство, міжгрупова взаємодія, міжетнічне спілкування неможливе без існування такого соціального інституту, як безпека.

При цьому її насамперед варто розглядати як соціальну цінність, як соціально-психологічний стан, а не як певний орган.

Безпека є умовою особистісного росту, самоактуалізації «Я». Її відсутність спричинює деформацію людини: травмування «Я», перекручування самооцінки, звуження кола спілкування, духовного й культурного зубожіння. Безпеку кожної особистості потрібно забезпечувати насамперед. При цьому держава зобов'язана в особі відповідного органу бути захисником інтересів нації і людини. Право має бути гарантом таких умов, тобто повинне забезпечувати дотримання прав людини. Водночас історія дає чимало прикладів виродження держави у свою протилежність, коли вона із засобу безпеки перетворюється на головне джерело небезпеки для суспільства і його членів.

Суспільну систему безпеки творять і здійснюють члени суспільства, їхні об'єднання, партії, рухи, фонди. Тобто вони становлять сукупність суспільних, недержавних структур, які діють у різних сферах безпеки в будь-яких масштабах – від держави до окремої особистості.

Виникнення численних структур, орієнтованих на безпеку, відбувається, як правило, стихійно і спонтанно й нерідко є реакцією людей на реальне чи ймовірне виникнення загрози, небезпеки їхньому укладу життя, потребам чи інтересам. Отже, усвідомлено чи підсвідомо,

суспільство ніби включає додаткові суспільні механізми свого захисту, намагається страхувати себе від ще більших негараздів.

Особливо життєво важливого значення набувають суспільні механізми захисту в умовах, коли владні структури, які повинні забезпечувати безпеку громадян, суспільства й держави, виявляються недієздатними чи діють усупереч їхнім інтересам. Якщо до влади приходять особи, які відповідають очікуванням народу, то вони можуть розраховувати на підтримку суспільних сил безпеки. У критичних ситуаціях така підтримка може мати навіть більше значення, ніж традиційна опора на державні структури безпеки (армію, правоохоронні органи та ін.).

Головне, що об'єднує учасників суспільної системи безпеки, а також останню з державною системою безпеки, – сутність кінцевих цілей щодо соціального обслуговування суспільства. Саме це забезпечує умови для нормального життя людей, їхні потреби в безпеці, тобто в надійному захисті від усього, що ставить під удар їхнє життя й здоров'я, матеріальну забезпеченість, духовні цінності, упевненість у своєму майбутньому. При цьому йдеться про задоволення потреб у безпеці за допомогою соціально-позитивних способів і засобів, а не через належність до суспільно небезпечних форм об'єднання людей: структур організованої злочинності, шовіністичних партій та ін.

Суспільна безпека пов'язана із соціальною стабільністю суспільства й економіки, ефективною соціальною політикою, розгалуженою мережею соціальних служб у різних сферах.

Завдання суспільної системи безпеки:

- захист життєвого простору суспільства;
- контроль над владою;
- контроль за інформаційними потоками і впливом;
- захист від духовної агресії;
- захист від злочинності;
- суспільна експертиза всіх державних і суспільних проектів на предмет їхньої відповідності суспільним, особистісним, державним цілям, ідеалам, цінностям, інтересам.

Але насамперед призначення суспільної безпеки – у захисті суспільства, людини від зловживань влади, від самоправності, самодурства й непрофесіоналізму, національного зрадництва чиновників, соціальних і природних нещасть, міждержавних і громадянських воєн. Наявність й одночасне функціонування суспільної і державної систем безпеки створюють ту необхідну рівновагу, яка здатна зберегти і суспільство, і державу від розвалу, від скочування до авторитаризму, тоталітаризму, диктатури, від потрясінь і лих, революцій, контрреволюцій, переворотів і путчів, від поневолення і втрати національних ресурсів.

Власне *психологічна складова* (підсистема) системи національної безпеки є важливою. Однак на неї чомусь звертають мало уваги. Проте вона, по-перше, так чи інакше наявна в кожній складовій усїєї системи, національної безпеки, оскільки кожна з них є специфічним психічним з

певним, позитивним або негативним, психоенергетичним потенціалом (див. главу 4).

22.2. Психологічна підсистема системи національної безпеки

Психологічна складова (підсистема) системи національної безпеки виражається сукупністю індивідуально-психологічних, соціально-психологічних, політично-психологічних, релігійно-психологічних, морально-психологічних, етнопсихологічних та інших чинників, які здійснюють певний вплив на соціальну психіку народу (як державно-політичну націю), зумовлюючи появу певного психічного стану окремого громадянина та соціально-психологічного стану суспільства загалом.

Психологічна підсистема системи національної безпеки містить такі компоненти:

- психічне здоров'я окремих громадян;
- психічне здоров'я окремих соціальних груп;
- інформаційно-психологічний;
- соціально-психологічний;
- морально-психологічний;
- політико-психологічний;
- етнопсихологічний;
- індивідуально-психологічний;
- владно-психологічний та ін.

Коротко розглянемо їх. Психічне здоров'я окремих громадян і соціальних груп суттєво впливають на національну безпеку. У психологічних словниках психічне здоров'я найчастіше визначають як «стан душевного благополуччя, для якого характерна відсутність хворобливих психічних виявів і який забезпечує адекватне умовам навколишньої дійсності регулювання поведінки, діяльності». Власне це визначення психічного здоров'я цілком узгоджується з визначенням здоров'я, яке сформулювали експерти Всесвітньої організації охорони здоров'я: «Здоров'я – стан повного фізичного, розумового і соціального благополуччя, а не лише відсутність хвороб чи фізичних дефектів».

Загалом психічне здоров'я вивчає така наука, як психогігієна. Тому Х. Менг у статті «Психогігієна і всесвітній рік психічного здоров'я – учора, сьогодні, завтра» з нагоди Міжнародного року психічного здоров'я за домовленістю між *Всесвітньою організацією охорони здоров'я (ВООЗ)* і *Всесвітньою федерацією психічного здоров'я (ВФПЗ)*, визначає психогігієну як «науку та практику, яка спрямована на збереження психічного здоров'я кожної окремої людини і суспільства загалом».

Німецький дослідник К. Гехт розкриває її ширше: «Під психогігієною ми розуміємо профілактичну охорону психічного здоров'я людини через створення оптимальних умов функціонування мозку і певного розвитку психічних властивостей особистості, покращення умов праці та життя, встановлення багатосторонніх міжособистісних стосунків,

а також через підвищення опору психіки людини шкідливим впливам навколишнього середовища».

У свою чергу, російський дослідник Л.В. Куліков, підтримуючи загалом визначення психічного здоров'я ВООЗ, акцентує увагу на тому, що його (психічне здоров'я) «неможливо визначити без урахування суспільних і групових норм і цінностей, багатьох інших явищ духовного життя людини (певного суспільства, конкретного історичного періоду)».

Відомий психолог Заходу А. Маслоу психічне здоров'я розглядає як наслідок повної задоволеності. Згідно з його поглядами, здорова людина – це щаслива людина, яка живе в гармонії сама зі собою, не відчуває внутрішнього розладу і т. ін. Психічно здоровим людям, згідно з А. Маслоу, властиві, зокрема: здатність любити і бути любленими, відсутність підозрілості; відмова від усіх засобів внутрішнього захисту, безмежна довіра в любовних стосунках, взаємна турбота і відповідальність, внутрішня гармонія, життєрадісність і т. ін.

На думку С.Д. Максименка, *психічне здоров'я* потрібно розуміти як аспект здоров'я загалом, який наголошує на етапі душевного комфорту, відсутності патологічних психічних виявів і здатності до ефективної діяльності й саморегуляції відповідно до власних (відрефлексованих) цілей та інтересів людини.

Психічне здоров'я людини – це наявність у її психіці активних і пасивних залежних патернів, що постійно генерують позитивний психоенергетичний потенціал, який забезпечує усвідомлене позитивне сприйняття навколишнього світу, гармонію з ним і з собою, особистісний оптимізм та задоволення від життя.

Коли йдеться про психічне здоров'я людини, то маємо на увазі таких людей, у яких нема патології, а психічні відхилення або відсутні, що, фактично, є ідеальним результатом, або мають ненормативний (але не аномальний, не ненормальний) характер. Тому психічне здоров'я людини загалом може бути *відмінним, хорошим, задовільним і поганим*.

Критеріями психічного здоров'я людини є:

- адекватний до віку рівень зрілості пізнавальної, емоційно-почуттєвої та вольової сфер особистості;
- здатність керувати своєю поведінкою;
- здатність вибирати життєві цілі та розумно планувати їхнє досягнення;
- особистісний та соціальний оптимізм;
- задоволення від діяльності, особистого й суспільного життя, спілкування, споглядання картин природи;
- розуміння прекрасного, комічного й трагічного;
- відповідність суб'єктивних образів об'єктам, які відображаються, а характеру реакції – зовнішнім подразникам;
- здебільшого стабільний позитивний настрій;
- адаптивність у мікросоціальних відносинах;
- відчуття щастя тощо.

На порушення психічного здоров'я впливає низка чинників. Серед них – **тривала дія негативних емоцій**, що генерує негативну психоенергію.

Негативним чинником також є *духовна, соціальна, емоційна і фізична депривація*. На психічне здоров'я людей у суспільстві негативно впливає надмірна матеріалізація соціального життя, яка вимагає великої затрати часу, а також відмова від духовних цінностей на користь матеріальних.

Відсутність духовного (духовна депривація) і позитивного емоційного навантаження на психіку людини (емоційна депривація) зумовлює поступове збільшення негативного психоенергетичного потенціалу, який сформувався внаслідок дії негативних емоцій (через конфлікти, сварки, невдачі, розчарування, страхи, бездуховність, втрату близьких, несправедливість, негативізм, відсутність перспективи, незадоволення своїм становищем у суспільстві тощо). Цей негативний психоенергетичний потенціал спричинює психічні розлади, нервові зриви, депресивні стани та ін., що знижує психічне здоров'я людини.

Важливим чинником, який впливає на психічне здоров'я громадян, є **соціальна справедливість чи несправедливість**. Несправедливість, як негативне зовнішнє психічне, породжує страждання, відчай, злість, розчарування, а також сприяє розвиткові агресивності, нетерпимості, конфліктності. Вона руйнує особистісний і соціальний оптимізм, спричинює тривалі негативні почуття й настрої, формує негативні установки, що знижує психічне здоров'я людини.

Соціальний оптимізм, як чинник психічного здоров'я громадян, полягає в тому, що він генерує позитивну психоенергію. Його основою є *віра в майбутнє* – це те психічне, яке генерує позитивну психоенергію. Без нього неможливо змінити суспільство, налагодити ефективне виробництво, одне слово, творити в ім'я процвітання держави, нації, суспільства, кращої долі кожної людини.

Соціально-психологічний чинник пов'язаний із суспільною дійсністю, вплив якої на соціальну психіку насамперед визначає соціально-психічні стани суспільства та його соціально-психічну атмосферу.

До головних суспільних чинників, які визначають психічне здоров'я громадян, належать:

- соціальні й політичні конфлікти та нестабільність;
- наявність роботи чи безробіття;
- позиція і змістовна спрямованість засобів масової інформації (ЗМІ);
- соціальна бідність;
- тривала дія негативних емоцій;
- духовна, соціальна, емоційна і фізична депривація;
- соціальна справедливість чи несправедливість;
- правова захищеність чи незахищеність;
- соціальний оптимізм;

-
- співвідношення матеріальних і духовних потреб у суспільстві;
 - релігія;
 - соціальна деградація;
 - соціально-психічна єдність суспільства та ін.

Під впливом цих чинників відбуваються зміни в соціальній психіці народу (суспільства).

Соціальна психіка народу – це багаторівневе, багатосистемне цілісне незалежне від індивіда утворення, яке забезпечує його спільну життєдіяльність за посередництвом єдиного світовідчуття, світосприймання, світорозуміння й світопочуття, сформованих на основі реалізації єдиного смислу спільності. *Соціальна психіка* – це особливий внутрішній світ людської спільноти. Вона – особливе зовнішнє загальне психічне, у якому інтегровано відображається вся сукупність соціально-психологічних явищ, які наявні у певній людській спільноті (соціальній групі, суспільстві та ін.), а також психічне минулого.

Соціальна психіка – це психоенергетичний потенціал великої сили, який впливає на індивідуальні психіки членів групи, скеровуючи їх на реалізацію смислу спільності життєдіяльності.

Загалом *соціальна психіка народу* – це особливе зовнішнє психічне, що існує поза індивідом, але яке однозначно стає «присутнім» в індивідуальній психіці у процесі національної життєдіяльності.

Це зовнішнє психічне містить не лише здатність відображати соціальну дійсність, а й смисло-, історико- та ідейно-стимулюючі аспекти, а також патерни, які містять інформацію про націю, державність, характер перебігу соціальних, економічних, політичних і духовних процесів, про протиборство у світі, національні інтереси та ін.

Отже, *соціальна психіка народу* – це складне, багаторівневе, системне, цілісне суще утворення, яке виявляється як інтегрована взаємодія ментально-психічного, духовно-перцептивного, психокомунікативного, емоційно-почуттєвого і спонукально-вольового, а одночасно є основою, рушійною і керуючою силою національної життєдіяльності та розвитку. У ній відображено інтегровану єдність функціонування всієї сукупності соціально-психологічних явищ, процесів, понять, значень, смислів, вірувань, традицій, звичаїв, стереотипів, ціннісних орієнтацій, установок та іншого, що впливає на поведінку та діяльність народу (етносу) і його соціально-психічний стан.

Суспільство може перебувати в одному з трьох станів:

- соціально-психологічної стабільності;
- соціально-психологічного напруження;
- соціального психозу.

Кожен з цих станів може мати три рівні вираження: *низький, середній і високий*.

Безумовно, стан соціально-психологічного напруження, тим більше стан соціального психозу, негативно впливають на психічне здоров'я громадян.

Динамічними елементами соціально-психологічного стану суспільства є: соціальна взаємодія; соціальна агресивність; соціальні почуття; соціальний настрій; соціальний оптимізм; соціальне самопочуття; соціальні ціннісні орієнтації; ставлення до влади; соціальна совість.

Що сприяє формуванню такого стану? Насамперед це виникнення негативних соціально-психологічних явищ або руйнівної психології, яка сформувалася в Україні.

Під руйнівною психологією слід розуміти відповідні стиль мислення, суспільну (колективну) свідомість і самосвідомість, установки, ціннісні орієнтації, стереотипи та інші утворення різних етнічних суспільств, політичних партій, організацій та окремих індивідів, які сприяють формуванню негативних соціально-психологічних, політико-психологічних, морально-психологічних і психологічних явищ, що руйнують соціально-психологічну єдність народу (суспільства), дезорганізують функціонування його соціальної психіки та сприяють виникненню негативних соціально-психологічних станів.

Водночас руйнується соціально-психологічна єдність державно-політичної нації (народу, суспільства).

Різні етнічні спільноти, соціальні групи та окремих індивідів об'єднує в одне ціле – державно-політичну націю – не загальна територія, навіть не спільна економіка, а смисл спільності, на основі якого через зміни в соціальній психіці народу формується його соціально-політична єдність. Вона є похідною від функціонування всієї соціальної психіки народу та виражає специфічне психічне із сильною позитивною психоенергією.

Соціально-психологічну єдність народу можна виразити через її складові, а саме соціоінтеріоризаційну, духовно-перцептивну, морально-перцептивну, політично-інтеріоризаційну, емоційно-почуттєву та раціонально-вольову.

Тому сьогодні як ніколи актуальним є питання виховання нації, тобто формування її соціально-психологічної єдності, до якої входять насамперед духовно-психологічна, емоційно-почуттєва, спонукально-вольова (зокрема політична) і психокомунікативна складові.

Таке виховання можливе через формування національної свідомості і самосвідомості, національних почуттів, національної волі, національної гордості й гідності, національного патріотизму.

Національна свідомість віддзеркалює здатність нації та її представників до адекватного відображення навколишнього світу, національного простору і часу, смислів життєдіяльності, інших етнічних спільнот, націй і народів, їхніх ідей, інтересів, прагнень і смислів, до визначення зв'язків і залежностей між національними і соціальними планетарними та суспільними процесами, до вироблення на основі цього ставлення до них, а також до творення свого майбутнього, у тому числі незалежності, державності.

Функції національної свідомості полягають у формуванні національних цілей і завдань життєдіяльності, у попередньо осмисленій

побудові стратегії й тактики своїх дій, у передбаченні їхніх результатів і наслідків, у виробленні ставлення нації до соціальних подій і фактів, у регулюванні своєї поведінки й діяльності. У ній можна виокремити політичну, правову, релігійну, моральну та інші складові.

Морально-психологічний компонент відображає моральні засади функціонування суспільства як мотивацію поведінки й діяльності його членів, різних соціальних груп, зокрема політичних партій і блоків.

Політично-психологічний компонент відображає вплив на соціальну психіку окремих спільнот і народу, а також індивідуальні психіки громадян, як специфічного зовнішнього психічного з позитивним або негативним психоенергетичним потенціалом.

В Україні нараховують уже понад 100 політичних партій, більшу частину з яких створено під «лідерів» для задоволення їхніх власних потреб і лобіювання кланових інтересів. Більш ніж 95 відсотків з них не мають необхідної соціальної бази і свого електорату. Між ними йде боротьба не так за виборювання політичного іміджу і влади, як за завоювання економічного простору в Україні й збагачення.

Етнопсихологічний компонент відображає психологічний характер взаємодії етнічних спільнот у суспільстві.

Релігійно-психологічний компонент відображає вплив діяльності міжконфесійних стосунків як специфічного психічного на соціальну психіку народу.

Нині спостерігаємо такий ріст бездуховності, що наближає нас до межі, де діє принцип: «Людина людині – вовк». Люди втрачають людяність, гідність, моральність, доброту, честь, совість і навіть Бога у своїй душі. Посилюються обман, недовір'я, злоба, заздрість, лицемірство, байдужість до долі ближнього: дитини, інваліда, пенсіонера, безробітного, знедоленого тощо.

Бездуховність призвела до того, що для багатьох громадян гроші стали єдиним «богом», якому вони поклоняються й моляться. Для них гроші – це сенс, це їхня віра, їхній стиль життя і мислення. Гроші за будь-яку ціну, гроші в обмін на честь, віру, совість і навіть життя інших.

Релігія може бути і позитивним, і негативним чинником впливу на психічне здоров'я громадян і національну безпеку. Але сьогодні в Україні, наприклад, більше наявний, на нашу думку, традиційний підхід до віри у Бога, ніж смисловий, бо вона (віра) не вросла в людські серця і душі – Божі заповіді ще не стали сутністю дій і вчинків тих, хто істинно вірує, живе з Богом у серці.

Владно-психологічний компонент відображає вплив, який здійснює влада на людей, замінюючи їхні психічні параметри, як-от: ціннісні орієнтації, морально-психологічні установки, самосвідомість і свідомість та ін.

Якщо говорити про владу як про нормальний соціальний інститут, то основною його функцією є забезпечення прав і свобод особистості й загалом національної безпеки країни.

Є світові стандарти, правові критерії якого визначають «норму» влади, а саме:

- поділ функцій;
- виборність;
- верховенство закону;
- можливість партії (коаліції, блоку), яка перемогла на виборах в умовах багатопартійної системи, формувати уряд і реалізовувати програму, за яку проголосувала більшість;
- контроль з боку парламенту за виконанням бюджету;
- забезпечення прав і свобод особи;
- наявність легальної опозиції та ін.

Існують також моральні, організаційно-управлінські, соціальні, економічні критерії влади, зокрема якість добробуту, освіти, тривалість життя народу.

Однак влада як абсолютно нормальний соціальний інститут практично не існує. В умовах соціальної нерівності завжди виникають ускладнення, відносини залежності, примусу, насильства, що здійснюються за допомогою сили і засобів, які підпорядковані владі. Але ця обставина не завжди засвідчує деформацію влади, оскільки виконання нею своїх функцій найчастіше пов'язано з виправданим примусом.

Деформація влади означає невиконання стосовно її компетенції різноманітних функцій або виконання дисфункцій.

Виокремлюють такі ознаки деформації влади:

- узурпація, відсутність виборності, поділу функцій між виконавчою і представницькою владами, самоврядування на муніципальному рівні та інші аналогічні обставини;

- наявність подвійних стандартів, переслідування опозиції, інакомислення, неправди, відсутність відкритості, порушення прав і свобод особи, незабезпечення національної безпеки, помилки стратегічного характеру, які спричинюють катастрофічні наслідки;

Деформована влада функціонує на певному психологічному підґрунті, зокрема на безкарності, безконтрольності, подвійній моралі, низькій самосвідомості чиновників, низькій державній дисципліні, хабарництві, почутті тимчасовості при владі, бездуховності та ін.

Дисципліна — одна з найбільших, яку не всі ще, на жаль, усвідомили, людська цінність, досягненням якої гордяться народи, країни, партії, великі й малі організації, окремі колективи й окремі особистості.

Справжня дисципліна — це наскрізна складова цивілізації, людської культури, демократичності суспільства. Добробут і процвітання народу, його економічне піднесення, культура, екологія, гуманність, обороноздатність, захищеність особистості, свобода — усе це спирається на хорошу дисципліну, яка пронизує всі політичні, економічні, соціальні й духовні структури зверху донизу.

Інформаційно-психологічний компонент характеризує вплив інформації як зовнішнього психічного на індивідуальну психіку кожного громадянина й соціальну психіку спільнот і виражається в тому,

що будь-яка інформація – це специфічне психічне, яке позитивно, нейтрально або негативно впливає на індивідуальні психіки окремих громадян і соціальну психіку суспільства загалом.

Сьогодні війни можна вести і без застосування військової сили, тобто психологічним й інформаційно-психологічним способом. Спроби впровадження інформаційного тоталітаризму (експансіонізму) пов'язані з боротьбою за розширення сфер контролю за допомогою засобів масової інформації. При цьому йдеться не просто про контроль та врахування суспільної думки, а й, головним чином, про масове маніпулювання, створення автоматично конформної особистості. У зв'язку з цим постає проблема створення *інформаційно-психологічної безпеки* особистості й суспільства, включаючи телевізійне насильство.

Відомо, що на психологічну складову впливає *позиція і змістова спрямованість засобів масової інформації (ЗМІ)*. На жаль, держава часто не здійснює контролю за їхнім впливом на соціальну психіку суспільства та окремих людських спільнот, а також на індивідуальну психіку кожного громадянина. Нині є всі підстави стверджувати, що, наприклад, в Україні загалом не враховують характеру впливу ЗМІ на настрої, емоційні стани, активність та установки громадян, особливо молоді.

Засобами впливу на соціальні психіки людських спільнот та індивідуальні психіки громадян є тон інформації про різні аспекти життя в країні, співвідношення позитивної та негативної інформації, оцінка соціальної та економічної ситуації, інтерпретація дій центральної та місцевих органів влади, повідомлення про успіхи або невдачі в різних сферах життя країни, полярність емоційного супроводу, вибір контексту повідомлень і т. ін.

Одну й ту саму інформацію можна подати по-різному, отримуючи діаметрально протилежні емоційні ефекти й психологічні наслідки. Зрозуміло, що зараз найважливішим засобом масової інформації є телебачення, яке володіє могутнім потенціалом впливу на соціальні психіки людських спільнот та індивідуальні психіки громадян.

Певним чином побудована й подана інформація здійснює психологічний вплив. Різні форми (реклама, кліпи, висловлювання, цитати, умовиводи, інтерв'ю тощо), підсилені яскравістю, емоційністю, образністю, і нав'язливо пропонувані, не дають змоги образній та емоційній пам'яті звільнитися від них, оскільки вони, як правило, не влітаються в структуру інтелекту у звичайній для перероблення формі, їх коди не збігаються з кодами того психічного, що є у психіці. Як наслідок, ця інформація стає певною мірою таким психічним, потенціал якого чинить вплив на інше психічне, – наявні у психіці *активні та пасивні залежні патерни* (АПЗП). У цьому разі сприйнята інформація в різних формах перетворюється у психіці на *активні незалежні патерни* (АНП), які генерують психоенергію певної полярності. Вона може бути і позитивною, і негативною, дестабілізуючою, руйнівною.

Наприклад, числову інформацію, цитати з промов політиків і багато іншого можна супроводжувати різним коментарем, образним

оформленням, музикою, кліпами, кінозамальовками тощо. Із висловлювань політиків, їхніх інтерв'ю, реплік, окремих фраз пересічних громадян і навіть перехожих для телерепортажів часто відбирають для показу (рідко йде прямий ефір) одні та відкидають інші. Такі висловлювання, відібрані за певним принципом чи тенденцією, можна подавати як думку чи позицію окремих верств населення або народу загалом.

Телебачення може використовувати потрібну кількість повторів, що з психологічного погляду має сильний сугестивний ефект. Аргументація в разі такого навіювання не обов'язкова, оскільки часто не заторкує раціонального. У підсвідомість легше проникають прості тези.

Коли висувають тезу «факти говорять самі за себе», то це правильно тільки наполовину, оскільки, з одного боку, факт є психічним, яке здійснює безпосередній вплив на соціальні та індивідуальні психіки, а з іншого – він існує лише в описі й трактуванні людей. А люди, пояснюючи певний факт, інтерпретують його залежно від своїх потреб, інтелектуального рівня розвитку, економічної, релігійної чи етнічної позиції.

Негативний вплив на психічне здоров'я чинить також реклама. Її психоенергія проникає у підсвідомість, де здійснює руйнівний вплив на психічне, яке має протилежну (позитивну) полярність, але однаковий код.

Наприклад, рекламні кліпи спиртних напоїв, цигарок, інших товарів чи послуг, у яких є картини оголених чи напівоголених жінок, інтимних частин їхнього тіла, еротики, еротичної міміки і пантоміміки, подані добре в наочно-образному, динамічному, дискретно-часовому й емоційно забарвленому вигляді, часто викликають асоціації насолоди від вживання спиртних напоїв, куріння, еротики й сексу та ін. На цій основі вони глибше проникають в образну та емоційну пам'ять, на рівень підсвідомості й стають психічним, яке руйнує раніше утворені позитивні образи й емоції, стимулює до вживання спиртних напоїв, куріння, наркоманії, легкого, безтурботного й веселого життя, до бажання нерозбірливого сексу, насилля тощо. А це, у свою чергу, призводить до того, що молодь майже вся курить, постійно вживає спиртні напої, а насолоду й секс вважає ледь не сенсом життя. Унаслідок цього також руйнуються сім'ї, залишаються без догляду діти, зростає безвідповідальність тощо.

Отже, психологічна складова є важливим компонентом системи національної безпеки будь-якої держави.

Контрольні питання:

- Що розуміють під національною безпекою?
- Які загрози впливають на ступінь національної безпеки?
- Чим відрізняються між собою національна безпека, соціальна безпека та особистісна безпека?
- У чому виявляється психологічна складова (підсистема) системи національної безпеки?

- Охарактеризуйте компоненти психологічної складової національної безпеки, зокрема України.
- Яким чином психічне здоров'я окремих громадян і соціальних груп впливає на національну безпеку?
- Які чинники руйнують соціальну психіку народу, спричинюючи його негативні соціально-психологічні стани? Як це впливає на національну безпеку?
- Охарактеризуйте вплив на національну безпеку інформаційно-психологічного компоненту.
- Чи впливають дії влади на психологію поведінки громадян і соціальних груп? Як це відбувається?

Література:

Андрусенко В.А. Социальный страх. – Свердловск, 1991.

Андрусак В. Права людини в системі ідеологічних цінностей // Студії політичного центру «Генеза». – № 1. – 1996.

Берстнев Г.И. Самосознание личности в аспекте языка // Вопр. языкознания. – № 1. – 2001. – С. 60–84.

Бойко В.В., Ковалев А.Г., Парфенов В.Н. Социально-психологический климат коллектива и личность. – М.: Мысль, 1983.

Варій М.Й. Основи соціальної психології військового колективу. Монографія. – Львів: Сполом, 2000.

Варій М.Й. Соціальна психіка нації / Наукова монографія. – Львів: Сполом, 2002.

Василюк С. Корумпована Феміда // Розбудова держави. – № 4. – 1997.

Васькович Й. Правосвідомість та її вплив на менталітет українського народу // Право України. – № 6. – 1998.

Вичев В. Мораль и социальная психика. – М.: Прогресс, 1978.

Жижек С. Возвышенный объект идеологии. – М., 1999 – С. 305.

Годика Ю.М. Державно-правова конфліктологія як важливий напрямок наукових досліджень // Вісник Академії Правничих наук України. – № 6. – 1996.

Головаха Е.И. Социальное безумие: история, теория и современная практика. – К., 1994.

Кричевский Р.Л., Дубовская У.М. Психология малой группы: теоретический и прикладной аспекты. – М.: Изд. МГУ, 1991.

Лихачев С.Д. Концептосфера русского языка // Изв. РАН. Сер. лит. и язык. – М., 1988. – С. 258 – 280.

Личность. Общение. Групповые процессы. Современные теории и практические исследования // Сборн. научн. трудов. – М., 1991.

Лобанова А.С. Груповий егоїзм у сфері відносин колективної і кооперативної форм власності. – К., 1994.

Лутошкин А.Н. Эмоциональные потенциалы коллектива. – Кострома, 1988.

Мельник М.І. Політична активність особистості в системі національної безпеки України. – К., 1992.

Мілош Ч. Поневолений розум // Всесвіт. – № 7–10.

Мигаль С.М. Популізм в політичному житті суспільства. – Одеса, 1997.

Околешникова А.П. Межэтническое восприятие и понимание людьми друг друга // Автореф. канд. психол. наук. – МГУ. – 1988.

Петровский А.В., Шпалинский В.В. Социальная психология коллектива: Учеб. пос. – М.: Просвещение, 1978.

Розанов А., Шарапов А. Безопасность: подходы Запада. – Минск: Універсітэцкае, 1994. – 124 с.

Социальная и военная психология / Под ред. Н.Ф. Феденко. – М.: ВПА, 1990.

Танчер В. Між ностальгією та сподіванням // Розбудова держави. – № 5, 6. – 1998.

Унамуно М. де. О трагическом чувстве жизни у людей и народов // Вопр. филос. – № 10. – 1991.

Фещенко П.І. Особа в контексті взаємодії політики і релігії. – К., 1997.

Шкляр Л.Є. Етнонаціональні чинники державотворення: політологічний аналіз. – К., 1996.

НАВЧАЛЬНЕ ВИДАННЯ

Мирон Йосипович ВАРІЙ

ПСИХОЛОГІЯ

2-ге видання

НАВЧАЛЬНИЙ ПОСІБНИК

Керівник видавничих проектів – Б. А. Сладкевич
Оригінал-макет підготовлено ТОВ “Центр учбової літератури”
Дизайн обкладинки – Б. В. Борисов

Підписано до друку 05.09.2008. Формат 70x100 1/16.
Друк офсетний. Гарнітура PetersburgC.
Умовн. друк. арк. 18.
Наклад 1000 прим.

Видавництво “Центр учбової літератури”
вул. Електриків, 23
м. Київ, 04176
тел./факс 425-01-34, тел. 451-65-95, 425-04-47, 425-20-63
8-800-501-68-00 (безкоштовно в межах України)
e-mail: office@uabook.com
сайт: WWW.CUL.COM.UA

Свідоцтво ДК №2458 від 30.03.2006