

**Міністерство освіти і науки України  
Міністерство охорони здоров'я України  
Комунальний заклад вищої освіти  
«Рівненська медична академія»  
Рівненської обласної ради**

**В. Ю. Прокопчук**

**Проблема особистості у  
загальній та медичній  
психології  
ПРАКТИКУМ**

*Навчальний посібник*

**Рівне - 2019**

УДК 159.97:61

П80

**Рецензенти:**

**Примачок Л. Л.**, кандидат педагогічних наук, доцент Національного університету водного господарства та природокористування;

**Шарана Г. Ф.**, кандидат педагогічних наук КЗВО «Рівненська медична академія».

*Рекомендовано вченою радою Комунального закладу вищої освіти  
«Рівненська медична академія» Рівненської обласної ради.*

*Протокол № 2 від 21 листопада 2018 р.*

**П80** Проблема особистості у загальній та медичній психології. Практикум : навч. посіб. [Електронне видання] / В. Ю. Прокопчук. – Рівне : НУВГП, 2019. – 204 с.

**ISBN 978-966-327-422-5**

Навчальний посібник розроблено для вищих медичних навчальних закладів I-II рівнів акредитації, які здійснюють підготовку молодших спеціалістів відповідно до освітньо-кваліфікаційної характеристики і освітньо-професійної програми підготовки молодших спеціалістів.

Посібник є частиною курсу з предмету «Основи загальної та медичної психології» для вивчення розділу «Особистість» при викладанні предмету. Він надасть змогу студентам використати поданий їм матеріал з найбільшою долею ефективності, доцільно опрацювати його, набути знань, умінь та навичок у виконанні завдань, тестів та методик.

**УДК 159.97:61**

**ISBN 978-966-327-422-5**

© В. Ю. Прокопчук, 2019

© КЗВО «Рівненська медична академія», 2019

© НУВГП, 2019

## ЗМІСТ

ПЕРЕДМОВА.....	4
<b>ТЕМА I.</b> Психологія як наука. предмет, методи та завдання загальної та медичної психології .....	6
<b>ТЕМА II.</b> Особистість. психологічні якості особистості .....	30
<b>ТЕМА III.</b> Психічні якості особистості. темперамент, характер, здібності .....	58
<b>ТЕМА IV.</b> Пізнавальна діяльність особистості (відчуття, сприймання, пам'ять) .....	105
<b>ТЕМА V.</b> Пізнавальна діяльність особистості (мислення, увага, уява) .....	141
<b>ТЕМА VI.</b> Емоційно-вольова сфера особистості. Стрес .....	174
СПИСОК ЛІТЕРАТУРИ .....	204

## ПЕРЕДМОВА

Дисципліна “Основи загальної та медичної психології” покликана сприяти розширенню кола знань майбутніх медичних працівників про людську особистість та ідентичність, саме тому посібник-практикум «Проблема особистості у загальній та медичній психології» сприятиме підвищенню психологічної культури для глибшого розуміння себе та інших, для самовдосконалення, пристосування до змін у навколишньому середовищі.

Зокрема висока медична культура, етикетна поведінка, професіоналізм майбутнього медичного працівника, деонтологічна підготовка значною мірою визначаються рівнем педагогічно-психологічної освіти в теоретичному й практичному контексті, а вивчення психології необхідне для підвищення ефективності власної професійної діяльності, найповнішого використання особистісного потенціалу людини, налагодження стосунків між особистостями, членами колективу та формування їх особистісної ідентичності.

Саме тому у пропонованому посібнику міститься різноманітна інформація, що стосується наведених у ньому завдань: відповіді на запитання, рекомендації до виконання вправ, розв’язання тестів, інструкції, ключі і пояснення до психодіагностичних методик.

Зміст передбачає органічне поєднання теоретико-методологічних засад загальної психології і практичних завдань, призначених для цілісного вивчення особистості. Представлено розділи загальної та медичної психології, де розглянуто актуальні методологічні проблеми психології, основні напрями психологічних досліджень, активність особистості її спрямованість відповідно до акцентів на пізнавальній, емоційній та мотиваційній сферах. Описано

категорію діяльності, яка посідає ключове місце у вітчизняній психології, а також такі інструментальні характеристики особистості, як здібності, темперамент і характер.

Пропонований посібник є практичним орієнтиром для вивчення курсу «Основи загальної та медичної психології» для студентів вищих медичних навчальних закладів I-II рівнів акредитації, які здійснюють підготовку молодших спеціалістів відповідно до освітньо-кваліфікаційної характеристики і освітньо-професійної програми підготовки молодших спеціалістів

**ТЕМА I**  
**ПСИХОЛОГІЯ ЯК НАУКА**  
**ПРЕДМЕТ, МЕТОДИ ТА ЗАВДАННЯ ЗАГАЛЬНОЇ ТА**  
**МЕДИЧНОЇ ПСИХОЛОГІЇ**

*"...Там де ми зустрічаємося з життєвими явищами, які представляють два аспекти, фізичний та психічний, природно виникає питання про те, у якому відношенні перебувають ці аспекти один відносно одного"*  
Вільгельм ВУНДТ

**План**

1. Психологія як наука.
2. Предмет психології та її завдання.
3. Основні напрями в сучасній психології. Структура (галузі) психології та її зв'язок з іншими науками.
4. Основні методи психологічного дослідження.

**1. Психологія як наука**

Кожен, хто вивчає психологію і хоче глибше оволодіти цією цікавою наукою, має усвідомити, для чого йому потрібні ці знання. Саме усвідомлення особистісного значення психологічних знань сприятиме засвоєнню складних понять і категорій та їх ефективному використанню в житті, навчанні та професійній діяльності, а саме:

- психологічні знання необхідні для глибшого розуміння себе та інших.
- психологічні знання необхідні для самовдосконалення, пристосування до змін у навколишньому середовищі.
- вивчення психології потрібне для підвищення ефективності власної професійної діяльності,

найповнішого використання особистісного потенціалу людини, формування особистісної ідентичності та налагодження стосунків між членами колективу.

У чому полягає важливість психологічних знань для кожного студента:

---

---

---

---

---

---

---

---

---

---

### **Виникнення поняття «психологія»**

Своєю назвою та першим визначення психологія зобов'язана грецькій міфології. Існує такий міф (легенда):

Єрот, син Афродіти, закохався у дуже гарну молоду жінку Психею. Афродіта була незадоволена, що її син, бог-небожитель, хоче поєднати свою долю з простою смертною, і застосовувала усі зусилля, щоб розлучити закоханих, змушуючи Психею пройти через ряд випробувань. Але кохання Психеї була така сильна, а її прагнення знову зустрітися з Єротом так велике, що це призвело враження на богів і вони вирішили допомогти їй виконати усі вимоги Афродіти. Єроту, у свою чергу, вдалося переконати Зевса – верховне божество греків – перетворити Психею у богиню, зробивши її безсмертною. Так закохані поєдналися назавжди.

Для греків цей міф був класичним зразком справжньої любові, вищою реалізацією людської душі. Тому Психея – смертна, яка отримала безсмертя, – стала символом душі, яка шукає свій ідеал.

**Дайте визначення поняттю:**

**Психологія (гр. psuche – душа, logos – вчення) –**

---

---

---

---

---

---

**Пропишіть два періоди розвитку психології як науки:**

---

---

---

---

---

### **ОСНОВНІ ЕТАПИ СТАНОВЛЕННЯ ПСИХОЛОГІЇ ЯК НАУКИ**

<b>I етап</b>	Таке визначення психології дано <u>понад дві тисячі років тому</u> . Наявністю душі намагалися пояснити всі незрозумілі явища в житті людини
<b>II етап</b>	Виникла у VII ст. у зв'язку з розвитком природничих наук. Здатність думати, бажати називали свідомістю. Основним методом вивчення вважали спостереження за собою (інтроспекція), опис фактів
<b>III етап</b>	Виникла у XX ст. Завдання – спостереження за тим, що можна побачити, а саме: поведінкою, вчинками, реакцією людини. Мотиви, що зумовлюють дії людини, не враховувалися
<b>IV етап</b>	Сформувалася на базі філософії діалектичного матеріалізму. Основою сучасної психології є теорія відображення



## 2. Предмет психології та її завдання

Психологія має тривалу передісторію. Значну зацікавленість викликала на межі XIX і XX ст., експериментальне вивчення психічних явищ і закономірностей почалося з середини XIX ст., а предметом психології людство цікавиться протягом всього свого розвитку. На сьогоднішній день її досягнення потрібні педагогам і лікарям, юристам і політикам, інженерам і військовим, менеджерам і спортсменам.

Дайте визначення поняттю:

Предметом психології є –

---

---

---

---

### Етапи становлення предмета психології як науки

Час виникнення	Провідне поняття	Стисле визначення
		Двійник тіла, що живе власним життям та покидає тіло під час сну, смерті, непритомності
		Нематеріальна, не залежна від тіла пізнавальна та життєдайна основа. В античну епоху ототожнювалась з атомом, вогнем, повітрям, а в епоху середньовіччя – із свідомістю як здатністю до рефлексії.
		Сукупність мотиваційних, пізнавальних та емоційних властивостей індивіда

Час виникнення	Провідне поняття	Стисле визначення
		Сукупність реакцій у відповідь на зовнішні подразники. Згідно з поглядами біхевіористів має бути протиставлена свідомості
		Система уявлень індивіда про себе, що регулює його стосунки з іншими людьми, ставлення до себе, образ власного “Я” з притаманними йому когнітивними, емоційними та оцінково-вольовими компонентами
		Соціально зумовлена система психічних якостей індивіда, яка формується і виявляється у предметній діяльності та спілкуванні. Містить комунікаційні, мотиваційні, характерологічні, самосвідомісні, інтелектуальні, досвідні, психофізіологічні властивості суб'єкта творчої діяльності

**Дайте визначення поняттю:**

**Психіка –**

---



---



---



---



---

## Основні компоненти прояву психіки

\_\_\_\_\_ це різні форми чи види взаємодії внутрішнього і зовнішнього психічного, внаслідок чого у психіці відображаються предмети та явища. Психічні процеси є компонентами діяльності людини, що часто стають особливими діями (перцептивними, мнемічними, розумовими, вольовими та ін.).

До психічних процесів відносяться: *пізнавальні* психічні процеси (відчуття, сприймання, пам'ять, мислення, уява) та *емоційно-вольові* (емоції, почуття, воля).

\_\_\_\_\_ це різні види інтегрованого відображення людиною взаємодії внутрішніх і зовнішніх психічних впливів у певний статичний період часу. Причому більшість із них існує без чіткого усвідомлення відображеного предметного змісту. До психічних станів відносять бадьорість, втому, апатію, депресію, ейфорію, відчуження, нудьгу, страх, відчай, сум тощо.

Психічні стани так чи інакше характеризують психіку людини, визначають своєрідність різних психічних процесів

\_\_\_\_\_ стали психічні утворення людини, що формуються в процесі життєдіяльності, виховання та самовиховання. Наприклад, на ґрунті будь-якого психічного процесу (відчуття, сприймання, пам'яті, уяви, мислення й волі) можуть виявитися такі властивості людини, які виражаються у формі чутливості, сприйнятливості, уважності, емоційності, балакучості, мовчазності, вдумливості, розсудливості, фантазерства тощо. Так, до психічних властивостей особистості відносяться: темперамент, характер, здібності.

**Перерахуйте основні завдання психології:**

---

---

---

---

---

**3. Основні напрями в сучасній психології. Структура (галузі) психології та її зв'язок з іншими науками**

**Основні напрями в сучасній психології**

Напрямок, що досліджує сферу несвідомого. Структуру особистості утворюють три основні компоненти: «Воно», «Я», «Над-Я»
Напрямок, згідно з яким вважається, що психологія повинна вивчати поведінку, доступну для об'єктивного спостереження. Основною схемою біхевіоризму є принцип «стимул – реакція»
Вивчає цілісні структури свідомості, образи
Напрямок у психології, що вивчає духовний розвиток людини, її особистісний ріст, питання самоактуалізації
Досліджує закономірності процесів пізнання
Напрямок, у відповідності до якого психолог самостійно обирає, який підхід застосовувати в конкретній ситуації
Об'єднує вчених, для яких психіка – функція мозку, явище, що виникає в процесі життєдіяльності особистості

Сучасна психологія – це розгалужена система

наукових галузей, пов'язаних з різними сферами практичної діяльності людини. Нині налічується близько 50 психологічних дисциплін: психологія праці, спорту, медична, юридична, військова психологія, психологія аномального розвитку, соціальна психологія тощо. За своєю суттю це самостійні науки, але всі вони ґрунтуються на загальній психології, яка вивчає загальні закономірності виникнення, функціонування і розвитку психіки.

Деякі галузеві науки стануть у пригоді медичним працівникам. На окремих із них ми коротко зупинимось.

Основну систему психологічної науки становлять історія психології та **загальна психологія**. Загальна психологія є теоретичною базовою наукою, результати дослідження якої використовуються прикладними дисциплінами, останні, в свою чергу, збагачують її. Серед завдань загальної психології центральне місце посідає розробка методологічних основ, теорії і методик вивчення психологічних явищ.

**Вікова психологія** тісно пов'язана з педагогічною, вивчає особливості психіки людини на різних етапах її розвитку – з моменту народження і до смерті. Вона поділяється на дитячу психологію, психологію підлітка, психологію юності, психологію зрілого віку, геронтопсихологію тощо. Центральними проблемами вікової психології є створення методичної бази для контролю за ходом, повноцінністю утримання й умовами психічного розвитку дитини, а також організація оптимальних форм дитячої діяльності та спілкування, психологічної допомоги в періоди вікових криз, у зрілому віці і старості.

**Педагогічна психологія** вивчає психіку людини в процесі навчання і виховання її, встановлює і використовує закономірності психіки під час оволодіння

знаннями, уміннями та навичками. Ця наука вивчає також психологічні проблеми управління навчально-виховним процесом. Педагогічна психологія поділяється на *психологію навчання*, яка досліджує закономірності засвоєння знань, умінь і навичок, і *психологію виховання*, – яка вивчає закономірності активного, цілеспрямованого формування особистості.

**Історія психології** – галузь психологічних знань, що вивчає розвиток психіки і знань про неї в історичному і логічному аспектах з акцентом на першому з них. Вона показує історичне становлення психологічних знань, відшуковуючи зв'язок з духовною і матеріальною культурою народів світу, визначає пріоритетні напрямки досліджень у зв'язку з «духом часу».

**Соціальна психологія** – галузь психології, яка вивчає закономірності поведінки й діяльності людей, зумовлені фактом об'єднання їх у соціальні групи. Виявляє психологічні закономірності взаємин особистості і колективу, визначає психологічну сумісність людей у групі; вивчає такі явища, як лідерство, згуртованість, процес прийняття групових рішень, проблеми соціального становлення особистості. її самооцінки, стійкості, навіюваності; ефективність впливу засобів масової інформації на особистість, особливості поширення чуток, моди, шкідливих звичок і обрядів.

**Психологія праці** вивчає психологічні закономірності формування конкретних форм трудової діяльності людини і ставлення її до праці, у тому числі медичної. Ця наука має кілька розділів, які, хоч і тісно пов'язані між собою, є самостійними.

**Інженерна психологія** вивчає процеси і засоби інформаційної взаємодії між людиною і машиною. Основні проблеми інженерної психології: аналіз завдань людини в

системах управління, розподіл функцій між людиною та автоматичними пристроями, зокрема ЕОМ; дослідження спільної діяльності операторів, процесів спілкування та інформаційної взаємодії між ними; вивчення факторів, які впливають на ефективність, якість, швидкість, надійність дій операторів.

**Авіаційна психологія** розглядає психологічні закономірності трудової діяльності авіаційних спеціалістів, вивчає вплив факторів польоту на розвиток психічних станів, формування професійної придатності, психологічної адаптації членів екіпажу до умов праці.

**Космічна психологія** вивчає психологічні особливості праці космонавта, залежність цих особливостей від специфічних факторів (невагомості, гіподинамії тощо), а також способи цілеспрямованої організації психічної діяльності космонавта під час підготовки і здійснення космічних польотів.

**Юридична психологія** вивчає закономірності і механізми психічної діяльності людей у сфері регульованих правом відносин. Систему юридичної психології утворює *кримінальна психологія*, яка вивчає психологічні механізми поведінки і формування особистості злочинця, мотиви злочинів тощо; *слідча психологія*, яка займається психологічними особливостями поведінки учасників кримінального процесу (психологічні вимоги до ведення допиту; особливості показань свідків тощо); *виправна психологія*, яка розробляє проблеми виховання у виправно-трудоій колонії і вивчає психологію ув'язненого, що перебуває в ній, тощо.

**Психологія особистості** – галузь психології, яка вивчає психічні властивості людини як цілісного утворення, як певної системи психічних якостей, що має відповідну структуру, внутрішні взаємозв'язки,

характеризується індивідуальністю та взаємозв'язана з навколишнім природним та соціальним середовищем.

**Медична психологія** – це прикладна галузь науки, яка займається психологічними взаємозв'язками проблеми лікувальної діяльності та доглядом за хворими, проблеми впливу на хворих у найрізноманітніших ситуаціях, що виникають у ході цієї діяльності, а також проблеми поведінки медичних працівників. У центрі уваги цієї дисципліни є взаємовідношення хворого із середовищем лікувального закладу (відношення між лікарем і хворим, медичною сестрою і хворим, лікарем – медичною сестрою – хворим).

**Предметом** вивчення медичної психології є: особистість хворої людини в широкому розумінні цього слова (різноманітні і глибокі зрушення в психічній діяльності душевнохворих докладно вивчаються спеціальною наукою – психіатрією), медичний працівник, взаємини хворого і медичних працівників на різних етапах їхнього спілкування. При цьому різні суміжні проблеми розглядаються стосовно до основної задачі – наданню максимальної допомоги пацієнтові.

Це широка галузь психологічного знання, до її складу входять:

- клінічна психологія
- клінічна нейропсихологія
- психофармакологія
- патопсихологія і інші.

### **Основні проблеми медичної психології:**

1. Дослідження впливу захворювань на психіку людини і його поведінку;
2. Аналіз впливу психологічних факторів на виникнення, розвиток і лікування хвороб;



3. Вивчення ролі психічного як фактору, що протистоїть виникненню і перебігу захворювань;
4. Вивчення проявів і динаміки порушень психіки при різних захворюваннях;
5. Дослідження впливу особливостей взаємин хворої людини з медичним персоналом і навколишнім його мікросередовищем на процес видужання.

**Патопсихологія**, яка вивчає структуру порушень психічної діяльності, закономірності розладу психіки порівняно з нормою, інтерпретуючи одержувані дані поняттями і категоріями психологічної науки (тобто розлади психіки людини вивчаються психологічними методами); **олігофренопсихологію**, яка вивчає порушення психічного розвитку та можливості його корекції в людей з тяжкими формами недорозвиненості мозку; **сурдопсихологію**, яка вивчає психічний розвиток глухих і тих людей, що погано чують, можливості його корекції в умовах навчання і виховання, шляхи запобігання розвитку німоти в людей з дефектами слуху, що виключають нормальне мовне спілкування, можливості заміни слухового сприймання зоровим тощо; **тифлопсихологію**, яка вивчає психічний розвиток сліпих і слабкозорих людей, шляхи і способи його корекції при навчанні та вихованні.

У центрі уваги медичної психології є взаємовідношення хворого із середовищем лікувального закладу (відношення між: лікарем і хворим; медичною сестрою і хворим; лікарем, медичною сестрою і хворим).

**На основі опрацьованого теоретичного матеріалу назвіть і розкрийте зміст завдань медичної психології:**

1. \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

2. \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

3. \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

Найважливішими питаннями медичної психології є:  
психотерапія, психогігієна і психопрофілактика.

*Медичну психологію поділяють на:*

I. – Загальну медичну психологію, яка займається вивченням особистості хворого, лікаря, середнього і молодшого медичних працівників і їх взаємовідносин.

II. – Спеціальну медичну психологію, яка вивчає ті ж питання стосовно кожної конкретної медичної дисципліни:

хірургії

терапії

педіатрії

психіатрії

невропатології і інші.

**Психологія поведження з хворим** – це та загальна дисципліна, що розповсюджується на діяльність лікарів та сестер, суть якої складають знання в області поведження з хворими і центром якої є уміння знайти ключ до

особистості хворої людини, уміння знайти шлях до створення необхідного контакту з ним.

Різноманіття медичних спеціальностей та велика кількість проблем, що оточують діяльність лікаря, потребують виділити окремі види медичної психології.

Предметом *клінічної психології дорослої людини* є порушення поведінки, тобто розлади особистості та соціальної функції поведінки у регуляції відношень людини з соціальним середовищем. Виділяють, як правило, психічні та неврологічні порушення поведінки, а також розлади особистості при психопатіях, соціопатіях, характеропатіях.

Спеціалісти з *дитячої психології* працюють у системі охорони здоров'я (у лікарнях, психіатричних, педіатричних, неврологічних, нейрохірургічних консультаціях), у закладах Міністерства освіти та виховання, Міністерства юстиції, де вони займаються діагностикою та терапією порушень дитячої психіки; її експертизою.

Розвиток **нейропсихології** пов'язаний з досягненнями медицини у сфері порушень поведінки хворих із органічними дефектами мозку. Ця наука вивчає питання ролі нейродинамічних факторів у загальній картині порушень вищої нервової діяльності при її відновленні.

На жаль, не має чіткої градації психологічних дисциплін в усьому світі.

**Розкрийте зв'язок психології з іншими науками**

---

---

---

---

---

---

---

---

### **Основні методи психологічного дослідження**

Зазвичай як і кожна наука, що є галуззю людського пізнання, психологія, крім предмету, має ще й свої методи дослідження.

**Метод – це**

---

---

---

---

**За рівнем свого застосування методи поділяються на:**

---

---

---

У психології є методи, які використовуються й в інших галузях наукового знання, це універсальними методами.

**Охарактеризуйте центральний методом універсальної групи**

---

---

---

**Які два види методу спостереженн, розрізняються в залежності від об'єкту спостереження:**

\_\_\_\_\_ (спостереження власного психічного життя; передбачає перехід від “внутрішніх” до зовнішніх проявів результатів дослідження, що виливається в формі “словесного звіту”);

\_\_\_\_\_ (безпосереднє спостереження за психічним життям інших людей, тобто за їх поведінкою, різними проявами та творчістю; спостереження спрямоване до зовнішньої сторони проявів психічного).

За допомогою методу спостереження вивчають психічні процеси (пам’ять, мислення, увагу), психічні властивості особистості (темперамент, характер, здібності), психічні стани (афекти, пристрасті).

**Охарактеризуйте у чому полягають:  
переваги цього методу:**

---

---

---

**недоліки цього методу:**

---

---

---

**Назвіть та охарактеризуйте який із усіх методів психологічного дослідження займає провідне місце**

---

---

---

---

---

**Експеримент поділяється на види:**

\_\_\_\_\_ вивчають наявні психічні факти без зовнішнього втручання.

\_\_\_\_\_ психічні якості особистості досліджують у процесі навчання і виховання.

**За місцем проведення й особливостями оснащення експеримент поділяють на:**

\_\_\_\_\_ (О.Ф. Лазурський, 1910) здійснюється у природних умовах діяльності людини і побудований так, що хворий не знає про те, що він є об'єктом психологічного дослідження.

\_\_\_\_\_ проходить в штучних (лабораторних) умовах, коли експериментатор сам: ініціює лікувальний процес, організовує ситуацію; штучно моделює всі необхідні умови, використовує спеціальну апаратуру.

**Назвіть переваги методу:**

- 1.
- 2.
- 3.
- 4.
- 5.
- 6.
- 7.

**Недоліки цього методу:**

- 1.
- 2.
- 3.
- 4.

**Допоміжні методи:**

1. Метод клінічної бесіди –

---

---

---

---

---

---

**У чому полягає особливість бесіди як наукового методу**

---

---

---

---

**За яких умов метод бесіди може дати цінні результати:**

- 1
- 2
- 3
- 4

**2.Інтерв'ю** (англ. Interview – зустріч, побачення)

---

---

---

---

---

**3. Анкетування** (лат. Inquerere-розслідувати, шукати)

---

---

---

---

---

**Анкети бувають:**

#### 4. Біографічний метод –

---

---

---

---

**Що є основним інструментом пізнання в даному методі**

\_\_\_\_\_.

**Поділяється на** \_\_\_\_\_ (коли ініціатива перегляду свого життя належить самій особистості) та \_\_\_\_\_ (коли особистість спонукають розповідати про себе за визначеним планом).

#### 5. Аналіз продуктів діяльності –

---

---

---

---

Розглядаючи групу **спеціальних методів** психологічної діагностики в сучасній психології, можна зазначити, що одним з провідних є **метод тестування**.

**Тест –**

---

---

---

---

Тестовий метод дає змогу з певною ймовірністю виміряти індивідуальні відмінності, встановити актуальний



рівень розвитку необхідних знань, навичок, особистісних характеристик індивіда.

Термін «тест» ввів в лексикон вчений Д. Кеттел (1860-1944) у своїй статті «Розумові тести та виміри» в журналі «Mind» в 1890 р.: **«Психологія не може стати надійною та точною, як фізичні науки, якщо не буде базуватися на експерименті та вимірюваннях. Крок в цьому напрямку може бути зроблений шляхом застосування серії розумових тестів до більшості людей. Результати можуть мати значну наукову цінність у відкритті постійності психічних процесів, їх взаємозалежності та змін в різних обставинах».**

**Тестування проводиться в три етапи:**

- 1.
- 2.
- 3.

**6. Метод соціометрії –**

---

---

---

---

**Підсумковий контроль**

**Тестові завдання для перевірки знань**

**1. Предметом психології нині є:**

- а) душа;
- б) психічні явища;
- в) свідомість;
- г) поведінка.

**2. Галузь психології, що досліджує психічні властивості людини як соціальної істоти, особливості їх формування, розвитку, називається:**

- а) психологія особистості;
- б) психофізіологія;
- в) загальна психологія;
- г) вікова психологія.

**3. Метод збору фактів у спеціально створених умовах, які забезпечують активний прояв досліджуваних психічних явищ у процесі їх активного формування, називається:**

- а) констатувальний експеримент;
- б) формувальний експеримент;
- в) включене спостереження;
- г) аналіз продуктів діяльності.

**4. Метод збору інформації у спеціально створених умовах, забезпечують активний прояв психічних явищ, які вивчаються, називається:**

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

**5. Метод оцінки міжособистісних емоційних зв'язків у групі, носить назву:**

- а) соціометрія;
- б) спостереження;
- в) експеримент;
- г) анкетування.

**6. Вид експерименту, що застосовується для вивчення наявних психологічних якостей людини, називається:**

- а) природний експеримент;
- б) лабораторний експеримент;
- в) констатувальний експеримент;
- г) формувальний експеримент.

**7. Метод, з допомогою якого вивчають особливості когнітивної сфери людини, називається:**

- а) тестування;
- б) анкетування;
- в) бесіда;
- г) інтерв'ю.

**8. Спостереження, за якого досліджувані знають, що за ними спостерігають, називається:**

- а) відкрите;
- б) приховане;
- в) включене;
- г) невключене.

**9. Інтроекцією називають метод:**

- а) спостереження;
- б) експерименту;
- в) самоспостереження;
- г) бесіди.

**10. Спостереження, що відбувається у природних для досліджуваних умовах, називається:**

- а) лабораторним;
- б) польовим;
- в) відкритим;
- г) прихованим.

**11. До якої групи методів відносять: малюнкові методики, методики «незавершені речення»?**

- а) об'єктивні;
- б) суб'єктивні;
- в) проєктивні;
- г) описові.

**12. До стандартизованих психологічних методик відносять:**

- а) тести, опитувальники;
- б) бесіду, анкетування;
- в) інтерв'ю, бесіду;
- г) спостереження, бесіду.

**13. З допомогою малюнкових методик можна вивчати:**

- а) психічні процеси людини;
- б) психічний стан людини;
- в) особливості особистості в цілому;
- г) темперамент людини.

**14. Для вивчення мало усвідомлюваних психічних явищ застосовують:**

- а) тести;
- б) опитувальники;
- в) проєктивні методики;
- г) спостереження.

**15. Становлення психології як самостійної науки відбулось:**

- а) у XVII столітті;
- б) у XVIII столітті;
- в) у XIX столітті;
- г) у XX столітті.

**Самостійна робота:**

Природа психіки і предмет психологічної науки: історичні аспекти розвитку психології; рефлексорна природа психіки; основні форми прояву психіки (№ 1)

**Питання для закріплення та самоконтролю:**

1. Що таке психологія?
2. Що таке медична психологія?
3. Назвіть основні проблеми медичної психології?
4. Назвіть основні етапи становлення психології?
5. Охарактеризуйте основні завдання психології?
6. Які ви знаєте методи вивчення особистості?
7. Переваги основних методів?
8. Доцільність застосування допоміжних методів?
9. Охарактеризуйте метод спостереження?
10. Охарактеризуйте метод експерименту?

11. Охарактеризуйте метод анкетування?
12. Охарактеризуйте метод тестування?
13. Охарактеризуйте метод соціометрії?

### Література:

1. Вітенко І. С., Вітенко Т. І. Основи психології. 2001. С. 9–32; 33–58; 74–146.
2. Вітенко І. С. Загальна та медична психологія. К., 1994. С. 5–18; 55–87; 184–189; 217–229.
3. Основи загальної та медичної психології / за ред. І. С. Вітенка, О. С. Чабана. 2003. С. 8–21; 30–40.
4. Немов Р. С. Психологія : учебник для студ. высш. пед. учеб. заведений. В 3 кн. 4-е изд. М. : ВЛАДОС, 2003. Кн. 1. Общие основы психологии. С. 8–25.
5. Столяренко Л. Д. Психологія : учебник для вузов. СПб. : Лидер, 2004. С. 15–35.
6. Трофімов Ю. Л. Психологія : підручник. К. : Либідь, 2003. С. 12–71; 75–102; 114–122; 139–151; 482–486.
7. Максименко С. Д., Соловієнко В. О. Загальна психологія : навч. посіб. К., 2001. С. 4–29.

**ТЕМА II**  
**ОСОБИСТІТЬ. ПСИХОЛОГІЧНІ ЯКОСТІ**  
**ОСОБИСТОСТІ**

*Питання не в тому, чи може людина пізнати себе, а в тому, що саме вона дізнається, звертаючись до діагностики.*

Б. Скінер

**План**

1. Поняття про особистість. Склад і структура особистості.
2. Активність особистості та її джерела, спрямованість особистості.

**1. Поняття про особистість. Склад і структура особистості**

Для розуміння природи особистості потрібно з'ясувати співвідношення цього поняття з іншими поняттями, що використовуються у психології. Це насамперед поняття людина, індивід, індивідуальність.

\_\_\_\_\_ – біосоціальна істота, наділена свідомістю, здатністю пізнавати довколишній світ і активно змінювати, перетворювати його.

\_\_\_\_\_ – людина як одинична природна істота, представник виду *Homo sapiens*, продукт філогенетичного й онтогенетичного розвитку, єдності вродженого і набутого, носій індивідуально своєрідних рис.

\_\_\_\_\_ – це своєрідне, неповторне поєднання таких психологічних особливостей людини, як характер, темперамент, особливості перебігу психічних процесів (сприймання, пам'яті, мислення, мовлення, почуттів, волі), особливості її мотиваційної

сфери та спрямованості, що утворюють її своєрідність, відмінність від інших людей.

\_\_\_\_\_ – це конкретний людський індивід, соціальна істота, суб'єкт пізнання, активний діяч суспільного розвитку, з індивідуально виявленими своєрідними розумовими, емоційними, вольовими та фізичними властивостями, яка має свідомість, самосвідомість, активно пізнає і перетворює навколишній світ відповідно до людських потреб.

### **Склад особистості**

Питання про психологічний склад особистості є предметом дискусії між різними ідеалістичними течіями, з одного боку, і між ними та матеріалістичною наукою – з іншого. Деякі наукові теорії особистості доводили перевагу у одних особливостей над іншими, оскільки вважалося, що психічні властивості визначені вже від народження людини і вони незмінні. Більше того, виявлялося, що за одним лише зовнішнім виглядом можна повністю вивчити особистість.

Так, **Ернст Кречмер**, враховуючи будову тіла людини, розрізняв три основні типи:

1. **пiкнiк – циклотимiк** – це «широка-тяжка» людина, для якої характерні недостатня емоційна стійкість, швидка зміна настрою, почуття колективізму, товаришування, і проекція на інших;
2. **астенiк – шизотимiк** – людина мало контактна з оточуючими, недостатньо реалістична, часто самовдоволена;
3. **атлет – iксотимiк** – міцна, кістлява людина із спокійним характером, однак схильна різко «спалахувати».

**Уїльям Шелдон**, представник фізичної типології особистості, враховуючи три шари клітин ембріона, з яких в процесі дозрівання організму людини домінує той чи

інший, розрізняє три основних типи людей:

1. **Ендоморфний тип** – має великий живіт, розвинуті внутрішні органи, слабкі і короткі кінцівки. Як правило, це лагідна чуйна та комунікабельна людина.
2. **Ектоморфний тип** – худий, високий, з дуже розвинутою нервовою системою. Людина загальмована та інтровертна, схильна до самотності та розумової діяльності.
3. **Мезоморфний тип** – з потужним складом тіла, особливо грудей, розвинутими кінцівками, широкими долонями і стопами. Неспокійна і агресивна людина, сильна, схильна до ризику.

Того ж напрямку, але трохи з інших засад французький учений **Сіго** зробив спробу поділити всіх людей на запропоновані ним чотири групи залежно від розвитку різних систем органів. Згідно з цією класифікацією існують такі типи людей: дихальний, травний, мозковий, м'язовий. Для кожного з них характерними є свій тілесний склад, міміка, характер і свої хвороби.

Люди дихального типу мають великий ніс, дещо розширені вилиці, довгу шию, широкі плечі, їх грудна клітка подовжена і сплющена. У таких людей міміка зосереджена у середній частині обличчя. Вони переважно похмурі, стримані, енергійні, схильні до хвороб легень.

М'язовий тип – це люди з класичними пропорціями, гармонійні.

Тип травний – це здебільшого самовдоволений флегматик, у якого товсті губи і нижня частина обличчя вища і ширша за верхню.

Мозковий тип – люди з високим чолом, розширеною вгорі головою. Міміка у них зосереджена навколо очей. Вважають, що це основні постачальники видатних особистостей, але й кандидати в істерики і неврастеніки.



Однак чистих типів у дійсності дуже мало, а їх комбінації настільки різноманітні, що класифікація Сіго, по суті, виявилась малопридатною.

У XIX ст. **Ледо** поділяв не все тіло. А лише обличчя на п'ять геометричних типів: квадратний, круглий, овальний, трикутний, конічний. *Кожен з цих типів, у свою чергу, поділявся на прямий, поздовжній і короткий.* **Квадратному** типу властиві енергія, практицизм, різкість. **Круглий** тип – діяльний, імпульсивний, палкий. **Овальний** тип характеризують вередливість, вразливість. Люди, які мають **трикутний** тип обличчя, хитрі, люблять пригоди, часом дикуваті, а конічний тип – це в основному практики.

**Структуру особистості розглядають порізно.** Одні вважають, що в ній доцільно розглядати лише *психологічні компоненти* (пізнавальні, емоційно-вольові, спрямованість), інші виокремлюють у ній ще й *біологічні аспекти* (типологічні особливості нервової системи, вікові зміни в організмі, стать), які не можна ігнорувати у процесі виховання особистості. Однак протиставляти біологічне соціальному в особистості не можна. Природні аспекти та риси існують у структурі особистості як соціально зумовлені її елементи. Біологічне та соціальне у структурі особистості утворюють єдність і взаємодіють.

**У структурі особистості розрізняють:**  
**типове –**

---

---

---

---

---

індивідуальне –

---

---

---

---

На фактах, взятих з великої клінічної практики **Зігмунд Фрейд** простежив складність і багатоплановість структури особистості, значення в її історії внутрішніх конфліктів і криз, наслідків незадоволених бажань.

3. Фрейд уявляв організацію психічного життя у вигляді моделі, що має своїми компонентами різні психічні інстанції, визначені термінами:

---

---

---

---

**Психолог К. Платонов у структурі особистості виокремлює чотири підструктури:**

- Об'єднує відношення і моральні риси особистості. В ній необхідно розрізняти рівень, широту, інтенсивність, стійкість, дієвість. У формах спрямованості особистості проявляються як відношення, так і моральні якості;
- Охоплює індивідуальні особливості окремих психічних процесів, які формуються в процесі соціального життя;
- Включає знання, вміння, навички та звички, набуті в особистому досвіді, шляхом навчання;
- Об'єднує типологічні особливості особистості, статеві й вікові особливості, темперамент.

### **Структура особистості (за С. Л. Рубінштейном):**

- Виявляється в потребах, ідеалах, переконаннях, домінуючих мотивах діяльності та поведінки, в світогляді;
- Набуваються в процесі життя й пізнавальної діяльності;
- Проявляються в темпераменті, характері, здібностях.

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

## **2. Активність особистості та її джерела, спрямованість особистості**

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

Активність людини і форми її виявлення розвинулись історично й мають соціально спрямований характер.

Щодо джерела активності особистості у психології існували різні погляди.

---

---

---

---

Основні положення цієї теорії обґрунтовують думку, що джерелом активності людини є інстинктивні спонукання, які вона має від народження і які передаються спадково. Це світ інстинктів, біологічних і фізіологічних потягів, неусвідомлюваних імпульсів, природа яких «невідома». Засадовим стосовно його вчення є визначення пріоритету біологічного в людині. Позитивним у вченні З. Фрейда можна вважати його звертання до царини підсвідомого у психіці людини, яке істотно позначається на її життєдіяльності.

Розроблюючи проблему активності особистості, вітчизняна психологія виходить з визнання того, що **джерелом активності особистості є:**

### **Спрямованість –**

---

---

---

---

---

Залежно від того, які мотиви в діяльності та поведінці відіграють домінуючу роль, розрізняють такі види спрямованості:

1. **особистісна спрямованість** – характеризується переважанням у особистості мотивів, спрямованих на забезпечення особистого благополуччя. Наприклад, успішно закінчити навчання, щоб зробити хорошу кар'єру;
2. **колективна спрямованість** – зумовлена переважанням мотивів, спрямованих на забезпечення успіху в спільній роботі. Наприклад, намагання здобути командну перемогу у змаганнях;

3. *ділова спрямованість* – відображає переважання мотивів, які породжені діяльністю і зорієнтовані на неї: інтерес до праці, бажання оволодіти конкретним видом діяльності.

**Потреба –**

---

---

---

---

---

**Перерахуйте, які потреби людини ви знаєте:**

---

---

---

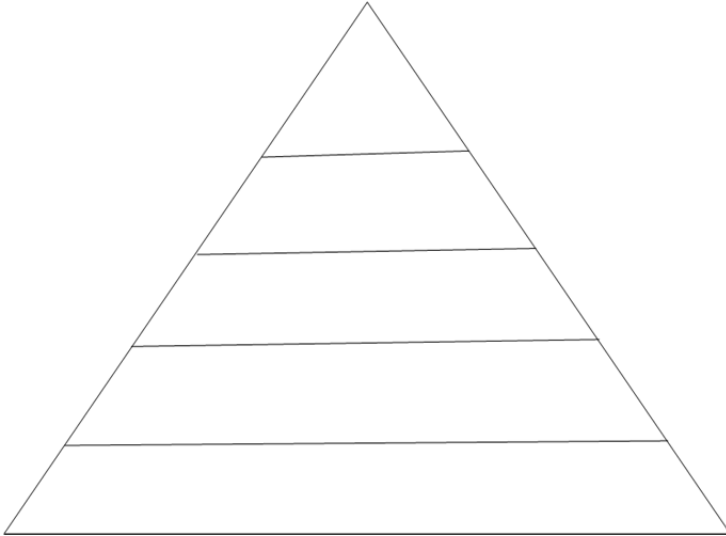
---

---

Потреби людини мають індивідуальний характер, наприклад, фізіологічна потреба в їжі. Одним до вподоби гостра їжа, другим – солодка, третім – солена тощо. Є особи, які віддають перевагу стравам із м'яса, другі – з риби, треті – молочним стравам.

Однією з найвідоміших класифікацій у психології, яку запропонував Маслоу виділяють класифікацію людських потреб, яка ієрархічно побудована за групами, послідовність яких вказує на порядок появи потреб у процесі індивідуального розвитку.

**Відобразіть схематично ієрархію людських потреб  
(за Маслоу)**



**Дайте визначення поняттям:**

**Мотив** (від лат. moveo, movere – рухати, приводити в дію, штовхати) –

---

---

---

---

---

**Інтерес** (лат. interesse – бути всередині) –

---

---

---

---

---

## Переконаність особистості –

---

---

---

---

---

Формування переконань відбувається в процесі життя під впливом виховання, навчання і самовиховання, свідомої праці людини над собою.

*Переконання* як метод впливу на іншу людину через звернення до її свідомості, інтелекту широко використовується лікарями і має свої особливості. Передусім ми маємо закликати – переконуваного до його власного критичного судження. Щоб досягти мети, нам необхідно також надати йому інформацію, логічно впорядковану, яка може бути доведена і мати чіткі висновки. Але й цього для переконання не достатньо. Взагалі переконання та знання лише тоді й можна вважати істинними, коли вони злилися з почуттями і волею людини. Відсутність ясності, нещирість, неправда – головні недоліки, які стоять на перешкоді до досягнення мети в процесі переконання людей.

На основі інтересів, переконань людини складається **власний ідеал**, який є основним стимулом її самовдосконалювання та формування.

**Ідеал –**

---

---

---

---

---

Ідеали людей формуються під впливом суспільних умов життя, у процесі навчання та виховання. Виховання тих чи інших ідеалів залежить від вольових якостей особистості і соціального середовища. Як ідеали, так і деякі інші якості особистості можуть змінюватися з часом лише частково.

Вагомий вплив в розвитку та становленні особистості відіграють *установки*, які вони набувають в процесі реальності.

**Установка –**

---

---

---

---

---

Соціальні установки формуються впродовж життя під впливом культурного середовища, виховання, на підставі власного досвіду, а також прочитаного чи почутого людиною. Установка до різних фактів життя може виявлятися у стандартизованих судженнях, некритично засвоєних людиною під час спілкування з іншими людьми, в упередженні, виокремленні того, що має для неї важливе життєве значення. Саме тому особистість може бачити в об'єктах та явищах життя те, що вона хоче бачити, а не те, що є насправді.

### **Підсумковий контроль**

#### **Тестові завдання для перевірки знань**

##### **1. Особистість – це ...**

- а) сукупність відносно стійких властивостей і прихильностей індивіда, які відрізняють його від інших;
- б) рефлексивний образ Я;
- в) комбінація всіх відносно стійких індивідуальних



відмінностей;

г) системна якість, яку індивід набуває в предметній діяльності і спілкуванні й яка характеризує міру представленості суспільних відносин в індивіді.

**2. Конкретна людина з усіма її характеристиками, родовими, ознаками позначають поняттям ...**

а) індивідуальність;

б) індивід;

в) особистість;

г) темперамент.

**3. Біологічна істота, наділена, на відміну від інших тварин, свідомістю й мовою, здатністю працювати, оцінювати навколишній світ і активно його перетворювати, – це ...**

а) людина;

б) особистість;

в) індивідуальність;

г) стать.

**4. Системна соціальна характеристика індивіда, в якій відображається предметна діяльність та спілкування, тобто сукупність суспільних відносин, в які включений індивід, – це ...**

а) людина;

б) особистість;

в) індивідуальність;

г) індивід.

**5. Неповторність, оригінальність особистості, сукупність тільки її притаманних рис створюють ...**

а) особистість;

б) індивідуальність;

в) індивід;

г) характер.

**6. Людська біологічна основа розвитку особистості, родова належність людини – це ...**

- а) індивідуальність;
- б) індивід;
- в) особистість;
- г) темперамент.

**7. Соціально зумовлена система психологічних якостей людини, яка визначає запровадження його в конкретні суспільні, культурні та історичні відносини, – це ...**

- а) індивідуальність;
- б) особистість;
- в) Я – концепція;
- г) характер.

**8. Властивості особистості, обумовлені соціально, – це ...**

- а) інстинкти;
- б) рефлекси;
- в) гострий зір;
- г) цінності.

**9. Представниками клінічного періоду дослідження особистості є такі вчені:**

- а) З. Фрейд, А. Адлер, К. Г. Юнг;
- б) Сократ, Арістотель, Б. Спіноза, Д. Локк, Д. Юм;
- в) О. Ф. Лазурський, Г. Айзенк, Р. Кеттел, Г. Олпорт.
- г) Арістотель, Г. Айзенк, К. Горні.

**10. Представниками експериментального періоду дослідження особистості є такі вчені:**

- а) З. Фрейд, А. Адлер, К. Г. Юнг;
- б) Сократ, Арістотель, Б. Спіноза, Д. Локк, Д. Юм;
- в) О. Ф. Лазурський, Г. Айзенк, Р. Кеттел, Г. Олпорт.
- г) Е. Фромм, Арістотель, Г. Айзенк.

**11. В який період дослідження особистості в центрі уваги психіатрів опинилися психічні чинники виникнення й перебігу хвороб, впливу хвороб на**

**особистість, психологічні аспекти їх лікування?**

- а) філософсько-літературний;
- б) експериментальний;
- в) гуманістичний;
- г) клінічний.

**12. В який період дослідження особистості основними проблемами були питання моральної і соціальної природи людини, її вчинків і поведінки?**

- а) філософсько-літературний;
- б) експериментальний;
- в) клінічний;
- г) гуманістичний.

**13. Який період дослідження особистості характеризується активним впровадженням в психологію експериментальних методик дослідження психічних явищ з метою позбавитися умоглядності та суб'єктивізму в їх поясненні?**

- а) клінічний;
- б) експериментальний;
- в) гуманістичний;
- г) філософсько-літературний.

**14. З яким часом співвідноситься клінічний період дослідження особистості?**

- а) V ст. до н. е. – початок XIX ст.;
- б) початок XIX ст. – XX ст.;
- в) VIII ст. до н. е. – V ст. до н. е.;
- г) початок XX ст. – теперішній час.

**15. У центрі проявів саморегуляції особистості перебуває ...**

- а) система Я;
- б) характер;
- в) індивідуальність;
- г) спрямованість;

### **Питання для закріплення та самоконтролю:**

1. Подумайте, яке співвідношення понять «людина», «індивід», «особистість»?
2. Розкрийте поняття структури особистості.
3. Спрямованість особистості: яка її роль у життєдіяльності людини?
4. Чим зумовлюються і як здійснюються формування і розвиток особистості?
5. Охарактеризуйте стійке і нестійке у структурі особистості.
6. Ознайомтеся з розумінням структури особистості З. Фрейдом. З чим можна погодитися і що суперечливе в цьому вченні?

### **Самостійна робота:**

1. Основні теорії особистості (№ 2).
2. Свідоме та несвідоме. Самосвідомість особистості (№ 3).
3. Розвиток і виховання особистості. Періодизація психічного розвитку та етапи життєвого шляху особистості (№ 4).

### **Література:**

1. Вітенко І. С., Вітенко Т. І. Основи психології. 2001. С. 9–32; 33–58; 74–146.
2. Вітенко І. С. Загальна та медична психологія. К., 1994. С. 5–18; 55–87; 184–189; 217–229.
3. Основи загальної та медичної психології / за ред. І. С. Вітенка, О. С. Чабана. 2003. С. 8–21; 30–40.
4. Немов Р. С. Психологія : учебник для студ. высш. пед. учеб. заведений: В 3 кн. 4-е изд. М. : ВЛАДОС, 2003. Кн. 1. Общие основы психологии. С. 8–25.
5. Столяренко Л. Д. Психологія : учебник для вузов. СПб. : Лидер, 2004. С. 15–35.
6. Трофімов Ю. Л. Психологія : підручник. К. : Либідь,

2003. С. 12–71; 75–102; 114–122; 139–151; 482–486.
7. Максименко С. Д., Соловієнко В. О. Загальна психологія : навч. посіб. К., 2001. С. 4–29.
  8. Загальна психологія : навч. посіб. / О. П. Сергєєнкова, О. А. Столярчук, О. П. Коханова, О. В. Пасєка. К. : Центр учбової літератури. 2012. С. 5–33; 161–183.
  9. Степанов О. М., Фіцула М. М. Основи психології і педагогіки. К., 2006. С. 11–48; 82–108.

### **МЕТОДИКА «ВИЗНАЧЕННЯ ТИПУ ОСОБИСТОСТІ ЗА МЕТОДИКОЮ ДЖ. ХОЛЛАНДА»**

Відповідно до типології особистості американського психолога Дж. Холланда розрізняють шість психологічних типів людей: реалістичний, інтелектуальний, соціальний, конвенціональний (стандартний), заповзятливий, артистичний. Кожен тип характеризується певними особливостями темпераменту, характеру і т.п.

Певному психологічному типу особистості відповідають професії, в яких людина може досягти найбільшого успіху.

Для визначення типу особистості слід запропонувати досліджуваному опитувальник з інструкцією та бланк відповіді.

#### **Лист відповідей**

Прізвище, ім'я, по батькові

---

1а	1б	2а		2б	3а
3б	4а		4б	5а	5б

6a			6б	7a	
	7б	8a			8б
9a		9б	10a	10б	11a
	11б	12a	12б	13a	
13a	14a	14б	15a		15б
16б	16б	17a		17б	18a
18б	19a		19б	20a	20б
21a			21б	22a	
	22б	23a			23б
24a		24б	25a	25б	26a
	26б	27a	27б	28a	
28б	29a	29б	30a		30б
31a		31б	32a	32б	
	33a	33б	34a		34б
35a	35б	36a		36б	37a
37б	38a		38б	39a	39б
40a			40б	41a	
	41б	42a			42б

### *Інструкція:*

«Припустимо, що після навчання ви можете працювати за будь-якою спеціальністю. Але якщо б вам довелося обирати між двома можливостями, то чому б ви надали перевагу? Обведіть кружечком обрану вами відповідь на реєстраційному бланку».

1а	Інженер-технолог	1б	Конструктор
2а	Завуч з позакласної роботи	2б	Голова профспілкового комітету
3а	Дизайнер	3б	Кресляр
4а	Вчений-хімік	4б	Бухгалтер
5а	Політичний діяч	5б	Письменник
6а	Повар	6б	Наборщик
7а	Адвокат	7б	Редактор наукового журналу
8а	Вихователь	8б	Художник по кераміці
9а	В'язальщик	9б	Санітарний лікар
10а	Нотаріус	10б	Постачальник
11а	Перекладач художньої літератури	11б	Лінгвіст
12а	Педіатр	12б	Статистик

13a	Завідувач магазином	13б	Фотограф
14a	Філософ	14б	Психіатр
15a	Оператор ЕОМ	15б	Карикатурист
16a	Садівник	16б	Метеоролог
17a	Вчитель	17б	Командир загону
18a	Художник по металу	18б	Маляр
19a	Гідролог	19б	Ревізор
20a	Завідувач господарством	20б	Диригент
21a	Інженер-електронщик	21б	Секретар-машиністка
22a	Головний зоотехнік	22б	Зоолог
23a	Спортивний лікар	23б	Фельєтоніст
24a	Водій тролейбуса	24б	Медсестра
25a	Копіювальник	25б	Директор
26a	Архітектор	26б	Математик
27a	Працівник дитячої кімнати міліції	27б	Рахівник
28a	Голова агрооб'єднання	28б	Агроном-рахівник



29a	Біолог	29б	Офтальмолог
30a	Архіваріус	30б	Скульптор
31a	Стенографіст	31б	Логопед
32a	Економіст	32б	Завідуючий магазином
33a	Науковий працівник музею	33б	Консультант
34a	Коректор	34б	Критик
35a	Радіооператор	35б	Спеціаліст з ядерної фізики
36a	Лікар	36б	Дипломат
37a	Актор	37б	Телеоператор
38a	Археолог	38б	Експерт
39a	Закройщик-модельєр	39б	Декоратор
40a	Годинникар	40б	Монтажник
41a	Режисер	41б	Вчений
42a	Психолог	42б	Поет

*Обробка та інтерпретація результатів:*

На бланку відповіді підрахуємо кількість відмічених відповідей в реєстраційному бланку в кожному стовпчику окремо. Отримане числове значення характеризуватиме

прояв певного типу особистості за класифікацією Дж. Холланда:

*1 стовбець — реалістичний тип;*

*2 стовбець — інтелектуальний тип;*

*3 стовбець — соціальний тип;*

*4 стовбець — конвенціональний тип;*

*5 стовбець — заповзятливий тип;*

*6 стовбець — артистичний тип.*

Аналіз отриманих даних здійснюється шляхом виділення стовпчика, який містить найбільшу кількість відмічених відповідей і відповідає певному типу особистості за Дж. Холландом.

## **Характеристика типів особистості за Дж. Холландом**

### *1. Реалістичний тип*

«Чоловічий» тип. Характеризується високою емоційною залежністю, орієнтований на сьогоднішній день. Надає перевагу конкретним об'єктам та їх використанню. Вибирає заняття, які вимагають моторних навичок (постійний рух), вправності. Надає перевагу професіям з конкретними задачами: механік, водій, інженер, агроном і т.п. Характерними є невербальні здібності, розвиток моторних навичок, просторової уяви (читання креслень). Має шанси досягти успіху в таких галузях як фізика, економіка, кібернетика, хімія, спорт.

### *2. Інтелектуальний тип*

Характерний аналітичний розум, незалежність і оригінальність суджень. Переважають теоретичні і естетичні цінності. Орієтується на розв'язання інтелектуальних творчих задач. Найчастіше обирає наукові професії. Структура інтелекту гармонічна: розвинуті вербальні і невербальні здібності. Характеризується високою активністю, але в діяльності на спілкування не

налаштований. В розмовах найчастіше є передавачем інформації, в основному — інтроверт. Найбільш бажані сфери діяльності: математика, географія, геологія, творчі професії.

### *3. Соціальний тип*

Відрізняється вираженими соціальними вміннями (вміння спілкуватися, прагнення до лідерства, потребами в численних соціальних контактах). Незалежний від оточуючих, успішно пристосовується до обставин. Емоційний і чутливий. В структурі інтелекту виражені вербальні здібності. Відрізняється прагнення повчати і виховувати оточуючих, здатністю до співчуття і співпереживання. Найбільш бажані сфери діяльності: психологія, медицина, педагогіка.

### *4. Конвенціональний тип*

Надає перевагу структурованій діяльності, роботі за інструкцією, певним алгоритмам. Є здібності до переробки конкретної, рутиної (цифрової) інформації. Підхід до проблем носить стереотипний характер. Риси характеру: консерватизм, підлеглість, залежність. В поведінці і спілкуванні дотримується стереотипів, добре слідує традиціям. Слабкий організатор і керівник. Найчастіше переважають невербальні (особливо лічильні) здібності. Найбільш бажані такі спеціальності: бухгалтер, фінансист, товаровознавець, економіст, діловод, машиністка, канцелярський службовець.

### *5. Заповзятливий тип*

Обирає цілі і задачі, які дозволяють виявити енергію, імпульсивність, ентузіазм. Рисами характеру є: прагнення до лідерства, потреба у визнанні, заповзятливість, деяка агресивність. Надає перевагу задачам, які пов'язані з керівництвом, особистим статусом. В структурі інтелекту переважають вербальні здібності. Не подобаються заняття,

які вимагають значної за обсягом праці, ретельності, моторних навиків, концентрації уваги. Найповніше реалізовується в професіях: дипломат, репортер, менеджер, директор, брокер, кооператор.

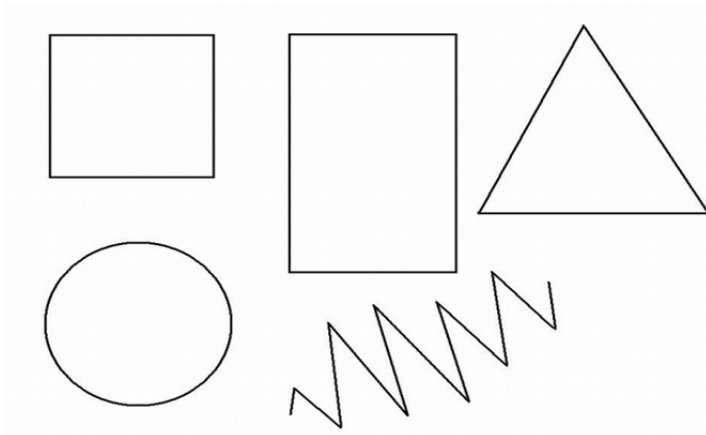
#### *6. Артистичний тип*

У взаєминах з оточуючим спирається на свою уяву та інтуїцію. Притаманий емоційно складний погляд на життя. Риси характеру: незалежність у прийнятті рішень, оригінальність мислення. Зазвичай не живе за правилами і традиціями. Надає перевагу заняттям творчого характеру: музика, малювання, діяльність в сфері гуманітарних наук. Добре розвинуте сприймання і моторика. Високий рівень екстравертованості. В структурі інтелекту переважають вербальні здібності. Найбільш бажані сфери діяльності: історія, філологія, мистецтво.

### **ПСИХОГЕОМЕТРИЧНИЙ ТЕСТ**

Психогеоетрія як система склалася в США, її автор Сьюзен Диллінгер. Точність діагностики за допомогою психогеоетричного методу досягає 85%. Запропонований тест дозволяє миттєво визначити форму або тип особистості, дати детальну характеристику індивідуальних якостей і особливостей поведінки будь-якої людини зрозумілою кожному мовою.

Інструкція: Виберіть із п'яти фігур ту, у відношенні якої Ви можете сказати: це – Я. Спробуйте відчутти свою форму! Якщо вам буде важко зробити це, то виберіть ту фігуру, яка першою привернула вашу увагу та сподобалася.



### **Визначення обраної фігури**

**Квадрат.** Якщо вашою основною формою є квадрат, то ви невтомний працівник. Працелюбність, наполегливість, потреба доводити розпочату справу до кінця, старанність, яка дозволяє досягати завершення роботи, це те, чим відомі істинні «Люди-квадрати». Витривалість, терпіння і методичність зазвичай роблять їх висококласними спеціалістами у своїй галузі. Цьому сприяє невтомна потреба в інформації та колекціонування найнеймовірніших відомостей. «Люди-квадрати» скоріше вираховують результат, аніж здогадуються про нього. Вони надзвичайно уважні до деталей, дрібниць, а також люблять раз і назавжди заведений порядок. Звичайно, всі названі чесноти «Квадратів» мирно співіснують зі слабкими місцями.

**Трикутник.** Ця форма символізує лідерство, і багато «трикутників» відчувають у цьому своє призначення: «Народжені, щоб бути лідерами». Найхарактернішою особливістю «Людей-трикутників» є здатність концентруватися на головній меті. Вони – енергійні, сильні

особистості, які ставлять прозорі цілі і, як правило досягають їх. «Люди трикутники» дуже впевнені у собі, хочуть бути в усьому правими. Це робить їх особистостями, які постійно конкурують з іншими. «Трикутник» – це установка на перемогу. Узагалі, «Трикутники» дуже симпатичні, привабливі люди, які змушують все і всіх обертатися навколо себе і без яких життя втратило б усю гостроту відчуттів.

**Прямокутник.** Символізує стан переходу і змін. Це люди, незадоволені тим способом і стилем життя, який вони ведуть у даний час, а тому перебувають у пошуках кращого положення. Найбільш характерні риси «Прямокутників» непослідовність і непередбачуваність вчинків у продовж перехідного періоду. Тим не менше, як і у всіх людей, у «Прямокутників» виявляються і позитивні якості, що приваблюють до них оточуючих. Це, перш за все, допитливість, жвавий інтерес до всього, що відбувається, та сміливість. Правда, зворотнім боком цього явища є надмірна довірливість, навіюваність, наївність. Тому «прямокутниками» легко маніпулювати. Якщо ви дійсно маєте «прямокутну форму», будьте обережні! І пам'ятайте, що «прямокутність» це лише стадія. Вона мине – і ви вийдете на новий рівень особистісного розвитку та збагатитесь набутим досвідом.

**Коло.** «Люди-кола» – це найкращі комунікатори серед п'яти форм, насамперед тому, що вони найкращі слухачі. Вони володіють високою чутливістю, розвинутою емпатійністю – здатністю співпереживати, співчувати, емоційно відгукуватися на переживання іншої людини. «Людина-коло» відчуває чужу радість і відчуває чужий

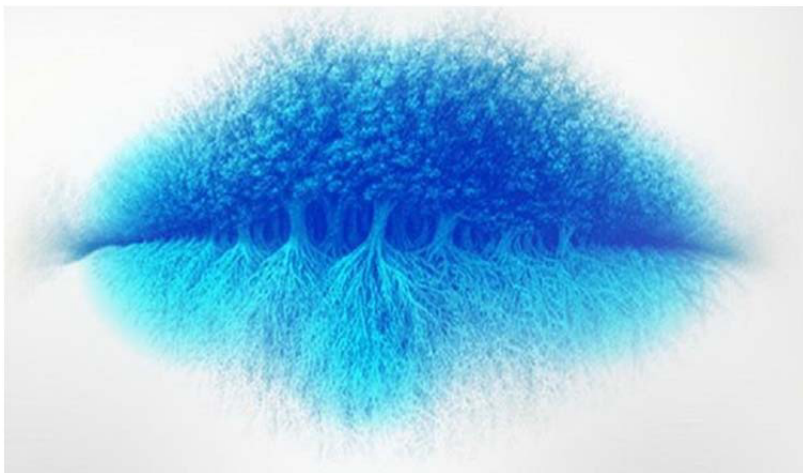
біль, як свій власний. «Люди-кола» відмінно бачать людей і, в одну мить можуть розпізнати облудника і брехуна. Вони «вболівають» за свій колектив і високо популярні серед колег по роботі. По-перше, через їх спрямованість скоріше на людей, ніж на справу, надто стараються догодити кожному. По-друге, «Кола» не відрізняються рішучістю. Якщо їм випадає керувати, то вони обирають демократичний стиль керівництва і намагаються обговорити практично будь-яке рішення з більшістю та заручитися їх підтримкою.

**Зигзаг (хвилясті лінії).** Ця фігура символізує креативність, творчість. Це найбільш унікальна і єдина розімкнута фігура з п'яти. Якщо ви чітко обрали хвилясту лінію, то ви скоріше за все, істинний «право-півкульний» мислитель, вільно думна людина. «Зигзаги» схильні бачити світ постійно змінним. Тому для них немає нічого більш нудного, як речі, які ніколи не змінюються: постійність, шаблони, правила та інструкції; люди, які завжди з усім погоджуються або удають, що погоджуються. «Зигзаги» просто не можуть продуктивно працювати у добре структурованих ситуаціях. Їм необхідна різноманітність, високий рівень стимуляції та незалежність від інших на своєму робочому місці. «Зигзаг» – найзбудливіша з усіх п'яти фігур. При цьому «людині зигзагу» не вистачає компромісності: вона нестримана, дуже експресивна, що разом з ексцентричністю часто заважає їй втілювати свої ідеї у життя.

## ТЕСТ НА ВИЗНАЧЕННЯ ТИПУ ОСОБИСТОСТІ

А що ви передусім помітили на картинці?

Психологічні тести допомагають пізнати себе. Уважно подивись на малюнок і визнач для себе що ти на ньому бачиш.



### **Коріння**

Якщо ти асоціюєш картинку з корінням, значить ти інтроверт. Критику сприймаєш завжди спокійно і беземоційно. Для тебе це конструктивні зауваження, поради, які можна взяти до уваги, щоб удосконалити себе. Якщо хтось спробує зачепити тебе, несправедливо звинувативши, у нього не вийде, тому що ти навіть не помітиш підступу.

Твоє життя дисципліноване й організоване. Ти намагаєшся жити злагоджено, дотримуючись розпорядка дня і слідуючи наміченим планам. Ти розвиваєш у собі волю і моральні принципи. Добиваєшся чого хочеш, якщо тільки не йдеш напролом.



Зовні ти виглядаєш досить смиренною людиною. А все тому, що будь-які життєві ситуації оцінюєш з позиції здорового глузду.

### **Дерева**

Якщо ти побачив дерева, значить ти екстраверт. Ти дуже щирий з оточуючими, а у відносинах відданий і вірний. Того ж ти чекаєш у відповідь. У спілкуванні досить ввічливий, але ніколи не дозволиш сісти собі на шию.

Очікуючи від людей багато, ти стаєш вимогливим. Щоб завоювати твою довіру іноді доводиться дуже постаратися.

### **Губи**

Якщо ти побачив губи, значить ти амбіверт. Ти вмієш долати життєві труднощі, але все ж намагаєшся їх обходити стороною.

Ти вчинив мудро, але як людина досить наївна. Все через те, що надмірно і сліпо довіряєш людям. Ти намагаєшся бачити в них тільки хороше. Той, хто вважає тебе слабівільним людиною, помиляється. Ти просто дуже добрий. А доброта – це не слабкість. Це твоє надбання.

До тебе завжди можна звернутися за допомогою і за порадою. Твої друзі знають про це і цінують в тобі цю якість. Постарайся лише, щоб корисливі люди цим не користувалися.

**ТЕМА III**  
**ПСИХІЧНІ ЯКОСТІ ОСОБИСТОСТІ.**  
**ТЕМПЕРАМЕНТ, ХАРАКТЕР, ЗДІБНОСТІ**

*Ніхто не знає людини і всіх обставин її життя  
так, як це знає вона сама. І якщо вона досить  
прониклива і активна, то зможе принести своєму  
здоров'ю чималу користь.*

Ю. Чирков

**План**

1. Поняття про темперамент та фізіологічне підґрунтя темпераменту.
2. Основні властивості темпераменту: (сенситивність; реактивність; пластичність; ригідність; резистентність; екстравертність; інтровертність).
3. Психологічна характеристика типів темпераментів: (холерик; сангвінік; флегматик; меланхолік).
4. Поняття про характер. Структура характеру: (переконання; розумові риси; емоції; воля; темперамент; повнота; цілісність; визначеність; сила).
5. Основні риси характеру: (ставлення до праці; ставлення до інших людей; відношення до самого себе; прояв вольових якостей). Акцентуація характеру.
6. Поняття про здібності. Структура здібностей. Різновиди здібностей. Індивідуальні відмінності в здібностях людей та їх природні передумови. Інтелект, структура.

**1. Поняття про темперамент та фізіологічне підґрунтя темпераменту**

На тлі загальнолюдських фізичних і психічних особливостей у кожної людини помітно виокремлюються **індивідуальні особливості**, які позначаються на її житті, поведінці, діяльності.

**Дайте визначення поняттям:**

**Фізичні індивідуальні особливості – це**

---

---

---

---

---

**Психічні індивідуальні особливості – це**

---

---

---

---

**Індивідуально-психологічні особливості – це**

---

---

---

---

---

Із зазначеного вище можна сказати що усі ці індивідуальні особливості найвиразніше виявляються в темпераменті, характері, здібностях, у пізнавальній, емоційно-вольовій діяльності, потребах та інтересах.

**Темперамент** (від лат. temperare, temperamentum – узгодженість; змішування в належних співвідношеннях) –

---

---

---

---

---

---

**Назвіть хто зробив першу спробу з'ясувати виникнення темпераменту**

---

---

---

**Він стверджував, що тіло людини складається з чотирьох елементів-соків:**

---

---

---

---

---

**На основі даної точки зору виникло вчення про чотири типи темпераменту:**

---

---

---

---

---

**Фізіологічним підґрунтя темпераменту є:**

---

---

---

---

**Фізіологічною основою темпераменту є:**

---

---

---

---

---

**Складіть структурно – логічну схему «Зв'язок типів темпераменту та типів вищої нервової діяльності».**

## **2. Основні властивості темпераменту**

**Дайте визначення поняттям:**

**Сензитивність**

---

---

---

---

**Реактивність**

---

---

---

---

**Пластичність**

---

---

---

---

**Ригідність**

---

---

---

---

**Резистентність**

---

---

---

---

## Екстравертність

---

---

---

---

## Інтровертність

---

---

---

---

### 3. Психологічна характеристика типів темпераментів

Ще Гіппократом була створена класифікація темпераментів, у основу якої було покладено сукупність постійних ознак у поведінці людини, її життєву активність, ініціативу й здатність до більш-менш енергійної діяльності. Вченим була висунута гіпотеза, що надлишкове виділення крові зумовлює темперамент сангвінічний, надмірна продукція жовтої жовчі — холеричний, чорної жовчі — меланхолічний, слизу — флегматичний. Це уявлення про механізм виникнення темпераментів у світлі сучасних знань є наївними, але вчення про темпераменти і їх систематизація не втратили свого значення й досі. У сучасній психології користуються гіппократовою класифікацією типів темпераментів: *сангвінік, холерик, флегматик і меланхолік*.

**ТАБЛИЦЯ КЛАСИФІКАЦІЯ ТИПІВ  
ТЕМПЕРАМЕНТУ  
(за Гіппократом)**

сангвінік	флегматик	холерик	меланхолік
рухливий	повільний	поривчастий	несміливий
прагне до частої зміни вражень	незворушний	енергійний	тихий
швидко відгукується на різні події	врівноважений, спокійний	дратівливий	глибоко переживає незначні події
легко переживає неприємності та невдачі	настрій рівний, працездатний	запальний	замкнутий, уразливий
товариський	зовнішні прояви переживань відносно невиразні	настрій швидко змінюється	зовні слабо реагує на навколишній світ

Описані типи темпераменту у своєму чистому вигляді рідко трапляються в житті. У більшості людей поєднуються риси різних типів темпераменту. Той чи інший темперамент сам по собі не є ні поганим, ні добрим, усе залежить від інших якостей особистості.

Враховуючи описані типи темпераменту медична сестра повинна зважати на особливості темпераменту і склад особистості при спілкуванні з хворими та їх родичами. Завжди потрібно пам'ятати, що для сангвініків і холериків характерною є екстравертність, тобто їх реакції і діяльність залежать переважно від її зовнішніх чинників, які викликають враження в даний момент, для флегматиків і меланхоліків – інтровертність, тобто їх діяльність значною мірою визначається уявленнями і думками, пов'язаними з минулим і майбутнім. Ось чому сангвінік і холерик відразу зреагують на ваше зауваження, а флегматик і, особливо, меланхолік зовні можуть не дати помітної реакції, але довго будуть це зауваження переживати.

#### **4. Поняття про характер. Структура характеру**

*У кожної людини три характери: той, який їй приписують, той, який вона сам собі приписує, і, нарешті, той, який є насправді.*

Віктор Гюго

**Характер** (від грецьк. *character* – прикметна риса, ознака, відбиток, чеканка, печатка, прикмета) –

---

---

---

#### **Поняття характер було введено**

---

---

Характер формується на базі темпераменту, але ці поняття не є тотожними:



1. темперамент визначає в основному, динамічну сторону нервово-психічних процесів, а характер – їх спрямованість;
2. темперамент у чистому вигляді можна визначити у дітей, а характер – у більш зрілому віці;
3. темперамент здебільшого проявляється при звичайних обставинах, а найбільш суттєві риси характеру при критичних і екстремальних (коли і меланхолік здатний на героїчний вчинок);
4. на відміну від темпераменту і співвідношення сигнальних систем, які залежать, в основному, від уродженого фактора, характер здебільшого визначається впливом виховання, навчання, соціального середовища, в якому перебуває особистість, стосунками в сім'ї, колективі.

Про характер людини судять і за тим, як вона мислить і поводить себе в різних обставинах, якої думки вона про інших та про саму себе, які манери їй властиві.

Знати характер людини дуже важливо. Це дає можливість передбачати, як людина поводитиме себе за певних умов, чого від неї можна чекати, як вона виконуватиме дані їй доручення. Художня література дає прекрасні описи поведінки людей з різними характерами. Історія знає багатьох політичних, громадських і військових діячів, які завдяки силі позитивних риси свого характеру сприяли прогресу суспільства, натомість особи з негативними рисами характеру або слабохарактерні спричинили його занепад.

### **Фізіологічну основу характеру становить**

---

---

---

**5. Основні риси характеру. Акцентуація характеру**  
**Основними рисами характеру є:**

1. \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_
2. \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_
3. \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_
4. \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

**Складіть структурно – логічну схему «Структура характеру»:**

**Необхідними рисами характеру медичної сестри є:**

1. \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_
2. \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_
3. \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_
4. \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_
5. \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_
6. \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_
7. \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

## Емпатія – це

---

---

---

---

Для медичного працівника емпатія – це показник професійної придатності. Крім виявлення й усунення причини захворювання, медик повинен уміти активно втрутитись у психічний стан хворого, надаючи належну допомогу.

Типові риси характеру за своєю інтенсивністю виявляються по-різному, індивідуально. У деяких людей окремі риси їхнього характеру виявляються настільки яскраво та своєрідно, що це робить їх оригінальними.

### **Крайня інтенсивність (надмірне вираження) певних рис характеру людини називають**

---

Акцентуація виробляється за суспільних умов життя під впливом суспільної спрямованості інтересів, специфіки контактів у колективі, але як свідчать дослідження, основними стосовно них є своєрідні природжені індивідуальні особливості, що і створюють ґрунт для виникнення акцентуації за відповідних соціальних умов.

Встановлено, що існує кілька **типів характеру**.

За класифікацією швейцарського психолога, психіатра **Карла Густава Юнга** виділяють такі типи характеру:

**Екстравертний-**

---

---

---

## Інтровертний –

---

---

Відома типологія характерів німецького психіатра **Карла Леонгарда**. Він виділяє 10 акцентуованих типів характеру.

### Акцентуація – це

---

---

---

#### Розрізняють такі типи характеру:

\_\_\_\_\_ надміру підвищений настрій, завжди веселий, балакучий, дуже енергійний, самостійний, прагне до лідерства, ризику, авантюризму, не реагує на зауваження, ігнорує накази, втрачає межі дозволеного, відсутня самокритичність

\_\_\_\_\_ помірне спілкування, схильність до повчань. У конфліктах – ініціатор. Прагне досягти високих показників у будь-якій справі має підвищену вимогливість до себе. Чутливий до соціальної справедливості, разом з тим підозріливий, недовірливий, образливий, інколи надзвичайно самовпевнений, ревнивий

\_\_\_\_\_ у конфлікти вступає рідко. Пунктуальний, акуратний, особливу увагу приділяє чистоті й порядку, скрупульозний, сумлінний, схильний жорстко додержуватися плану, у виконанні дій неквапливий, посидючий, схильний до частих самоперевірок, сумнівів у правильності виконаної роботи, бурчанню. Уступає лідерство іншим людям. Позитивні риси: сумлінність, акуратність, серйозність, надійність. Негативна риса: занудливість.

\_\_\_\_\_ надають перевагу спілкуванню в вузькому колі людей, з якими встановлені добрі стосунки, розуміють «з півслова». Рідко вступають у конфлікти. Образи носять у собі. Позитивні якості: доброта, емпатійність, почуття обов'язку, старанність, ретельність, тривожність, боязкість, глибокі реакції в області тонких почуттів. Негативні риси: надмірна чутливість, плаксивість. Найбільше сильно виражена їх риса – гуманність, співпереживання іншим людям або тваринам, чуйність, мягкосердність, вони радіють чужим успіхам. Уразливі, слізливі, будь-які життєві події сприймають серйозніше, чим інші

\_\_\_\_\_ низька контактність, боягузтво, невпевненість. Рідко вступає в конфлікти. Позитивні риси: товарицькість, самокритичність, сумлінність. У них рано формується почуття довгу, відповідальності, високі моральні й етичні вимоги. Почуття власної неповноцінності вони намагаються замаскувати шляхом самоствердження через ті види діяльності, у яких можуть у більшій мері розкрити свої здатності.

\_\_\_\_\_ часті зміни настрою, манера спілкування залежність від зовнішніх подій. Характеризується зміною радісних і сумних станів. Радісні події викликають у таких людей спрагу діяльності, підвищену балакучість, сумні – пригніченість, сповільненість реакцій і мислення.

\_\_\_\_\_ властива підвищена роздратованість, нестримність, агресивність, але можливі лестощі, схильність до хамства, нецензурної лайки або мовчазність. Дратівливий, запальний, часто міняє місце роботи, неуживчив в колективі. У людей цього типу відзначається низька контактність у спілкуванні, сповільненість реакцій, брутальність. Для нього ніяка праця не приваблива: працює він лише в міру необхідності,

так само й вчиться. Байдужий до майбутнього, живе тільки сьогоднішнім, бажаючи одержати масу розваг.

\_\_\_\_\_ властива постійна пригніченість настрою, замкнутість, низька контактність, небагатослівність, навіть мовчазність, песимістичність, занижена самооцінка, у конфлікти вступає рідко, частіше знаходить у пасивній стороні. Такі люди домосіди, індивідуалісти, звичайно уникають шумних компаній, ведуть замкнений спосіб життя. Сумлінні, цінують тих, хто з ними дружить, і готові їм підкорятися. У них загострене почуття справедливості.

\_\_\_\_\_ виявляють амбіційність, їм властиве хизування, зухвалість. Легкість встановлення контактів, прагнення влади, лідерства, похвали, має схильність до інтриг. Позитивні якості: галантність, артистичність, здатність захопити інших, неординарність мислення та вчинків. Негативні риси: егоїзм, лицемірство, хвалькуватість, зухвалість. Відрізняється підвищеною здатністю до витиснення, демонстративністю поведінки, жвавістю, рухливістю, легкістю у встановленні контактів. Схильний до фантазерства, брехливості й удаванню.

\_\_\_\_\_ висока контактність, закоханість, балакучість. Дуже часто сперечаються, але не доводять до конфліктів. У конфліктах бувають як активні, так і пасивні. Уважні до близьких та родичів; емпатійні; мають добрий смак; виявляють яскравість почуттів. Негативні риси: схильні перебувати під впливом швидкоплинних настоїв та впадати в паніку.

\_\_\_\_\_ замкнуті, свої думки та переживання спрямовують на самих себе, на свій внутрішній світ, уникають контактів з іншими, не пристосовані до обставин.

\_\_\_\_\_ прагнуть до спілкування, контактів з іншими, багато говорять про себе, хвалькуваті,

зосереджуються переважно на зовнішніх явищах, а не на собі, схильні погоджуватися з усім, що їм пропонують.

Характер особистості є індивідуальним для кожної людини, формується в процесі життя під провідним впливом суспільних умов. Важливу роль у вихованні характеру відіграє активна діяльність особистості, і передусім праця як середовище її суспільного буття, спілкування, як необхідна умова її самопізнання та самореалізації.

Знати характер людини дуже важливо. Це дає можливість передбачати, як людина поводитиме себе за певних умов, чого від неї можна чекати, як вона виконуватиме дані їй доручення. Пізнання характеру людини дозволяє прогнозувати досить точно її поведінку, можливі вчинки та дії. При цьому дуже важливо виявити і такі негативні риси характеру, як брехливість, лицемірство, лінощі, грубість, жадібність, зарозумілість, неохайність, бездушність, заздрість, егоїзм. Остання риса може бути показником особистості в цілому, яка полягає у надмірній зосередженості та замкнутості людини на своєму «Я».

**6. Поняття про здібності. Структура, різновиди здібностей. Індивідуальні відмінності в здібностях людей та їх природні передумови. Інтелект, структура Задатки – це**

---

---

**Здібності – це**

---

---

---

**Здібності тісно пов'язані з діяльністю:**

1. \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_
2. \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_
3. \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

Тільки у процесі спеціального навчання можна встановити, чи має людина здібності до певного виду діяльності. Помилкою педагога є оцінювання як нездібних тих учнів, які не мають достатніх знань.

**Структура здібностей:**

1. \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_
2. \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_
3. \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_
4. \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

Особливо важливу роль у структурі здібностей відіграють такі якості мислення, як: **широта, глибина, якість, послідовність, самостійність, критичність, гнучкість.**



### **Види здібностей:**

\_\_\_\_\_ виявляються у всіх видах людської діяльності. Людина, що має ці здібності, може досягати успіхів у навчанні, праці, розумовій діяльності.

\_\_\_\_\_ це психічні особливості індивіда, які сприяють успішному виконанню ним певного виду діяльності (технічної, спортивної, музичної, літературної тощо)

\_\_\_\_\_ пов'язані з функціонуванням у людини теоретичного, абстрактного мислення. Люди, які володіють цими здібностями, схильні до наукової діяльності.

\_\_\_\_\_ передбачають наявність і переважання в діяльності практичного, наочно-дійового мислення. Люди з практичними здібностями віддають перевагу практичним справам у сферах виробництва, торгівлі, підприємницької діяльності

\_\_\_\_\_ проявляються як швидке і якісне засвоєння знань, вироблення вмінь, однак не передбачають оригінальності продуктів діяльності.

\_\_\_\_\_ виявляються через створення людиною нестандартних, оригінальних продуктів діяльності

### **Загальними здібностями називають:**

---

---

---

### **Під спеціальними здібностями розуміють:**

---

---

---

---

## **Потенціальні здібності – це**

---

---

---

---

## **Перерахуйте шляхи розвитку спеціальних здібностей:**

---

---

---

---

---

### **Індивідуальні відмінності в здібностях людей та їх природні передумови**

Спостереження за діяльністю людей показує, що у їхніх здібностях є певні відмінності. Особливе значення для професійного успіху медичного працівника має наявність у нього комунікативних здібностей, які виявляються в умінні встановлювати правильні взаємини з колегами, пацієнтом і його рідними, відчувати настрій колективу, розуміти кожного хворого.

### **Рівні розвитку здібностей:**

Кожен вид здібностей може проявлятися як в ранньому, так і в зрілому віці і досягати високого рівня розвитку. Коли говорять про здібності людини, то передбачають два рівні їх прояву:

### **Рівні прояву здібностей:**

- 1.
- 2.

**Рівні кількісного прояву здібностей:**

**Нульовий рівень –**

---

---

---

---

**Перший рівень –**

---

---

---

---

**Другий рівень –**

---

---

---

---

**Третій рівень –**

---

---

---

---

**Нахили –**

---

---

---

---

## Інтелект (від лат. *intellectus* – розуміння) –

---

---

---

---

---

Інтелект не слід ідентифікувати з поняттям «інтелігентність». Хоч у практичному житті високий інтелект частіше супроводить інтелігентну людину, проте ці поняття різні. Якщо інтелект розкриває адаптаційні здібності людини, то інтелігентність, частіше зовні виражена, свідчить про культуру не лише розуму, а й поведінки.

### **Структура інтелекту: (за Терстоуном):**

1. Здатність оперувати числами та виконувати арифметичні дії;
2. Вербальна гнучкість, а допомогою якої здатні порозумітися. Використовуючи найбільш вдалі слова;
3. Вербальне сприйняття, тобто здатність розуміти усне та писемне мовлення;
4. Просторова орієнтація або здатність уявляти різноманітні предмети та форми у просторі;
5. Пам'ять;
6. Здатність до міркування;
7. Швидкість визначення спільних або відмінних рис між предметами або зображенням.

Інтелект може піддаватися тим чи іншим патологічним порушенням, як природженим так і набутиим (олігофренія, слабоумство).

**Складіть структурно – логічну схему теми «Здібності»  
та проаналізуйте її.**

**Підсумковий контроль**

**Тестові завдання для перевірки знань**

**1. Термін «характер» ввів:**

- а) Аристотель;
- б) Теофраст;
- в) Сократ;
- г) Платон.

**2. Характер не є вродженою якістю особистості. Він формується під впливом:**

- а) задатків;
- б) відчуттів;
- в) соціуму;
- г) здібностей.

**3. Людина, яка ставить перед собою нижчі цілі ніж ті, яких вона може досягнути, перебільшує значення невдач, має гостру потребу в підтримці оточення, має таку самооцінку:**

- а) занижену;
- б) завищену;
- в) адекватну;
- г) патологічну.

**4. Здатність особистості самостійно ставити перед собою завдання й без нагадувань і спонукань інших здійснювати їх, характеризує:**

- а) цілеспрямованість особистості;
- б) ініціативність особистості;
- в) рішучість особистості;
- г) наполегливість особистості.

**5. У характері психастеніків проявляються такі риси:**

- а) твердість;
- б) ініціативність;
- в) нерішучість;
- г) рішучість.

**6. Псевдовиправдовування власних вчинків і поведінки називається:**

- а) проєкцією;
- б) раціоналізацією;
- в) сублімацією;
- г) витісненням.

**7. Спрямованість реакцій та діяльності особистості назовні, на інших — це:**

- а) сензитивність;
- б) ригідність;
- в) інтровертованість;
- г) екстравертованість.

**8. Крайні варіанти норми як результат підсилення окремих рис характеру називаються:**

- а) акцентуацією;
- б) конформністю;
- в) ригідністю;
- г) пластичністю.

**9. Акцентуації — це такі варіанти розвитку характеру, яким не притаманні:**

- а) підвищена вразливість;
- б) зниження здатності до соціальної адаптації;
- в) порушення потребнісно-мотиваційної сфери у формі домінування амбівалентних станів;
- г) підвищена здатність до соціальної адаптації.

**10. У характері особистість проявляється більшою мірою з боку:**

- а) змістовного;
- б) динамічного;

- в) процесуального;
- г) структурного.

**11. Сила у відношенні до характеру є його:**

- а) типом;
- б) рисою;
- в) якістю;
- г) акцентуацією.

**12. Від характеру людини залежать:**

- а) темперамент та інтереси;
- б) темперамент та здібності;
- в) мотиви вчинків, цілі дій людини;
- г) темперамент мотиви вчинків.

**13. Переконаність людини визначає:**

- а) її ставлення до діяльності;
- б) готовність до певного виду діяльності;
- в) тип акцентуації характеру людини;
- г) тривалу спрямованість діяльності людини.

**14. Характер людини розвивається:**

- а) до трирічного віку;
- б) до десятирічного віку;
- в) упродовж усього життя;
- г) він не розвивається, а є генетично зумовленою даністю.

**15. Сукупність найбільш стійких психічних рис особистості, які проявляються в діях і вчинках людини, — це:**

- а) звичка;
- б) доля;
- в) характер;
- г) вчинок.

### **Питання для закріплення та самоконтролю:**

1. Дайте визначення поняття «характер».
2. Які риси особистості поєднує в собі характер?
3. В яких проявах ставлення найповніше виявляється характер особистості?
4. Які компоненти можна виокремити в структурі характеру?
5. Які риси характеру особистості є типовими, а які – нетиповими?
6. Як поєднуються в характері природні та соціальні чинники?
7. Яким є механізм формування властивостей характеру?
8. Як пов'язані між собою характер і темперамент?
9. Якими є умови формування характеру?
10. Природа характеру?
11. Структура характеру?
12. Формування характеру?
13. В чому виявляються здібності особистості?
14. Які основні компоненти здібностей?
15. Як взаємопов'язані здібності та задатки?
16. Як психічні властивості людини сприяють розвитку здібностей?
17. У чому виявляють ся якісні відмінності у здібностях людей?
18. Що є показником здібностей?
19. Що зумовлює розвиток здібностей особистості?

### **Самостійна робота:**

1. Роль темпераменту в діяльності людини. Формування характеру (№ 5).



## Література:

1. Бодалев А. А. Психология о личности. М., 1988.
2. Варій М. Й. Психологія. К. : Центр учбової літератури, 2007. 288 с.
3. Вітенко І. С. Загальна та медична психологія. К., 1994. С. 55–87.
4. Вітенко І. С., Вітенко Т. І. Основи психології. 2008. С. 226–246.
5. Гончарук П. А. Психологія навчання. Київ, 1985.
6. Корольчук М. С., Крайнюк В. М., Марченко В. М. Психологія. К. : Ельга, Костюк Г. С. Навчально-виховний процес і психічний розвиток особистості. Київ, 1989.
7. Левитов Н. Д. Психология характера. М., 1969.
8. Максименко С. Д., Соловієнко В. О. Загальна психологія. К., 2001. С. 219–250. Ніка-Центр, 2007. 320 с.
9. Норакидзе В. Г. Методы исследования характера. Тбилиси, 1989.
10. Общая психология / под ред. А. В. Петровського. М. : Просвещение, 1988.
11. Трофімов Ю. Л. Психологія : підручник. К. : Либідь, 2003. С. 100–122.
12. Р. С. Немов. Психология. 2-х томах. М., 1994.
13. Степанов О. М., Фіцула М. М. Основи психології і педагогіки : навч. посіб. К. : Академвидав, 2006. С. 194–230.

### **«ШКАЛА ТЕМПЕРАМЕНТІВ» Л. ТЕРСТОУНА (В АДАПТАЦІЇ ХОЙНОВСЬКОГО)**

Методика спрямована на дослідження особливостей темпераменту людини.

Інструкція: «Ця шкала використана в дослідженнях особливостей рис особистості і включає в себе питання, що стосуються схильностей, звичок і інтересів людини. В ній

немає питань, які можуть Вас збентежити, тому Вам слід відповідати на всі питання відверто й сумлінно. Будь-яка недбалість може ускладнити результат і дати невірну картину особливостей властивостей Вашої особи. На запитання можна відповісти «так», «ні», «не знаю». Відповідайте «не знаю» лише в тих випадках, коли Вам важко відповісти «так» чи «ні».

### Рестраційний бланк

П.І.Б. (повністю)

---

Дата обстеження \_\_\_\_\_ Вік \_\_\_\_ Група \_\_\_\_\_  
 Спеціальність \_\_\_\_\_

1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
11	12	13	14	15	16	17	18	19	20
21	22	23	24	25	26	27	28	29	30
31	32	33	34	35	36	37	38	39	40
41	42	43	44	45	46	47	48	49	50
51	52	53	54	55	56	57	58	59	60
61	62	63	64	65	66	67	68	69	70
71	72	73	74	75	76	77	78	79	80
81	82	83	84	85	86	87	88	89	90
91	92	93	94	95	96	97	98	99	100
101	102	103	104	105	106	107	108	109	110
111	112	113	114	115	116	117	118	119	120
121	122	123	124	125	126	127	128	129	130
131	132	133	134	135	136	137	138	139	140

### Текст опитувальника

1. Чи подобалися Вам в дитинстві ігри, що вимагають великої рухливості?
2. Чи любите Ви займатись у вільний час фізичною роботою?
3. Чи часто Ви розповідаєте жарти, щоб розвеселити інших?
4. Чи важко Вам виступати з промовою перед великою групою людей?
5. Чи легко змінюється Ваш настрій під впливом інших людей?
6. Чи часто Ви зустрічаєтеся зі своїми друзями вечорами?
7. Чи часто Ви включаєте в свою роботу нові ідеї?
8. Чи часто Ви в розмові з іншими жестикулюєте руками, головою?
9. Чи грали Ви колись за власним бажанням у футбол?
10. Чи любите Ви розважатися в компанії весело та безтурботно?
11. Чи часто ви є організатором будь-яких колективних заходів?
12. Чи можете Ви відпочивати в галасливій компанії?
13. Чи є їжа, яку Ви не любите?
14. Чи часто Ви буваєте замислені?
15. Зазвичай Ви працюєте швидко й енергійно?
16. Чи отримуєте Ви задоволення від роботи з використанням технічних інструментів?
17. Чи любите Ви бути присутнім у місцях, де щось відбувається?
18. Чи любите Ви керувати на зборах?
19. Чи часто Ви помічаєте за собою деякі особливості, які перешкоджають Вам прийняти рішення?
20. Чи легко Ви знайомитеся з новими людьми (випадковими)?

21. Чи любите Ви роботу, що вимагає терпіння й старанності?
22. Якщо Ви уявите себе за кермом автомобіля, подобалася б Вам швидка їзда?
23. Чи любите Ви роботу, що вимагає фізичних зусиль?
24. Чи охоче Ви веселите й пожвавлюєте компанію?
25. Чи любите Ви роботу, що вимагає багато розмов з іншими людьми?
26. Чи залишаєтеся Ви зазвичай стриманим і спокійним, коли інші втрачають голову?
27. Чи легко Ви домагаєтеся дружби й довіри?
28. Чи любите Ви займатися теоретичними проблемами?
29. Як Ви вважаєте, чи швидко Ви зазвичай справляєтеся зі своїми проблемами?
30. Чи часто Ви займаєтеся спортом?
31. Чи любите Ви ризикувати для отримання задоволення від ризику?
32. Чи любите Ви роботу, в якій треба багато говорити?
33. Чи можете Ви займатися при включеному радіоприймачі?
34. Чи думаєте Ви, що Вас часто вважають неприємним, холодним?
35. Чи були Ви серйозною дитиною?
36. Чи часто Ви поспішаєте?
37. Чи вправно Ви користуєтеся інструментами?
38. Чи любите Ви часті зміни або розмаїтість?
39. Чи любите Ви бути лідером у заходах із друзями?
40. Чи часто Ви переходите від печалі до радості і від радості до смутку без поважної причини?
41. Чи любите Ви роботу, яка потребує багатьох контактів з людьми?
42. Чи віддасте Ви перевагу при вирішенні важливої проблеми самостійно поміркувати, ніж порадитися з

іншими?

43. Чи вважаєте Ви, що у Вас є звичка щось крутити в руках?

44. Чи захоплювало Вас коли-небудь полювання?

45. Чи любите Ви роботу, в якій треба змагатися з іншими?

46. Чи любите Ви, щоб на Вас звертали увагу?

47. Чи можете Ви творчо працювати в умовах, які не сприяють зосередженню?

48. Чи любите Ви відзначати річниці, дні народження та інше?

49. Чи любите Ви роботу, яка вимагає великої акуратності?

50. Чи вважають Вас спокійною людиною?

51. Чи часто Ви відчуваєте потребу в русі й фізичному навантаженні?

52. Чи вважають Вас безтурботною людиною?

53. Чи любите Ви виступати з новими проектами, ідеями?

54. Чи буває, що Ви несподівано відчуваєте сильний голод?

55. Чи вважаєте Ви себе малодоступною людиною для інших?

56. Чи віддаєте Ви перевагу роботі на самоті?

57. Чи часто Ви чекаєте, щоб Ваші проблеми вирішилися самі?

58. Чи любите Ви показувати свою перевагу в силі над іншими?

59. Чи любите Ви роботу, в якій часто змінюється характер діяльності?

60. Під час товариських заходів чи віддаєте Ви перевагу триматися осторонь?

61. Чи часто Вас дратують повсякденні дрібниці?

62. Чи інші люди залюбки з Вами відверті?

63. Чи любите Ви роботу, при якій треба багато читати?

64. Чи Ви розмовляєте повільніше, ніж інші люди?

65. Чи Ви були в дитинстві членом команди з волейболу або баскетболу?
66. Чи маєте Ви зазвичай на все готову відповідь?
67. Чи охоче Ви підтримуєте нові проекти?
68. Чи втрачаєте Ви апетит, коли щось виводить Вас з рівноваги?
69. Чи любите Ви бути членом різних організацій, секцій, федерацій?
70. Чи любите Ви впроваджувати нові методи роботи?
71. Чи швидко Ви їсте, навіть коли у Вас багато часу?
72. Чи любите Ви рубати дрова?
73. Чи кричите Ви зазвичай разом з іншими, коли дивитися змагання?
74. В небезпечній, складній ситуації чи схильні Ви брати ініціативу в свої руки?
75. Чи дратує Вас, коли Вам заважають, а треба зосередитися?
76. Чи відчуваєте Ви себе вільно у великій компанії?
77. Коли Ви були дитиною, чи часто Ви грали один?
78. Зазвичай чи швидко Ви працюєте?
79. Чи були Ви капітаном спортивної команди?
80. Чи часто Ви задоволені собою та оточуючими?
81. Чи любите Ви говорити тости і виступати з промовою?
82. Чи легко Ви відновлює перервану роботу?
83. Зазвичай чи відверті Ви з незнайомими?
84. Чи любите Ви розповідати людям про те, що з Вами трапилось?
85. Чи любите Ви повільну роботу, що вимагає розмірковування?
86. Хотіли б Ви займатися боксом?
87. Чи пригадуєте Ви зазвичай одразу прізвище людини, яку Ви зустріли?
88. Чи трапляється Вам вносити нові пропозиції на зборах?

89. Чи хвилюєтеся Ви зазвичай, коли роботу треба виконати в строк?
90. Чи висловлюєтеся Ви звичайно в розмові без труднощів?
91. Чи любите Ви винаходити нове обладнання та методи роботи?
92. Чи надаєте Ви перевагу зробити щось самому, ніж чекати, поки це зроблять інші?
93. Чи приносить Вам задоволення змагатися з кимось?
94. Чи любите Ви швидко й різноманітну роботу?
95. Чи легко Вам віддати наказ іншим?
96. Чи часто Ви буваєте нетерплячі?
97. Чи багато часу зазвичай необхідно іншим, щоб з Вами познайомитися?
98. Чи любите Ви працювати в спокійному й тихому місці?
99. Чи розмовляєте Ви зазвичай голосніше за інших?
100. Хотіли б Ви їздити верхи заради задоволення?
101. Чи встаєте Ви вранці з ліжка швидко й енергійно?
102. Чи часто Ви вичікуєте та віддаєте ініціативу іншим?
103. Чи вважають Вас інші оптимістом?
104. Чи часто Ви сумуєте в компанії?
105. Чи часто Ви вважаєте, що книги більш цікаві, ніж люди?
106. Чи любите Ви роботу, що вимагає руху?
107. Чи справляєтеся Ви зазвичай швидко з ремонтом?
108. Чи швидко Ви зазвичай приймаєте рішення?
109. Чи уникаєте Ви виступати з промовою?
110. Чи швидко Ви прокидаєтесь?
111. Чи любите Ви проводити вільний час в компанії?
112. Чи любите Ви аналізувати свої вчинки?
113. Чи часто Ви працюєте повільно, не поспішаючи?
114. Чи любите Ви проводити свій вільний час на повітрі?

115. Чи були Ви в молодості організатором сміливих вчинків?
116. Чи буває так, що Ви в компанії розмовляєте одночасно з кількома людьми?
117. Чи буває так, що Ви говорите не замислюючись, а потім шкодуєте про це?
118. Чи часто Ви відчуваєте бажання залишитися на самоті?
119. Чи надасте Ви перевагу черпати знання з книг, ніж із життя?
120. Чи ходите Ви зазвичай швидше за інших?
121. Чи любите Ви іноді відчувати втому від фізичної роботи?
122. Чи часто Ви відчуваєте, що у Вас надлишок енергії?
123. Чи траплялося Вам у дитинстві бути лідером в іграх?
124. Чи легко інші люди впливають на Вас?
125. Чи охоче Ви працюєте в колективі?
126. Чи віддасте Ви перевагу ввечері залишатися на самоті, ніж перебувати в компанії?
127. Чи швидко Ви зазвичай одягаєтеся?
128. Чи часто у Вас холодні руки й ноги?
129. Чи легко Ви приймаєте рішення?
130. Зазвичай Ви без великих коливань приймаєте рішення?
131. Чи Ви зазвичай засмучуєтеся перед від'їздом?
132. Чи любите Ви, коли Вас відвідують під час хвороби?
133. Чи любите Ви залишатися зі своїми думками наодинці?
134. Чи швидко Ви пишете?
135. Чи охоче б Ви займалися роботою в саду?
136. Чи довго Ви зазвичай переживаєте що-небудь?
137. Чи любите Ви роботу, що вимагає Вашого впливу на інших?



138. Чи засмучує Вас можливість невдачі?  
139. Чи були Ви в дитинстві несміливим?  
140. Чи любите Ви мати багато друзів?

### «Ключ»

При збігу оцінки з відповіддю в «ключі» – 2 бали,  
відповідь «не знаю» – 1 бал, при неспівпаданні оцінки з  
відповіддю в «ключі» – 0 балів.

#### 1. Активність

«Так» – 1, 8, 15, 22, 29, 36, 43, 71, 78, 92, 99, 106, 120, 127,  
134;

«Ні» – 50, 57, 64, 85, 113.

#### 2. Фізична активність

«Так» – 2, 9, 16, 23, 30, 37, 44, 51, 58, 65, 72, 79, 86, 93, 100,  
107, 114, 121, 135;

«Ні» – 128.

#### 3. Імпульсивність

«Так» – 3, 10, 17, 24, 31, 38, 45, 52, 59, 66, 73, 80, 87, 94,  
101, 108, 115, 122, 129;

«Ні» – 136.

#### 4. Лідерство

«Так» – 11, 18, 25, 32, 39, 46, 53, 67, 74, 81, 88, 95, 116, 123,  
130, 137;

«Ні» – 4, 60, 102, 109.

#### 5. Врівноваженість

“Так” – 12, 26, 33, 47, 82, 103;

“Ні” – 5, 19, 40, 54, 61, 68, 75, 89, 96, 110, 117, 124, 131,  
138.

#### 6. Товариськість

«Так» – 6, 20, 27, 41, 48, 62, 69, 76, 83, 90, 111, 125, 132;

«Ні» – 13, 34, 55, 97, 104, 118, 139.

#### 7. Рефлексивність

«Так» – 7, 14, 21, 28, 35, 42, 49, 56, 63, 70, 77, 91, 98, 105,

112, 119, 126, 133;  
«Ні» – 84, 140.

Інтерпретація результатів

0-10 – ніяк не виражена;  
11-20 – низький ступінь;  
21-30 – середній ступінь;  
31-40 – високий ступінь.

**Характеристика виділених Л. Терстоуном факторів, що описується тільки за одним полюсом, виглядає таким чином:**

1. Активність. Такі індивіди швидко працюють, навіть якщо немає необхідності поспішати; швидко рухаються, нетерплячі, навіть якщо потрібно зберігати спокій; постійно в дії, схильні до поспішності. Як правило, багато говорять, ходять, пишуть.
2. Фізична активність. Фізично бадьорі індивіди, займаються спортом, люблять роботу, особливо на повітрі та таку, що вимагає м'язових зусиль. Віддають перевагу будь-якій фізичній активності, що супроводжується великими енергетичними затратами.
3. Імпульсивність. Настрій безтурботний і легковажний, швидко приймають рішення, дуже легко переходять від однієї задачі до іншої, діють під впливом хвилинних спонукань.
4. Лідерство. Схильні керувати іншими людьми, брати на себе відповідальність, ініціативні – хоча насправді не завжди домінують у даній групі – охоче виступають публічно та організують усякі товариські заходи.
5. Врівноваженість. Індивіди, для яких характерний незворушний, рівний настрій, у критичні моменти

зберігають спокій, мають здібність розряджатися, навіть у несприятливих умовах легко зосереджуються, без зусиль переривають незакінчену роботу або продовжують її, коли вимагає ситуація.

6. Товариськість. Люблять перебувати в компанії, легко заводять знайомства, поступливі, доброзичливі, схильні до співпраці, приємні в спілкуванні.
7. Рефлексивність. Схильні до роздумів, віддають перевагу теоретичній діяльності, часто займаються самоспостереженням, зазвичай спокійні, охоче працюють на самоті, люблять діяльність, що вимагає точності, охочіше планують, ніж реалізують намічене

## **МЕТОДИКА ВИЗНАЧЕННЯ ТИПУ АКЦЕНТУАЦІЇ РИС ХАРАКТЕРУ І ТЕМПЕРАМЕНТУ К. ЛЕОНГАРДА І Х. СМІШЕКА (ЛС)**

Методика призначена для діагностики типу акцентуації особистості. В основу опитувальника, розробленого Х. Смішеком, закладено концепцію «акцентуованої особистості» К. Леонгарда. Згідно з цією концепцією, індивідуальні якості особистості можна поділити на дві групи: основну й додаткову. Стрижень особистості становлять основні риси, які й визначають її індивідуальність, розвиток, адаптацію, психічне здоров'я.

Надмірна вираженість цих рис призводить до структурних психологічних змін, а в несприятливих соціальних умовах - і до розладу структури особистості.

Акцентуацію якоїсь риси слід розглядати не як патологію, а як певне відхилення від середньої норми, яскраво виражену своєрідність психічного складу. Осіб із високим ступенем вираженості рис характеру або темпераменту називають акцентуованими. Позитивного

або негативного забарвлення акцентуованості значною мірою надають зовнішні фактори, життєві обставини, умови тощо. «В акцентуованих особистостей, – зазначає К. Леонгард, – потенційно закладено як можливості соціально позитивних досягнень, так і соціально негативний заряд. Деякі акцентуовані особистості постають у негативному світлі, тому що життєві обставини не сприяли їм, але, можливо, під впливом інших обставин вони стали б непересічними людьми».

К. Леонгард виділяє десять основних типів акцентуацій, які відповідають систематиці психопатій у граничній психіатрії:

1. **Гіпертимний тип.** Особливістю цього типу є підвищений фон настрою в поєднанні з жагою діяльності, оптимізмом, завзятістю й високою активністю.
2. **Застряваючий тип.** Особистість цього типу характеризується надмірною стійкістю афекту зі схильністю до формулювання параноїдальних та надцінних ідей.
3. **Емотивний тип.** Характеризується чутливістю й глибокими реакціями в сфері тонких емоцій. Це вразливі люди, їх хвилюють не грубі почуття, а те, що зазвичай пов'язують з душею, гуманність. Цей тип подібний до афективно-екзальтованого, але, на відміну від нього, емоції розвиваються й проявляються не так бурхливо і стрімко. Патологічні прояви – реактивна депресія.
4. **Педантичний тип.** Високі оцінки вказують на ригідність, інертність психічних процесів, тривале переживання травмуючих подій.
5. **Тривожно-боязкий тип.** Істотна особливість - схильність до страхів, надмірні полохливість,

настороженість, нерішучість.

6. **Циклотимічний тип.** Таким людям властива зміна гіпертимних та дистимічних фаз.
7. **Демонстративний тип.** Високі оцінки за цією шкалою свідчать про підвищену здатність до витіснення, демонстративності поведінки, схильності до істерії.
8. **Неврівноважений тип.** Такі люди характеризуються підвищеною імпульсивністю, слабким контролем над потягами й схильностями.
9. **Дистимічний тип.** Дистимічна особа на противагу гіпертимній характеризується зниженим фоном настрою (інколи до субдепресії), песимізмом, зацикленістю на негативних сторонах життя, загальмованістю.
10. **Афективно-екзальтований тип.** Осіб цього типу характеризує великий діапазон емоційних станів: вони легко приходять у захват від радісних подій і до повного відчаю від сумних.

Усі десять типів «акцентуованих особистостей» К. Леонгард поділяє на дві групи за принципом акцентуації темпераменту або характеру.

До акцентуації рис характеру він відносить демонстративний, педантичний, застряваючий, збуджений типи особистості. Інші тини акцентуацій К. Леонгард відносить до акцентуацій темпераменту (гіпертимний, дистимічний, тривожно-боязкий, циклотимічний, афективно-екзальтований та емотивний).

### **Текст опитувальника Леонгарда-Смішека**

*Інструкція.* Вам запропоновано твердження щодо вашого характеру. Якщо згодні з твердженням, поставте знак «+» (так), якщо ні, то знак «-». Над відповідями довго не думайте, правильних і неправильних відповідей нема.

1. У вас переважно веселий та безтурботний настрій?
2. Ви чутливі до образ?
3. Чи буває так, що у вас на очі навертаються сльози в кіно, театрі, під час бесіди тощо?
4. Зробивши щось, ви вагаєтеся, чи все зроблено правильно, і не заспокоюєтеся доти, доки не переконаєтеся ще раз у тому, що все зроблено правильно?
5. У дитинстві ви були таким же сміливим, як однолітки?
6. Чи часто у вас різко змінюється настрої – від безпричинної радості до відрази до життя, до себе?
7. Чи перебуваєте зазвичай у центрі уваги компанії?
8. Чи буваєте безпричинно в поганому настрої, що з вами краще не розмовляти?
9. Чи серйозна ви людина?
10. Чи здатні ви захоплюватися, замислюватися над чимось?
11. Чи завзяті ви?
12. Чи швидко забуваєте образу?
13. Чи м'якосерді ви?
14. Коли ви опускаєте лист у поштову скриньку, чи проводите по отвору скриньки рукою, аби пересвідчитися, що лист упав у скриньку?
15. Чи прагнете завжди бути серед найкращих працівників?
16. Чи бувало вам страшно в дитинстві під час грози або коли зустрічалися з незнайомим собакою (а можливо, таке почуття буває й тепер, у зрілому віці)?
17. Чи прагнете всюди й у всьому підтримувати порядок?
18. Чи залежить ваш настрій від зовнішніх обставин?
19. Чи люблять вас знайомі?
20. Чи часто перебуваєте під впливом почуття внутрішнього неспокою, передчуття можливої біди,

неприємностей?

21. У вас часто буває пригнічений настрій?
22. Чи була у вас хоча б раз істерика або нервовий зрив?
23. Чи важко вам довго всидіти на одному місці?
24. Якщо стосовно вас повелися несправедливо, чи відстоюватимете свої інтереси?
25. Чи можете зарізати курку або овечку?
26. Чи дратує вас, коли вдома штора або скатертина висять нерівно? Ви одразу ж поправите їх?
27. Чи боялися в дитинстві залишатися самі в хаті?
28. Чи часто у вас змінюється настрій без причини?
29. Чи завжди прагнули бути сильним фахівцем у своїй професії?
30. Чи швидко починаєте сердитися й гніватися?
31. Чи можете бути абсолютно безтурботно веселим?
32. Чи буває так, що почуття повного щастя просто проймає вас?
33. Як ви вважаєте, чи вийшов би з вас ведучий гумористичної вистави?
34. Ви звичайно викладаєте свою думку людям досить відверто й прямо, без натяків?
35. Чи важко вам переносити вигляд крові? Чи не викликає це у вас неприємних почуттів?
36. Чи любите роботу з високою особистою відповідальністю?
37. Чи схильні стати на захист людей, щодо яких чинять несправедливість?
38. Чи страшно й важко вам спускатися до темного підвалу?
39. Чи віддаєте перевагу такій роботі, яка потребує швидкості, а вимоги до якості невисокі?
40. Чи товариська ви людина?

41. Чи охоче декламували вірші у школі?
42. Чи втікали в дитинстві з дому?
43. Чи здається вам життя важким?
44. Чи траплялося так, що після конфлікту, образи ви були настільки вражені, що йти на роботу для вас було просто нестерпно?
45. Чи можна сказати, що в складних ситуаціях ви не втрачаєте почуття гумору?
46. Чи зробили б перші кроки до примирення, коли б вас хтось образив?
47. Ви дуже любите тварин?
48. Чи повертаєтеся ви, аби упевнитися, що залишили хату або робоче місце в безпечному стані?
49. Чи з'являється іноді неясна думка, що з вами або з вашими близькими може скоїтись щось страшне?
50. Чи вважаєте свій настрій дуже мінливим?
51. Чи важко вам доповідати (виступати) на сцені перед великою кількістю людей?
52. Чи можете вдарити свого кривдника?
53. Чи дуже ви прагнете до спілкування з іншими людьми?
54. Чи належите ви до людей, які за найменших розчарувань впадають у глибокий відчай?
55. Чи подобається вам робота, яка потребує енергійної організаторської діяльності?
56. Чи наполегливо йдете до мети, якщо на шляху до неї доводиться долати безліч перешкод?
57. Чи може трагічний фільм зворушити вас так, що на очах виступлять сльози?
58. Чи часто буває вам важко заснути через те, що проблеми прожитого дня чи майбутнє весь час крутяться в думках?



59. У школі ви іноді підказували своїм товаришам чи давали списувати?
60. Чи потрібне вам велике напруження волі, щоб наодинці перейти через кладовище?
61. Чи стежите ви за тим, щоб кожна річ у вашому домі була завжди на одному й тому самому місці?
62. Чи буває так, що перед сном ви в доброму гуморі, а наступного дня прокидаєтеся пригніченим?
63. Чи легко звикаєте до нових обставин?
64. Чи буває у вас головний біль?
65. Чи часто ви смієтеся?
66. Чи можете бути ввічливими навіть з тим, кого явно не цінуєте, не любите, не поважаєте?
67. Чи рухлива ви людина?
68. Чи дуже ви переживаєте несправедливість?
69. Чи настільки ви любите природу, що можете назвати її другом?
70. Виходячи з дому або лягаючи спати, перевіряєте, чи закрили газ, погасили світло, зачинили двері?
71. Ви дуже боязкі?
72. Чи змінюється ваш настрій під впливом алкоголю?
73. У вашій молодості ви з задоволенням брали участь у художній самодіяльності?
74. Ви розцінюєте життя дещо песимістично, без передчуття радощів?
75. Чи часто вас тягне подорожувати?
76. Чи може ваш настрій змінитися так різко, що радісний стан раптом зміниться на похмурий та пригнічений?
77. Чи легко вам вдається підняти настрій друзів?
78. Чи довго переживаєте образ?
79. Чи довго переживаєте горе інших людей?

80. Чи часто, будучи школярем, переписували сторінку в зошиті, якщо випадково ставили в ній кляксу?

81. Ви ставитеся до людей швидше з недовірою та пересторогою, ніж доброзичливо?

82. Чи часто бачите страхітливі сни?

83. Чи буває так, що остерігаєтеся того, що кинетеся під поїзд або, коли стоїте біля вікна багатоповерхового будинку, раптово випадете?

84. Чи веселі ви звичайно у веселій компанії?

85. Чи здатні відволікатися від складних проблем, які потребують розв'язання?

86. Чи стаєте менш стриманим і почуваєтеся більш вільніше, коли вживаєте алкоголь?

87. У розмові ви скупі на слова?

88. Чи могли б ви, граючи на сцені, увійти в роль так, щоб забути, що це тільки гра?

### **Ключ до методики Леонгарда-Смішека**

Підраховуючи бали за кожною шкалою опитувальника для стандартизації результатів, значення кожної шкали множать на певне число. Це вказано в «ключі» до методики. Акцентуйовані особи не є патологічними. Вони характеризуються проявом та виокремленням яскравих рис характеру.

1. Гіпертимні – помножити значення шкали на 3: (+) 1, 11, 23, 33, 45, 55, 67, 77; (-) нема.

2. Застряваючі – помножити на 2: (+) 2, 15, 24, 34, 37, 56, 68, 78, 81; (-) 12, 46, 59.

3. Емотивні – помножити на 3: (+) 3, 13, 35, 47, 57, 69, 79; (-) 25.

4. Педантичні – помножити на 2: (+) 4, 14, 17, 26, 39, 48, 58, 61, 70, 63, 80; (-) 36.

5. Тривожні – помножити на 3: (+) 16, 27, 38,49, 60,71,82; (-) 5.

6. Циклотимні – помножити на 3: (+) 6, 18, 28, 40, 50, 62, 72, 84; (-) нема.

7. Демонстративні – помножити на 2: (+) 7, 19, 22, 29, 41, 63, 66, 73, 85, 88; (~) 51.

8. Неврівноважені – помножити на 3: (+) 8, 20, 30, 42, 52, 64, 74, 86; (-) нема.

9. Дистимні – помножити на 3: (+) 9, 21, 43, 75, 87; (-) нема.

10. Екзальтовані – помножити на 6: (+) 10, 32, 54, 76; (-) нема.

### **ТЕСТ: ЕКСТРАВЕРТ? ІНТРОВЕРТ? АМБРОВЕРТ?**

*Інструкція.* На кожне запитання дається два варіанти відповідей. Необхідно вибрати відповідь, яка підходить вам найбільше. Відповідний номер та літеру потрібно записати.

1. Кому ви надаєте перевагу?

А) невеликій компанії близьких друзів;

Б) великій товариській компанії.

2. Яким книгам ви надаєте перевагу?

А) з цікавим сюжетом;

Б) з розкриттям переживань героїв.

3. Що ви скоріше всього можете допустити у своїй роботі?

А) запізнення;

Б) помилку.

4. Якщо ви здійснюєте поганий вчинок, то:

А) гостро переживаєте;

Б) гострих переживань немає.

5. Як ви сходитеся з людьми?

А) швидко і легко;

- Б) повільно, обережно.
6. Чи вважаєте ви себе людиною вразливою?  
А) так;  
Б) ні.
7. Чи схильні сміятися від душі?  
А) так;  
Б) ні.
8. Чи вважаєте ви себе:  
А) мовчазним;  
Б) говірким.
9. Ви відверті чи скритні?  
А) відвертий;  
Б) скритний.
10. Чи любите ви займатися аналізом власних переживань?  
А) так;  
Б) ні.
11. Коли буваєте у компанії, то надаєте перевагу тому, щоб:  
А) говорити;  
Б) слухати.
12. Чи часто відчуваєте себе незадоволення собою?  
А) так;  
Б) ні.
13. Чи любите ви що-небудь організовувати?  
А) так;  
Б) ні.
14. Чи хотілося б вам вести інтимний щоденник?  
А) так;  
Б) ні.
15. Чи швидко ви переходите від рішення до виконання?  
А) так;  
Б) ні.
16. Чи легко змінюється ваш настрій?

А) так;

Б) ні.

17. Чи любите ви переконувати інших, нав'язувати свою думку?

А) так;

Б) ні.

18. Ваші рухи:

А) швидкі;

Б) повільні.

19. Ви сильно хвилюєтеся через можливі неприємності?

А) часто;

Б) рідко.

20. У складних випадках?

А) звертаєтеся за допомогою до інших;

Б) не любите звертатися.

*Опрацювання тесту.* Показники, що співпали 1 бал: 1б, 2а, 3б, 4б, 5а, 6б, 7а, 8б, 9а, 10б, 11а, 12б, 13а, 14б, 15а, 16а, 17а, 18а, 19б, 20а.

*Порахуйте кількість відповідей, що збігаються з ключем і помножте на 5.*

*Бали.* 0 – 35 – інтроверсія;

36 – 65 – амброверсія;

66 – 100 – екстраверсія.

**Екстраверти (звернений назовні):** легкі у спілкуванні, у них високий рівень агресивності, мають тенденцію до лідерства, люблять бути у центрі уваги, легко завязують контакти, імпульсивні, відкриті, контактні (оскільки серед контактів можуть бути і корисні), судять людей за зовнішнім виглядом, не заглядають у середину; холерики, сангвініки. Екстраверт може бути чудовим тамадою, організатором (часто на громадських засадах),

урядовцем, керівником, артистом чи конферансьє.

**Інтроверти (звернений в середину):** спрямовані на світ власних переживань, мало контактні, мовчазні, важко заводять нові знайомства, не люблять ризик, переживають розрив старих зв'язків, не розглядають варіантів програшу та виграшу, мають високий рівень тривожності і ригідності; флегматики, меланхоліки. Інтроверт може бути чудовим ученим, психологом, дослідником або письменником.

**Амброверти (поєднання):** володіють обома якостями, домінування якоїсь залежить від того, наскільки сильний вплив зовні (екстраверсія) або настрій (інтроверсія).

## **ТЕСТ: ЯК ЗА ПІДПИСОМ ВИЗНАЧИТИ ХАРАКТЕР**

Щоб пізнати людину, необов'язково з'їсти з нею пуд солі. Потрібно просто попросити його розписатися. Автограф кожної людини своєрідний і унікальний. Але в підписах різних людей можна знайти загальні ознаки. На думку психологів, фірмовий розчерк пера може розповісти про людину набагато більше, ніж прийнято вважати. Тож, перевір себе!

1. Розмір підпису:

- а) розмашиста – глобальне системне мислення;
- б) компактна – конкретне мислення.

2. Довжина підпису:

- а) довга – здатність глибоко вникати в суть проблем; зайва прискіпливість і занудство;
- б) коротка – здатність швидко схоплювати суть подій.

Важко дається монотонна робота.

3. Тип підпису:

- а) округла – м'якість, доброта, врівноваженість;

б) незграбна – нетерпимість, дратівливість, незалежність, честолюбство, впертість.

4. Відстань між буквами:

а) значне – щедрість, тринькання;

б) «щільний» підпис – економність, скупість (особливо, якщо букви дрібні).

5. Присутність в підписі різних елементів:

а) коло – зацикленість на проблемах та ідеях;

б) петельки – обережність, впертість;

в) малюнки – творче мислення;

г) комбінування елементів – прагнення оптимізувати свою діяльність.

6. Нахил підпису:

а) вліво – примхливість, яскраво виражений індивідуалізм;

б) вправо – збалансованість характеру, здатність до розуміння;

в) прямий нахил – стриманість, прямолінійність, розум;

г) різнотипний нахил – скритність, нещирість;

д) «лежачі» літери – наявність серйозних психологічних проблем.

7. Напрямок заключного штриха:

а) вгору – оптимізм;

б) вниз – схильність до песимізму;

в) прямо – збалансований характер;

8. Довжина «хвоста» підпису.

Чим довше «хвіст», тим більше людина нетерпима до чужої думки. Це також ознака обачності й обережності.

Чим «хвіст» коротше, тим людина безпечніше.

9. Підкреслення підпису:

а) знизу – самолюбство, уразливість, залежність від думки оточуючих;

б) зверху – гордість, марнославство;

в) перекреслена підпис – самокритичність, невдоволення

собою, сумніви.

10. Ознаки симетрії:

- а) симетрична – надійність;
- б) асиметрична – нестійкий характер, перепади настрою.
- в) стрибкоподібна – емоційність, невірноваженість

11. Складність і простота:

- а) проста – людина живе за принципом «немає проблем»;
- б) «навантажена» – часто схильний «робити з мухи слона»;
- в) оригінальна – великий творчий потенціал.

12. Чіткість.

Чим більше зрозуміла підпис, тим більше відкрита людина.

13. Натиск:

- а) надмірний – агресивність;
- б) слабкий – скритність;
- в) сильний – впевненість.



**ТЕМА IV**  
**ПІЗНАВАЛЬНА ДІЯЛЬНІСТЬ ОСОБИСТОСТІ.**  
**ВІДЧУТТЯ, СПРИЙМАННЯ, ПАМ'ЯТЬ**

*Наші переконання і уявлення часто є пасткою, що обмежує наші можливості. Єдиним знанням, здатним просунути нас на шляху розвитку, є знання того, що уява здатна на все. І все, що можливо в нашій уяві, можливо і в реальності.*

Ейнштейн А.

**План**

1. Загальна характеристика пізнавальних процесів особистості. Поняття про відчуття. Фізіологічне підґрунтя відчуттів.
2. Класифікація та різновиди відчуттів. Загальні закономірності та властивості відчуттів.
3. Поняття про сприймання. Різновиди сприймання.
4. Основні закономірності (властивості) сприймання. Спостереження і спостережливість.
5. Пам'ять. Теорії, види та процеси пам'яті. Індивідуальні особливості та типи пам'яті.

**1. Загальна характеристика пізнавальних процесів особистості. Поняття про відчуття. Фізіологічне підґрунтя відчуттів**

**Пізнавальна діяльність –**

---

---

---

---

## Відображення реальності в людській свідомості може відбуватися на рівні

---

---

**Чуттєве пізнання** характеризується тим, що предмети і явища об'єктивного світу безпосередньо діють на органи чуття людини – її зір, слух, нюх, тактильні та інші аналізатори і відображуються у мозку. До цієї форми пізнання дійсності належать пізнавальні психічні процеси **відчуття та сприймання**.

Вищою формою пізнання людиною дійсності є **абстрактне пізнання**, що відбувається за участю процесів **мислення та уяви**. Важливу роль у пізнавальній діяльності людини відіграє **пам'ять**, яка своєрідно відображає, фіксує й відтворює те, що відображується у свідомості у процесі пізнання. Важливою характеристикою пізнавальної діяльності є **емоційно-вольові процеси**, які спонукають особистість до активних дій, вольових актів.

**Відчуття – це**

---

---

---

---

Виникаючи при дії подразника на органи чуття, відчуття є реакцією нервової системи на цей вплив, тобто рефлексорним.

### **Фізіологічне підґрунтя відчуттів**

Вчення про вищу нервову діяльність розкриває науково-природничі підвалини відчуттів. І.Сеченов та І.Павлов своїми дослідженнями показали, що відчуття – це

своєрідні рефлекторні дії, фізіологічним підґрунтям яких є нервові процеси, що виникають у результаті впливу подразників на органи чуття, або аналізатори.

**Фізіологічною основою відчуттів є:**

---

---

---

---

---

**Аналізатори – це**

---

---

---

---

---

У кожному аналізаторі знаходяться три відділи:

1. **Периферійний (рецепторний)** відділ: складають органи чуття – око, вухо, ніс, шкіра, спеціальні рецепторні апарати, розміщені в органах травлення, дихання, серцево-судинній системі. Реагує на дію конкретного специфічного виду подразника і переробляє його у певне збудження. Перетворює енергію подразника на нервовий процес.
2. **Передавальний (провідниковий)** відділ: чутливі нерви.
3. **Центральний (мозковий)** відділ, складається з ядра, в якому скупчено рецепторні клітини, і периферійної частини, тобто розсіяних на інших ділянках кори нервових клітин. Ядерна зона аналізатора виконує тонкий аналіз і синтез, наприклад розрізнення кольору світла. Розсіяні клітини здійснюють грубий аналіз і координують взаємодію різних аналізаторів.

## Відобразіть схематично пізнавальну діяльність особистості

### 2. Класифікація та різновиди відчуттів. Загальні закономірності та властивості відчуттів

Існують різні класифікації органів відчуття і чутливості організму до подразників, що надходять до аналізаторів із зовнішнього світу або зсередини організму.

Англійський фізіолог Чарлз-Скотт Шеррінгтон (1857-1952) запропонував об'єднати всі аналізатори в три системи і виділити види відчуттів:

**I.** \_\_\_\_\_ (лат. Exter-  
зовнішній, receptor – той, що сприймає) – відчуття, що відображають властивості предметів та явищ зовнішнього світу і мають рецептори, розміщені на поверхні тіла.

**За способом подразнення рецептора їх поділяють на:**

---

---

---

---

**II.** \_\_\_\_\_ (лат. Interior-  
внутрішній, receptor – той, що сприймає) – відчуття, що мають рецептори розміщені у внутрішніх органах (серці, шлунку, печінці) і тканинах тіла та відображають їх стан.

**До них належать органічні відчуття:**

---

---

---

**III.** \_\_\_\_\_ (лат. proprius – власний, receptor – той, що сприймає) – відчуття, що дають інформацію про рух і положення людського тіла в просторі. Їх рецептори розміщені в м’язах і суглобах.

\_\_\_\_\_ – відбивають положення нашого тіла у просторі – лежання, стояння, сидіння, рівновагу, падання, рецептором його є вестибулярний апарат, який передає подразники у вискову частину кори великих півкуль, сигналізує про положення тіла людини в просторі.

**До них відносять:**

\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

характеризують положення і переміщення частин тіла в просторі, ґрунтуються на сигналах, що надходять від пропріорецепторів.

### **Загальні закономірності та властивості відчуттів**

Різні види відчуттів є не тільки специфічними, а й мають загальні для всіх властивості.

**Властивості відчуттів:**

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

\_\_\_\_\_ кількісна характеристика і визначається силою подразника, що діє, і функціональним станом рецептора.

\_\_\_\_\_ часова  
характеристика (залежить від тривалості дії подразника).

**Закономірності, що характеризують відчуття:**

\_\_\_\_\_ здатність людини відчувати  
незначні величини подразнення  
\_\_\_\_\_ рівень інтенсивності подразника,  
який здатний викликати відчуття.

**Абсолютний поріг буває:**

---

---

---

---

**Нижній поріг –**

---

---

---

---

**Верхній поріг –**

---

---

---

---

Крім абсолютних порогів, чутливість аналізатора характеризується також *диференційованим порогом (порогом розрізнення)* (лат. Differens – різниця) – це мінімальна різниця в інтенсивності двох подразників, яка викликає ледве помітну відмінність у відчуттях.

- 1.
- 2.

\_\_\_\_\_ (лат. adapto –  
приспосовую) – зміна чутливості аналізатора під впливом

подразника постійної сили, що діє протягом тривалого часу. Вона проявляється у зниженні чутливості за великої сили подразників і підвищенні – за малої.

\_\_\_\_\_ (лат. sensibilis – чутливий) – підвищення чутливості органів чуття внаслідок взаємодії аналізаторів і систематичних вправ. Якщо одночасно з яким-небудь подразником діє й інший сильний подразник, чутливість наших органів чуття значно знижуються, бо новий подразник своєю силою зменшує інтенсивність попереднього.

\_\_\_\_\_ (гр. synaesthesia – одночасне відчуття) – виникнення під впливом подразнення одного аналізатора відчуття, характерного для іншого аналізатора.

Полягає в тому, що будь-який подразник, діючи на відповідний орган чуття, поза волею суб'єкту, викликає не лише відчуття, специфічне для певного органа чуття, а водночас ще й додаткове відчуття або уявлення, характерне для іншого органа чуття.

Найпоширенішим виявом синестезії є так званий кольоровий слух, при якому звук разом із слуховим відчуттям викликає і кольорове зображення.

- 1.
- 2.

\_\_\_\_\_ підвищення діяльності одних аналізаторів при втраті або відсутності інших.

\_\_\_\_\_ протилежність відчуттів.

\_\_\_\_\_ з припиненням дії подразника відчуття не зникає одразу, а певний проміжок часу зберігається.

*Наприклад*, відчуття світла, якийсь час триває, коли лампу вимкнено, відчуття тиску предмета на плечі триває після того, як його вже скинули. У зоровій чутливості післядія в аналізаторі виявляється в послідовних образах, у змішуванні кольорів.

### **3. Поняття про сприймання. Різновиди сприймання** **Сприймання –**

---

---

---

---

**Фізіологічною основою сприймання є –**

---

---

---

---

Сприймання нового предмета відбувається на основі наявних у людини знань. Важливу функцію виконує друга сигнальна система. Слово зумовлює зміст людського сприймання, позначає предмет, надає сприйманню довільного характеру.

У результаті сприймання виникають суб'єктивні образи сприйраних об'єктів – уявлення. Процес сприймання відбувається у взаємозв'язку з іншими психічними процесами особистості: *мисленням* (ми усвідомлюємо об'єкт сприймання), *мовою* (називаємо його словом), *почуттями* (виявляємо своє ставлення до нього), *волею* (свідомим зусиллям організуємо перцептивну діяльність).

Важливу роль у сприйманні відіграють емоційний стан особистості, її прагнення, переживання змісту сприйнятого.



## Види сприймання

- 1.
- 2.

### 1. За активністю сприймання

\_\_\_\_\_ – при його здійсненні людина ставить перед собою мету, докладає певних вольових зусиль, щоб краще реалізувати свій намір, довільно обирає об'єкти сприймання

\_\_\_\_\_ – викликається 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

### 2. За формою існування матерії (складність сприймання):

\_\_\_\_\_ – одна з основних форм існування матерії. Відображення в психіці людини розташування, величини, форми, об'ємності, віддаленості один від одного предметів та явищ на землі та на небі. Відбувається за участю зорового, кін естетичного, слухового аналізаторів.

У сприйманні простору важливу роль відіграють акомодация та конвергенция органу зору.

**Акомодация –**

---

---

---

## Конвергенція –

---

---

---

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

## Ілюзії сприймання –

---

---

---

---

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

*Наприклад*, пряма паличка, занурена у склянку з водою, здається зігнутою; розмір сонця вранці та ввечері здається великим порівняно з тим, як воно сприймається в zenіті; два однакових кути, однакових кружечки, однакові лінії здаються різними серед більших або менших за розміром зображень таких самих предметів тощо.

\_\_\_\_\_ це відображення зміни положення предметів у просторі протягом певного часу. Провідна роль належить зоровому аналізатору і кінестетичним відчуттям. Показниками руху є швидкість, прискорення і напрям.

\_\_\_\_\_ це відображення об'єктивної тривалості, послідовності і швидкості подій

або явищ реального світу, завдяки чому відображаються зміни, які відбуваються в навколишньому світі.

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

#### **4. Основні закономірності (властивості) сприймання. Спостереження та спостережливість**

##### **Основні закономірності сприймання:**

1. \_\_\_\_\_ – сприймання виявляється в тому, що будь-який предмет або явище відображається як механічна сума якостей і властивостей, а як об'єкт, який має свій зміст, природу, призначення. Розвивається в процесі життєдіяльності людини.

2. \_\_\_\_\_ – сприймання полягає в тому, що образи відображених предметів та явищ постають у свідомості в єдності багатьох якостей і властивостей.

*Наприклад*, образ грейфрукта, який людина тримає в руках виникає внаслідок синтезу зорових відчуттів (колір), дотикових (твердість), нюхових (запах) і попереднього досвіду (смак).

3. \_\_\_\_\_ – полягає у відносно більш чи менш довготривалій постійності окремих властивостей і якостей об'єктів (розміру, форми, кольору).

4. \_\_\_\_\_ – сприймання полягає у виділенні одних об'єктів як основних порівняно з іншими. Це визначається формою ставлення людини до об'єктів, предметів, зумовленою значущістю, інтересом, попереднім досвідом.

Перебуваючи в лікарні або іншому лікувальному закладі, хворі вибірково сприймають інформацію, пов'язану з діагностично-лікувальним процесом. Вони насторожено прислухаються до медичного персоналу. Інших хворих та родичів і відвідувачів щодо умов і ефективності лікування. Хворі загострено сприймають неуважність або прояви антисанітарії. Підсвідомо відбувається вибірка сенсипілізація сприймання і відчуттів.

5. \_\_\_\_\_ – (лат. ad – до, perceptio – сприймання) – залежність сприймання від попереднього досвіду, від загального змісту психічної діяльності людини та її індивідуальних особливостей, а також від професії. Також досить часто людина сприймає не те, що є насправді, а те, що є бажаним для неї.

6. \_\_\_\_\_ – пов'язана з розуміння сутності об'єкта, що сприймається, з можливістю віднести його певної групи, класу, узагальнити його в слові, вловити схожість із знайомими нам об'єктами. Виявляється як формування властивості образу бути усвідомленим.

Осмисленість сприймання найбільше пов'язана з мисленням та інтелектом.

\_\_\_\_\_ – це відображення одиничного випадку як особливого виду загального. Ступінь узагальнення залежить від рівня і обсягу наявних у людини знань.

Осмисленість та узагальненність добре виявляються при сприйнятті незакінчених малюнків. Ці малюнки доповнюються нашими досвідом і знаннями.

## **Спостереження і спостережливість**

Важливими умовами адекватного сприймання є спостереження і спостережливість.

### **Спостереження – це**

---

---

---

### **Спостереження може бути: Тривалим**

---

---

---

### **Короткотривалим**

---

---

---

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

### **Спостережливість – це**

---

---

---

Успішне спостереження потребує визначення його мети, складання плану (де, коли і як провести

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

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

## **5. Пам'ять. Теорії, види та процеси пам'яті. Індивідуальні особливості та типи пам'яті**

**Пам'ять (від грецьк. *μνημα*) –**

---

---

---

---

Давні греки вважали Богиню пам'яті Мнемозину матір'ю дев'яти муз, які були покровительками всі відомим на той час науками і мистецтвом. Ім'я цієї богині дало назву пам'яті. Від імені грецької музи пам'яті Мнемозини ці процеси отримали назву *мнемічних*.

На думку Аристотеля, пам'ять є соціальною спадкоємницею, безцінним багатством і силою людини і людства. Завдяки їй людина через знання опановує надбання попередніх поколінь. Пам'ятаючи минуле, вона краще розуміє сучасність і може прогнозувати майбутнє. Людина без пам'яті перестає бути особистістю, не орієнтується в просторі й часі, все сприймає так, ніби вперше бачить. Як зазначав І.Сеченов, не оволодівши пам'яттю, людина постійно перебувала б у стані новонародженого. Як найважливіша характеристика всіх психічних процесів пам'ять забезпечує єдність і цілісність особистості людини.

### Теорії пам'яті

Перші спроби науково пояснити феномен пам'яті на психологічному рівні були зроблені **асоціативним напрямом** психології. Центральним в асоціативній психології є поняття **асоціації**, що означає зв'язок, з'єднання. Асоціація – обов'язковий принцип усіх психічних утворень. Механізм асоціації полягає в установленні зв'язку між враженнями, що одночасно виникають у свідомості.

Залежно від умов, необхідних для їх утворення, асоціації поділяють на три типи:

\_\_\_\_\_ утворюється при відображенні в мозку людини предметів та явищ об'єктивної дійсності, що пов'язані між собою протилежними ознаками (високий – низький, швидкий – повільний, веселий – сумний).

спостерігається тоді, коли в мозку відображуються зв'язки між предметами, схожими у певному відношенні (помилкове сприймання незнайомої людини як знайомої).

це відображення в мозку людини зв'язків між предметами та явищами, які йдуть один за одним у часі (суміжність у часі) або перебувають поряд один з одним у просторі (суміжність у просторі). Асоціації за суміжністю виникають при згадуванні подій, свідком яких була людина, при заучуванні навчального матеріалу.

пояснює роботу пам'яті з точки зору фізіології: пам'ять працює в два етапи (запам'ятовування інформації, її пригадування)

розглядає мозкові механізми пам'яті: під впливом збудження в корі великих півкуль головного мозку утворюються білкові молекули РНК, які й утримують інформацію

### **Види пам'яті:**

**Залежно від змісту матеріалу, який людина запам'ятовує, виділяють:**

виявляється в запам'ятовуванні образів, уявлень конкретних предметів, явищ, їх властивостей, наочно даних зв'язків і відносин між ними. Залежно від того, якими аналізаторами сприймаються об'єкти при їх запам'ятовуванні, образна пам'ять буває зоровою, слуховою, дотиковою, нюховою. На відміну від образів сприймання образи уявлень пам'яті не такі яскраві, менш деталізовані, але більш узагальнені. Ці мнемічні образи не залишаються постійними, а змінюються під впливом інших уявлень, процесів забування.



Виняток становлять \_\_\_\_\_ (гр. Eidos – вид, вигляд) **образи** – дзеркальне (в найменших деталях) відображення слідів пам'яті, яскраві та чіткі уявлення, які зберігаються в пам'яті тривалий час без будь-яких змін. Ейдетична пам'ять буває у художників, музикантів, а також у дітей дошкільного і молодшого шкільного віку. Цей вид більш властивий дітям.

1. \_\_\_\_\_ – це думки, поняття, судження, умовиводи, які відображають предмети та явища в їх істотних зв'язках і відносинах, у загальних властивостях. Ґрунтується на спільній діяльності мислення і мовлення. Характерний лише для людей.
2. \_\_\_\_\_ – полягає у запам'ятовуванні та відтворенні людиною рухів. Виявляється вона в різних видах ігрової, трудової, виробничої діяльності. Вона є підґрунтям утворення різних умінь і навичок, засвоєння усної та письмової мови. За змістом цей вид є найміцнішим.
3. \_\_\_\_\_ – полягає у запам'ятовуванні та відтворенні людиною емоцій та почуттів. Запам'ятовуються не самі емоції, а й предмети та явища, що їх викликають. *Наприклад*, переживання почуття ностальгії при спогадах про країну, в якій людина виросла, але з якихось причин залишила її.

Якщо за ознаку класифікації обирають час збереження матеріалу, то пам'ять характеризують як:

\_\_\_\_\_ Характеризується дуже коротким часом (до 2 секунд) зберігання інформації, яка фіксується в рецепторах (на сітківці ока, в закінченнях нюхового, смакового та інших нервів).

Залежно від аналізатора сенсорна пам'ять має різну модальність. Найбільше використовується зорова і слухова

сенсорна пам'ять. Завдяки сенсорній пам'яті людина має змогу розпізнавати образи предметів ще в процесі їх формування.

1. \_\_\_\_\_ Їй властиве швидке запам'ятовування матеріалу, негайне його відтворення і швидке забування.

2. \_\_\_\_\_ Вона забезпечує тривале збереження нерідко значного обсягу матеріалу.

Основним механізмом введення інформації в довготривалу пам'ять та її фіксування є повторення, яке відбувається на рівні короткочасної пам'яті.

Коли критерієм класифікації слугує мета діяльності людини, то пам'ять поділяють на:

\_\_\_\_\_ Ознаками її є процеси запам'ятовування і відтворення, в яких немає мети щось запам'ятати чи відтворити.

Мимовільне запам'ятовування відбувається ніби само по собі. Це як побічний продукт діяльності людини, а тому є фрагментарним і неміцним. Необхідною умовою мимовільного запам'ятовування будь-яких об'єктів є активна взаємодія з ними.

\_\_\_\_\_ Цей вид діяльності характеризується цілеспрямованим запам'ятовуванням і відтворенням.

За рівнем усвідомлення матеріалу, який запам'ятовується, пам'ять поділяють на

\_\_\_\_\_. Пов'язана вона з розумінням матеріалу, який запам'ятовують. Основою її є різні за складністю словесних та образних асоціацій смислові зв'язки.

Смислове запам'ятовування розвивається разом із мовленням і мисленням. Воно може бути мимовільним і довільним.

\_\_\_\_\_ . Її особливість полягає у нерозумінні засвоюваного матеріалу, який є надто важким або коли людина, замість намагання осягнути сенс, просто повторює інформацію.

### **Процеси пам'яті:**

\_\_\_\_\_ – закріплення в корі великих півкуль головного мозку образів, що виникають на основі відчуттів, сприймання, мислення чи уяви.

Запам'ятовування за ступенем активності свідомості може бути:

а) \_\_\_\_\_ це встановлення зв'язків між враженнями, що виникають у свідомості. Здійснюється: за суміжністю, тобто предмети або явища запам'ятовуються в тому порядку, в якому були сприйняті; за схожістю – якщо те, що сприймається, має деякі однакові ознаки з іншими предметами або явищами; за контрастом або протилежністю між іншими предметами і явищами.

б) \_\_\_\_\_ спирається на розуміння матеріалу у процесі дії з ним, оскільки тільки діючи з матеріалом, ми запам'ятовуємо його.

в) \_\_\_\_\_ здійснюється без розуміння суті. Воно призводить до формального засвоєння знань. Іноді називають зазубленням, потребує багато сил, бо відбувається без внутрішньої переробки інформації, воно малопродуктивне, і не дуже міцне, те, що запам'ятовувалось механічно, згадувати важче.

\_\_\_\_\_ – це здатність утримати, зберегти сприйману інформацію.

**Розрізняють такі форми збереження інформації в пам'яті:**

\_\_\_\_\_ забезпечує запам'ятовування та відтворення оперативної інформації, потрібної для використання в поточній діяльності. Виконавши свою функцію, така інформація може забуватися

\_\_\_\_\_ виявляється у процесі набування й закріплення знань, умінь і навичок, розрахованих на їх тривале збереження та наступне використання в діяльності людини.

\_\_\_\_\_ характеризується швидким запам'ятовуванням матеріалу, його відтворенням і нетривалим зберіганням. Максимальна тривалість короткочасної пам'яті складає до 2 діб.

\_\_\_\_\_ – це один з основних процесів пам'яті, оживлення в свідомості почуттів, думок, прагнень, тобто того, що колись сприймалося.

**Впізнавання – це**

---

---

---

---

**Згадування – це**

---

---

---

---

**Згадування може бути:  
Мимовільним**

---

---

---

**Довільним**

---

---

---

Різновидами довольного відтворення є *пригадування та спогади*.

Потреба у *пригадуванні* виникає тоді, коли в потрібний 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 пригадати, напружує волю, вдається до пошуку шляхів активізації попередніх вражень, до різних мнемічних дій. Пригадування може бути складною розумовою діяльністю, яка передбачає поетапне відтворення всіх обставин та умов, за яких відбувався процес запам'ятовування об'єкта чи явища. Від уміння пригадувати залежить ефективність використання здобутих знань, розвинення пам'яті як психічного процесу загалом.

**Спогади – це**

---

---

---

---

Динаміка забування, встановлена дослідями Г. Еббінгауза: найвищі темпи забування характерні для першої доби після запам'ятовування (60% інформації ми втрачаємо впродовж першої години після запам'ятовування).

**Забування – це**

---

---

---

---

**Індивідуальні особливості пам'яті:**

1. \_\_\_\_\_ запам'ятовування визначається кількістю повторень, необхідних людині для запам'ятовування нового матеріалу.
2. \_\_\_\_\_ запам'ятовування характеризується відповідністю відтвореного тому, що запам'ятовувалося, і кількістю зроблених помилок.
3. \_\_\_\_\_ запам'ятовування виявляється у тривалості збереження завченого матеріалу (або у повільності його забування).
4. \_\_\_\_\_ виявляється в тому, як швидко та легко в потрібний момент людина може пригадати необхідні їй відомості.

**У психології розрізняють такі типи пам'яті:**

- **наочно-образний** – частіше зустрічається у

---

---

- **словесно-абстрактний** – у вчених

---

---

- змішаний або проміжний – зустрічається у людей

---

---

## **Підсумковий контроль**

### **Тестові завдання для перевірки знань**

#### **1. Сприймання – це:**

- а) пізнавальний психічний процес безпосереднього чуттєвого відображення окремих властивостей явищ та предметів об'єктивного світу, що виникає при їх безпосередньому впливі на органи чуття і збудженні нервових центрів кори головного мозку;
- б) активний процес відображення людиною предметів і явищ об'єктивної дійсності в їх істотних властивостях, зв'язках і відношеннях;
- в) пізнавальний психічний процес, який виявляється в цілісному відображенні предметів, ситуацій і явищ, що виникають при безпосередньому впливові подразників на рецепторні поверхні органів відчуттів;
- г) пізнавальний психічний процес розкриття загальних властивостей і відношень, мислене відокремлення одних ознак і властивостей від інших їхніх рис і від самих предметів, яким вони властиві.

#### **2. Підґрунтям поділу сприймання на довільне й мимовільне є:**

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

#### **3. Відчуття – це ...**

- а) процес опосередкованого й узагальненого відображення людиною предметів та явищ об'єктивної дійсності в їх істотних зв'язках і відношеннях;
- б) пізнавальний психічний процес відображення в мозку людини окремих властивостей предметів і явищ при їх

безпосередній дії на органи чуття людини;  
в) своєрідна форма відображення людиною дійсності, де виявляється активний випереджальний характер пізнання нею об'єктивності світу.

г) усі відповіді вірні.

**4. Інтерцептивні відчуття:**

- а) відображають стан внутрішніх органів;
- б) збуджуються при контакті з подразником;
- в) збуджуються на відстані від джерела подразника;
- г) відображають рухи окремих частин тіла.

**5. Сенсibiliзація – це:**

- а) збільшення чутливості аналізатора до подразника;
- б) зменшення чутливості аналізатора до подразника;
- в) підвищення чутливості одних аналізаторів при втраті чутливості інших;
- г) зміна інтенсивності та якості відчуттів.

**6. Який пізнавальний процес забезпечує відображення мозком окремих властивостей предметів чи явищ?**

- а) відчуття;
- б) сприймання;
- в) пам'ять;
- г) уява.

**7. Зміна чутливості внаслідок пристосування аналізатора до подразника – це визначення якої властивості відчуттів?**

- а) компенсація;
- б) синестезія;
- в) сенсibiliзація;
- г) адаптація.

**8. До основних властивостей відчуттів не відноситься:**

- а) якість;
- б) інтенсивність;
- в) тривалість;
- г) обсяг

**9. Спостережливість – це:**



- а) усвідомлене ставлення до сприйнятих явищ;
- б) планомірне сприймання предметів або явищ навколишньої дійсності;
- в) спрямованість уваги на певний предмет або явище;
- г) здатність помічати в предметах і явищах приховані деталі, ознаки.

**10. Пам'ять – це:**

- а) збереження раніше набутих вражень;
- б) використання раніше набутого досвіду в практичній діяльності;
- в) здатність людини збагачувати свій досвід;
- г) відображення об'єктивної реальності, здатність індивідуума зафіксувати, зберігати, відтворювати дані навколишнього досвіду.

**11. Згадування – це:**

- а) складна форма відтворення, відбувається без повторного сприймання того, що відтворюється
- б) довільне відтворення;
- в) актуалізація матеріалу, що не викликає труднощів;
- г) найпростіше відтворення.

**12. Механічна пам'ять – це:**

- а) нетривале збереження матеріалу після його сприймання;
- б) формальне засвоєння знань, здійснюється без розуміння суті;
- в) запам'ятовування й відтворення оперативної інформації;
- г) несвідома пам'ять.

**13. Який вид пам'яті забезпечує запам'ятовування та відтворення інформації, потрібної для використання в поточній діяльності?**

- а) короткочасна пам'ять;
- б) зорова пам'ять;
- в) ейдетична пам'ять;
- г) оперативна пам'ять.

**14. Який вид пам'яті характеризується здатністю зберігати в пам'яті тривалий час яскраві та чіткі**

**уявлення без будь-яких змін із виключною точністю?**

- а) короткочасна пам'ять;
- б) зорова пам'ять;
- в) ейдетична пам'ять;
- г) оперативна пам'ять.

**15. Процеси пам'яті:**

- а) запам'ятовування;
- б) збереження;
- в) переробка;
- г) відтворення;
- д) забування.

### **Самостійна робота:**

1. Нейрофізіологічні механізми відчуттів та сприймання (№ 6).



### **Література**

1. Вітенко І. С., Вітенко Т. І. Основи психології. 2001. С. 109–184.
2. Вітенко І. С. Загальна та медична психологія. К., 1994. С. 91–107.
3. Корольчук М. С., Крайнюк В. М., Марченко В. М. Психологія : схеми, опорні конспекти, методики. К. : Ельга, Ніка-Центр, 2007. С. 29–38.
4. Максименко С. Д., Соловієнко В. О. Загальна психологія. К., 2001. С. 130–218.
5. Основи загальної і медичної психології / за ред. І. С. Вітенка, О. С. Чабана. 2003. С. 15–150.
6. Степанов О. М., Фіцула М. М. Основи психології та педагогіки : навч. посіб. К. : Академвидав, 2006. С. 109–193.
7. Столяренко Л. Д. Основы психологии. Ростов н\Д: Феникс, 2004. С. 132–198, 233–251.

**Розлади відчуттів та сприймання**

**Розлади відчуттів:**

1. *гіпестезія* – зниження поверхневої чутливості, виникає при підвищенні порогів больових відчуттів;
2. *гіперестезія* – підвищена чутливість;
3. *анестезія* – відсутність чутливості;
4. *парестезія* – відчуття заніміння, поколювання, печіння, “повзання мурашок”, що виникають спонтанно. Вони зумовлені порушенням нервових провідників;
5. *свербіж* – видозмінене больове відчуття, що викликає потребу почухувати певні ділянки шкіри і слизових оболонок. Можуть спричиняти різні захворювання внутрішніх органів, токсикози, алергічні фактори. Несприятливо впливає на психіку людини, викликає draжливість, гнів, злобність. Такі хворі важко вступають в контакт з медпрацівниками і потребують чуйного, терпеливого ставлення до них;
6. *біль* – сигналізує організмові про небезпеку, реакція людини на больові відчуття залежить від особливостей нервової системи, психологічної настроєності.

**Розлади сприймання:**

*галюцинації та псевдогалюцинації* – часто нагадують ілюзії, це яскраві чуттєві переживання бачених і не бачених предметів і явищ. Хворі проєктують галюцинаторний образ у просторі. Цей образ рухається, має рельєф, і хворі дивуються, чому ніхто з оточуючих не бачить того, що бачать вони.

Зміст найрізноманітніший. Хворий може бачити предмети, процеси, події, яких об’єктивно не існує, чути розмови, відчувати запахи, смак їжі, ставиться до галюцинацій, як до чогось, що існує насправді. Він може

коритися «почутому» наказові, розмовляти з голосами, гнати від себе звірів тощо.

Галюцинаторний образ виникає мимовільно. Хворий не може його контролювати, довільно викликати галюцинацію і припиняти її. Крім того, не можна переконувати хворого в нереальності галюцинаторного образу. Від галюцинацій слід відрізнити псевдогалюцинації, під час яких образи не проектуються у зовнішній світ, а перебувають «у голові» хворого. Голоси хворий чує «внутрішнім» слухом, зображення бачить «духовними» очима.

1. **Агнозія** – порушення процесів упізнавання предметів і явищ при збереженні свідомості і функції органів чуття. Спостерігається слухова, зорова, смакова, больова, нюхова, тактильна агнозія. Зорова агнозія характеризується неможливістю впізнавання предметів та їхніх зображень, не впізнаванням добре знайомих облич, порушенням здатності орієнтуватися у просторі. Слухова агнозія виявляється нездатністю розрізнити звуки мови і впізнавати предмети за характерними для них звуками. Агнозія спостерігається при ураженні певних відділів кори великого мозку.
2. **Дереалізація** – розлади психічної діяльності, що виявляються в тяжкому відчутті нереальності, оманливості, непричетності хворого до навколишнього світу. Предмети, явища природи, люди сприймаються як неіснуючі, неприродні, штучні, змінені, дивні, невиразні, нерельєфні. Голоси і звуки глухі, чужі, нереальні. Незнайоме (предмети, люди) ніколи не бачене сприймається як уже знайоме, а знайоме сприймається як зовсім незнайоме. Плин часу сприймається хворим як спинений, застиглий або

здається дуже швидким, в інших випадках – сповільненим.

3. **Парейдолії** – це зорові ілюзії фантастичного змісту, виникають, як правило, коли людина розглядає хмару, плями на стіні, малюнок на шпалерах. Від ілюзії парейдолії відрізняються тим, що тут наявні елементи фантазії, яка не виходить за межі плями. Виникають при різних психічних захворюваннях, але можуть спостерігатися і в здорових людей внаслідок перевтоми у стані тривоги.

Особливістю тактики медичного працівника з хворими з різними видами розладів відчуття та сприймання полягає в уважному вислуховуванні їх скарг. Іноді не слід переконувати хворих та сперечатися з ними. Якщо розлад виявлених вперше, необхідно сказати лікарю, який лікує хворого, якщо це спостерігалось раніше необхідно діяти згідно з показаннями лікаря.

## **МЕТОДИКА САМООЦІНКИ ФУНКЦІОНАЛЬНОГО СТАНУ**

### **«САН» (В.А. ДОСКІН ТА ІН.)**

Методика призначена для оперативної оцінки самопочуття, активності та настрою (перші букви цих функціональних станів і складають назву опитувальника).

*Інструкція:* «Вам необхідно співвіднести свій стан із рядом ознак за багатоступінчатою шкалою. Шкала складається з індексів (3 2 1 0 1 2 3) і розташована між тридцятьма парами слів протилежного значення, які відображають рухливість, швидкість і темп протікання функцій (активність), силу, здоров'я, стомлення (самопочуття), а також характеристики емоційного стану (настрій). Ви повинні вибрати та помітити цифру, яка

найбільш точно відображає Ваш стан у момент обстеження».

### Регстраційний бланк

П.І.Б. (повністю) \_\_\_\_\_

Дата обстеження \_\_\_\_\_ Вік \_\_\_\_ Група \_\_\_\_\_  
 Спеціальність \_\_\_\_\_

№, з/п	Оцінки	Бали	Оцінки
1	Самопочуття добре	3 2 1 0 1 2 3	Самопочуття погане
2	Відчуваю себе сильним	3 2 1 0 1 2 3	Відчуваю себе слабким
3	Пасивний	3 2 1 0 1 2 3	Активний
4	Малорухливий	3 2 1 0 1 2 3	Рухливий
5	Веселий	3 2 1 0 1 2 3	Сумний
6	Гарний настрій	3 2 1 0 1 2 3	Поганий настрій
7	Працездатний	3 2 1 0 1 2 3	Розбитий
8	Повний сил	3 2 1 0 1 2 3	Знесилений
9	Повільний	3 2 1 0 1 2 3	Швидкий
10	Бездіяльний	3 2 1 0 1 2 3	Діяльний

№, з/п	Оцінки	Бали	Оцінки
11	Щасливий	3 2 1 0 1 2 3	Нещасний
12	Життєрадісний	3 2 1 0 1 2 3	Похмурий
13	Напружений	3 2 1 0 1 2 3	Розслаблений
14	Здоровий	3 2 1 0 1 2 3	Хворий
15	Бездіяльний	3 2 1 0 1 2 3	Захоплений
16	Байдужий	3 2 1 0 1 2 3	Зацікавлений
17	Захоплений	3 2 1 0 1 2 3	Похмурий
18	Радісний	3 2 1 0 1 2 3	Сумний
19	Відпочивший	3 2 1 0 1 2 3	Втомлений
20	Свіжий	3 2 1 0 1 2 3	Виснажений
21	Сонливий	3 2 1 0 1 2 3	Збуджений
22	Бажання відпочити	3 2 1 0 1 2 3	Бажання працювати
23	Спокійний	3 2 1 0 1 2 3	Схвильований
24	Оптимістичний	3 2 1 0 1 2 3	Песимістичний

№, з/п	Оцінки	Бали	Оцінки
25	Витривалий	3 2 1 0 1 2 3	Втомлений
26	Бадьорий	3 2 1 0 1 2 3	Млявий
27	Міркувати важко	3 2 1 0 1 2 3	Міркувати легко
28	Розсіяний	3 2 1 0 1 2 3	Уважний
29	Повний надій	3 2 1 0 1 2 3	Розчарований
30	Задоволений	3 2 1 0 1 2 3	Незадоволений

### «Ключ»

Шкала «самопочуття» – 1, 2, 7, 8, 13, 14, 19, 20, 25, 26.

Шкала «активність» – 3, 4, 9, 10, 15, 16, 21, 22, 27, 28.

Шкала «настрій» – 5, 6, 11, 12, 17, 18, 23, 24, 29, 30.

### Обробка та інтерпретація результатів

Під час обробки отриманих даних оцінки респондентів необхідно перекодувати таким чином: індекс 3, який відповідає незадовільному самопочуттю, низькій активності та поганому настрою, приймається за 1 бал; наступний індекс 2 приймається за 2 бали; індекс 1 – за 3 бали і так до індекса 3 з протилежного боку шкали, який відповідно приймається за 7 балів (увага: полюси шкали постійно змінюються).

Позитивні функціональні стани завжди отримують високі бали, а негативні – низькі. По цих «приведених балах» і розраховується середнє арифметичне як у цілому, так і окремо з активності, самопочуття та настрою.



При аналізі функціонального стану важливими є не тільки значення окремих його показників, але і їх співвідношення. У відпочилої людини оцінки активності, настрою та самопочуття зазвичай приблизно рівні. В міру наростання втомленості співвідношення між ними змінюється за рахунок відносного зниження самопочуття й активності в порівнянні з настроєм.

## **МЕТОДИКА ВИЗНАЧЕННЯ ДОМІНУЮЧОГО ТИПУ СПРИЙМАННЯ ЗА РОБОТОЮ ПРОВІДНИХ АНАЛІЗАТОРІВ**

Мемою даної методики є визначити, які з відчуттів найшвидше реагують на подразники в момент їх безпосередньої дії на аналізатори.

Інструкція: відповідайте на запитання «згодні» чи «не згодні». У таблиці обведіть кружечком ті запитання, на які дали відповідь «згодний (згодна)».

Тип сприймання	Ключ (відповіді „згодний/згодна”)
Тип А (зоровий аналізатор)	1, 5, 8, 10, 12, 14, 19, 21, 23, 27, 31, 32, 39, 40, 42, 45
Тип В (дотик, смак, нюх)	3, 4, 9, 11, 16, 18, 22, 25, 28, 29, 30, 35, 38, 41, 44, 47
Тип С (слуховий аналізатор)	2, 6, 7, 13, 15, 17, 20, 24, 26, 33, 34, 36, 37, 43, 46, 48

### **Текст**

1. Люблю спостерігати за хмарами і зірками.
2. Часто наспівую собі під ніс.
3. Не визнаю незручну моду.

4. Обожаю ходити в сауну.
5. В автомобілі для мене важливий колір.
6. Упізнаю по кроках, хто зайшов до кімнати.
7. Мене розважає копіювання діалектів.
8. Багато часу присвячую своїй зовнішності.
9. Люблю масаж.
10. Коли є вільна хвилинка, люблю роздивлятися людей.
11. Погано себе почуваю, коли не насолоджуюся ходьбою.
12. Дивлячись на сукню (костюм) у вітрині магазину, я переконана, що мені в ній буде добре.
13. Коли почую стару мелодію, до мене повертається минуле.
14. Часто читаю під час їжі.
15. Дуже часто говорю по телефону.
16. Я схильний(а) до повноти.
17. Надаю перевагу прослуховуванню розповіді, аніж самотньому читанню.
18. Після поганого дня мій організм у напруженні.
19. Із задоволенням я дуже багато фотографую.
20. Довго пам'ятаю, що мені сказали друзі і знайомі.
21. З легкістю віддаю гроші за квіти, тому що вони прикрашають життя.
22. Увечері люблю приймати гарячу ванну.
23. Намагаюся записувати свої власні справи.
24. Часто розмовляю сам(а) з собою.
25. Після тривалої їзди в машині довго прихожу до тями.
26. Тембр голосу багато про що говорить мені про людину.
27. Дуже часто оцінюю людей за манерою одягатися.
28. Люблю потягатися, виправляти кінцівки, розминатися.
29. Занадто тверде чи м'яке ліжко — це для мене мука.
30. Мені нелегко знайти зручне взуття.
31. Дуже люблю ходити в кіно.
32. Упізнаю обличчя навіть через роки.

33. Люблю ходити під дощем, коли краплини стукають по парасольці.
34. Умію слухати те, що мені говорять.
35. Люблю танцювати, а у вільний час займатися спортом чи гімнастикою.
36. Коли чую цокіт годинника, не можу заснути.
37. У мене якісна стереоапаратура.
38. Коли чую музику, починаю відбивати такт ногою.
39. На відпочинку не люблю оглядати пам'ятники архітектури.
40. Не виношу розгاردіяш.
41. Не люблю синтетичних тканин.
42. Вважаю, що атмосфера в кімнаті залежить від освітлення.
43. Часто ходжу на концерти.
44. Один потиск руки багато чого може сказати про особистість.
45. Охоче відвідую галереї і виставки.
46. Серйозна дискусія – це захоплююча справа.
47. Через дотик можна сказати значно більше, ніж словами.
48. У шумі не можу зосередитися.

### **Обробка результатів**

Тепер підрахуйте, в якому розділі у вас найбільше кружечків – це і є ваш домінуючий тип сприймання.

**Тип А** (зоровий аналізатор): часто використовуються слова і речення, які пов'язані із зором, з образами і уявою. Наприклад – «не бачив цього», «це, звичайно, роз'яснює всю справу», «помітила чудову особливість».

Малюнки, образні описи, світлини говорять типу А більше, ніж слова. Люди, які належать до цього типу, миттєво схоплюють те, що можна побачити: кольори,

форми, лінії, гармонію і безлад.

**Tun B** (дотик, нюх, смак): у даному випадку частіше використовуються слова «не можу цього зрозуміти», «атмосфера тут нестерпна», «її слова глибоко мене вразили», «подарунок для мене був чимось схожий на теплий дощ». Сприйняття і враження людей даного типу стосуються головним чином того, що пов'язане з дотиком, інтуїцією, здогадами. У розмові їх цікавлять внутрішні переживання.

**Tun C** (слуховий аналізатор): переважно вживаються такі звороти, як «не розумію, що ти мені говориш», «це звістка для мене погана», «не виношу таких голосних мелодій» — це характерні вислови для людей такого типу. Велике значення для людей цього типу сприймання має все екустичне: звуки, слова, музика, шумові ефекти.

## ТЕМА V

### ПІЗНАВАЛЬНА ДІЯЛЬНІСТЬ ОСОБИСТОСТІ.

#### МИСЛЕННЯ, УВАГА, УЯВА

*Існують два основні стовбури людського пізнання, що зростають, мабуть, з одного загального, але невідомого нам кореня, а саме чуттєвість і розум: за допомогою чуттєвості предмети нам даються, розумом же вони мисляться.*

Іммануїл Кант

#### План

1. Загальна характеристика пізнавальних процесів особистості.
2. Мислення. Соціальна природа мислення. Розумові дії. Операції та форми мислення. Види мислення.
3. Увага, фізіологічна основа уваги. Види та властивості уваги.
4. Поняття про уяву та уявлення. Види уяви.

### 1. Загальна характеристика пізнавальних процесів особистості

#### Пізнавальна діяльність –

---

---

---

---

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

#### Прочитайте та впишіть терміни

\_\_\_\_\_ характеризується тим, що предмети і явища об'єктивного світу безпосередньо діють

на органи чуття людини – її зір, слух, нюх, тактильні та інші аналізатори і відображуються у мозку. До цієї форми пізнання дійсності належать пізнавальні психічні процеси \_\_\_\_\_ та \_\_\_\_\_. Вищою формою пізнання людиною дійсності є \_\_\_\_\_, що відбувається за участю процесів \_\_\_\_\_ та \_\_\_\_\_. Важливу роль у пізнавальній діяльності людини відіграє \_\_\_\_\_, яка своєрідно відображає, фіксує й відтворює те, що відображується у свідомості у процесі пізнання. Важливою характеристикою пізнавальної діяльності є \_\_\_\_\_, які спонукають особистість до активних дій, вольових актів.

**Відобразіть схематично пізнавальну діяльність особистості**

**2. Мислення. Соціальна природа мислення. Розумові дії. Операції та форми мислення. Види мислення**

*Саме істотне в нашому мисленні – це включення нового матеріалу в старі схеми.*

Фрідріх Ніцше

**Мислення –**

---

---

---

---

## **Соціальна природа мислення**

Мислення людини нерозривно пов'язане з **мовою**, яка є знаряддям формування і способом існування думки.

Розумова діяльність органічно пов'язана з **практикою**. Практика є джерелом розумової діяльності. Мислення породжується потребами людської практики і розвивається у процесі пошуку шляхів їх задоволення.

Значення мислення в житті людини полягає в тому, що воно дає можливість наукового пізнання світу, передбачення і прогнозування розвитку подій, практичного оволодіння закономірностями об'єктивної дійсності, постановки їх на службу потребам та інтересам людини. Мислення є підвалиною свідомої діяльності особистості, формування її розумових та інших властивостей. Рівень розвитку мислення визначає, якою мірою людина здатна орієнтуватися в оточуючому світі, як вона панує над обставинами та над собою.

Розумова діяльність людини, що спрямована на пізнання закономірностей об'єктивного світу, має суспільну природу: людина спирається на досвід.

## **Розумові дії мислення**

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

### **Розумові дії –**

---

---

---

Ці дії відбуваються подумки за допомогою мовлення. Перш ніж діяти з предметами (розбирати їх, складати,

щось будувати з них), людина робить це подумки, не вступаючи в контакт із цими предметами і не змінюючи будову самого об'єкта.

**Розумові дії бувають:**

- 1.
- 2.
- 3.

**Операції мислення:**

\_\_\_\_\_ процес поділу на складові частини того, що сприймається, тобто вже осмисленого предмета чи явища.

**Розрізняють абстрактний і конкретний аналіз.**

**Абстрактний аналіз – це**

---

---

---

---

**Конкретний аналіз – це**

---

---

---

---

\_\_\_\_\_ це уявне поєднання окремих частин, боків, аспектів, елементів, ознак і властивостей об'єктів в єдине, якісно нове ціле.





тварини); **абстрактні** (відображаються істотні ознаки та властивості відокремлено від самих об'єктів: вага, мужність, хоробрість, добро, зло). Поділ понять на абстрактні та конкретні є відносним, оскільки абстракція наявна в утворенні кожного поняття.

\_\_\_\_\_ – це форма уявного відображення об'єктивної дійсності, яка полягає в тому, що людина стверджує або заперечує наявність або відсутність ознак, властивостей чи відносин у певних об'єктах. Відображає логічні зв'язки між предметами і явищами. **Характерна властивість полягає в тому, що воно існує, виявляється й формується в реченні.** Судження бувають *істинними, одиничними, частковими, загальними, простими, складними, ствердними і заперечними.*

1. \_\_\_\_\_ форма мислення, в якій з одного або кількох суджень виводиться нове. Розрізняють такі способи: індукція – на основі конкретного, часткового робиться узагальнення; *дедукція* – на основі загального здобуваються знання про часткове, конкретне; *аналогія* – ґрунтується на схожості окремих істотних ознак об'єктів і на основі цього робиться висновок про можливу схожість цих об'єктів за іншими ознаками.
2. \_\_\_\_\_ – це ланцюжок взаємопов'язаних суджень, спрямованих на те, щоб з'ясувати істинність якоїсь думки, довести її або заперечити. *Прикладом міркування є доведення теореми.* У процесі міркування людина з одних суджень виводить нові шляхом умовиводів.

### **Види мислення:**

1. **За формою відображення дійсності мислення поділяють на:**

\_\_\_\_\_ – ґрунтується на безпосередньому сприйманні предметів у процесі дій і ними.

Воно є найтипівішим для дітей раннього (до трьох років) віку. Розвиток тісно пов'язаний з оволодінням предметною діяльністю. Будь-яке розумове завдання розв'язується безпосередньо в самій діяльності. Є одним із перших кроків дитини до опосередкованого пізнання свого оточення. У примітивній формі властиве тваринам.

\_\_\_\_\_ – змістом розумового завдання є образний матеріал, маніпулюючи яким людина аналізує, порівнює чи узагальнює істотні аспекти у предметах та явищах.

Воно виникає тоді, коли у дитини є достатній досвід практичних дій і, замість реальних, вона вдається до розумових спроб змінити ситуацію, уявляючи необхідні дії й одержані результати. Зв'язок із практичними діями хоч і послаблюється, але цілком не зникає. Дитина починає застосовувати замітники предметів, що сприяє появі й рої витку їх знакової функції.

Наочно-образне мислення в основному характерне для дітей-дошкільників (3-7 років). Проте в розвинутій формі воно властиве і дорослим деяких професій: художникам, архітекторам, модельєрам тощо.

\_\_\_\_\_ реалізується за допомогою понять, які розкривають суть предметів і виражаються в словах і знаках.

Абстрактне мислення відбувається у формі міркування за допомогою основних мисленнєвих операцій. Як основний засіб теоретичного освоєння дійсності воно інтенсивно розвивається в процесі навчання.

**За рівнем узагальнення мислення поділяють на:**

\_\_\_\_\_ Для нього характерне

виділення і порівняння не тільки протилежних, різних, а й схожих, однакових, формально загальних ознак, які ототожнюють із суттєвими. У цьому процесі формується емпіричне знання, що не відображає реальної суті предметів.

\_\_\_\_\_ Воно спрямоване на аналіз цілісної системи з метою виявлення внутрішніх закономірностей її становлення. Тому теоретичне мислення розкриває внутрішню, глибинну суть предметів і явищ. Це пізнання законів і правил.

**За характером проблем, що вирішуються, мислення буває:**

1. \_\_\_\_\_. Суттю його є підготовка до фізичного перетворення дійсності. Охоплює постановку мети, складання планів, схем, проектів. Як правило, все це відбувається за умови дефіциту часу й емоційних переважань, а прийняття рішення майже збігається з його втіленням у практику.

Одним із різновидів практичного мислення є оперативне, характерне для діяльності оператора великих систем управління. Воно відбувається в екстремальних умовах, коли прийняття рішення і його виконання жорстко детерміновані часом, а переживання відповідальності вимагає великого емоційно-вольового напруження.

2. \_\_\_\_\_. Цей вид мислення передбачає відкриття законів, створення правил, виявлення властивостей і сутності різних явищ. Воно дає людині змогу абстрагуватися від несуттєвих особливостей, подумки аналізувати власні дії, зіставляти з умовами поставленої задачі, шукати можливі (оптимальні) дії для її розв'язання.

Теоретичне мислення є основою для виховання

творчої особистості.

**За ступенем новизни продукту розумової діяльності мислення поділяють на:**

1. \_\_\_\_\_ –  
Продуктом такого мислення є принципово новий або вдосконалений образ певного аспекту дійсності. Воно має своєрідний перебіг, відзначається особливою складністю і потребує великої інтелектуальної активності суб'єкта.
2. \_\_\_\_\_ –  
Виявляється у вирішенні проблем за наявним зразком, віднесення кожної нової проблеми до вже відомого типу.

**За розгорнутістю в часі мислення буває:**

1. \_\_\_\_\_ Будучи завжди розгорнутим у масі, виявляється в логічних строго послідовних міркуваннях, має чітко виражену послідовність етапів і високий рівень усвідомлення, що базується на обґрунтованості попередніх суджень.
2. \_\_\_\_\_ Відбувається дуже швидко, є згорнутим і мало усвідомленим, без чіткого вираження етапів. Воно схоже на раптовий акт пізнання, що здійснюється без достатніх логічних підстав. Таким є миттєво знайдений спосіб розв'язування задачі, над якою тривалій час марно міркували.

**За характером впливу на емоційну сферу особистості виділяють:**

1. \_\_\_\_\_ (гр. Pathos – біль, страждання і genesis – походження) мислення. Його зміст становлять роздуми, утілення, пов'язані з образом, соромом, невдачею, страхом чи іншими негативними переживаннями. Ці переживання можуть підсилювати

психологічне напруження і спричинювати психічні розлади. При цьому немає ніякого контролю за перебігом образів і думок.

**2.** \_\_\_\_\_ (лат. Sanitas – здоров'я і гр. Genesis – походження) мислення. Свідомо спрямовується на подолання негативних емоційних розладів і психічне оздоровлення людини. При цьому суб'єкт ніби відокремлює себе від власних переживань і, спостерігаючи за ними, виробляє форму пристосування до них. Це один з ефективних способів вирішення проблем, що травмують психіку, який ґрунтується на свідомому аналізі власних емоцій.

### **У психології і психіатрії виділяють:**

#### **Реалістичне мислення**

---

---

---

#### **Аутичне мислення**

---

---

---

### **3. Процес розуміння**

Результатом розумової діяльності є розуміння людиною предметів та явищ об'єктивної дійсності.

#### **Розуміння –**

---

---

---

---

Критерієм розуміння є сформульована у слові думка, яка відображує знання істотних ознак об'єкта чи явища. Вміння охарактеризувати словами те, що осмислюється, свідчить про правильне розуміння.

Важлива роль у розумінні належить розумовим і практичним діям, що виконуються у зв'язку з розкриттям сутності об'єкта пізнання.

### **Процес розв'язання завдань**

**Мислення – це**

---

---

---

---

---

**Процес розв'язання пізнавального завдання починається з:**

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

Висування гіпотез дає людині можливість передбачити напрями розв'язання завдання й можливі результати. Якщо висунуті гіпотези не підтверджуються, їх відкидають, уточнюють умови завдання й саме завдання.

**Розв'язання розумового завдання** – завершальний етап процесу – може відбуватися по-різному.

Важливу роль у стимулюванні розумової діяльності у процесі розв'язання завдань відіграють почуття. Виключно важливе значення мають почуття здивування, допитливості, почуття нового. Почуття породжуються виникненням ідеї, перебігом розв'язування завдання, завершенням роботи та подоланням утруднень, що виникають на шляху до результату. Розв'язання завдання потребує від людини великих вольових зусиль. Від її наполегливості, сили волі та цілеспрямованості залежать ефективність пізнавальної діяльності, загальна культура розумової праці. Отже, процес розв'язання завдань потребує мобілізації та напруження всіх психічних сил особистості, концентрації її пізнавальної активності.

#### **4. Увага, фізіологічна основа уваги. Види та властивості уваги**

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

К.Д. Ушинський

**Увага –**

---

---

---

---

Увага людини має соціальну природу. Вона виникає в процесі праці і на основі праці.



### **Фізіологічна основа уваги:**

Фізіологічним підґрунтям уваги є \_\_\_\_\_, що виникає в корі великих півкуль головного мозку під впливом подразнень, які на нас діють. Ця взаємодія відбувається на основі встановленого І.П. Павловим закону індукції нервових процесів, згідно якому процеси збудження, які виникають в одних ділянках кори головного мозку, викликають (індукують) гальмівні процеси в інших ділянках кори.

Якщо людина зосередила увагу на якомусь предметі, то це означає, що даний предмет викликав збудження у відповідній ділянці кори великих півкуль головного мозку, решта ж ділянок кори виявилася загальмованою, внаслідок чого людина нічого не помічає, окрім даного предмета. Вагомий внесок у з'ясування фізіологічного підґрунтя уваги зробив \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_ – це панівна ділянка, яка приваблює до себе хвилі збудження з найрізноманітніших джерел. Серед багатьох збуджень, що виникають одночасно в корі головного мозку, одне є домінуючим, що й становить собою фізіологічне підґрунтя свідомих процесів, уваги. Інші ж збудження при цьому гальмуються.

### **Види уваги:**

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

1. \_\_\_\_\_ виникає несподівано незалежно від свідомості, непередбачено, не потребує вольових зусиль.

Є короткочасною, але за певних умов залежно від сили сторонніх подразників, що діють на людину, вона може виникати досить часто, заважаючи провідній

діяльності.

2. \_\_\_\_\_ це свідомо спрямоване зосередження особистості на предметах та явищах навколишньої дійсності, на внутрішній психічній діяльності. Основний компонент – воля. Характерні особливості: цілеспрямованість, організованість діяльності, усвідомлення послідовності дій, дисципліна розумової діяльності, здатність боротися зі сторонніми відволіканнями.
3. \_\_\_\_\_ настає в результаті свідомого зосередження на предметах та явищах у процесі довільної уваги, не потребує вольових зусиль, але є інтенсивністю. Долаючи труднощі під час довільного зосередження, людина звикає до них, сама діяльність викликає певний інтерес до неї, а то й захоплює її виконавця, і увага набирає ознак мимовільного зосередження.
4. \_\_\_\_\_ відіграє провідну роль у спостереженні предметів і явищ навколишньої дійсності, виявляється в активній установці, спрямуванні органів чуття на об'єкт сприймання. Яскраво виявляється у своєрідних руках очей голови, виразах обличчя, у мімічних і пантомімічних виразах і рухах людини.
5. \_\_\_\_\_ спрямовується на власні думки, переживання

### **Характерні властивості уваги:**

\_\_\_\_\_ кількість предметів або явищ, які людина утримує одночасно в своїй свідомості (4-6 об'єктів)

\_\_\_\_\_ це коли одночасно можна виконувати дві або більше дій

\_\_\_\_\_ успішне свідоме налаштування на сприйняття інформації

\_\_\_\_\_ це здатність людини довільно і свідомо змінювати спрямованість своєї діяльності. Це переміщення в корі великого мозку оптимального збудження.

\_\_\_\_\_ характеризується тривалістю зосередження на об'єктах діяльності. Залежить від сили або інтенсивності збудження, що забезпечується і силою дії об'єктів діяльності, і індивідуальними можливостями особистості – значущістю для неї діяльності, інтересом до неї.

\_\_\_\_\_ центральна особливість уваги. Виявляється в мірі інтенсивності зосередження на об'єктах, що є предметом розумової або фізичної діяльності. Заглибившись, людина не помічає дії на неї сторонніх подразників, того, що відбувається навколо. Фізіологічним підґрунтям зосередженості є позитивна індукція нервових процесів збудження та гальмування.

Серед розладів уваги найчастіше спостерігається **підвищене відволікання**. Хворим важко зосередитися на одному об'єкті або діяльності. Увага нестійка, сторонні подразники, у тому числі й малоцікаві, можуть порушувати зосередженість уваги і діяльність хворого. Відволікання хворих буває настільки сильне, що вони не можуть зосередитися на запитаннях лікаря, постійно переключаються з однієї думки на іншу.

Спостерігається при підвищеній втомлюваності, загальній слабкості людини, зумовленій виснаженням нервової системи, тривалим і інтенсивним емоційним напруженням, надмірною розумовою працею. Воно може з'явитися після інфекцій, інтоксикації, при травмах, пухлинах, склерозі судин головного мозку. Хворі з

підвищеним відволіканням не можуть утримувати в свідомості одночасно більше одного, навіть добре їм знайомого предмета

### **5. Поняття про уяву та уявлення. Види уяви**

*Наші переконання і уявлення часто є пасткою, що обмежує наші можливості. Єдиним знанням, здатним просунути нас на шляху розвитку, є знання того, що уява здатна на все. І все, що можливо в нашій уяві, можливо і в реальності.*

Ейнштейн А.

**Уява –**

---

---

---

Виникає і розвивається уява в процесі діяльності людини. У ній чітко виявляється суто людський характер діяльності: не уявивши результату праці, не можна розпочати роботу. Уява дає змогу передбачити заздалегідь не тільки результат праці, а й його проміжні форми. Мотивується уява потребами особистості.

**Уявлення –**

---

---

---

І.М. Сеченов називав уявлення «середніми результатами почуттєвого знання про предмет».

У психології уявлення визначається як образ предмета або явища, відтворення свідомості на основі минулих вражень або завдяки уяві, тобто образу раніше сприйнятого предмета або явища, а також образу, створеного творчою уявою.

Фізіологічно виникнення уявлень можна пояснити як дію визначеного подразника, що зафіксований у процесі сприйняття у корі головного мозку, та у наступному цей перший умовно рефлексорний зв'язок може оживлятися, відновлюватися, у результаті чого виникає образ раніше сприйнятого об'єкта, тобто уявлення.

**Уявлення поділяються на:**

---

---

---

### **Види уяви**

**Залежно від способу створення нових образів уяву поділяють на:**

---

---

---

Така уява створює образи, намічає програми поведінки, що не втілюються або не можуть бути втілені в життя. Вона виникає тоді, коли людним певних причин ухиляється від необхідності діяти, і поринає у світ фантастичних, далеких від реальності уявлень.

**Залежно від участі волі в діяльності пасивної уяви її поділяють на:**

\_\_\_\_\_ спрямована на створення певного образу, але не пов'язана з волею, необхідною для його втілення в життя.

**Марення –**

---

---

---

---

\_\_\_\_\_ створення нових образів не керується спеціальною метою уявити певні події, предмети чи явища. Вона породжується діяльністю, спрямованою на досягнення інших цілей. Створення образів може зумовлюватися змістом розповіді, тексту, малюнка тощо. Нерідко причинами мимовільної уяви є малоусвідомлювані людиною потреби, потяги, установки. Вона виникає також при послабленні діяльності свідомості: у дрімотному стані, сновидіннях, при патологічних розладах свідомості.

Особливість її полягає в тому, що створені образи і намічені програми поведінки людина намагається реалізувати на практиці.

\_\_\_\_\_ передбачає самостійне створення нових образів, які реалізуються в оригінальних і цінних продуктах діяльності. Властиві самостійний добір матеріалу, його спеціальний аналіз, удосконалення образу в процесі діяльності. Цей вид уяви – найважливіший для творчої діяльності людини.

## **Мрія –**

\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_ постає як процес створення образів, що відповідають опису. При цьому створений образ є лише суб'єктивно новим, а об'єктивно його вже створили інші люди. Побудова його відбувається на основі словесного опису об'єктів, сприймання їх зображень (карт, схем, креслень). Тобто репродуктивна уява здійснює перекодування інформації з однієї репрезентативної системи в іншу, наприклад із слухової у зорову.

**Залежно від характеру діяльності людини активну уяву поділяють на:**

---

---

---

Саме тому, однією і причин виникнення уяви є необхідність для людини існувати й діяти в середовищі з неповною інформацією.

**Перерахуйте механізми створення образів уяви:**

---

---

---

**Намалюйте схему формалізованої структури уяви**

### **Підсумковий контроль**

#### **Тестові завдання для перевірки знань**

##### **1. Основні властивості уваги:**

- а) стійкість, концентрація, переключення, розподіл, обсяг;
- б) концентрація, предметність, зосередження, осмисленість;
- в) конвергенція, зосередження, розподіл, мимовільність.

##### **2. Довільна увага – це ...**

- а) несвідоме зосередження, яке виникає незалежно від свідомих цілей особистості;

б) зосередження на внутрішніх, суб'єктивних станах та індивідуальних особливостях психічної діяльності особистості;

в) свідомо спрямоване зосередження особистості на предметах та явищах навколишньої діяльності, на внутрішній психічній діяльності.

### **3. Післядовільна увага настає...**

а) в результаті свідомого зосередження на предметах та явищах у процесі довільної уваги;

б) в результаті несвідомого зосередження на предметах та явищах у процесі мимовільної уваги;

в) в результаті мимовільного реагування на різні випадкові подразники зовнішнього та внутрішнього походження.

### **4. Уява – це...**

а) психічний процес створення образів предметів, ситуацій, обставин шляхом нових зв'язків між відомими образами та знаннями;

б) процес пізнавальної діяльності індивіда, що характеризується узагальненим і опосередкованим відображенням дійсності;

в) відображення властивостей предметів об'єктивного світу.

### **5. Наочно – дійове мислення – це...**

а) початкова стадія розвитку мислення;

б) схематизація та символічне відображення дійсності;

в) вид мислення, який дає можливість встановлювати загальні закономірності природи та суспільства.

### **6. Теоретичне (абстрактне) мислення...**

а) притаманно тваринам;

б) тваринам і людям;

в) тільки людям.

### **7. Основні прийоми уяви:**

а) аглютинація, продуктивна, типізація, пасивна;



- б) мимовільна, схематизація, типізація, репродуктивна;
- в) типізація, гіперболізація, схематизація, аглютинація.

**8. Творча діяльність, заснована на створенні нових образів, називається:**

- а) сприйняттям;
- б) мисленням;
- в) уявою;
- г) увагою.

**9. Якої властивості уваги не існує?**

- а) стійкість;
- б) переключення;
- в) об'єм;
- г) розподіл;
- д) довільність.

**10. До основних видів мислення відносять:**

- а) аналіз, синтез, порівняння, абстрагування, узагальнення, конкретизацію, класифікацію і категоризацію;
- б) наочно-дієве, наочно-образне, словесно-логічне, абстрактно-логічне;
- в) поняття, думки, висновки;
- г) індукцію і дедукцію.

**11. Процес уявного виокремлення істотного в однорідних явищах і втілення його в новому образі, завдяки чому цей образ поєднує в собі риси, притаманні різним об'єктам, — це:**

- а) гіперболізація;
- б) типізація;
- в) аглютинація;
- г) загострення?

**12. Уява виражається в:**

- а) організації системи понять;
- б) побудові випереджаючих образів;
- в) нерозривному зв'язку з відчуттями;

г) нерозривному зв'язку з волею.

**13. Визначте, що із перерахованого характеризує творчу уяву:**

- а) відтворення, яке розгортається на основі розповідей, описів, схем;
- б) створення нового, що не має аналогів;
- в) хаотичне розгальмування кори головного мозку;
- г) система образів, що мимовільно виникає під час сну.

**14. Психологічний механізм уяви — це:**

- а) типологічні особливості вищої нервової діяльності;
- б) дисоціація життєвих вражень та об'єднання виокремлених елементів у нові комбінації;
- в) виконання різних розумових дій, завдяки чому зберігається зв'язок продуктів людської фантазії з реальністю;
- г) здатність нервової системи фіксувати й зберігати враження.

**15. Відтворення образу предмета, що ґрунтується на минулому досвіді суб'єкта і виникає під час відсутності впливу предмета на органи чуття, називається:**

- а) відчуттям;
- б) сприйняттям;
- в) уявленням;
- г) почуттям.

**Питання для закріплення та самоконтролю:**

1. Дайте визначення поняття мислення.
2. Назвіть розумові операції за допомогою яких відбувається процес мислення.
3. Що є результатом процесу мислення?
4. Дайте визначення уяви.
5. Перерахуйте механізми створення образів уяви.
6. Які різновиди уяви є домінуючими?

7. Дайте визначення інтуїції.
8. Що таке пізнавальна діяльність?
9. Охарактеризуйте первинне пізнання?
10. Охарактеризуйте вторинне пізнання?

### **Самостійна робота:**

1. Індивідуальні особливості та розлад мислення (№ 7).
2. Шляхи формування творчого мислення та його якості (№ 8).
3. Психологія мислення і дослідження в галузі штучного інтелекту (№ 9).
4. Фізіологічні основи уяви. Уява та органічні процеси. Фантазія (№ 10).
5. Зв'язок пізнавальної та афективної сфер особистості (№ 11).

### Література

1. Варій М. Й. Психологія. К. : Центр учбової літератури, 2007. 288 с.
2. Вітенко І. С. Загальна та медична психологія. К., 1994. С. 91–107.
3. Вітенко І. С., Вітенко Т. І. Основи психології. 2001. С. 109–184.
4. Дубовик С. Г., Щербак О. Г., Юрко Г. І. Мислення, уява, інтуїція як твірні компоненти з вироблення управлінського рішення : методична розробка практичного заняття. Суми : СДАУ, 2001.
5. Корольчук М. С., Крайнюк В. М., Марченко В. М. Психологія. К. : Ельга, Ніка-Центр, 2007. 320 с.
6. Корольчук М. С., Крайнюк В. М., Марченко В. М. Психологія : схеми, опорні конспекти, методики. К. : Ельга, Ніка-Центр, 2007. С. 29–38.

7. Лозниця В. С. Психологія менеджменту. К. : КНЕУ, 1997. 248 с.
8. Максименко С. Д., Соловієнко В. О. Загальна психологія. К., 2001. С. 130–218.
9. Основи загальної і медичної психології / за ред. І. С. Вітенка, О. С. Чабана. 2003. С. 15–150.
10. Основи психології / за ред. О. В. Киричука. К. : Либідь, 1996. 176 с.
11. Психологический словарь / под ред. А. В. Петровского. М. : Политиздат, 1990. 260 с.
12. Степанов О. М., Фіцула М. М. Основи психології та педагогіки : навч. посіб. К. : Академвидав, 2006. С. 109–193.
13. Философский словарь / под ред. П. Т. Фролова. М. : Политиздат, 1981. 445 с.

## МЕТОДИКА «ТИП МИСЛЕННЯ»

### *Хід проведення*

Інструкція: «У кожній людині домінує певний тип мислення. Цей опитувальник допоможе Вам визначити тип свого мислення. Якщо згодні з виразом, в бланку поставте «+», якщо ні «-».»

### *Текст опитувальника*

1. Мені легше щось зробити самому, ніж пояснювати іншому.
2. Мені цікаво складати комп'ютерні програми.
3. Я люблю читати книжки.
4. Мені подобається живопис, скульптура, архітектура.
5. Навіть у налагодженій справі я намагаюся дещо покращити.
6. Я краще розумію, якщо мені пояснюють на предметах або малюнках.
7. Я люблю грати в шахи.

8. Я легко висловлюю свої думки як в усній, так і в письмовій формі.
9. Коли я читаю книжку, я чітко бачу її героїв та події, які в ній змальовуються.
10. Я надаю перевагу самостійному плануванню своєї роботи.
11. Мені подобається все робити своїми руками.
12. У дитинстві я створював свій шифр для переписки з друзями.
13. Я надаю велике значення сказаному слову.
14. Знайомі мелодії викликають у мене в голові певні картини.
15. Різноманітні захоплення роблять життя людини багатше та яскравіше.
16. При вирішуванні задачі мені легше йти методом спроб та помилок.
17. Мені цікаво розбиратися у природі фізичних явищ.
18. Мені цікава робота ведучого теле-радіопрограм, журналіста.
19. Мені легко уявити предмет чи тварину, яких немає у природі.
20. Мені більше подобається процес діяльності, ніж сам результат.
21. Мені подобалось в дитинстві збирати конструктор з деталей, леґо.
22. Я надаю перевагу точним наукам (математика, фізика).
23. Мене захоплює точність та глибинність деяких віршів.
24. Знайомий запах викликає у моїй пам'яті події минулого.
25. Я не хотів би підпорядковувати своє життя певній системі.
26. Коли я чую музику, мені хочеться танцювати.
27. Я розумію красу математичних формул.

28. Мені легко говорити перед будь-якою аудиторією.
29. Я люблю відвідувати виставки, вистави, концерти.
30. Я піддаю сумніву навіть те, що для інших є очевидним.
31. Я люблю займатися рукоділлям, щось майструвати.
32. Мені б було цікаво розшифрувати древні тайнописання.
33. Я легко засвоюю граматичні конструкції мови.
34. Я згоден з Ф. М. Достоєвським, що краса врятує світ.
35. Не люблю ходити одним і тим же шляхом.
36. Істинно тільки те, до чого можна доторкнутися руками.
37. Я легко запам'ятовую формули, символи, умовні позначення.
38. Друзі люблять слухати, коли я для них щось розповідаю.
39. Я легко можу уявити в образах зміст розповіді чи фільму.

### Обробка результатів

#### Ключ

№	Тип мислення	Питання
1.	предметно-дійове	1, 6, 11, 16, 21, 26, 31, 36
2.	абстрактно-символичне	2, 7, 12, 17, 22, 27, 32, 37
3.	словесно-логічне	3, 8, 13, 18, 23, 28, 33, 38
4.	наочно-образне	4, 9, 14, 19, 24, 29, 34, 39
5.	креативність (творчість)	5, 10, 15, 20, 25, 30, 35,40

Підрахуйте кількість плюсів у кожній з п'яти ліній. Кожна лінія відноситься до певного типу мислення. Кількість балів у кожній стрічці вказує на рівень розвитку даного типу мислення:

- 0-2 – низький,
- 3-5 – середній,
- 6-8 – високий.

### *Інтерпретація результатів*

Тип мислення – індивідуальний спосіб перетворення інформації. Знаючи свій тип мислення, можна прогнозувати успішність в конкретних видах професійної діяльності.

Виокремлюють 4 базових типи мислення, кожний з яких володіє специфічними характеристиками: предметне, образне, знакове та символічне мислення. У даній версії опитувальника типи мислення уточнені у співвідношенні з наявними у вітчизняній психології класифікаціями (предметно-дійове, абстрактно-символічне, словесно-логічне, наочно-образне).

Незалежно від типу мислення людина може характеризуватися певним рівнем креативності (творчих здібностей). Профіль мислення, який відображає домінуючі способи переробки інформації та рівень креативності, є найважливішою індивідуальною характеристикою людини, визначаючою її стиль діяльності, схильності, інтереси та професійну спрямованість.

Предметно-дійове мислення притаманне людям справи. Вони засвоюють інформацію через рухи. Зазвичай вони володіють хорошою координацією дій. Їх руками створений весь оточуючий нас предметний світ. Вони керують машинами, стоять біля станків, збирають комп'ютери. Без них неможливо реалізувати

найблискавичнішу ідею. Цей тип мислення важливий для спортсменів, танцюристів, артистів.

Абстрактно-символичним мисленням володіють багато вчених – фізики-теоретики, математики, економісти, програмісти, аналітики. Вони можуть засвоювати інформацію за допомогою математичних кодів, формул та операцій, до яких не можна ні доторкнутися, ні уявити. Завдяки особливостям такого мислення, на основі гіпотези, зроблені численні відкриття у всіх областях науки.

Словесно-логічне мислення виокремлює людей з яскраво вираженим вербальним інтелектом (от лат. *verbalis* – словесний). Завдяки розвинутому словесно-логічному мисленню вчених, викладач, перекладач, письменник, філолог, журналіст можуть сформулювати свої думки та донести їх до людей. Це вміння необхідне керівникам, політикам та суспільним діячам.

Наочно-образним мисленням володіють люди з художнім складом розуму, які можуть уявити і те, що було, і те, чого ніколи не було і не буде – художники, поети, письменники, режисери. Архітектор, конструктор, дизайнер, режисер мають володіти розвинутим наочно-образним мисленням.

Креативність – це здатність міркувати творчо, знаходити нестандартні рішення задач. Це рідка та нічим не замінна якість, яка виокремлює людей талановитих у будь-якій сфері діяльності.

У чистому вигляді ці типи мислення зустрічаються рідко. Для багатьох професій необхідно поєднання різних типів мислення, наприклад, для психолога. Таке мислення називають синтетичним.

Визначений провідний тип мислення варто співвіднести з обраним видом діяльності чи профілем



навчання. Яскраво виражений тип мислення надає деякі переваги у засвоєнні відповідних видів діяльності. Але найважливішими є здібності та інтерес до майбутньої професії.

*Бланк відповідей*

П-Д 1 6 11 16 21 26 31 36

А-С 2 7 12 17 22 27 32 37

С-Л 3 8 13 18 23 28 33 38

Н-О 4 9 14 19 24 29 34 39

К 5 10 15 20 25 30 35 40

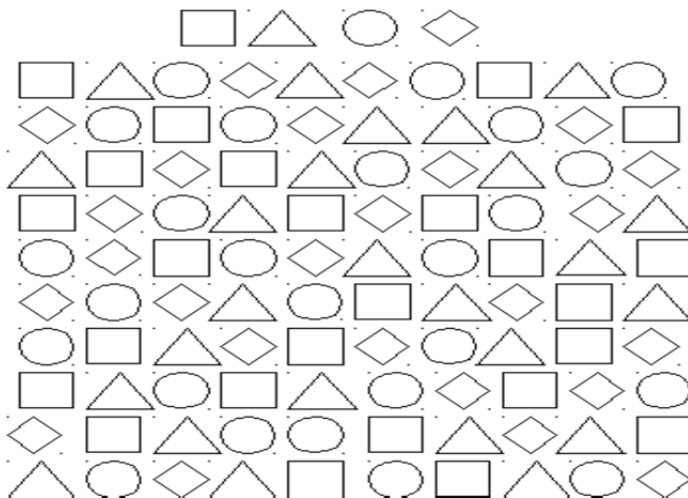
## **МЕТОДИКА ДОСЛІДЖЕННЯ ОСОБЛИВОСТЕЙ КОНЦЕНТРАЦІЇ УВАГИ ТЕСТ П'ЕРОНА-РУЗЕРА**

### *Процедура дослідження*

Дослід можна проводити як з одним досліджуваним, так і з групою з 5-9 осіб. Головні умови в роботі з групою – зручно розташувати досліджуваних, забезпечити кожного бланками тестів, олівцями і дотримуватися тиші в процесі тестування.

Інструкція досліджуваному: «Вам пропонується тест із зображеними на ньому чотирма геометричними фігурами: квадрат, трикутник, коло і ромб. За сигналом «Починаємо!» розставте якомога швидше і без помилок у ці фігури такі знаки: у квадрат – плюс, у трикутник – мінус, у коло – нічого, у ромб – крапку. Розставляйте знаки послідовно у кожній фігурі по рядках зліва направо. Час на виконання завдання – 1 хв. За моєю командою «Стоп!» припиняєте роботу».

Бланк із геометричними фігурами тесту П'єрона-Рузера має такий вигляд:



Досліджуваний: \_\_\_\_\_ Дата: \_\_\_\_\_

Час: \_\_\_\_\_

Час у ході досліду контролює за допомогою секундоміра і команди: «Починаємо!», «Стоп!»

Надійність результатів дослідження досягається повторними тестуваннями, які краще проводити через значні проміжки часу.

#### *Обробка та аналіз результатів*

Результатами даного тестування є: кількість заповнених досліджуваним за 1 хв геометричних фігур з врахуванням кола та кількість допущених помилок.

Рівень концентрації уваги визначають за таблицею

Число опрацьованих фігур	Ранг	Рівень концентрації уваги
100	1	Дуже високий
91-99	2	Високий
80—90	3	Середній
65-79	4	Низький
64 і менше	5	Дуже низький

За допущені під час заповнення помилки ранг знижується. Якщо допущено 1-2 помилки, то ранг знижується на одиницю, якщо 3-4 – на два ранги, а якщо помилок більше 4-х, то концентрація уваги вважається гіршою на три ранги.

Аналізуючи результати, слід з'ясувати причини, які призвели до таких результатів. Серед них важливе місце належить установці, готовності досліджуваного виконувати інструкцію і заповнювати фігури знаками якомога швидше або ж його орієнтації на безпомилковість виконання тесту. У ряді випадків показник концентрації уваги може бути меншим від можливого через дуже велике бажання особистості проявити свої здібності, досягти максимального результату (тобто через своєрідне змагання). Зниження концентрації уваги можуть спричинити: поганий зір, хвороба, втомленість.

### **ТЕСТ «НАСКІЛЬКИ БАГАТА ВАША УЯВА»**

Уява – це психічний процес, який є надзвичайно важливим для розвитку творчості, творчого мислення. Г. Сельє говорить про уяву як одну з провідних

характеристик творчої особистості. Індивідуальні особливості особистості надають уяві індивідуальну своєрідність. Чим багатший досвід людини, чим розвинутіші інтереси і потреби – тим багатшою і різноманітнішою є уява. Тому стверджують про широку і вузьку, багату і збіднену фантазію людини. Так, в уяві художника переважають образи кольорів і форм, а в уяві конструктора – зорові образи, що виражають геометричне відношення. Від емоційності конкретної людини залежить сила, динамічність і яскравість уяви. До створення нових образів людину спонукають різноманітні потреби, що постійно породжують діяльність, розвитком знань, ускладненням суспільних умов життя, необхідністю прогнозувати майбутнє.

Визначте рівень розвитку своєї уяви пройшовши тест. Вам потрібно відповісти на наведені нижче запитання.

*Текст опитувальника*

1. Чи цікавитесь Ви живописом? (так – 2, ні – 1)
2. Чи часто нудьгуєте? (так – 1, ні – 2)
3. Розповідаючи якусь історію, любите прикрасити її дрібничкою, доданою від себе? (так – 1, ні – 0)
4. Чи ініціативні Ви на роботі? (так – 2, ні – 1)
5. Чи «широкий» Ваш почерк (багато місця займає на папері)? (так – 1, ні – 0)
6. Свій гардероб підпорядковуєте законам моди чи керуєтеся власним смаком? (так – 2, ні – 1)
7. Чи любите під час засідання, розмови по телефону малювати одні й ті ж самі фігурки? (так – 0, ні – 1)
8. Коли слухаєте музику, чи постають перед Вами образи? (так – 1, ні – 0)
9. Любите писати довгі листи? (так – 2, ні – 1)
10. Чи сняться Вам кольорові сни? (так – 1, ні – 0)

11. Чи подумки мандруєте місцями, які знаєте лише за розповідями й хотіли б побувати? (так – 1, ні – 0)

12. Чи часто плачете в кіно? (так – 1, ні – 0)

14-17: у Вас багата уява. Якщо зумієте застосувати її у житті, це принесе Вам багато користі.

9-13: уява середня, така зустрічається в більшості людей.

Від Вас залежить, чи зможете Ви розвинути її.

5-8: Ви реаліст у повному розумінні цього слова і понад хмарами не літаєте. Але трішки фантазії ще нікому не завадило...

## ТЕМА VI

### ЕМОЦІЙНО-ВОЛЬОВА СФЕРА ОСОБИСТОСТІ. СТРЕС

*Ніщо: ні слова, ні думки, ні навіть вчинки наші  
— не виражають так ясно й правдиво нас  
самих і наше ставлення до світу, як наші  
почування; у них чутно характер не окремої  
думки, не окремого рішення, а всього змісту  
душі нашої*  
К. Ушинський

### ПЛАН

1. Емоції та почуття, їх вплив на психічний стан людини, фізіологічна сутність. Прояви емоційного стану людини. Вищі почуття.
2. Поняття про волю. Довільні дії та їхні особливості. Основні якості волі.

#### **1. Емоції та почуття, їх вплив на психічний стан людини, фізіологічна сутність. Прояви емоційного стану людини. Вищі почуття**

**Емоції –**

---

---

---

---

Якщо предмети чи явища задовольняють потреби людини або полегшують задоволення їх, то в неї виникають *позитивні емоції*, якщо ні – *негативні*.

**Розрізняють:**

1. \_\_\_\_\_ – це переживання, пов'язані із задоволенням або незадоволенням фізіологічних потреб. Задоволення від їжі, бадьорості,

втоми, болю. Властиві і людям, і тваринам.

2. \_\_\_\_\_ виникають в результаті усвідомлення об'єкта, що викликав їх, розуміння їхнього життєвого значення.

### **Почуття –**

---

---

---

Природа емоцій і почуттів органічно пов'язана з потребами. Потреба завжди супроводжується позитивними чи негативними переживаннями.

Емоції та почуття як переживання людини складають прояви афективної сфери особистості. Кожна особистість живе у своєму афективному просторі, в якому будуються всі її взаємозв'язки з навколишнім світом, зумовлюючи неповторність особистості.

### **Афективний простір –**

---

---

---

---

#### **Властивості емоцій та почуттів:**

\_\_\_\_\_ емоції та почуття можуть бути *стенічними* – такими, які посилюють активність, спонукають до діяльності та *астенічні* – ті, які пригнічують людину, зменшують її активність, демобілізують \_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_ вираженість позитивного або негативного відтінку переживання: «радість-горе», «любов-ненависть», «симпатія-антипатія», \_\_\_\_\_ «задоволення-незадоволення»

(протилежність) \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_ часові характеристики переживань, які  
можуть бути як тривалими, так і короткочасними  
\_\_\_\_\_ сила прояву емоцій та  
почуттів

### **Функції емоцій та почуттів:**

Як будь-які інші прояви психіки, афективна сфера людини має позитивні й негативні наслідки для особистості. Стосовно позитивів, то маємо такі аспекти їх проявів:

Однак має місце і негативний вплив афективної сфери на людину:

### **Фізіологічне підґрунтя емоцій і почуттів є:**

---

---

---

---

За І. Павловим, однією з фізіологічних підвалин почуттів є динамічні стереотипи, тобто утворені за життя системи тимчасових нервових зв'язків. У виникненні та перебігу почуттів велику роль відіграє друга сигнальна система в її взаємодії з першою. Слово змінює наші настрої, збуджує захоплення, глибокі переживання. Усвідомлюючи ситуацію, що викликає певні почуття, та самі почуття, людина може зменшити силу переживань, стримувати, регулювати їх, але зовнішнє вираження емоцій, внутрішній емоційний і почуттєвий стан при цьому зберігаються.

Електрофізіологічні дослідження діяльності мозку дали змогу описати своєрідний механізм виникнення емоцій.



## Види емоцій та почуттів

\_\_\_\_\_ ті, що посилюють активність, пожвавлюють людину, спонукають її до діяльності: радість, гнів

\_\_\_\_\_ ті, що пригнічують людину, послаблюють її активність, демобілізують: сум, горе

\_\_\_\_\_ реакція психіки на задоволену потребу: радість, насолода, задоволення

\_\_\_\_\_ наслідок незадоволеної чи недостатньо задоволеної потреби: сум, гнів, страх

\_\_\_\_\_ немає безпосереднього зв'язку між ступенем задоволення потреби та реакцією психіки: інтерес, здивування.

## Амбівалентність емоцій та почуттів –

---

---

---

---

## Прояви емоційного стану людини (форми). Вищі почуття. Прояви емоційного стану людини

### Багатство емоційних станів виявляється у формах:

\_\_\_\_\_ це загальний емоційний стан, який своєрідно забарвлює на певний час діяльність людини, характеризує її життєвий тонус. Розрізняють настрої позитивні, які виявляються у бадьорості, і негативні, які пригнічують, викликають пасивність. Виразно не спрямований на щось конкретне. Причини настроїв – непередбачуваність до діяльності, страх перед очікуваною невдачею, хворобливі стани, приємні звістки.

\_\_\_\_\_ це сильне, короткочасне збудження, що виникає раптово, оволодіває людиною так сильно, що вона втрачає здатність контролювати свої дії та вчинки. Прикладом афектів може бути несподіване переживання – сильна радість, вибух гніву, страх. У стані афекту порушується саморегуляція організму, яка здійснюється ендокринною системою, діяльність внутрішніх органів, ослаблюються гальмівні процеси кори великих півкуль головного мозку. Афекти викликаються несподіваними гострими життєвими ситуаціями, в які потрапляє людина. Залежить певною мірою від індивідуальних особливостей людини – її темпераменту, характеру, вихованості.

**Розрізняють:**  
**Фізіологічний афект**

---

---

---

**Патологічний афект**

---

---

---

\_\_\_\_\_ емоційний стан, зумовлений ситуаціями значно сильного напруження – загрозою життю, фізичним і розумовим напруженням, страхом, потребою швидко приймати відповідальне рішення. Поведінка значною мірою дезорганізується, спостерігаються безладні рухи, порушення мовлення, помилки в переключенні уваги, у сприйманні, пам'яті та мислення, виявляється неадекватні емоції. Виходячи із



\_\_\_\_\_ емоційна реакція на раптові, несподівані обставини \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_ негативне переживання, пов'язане з неможливістю задоволення важливих для людини потреб \_\_\_\_\_ негативне переживання, що є реакцією на перешкоди, які раптово виникли на шляху до досягнення мети \_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_ стан, викликаний невідповідністю думкам оточуючих або власним принципам

В емоційній сфері людини особливе місце посідають **вищі почуття**. Вони є відображенням переживань ставлення до явищ соціальної дійсності.

**За змістом вищі почуття поділяють на:**

\_\_\_\_\_ це переживання людиною свого ставлення до діяльності  
\_\_\_\_\_ це чуття краси в явищах природи, у праці, у гармонії барв, звуків, рухів, форм. Ці почуття викликають твори мистецтва.

Поділяються на кілька форм їх вияву – почуття піднесеного, комічного, трагічного

\_\_\_\_\_ це емоційні переживання, пов'язані з розумовою діяльністю: почуття нового, здивування, впевненості в істинності рішення

\_\_\_\_\_ це почуття, в яких виявляється стійке ставлення людини до суспільних подій, до інших людей, до самої себе.

Належать такі почуття: обов'язку, доброзичливості до людей, співчуття, любові.

## 2. Поняття про волю. Довільні дії та їхні особливості. Основні якості воли

Воля –

---

---

---

---

**Фізіологічні основи воли включають в себе:**

- 1.
- 2.
- 3.

### Довільні дії та їх особливості

**У вольовій діяльності розрізняють дії:**

\_\_\_\_\_ завжди свідомі. Вони характеризуються цілеспрямованістю та відповідною організованістю. У процесі свідомого виконання завдання рухи контролюються, стають довільними.

\_\_\_\_\_ неусвідомлювані дії та рухи.

\_\_\_\_\_ рухи не усвідомлюються, а отже, не контролюються. Найчастіше це буває тоді, коли подразники діють раптово, несподівано.

### Аналіз складної вольової дії

Вольові дії людини визначаються свідомо поставленою **метою**. Діючи, людина ставить перед собою завдання, планує їх виконання, добирає засоби, за допомогою яких вони здійснюються. Щоб успішно навчатися, учень повинен усвідомлювати мету навчання, свої шкільні завдання, вміти організувати їх виконання, бути наполегливішим.

## Кожна вольова дія чимось мотивується.

### Мотив – це

---

---

---

---

Чіткість мети, розуміння справи, усвідомлення завдання, його важливість завжди породжують силу, енергію і рішучість дій. Чим більшого суспільного значення набуває завдання, тим більшої енергії та завзяття люди докладуть у боротьбі за його здійснення. Пристрасна любов до своєї справи спонукає людей до творчої праці.

### Вольові дії бувають:

\_\_\_\_\_ це така дія, яка не потребує особливого напруження сил і спеціальної організації дії. Вона характеризується безпосереднім переходом бажання в рішення та у здійснення цього рішення. *Наприклад*, захотівши пити, людина одразу наливає води у склянку і п'є, якщо їй холодно, вона вдягає пальто. Ці дії не потребують складних засобів для їх виконання.

\_\_\_\_\_ потребує значного напруження сил, терплячості, наполегливості, вміння організувати себе на виконання дії. Так, наприклад, розв'язуючи математичні завдання, щоб досягти бажаного успіху, необхідно здійснювати низку вольових дій. Складність вольової дії залежить від складності завдання, на виконання якого вона спрямована.

**Щоб зрозуміти сутність вольових дій, дуже важливо знати структуру (етапи) вольового акту:**

1. \_\_\_\_\_
2. \_\_\_\_\_
3. \_\_\_\_\_
4. \_\_\_\_\_
5. \_\_\_\_\_
6. \_\_\_\_\_
7. \_\_\_\_\_

Вольовий акт складається з таких елементів: імпульсу мети, мотиву, способу і засобу діяльності, прийняття рішення і виконання його.

Кожна людина має свій індивідуальний набір вольових якостей, від яких залежать не тільки дії, а й вчинки особистості.

**Вольові якості –**

---

---

---

---

**Основні якості волі:**

\_\_\_\_\_ визначається принциповістю та переконанням людини і виявляється у глибокому

усвідомленні нею своїх завдань і необхідності їх здійснювати. Є підґрунтям сильної волі.

Протилежна якість – недостатня цілеспрямованість – є ознакою слабовілля. Люди без чіткої цілеспрямованості, твердих переконань, принципів, якими б вони керувалися у своїй діяльності, часто перебувають під впливом випадкових бажань, підпадають під вплив інших.

\_\_\_\_\_ виявляється в умінні людини керуватися у своїх діях і вчинках стійкими принципами і твердими переконаннями, в істинності яких вона впевнилася і які прийняла як керівництво до дій. Принципові люди в повсякденному житті твердо відстоюють свою позицію, свої думки і погляди, не йдуть на сумнівні компроміси. Негативною вольовою якістю є безпринципність.

\_\_\_\_\_ спроможність приймати рішення та виконувати його, покладаючись на самого себе. Несамостійність є типовим проявом слабовілля. Вона виразно виступає у формі навіюваності – схильності легко піддаватися чужим впливам і порадам.

\_\_\_\_\_ здатність самостійно ставити перед собою завдання й без нагадувань і спонукань інших виконувати їх.

\_\_\_\_\_ уміння стримувати свої почуття, якщо це потрібно, гальмувати імпульсивні дії, підкоряти себе поставленій меті. Протилежною, негативною, рисою є нестриманість.

\_\_\_\_\_ здатність людини володіти собою, керувати власною поведінкою та діяльністю

\_\_\_\_\_ здатність тривалий час системно йти до поставленої мети. Ненаполегливі люди легко пасують перед труднощами, піддаються сумніву і



перестають діяти. Наполегливість відрізняється від впертості – необґрунтованого, нерозумного відстоювання малопродуктивних рішень.

\_\_\_\_\_ дає змогу особистості виконати прийняте рішення без зайвих вагань. Важливою умовою рішучості є сміливість, тобто готовність людини йти на виправданий ризик. Рішучість має ґрунтуватися на глибокій розсудливості і лише тоді вступати в дію, коли людина остаточно вирішує, що їй потрібно. Протилежна риса – нерішучість, є проявом слабкої волі. Нерішуча людина завжди вагається, приймає рішення або надто повільно, або дуже поквалливо. Вона схильна відтягувати прийняття остаточного рішення чи його неодноразово переглядати.

\_\_\_\_\_ вміння планувати і впорядковувати свої дії

\_\_\_\_\_ здатність діяти, не зважаючи на загрозливі обставини (небезпека життя, здоров'я, престижу)

\_\_\_\_\_ дотримання свого слова і вчасне виконання певної дії

\_\_\_\_\_ можливість впорядковувати свою поведінку відповідно до суспільних вимог

\_\_\_\_\_ здатність дотримуватися певних норм і відповідати за наслідки своїх дій.

## **Підсумковий контроль**

### **Тестові завдання для перевірки знань**

#### **1. Емоції – це ...**

- а) загальна активна форма переживання організмом своєї життєдіяльності;
- б) почуття людини, які переживаються як задоволення або незадоволення;

в) короткочасні бурхливі процеси, що характеризуються значними змінами свідомості.

**2. Почуття, які здійснюють мобілізуючий вплив на особистість, — це:**

- а) стеничні почуття;
- б) абстрактні почуття;
- в) інтероцептивні почуття;
- г) астеничні почуття.

**3. Психічне відображення дійсності, що відбувається у вигляді**

безпосереднього переживання життєвих явищ і ситуацій, зумовленого ставленням суб'єкта до задоволення чи незадоволення певної потреби, — це:

- а) емоції;
- б) почуття;
- в) відчуття;
- г) сприймання.

**4. Стан психічної напруженості, що характеризується неможливістю вирішення суб'єктивно значущої ситуації і потребує перебудови особистісної системи цінностей і мотивів, називається:**

- а) афектом;
- б) кризою;
- в) фрустрацією;
- г) стресом.

**5. Емоції й почуття, які пригнічують людину, демобілізують та послаблюють її активність, називаються:**

- а) стеничними;
- б) астеничними;
- в) абстрактними;
- г) конкретними.

**6. Емоційний стан, що викликається нездоланими перешкодами на шляху досягнення значущої мети й супроводжується переживаннями невдачі, розпачу, називається:**

- а) стресом;
- б) афектом;
- в) кризою;
- г) фрустрацією.

**7. Емоційні прояви (настрій, ефект, фрустрація), вольові прояви (рішучість, зібраність), увага (зосередженість, розсіяність) як психологічні характеристики людини відносяться до:**

- а) психічних процесів;
- б) психічних станів;
- в) психічних властивостей;
- г) процесів збереження.

**8. Цілеспрямоване регулювання особистістю власної поведінки, виражене в здатності долати перешкоди та труднощі при здійсненні дій і вчинків, — це:**

- а) воля;
- б) мета;
- в) мотив;
- г) активність.

**9. До емоційно-вольових психічних процесів належать:**

- а) темперамент, характер, здібності;
- б) відчуття, сприймання, пам'ять;
- в) здібності, почуття, мовлення;
- г) емоції, почуття, воля.

**10. Вольова якість особистості, яка полягає в умінні самостійно діяти без допомоги інших, критично ставитися до впливів інших людей, оцінюючи їх відповідно до своїх поглядів і переконань, — це:**

- а) рішучість;

- б) наполегливість;
- в) витримка;
- г) самостійність.

**11. Вольова якість особистості, яка полягає в умінні приймати своєчасно, обдумано, твердо, непохитно рішення, — це:**

- а) організованість;
- б) витримка;
- в) самостійність;
- г) рішучість.

**12. Що є характерним для третьої фази вольової дії:**

- а) прийняття рішення;
- б) виникнення спонукання і встановлення мети;
- в) розгляд і боротьба мотивів;
- г) виконання прийнятого рішення.

**13. Емоційно-вольове розуміння почуттів іншого, спроба поставити себе на його місце — це:**

- а) співчуття;
- б) емпатія;
- в) емоція;
- г) афект.

**14. До позитивних вольових якостей особистості відносять:**

- а) впертість, наполегливість, самостійність;
- б) навюваність, ініціативність, наполегливість;
- в) наполегливість, рішучість, ініціативність;
- г) конформізм, рішучість, ініціативність.

**15. Негативними вольовими якостями особистості є:**

- а) конформізм, цілеспрямованість, послідовність;
- б) конформізм, навюваність, впертість;
- в) навюваність, ініціативність, самостійність;
- г) негативізм, впертість, ініціативність.

### **Питання для закріплення та самоконтролю:**

1. Дайте визначення поняттям емоції та почуття.
2. Назвіть основні властивості та функції емоцій та відчуттів.
3. Навіть основні теоретичні підходи до вивчення емоцій та почуттів.
4. Види емоцій і почуттів та їхня класифікація.
5. Класифікація за рівнем організації, знаком та характером впливу на життєдіяльність людини.
6. Класифікація за ступенем розвитку емоцій.
7. Класифікація залежно від потреб та цілей діяльності.
8. Емоційні стани як форми переживань людини.
9. Стрес та шляхи його подолання.
10. Загальне поняття про вольову діяльність людини.
11. Історія вчення про волю.
12. Вольові дії людини.
13. Етапи вольових дій.
14. Психологічні механізми вольової регуляції та вольові якості особистості.
15. Розвиток сили волі.

### **Самостійна робота:**

1. Регулятивне значення емоцій і волі в самотворенні особистості (№ 12).
2. Загальна характеристика регуляторних процесів (№ 13).
3. Стрес. Ступені стресу. Комплексні способи подолання стресу (№ 14).

### **Література**

1. Вітенко І. С., Вітенко Т. І. Основи психології. 2001. С. 109–184.
2. Вітенко І. С. Загальна та медична психологія. К., 1994. С. 91–107.

3. Корольчук М. С., Крайнюк В. М., Марченко В. М. Психологія : схеми, опорні конспекти, методики. К. : Ельга, Ніка-Центр, 2007. С. 29–38.
4. Максименко С. Д., Соловієнко В. О. Загальна психологія. К., 2001. С. 130–218.
5. Основи загальної і медичної психології / за ред. І. С. Вітенка, О. С. Чабана. 2003. С. 15–150.
6. Степанов О. М., Фіцула М. М. Основи психології та педагогіки : навч. посіб. К. : Академвидав, 2006. С. 109–193.
7. Столяренко Л. Д. Основы психологии. Ростов н/Д: Феникс, 2004. С. 132–198, 233–251.

## Додаток № 2

### **Розлади емоцій та почуттів, поведінка медичного працівника з хворими**

#### Патологічна зміна емоцій і почуттів виявляється по-різному:

1. **Депресія**—афективний стан, що характеризується негативним емоційним фоном. Супроводжується пригніченим настроєм, мислительною і руховою загальмованістю. Хворі на депресію охоплені почуттями неприємного характеру, в усіх подіях вбачають лише негативні відтінки. Іноді туга в них досягає сильного душевного болю, через що може статися меланхолічний вибух, який спричиняє самознищення. Трапляються випадки, коли хворий перед тим, як убити себе, спочатку намагається вбити своїх близьких, кривдників. Депресія виникає внаслідок деяких психічних і соматичних захворювань, а також людей практично здорових як реакція на неприродну тяжку життєву ситуацію.

2. **Маніакальний синдром** – це стан, протилежний за емоційним фоном депресії. Характеризується стійким підвищенням настрою, надмірною рухливістю і прискореним темпом мислительної діяльності. Хворий не реагує на неприємні події зниженням настрою. Вони для нього просто не існують. Навіть смерть близьких не може викликати у нього скорботи. Більше того, він може організувати вечір і сам виступити з веселою, розважальною промовою.
3. **Маніакально-депресивний психоз (МДП)** – психічне захворювання, що характеризується наявністю фаз депресії (або) манії приступами складного поєднання цих фаз, які змінюються повним відновленням психічної діяльності.

У практиці для позначення змін емоційного стану вживають спеціальні поняття:

1. **Ейфорія** – піднесений настрій, стан вдовolenня і безтурботності, що не відповідає об'єктивним обставинам. Характеризується мімічним і загальним руховим пожвавленням, психомоторним збудженням. За певних умов стан ейфорії може виникати і в здорових людей, наприклад, після підйому людини високо в гори, внаслідок кисневої недостатності. Часто ейфорія виникає також на початкових стадіях алкогольного сп'яніння, під час наркозу, при захворюваннях, пов'язаних із кисневим голодуванням (туберкульоз, анемія)
2. **Дисфорія** – пригнічений настрій, що характеризується дратівливістю, озлобленістю, похмурістю, підвищеною чутливістю до дій оточуючих, схильних до вибухів агресії. У клініці дисфорія спостерігається у хворих на епілепсію, внаслідок органічних уражень головного мозку, а також при деяких формах психопатій. В

окремих випадках хворий може становити небезпеку для оточуючих.

3. **Емоційна лабільність** – легкий і швидкий перехід від піднесеного до пригніченого настрою. Часто емоційна лабільність спостерігається при серцево-судинних захворюваннях.
4. **Амбівалентність почуттів** – неузгодженість, суперечливість кількох емоційних ставлень до певного об'єкта, що їх відчуває людина одночасно.
5. **Апатія** – стан, який характеризується емоційною пасивністю, байдужістю, спрощенням почуттів, відсутністю інтересу до навколишніх явищ, подій та послабленням спонук. Цей стан іноді виникає внаслідок деяких органічних уражень головного мозку, слабоумства, а також тривалого соматичного захворювання. Характерні для хворих на шизофренію.
6. **Дратівливість, інфантилізм** (дорослий хворий нагадує своєю поведінкою дитину) – нездатність стримувати емоції, перехід від сміху до ридання, постійний безпричинний гнів. Іноді соматичні рефлексії не відповідають справжньому настрою. Людина, переживаючи неприємну звістку, висловлює стурбованість, виявляє занепокоєння і одночасно посміхається. Спостерігається також роздвоєння мімічних реакцій на обличчі – очі плачуть, а губи посміхаються.

### Поведінка лікаря:

Особливої уваги потребує депресія. Хворі на депресію прагнуть до самотності, рухова і психічна діяльність їх загальмована. Часто в таких хворих можуть виникати суїцидальні думки і спроби, тому їх не можна випускати з поля зору.



При маніакальному стані хворі рухливі, гомінливі, розгальмовані, тому порушують режим у лікарні, створюють труднощі для оточення, в тому числі і для медичних працівників.

Якщо соматичне захворювання не дає змоги перевести хворого в психіатричну лікарню, за ним встановлюють постійний нагляд і відповідний контроль.

Особи з виявленою емоційною лабільністю передусім потребують чуйного ставлення з боку медичних працівників. Цю категорію хворих слід оберігати від сильних емоційних потрясінь. Доброзичливий вираз обличчя, обережні рухи рук, ласкаве слово медичного працівника повертають хворому, як правило, гарний настрій. Позитивні естетичні відчуття входять до комплексу терапевтичних заходів. Велике значення мають і зовнішній вигляд медичного працівника, відповідне оформлення приміщень та кабінетів, і освітлення палат, колір стін, розстановка меблів.

Дослідження емоцій передбачає передусім огляд хворого. Звертають увагу на вираз обличчя, позу, особливості мовлення. На шкірі хворого можуть бути рубці – сліди спроб самогубства (в ділянці серця, ліктьових вен, шиї). Після огляду з хворим ведуть бесіду, детально розпитують про його настрій. Мають значення міміка і пантоміма (швидка, повільна, скупа) під час бесіди й огляду. Підбиваючи підсумки, оцінюють ступінь емоційно-моторної стійкості. Додаткові відомості можна одержати в бесіді з родичами хворого, співробітниками, іншими хворими цієї палати.

Спеціальних експериментальних методів для вивчення ступеня емоційної збудливості, які міг би застосувати практичний лікар немає. Існує кілька непрямих методів вивчення емоційної діяльності, а саме:

асоціативний експеримент, тест Розенцвейга, метод Роршаха, рівень тривожності.

### Додаток № 3

#### **Порушення вольової сфери, поведінка медичного працівника**

Серед патологічних змін вольової сфери виділяють:

1. **Гіпобулія** – стан психіки, що виявляється в зниженні бажань і спонукань до діяльності. Такі хворі завжди мляві, рухова активність у них виявляється мало, увага ослаблена. Може бути одним із перших симптомів захворювання. Виникає внаслідок виснаження нервової системи і при деяких соматичних розладах у людей, які довго і тяжко хворіють.
2. **Гіпербулія** – стан психіки, для якого характерне значне підвищення активності хворого, що виявляється в прожектерстві, рухливості, незвичній для тієї або іншої конкретної людини.

Так, хворі з маніакальним синдромом багато рухаються, ходять від одних знайомих до інших без потреби, знайомляться на вулицях і розповідають, наприклад, про свої проекти, винаходи. Якщо оточуючі не знають про захворювання людини, її вважають дуже діяльною і зацікавленою проблемами. Більш детально знайомство з цією категорією хворих свідчить, що підвищена активність у них поєднується з дуже низькою продуктивністю. Хворі, як правило, не доводячи обрану справу до кінця, беруться за іншу. Хворим на параною властива цілеспрямована діяльність. Так, хворі з манією переслідування наперед обмірковують план, як нищити своїх ворогів, і протягом тривалого часу намагаються здійснити його. Супроводжується також інтенсивними емоційними станами, жестикуляцією і мімікою.

3. **Абулія** – патологічне порушення психічної регуляції дій. Виявляється у відсутності спонукань до діяльності, в нездатності прийняти рішення і виконати потрібну дію, хоч необхідність її усвідомлюється. Глибокий прояв абулії характеризується повною відсутністю у хворих зовнішніх рухових реакцій – вони нерухомо сидять або лежать. Тому без допомоги медичного персоналу вони не в змозі задовольняти елементарні життєві потреби. Загальмовані і мовні реакції.
4. **Ступор** (від лат. stupor – заціпеніння) – психопатичний розлад, який супроводжується пригніченням психічної активності, що виявляється у повній нерухливості, зниженні всіх видів чутливості, відсутності мовлення.

Форми ступору:

**Депресивний** – спостерігається при маніакально-депресивному психозі. Хворі не здатні до будь-яких дій, рухів, на запитання відповідають неохоче, окремими словами, на обличчі застиглий вираз туги і скорботи.

**Психогенний** – хворі нерухомі, відсутнє мовне спілкування з оточенням, але під час розмови про травмуючу ситуацію, яка замовила цей стан, хворі виявляють ту або іншу емоційну і вегетативну реакцію (плачуть, червоніють, бліднуть).

**Кататонічний** – хворі нерухомі, вони годинами можуть сидіти, лежати або стояти, не міняючи пози. Внаслідок підвищення тону м'язів спроба змінити положення тіла не вдається. Найбільш чітко стан рухової загальмованості виявляється в тому, що хворі спонтанно прибирають так звану внутріутробну позу з притиснутими до тулубу кінцівками. Рухова пасивність, при якій тонус м'язів знижений і хворому легко можна надати будь-якого положення, в якому він застигає, називається *каталепсією*,

або восковою гнучкістю. Може супроводжуватися симптомом негативізму. Хворий чинить немотивовану протидію за будь-якої спроби вплинути на нього, наприклад, при проведенні медичних процедур, годуванні, одяганні.

**5. Сексуальні збочення:** *мазохізм* (бажання відчувати фізичний біль або моральне приниження, яких завдає сексуальний партнер), *садизм* (статеве задоволення досягається у процесі завдання партнерові фізичного болю); *гомосексуалізм* (сексуальний потяг до осіб своєї статі); *зоофілія* (здійснення статевого акту з тваринами).

Для вивчення порушення вольової сфери особистості застосовують спеціальні прийоми, за допомогою яких можна виявити ті чи інші патологічні зміни.

У клініці передусім звертають увагу на здатність людини виконувати певні дії з предметами (запалити сірника, показати, як користуватися ключем, розкрити і закрити портфель, пиляти дрова, забивати молотком цвяхи). У процесі бесіди з хворими вивчають його здатність впливати на іншу людину. Визначаючи патопсихологічний діагноз, лікар прагне також знати, чи здатний хворий виконувати безоб'єктивні дії (свистіти, стрибати) і аутокінетичні рухи (стиснути кулак, висунути язик), чи може він відтворити запропоновані йому рухи. Звертають увагу також на належність успішності виконання дії від складності запропонованого завдання.

Ряд порушень волі, і насамперед окремі сексуальні збочення, через цілком зрозумілі причини, розпізнати і вивчити непросто, що ускладнює і відповідну оцінку вольової сфери.

## ТЕСТ «ВИЗНАЧЕННЯ СИЛИ ВОЛІ»

Сила волі – це найважливіша риса людської особистості, це здатність сконцентрувати більшу частину або всю свою енергію для досягнення поставленої мети. Безумовно, її наявність говорить про те, що перед вами сильна і цілеспрямована людина.

Цей тест допоможе з'ясувати, як у вас справи з такою важливою якістю, як сила волі.

### *Інструкція:*

Вам потрібно прочитати судження і дати відповідь так чи ні.

### *Текст опитувальника*

1. Чи в стані ви завершити розпочату роботу, яка Вам не цікава відразу, незалежно від того, що і обставини дозволяють Вам відірватися, а потім продовжити?
2. Чи можете Ви без особливих зусиль подолати внутрішнє протистояння, коли вам потрібно зробити щось неприємне (наприклад прийти на навчання у вихідний день)?
3. Коли потрапляєте у конфліктну ситуацію – у навчанні або у побуті – чи в змозі Ви взяти себе в руки настільки, щоб подивитися на ситуацію без надмірної емоційності, свідомо, з максимальною об'єктивністю?
4. Якщо Вам прописали дієту, чи зможете Ви подолати спокусу заборонених продуктів?
5. Чи знайдете Ви в собі сили встати вранці раніше звичайного, як було заплановано ввечері?
6. Чи залишитися Ви на місці трагічної події для того, щоб дати свідчення?
7. Ви швидко відповідаєте на листи?
8. Якщо у Вас виникає страх перельоту на літаку чи відвідування стоматологічного кабінету, чи зможете Ви без особливих зусиль подолати це відчуття і в осатаній момент не змінити свого рішення?

9. Чи зможете Ви приймати дуже неприємні ліки, які Вам наполегливо рекомендують лікарі?
10. Чи виконуєте Ви поспішно дану обіцянку, навіть якщо її виконання принесе Вам немало клопоту, іншими словами, чи є Ви людина слова?
11. Чи без коливання Ви вирушаєте у відрядження в незнайоме місце?
12. Чи чітко Ви дотримуетесь розпорядку дня: часу пробудження, прийняття їжі, навчання, прибирання та інших справ?
13. Чи критично Ви ставитеся до бібліотечних заборгованостей?
14. Навіть найцікавіша телепередача не змусить Вас відкласти термінову і важливу роботу. Так це чи ні?
15. Чи зможете Ви припинити сварку і промовчати, хоч якими б образливими Вам здалися слова опонента?

*Дайте відповідь на поставленні питання, оцінюючи їх за балами наступним чином:*

- «так» – 2 бали;  
«не знаю» – 1 бал;  
«буває» – 1 бал;  
«ні» – 0 балів.

**0-12 балів:** із силою волі справи у Вас не дуже добрі. Ви виконуєте те, що легше і цікавіше, навіть якщо це може чимось зашкодити. До своїх обов'язків ставитеся без особливого ентузіазму, що нерідко призводить до конфліктних ситуацій. Ваша позиція характеризується відомим висловом «Що, мені більше всіх потрібно?». Будь яке прохання чи зобов'язання ви сприймаєте майже як фізичний дискомфорт. І справа тут не в слабкості волі, а у Вашому егоїзмі. Спробуйте подивитися на себе з точки

зору саме цих оцінок і це допоможе Вам змінити своє ставлення до оточуючих, дещо змінивши в своєму характері. Якщо Вам це вдасться, то Ви лише виграєте.

**13-21 бал:** сила волі у Вас посередня. Якщо стикаєтеся з труднощами, то намагаєтеся їх долати. Але якщо побачите обхідні шляхи, відразу ж скористаєтеся ними. Не перестараетесь, але і даного Вами слова не порушите. За власним бажанням зобов'язань не візьмете. Це не зовсім позитивно характеризує Вас перед керівництвом і оточуючими. Якщо маєте намір досягнути в житті більшого, спробуйте тренувати волю.

**22-30 балів:** із силою волі у Вас все добре. У важку хвилину Ви не підведете. Вас не лякають ні нові доручення, ні далекі поїздки, ні справи, котрі лякають інших. Хоча інколи ваша чітка і тверда позиція з неприципових питань набридає оточуючим. Сила волі це дуже добре, але бажано у своєму активі мати і такі якості, як гнучкість, поблажливість, доброта.

## ТЕСТ “ЕМОЦІЙНА ВРІВНОВАЖЕНІСТЬ”

Варіанти відповідей на запитання «так» або «ні»

1. Чи можеш швидко обуритись навіть з незначного приводу?
2. Чи боїшся ти вивести із себе людину, знаючи, що вона фізично сильніша за вас?
3. Чи можеш розпочати сварку тільки через те, що на тебе не звернули увагу?
4. Тобі подобається їхати на великій швидкості, навіть якщо це пов'язано із ризиком?
5. Коли ти хворієш, чи не дуже захоплюєшся ліками?
6. Чи здатний ти на все для того, щоб отримати те, що тобі

дуже подобається?

7. Чи подобаються тобі великі собаки?

8. Чи любиш ти годинами сидіти на сонці?

9. Ти впевнений, що коли-небудь станеш відомим?

10. Чи вмієш ти зупинити себе, коли відчуваєш, що дієш занадто поспішно?

11. Чи є у тебе звичка багато їсти, коли ти не дуже голодний?

12. Чи бажаєш ти заздалегідь дізнатись, що тобі подарують?

Нарахуйте собі по одному балу за відповіді «так» на запитання 2 і 10, та «ні» – на всі інші.

**Більше 8 балів.** Ви людина надто розсудлива, ваші потреби помірні, а емоції «утримують в залізних шорах». Але таке жорстоке самоподавлення може привести до поступового накопичення внутрішньої напруги, яка раптово для оточуючих може вирватися назовні з самого незначного приводу.

**4-8 балів.** У вас є почуття міри. Ви тверезо зважуєте свої можливості. Та одночасно дозволяєте собі трохи «поваляти дурня», що емоційно оживляє ваше життя.

**Менше 4 балів.** Ви абсолютно безросудні. Вам завжди всього мало, але одночасно ви можете відчувати себе глибоко нещасним через дрібниці. Вам не вистачає розсудливості, ваші емоції попереджують ваш розум. Крім того, ви створюєте навколо себе атмосферу напруженості від якої страждають оточуючих вас людей.



## **ВИ ЛЮДИНА ЕМОЦІЙНО ВРІВНОВАЖЕНА ЧИ НАВПАКИ?**

1. Інколи почуваете себе не досить упевнено, навіть кепсько, без будь-яких підстав:
  - а) так (0);
  - б) не знаю (1);
  - в) ні (2).
2. Усе, що якимось відволікає увагу, найчастіше:
  - а) дратує (0);
  - б) зберігаю спокій (1);
  - в) мені це байдуже (2).
3. Знаходите завжди досить енергії, коли Вам це потрібно:
  - а) так (2);
  - б) важко сказати (1);
  - в) ні (0).
4. Справи, за які беретеся, доводите до кінця:
  - а) рідко (2);
  - б) щось середнє (1);
  - в) завжди (0).
5. Коли лягаєте спати, то:
  - а) засинаю швидко (0);
  - б) щось середнє (1);
  - в) засинаю важко (2).
6. Вам буває сумно:
  - а) досить часто (0);
  - б) по-різному (1);
  - в) зрідка (2).

За завдання набрано менше 7 балів. Ви схильні до частої, інколи безпідставної зміни настрою. Більш високі оцінки свідчать про достатню вашу емоційну врівноваженість.

## ЯК УНИКНУТИ СТРЕСУ?

Оцініть свої відповіді так: майже ніколи – 1, іноді – 2, часто – 3, майже завжди – 4.

1. Дрібниці мене дратують.
  2. Якщо змушений чекати, нервую.
  3. Коли почуваю себе незручно, червонію.
  4. Коли злюся, можу образити людину.
  5. Не сприймаю критику, дуже злюсь.
  6. Якщо у трамваї мене штовхнуть, здатен на грубощі.
  7. Постійно займаюсь будь-чим, увесь мій вільний час заповнений справами.
  8. Не буваю пунктуальним, приходжу або раніше, або пізніше.
  9. Не вмю вислухати, завжди уриваю інших.
  10. Страждаю відсутністю апетиту.
  11. Хвилююсь, не знати чому.
  12. Уранці почуваю себе погано.
  13. Постійно стомлений, сплю погано, можу «відключитися».
  14. Після тривалого сну – як побитий.
  15. Здається, що серце не в порядку.
  16. Болять спина і шия.
  17. Стукаю по столу пальцями, а коли сиджу, трясую ногою.
  19. Думаю, що я кращий за багатьох, але ніхто цього не помічає.
  20. Не дотримуюсь дієти, моя вага постійно коливається.
- Підрахуйте бали.

Якщо їх менше **30**: Ви ведете спокійне розумне життя, справляєтеся з життєвими проблемами. Не страждаєте від зайвої скромності і оманливого честолюбства. Добре було б якби ваші відповіді перевіряла людина, яка вас добре знає. Хто набрав таку кількість балів, часто бачить себе у рожевому світлі.

**31-45.** Ваше життя сповнене діяльності і напруження. Страждаєте від стресу як у позитивному смислі - намагаєтесь досягти поставленої мети, так і в негативному - є проблеми і клопоти. Ймовірно, такий спосіб життя вестимете і далі, але залиште трохи часу й для себе.

**46-60.** Ваше життя - постійна боротьба. Ви мрієте про кар'єру. До оцінки інших ви аж ніяк не байдужі. Це створює для вас постійний стресовий стан. Житимете так і далі, можливо, досягнете чого-небудь у діловому і особистому житті, проте навряд чи це буде вдовольняти вас, тому що все вже минуло. Утримуйтесь від зайвих суперечок, стримуйте гнів, викликаний дрібницями. Не намагайтесь досягти завжди максимуму, іноді відмовтесь від якогось зобов'язання.

## СПИСОК ЛІТЕРАТУРИ

1. Бодалев А. А. Психология о личности. М., 1988.
2. Варій М. Й. Психологія. К.: Центр учбової літератури, 2007. 288 с.
3. Вітенко І. С. Загальна та медична психологія. К., 1994. С. 55–87.
4. Вітенко І. С., Вітенко Т. І. Основи психології. 2008. С. 226–246.
5. Гончарук П. А. Психологія навчання. Київ, 1985.
6. Корольчук М. С., Крайнюк В. М., Марченко В. М. Психологія: схеми, опорні конспекти, методики : навч. посіб. К. : Ельга, 2010.
7. Костюк Г. С. Навчально-виховний процес і психічний розвиток особистості. Київ, 1989.
8. Левитов Н. Д. Психология характера. М., 1969.
9. Максименко С. Д., Соловієнко В. О. Загальна психологія. К., 2000. С. 219–250.
10. Норакидзе В. Г. Методы исследования характера : Тбилиси, 1989.
11. Общая психология / под ред. А. В. Петровського. М. : Просвещение, 1988.
12. Трофімов Ю. Л. Психологія : підручник. К. : Либідь, 2003. С. 100–122.
13. Немов Р. С. Психология. В 2-х Т. М., 1994.
14. Степанов О. М., Фіцула М. М. Основи психології і педагогіки : навч. посіб. К. : Академвидав, 2006. С. 194–230.

Навчальне видання

*Прокопчук Віта Юрївна*

**ПРОБЛЕМА ОСОБИСТОСТІ У ЗАГАЛЬНІЙ ТА  
МЕДИЧНІЙ ПСИХОЛОГІЇ.  
ПРАКТИКУМ**

*Навчальний посібник*

*Технічний редактор*

*Г.Ф. Сімчук*

Підписано до друку 21.11.2018 р. Формат 60×84 <sup>1</sup>/<sub>16</sub>.  
Ум.-друк. арк. 11,9. Обл.-вид. арк. 12,5.