Національний університет
водного господарства
та природокористування

Міністерство освіти і науки, молоді та спорту України
Національний університет водного господарства та природокористування

С.С. Якубовська

Національний університет
водного господарства
та природокористування

ПСИХОЛОГІЯ І ПЕДАГОГІКА

Навчальний посібник

Рівне – 2012

Національний університет
водного господарства
та природокористування

УДК 37.015.3(075.8)
ББК 88.8
Я49

Затверджено вченою радою Національного університету водного господарства та природокористування
(Протокол № 6 від19 червня 2012 р.)

Рецензенти:
Юрченко В.М., доктор психологічних наук, завідувач кафедри Рівненського інституту слав'янознавства Київського славістичного університету
Кочубей А.В., кандидат педагогічних наук, доцент кафедри Національного університету водного господарства та природокористування

Якубовська С.С.
Я49 Психологія і педагогіка. Навч. посібник. – Рівне: НУВГП, 2012. – 324 с.

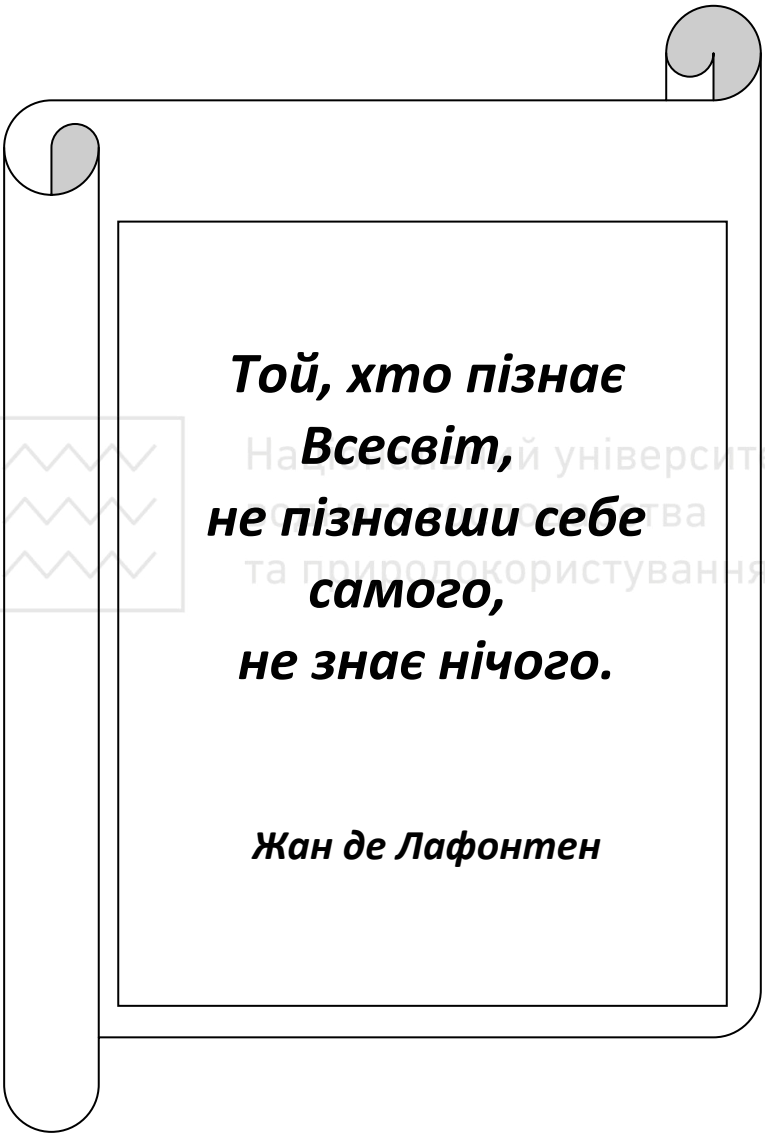
Національний університет
водного господарства
та природокористування

Навчальний посібник є складовою комплексу методичного забезпечення дисциплін психолого-педагогічного циклу для вищих навчальних закладів технічного профілю.

Навчальний матеріал, практичні поради, які містяться в посібнику, сприятимуть формуванню у студентів освітньо-кваліфікаційного рівня «бакалавр» базових компетенцій як необхідної складової інтегрованої характеристики майбутнього фахівця. Посібник відповідає вимогам державного стандарту, затвердженій робочій програмі дисципліни «Психологія і педагогіка» та призначений для студентів усіх напрямів підготовки та спеціальностей, які вивчають психологію і педагогіку.

УДК 37.015.3
ББК 88.8

© Якубовська С.С., 2012
© Національний університет водного господарства та природокористування, 2012



Той, хто пізнає Всесвіт,
не пізнавши себе самого,
не знає нічого.

Жан де Лафонтен

Зміст

Вступ……..5
Змістовий модуль 1. Психологія як наука

Тема 1. Цілі та завдання психолого-педагогічної підготовки. Психологія як наука. Психіка та її розвиток. Рівні вияву психіки…7

Тема 2. Форми вияву психіки: сенсорно-перцептивний рівень пізнання……..35

Тема 3. Форми вияву психіки: раціональні форми пізнання……62

Тема 4. Форми вияву психіки: емоційно-вольова сфера людини….91

Тема 5. Психологія особистості. Розвиток особистості та «Я-концепція», індивідуально-психологічні властивості особистості…… 114

Тема 6. Діяльність як форма активності особистості. Спілкування та міжособистісні стосунки…….141

Змістовий модуль 2. Педагогіка як наука

Тема 7. Педагогіка як наука. Освіта в культурі людства. Сучасні освітні тенденції……...195

Тема 8. Навчання — шляхи розвитку особистості. Управління та самоуправління навчальною діяльністю……...219

Тема 9. Виховання — шляхи розвитку особистості……255

Вступ

Вивчення дисципліни „Психологія і педагогіка” передбачає здобуття студентами уявлень про природу психіки людини, співвідношення природних (натуральних) і соціальних (культурних) чинників становлення та розвитку особистості.

Для успішного здійснення професійної діяльності є необхідними знання про сутність і складові поведінки людини, знання про закономірності перебігу психічних процесів, сутність психічних станів людини, індивідуально-психологічних властивостей особистості, а також психологічні (суспільні за своєю внутрішньою сутністю) фактори розвитку міжособистісних і міжгрупових стосунків.

Метою вивчення навчальної дисципліни є пізнання закономірностей психічної діяльності та індивідуально-психологічних властивостей особистості; формування потреби в особистісному розвитку, вмінь виявляти психологічні особливості інших людей і будувати позитивні стосунки з оточенням і досягати індивідуальних цілей у процесі навчання, системи психолого-педагогічних знань, які сприятимуть ефективності професійної (управлінської) діяльності.

Основними завданнями навчальної дисципліни є:

- засвоєння основних термінів і понять психології та педагогіки на рівні відтворення;
- тлумачення та використання їх у повсякденному та професійному житті;
- формування вмінь і навичок використання психодіагностичних методик відповідно до їх призначення, психологічних знань про людину для аналізу та використання в конкретних життєвих ситуацій.

Згідно з вимогами державних стандартів щодо вищої освіти, студент, вивчаючи дисципліну «Психологія і педагогіка», повинен

знати:

- закономірності становлення наукової психології; основний зміст науково-теоретичного психологічного знання (на відміну від знання стихійно емпіричного);

Національний університет водного господарства та природокористування

- основні складові та напрями сучасних психологічних досліджень;
- психологічну структуру та основні підходи до вивчення особистості; зміст основних характеристик індивідуально-психологічного життя людини (здібності, характер, темперамент);
- значення та співвідношення пізнавальної (інтелектуальної) та емоційно-вольової (афективної) сфери у житті людини;
- структуру, функції та зміст основних видів діяльності;
- сутність спілкування як засобу міжособистісної взаємодії;
- історичний контекст формування та зміст основних педагогічних категорій (освіта, навчання, виховання);
- значення та взаємовідношення процесів розвитку та саморозвитку;
- основний зміст державного стандарту освіти та напрями реформування системи освіти в Україні відповідно до вимог сучасного суспільства;

уміти:

- володіти основними категоріями психолого-педагогічних знань;
- застосовувати їх при виконанні теоретичних, практичних завдань;
- ставити мету, вирішувати задачі та визначати методи дослідження психологічних категорій (пізнавальні процеси, емоційна сфера, прояви індивідуальності);
- використовувати знання з психології і педагогіки в конкретних життєвих ситуаціях.

Змістовий модуль 1. Психологія як наука

Тема 1. Цілі та завдання психолого-педагогічної підготовки. Психологія як наука. Психіка та її розвиток. Рівні вияву психіки

1. Роль психолого-педагогічних знань в особистісному та професійному розвитку студентів. Основні цілі та завдання психолого-педагогічної підготовки.
2. Психологія як наука про факти, закономірності та механізми психічних явищ. Етапи становлення психології як науки. Предмет та об'єкт психологічного дослідження. Основні категорії психології.
3. Основні напрями (наукові школи) сучасної психології. Місце психології в системі наук. Основні галузі психологічних знань.
4. Методи психологічних досліджень.
5. Психіка та її розвиток. Рівні вияву психіки: свідомий та несвідомий.

1. Роль психолого-педагогічних знань в особистісному та професійному розвитку студентів. Основні цілі та завдання психолого-педагогічної підготовки

Інтенсивні зміни в соціокультурному і економічному житті, що відбуваються в Україні в останні десятиріччя, вимагають від випускників вищих закладів освіти системних психологічних знань. Швидкі темпи інформатизації нашого суспільства, співпраця України з Європейським Союзом та приєднання до Болонського процесу вимагають переосмислення попереднього досвіду психолого-педагогічної підготовки фахівців у вищих навчальних закладах непедагогічного профілю, розробки нових освітніх концепцій, приведення змісту, форм, методів навчання і виховання у відповідність до вимог та потреб суспільства, об'єктивної необхідності використання у навчальному процесі нових інформаційних технологій, створення умов для професійного та особистісного саморозвитку майбутнього фахівця. Останнє набуває важливого значення, оскільки сучасне суспільство значною мірою зацікавлене у психологічних ресурсах

особистості як основі всіх інших ресурсних складових розвитку цивілізації. У відкритому світі, де майбутнє не може бути чітко спрогнозованим, а теперішнє має декілька потенційних ліній розвитку, людина знаходиться в ситуації постійного вибору, пошуку оптимального рішення відповідно до швидкозмінних умов життя, професійних ситуацій, особистісних цілей. Саме тому якості особистості, які дозволяють їй самостійно і активно діяти, приймати рішення, гнучко адаптуватися до змінних умов життя, досягати успіху, професійно та особистісно самореалізовуватися, повинні формуватися і розвиватися на всіх етапах здобуття людиною освіти. Саме тому проблеми вивчення психолого-педагогічних дисциплін у вищих навчальних закладах непедагогічного профілю набули значної актуальності.

Особистість людини в умовах динамічного світу стає її професійним інструментарієм, а психолого-педагогічна культура – запорукою успішності її життєдіяльності, особистісної та професійної самореалізації. Людина не існує ізольовано. Вона існує і діє в колективі, спілкуючись, вступаючи в міжособистісні стосунки. Знаючи себе й інших, кожна людина прагнутиме до вдосконалення власних можливостей, поліпшення своїх стосунків із іншими людьми. Успіх у професійній діяльності будь-якого спеціаліста значною мірою залежить від його обізнаності у психології і вміння застосовувати свої знання у своїй життєдіяльності. Ми живемо серед свого народу і повинні розуміти психологію оточуючих людей, виховувати й наставляти своїх дітей, враховувати індивідуальні особливості кожного, з ким доводиться мати справу. Знання психології значно покращує перспективи досягти успіху в особистому житті, спілкуванні, професійній діяльності.

Психолого-педагогічні знання допомагають формуванню у молодої людини позитивної «Я-концепції», сприяють усвідомленню себе як особистості. Розумінню психологічних закономірностей власної діяльності та діяльності інших людей, оволодінню засобами регуляції поведінки і взаємовідносин з оточуючими людьми, врахування особливостей формування колективу, розвитку і виховання особистості в колективі.

Майбутній фахівець непедагогічного профілю має усвідомити для чого йому потрібні знання з психології. Адже саме

усвідомлення особистісного значення психологічних знань сприятиме засвоєнню складних понять і категорій та їх ефективному використанню в житті, навчанні та професійній діяльності.

Перш за все, психологічні знання необхідні для глибшого розуміння себе та інших. Людям, здатним зрозуміти, порадити, підтримати, можна довіряти власні думки і переживання, отримати від них співчуття, допомогу. Психологічні знання необхідні також для самовдосконалення, пристосування до змін у навколишньому середовищі. Без саморозвитку людина не відповідає вимогам сучасності, не може само реалізуватися в суспільстві. Знання психології створює базу для самовиховання та впливу на інших людей. Майбутній фахівець з вищою освітою може займати керівну посаду, і як керівник колективу повинен дбати про професійне зростання, навчання та виховання своїх підлеглих. Знання психології людини необхідне і в процесі виховання власних дітей.

Вивчення психології потрібне для підвищення ефективності власної професійної діяльності, найповнішого використання особистісного потенціалу людини, налагодження стосунків між членами трудового колективу та у системі «людина-техніка», щоб запобігти техногенним та економічним катастрофам. Сучасні інформаційні технології вимагають досконалої підготовки фахівців, максимальної актуалізації їхніх інтелектуальних, творчих ресурсів. Створення систем «людина-машина» неможливе без урахування психічних особливостей людини.

Отже, психолого-педагогічні знання мають незаперечну важливість для майбутніх фахівців технічного профілю. Наукові психологічні знання більш точно відображають існуючу реальність, використовуючи при цьому методи математичної статистики.

2. Психологія як наука про факти, закономірності та механізми психічних явищ. Етапи становлення психології як науки. Предмет та об'єкт психологічного дослідження. Основні категорії психології

Слово ***"психологія"*** виникло шляхом поєднання двох грецьких слів: psyche (душа) і logos (слово, вчення); означає "наука про

душу". У стародавній Греції існував міф, у якому Ерос, син Афродіти, покохав Психею. Афродіта, дізнавшись про це, виявила незадоволення: негоже сину богів кохати просту смертну. Для того, щоб перешкодити закоханим, вона влаштувала низку випробувань для Психеї, але та їх з гідністю витримала. Усе це справило враження на богів, і вони допомогли їй виконати всі вимоги Афродіти. Еросу вдалося переконати Зевса перетворити Психею у богиню, зробити її безсмертною. Отже, закохані об'єдналися навіки. Для греків цей міф – класичний зразок істинного кохання, вища реалізація людської душі. Саме тому Психея – проста смертна, яка отримала безсмертя – стала символом душі, яка шукає свій ідеал.

Існує кілька *джерел психологічних знань*:

- народна психологія,
- життєва або побутова психологія,
- релігійна психологія,
- парапсихологія,
- наукова психологія.

Наукова психологія відрізняється від життєвої психології тим, що:

• на відміну від наукових, життєві знання стосуються, як правило, конкретних ситуацій, наукова ж психологія прагне до узагальнень, дає змогу побачити загальні закономірності розвитку особистості, групи;

• життєві психологічні знання мають інтуїтивний характер, набуваються найчастіше шляхом практичних випробувань, а наукові – шляхом засвоєння узагальненого, раціонально усвідомленого досвіду багатьох поколінь; *інтуїція (лат. – пильне вглядування)* – філософське поняття, що виражає здатність досягнення істини шляхом прямого її розсуду без доказу.

- життєва психологія, на відміну від наукової, має обмежені можливості для передачі інформації;
- наукова психологія володіє унікальним фактичним матеріалом, не доступним жодному носію життєвої психології;
- в науковій психології, на відміну від життєвої, використовується спеціальний, доволі різноманітний інструментарій для отримання необхідного знання.

Останнім часом набуває поширення парапсихологія – сукупність

нетрадиційних поглядів та практик, пов'язаних із незвичайними явищами та таємницями психіки, зокрема, такими як екстрасенсорне сприймання, телекінез, левітація, полтергейст, яснобачення, дистанційна дія тощо. Ці явища ми не в змозі дослідити за допомогою методів психологічної науки, що має справу з об'єктивними явищами та фактами, що можуть бути охарактеризовані якісно й кількісно.

Психологія - це наука про факти, закономірності, механізми психічних явищ людини і тварини.

Предметом психології є закономірності розвитку і вияву психічних явищ та їх механізмів

Основними категоріями психології як науки є ***психіка і поведінка.***

Психіка – це властивість мозку відображати об'єктивну дійсність і об'єктувати відображене в поведінку.

В структурі психіки можна виділити три великі групи психічних явищ: психічні процеси, психічні стани, психічні властивості.

Структура психіки

Виділяють три великі групи психічних явищ, а саме;

1) психічні процеси;
2) психічні стани;
3) психічні властивості.

Психічні процеси — динамічне відображення дійсності у різних формах психічних явищ. Психічний процес — це плин психічного явища, що має початок, розвиток і кінець, що виявляється у виді реакції. При цьому потрібно мати на увазі, що кінець психічного процесу тісно пов'язаний з початком нового процесу.

Психічні процеси викликаються як зовнішніми впливами, так І подразненнями нервової системи, що йдуть від внутрішнього середовища організму.

Психічні процеси поділяються на:

1) пізнавальні процеси — відчуття, сприйняття, увага, пам'ять, мислення, уява;
2) емоційні процеси — до них відносяться емоції і почуття;

3) вольові процеси — до них відносяться механізми вольових дій, вольові якості.

Пізнавальні процеси забезпечують відображення світу і перетворення інформації.

Емоційні процеси забезпечують вибіркове ставлення людини до різних аспектів дійсності.

Вольові процеси — процеси контролю — забезпечують так звану «довільну регуляцію» цілеспрямованої поведінки.

Психічні процеси забезпечують формування знань і первинну регуляцію поведінки і діяльності людини. У складній психічній діяльності різні процеси зв'язані і складають єдиний потік свідомості, що забезпечує адекватне відображення дійсності і здійснення різних видів діяльності. Психічні процеси протікають із різною швидкістю й інтенсивністю в залежності від особливостей зовнішніх впливів і станів особистості.

Під *психічним станом* варто розуміти відносно стійкий рівень психічної діяльності, що виявляється у підвищеній або зниженій активності особистості.

Кожна людина щодня випробовує різні психічні стани. При одному психічному стані розумова або фізична робота протікає легко і продуктивно, при іншому — важко і неефективно.

Психічні стани мають рефлекторну природу: вони виникають під впливом обстановки, фізіологічних факторів, ходу роботи, часу і словесних впливів (похвала, осуд, т.п.).

Найбільш вивченими є такі психічні стани, як:

1) загальний психічний стан, наприклад, увага, що виявляється на рівні активної зосередженості або неуважності;

2) емоційні стани, або настрої (життєрадісний, захоплений, смутний, гнівний, роздратований і т.д.);

3) особливий, творчий стан особистості, що називають натхненням.

Вищими і стійкими регуляторами психічної діяльності є властивості особистості.

Під *психічними властивостями* людини варто розуміти стійкі утворення, що забезпечують певний якісно-кількісний рівень діяльності і поведінки, типової для даної людини. Кожна психічна властивість формується поступово в процесі відображення і закріплюється на

практиці. Вона, отже, є результатом відображувальної і практичної діяльності.

Психічні властивості не існують разом, вони синтезуються й створюють складні структурні утворення особистості, до яких необхідно віднести:

1) *темперамент* (систему природних властивостей особистості — рухливість, урівноваженість поведінки і тонус активності — динамічний бік поведінки);

2) *характер* як систему відносин і способів поведінки;

3) *здібності* (систему інтелектуально-вольових і емоційних властивостей, що визначає творчі можливості особистості);

4) *життєву позицію особистості* (систему потреб, інтересів, переконань, ідеалів, що визначає вибірковість і рівень активності людини).

Поведінка – це система взаємопов'язаних реакцій і дій людини чи тварини у взаємодії з навколишнім середовищем. Фізіологічною основою поведінки є система безумовних і умовних рефлексів. Поведінка людини є системою дій і вчинків, які мають моральне значення і підлягають моральній оцінці незалежно від того, з яких причин їх зроблено.

Етапи становлення психології як науки. Перші уявлення про психіку були пов'язані з *анімізмом* (від латинського "агама" дух, душа) – найважливішими поглядами, згідно з якими у всього, що існує на світі є душа. Душа розумілася як незалежна від тіла сутність, яка керує всіма живими і неживими предметами. Первісні люди за допомогою поняття душі пояснювали такі явища, як сон, втрата свідомості, психічні захворювання, смерть тощо. Вони вважали, що душа залишає тіло під час сну або по смерті і живе поза тілом з тими самими потребами і заняттями, що й при тілесному житті. Поняття душі посідає належне місце у міфології та релігії.

Це перший, ***донауковий етап*** у розвитку психологічних знань. Другий етап називається ***науковим.*** Первісні наукові уявлення при психіку виникли у стародавньому світі. У стародавньому Китаї та Єгипті (приблизно V-VI тисячоліття до н.е.) вони відобразилися у працях філософів, медиків, педагогів. Можна виділити ряд етапів розвитку наукового розуміння природи психіки. На першому етапі

потреба пізнати свій внутрішній світ була усвідомлена людиною па якісно новому рівні. У роботах давньогрецьких мислителів Платона, Демокріта, Аристотеля та інших для позначення внутрішнього світу людини також використовується поняття "душа". Але в цей час закладається уявлення про співвідношення душі і тіла людини, природне розуміння самої душі.

Згідно з ученням давньогрецького філософа *Платона* (42 347 рр. до н. е.), душа людини існує ще до того, як вона з'єднується з тілом. Душа мешкає в тілі і спрямовує його впродовж усього життя, а після смерті залишає його і вступає у світ ідей. Явища душі поділяються Платоном на розум, мужність і жадання (мотивацію). Єдність цих трьох складових надає цілісності душевному життю людини.

Батьком психології як науки по праву вважають *Аристотеля* (384-322 рр. до н.е.) Він висунув концепцію душі як функції тіла, а не якогось зовнішнього відносно нього феномена. Згідно з теорією Аристотеля, душа – це двигун, що дозволяє живій істоті реалізувати себе. Рушійною силою поведінки людини є прагнення, поєднане з відчуттям задоволення або незадоволення. Відчуттєві сприйняття складають початок пізнання. Збереження і відтворення відчуттів дає пам'ять. Мислення характеризується складанням загальних понять, суджень і умовиводів. Особливої формою інтелектуальної активності є розум, який привноситься ззовні у вигляді божественного розуму.

На початку нашої ери природа психіки пов'язується зі свідомістю людини (з перших століть нашої ери і до кінця XIX ст.)

У *середньовіччі* накопичується конкретний матеріал про анатомо-фізіологічні особливості людського організму як однієї з основ психіки. Особливо слід відзначити діяльність арабських мислителів IX-X II ст. *Авіцени* і *Аверроеса.*

Нова епоха в розвитку світової психологічної думки пов'язана з XVII ст., часом тріумфу механіки. У цей період французький вчений *Р.Декарт* (1596-1650) винаходить теоретичну модель організму як автомата - системи, що працює механічно. Таким чином, живе тіло звільнялося від впливу душі. Але душа за Декартом, здатна викликати в тілі рухи. Це суперечливе вчення названо декартівським дуалізмом.

Важливим досягненням було введення Декартом поняття про рефлекс. Незважаючи на умоглядний характер, це досягнення відкрило

рефлекторну природу поведінки, пояснивши його без звернення до душі як рушійної сили тіла.

Надалі рядом учених і мислителів, таких як нідерландський філософ *Б. Спіноза* (1632-1677), англійські філософи *Д. Локк (*1632-1707), *Д.Юм* (1711-1776), французький мислитель *Ж.-Ж. Руссо* (1712-1778) і багато інших розробляли проблему свідомості, її зв'язку з тілом і зовнішнім світом. Вагомий внесок у становлення психології як науки внесли видатні мислителі *І. Кант* (1724 -1801), *Г.В.Ф. Гегель* (1770-1831), *Л.Фейєрбах* (1804-1872). Можна сказати, що роботи цих філософів підсумували розвиток учення про свідомість і тим самим заклали фундамент, на основі якого стало можливим спорудження будівлі психологічної науки.

Психологічні знання все більше вимагали експериментального підтвердження. Тому етап народження *експериментальної психології як* науки пов'язаний з діяльністю німецького філософа і психолога *В.Вундта* (1832-1920). Він уперше організував у 1879 р. у Лейпцизькому університеті психологічну лабораторію. З цього часу експериментальна психологія почала розвиватися в усьому світі.

Послідовником ідей *В.Вундта* став *Е. Тітченер* (18670-1927) Цей американський психолог є фундатором і лідером структурної психології. Суть її полягає в ідеї елементів свідомості (відчуттів, образів, почуттів) і структурних відносин. Структура, як вважав Тітченер, виявляється інтроспекцією – спостереженням суб'єкта за актами власної свідомості.

Особливим шляхом просувався *І.Сєченов* (1829-1905), якого вважають основоположником російської наукової психології. У його роботі "Рефлекси головного мозку" саморегуляція поведінки організму за допомогою сигналів виступала фізіологічною основою схеми психічної діяльності.

Завдяки працям І.Сєченова вперше в історії психології предмет цієї науки охоплював не тільки явища і процеси свідомості, а й увесь цикл взаємодії організму зі світом, включаючи його зовнішні тілесні дії. Ідеї *І.Сєченова* отримали розвиток у вченнях *І. Павлова, В. Бехтєрева, З. Фрейда, П. Жане.*

У другій половині XIX ст. виникає уявлення про психіку як поведінку. Наприкінці XIX ст. психіка людини дедалі чіткіше пов'язується із самосвідомістю, пізніше — із особистістю.

На початку XX ст. світова психологія вступила в смугу кризи у розумінні свого предмета. У Росії, в Німеччині і США вчені певним чином розійшлися у поглядах на предмет психології.

Причинами цієї кризи були:

1) переважаюча в цих країнах система філософських поглядів;

2) рівень розвитку природничих наук (філософія, медицина тощо);

3) різні соціальні умови і запити суспільства до психологічної науки.

Крім того, не дав помітних результатів метод інтроспекції; не вдалось уточнити специфіку психічної реальності, вирішити проблему зв'язку психічних явищ з фізіологічними; визначився значний розрив між психологічною теорією і даними експериментальної роботи.

Спроби подолання цієї кризи призвели до формування в сучасній психології декількох *основних теорій.*

3. Основні напрями (наукові школи) сучасної психології. Місце психології в системі наук. Основні галузі психологічних знань

Основні напрями (наукові школи) сучасної психології. Стан сучасної психології визначають такі її основні напрями, як *гештальтпсихологія, біхевіоризм, психоаналіз, генетична психологія, когнітивна психологія, гуманістична психологія, діяльнісний підхід.*

Гештальтпсихологія (нім. – цілісна форма, образ) – напрям у західній психології першої третини XX ст., що висунув програму вивчення ***психіки*** як цілісної внутрішньої структури – *гештальта.* Ідеї *гештальтпсихології* збагатили дослідження *пізнавальних процесів* і знайшли своє продовження у *когнітивній психології (М.Вертгеймер*, *К.Левін).*

Біхевіоризм (англ. – поведінка) – напрям, який предметом психологічного дослідження вважає те, що підлягає методам об'єктивного вивчення. Насамперед це *поведінка* – сукупність зовнішніх дій людини і тварини, ланцюг реакцій на зовнішні стимули («стимул-реакція»). Засновник цього напрямку *Дж.Уотсон* (1878-1958) започаткував дослідження *навичок* – автоматизованих дій, сформованих шляхом

багаторазових повторень

Психоаналіз – напрям, засновником якого був *З.Фрейд* (1856-1839). Він розглядав психічне життя людини як багаторівневе явище, глибинним рівнем якого є *несвідоме.*

Генетична (гр. - походження) ***психологія*** –- напрям, який вивчає насамперед проблему розвитку *інтелекту* дитини. Його засновник *Ж.Піаже* (1896-1980).

Когнітивна (англ. - знання, пізнання) ***психологія*** – напрям, представники якого досліджують внутрішню організацію *психічних процесів: сприймання, пам'яті, уваги, мислення.*

Представники *когнітивної психології* твердять про вирішальну роль у поведінці *знань* – результатів пізнавальної діяльності.

Гуманістична (лат. - людяний) *психологія* визнає предметом дослідження унікальну ***особистість***, вбачаючи в ній активну, свідому істоту, яка *відповідає* за своє життя і прагне до втілення моральних ідеалів. Особистість потребує зв'язків з іншими людьми, відчуває необхідність постійного *самовдосконалення,* шукає *сенс* життя *(А.Маслоу, К.Роджерс*).

Діяльнісний підхід об’єднує вчених, для яких *психіка - функція мозку,* явище, що виникає у процесах *активності* живої істоти й опосередковує їх своїми специфічними функціями (*Л.Виготський, С.Рубінштейна, 0.Леонтьєв).*

Місце психології в системі наук про людину. Сучасна психологічна наука має тісний зв'язок з іншими галузями наукового знання.

1. Психологія і філософія. До XVII ст. вчення про психіку розроблялося у структурі філософського знання. Тому філософію можна вважати теоретичною і методологічною основою психологічної науки.

2. Психологія та природничі науки. Дослідження з психології ґрунтувалися значною мірою на даних біологічних наук, законах біологічної еволюції, даних фізіології тощо. Така галузь психологічної науки, як експериментальна психологія, розвиватися під впливом експериментальних досліджень природничих наук.

3. Психологія і технічні науки. Взаємозв’язок з технічними науками в сучасних умовах очевидний, оскільки саме технічні науки

вкрай необхідні для вирішення таких проблем, як створення комп'ютерів, систем комунікації, засобів відображення інформації, розробки систем керування, психології праці, інженерної психології, ергономіки тощо.

4. Психологія та медичні науки. Зв'язок між психологією та медичними науками ґрунтується перш за все на тому, що об'єктом вивчення цих наук є людина. Медичні науки мають спиратися на дані психології при розробці проблем здоров'я різних вікових категорій (дітей, учнів, дорослих тощо). На основі медицини, педагогіки та психології виникли такі наукові галузі, як шкільна гігієна, медична психологія, нейропсихологія та ін.

5. Психологія та суспільні науки. Психологія тісно пов'язана з соціологією, історією, лінгвістикою, політичними науками, оскільки всі вони складають єдину сім'ю гуманітарних наук. Всі ці науки повинні враховувати дані психології, адже й історичні, і соціальні, і політичні процеси здійснюються індивідами і групами.

Разом з тим психотерапія включається у розв'язання різноманітних і складних проблем, пов'язаних з освоєнням космосу, демографією, екологією, які вимагають ефективного використання різноманітних функцій людини.

Основні галузі психологічних знань. Сучасна психологія є досить розгалуженою системою наукових дисциплін, які знаходяться на різних ступенях формування та пов'язані з різними галузями практики. Галузі психології відрізняються як за предметом вивчення, так і методами, які використовуються у цій психологічній галузі.

Так за предметом спрямованості на дослідження, раціоналізацію або перетворення психіки виділяють <u>три великі групи наукової психології:</u>

- теоретичну,
- науково-прикладну,
- практичну психологію.

Між галузями психологічної науки існують тісні *зв'язки.* Так, теоретична психологія напрацьовує систему психологічних знань, що виступає фундаментом науково-прикладної та практичної психології. Факти, що розкриваються у науково-прикладній та практичній

психології, узагальнюються засобами теоретичної психології, що сприяє постійному оновленню системи понять, категорій, принципів психологічної науки. А це створює умови для глибшого пізнання психіки й надання ефективнішої допомоги у розвитку особистості та в її творчій діяльності.

Найважливішою серед галузей *теоретичної психології* вважається загальна психологія, яка вивчає найбільш загальні психологічні закономірності, теоретичні принципи та методи психології, її основні поняття й категоріально-понятєвий апарат. Ключовою категорією наукової психології є особистість.

Нижче розглянемо деякі галузі *науково-прикладної психології* за предметом їх вивчення

Сучасна психологічна наука містить такі розгалуження:

1. Військова психологія вивчає психологічні особливості різних видів військової діяльності (психологію людини у військовій ієрархії, у навчанні, вихованні військових тощо).

2. Вікова психологія вивчає закономірності етапів психічного розвитку і формування особистості впродовж онтогенезу. Вікова психологія містить дитячу психологію, психологію підлітка, юнака, дорослої людини, людини похилого віку.

3. Генетична психологія охоплює вікову психологію, вивчає, як відбувається психічний розвиток людини з перших днів життя до смерті.

4. Екологічна психологія вивчає психологічні аспекти відношення людини і навколишнього середовища, що органічно включене в життєдіяльність людини і є важливим чинником

5. Загальна психологія вивчає загальні закономірності психічної діяльності людини, є теоретичною і експериментальною базою психології, окреслює теоретичні принципи і методи психології, визначає її основні поняття і категорії

6. Зоопсихологія – наука про психіку тварин, прояви і закономірності психічного відображення на даному рівні.

7. Інженерна психологія – галузь психології, що досліджує процеси і засоби інформаційної взаємодії між людиною і машиною.

8. Космічна психологія вивчає психологічні особливості діяльності космонавта, залежність цих особливостей від низки специфічних

факторів, а також способи і методи цілеспрямованої організації психічної діяльності космонавта в ході підготовки і здійснення космічних польотів.

9. Медична психологія вивчає психологічні аспекти гігієни, профілактики, діагностики, лікування, експертизи та реабілітації хворих, а також стосунки між лікарем і хворим.

10. Патопсихологія – розділ медичної психології; включає психологію людей з вадами розумового розвитку, з вадами зору, з вадами слуху.

11. Педагогічна психологія – галузь психології, що вивчає психологічні особливості процесів розвитку, навчання і виховання.

12. Порівняльна психологія охоплює проблеми, пов'язані з антропогенезом, становленням людської свідомості і вивченням спільного і відмінного в психічній організації людини і тварини.

13. Психологія мистецтва вивчає властивості і стани особистості, що зумовлюють створення і сприймання художніх цінностей і їх вплив на життєдіяльність особистості.

14. Психологія особистості вивчає закономірності формування людини як суб'єкта діяльності; систему всіх психічних процесів, станів, властивостей індивіда, що опосередковує його взаємодію з соціумом через предметну діяльність; процес соціалізації.

15. Психологія праці вивчає психологічні особливості трудової діяльності. Вона вивчає професійно важливі якості, необхідні для певної спеціальності; психологічні основи організації праці; взаємини трудовому колективі.

16. Психологія реклами включає оцінку потреб, попит на певні товари тощо.

17. Психологія спорту – напрямок психологічної науки, пов'язаний із вивченням закономірностей прояву і розвитку психіки окремої людини, а також колективної взаємодії в умовах змагальної і тренувальної діяльності.

18. Психологія торгівлі вивчає взаємини між продавцем і покупцем, вплив реклами на ефективність торгівлі.

19. Соціальна психологія вивчає закономірності поведінки і діяльності людей, зумовлені фактом їх включення в соціальні групи, а також психологічні характеристики цих груп.

20. Етнопсихологія – наука про етнічні особливості психіки людей, національний характер, закономірності формування і функції національної свідомості та ідентичності, етнічних стереотипів та ін.

21.Юридична психологія вивчає закономірності і механізми психічної діяльності людей в сфері відносин, які регулюються правом.

Науково-прикладна психологія підпорядковує галузі, для яких характерні дослідження і практичне використання знань з метою оптимізації поведінки та діяльності людей.

Практична психологія функціонує і розвивається як система спеціальних психологічних служб, спрямованих па надання безпосередньої допомоги людям у вирішенні їхніх психологічних проблем. Головна мета практичної психології – створити сприятливі соціальні та психологічні умови для діяльності людини в усіх сферах життя – від сімейних стосунків до управління державою, а також надати дієву допомогу у розвитку та захисті її психічного здоров'я.

Основними функціями практичної психології є аналіз і прогнозування поведінки й діяльності людини, активний соціальний та психологічний вплив, консультативно-методична, просвітницька, профілактична, реабілітаційна, дорадча та психолого-технологічна функції тощо.

Через ці галузі психологія допомагає іншим наукам розв’язати завдання, що мають і психологічний зміст – все це відводить психології допоміжну роль: диктує свої обмеження і не дозволяє здійснювати безпосередній вплив на досліджуваний об'єкт. Однак лише можливість такого впливу відкриває перед психологією шлях до завоювання авторитету в суспільстві та належного місця в системі інших наук. Перспективним щодо цього є застосування різних форм *психологічної допомоги.*

Виникає ситуація, за якої вже не психологія йде до людини, а людина звертається до психології. Це накладає на неї велику відповідальність, але й дає шанс стати справді практичною дисципліною, посісти належне місце серед інших наук.

Між *практичною і академічною* психологією має бути зв'язок. Без нього практика можлива, проте це буде радше

Національний університет
та природокористування

індивідуальна діяльність людини, яка називає себе психологом, ніж сфера збагачення і перевірки істинності *психологічного знання*.

Отже, потрібна *методологія* – система теоретичних принципів, яка б підносила рівень кожної та слугувала б їх об'єднанню. Побудувати таку систему, зважаючи на існування напрямків психології, непросто, оскільки академічна психологія оперує даними досліджень, а практична – даними, що їх психолог отримує, допомагаючи пацієнтові.

Однак психологічне звання не може бути суто «академічним» чи «практичним». У будь-якому разі воно має характеризувати психіку і бути адекватним її природі. Для цього й потрібні методологічні принципи, котрі б задавали орієнтири і загально -, і конкретно-психологічного аналізу психічної реальності.

Такі методологічні принципи психології запропонував О.Ткаченко. Це принцип детермінізму, відображення, єдності психіки й діяльності, розвитку й системності. Кожен з них виконує в психологічному поясненні певні функції, які характеризують природу та сутність психіки, можуть бути підґрунтям систематизації психологічного знання.

Національний університет
та природокористування

4. Методи психологічних досліджень

Основні методи психології. <u>*Спостереження*</u> як метод об'єктивного дослідження широко застосовується у психології, педагогічній практиці, соціологічних дослідженнях.

Об'єктом спостереження є поведінка особистості в найрізноманітніших її зовнішніх виявах, коли реалізуються усвідомлювані та неусвідомлювані внутрішні психічні стани, переживання, прагнення. За особливостями мовлення, виразними рухами – жестами, мімікою, виразом обличчя, пантомімічними актами (позами) тощо – можна виявити й простежити особливості уваги, розуміння змісту висловлювання, емоції та вольові якості, особливості темпераменту і риси характеру. Тому вміле спостереження за поведінкою дитини і дорослого дає можливість з високою вірогідністю робити висновки про їхні внутрішні, духовні особливості.

Спостереження може бути *звичайним* (бачення, слухання) та *інструментальним,* коли бачене й почуте в поведінці дитини

фіксується за допомогою фото-, кіноапарата або магнітофона. Інструментальне спостереження дає можливість документувати все, що спостерігається, а тому й глибше аналізувати, порівнювати.

Психологічне та наукове спостереження потрібно відрізняти від побутового. Наукове спостереження не обмежується описом зовнішньо виявленого, а проникає в сутність явищ, з'ясовує причини тих чи інших актів поведінки і цим розкриває їх психологічну природу. Щоб навчати й виховувати дитину, потрібно на основі спостереженого розкривати психологічні механізми, спиратися на них у навчально-виховній роботі, розвивати і вдосконалювати їх.

Одноразового спостереження за якимось явищем у поведінці та діяльності особистості недостатньо для того, щоб робити висновки про її психічний склад, розум, почуття, волю, риси характеру, темперамент, цілеспрямованість, моральні якості Для того, щоб уникнути випадкових суджень, потрібні кількаразові спостереження тих чи інших морально-психологічних особливостей у різних умовах і на різноманітному матеріалі. За одноразовим або випадковим виявленням успіхів не можна судити, скажімо, про здібності особистості, силу її пам'яті чи мислення.

Практичні поради

Щоб спостереження набрало наукового характеру, воно має відповідати певним вимогам:

- бути цілеспрямованим, а не випадковим;
- здійснюватися планомірно й систематично;
- бути забезпеченим достатньою інформацією про спостережуване явище (якомога більшою кількістю фактів);
- точно фіксувати результати спостереження.

Наукове спостереження висуває певні вимоги й до особистих якостей дослідника. Зокрема, він повинен мати такі якості:

- бути об'єктивним при фіксації, словесному описі та класифікації спостережень;
- володіти собою, тобто його настрій та особисті характерологічні якості не повинні впливати на спостереження та позначатися на ньому та висновках;
- не бути тенденційно упередженим в організації спостереження та очікуванні його наслідків, щоб не зробити безпідставних висновків;
- не піддаватися першим враженням про піддослідного;
- не бути поблажливим щодо піддослідного;
- не приписувати піддослідному власних якостей і не пояснювати його поведінку з власної позиції.

Об'єктивність має характеризувати весь процес дослідження, бути визначальним чинником для висновків.

Спостереження потребує чіткості й точності фіксації даних. Для цього використовують певні бланки.

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

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

Розрізняють експерименти *лабораторний* та *природний*. Перший проводиться у спеціальних психологічних лабораторіях за допомогою відповідної апаратури, другий - у звичайних для піддослідного умовах діяльності (в аудиторії, під час роботи). Природний експеримент, як і лабораторний, проводиться за певною програмою, але так, щоб студент не знав, що його досліджують, і розв'язував свої завдання

спокійно, у звичному для нього темпі, з притаманними йому характерологічними особливостями і ставленням до навчальних, трудових, спортивних та інших доручень.

Різновидом природного експерименту *є перетворювальний (навчальний та виховний).*

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

Допоміжні методи психології. Як додатковий метод у психологічному дослідженні використовують тести.

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

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

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

Метод опитування. У психології, зокрема в педагогічній практиці, широко застосовують метод опитування, коли потрібно з'ясувати рівень

розуміння піддослідним якихось завдань, життєвих ситуацій, уживаних у навчанні та практичній діяльності понять (природознавчих, технічних, соціальних), або коли потрібна інформація про інтереси, погляди, почуття, мотиви діяльності та поведінки особистості. До найпоширеніших різновидів опитування як методу психологічного дослідження належать бесіда, інтерв'ю, анкетне та соціометричне дослідження.

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

Одним з варіантів бесіди є *інтерв'ю*, яке використовують у психологічних соціологічних дослідженнях. В інтерв'ю виявляються думки, погляди, факти з життя респондента, тобто піддослідного, його ставлення до політичних подій, ситуацій соціальних явищ тощо.

Інтерв'ю може бути *нестандартизованим* і *стандартизованим.* У нестандартизованому інтерв'ю запитання до респондента формулюються не до кінця і можуть змінюватись у процесі дослідження, а у стандартизованому вигляді вони становлять собою певну систему і формулюються чітко.

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

Анкета може бути іменною, коли піддослідний зазначає своє прізвище та ім'я, наводить певні відомості про себе, та анонімною, при використанні якої отримують більш правдиві відповіді.

За допомогою анкетного дослідження можна зібрати великий обсяг матеріалу, що дає підстави вважати одержані відповіді достатньо ймовірними. Недоліками цього методу є суб'єктивізм і випадковість відповідей, складність перевірки їх правильності та щирості.

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

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

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

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

Продукти діяльності студента можна аналізувати також у процесі їх створення. Спостерігаючи цей процес, можна виявити не тільки його

якість, а й динаміку, темп роботи, вправність у дії, ставлення до завдання. Дані спостереження допомагають глибше та всебічно пізнати розумові, емоційні, вольові й характерологічні якості та властивості особистості.

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

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

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

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

Кількісний та якісний аналізи дослідження психічних явищ. За допомогою кількісного та якісного аналізів так само можна вивчати особистість. Кількісний, або варіаційно-статистичний, аналіз полягає в обчисленні коефіцієнтів правильного розв'язання завдань, частоти повторення спостережуваного психічного явища. Для порівняння результатів досліджень з різною кількістю завдань або різним кількісним складом групи користуються не абсолютними, а відносними, здебільшого відсотковими показниками. При кількісному аналізі результатів дослідження найчастіше використовують середнє арифметичне з усіх досліджень того чи іншого психічного процесу чи індивідуально-

Національний університет водного господарства та природокористування

психологічної особливості. Для того, щоб робити висновки про вірогідність середнього арифметичного, обчислюють коефіцієнт відхилень від нього окремих показників. Що менше відхилення показників окремих досліджень від середнього арифметичного, то показовішим воно є для дослідженої психологічної особливості особистості.

Якісний аналіз проводять на основі кількісного аналізу, але не зводиться тільки до нього. В якісному аналізі з'ясовують причини високих чи низьких показників, залежність їх від вікових та індивідуальних особливостей особистості, умов життя та навчання, стосунків у колективі, ставлення до діяльності тощо.

Кількісний та якісний аналізи даних дослідження дають підстави для одержання психолого-педагогічної характеристики особистості та висновків про виховні заходи.

5. Психіка та її розвиток. Рівні вияву психіки: свідомий та несвідомий

Особистості як системі психічних властивостей притаманні певні рівні відображення дійсності. Серед таких рівнів у психології виділяють *свідомість, несвідоме, самосвідомість*.

Вищим рівнем психічного відображення, властивого тільки людині як суспільно-історичній істоті, є свідомість.

Свідомість — це відображення у психіці людини ідеальних образів дійсності, своєї діяльності, самої себе.

Свідомість — це вища інтегрована форма психіки, яка складається під впливом суспільно-історичних умов у трудовій діяльності людини та її спілкування за допомогою мови з іншими людьми.

Основними характеристиками свідомості є:

— *відображення навколишнього світу* за допомогою пізнавальних процесів (відчуття, сприймання, пам'ять, мислення, уява). Порушення будь-якого з пізнавальних процесів призводить до розладу свідомості;

— *розрізнення суб'єкта й об'єкта* (тобто того, що належить "Я" і "не Я"), яке відбувається в процесі формування самосвідомості людини. Самосвідомість виявляється в *пізнавальній* (самовідчуття, самоспостереження, самоаналіз, самокритика), *емоційній* (самопочуття, самолюбство, скромність, гордість, почуття власної гідності) та

вольовій (стриманість, самоконтроль, самовладання, дисципліна) формах;

— *забезпечення цілеутворюючої діяльності людини.* Завдяки випереджальному відображенню людина розкриває причинно-наслідкові зв'язки, передбачає майбутнє, ставить перед собою мету, враховує мотиви і приймає вольові рішення, вносить необхідні корективи, переборює труднощі. Своєю діяльністю вона активно впливає на навколишній світ;

— *наявність емоційно-оцінних ставлень до всього,* що відбувається навколо, до інших людей та до самої себе. Ця характеристика свідомості виявляється найвиразніше в таких моральних почуттях, як почуття я обов'язку, патріотизм, інтернаціоналізм та ін. Переживання підсилюють чіткість усвідомлення себе та навколишнього світу, а тому є важливим стимулом для активізації свідомості.

Людина здавна замислювалася над тим, як працює її свідомість, чим вона відрізняється від інших людей, котрі живуть поруч, як вона сприймає довкілля і водночас усвідомлює його, чому багато з того, що бачать очі й чують вуха, проходить повз неї тощо.

Свідомість — це інтегральний момент психічних процесів.

Про низький рівень свідомості говорять тоді, коли людина недостатньо усвідомлює обставини, за яких вона діє, і своє ставлення до них. Відомо, що за правилами вихованості потрібно поступатися місцем у транспорті літнім жінкам, дітям. Але не всі так роблять.

Високий рівень свідомості характеризується тим, що людина розкриває суттєво необхідні зв'язки, керуючись віддаленою і суспільно значущою метою та певними мотивами, і відповідно планує, організує й регулює свої дії. Свідома людина діє певним чином тому, що інакше не може. Чим складніше й відповідальніше завдання, тим вищим має бути рівень свідомості.

Свідома діяльність людини не виключає наявності в ній *несвідомого.* Усвідомлюються мета діяльності, шляхи досягнення мети, частково мотиви, а ось способи виконання часто автоматизуються. Ходіння, мовлення, письмо, читання, рахування — це максимально організована автоматична психічна діяльність. Спочатку ці акти здійснюються в результаті діяльності свідомості, а в подальшому

автоматизуються, звільняючи свідомість для подальшого, більш досконалого пристосування до навколишнього світу.

Прикладом переходу свідомого в несвідоме є *сон.*

Розрізняють три різновиди сну: *добовий сон,* позбавлення якого призводить до руйнування нервових клітин, *сон, який виникає під дією однорідного подразника* (наприклад, під час монотонної лекції), і *сон-звичку.*

Перехід від сну до активного неспання — це перехід від несвідомої психічної діяльності до свідомої. Таким чином, *психічна діяльність людини являє собою єдність свідомого і несвідомого.*

*Сновидіння***,** психічний стан під час спання, за якого виникають більш чи менш яскраві образи. Фізіологічний механізм сновидіння полягає в тому, що під час сну перебувають у стані пильнування сторожові центри — окремі ділянки кори великих півкуль, хоча вона в цілому загальмована. При цьому з-під контролю другої сигнальної системи деякою мірою виходить перша сигнальна система, образні сліди її активізуються, що знаходить вияв у сновидіннях.

Сновидіння, певна річ, відображають особливий стан психіки під час сну, але ця психічна діяльність має архаїчний, символічний характер.

Гіпноз — це стан, близький до сну, за якого зберігається можливість контактування загіпнотизованого з гіпнотизером і виконання спонукань останнього. У людей розрізняють три стадії гіпнозу: сонливість, легкий сон і сомнамбулізм. Остання стадія є справжнім виявом гіпнозу, коли людина повністю підкоряється наказам гіпнотизера і після сеансу не пам'ятає, що з нею відбувалося під час гіпнозу.

Летаргічний сон - психічний стан (хворобливий), коли на тлі повної м'язової нерухомості зберігається психічна активність, зір, слух. Такий хворий скидається на мертвого. Летаргічний сон зазвичай триває не більше 5-6 днів і часто трапляється у людей з підвищеною здатністю до навіювання та багатим емоційним життям.

Найчастіше такий сон виникає у небезпечних або критичних ситуаціях за наявності сильного емоційного збудження. Повернення до норми також відбувається внаслідок шоку.

Сноходіння або лунатизм — особлива форма патологічного сну, за якого спляча людина у стадії повільного сну встає з ліжка і починає ходити.

Установлено, що сноходіння (як і нічні кошмари) виникає внаслідок порушення системи висхідної неспецифічної активізації мозку.

Під час сноходіння часто реєструється стійкий альфаритм за відкритих очей хворого, на який можуть нашаровуватися більш високочастотні ритми.

У лунатиків підвищена чутливість органів чуття. Так, вони добре орієнтуються в темряві, чують незначні звуки, відчувають поверхневі дотики, для них характерні чітка координація і точність рухів.

Узагальнювальна таблиця з теми 1

«Цілі та завдання психолого-педагогічної підготовки. Психологія як наука. Психіка та її розвиток. Рівні вияву психіки»

Основні категорії психології	• *психіка;* • *поведінка.*
Структура психіки	• *психічні процеси;* • *психічні стани;* • *психічні властивості.*
Етапи розвитку психології як науки	• *донауковий;* • *науковий.*
Основні напрями (наукові школи) сучасної психології	• *гештальтпсихологія,* • *біхевіоризм,* • *психоаналіз,* • *генетична психологія,* • *когнітивна психологія* • *гуманістична психологія,* • *діяльнісний підхід.*
Групи наукової психології	• *теоретична,* • *науково-прикладна,* • *практична.*

продовження таблиці

Методологічні принципи психології	• *детермінізму,* • *відображення,* • *єдності психіки й діяльності,* • *розвитку,* • *системності.*
Основні методи психології	• *спостереження,* • *експеримент*
Допоміжні методи психології	• *тест,* • *опитування (бесіда, анкетування, терв'ю, соціометричне дослідження),* • *метод аналізу продуктів діяльності,* • *метод самооцінки,* • *метод узагальнення, незалежних характеристик.*
Рівні вияву психіки	• *свідомість,* • *несвідоме,* • *самосвідомість.*

Національний університет
та природокористування

Питання й завдання для самоперевірки

1. Дайте визначення психології як науки.
2. Визначте предмет психології.
3. Визначте основні категорії психології.
4. Охарактеризуйте структуру психіки.
5. Охарактеризуйте розвиток психіки.
6. Охарактеризуйте рівні вияву психіки.
7. Назвіть етапи розвитку психології як науки.
8. Назвіть та охарактеризуйте напрями (наукові школи) сучасної психології.
9. Охарактеризуйте групи наукової психології.
10. Визначте та охарактеризуйте методологічні принципи психології.
11. Назвіть та охарактеризуйте основні методи психологічних досліджень.
12. Назвіть та охарактеризуйте допоміжні методи психологічних досліджень.
13. Визначте умови одержання надійних результатів дослідження.
14. Охарактеризуйте рівні вияву психіки.

Тема 2. Форми вияву психіки: сенсорно-перцептивний рівень пізнання

1. Сенсорно-перцептивний рівень пізнання: відчуття та сприймання. Сутність відчуття. Фізіологічне підґрунтя відчуттів. Класифікація і різновиди відчуттів. Закономірності і основні властивості відчуттів. Відчуття і діяльність.
2. Сутність сприймання. Класифікація і різновиди сприймання. Властивості й закономірності сприймання.
3. Спостереження і спостережливість. Увага як умова адекватного сприймання. Сутність уваги. Природа уваги. Види і характерні особливості уваги. Форми уваги. Уважність як властивість особистості. Фактори, які сприяють привертанню і підтриманню уваги.

1. Сенсорно-перцептивний рівень пізнання: відчуття та сприймання. Сутність відчуття. Фізіологічне підґрунтя відчуттів. Класифікація і різновиди відчуттів. Закономірності і основні властивості відчуттів. Відчуття і діяльність

Сенсорно-перцептивний рівень пізнання: відчуття та сприймання. Про багатство навколишнього світу, про кольори, запахи, музичні тони та шуми, вагу предметів, про спрагу та голод ми дізнаємося завдяки органам чуття. За допомогою органів чуття людський організм отримує у вигляді відчуттів різноманітну інформацію про стан зовнішнього і внутрішнього середовища. У відчуттях інтегруються пізнавальні, емоційні та регуляційні аспекти психічного. Вони є первинною формою відображення об'єктивної дійсності в мозку людини.

Вивчення розвитку пізнавальної діяльності в еволюції тваринного світу (у філогенезі) і у дитини (в онтогенезі) показує, що почуття є первинною формою орієнтування організму в навколишньому середовищі. Низькоорганізовані тварини відображають окремі якості предметів і явищ довкілля, що мають безпосереднє значення для їх життєдіяльності. Новонароджена дитина в перші тижні життя теж реагує лише на окремі якості предметів. Це свідчить про те, що відчуття є

вихідною формою розвитку пізнавальної діяльності. Життєве значення відчуттів полягає також у тому, що вони завжди емоційно забарвлені. Експериментально підтверджено факт різної психофізіологічної дії кольору на людину: зелений – заспокоює, червоний – збуджує. Із двох однакових за вагою ящиків, пофарбованих у білий і чорний кольори, перший здається легшим. Особливі відчуття, що йдуть від внутрішніх органів, визначають самопочуття людини, її емоційний тонус. Не випадково у слові *чутливість* закладена характеристика *пізнавальної* функції відчуттів, і слова *відчуття й почуття (переживання)* мають однаковий корінь.

Органічні відчуття перебувають у співвідношенні з об'єктами зовнішнього світу, викликають бажання, вони є джерелом вольового імпульсу. Рухи і дії, спрямовані на досягнення мети, регулюються відчуттями, які необхідні для побудови дії. Таким чином, відчуття забезпечують життєдіяльність людини.

Відчуття, сприймання — процеси чуттєвого пізнання. Це такий ступінь чуттєвого відображення дійсності, коли знання про світ безпосередньо пов'язані з дією предметів на органи чуття. У процесі діяльності, у практиці життя людина здобуває перші чуттєві знання про навколишні предмети, їх якості та властивості, про власне тіло. Фізіологічно ці знання забезпечуються діяльністю першої сигнальної системи, а тому чуттєві форми відображення загальні для людини і тварини.

Відчуття, сприймання і уявлення є як у тварини, так і у людини, але вони не тотожні. Праця і мова в процесі антропогенезу (походження людини) сформували специфічно людські відчуття, сприймання та уявлення. Вони відрізняються за змістом (людина відображає соціальні умови життя суспільства, предмети, створені в процесі праці, і через них природу, на яку вона активно діє); за фізіологічними механізмами (відчуття, сприймання і уявлення людини виникають у взаємодії образу і слова в специфічно людській першій сигнальній системі); за роллю в процесі пізнання (у деяких тварин це вища форма орієнтування, у людини – лише початковий ступінь пізнання).

Другий ступінь пізнання – абстрактно-теоретичне мислення – характерний тільки для людини. Мислення базується на чуттєвому пізнанні, спирається на образи, але оперує не образами, а поняттями,

зміст яких склався в результаті трудової діяльності, а також розвитку культури багатьох поколінь людей.

Відчуття – не єдина форма відображення світу. Сприймання та уявлення не можуть бути зведені до суми або комбінації відчуттів. Кожна із форм відображення має свої відмінності, але без відчуттів, як початкової форми відображення, неможливе існування будь-якої пізнавальної діяльності. Відчуття є джерелом наших знань про світ і самих нас.

Отже, пізнавальна функція психіки полягає у побудові образу світу, що з різною мірою повноти й адекватності відтворює реальність. Вона здійснюється пізнавальною діяльністю, яка може бути чуттєвою або раціональною. Чуттєву пізнавальну діяльність, яку забезпечує робота органів чуттів, складають відчуття (від лат. сенсор) і сприймання (аперцепція).

Пізнавальна діяльність – це процес відображення в мозку людини предметів та явищ дійсності.

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

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. Враження, одержані за допомогою відчуттів і сприймань, несуть інформацію про зовнішні ознаки та властивості об'єктів, утворюючи чуттєвий досвід людини.

Вищою формою пізнання людиною дійсності є абстрактне пізнання, що відбувається за участю процесів мислення та уяви. У розвиненому вигляді ці пізнавальні процеси властиві тільки людині, яка має свідомість і виявляє психічну активність у діяльності. Істотною особливістю мислення та уяви є опосередкований характер відображення ними дійсності, зумовлений використанням раніше здобутих знань, досвіду, міркуваннями, побудовою гіпотез тощо. Об'єктом пізнання у процесах мислення та уяви є внутрішні, безпосередньо не дані у відчуттях властивості об'єктів, закономірності явищ і процесів.

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.

Пізнання предметів і явищ об'єктивної дійсності, психічного життя людини здійснюється всіма пізнавальними процесами. Підґрунтям розумового пізнання світу, яким би складним воно не було, є чуттєве пізнання. Разом з тим сприймання, запам'ятовування, відтворення та інші процеси неможливі без участі в них розумової діяльності, переживань і вольових прагнень. Але кожний з цих процесів має певні закономірності й постає у психічній діяльності або як провідний, або як допоміжний.

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

Відчуття - це найпростіший психічиий процес, первинна форма оріеєтування живого організму В навколишньому середовищі з відчуттів починається пізнавальна діяльність людини. За допомогою різних аналізаторів вона відбирає, нагромаджує інформацію про об'єктивну реальність, про власні суб'єктивні стани й на підставі одержуваних вражень виробляє адекватні умовам способи реагування на зовнішні та внутрішні впливи.

Органи чуття – це єдині канали, по яких зовнішній світ проникає у свідомість людини. Відображуючи об'єктивні характеристики предметів і явищ, відчуття існують у свідомості як суб'єктивні образи об'єктивного світу. Ця особливість відчуттів зумовлена, з одного боку, природою самих відчуттів як процесу відображувальної діяльності мозку, а з іншого – психічним складом особистості, що відчуває.

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

Фізіологічне підґрунтя відчуттів. Вчення про вищу нервову діяльність розкриває науково-природничі підвалини відчуттів. І. Сєченов та І.Павлов своїми дослідженнями показали, що відчуття - це своєрідні рефлекторні дії, фізіологічним підґрунтям яких є нервові

процеси, що виникають у результаті впливу подразників на органи чуття, або аналізатори. *Аналізатори* – це органи тваринного, у тому числі й людського, організму, які аналізують навколишню дійсність і виокремлюють у ній ті чи інші різновиди енергії: зоровий аналізатор виокремлює світлову енергію, або коливання електромагнітних хвиль, слуховий – звуки, тобто коливання повітря, смаковий, нюховий – хімічні властивості речовин, шкірні – теплові, механічні властивості предметів та явищ, що спричинюють ті чи інші відчуття. У кожному аналізаторі є периферійна, аналізуюча частина, або рецептор, тобто орган чуття, призначенням якого є виокремлення в навколишній дійсності світла, звуку, запаху та інших властивостей. Інша його частина – провідний шлях від рецептора до центральної частини аналізатора, розміщеної в мозку. У центральній частині аналізатора розрізняють його ядро, тобто скупчення чутливих клітин, і розсіяні поза ним клітини. Ядро аналізатора, як зазначав І. Павлов, здійснює тонкий аналіз і синтез збуджень, що надходять від рецептора. За його допомогою подразники диференціюються за особливостями, якістю та інтенсивністю. Розсіяні клітини здійснюють більш грубий аналіз, наприклад, вирізняють лише музичні звуки від шумів, виконують нечітке розрізнення кольорів, запахів.

Отже, відчуття – психічне відображення окремих властивостей предметів і явищ навколишнього світу. Відчуття – продукти переробки центральною нервовою системою (і, перш за все, корою головного мозку) подразників, що виникають в процесі життєдіяльності людини.

Анатомічно-фізіологічний апарат, що слугує для прийому і переробки таких подразників, І. Павлов назвав *аналізатором.*

Кожен аналізатор складається з таких органів:

- *рецептора* (органу чуття) – сенсорних клітин, які "налаштовані" на прийом певних подразників (слухових, смакових та ін.) і перетворюють їх дії в електрохімічні імпульси;
- *нервових (провідних) шляхів,* що передають ці імпульси в центральну нервову систему;
- *центру аналізатора* – спеціалізованої ділянки кори головного мозку, в якому імпульси "декодуються», фізіологічний процес перетворюється на психічний (відчуття) і людина усвідомлює, що на неї діє – шум, запах, тепло тощо.

Органічні порушення будь-якої частини аналізатора – периферійної, провідної або центральної – спричинюють або сліпоту, або глухоту, або втрату нюху, смаку тощо залежно від того, який аналізатор порушено. Якщо порушується лише центральна частина аналізатора, виникає нерозуміння почутого, побаченого, хоча відчуття світла чи звуку існує.

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

Класифікація і різновиди відчуттів. Ще древні греки розрізняли п'ять органів чуття і відповідні їм відчуття: зорові, слухові, нюхові, смакові, тактильні. Сучасна наука значно розширила уявлення про види відчуттів людини. Їх налічується близько двох десятків різноманітних аналізаторних систем, які відображають дію зовнішнього і внутрішнього середовища на рецептори. Щоб краще зрозуміти багатоманітність наших відчуттів, їх необхідно класифікувати і поділити на види. Існують різні класифікації органів відчуттів і чутливості організму до подразників, що надходять до аналізаторів із зовнішнього світу або зсередини організму.

Класифікують відчуття за кількома ознаками.

1. За відсутністю або наявністю безпосереднього контакту рецептора з подразником розрізняють *дистантні (зорові, слухові, нюхові) і контактні (смакові, больові, тактильні) відчуття.*

2. За розташуванням рецепторів прийнято ділити відчуття на три групи:

а) екстероцептивні (лат. – *зовнішній)* – відображають якості предметів і яиищ навколишнього світу, рецептори розташовані на тілі ззовні - на поверхні, всередині організму, в м'язах і сухожилках до них належать: зорові, слухові, нюхові, смакові, тактильні та інші відчуття;

б) інтероцептивні (лат. – *всередині)* – рецептори розташовані на внутрішніх органах і відображають їхній стан, несуть інформацію про стан внутрішніх органів, до них належать органічні відчуття (відчуття голоду, спраги, втоми);

в) пропріоцептивні (лат. – *власний)* – рецептори розміщені в рухових

апаратах організму, вони дають інформацію про рух і положення тіла у просторі, тобто відображують рухи органів тіла і його стан *(кінестетичні* та *статичні)* .

3. У межах кожної з цих груп відчуття поділяють на види залежно від аналізаторів і адекватних (відповідних) їм подразників.

Адекватними називають подразники, до відображення яких даний орган пристосований і які в звичайних умовах його збуджують (наприклад, світло – для ока, звукові коливання – для вуха).

Неадекватними (невідповідними) називають подразники, до відображення яких орган не пристосований і які звичайно його не збуджуть (наприклад, світло – для вуха, механічна дія – для ока і т. д.).

4. Відповідно до системи аналізаторів розрізняють відчуття *зорові, слухові, дотикові, больові, температурні, смакові, нюхові, голоду і спраги, статеві, кінестетичні та статичні.* Кожний із цих різновидів відчуття має певний орган (аналізатор), певні закономірності виникнення та перебігу.

Органом *зорових відчуттів* є око, в якому розрізняють частини – світло заломлюючу (рогівка, зіниця, скловидне тіло) та світлочутливу (сітківка з її чутливими до денного кольорового світла колбочками і чутливими до темряви паличками).

Отже, є дві великі групи зорових відчутгів: *хроматичні* (кольорові, які відображають світлову гаму з численними відтінками і переходами кольорів), і *ахроматичні* (безкольорові, які відображають перехід від білого до чорного через масу відтінків сірого кольору). Відчуття кольору характеризується тоном, яскравістю і насиченістю.

Слухові відчуття також мають велике значення в житті людини. Вони допомагають правильно орієнтуватися в навколишньому середовищі і регулювати свої дії.

Слухові відчуття сприймаються за допомогою вуха. Звукові хвилі розрізняють *за висотою, голосністю (інтенсивністю) та тембром*.

Розрізняють три види слухових відчуттів: *мовні, музичні* та *шуми.* У цих видах відчуттів звуковий аналізатор виділяє чотири якості звуку: *силу (або інтенсивність), висоту, тембр, тривалість.*

У процесі оволодіння мовою і користування нею у людини виробляється фонематичний слух, тобто чутливість до звуків мови. Він формується впродовж життя залежно від мовного середовища, в якому

перебуває людина.

Тактильні, больові й температурні відчуття є функціями органів розміщених у шкірі.

Тактильні відчуття дають знання про міру рівності та рельєфності поверхні предметів, яка відчувається при їх обмацуванні. Найбільше органів тактильного відчуття розміщено на пучках, кінчику язика. При сильному тисненні на згадані органи відчувається біль. Тактильні відчуття, як і зір, відіграють велику роль у сприйманні форми, розміру предметів, розташуванні їх у просторі. Вони особливо розвинені у сліпих, компенсуючи відсутність зору при сприйманні деяких просторових явищ.

На цьому принципі побудована азбука Брайля для сліпих, в якій літери зображено у вигляді опуклих крапок.

Больові відчуття, органів яких на зовнішній і внутрішній поверхнях тіла найбільше, сигналізують про порушення тканин і, що природно, викликають захисну реакцію. Спрямованість уваги на біль посилює його, а відвернення – послаблює больові відчуття. Відчуття болю, що зафіксоване в центральній частині больового аналізатора (у корі головного мозку), спричинює ілюзію болю в ампутованих кінцівках (так званий фантомний біль).

Температурні відчуття (холоду, тепла) спричинюються контактом з предметами, що мають температуру вищу або нижчу, ніж температура тіла. Можна викликати парадоксальні відчуття тепла та холоду: дотик до холодного спричинює відчуття тепла, а дотик до теплого – відчуття холоду. Температурні відчуття зумовлюються і органічними процесами (кровообігом), і психічними станами (емоційними переживаннями). Ці стани знайшли у мові образні вирази: «кидає то в жар, то в холод». Температурні відчуття сигналізують про міру сприятливості оточення для життєдіяльності, про стан здоров'я організму.

Вібраційне відчуття яскраво виявляється у глухих і сліпих. Глухі та сліпі реагують на вібрацію предметів, відчувають її ритмічність.

Органа вібраційного чуття поки що це знайдено. Це чуття значною мірою пов’язане із зоровою та слуховою чутливістю.

Вібраційне чуття є професійно важливим у таких спеціальностях, де вібрація предмета свідчить про особливості діяльності.

Нюхові відчуття здійснюються спеціальними нюховими пухирцями, розміщеними на внутрішній поверхні носа. Не тільки тварини, а й людина дуже чутлива до запахів. Нюхові відчуття сигналізують організму про придатність продуктів для вживання, про стан (чисте чи несвіже) повітря. Орган нюху людини дуже чутливий до запахів. Людина нюхом може відчути наявність у повітрі дуже незначних часточок пахучої речовини (трояндової олії, сірководню, мускусу тощо).

Органом *смакових відчуттів* є спеціальні чутливі до хімічних подразників колбочки, розміщені на язиці та піднебінні. Середня і нижня частини язика смакових органів не мають. Розрізняють чутливість до гіркого і найменшою мірою – до солодкого. Смаки здатні до змішування, тому відчувається кисло - чи гіркувато-солодке. Це дає можливість комбінувати різні смакові властивості продуктів у харчовій промисловості. Смакові відчуття, як і нюхові, мають важливе значення для життя – вони сигналізують про міру придатності харчових продуктів для вживання. Ця чутливість професійно необхідна в кулінарних спеціальностях.

Статичні або гравітаційні відчуття відбивають положення нашого тіла у просторі: лежання, стояння, сидіння, рівновагу, і падіння. Рецептори цих відчуттів містяться у вестибулярному апараті внутрішнього вуха (присінок, півколові канали). При зміні тіла відносно площини землі (при їзді, на воді, у літаку) та при захворюванні вестибулярного апарата виникає запаморочення, втрачаються рівновага, орієнтація у просторі. Порушення діяльності вестибулярного апарату протипоказане для спеціальностей пілота, космонавта, для роботи на судні.

Кінестетичні (гр. – рух) відчуття відбивають рухи та стани окремих частин тіла: рук, ніг, голови, корпуса. Рецепторами цих відчуттів є спеціальні органи, розміщені у м'язах і сухожиллях. Тиск на ці органи під час рухів викликає відчуття положення тіла. Кінестетичні відчуття, даючи знання про силу, швидкість, міру рухів, сприяють регуляції цілої низки дій. У багатьох професіях, у фізичній культурі ці відчуття сприяють координації рухів. Мовні кінестезії є засадовими стосовно артикуляції. Отже, формування кінестетичних відчуттів у процесі навчання та виховання – важливе завдання освітніх, фізкультурних установ, трудового виховання та

навчання.

Органічні відчуття сигналізують про такі стани організму, як голод, спрага, самопочуття, утома, біль, їх аналізатори містяться всередині організму і реагують на міру достатності в організмі поживних речовин, кисню або наявність в органах тіла, у нервовій системі продуктів розпаду, що відбувається під час праці, вживання недоброякісних продуктів, алкоголю та ін.

Органічні відчуття викликають різні емоційні стани, які людина своїми діями намагається підтримувати або усувати. Раціональність цих дій (вживання їжі, напоїв, ліків; відпочинок, праця) потребує обізнаності з характером органічних відчуттів, їх причинами та доцільністю заходів щодо їх усунення або задоволення. Деякі ліки, їжа, куріння на якийсь час гальмують, притамовують певні неприємні відчуття, проте водночас завдають організмові значної шкоди.

Закономірності і основні властивості відчуттів. Кожне відчуття виникає й розвивається за певними закономірностями. Проте всі відчуття мають такі *загальні властивості – якість, інтенсивність і тривалість.*

Якість відчуттів – це особливість, якою одне відчуття відрізняється від інших, наприклад, кольоровий тон, особливості слухових, нюхових, смакових відчуттів тощо. Якість відчуттів викликається специфічними різновидами подразників, що надходять ззовні до органів чуття.

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

Під чутливістю розуміють здатність аналізатора реагувати на дію адекватного подразника, відчувати його. Спеціальні психологічні та фізіологічні дослідження показали, що адекватний подразник викликає відчуття тоді, коли інтенсивність його дії, його сила досягає певного рівня, порогу. Підпорогова сила подразника відчуття не викликає. Отже, *порогом відчуття* називають такий рівень інтенсивності

подразника, який здатний викликати відчуття. Розрізняють пороги *абсолютний і розрізнений, або диференційний.*

Абсолютний поріг буває нижній і верхній. *Нижній поріг* характеру відчуття характеризує міру гостроти чутливості аналізатора до адекватного подразника, її можна виміряти. Якщо абсолютний поріг позначити Р, а абсолютну чутливість - Е, то зв'язок абсолютної чутливості та абсолютного порогу можна виразити формулою Е= *1/Р*. Наприклад, якщо індивід відчуває цокання годинника на відстані 5 метрів, то поріг його слухової чутливості Е= 1/5. Якщо цокання годинника людина розрізняє на відстані 8 метрів, то нижній поріг її слухового відчуття Е= 1/8. Отже, поріг слухового відчуття другої людини кращий, ніж першої.

Верхній поріг чутливості – це та максимальна сила подразника, яка ще викликає адекватне відчуття. Подальше збільшення його сили викликає неадекватне відчуття – больове або якесь інше.

Отже, для відчуттів *закономірно,* що абсолютна чутливість і величина порогу відчуття перебувають в оберненій залежності. Чим вища чутливість, тим нижчий поріг чутливості, і навпаки, при слабкій чутливості поріг відчуття зростає, тобто потрібна більша інтенсивність подразника, щоб викликати відчуття його дії.

Властивості, що проявляються за певних умов, пов'язані з тим, що відчуття сили подразника може підвищуватись і знижуватись. До цих властивостей належить *адаптація, сенсибілізація, синестезія, післядія*.

зниження чутливості викликається *адаптацією,* тобто пристосуванням органу чуття до подразника. Орган зору, пристосовуючись до яскравого світла, знижує свою чутливість, а в темряві вона більш як у 200 тисяч разів підвищується. Явище адаптації помітно виявляється в тактильній, нюховій, слуховій чутливості. У больовій і статичній чутливості вона виявляється значно меншою мірою. Адаптація аналізатора до сили подразника має як позитивне, так і негативне значення. В одних випадках зменшення відчуття сили подразника сприяє життєдіяльності (адаптація до сильних звуків, незначна адаптація до стану організму в просторі), а в інших – завдає значної шкоди (нюхова адаптація за умов загазованого середовища).

На відміну від адаптації аналізатора до подразника можна спостерігати збільшення чутливості, *або сенсибілізацію***,** до

подразника. Якщо старанно, пильно вдивлятися, вслуховуватися, смакувати, то чутливість до властивостей предметів та явищ стає чіткішою. Яскравішою, і предмети та їх якості набагато краще розрізняються.

Діяльність аналізаторів не є ізольованою, вони взаємодіють. *Ця взаємодія* виявляється по-різному: в одних випадках як *синестезія* відчуттів, наприклад, чуття кольоровості звуку («малиновий дзвін»), теплоти кольорів – «холодні» або «гарячі» тони кольорів тощо, а в інших - як збільшення або зменшення чутливості одних подразників під дією інших. Доведено, що освітлення ока підвищує слухову чутливість, а слабкі звуки підвищують зорову чутливість, миття голови холодною водою підвищує чутливість до червоного та ін.

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

Відчуття і діяльність. Які ж індивідуальні особливості відчуттів? У новонародженої дитини всі аналізаторні системи морфологічно готові до відображення. Однак вони повинні пройти значний шлях функціонального розвитку.

Найпершим органом пізнання дитини є рот, тому смакові відчуття виникають раніше за інші. На 3-4 тижні життя дитини з'являється слухове і зорове зосередження, що свідчить про готовність її до зорових і слухових відчуттів. На третьому місяці життя вона починає володіти моторикою очей. З координацією рухів очей пов'язана фіксація об'єкта, який діє на аналізатор.

У дитини швидко розвивається зоровий аналізатор. Особливо чутливість до кольорів, гострота зору, загальна чутливість до світлового подразника.

Велике значення має розвиток слухових відчуттів. Вже на третьому місяці дитина локалізує звуки, повертає голову до джерела звуку, реагує на

музику і спів. Розвиток слухових відчуттів тісно пов'язаний з оволодінням мовою. На третьому місяці дитина вже може розрізняти ласкавий і сердитий тон зверненої до неї мови, а на шостому місяці життя розрізняє голоси близьких їй людей.

І.Сєченов підкреслював велике значення кінестетичних відчуттів у розвитку пізнавальної діяльності. Від них значною мірою залежить досконаліть рухової сфери дитини, диференційованість її рухів, необхідних для виконання різних видів діяльності.

М. М. Кольцова висунула ідею єдності і взаємозв'язку всіх виявів рухового аналізатора, починаючи від простих моторних компонентів і закінчуючи кінестезією мови.

Отже, відчуття виникають і розвиваються впродовж життя людини і становлять її сенсорну організацію.

Чутливість кожного аналізатора людини великою мірою залежить від того, як вона використовує його у своїй діяльності. Розрізняють дві групи чинників, під впливом яких відбувається сенсибілізація відчуттів:

- необхідність компенсації сенсорних дефектів (сліпота, глухота);
- специфічні вимоги професійної діяльності людини.

Так, втрата чутливості зорового аналізатора компенсується підвищенням чутливості тактильного аналізатора.

Формування соціально значущої особистості може відбутися на надзвичайно обмеженій сенсорній основі, навіть за умови втрати двох провідних чутливостей – зору і слуху. Тоді провідною у розвитку особистості стає тактильна, вібраційна, нюхова чутливість. Приклад гліпоглухонімої О.Скороходової – видатного психолога – переконливо показує, яких висот творчої активності може досягти людина, спираючись у своєму розвитку на "непровідні" відчуття.

Сенсибілізація чутливості спостерігається в осіб, які тривалий час займаються професійною діяльністю, що потребує високого розвитку відповідних відчуттів.

Підвищену чутливість відзначають у сталеварів, художників, текстильників. Так, текстильники розрізняють 30-40 відтінків чорного кольору тканини, в той час як неспеціалісти – лише 2-3 відтінки. Лікарі-терапевти дуже добре відрізняють шуми, досвідчений шліфувальник здатний бачити просвіт у деталях, що

дорівнює 0,0005 мм. Нетренована людина може розрізнити просвіт у межах 0,1 мм. Смакові відчуття досягають високого розвитку у працівників харчової промисловості. Наприклад, дегустатори за смаком можуть розрізняти найтонші відтінки і характеристики вин (з якого винограду виготовлено вино, де вирощено виноград, його міцність, вміст у ньому цукру, витримку тощо). Сенсибілізація відчуттів пояснюється тим, що розрізнювані якості предметів є значущими для успішної практичної діяльності людини та орієнтування її у навколишньому середовищі. Отже, діяльність впливає на розвиток значущих для даної професії видів чутливості.

2. Сутність сприймання. Класифікація і різновиди сприймання. Властивості й закономірності сприймання

Сутність сприймання. Безпосередньо контактуючи з навколишнім світом, людина одержує інформацію не лише про певні властивості та якості, що притаманні тим або іншим об'єктам чи явищам, відчуваючи їх, а й відомості про самі об'єкти як цілісні утворення. Таке цілісне їх відображення в мозку людини характеризує другу ланку єдиного процесу чуттєвого пізнання –сприймання.

Сприймання – це психічний процес відображення в мозку людини предметів та явищ у цілому, у сукупності всіх їх якостей та властивостей при безпосередній дії на органи чуття.

У сприйманні предмета як своєрідного синтезу його властивостей відбувається реакція на комплексний подразник, рефлекс на відношення між його якостями. У результаті сприймання виникають суб'єктивні образи сприйманих 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 організовуємо перцептивну діяльність). Важливу роль у сприйманні відіграють емоційний стан особистості, її прагнення, переживання змісту сприйнятого. Емоції постають як мотив до пізнання предметів та явищ. У сприйманні предметів та явищ світу важливу роль відіграють активність, дійовість особистості.

Отже, будучи необхідною умовою орієнтування в навколишній дійсності,

сприймання формується в процесі діяльності людини. Людина відображає різні предмети та явища в умовах своєї діяльності. Відповідність сприймання явищам об'єктивної реальності перевіряється на практиці.

Класифікація і різновиди сприймання. У чуттєвому пізнанні відчуття та сприймання виявляються в єдності. Сприймання поза відчуттями не буває. Розрізняють сприймання за *сенсорними особливостями* (зорові, слухові, нюхові, дотикові або тактильні, смакові, кінестетичні, больові та ін.), за *відношенням до психічного життя* (інтелектуальні, емоційні, естетичні), за *складністю сприймання* (сприймання простору, руху, часу).

За відношенням до психічного життя особистості сприймання набуває особливого значення. В об'єкті сприймання може специфічно постати інтелектуальний або емоційний бік предмета чи явища, що пізнається. Наукові знання потребують інтелектуального їх сприймання, тобто сприймання змісту, розуміння понять і термінів, виконуваних дій, посиленої дії пам'яті, уваги, мислення. Емоційне ж сприймання яскраво постає при сприйманні художніх, мистецьких творінь. У цьому різновиді сприймання провідну роль відіграє його емоційний бік, безпосередній вплив сприйманого об'єкта на почуття – моральні, естетичні. Певна річ, художнє сприймання відбувається в єдності з інтелектуальним. Розуміння того, що сприймається, є необхідною його передумовою, але емоційне переживання в художньому сприйманні визначає його характер: піднесеність або пригніченість настрого, переживання високого, комічного, трагічного, що збуджується сприйманим матеріалом.

За складністю розрізняють сприймання простору, руху і часу. Сприймання простору відбувається за участю зорового, кінестетичного та слухового аналізаторів. Об'єктом просторових сприймань є диференціація розмірів і форм предметів, віддалі, розміщення їх у просторі, глибини, рельєфу. Сприймання розмірів на око і дотик досягає значної досконалості. Сприймання горизонтальних ліній точніше, ніж сприймання вертикальних. У сприйманні простору велику роль відіграє окомір. Просторові явища досить точно сприймаються також тактильно та кінестетично.

При сприйманні простору залежно від розміщення предметів у просторі виникають зорові ілюзії, тобто неточне сприймання розмірів, паралельності, опуклості, угнутості. Пряма паличка, занурена у склянку з водою, здається зігнутою; розмір сонця вранці та ввечері здається більшим

порівняно з тим, як воно сприймається в зеніті; два однакових кути, однакових кружечки, однакові лінії здаються різними серед більших або менших за розміром зображень таких самих предметів тощо.

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

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

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

Безпосереднє сприймання тривалості часу є незначним (0,75 с). Триваліші інтервали людина сприймає в результаті поділу та відліку їх рівними частинами в межах однієї секунди. Отже, великі інтервали часу сприймаються опосередковано.

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

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

Властивості сприймання. Виділяють такі основні властивості сприймання: *предметність, цілісність, структурність, константність,*

осмисленість, вибірковість

Предметність сприймання виявляється у співвіднесенні відомостей про об'єкти із самими об'єктами як носіями певної інформації.

Така об'єктивація одержуваних вражень у конкретних об'єктах реального світу забезпечує орієнтувальну та регулювальну функції у практичній діяльності людини. Предметність сприймання є набутою властивістю, що формується у процесі активної взаємодії суб'єкта з об'єктивним світом і базується на певній системі дій, приводить до розуміння предметності світу. Вирішальну роль тут відіграють дотик і рух.

*Цілісність та структурність***.** Предмети та явища сприймаються як єдине ціле, в якому його окремі компоненти постають в єдності. Відсутність у предметі якогось одного його боку або деталі не заважає цілісному сприйманню. Предмет як ціле, ставлення до нього як цілого, що утворилося у процесі набуття досвіду, визначає його структуру. Лише у процесі аналізу предмет розчленовується на складові, виокремлюються ті чи інші його характеристики. Цеглина і блок із вибухівкою зовні й на дотик можуть сприйматися як схожі, але за призначенням вони абсолютно різні. Зазвичай визначають предмети не за зовнішнім виглядом, а відповідно до того, як їх застосовують на практиці, або за їх основним призначенням. Сприймаючи певний об'єкт, ми виділяємо його окремі ознаки, властивості й водночас об'єднуємо в єдине ціле, завдяки чому у нас виникає його цілісний образ.

Для осмисленого цілісного сприймання людині важливо збагнути зв'язок між словами, фразами. Цілісне сприймання відповіді учня теж виникає після того, як він висловив свої знання в мові. Як пояснення викладача, так і відповідь студента мають смислове значення, не притаманне окремим звукам і словам, з яких складається їхня мова.

Сприймаючи предмет, ми осмислюємо його як єдине ціле, що має свою *структуру.* Під час розмови по телефону деякі звуки ми чуємо нечітко, але розуміємо суть розмови. Так, на основі набутого досвіду й знань людина в процесі сприймання об'єднує окремі елементи в цілісний образ, надає їм певної структури, сформованості.

Осмисленість. Цілісно сприйняте не завжди осмислюється як

предмет, що має певну структуру. Осмислення сприйнятого залежить від досвіду та знань особистості. Тому одні й ті самі предмети людьми різного рівня культурного розвитку, дітьми та дорослими сприймаються та осмислюються по-різному.

Сприймання – це не лише чуттєвий образ, але й усвідомлення виділеного об'єкта. Людина сприймає предмети, які мають для неї певне значення. Сприймання людини тісно пов'язане з мисленням, із розумінням сутності предмета. Свідомо сприйняти предмет означає подумки назвати, тобто віднести його до певної групи, класу предметів, узагальнити його в слові.

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

Константність сприймання полягає в тому, що форма, розмір, колір предметів сприймаються більш-менш стереотипно незалежно від умов, за яких предмет сприймається. Якщо предмет сприймається на деякій відстані від того, хто сприймає, то відображення його на сітківці зменшується як за довжиною, так і за шириною, тобто зменшується і площа його, а тим часом у сприйнятті образ збереже у певних межах приблизно ту саму, властиву предметові, величину. Так само форма відображення предмета на сітківці буде змінюватися при кожній зміні кута зору, під яким ми бачимо предмет, проте його форма сприйматиметься нами як більш-менш постійна.

Якби сприймання не було константним, то при кожному кроці, повороті, русі, зміні освітленості ми не могли б розпізнавати те, що було відоме раніше.

На наші аналізатори діє звичайно низка об'єктів. Проте не всі ці об'єкти ми сприймаємо однаково чітко і ясно. Ця особливість характеризує вибірковість сприймання.

Вибірковість сприймання – це зміна діяльності органів чуття під впливом попереднього досвіду, установок та інтересів людини.

Кожний фахівець намагається сприйняти в предметах і явищах головним чином те, що його цікавить, що він вивчає, а тому він не помічає тих деталей, які не стосуються його фаху. Це створює індивідуальний підхід до сприймання. Тому й говорять про професійне сприймання у людей різних спеціальностей:

художник-живописець бачить у навколишньому світі насамперед красу людей, природи, форм, ліній, кольорів; композитор відзначає гармонію звуків, а ботанік – особливості будови рослин тощо.

Сприймання може характеризуватися й діяльністю, в яку воно включене.

3. Спостереження і спостережливість. Увага як умова адекватного сприймання. Сутність уваги. Природа уваги. Види і характерні особливості уваги. Форми уваги. Уважність як властивість особистості. Фактори, які сприяють привертанню і підтриманню уваги

Серед суб'єктивних умов сприймання особливо важливими є спостережливість і уважність .

Спостереження і спостережливість. Важливими умовами адекватного сприймання є спостереження і спостережливість. Вони яскраво виявляються при довільному цілеспрямованому сприйманні. Спостереження найбільше відрізняє довільне сприймання від мимовільного. Найхарактерніший показник спостереження – тривале, цілеспрямоване зосередження уваги на предметі сприймання. Воно здійснюється з певною метою і за визначеним планом. Спостереження може бути тривалим, коли планується спостереження змін у поведінці тварин під впливом догляду за ними, розвитку дитини під впливом виховання, успішності студентів у засвоєнні знань залежно від умов і методів навчання. Короткотривалим воно буває тоді, коли спостерігаються нетривалі за часом явища.

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

Успішне спостереження потребує визначення його мети, складання плану (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. Сприймання та спостереження людини характеризуються загальними закономірностями й індивідуальними особливостями. Наявність загального у відображальній психічній діяльності дає можливість людям розуміти одне одного, робити зрозумілі усім висновки, об'єктивно сприймати навколишній світ.

Втім, спостерігає конкретна людина. Тому відбір особливостей предметів у процесі сприймання є специфічним для кожного з нас. Це пояснюється психічним складом особистості й апперцепцією. Індивідуальні особливості сприймання можуть залежати також від специфіки функціонування органів чуття, що визначає гостроту зору, чутливість слуху, витонченість нюху, смаку.

Індивідуальний характер сприймання та спостереження можуть виявитися в їх динаміці, точності, глибині, рівні їх узагальненості та особливостях емоційного забарвлення.

У практиці склалася така класифікація основних типів сприймання та спостереження: синтетичний, аналітичний, аналітико-синтетичний та емоційний.

Людям *синтетичного типу* властива схильність до узагальненого відображення явищ і до визначення основної суті того, що відбувається. Вони не надають значення деталям і не схильні заглиблюватись у них.

Меншою мірою виявляють схильність до узагальненої характеристики навколишньої дійсності люди *аналітичного типу*. Вони намагаються вирізняти й аналізувати насамперед деталі. Для них іноді буває проблемою зрозуміти загальну суть явища.

Люди *аналітико-синтетичного типу* сприймання однаковою мірою намагаються зрозуміти суть явища і підтвердити його фактами. Вони завжди співвідносять аналіз окремих частин з висновками, встановлення фактів - з їх поясненням. Подібне сприймання найсприятливіше для діяльності.

Трапляються люди, котрі намагаються не так вирізнити сутність явища та його властивостей, як висловити своє ставлення, власні

переживання, спричинені цим явищем. Таке сприймання є плутаним, неорганізованим. Воно властиве людям *емоційного типу сприймання* з підвищеною емоційною збудливістю до різноманітних подразників.

Викладачу слід неодмінно зважати на індивідуальні особливості сприймання студентів і в процесі навчання та виховання формувати у них уміння якомога об'єктивніше відображати навколишній світ.

Увага як умова адекватного сприймання. Сутність уваги. Природа уваги. Види і характерні особливості уваги. Форми уваги. Уважність як властивість особистості. Фактори, які сприяють привертанню і підтриманню уваги.

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

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

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

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

Таким чином, можна виділити такі ***властивості уваги:***

1.Стійкість – тривалість зосередження на об’єктах діяльності.

2.Концентрація або зосередженість – міра інтенсивності зосередження на об’єктах, що є предметом розумової або фізичної

діяльності.

3.Обсяг – кількість об'єктів, які можуть бути охоплені увагою і сприйняті в найкоротший час. Відповідно до цього увага може бути вузькою або широкою.

4.Переключення – навмисне її перенесення з одного предмета на інший, якщо цього потребує діяльність.

5. Розподіл – виконання кількох різновидів діяльності, коли людина зосереджується не на одному , а на кількості об'єктах.

6. Коливання – настає тоді, коли присутні чинники, які сприяють зосередженості та стійкості уваги (відволікання, розсіяність).

7. Вибірковість – виявляється в тому, що людина, зосереджуючись на одному, не помічає іншого.

Види уваги *можна виділити за:*

1. За наявністю вольової регуляції:

Мимовільна – виникає несподівано незалежно від свідомості.

Довільна – свідомо спрямоване зосередження особистості на предметах та явищах навколишньої дійсності, на внутрішній психічній діяльності.

Післядовільна – настає в результаті свідомого зосередження на предметах та явищах у процесі довільної уваги.

2. За спрямованістю на об'єкти:

Зовнішня (сенсорна або рухова) – відіграє провідну роль у спостереженні предметів та явищ навколишньої дійсності та їх відображенні у свідомості людини. Виявляється у рухах очей, голови, виразах обличчя, у своєрідній готовності виконувати ті чи інші трудові, навчальні спортивні завдання.

Внутрішня (інтелектуальна) – спрямовується на аналіз діяльності психічних процесів (сприймання, пам'яті, уяви, мислення).

Уважність як властивість особистості. Фактори, які сприяють привертанню і підтриманню уваги. Увагу викликають не лише зовнішні подразники, а й здатність людини довільно спрямовувати її на ті чи інші об'єкти. Цю здатність називають *уважністю.* Вона є характерологічною властивістю особистості, завдяки якій людина володіє власною увагою, а тому своєчасно й активно зосереджується, керує нею. Недостатній розвиток уважності виявляється в розсіяності та

відволіканні, нездатності без зовнішніх спонук спрямовувати й підтримувати свою увагу у процесі діяльності внутрішніми засобами.

Критерієм вихованості уваги є єдність уваги і сприймання, уваги і пам'яті, уваги і мислення та уяви, що становить психологічну передумову вихованості уваги.

Але існують ситуації, коли концентрація уваги просто неможлива. Сама жахлива з них – депресія, при якій негативні думки цілком оволодівають свідомістю людини, а також емоційний стрес, поспіх, відволікання від теми, сторонні перешкоди. У всіх цих випадках ми полишаємо себе здатності зібратись з думками і продумати свої найближчі дії.

Основні принципи корекції уваги:

1. Боротьбу з неуважністю потрібно починати з твердої рішучості звертати увагу на всі свої дії. Це зробити досить просто, якщо людина дійсно страждає від наслідків своєї забудькуватості. Але якщо вона не бачить в своїй розсіяності нічого дурного і не відчуває необхідності у внутрішніх змінах, тоді її не просто заставити себе зробити зусилля для нових стратегій, які допоможуть керувати своєю увагою. Перша необхідна умова для уникнення звичного автоматизму рухів чи дій – пауза. Переключіть свій мозок на свідомий розпорядок роботи. Це допоможе вам оглянутись навкруги і знайти зорові підказки. Перед тим, як куди-небудь йти, зупиніться на мить і задайте собі питання: „ Куди я йду? Що мені потрібно? З ким я повинний зустрітись? Що я повинен взяти з собою?" Зробіть декілька глибоких вдихів і видихів, щоб заспокоїтись, і дайте відповідь на поставлені питання. Ви дуже скоро виявите, наскільки ефективний подібний прийом в боротьбі із забудькуватістю. Якщо запам'ятав, – значить дав собі час подумати. Пам'ятайте, що поспішність – головний ворог у боротьбі із забудькуватістю і розсіяністю.

2. Другий принцип корекції уваги – уміння сконцентруватись на даному моменті. По-науковому це означає здійснити процес мислення, що орієнтований на вирішення конкретного завдання, не розпиляючись на інші проблеми. Оволодівши цим умінням, ви станете більш зібраним.

3. Третій принцип – швидкість дії. Як тільки ви зіштовхнулись з проблемою, яка вимагає незначного часу для її вирішення, зразу ж виконайте її, або підготуйте умови, щоб зробити це в найближчий момент. Наприклад, поверніть книгу в бібліотеку, як тільки ви закінчили роботу з нею. Пам'ятайте, що увага починається з попереджувальних мір. Не відкладайте дрібні проблеми на потім, і ви уникнете багатьох неприємних наслідків розсіяності.

4. Четвертий принцип – попередження. Під час роботи можна уникнути моментів, які відволікають. Наприклад, прибравши зі стола всі предмети, які не мають відношення до даної роботи. З віком людини стає все більш чутливою до сторонніх.

На вихованість уваги впливають різні властивості особистості, потреби, інтереси, емоційно-вольові якості, ставлення до діяльності, уміння, навички, звички. Увага людини залежить від її ставлення до праці, підвищеного інтересу, захопленості роботою, або нестійкого ставлення до неї, слабкості розвитку інтересу і потреби у цьому виді діяльності.

Для привернення уваги слухачів існують деякі правила:

— не починайте говорити відразу;

— звертання до аудиторії повинне бути шанобливим, але не підлабузницьким;

— важлива налаштованість на слухача;

— важливо не допустити ні переоцінки, ні недооцінки рівня аудиторії.

Засоби підсилення або підтримання уваги. Після завоювання уваги аудиторії, необхідно її підсилювати або хоча б *підтримувати.* Для цього можна використати такі засоби:

1. *Приклад, подробиця.* Створюють яскравість виступу. Особливо запам'ятовуються смішні порівняння.

2. Образ, образний ряд. Яскравий образ залишається в пам'яті, а абстрактні міркування — ні.

3. *Короткі повідомлення* – невеликі згадки про пережите, анекдоти, які урізноманітнюють мову. Добре діють подробиці й пряма мова.

4. *Повтор* — викликає згадку, глибше закріплює основну думку, підвищує переконливість мови. Існують такі види повтору:

а) *дослівний: "Ніхто,* абсолютно *ніхто* не має на це права!"

б) *частковий:* "Я *кинув докір* опоненту один раз, я *докорив* йому вдруге";

в) розширений: "Прийміть усерйоз нашу позицію щодо цього питання. *Потім, лише потім, тільки потім* можна знайти спільне рішення".

5. *Заклик* — наполегливе звертання до слухачів ("Поміркуємо про це!"). Воно повинно бути переконливим і ненадокучливим.

6. *Цитування* — цитати необхідні в наукових лекціях, а в популярних виступах їх використання обмежене, тому що вони порушують хід мови, втомлюють слухачів.

7. *Протиставлення* — повинне бути ясним, але несподіваним для слухачів.

8. *Предоповіщення* — ви створюєте в слухачів підвищене очікування.

9. *Натяк* — прояснює, загострює висловлення.

10. *Вставка* — зауваження, яке ми робимо побіжно, щоб залучити слухача до моменту висловлювання.

Узагальнювальна таблиця з теми 2. «Форми вияву психіки: сенсорно-перцептивний рівень пізнання»

Сенсорно-перцептивний рівень пізнання	• *відчуття;* • *сприймання.*
За відсутністю або наявністю безпосереднього контакту рецептора з подразником розрізняють відчуття	• *дистантні (зорові, слухові, нюхові);* • *контактні (смакові, больові, тактильні)*
За розташуванням рецепторів розрізняють відчуття	• *екстероцептивні;* • *інтероцептивні;* • *пропріоцептивні.*

продовження таблиці

Залежно від аналізаторів і адекватних (відповідних) їм подразників розрізняють відчуття	• *адекватні;* • *неадекватні.*
Відповідно до системи аналізаторів розрізняють відчуття	*зорові, слухові, дотикові, больові, температурні, смакові, нюхові, голоду і спраги, кінестетичні та статичні.*
Загальні властивості відчуттів	• *якість,* • *інтенсивність;* • *тривалість.*
Властивості відчуттів, що проявляються за певних умов	• *адаптація,* • *сенсибілізація,* • *синестезія,* • *післядія.*
Сприймання за сенсорними особливостями	• *зорові,* • *слухові,* • *нюхові,* • *дотикові або тактильні,* • *смакові,* • *кінестетичні,* • *больові тощо.*
Сприймання за відношенням до психічного життя	• *інтелектуальні,* • *емоційні,* • *естетичні.*
Сприймання за складністю	*простору, руху, часу.*
Основні властивості сприймання	• *предметність,* • *цілісність,* • *структурність,* • *константність,* • *осмисленість,* • *вибірковість.*

Національний університет водного господарства та природокористування

продовження таблиці

Умови адекватного сприймання	• *спостереження,* • *спостережливість*, • *уважність.*
Властивості уваги	• *стійкість,* • *концентрація або зосередженість,* • *обсяг,* • *переключення,* • *розподіл,* • *коливання,* • *вибірковість.*
Види уваги за наявністю вольової регуляції:	• *мимовільна,* • *довільна,* • *післядовільна.*
За спрямованістю на об'єкти	• *зовнішня* (сенсорна або рухова), • *внутрішня* (інтелектуальна).

Питання й завдання для самоперевірки

1. Охарактеризуйте форми пізнавальної діяльності.
2. Дайте визначення пізнавальної діяльності.
3. Охарактеризуйте чуттєву пізнавальну діяльність.
4. Дайте визначення відчуття.
5. Охарактеризуйте різновиди відчуттів.
6. Охарактеризуйте загальні властивості відчуттів.
7. Дайте визначення сприймання.
8. Охарактеризуйте різновиди сприймання.
9. Охарактеризуйте властивості сприймання.
10. Дайте визначення спостереження.
11. Дайте визначення спостережливості.
12. Дайте визначення увазі.
13. Охарактеризуйте види і форми уваги.
14. Дайте визначення уважності.
15. Охарактеризуйте основні принципи корекції уваги.

Тема 3. Форми вияву психіки: раціональні форми пізнання

1. Раціональні форми пізнання. Сутність мислення. Соціальна природа мислення. Класифікація видів мислення. Процес розуміння та розв'язування завдань. Прийоми і форми мислення. Інтелект.

2. Сутність мови і мовлення. Мова і мовлення як засоби задоволення пізнавальних потреб людини. Функції мови і мовлення. Різновиди та властивості мови і мовлення. Мовлення та проблеми розуміння.

3. Сутність пам'яті. Теорії пам'яті. Механізми пам'яті. Загальна характеристика процесів пам'яті. Види пам'яті. Індивідуальні відмінності в пам'яті людини. Виховання пам'яті.

4. Сутність уяви. Функції уяви. Види і прийоми уяви. Розвиток уяви. Індивідуальні особливості уяви людини.

Національний університет
Психологія і педагогіка
та природокористування

1. Раціональні форми пізнання. Сутність мислення. Соціальна природа мислення. Класифікація видів мислення. Процес розуміння та розв'язування завдань. Прийоми і форми мислення. Інтелект

Раціональні форми пізнання. Сутність мислення. Соціальна природа мислення. *Мислення* – узагальнене та опосередковане пізнання світу в процесі практичної і теоретичної діяльності індивіда, засіб творчості особистості.

Порівняно з *відчуттями і сприйманням* це значно повніший *образ* світу, який несе в собі ступінь проникнення індивіда в сутність явищ дійсності, з'ясування їх неявних властивостей. У своїх розвинених формах це *раціональна пізнавальна діяльність,* шляхом якої людина здобуває нові, абстраговані від чуттєвих даних, *знання,* будує узагальнений образ світу, створює власну філософію, зрештою, здійснює акти творчості.

Мислення є предметом не лише психології, а й інших наук (філософії, соціології, фізіології, інформатики). Психологія досліджує природу, будову та процесуальні характеристики мислення.

Мислення має філо-, історіо- і онтогенетичну лінію розвитку. У кожному разі цей розвиток зумовлюється ускладненням діяльності живої істоти. В своїх вищих формах мислення набуває ознак теоретичної діяльності, яка здійснюється за рахунок зовнішніх і внутрішніх операцій і забезпечує на основі роботи мозку опосередковане й узагальнене відображення індивідом світу та творчість.

Класифікація видів мислення. Види мислення

1. За формою: наочно-дійове, наочно-образне, словесно-логічне.

2. За характером задач, які розв'язуються: теоретичне, практичне.

3. За рівнем узагальнення: емпіричне, теоретичне.

4. За ступенем розгорнутості: дискурсивне, інтуїтивне.

5. За адекватністю відображення реальної дійсності: реалістичне, аутичне.

6. За ступенем новизни та оригінальності: репродуктивне, продуктивне (творче).

7. За впливом на емоційну сферу: патогенне, саногенне.

Наочно - дійове мислення – розв'язування задач, поданих у наочній формі, шляхом практичних дій.

У дитини наочно-дійове мислення є першим кроком до опосередкованого пізнання свого оточення Цей вид мислення розвивається, починаючи з другого року життя, у зв'язку з оволодінням ходьбою, вдосконаленням рухів, ускладненням предметних дій. Вже в цей час дитина розрізняє об'єкти і свої дії з ними та віддає перевагу останнім. Ускладнення цих дій зумовлює перехід до наступного виду мислення.

Наочно-образне (образне, просторове) мислення – розв'язування задач шляхом ідеального перетворення їх умов. Дитина чотирьох –- шести років, не маючи можливості діяти практично, здатна оперувати образом об'єкта, що викликав інтерес. Абстрагування від наочно даного стає можливим у процесі оволодіння дитиною *поняттям,* що знаменує перехід до якісно нового виду мислення. Формою наочно-образного мислення є також *візуальне* (лат. - зоровий) *мислення* – розв'язання задач шляхом

активного оперування зоровими образами об'єктів

Словесно-логічне мислення – провідний засіб теоретичного освоєння дійсності, що інтенсивно формується під час оволодіння дітьми науковими поняттями в процесі навчання. Воно має вигляд міркування і здійснюється шляхом таких мислительних дій, як аналіз, синтез, абстрагування, узагальнення, порівняння.

Отже, хоча *словесно-логічне мислення* онтогенетично найпізніший і найскладніший пізнавальний процес, воно співіснує з *наочно-дійовим і наочно-образним.* Більше того, зв'язок з ними часто буває умовою правильного розв'язання *задач,* що містять складні логічні конструкції.

Дискурсивне (лат. – міркування, досвід, аргумент) *мислення* – розгорнуте в часі *міркування* за допомогою *умовиводів* – способів логічного зв'язку *суджень*.

Теоретичне мислення спрямоване, як правило, на побудову узагальненого і значною мірою усвідомленого образу світу.

Практичне мислення генетично пов'язане з наочно-дійовим, але за механізмами функціонування нагадує теоретичне, тобто також може бути як дискурсивним, так і інтуїтивним. Проте, на відміну від теоретичного воно є засобом розв'язання конкретних задачі передбачає внесення якихось змін у дійсність.

Для деяких професій практичне мислення має вигляд технічного чи оперативно мислення.

Творче (продуктивне) мислення може бути наочно-образним або словесно-логічним, дискурсивним або інтуїтивним, теоретичним або практичним. Це головне знаряддя творчості, спосіб розв'язання оригінальних і складних задач. Зрештою, це мислення, продуктом якого е є принципово новий або вдосконалений образ того чи того аспекту дійсності.

Дуже важливою є здатність суб'єктивно, інтелектуально насичувати роботу сучасного фахівця, тобто знаходити, виділяти проблеми в професійній діяльності і творчо розв'язувати їх. Головним завданням сучасного фахівця є розвиток професійного мислення.

Професійне мислення – це інтелектуальна діяльність щодо розв'язання професійних задач. Високий рівень професіоналізму

пов'язаний з теоретичним, творчим, часто інтуїтивним мисленням і розвиненим практичним інтелектом. Велике значення для професійного мислення сучасного фахівця має "почуття" партнера, супротивника, дії, більше того, "почуття" проблемної ситуації, яка ще не виникла, але може виникнути в професійній діяльності. Зазначене почуття слугує основою для вибору адекватних засобів її способів розв'язання професійних задач.

Процес розуміння та розв'язування задач або етапи розумової дії:

1.Усвідомлення задачі.2.Поява асоціацій.3. Поява припущення.

4. Перевірка припущення: а) якщо перевірка підтвердилася – Вирішення задачі – Дія.

б)якщо перевірка не підтвердилася – Поява нового припущення.

Практичні поради

Як розв'язувати розумові задачі?

1. Чітко усвідомте умови задачі. Правильно визначте межі того, що Вам відомо. Найчастіше помилки вирішення містяться у невиправданому звуженні або, навпаки, розширенні рамок умови.
2. Перефразуйте питання задачі. Як воно може звучати по-іншому?
3. Усвідомте, якої саме інформації Вам не вистачає для відповіді на питання задачі. Подумайте, як можна знайти цю інформацію.
4. У творчих задачах найочевидніший спосіб розв'язку іноді не буває кращим. Не поспішайте!
5. Спробуйте подивитися на задачу по-новому. Аналізуючи свої невдалі підходи до вирішення, дайте відповідь собі: Чи не шаблонні ці підходи? У чому їхня стереотипність? Чому вони не підходять?
6. Викликайте на допомогу свою підсвідомість. Якщо Ви довго ламали голову над задачею (повністю віддались їй), але безрезультатно, – потрібно відволіктися від задачі, не думати про неї якийсь час, зайнятися чимось іншим. Ваша підсвідомість сама працюватиме над проблемою і, можливо, видасть найкращий результат.

Цей процес здійснюється шляхом *мислительних дій і операцій або прийомів мислення*: аналіз, синтез, абстрагування, узагальнення, порівняння

Аналіз (гр. – розклад, розчленування) – розчленування об'єкта мислення як цілого на частини за допомогою зовнішніх або внутрішніх *дій* чи *операцій.*

Синтез (гр. – з'єднання, складання) – практичне або теоретичне об'єднання виділених у процесі аналізу частин у нове ціле.

Абстрагування (лат. - відтягую, відриваю) – виділення одних властивостей об'єкта мислення серед інших.

Узагальнення – об'єднання важливих властивостей об'єкта мислення, отриманих у результаті аналізу, синтезу, абстрагування. Рівень узагальнення свідчить про ступінь продуктивності мислення, його адекватність. Найпростіші узагальнення – об'єднання або ж групування об'єктів на підставі окремої, часто випадкової ознаки. Найскладніші будуються шляхом диференціації значень, включення об'єкта в якусь систему *понять.*

Порівняння – мислиннєва операція, що дає змогу встановити подібні і відмітні ознаки аналізованих об'єктів.

Форми мислення:

1. Поняття.
2. Асоціації.
3. Судження.
4. Умовиводи.
5. Розуміння.

Таким чином, мислення – активна взаємодія суб'єкта з об'єктом, аналітико-синтетична діяльність, що здійснюється шляхом мисленнєвих (розумових) дій і операцій. Продуктом цієї діяльності є новий образ, побудова якого має власні закономірності, однією з яких є конкретизація.

Індивідуальні особливості мислення. Підкоряючись загальним закономірностям, мислення конкретної людини характеризується і значними індивідуальними особливостями, які виявляються в глибині думок, їх самостійності, критичності, послідовності, гнучкості та швидкості. Іноді ці особливості називають якостями розуму.

Глибина мислення виявляється в здатності людини проникати в

суть явищ, що пізнаються, виділяти їх суттєві характеристики, розкривати причини, виявляти їх зв'язки з іншими явищами, передбачати їх подальший розвиток. Протилежною рисою є *поверховість мислення, яка* полягає в тому, що людина виділяє поверхові, несуттєві ознаки явищ, за якими не можна зробити достовірних висновків.

Самостійність мислення характеризується здатністю людини ставити нові проблеми, знаходити нечувані, нерідко оригінальні, підходи до їх вирішення, виявляти ініціативу в творчому пошуку.

Критичність мислення полягає в умінні індивіда суворо оцінювати свої думки і сторонні впливи, виявляти у них сильні та слабкі аспекти, не приймати за істину кожну догадку, а піддавати її сумніву і перевіряти. *Некритичність мислення* характеризується тим, що людина легко сприймає чужі думки без належної їх перевірки і оцінювання.

Послідовність мислення передбачає вміння людини дотримуватися логічних правил і не суперечити собі в міркуваннях, доводити і обґрунтовувати свої оцінки і висновки. *Непослідовність* проявляється в хаотичності міркувань людини, що не дає їй змоги успішно виконувати поставлені завдання.

Гнучкість мислення характеризується здатністю людини легко переходити від одного способу вирішення проблеми до іншого, якщо перший спосіб виявився невідповідним, бути вільною від шаблону, швидко реагувати на зміну обставин. Протилежною рисою є *інертність мислення,* що проявляється в повільності мислення, схильності до стандартних дій.

Швидкість мислення визначається часом, впродовж якого людина справляється з виконанням певних завдань. Розглянуті особливості є найважливішими. Однак їх перелік не вичерпує всієї різноманітності мисленнєвої діяльності і різних індивідів. До того ж людина не отримує їх від природи. Вони формуються в процесі розвитку особистості і залежать від типологічних особливостей нервової системи, які проявляються в силі, рухливості, врівноваженості процесів збудження і гальмування в корі головного мозку.

Національний університет водного господарства та природокористування

Практичні рекомендації

Для того, щоб ***удосконалити власне мислення,*** радимо скористатися рекомендаціями М. Бживак-Качинської, у відповідності з якими:

- мислити треба вчитися впродовж усього життя;
- найінтенсивніше мислення функціонує, коли ми зустрічаємо перешкоди у своїй діяльності;
- без життєвих труднощів не було б і власне мислення, не розвивалися б ані інтелект, ані характер;
- не можна одразу застосовувати першу ж ідею при розв'язанні складної проблеми, потрібно сформулювати ще й інші варіанти, розглянути усі й вибрати той, який, на ваш погляд, найдоречніший;
- необхідно визначити, які будуть наслідки, і лише після цього приступати до реальних дій.

Інтелект. За визначенням американського психолога Д.Векслера, який створив у 1939 році першу систему виміру інтелекту дорослої людини, ***інтелект*** — це глобальна здатність розумно діяти, раціонально міркувати і справлятися з життєвими обставинами, іншими словами, це наша здатність свідомо адаптуватися в довкіллі. Функція інтелекту полягає у розумовому (духовному, психічному) вирішенні об'єктивно існуючих проблем.

Спроби створити єдину систему "виміру" людського інтелекту поки що не мають успіху: інтелект уміщує в собі здібності до зовсім різноякісних розумових операцій.

В понятті «інтелект» можна виділити такі його складові, як розумовий інтелект (***IQ)*** та емоційний інтелект ***(EQ).***

IQ (розумовий інтелект). Поняття розумового інтелекту нерозривно пов'язане з поняттям мислення і має велике значення для характеристики особистості.

Розумовий інтелект – це сукупність усіх розумових здібностей, які забезпечують людині можливість вирішувати різноманітні задачі, загальна здатність мислити раціонально, діяти цілеспрямовано та ефективно взаємодіяти з оточуючим середовищем. Це сукупність здібностей, які характеризують рівень і якість розумових процесів особистості.

IQ – це індивідуальна система її розумових здібностей, яка виражається в діяльності.

До базових компонентів розумового інтелекту можна віднести об'єм пам'яті (особливо короткочасної); швидкість сприйняття; час, впродовж якого інформація утримується на поверхні свідомості (в середньому 5-6 секунд); здібність до адекватного кодування і декодування отриманої інформації.

До критеріїв розумового інтелекту можна віднести *багатий запас знань*, хоча він і не за всіх умов є показником інтелекту. Інший, більш надійний показник – *ступінь системності знань*. Ще більш надійний показник – *рівень володіння раціональними способами розумової діяльності*, формування інтелектуальних умінь.

Методика визначення коефіцієнту інтелектуальності (IQ) дозволяє співвіднести рівень інтелектуальних можливостей індивіда з середніми показниками відповідної вікової і професійної групи. Для визначення коефіцієнту необхідно виконати систему тестів. Середнє значення коефіцієнта відповідає 100 балам, найнижчі можуть наближатися до 0, а найвищі – до 200. Стандартне (тобто середнє для всіх груп) відхилення –16 балів у кожен бік.

Люди з коефіцієнтом інтелекту рівня обдарованості або "генії" мають показник IQ вище 140 і, як правило, перевершують інших у багатьох показниках. Але високий IQ – це потенціал, який не гарантує успіх.

Завдання розвитку інтелекту полягає не тільки в тому, щоб збільшити число кодів, звичних для даної людини, наприклад, у людей схильних до зорово-просторового мислення – виробляти навички маніпулювання математичними символами. Людині потрібно

допомогти "знайти себе", тобто зрозуміти, які символи, який код інформації для них є найбільш доступним. Тоді мислення буде максимально продуктивним і приноситиме задоволення.

Практичні поради

Для підвищення інтелектуального рівня необхідно:

- Практикувати спілкування з високоінтелектуальними людьми;
- розширювати кругозір, знайомитися з багатьма галузями знань і культури. Творче довголіття зберігають ті люди, які займалися проблемами з різних галузей знань. Ті ж, хто рано занурилися у вузьку спеціалізацію, залишають себе без джерела аналогій. І хоча деякий час вони здатні триматися на старих запасах, в майбутньому на них неминуче чекає творче безпліддя;
- працювати з літературою: важливим стимулом інтелектуального мислення є вміння «поритися в книгах». Мова йде не про планове читання, а про звичку, довіряючись своїм "відчуттям", перегортати книги і журнали, які чомусь привернули увагу. Це допомагає відчути майбутні проблеми, знайомить з новими підходами, зіштовхує з незнайомими раніше темами та цілими сферами діяльності.

2. Сутність мови і мовлення. Мова і мовлення як засоби задоволення пізнавальних потреб людини. Функції мови і мовлення. Різновиди та властивості мови і мовлення. Мовлення та проблеми розуміння

Слово виводить предмет зі сфери чуттєвих образів і включає його в систему *понять* – форму абстрактного відображення дійсності. Тому потужним джерелом розвитку мислення є *мовлення*. Мова і мовлення – поняття не тотожні.

Мова є специфічно людським засобом спілкування, що існує об'єктивно в духовному житті людського суспільства і становить собою систему знаків, які функціонують як засоби такого спілкування.

Як ми вже зазначалося, потужним джерелом розвитку мислення є *мовлення*. Мова і мовлення – поняття не тотожні.

Елементи мови: словниковий склад, граматична будова (морфологія, синтаксис).

*Функції мови***:** сигніфікативна (означальна); вираження змісту предмета інформації (формулювання думки).

Мовлення – це процес використання людиною мови для спілкування. Мовлення і є формою актуального існування кожної мови.

Залежно від віку, характеру діяльності, середовища мовлення людини набирає певних особливостей, незважаючи на те, що люди спілкуються однією мовою. Так, мовлення однієї людини образне, яскраве, малозрозуміле. В цьому вже виявляється відмінність у володінні мовою. Кожній людині властиві індивідуальний стиль мовлення, відмінність в артикуляції звуків, інтонуванні, логічній виразності; кожна людина говорить по-своєму, хоча й користується спільною для всіх мовою.

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

Мовлення розглядається і як мовна діяльність, оскільки за його допомогою можна, наприклад, забезпечити спілкування, розв'язання мнемонічних або

Національний університет водного господарства та природокористування

мислительних, завдань. У цьому разі мовлення може набирати вигляду мовних дій, що є складовими іншої цілеспрямованої діяльності, наприклад, трудової чи навчальної.

Фізіологічним підґрунтям мовлення є умовно-рефлекторна діяльність кори великих півкуль головного мозку, подразниками для якої є слова, «сигнали сигналів» (І.Павлов), що замінюють безпосередні предмети та їх властивості. Як подразник слово постає у трьох формах: слово почуте; слово побачене; слово вимовлене. Функціонування слова пов'язане з діяльністю периферійного апарату мовлення та центрально-мозкових фізіологічних механізмів.

Периферійний, або голосовий, апарат мовлення складається з трьох частин:

- легенів, бронхів, трахеї;
- гортані;
- глотки, носової порожнини, носоглотки, язичка, піднебіння, язика, зубів і губ.

Кожний з цих органів відіграє певну роль в утворенні звуків мови. В утворенні цих зв'язків беруть участь зоровий, слуховий і руховий аналізатори.

Сприймання мовлення забезпечується тими самими механізмами, що й говоріння. Сприймання мовлення – це також поетапне переведення сприйнятого на смисловий (предметно-зображувальний) код, ототожнення окремих слів, словосполучень, а також цілих фраз із мовним досвідом.

Розуміння мовлення є завершальною стадією процесу переведення, коли людина співвідносить зміст сприйнятого (звернену мову, прочитаний текст тощо) із змістом свідомості та різними чинниками діяльності.

*Функції мовлення***:** експресивність (виразність), об'єктивізація внутрішнього життя і вербальних засобах.

Різновиди мовлення: зовнішнє (усне (діалогічне, монологічне) , письмове), внутрішнє.

Індивідуальні особливості мовлення виявляються в темпі, ритмі, емоційності, виразності, точності, плавності, голосності, логічній послідовності, образності висловлювання думок.

3. Сутність пам'яті. Теорії пам'яті. Механізми пам'яті. Загальна характеристика процесів пам'яті. Види пам'яті. Індивідуальні відмінності в пам'яті людини. Виховання пам'яті

Розвиток людини як особистості, ускладнення поведінки і поступове збагачення її діяльності відбувається за рахунок нагромадження індивідуального досвіду. Його формування було б неможливим, якби відчуття, сприймання, думки, переживання, які виникають в корі головного мозку, безслідно зникали. Вони закріплюються, зберігаються і відтворюються відповідно до потреб людини в пам'яті.

Пам'ять – процеси запам'ятовування, зберігання, відтворення і забування індивідом його попереднього досвіду.

Від імені грецької музи пам'яті Мнемозіни ці процеси отримали назву *мнемічних*.

Психологічні теорії пам'яті. Попри велику кількість публікацій в науці й понині не існує єдиної й довершеної теорії пам'яті. Найпоширенішими є *асоціативна, гештальтпсихологічна, біхевіористична, когнітивна, діяльнісна, фізіологічна, фізична й біохімічна теорії.*

Асоціативна теорія. Вона є найдавнішою. Ґрунтується на вченні Арістотеля про три типи асоціацій – за суміжністю, схожістю і контрастом. Найважливішим у цій теорії є поняття *«асоціація»* - зв'язок, поєднання між явищами. Воно виступає як обов'язковий принцип усіх психічник утворень, за яким, якщо якісь психічні явища виникають у свідомості одночасно або послідовно одне за одним, то між ними утворюється зв'язок.

Гештальтпсихологічна теорія. Прийшла вона на зміну асоціативній у другій половині XIX ст. Її основоположники вважали, що механізми пам'яті визначаються законами формування гештальту. Особлива увага зверталася на структурованість і цілісність матеріалу, який запам'ятовується. Гештальтисти зауважили, що погано структурований матеріал запам'ятовується важко, а добре структурований - легко. Однак насправді не лише організація матеріалу визначає ефективність пам'яті. Ця теорія ігнорувала активність суб'єкта, а тому теж виявилася однобокою.

Біхевіористична теорія. Представники її розвивали погляди

асоціоністів щодо рефлекторних механізмів формування індивідуального досвіду. Асоціації вони тлумачили як елементи досвіду, що ґрунтуються на функціональних зв'язках між вправами, від яких залежали результати научіння. При цьому було встановлено, що на успішність закріплення впливає інтервал між вправами, міра подібності, обсяг матеріалу, рівень научіння, вікові та індивідуальності відмінності між людьми.

Когнітивна теорія. Згідно з нею пам'ять є сукупністю різних блоків і процесів перероблення інформації, кожен із яких виконує чітко встановлену роль. Одні блоки виділяють і здійснюють розпізнавання характерних рис інформації, інші – будують когнітивну схему орієнтування в особливостях інформації, треті - тимчасово зберігають інформацію, а четверті – подають її в певній формі. Проте ця концепція має недоліки – не враховує активність суб'єкта в процесі запам'ятовування.

Діяльнісна теорія. Сформувалася вона на основі робіт Л..Виготського, П. Зінченка, А. Смирнова та інших учених. Вони вважали, що закономірності пам'яті визначаються тим, що людина робить із матеріалом для запам'ятовування і яке місце він займає в її діяльності. Ця теорія не ігнорує досягнення інших концепцій, а творчо використовує їх при поясненні природи та закономірностей пам'яті.

Фізіологічні теорії пам'яті. В основі їх – вчення І. Павлова про утворення умовних тимчасових зв'язків, на яких базується формування індивідуального досвіду людини. Умовний рефлекс як акт утворення зв'язку між новим і раніше закріпленим тлумачиться як фізіологічна основа акту запам'ятовування. Велику роль при цьому відіграє підкріплення.

Фізична теорія пам'яті. Вона теж орієнтована на виявлення фізіологічних механізмів пам'яті. Згідно з нею і проходження нервового імпульсу через групу нейронів залишає після себе певний слід, тобто електричні та механічні зміни у *синапсах.* Припускається, що відображення об'єкта, наприклад, огляд його оком по контуру, приводить до утворення в мозку певної просторово-часової нейронної структури. Тому її ще називають теорією нейронних моделей.

Біохімічні теорії. Розвиток сучасної науки дає змогу

пізнати механізми пам'яті на молекулярному, біохімічному рівні. На основі досліджень вітчизняних, американських і шведських біохіміків виникла гіпотеза про двоступінчастість процесу запам'ятовування. На першій стадії за безпосередньої дії подразника виникає електрохімічна реакція, наслідки якої викликають короткочасні зворотні зміни в клітинах, що вважається фізіологічним механізмом короткочасної пам'яті. Друга стадія, яка ґрунтується на першій, є тривалішою і спричиняє незворотні хімічні зміни у клітинах, а саме, утворення нових білкових речовин. Ця стадія є основою довготривалої пам'яті. Окремі тези цієї гіпотези підтверджено в дослідах на тваринах.

Процеси пам'яті. Образи зовнішнього світу, що виникають у корі головного мозку, людина не тільки запам'ятовує, а й може тривалий час зберігати, відтворювати або забувати. *Запам'ятовування, збереження, відтворення і забування* є основними процесами пам'яті.

Запам'ятовування – процес пам'яті, внаслідок якого закріплюється новий матеріал шляхом пов'язування його з раніше набутим.

Воно є закономірним продуктом дій суб'єкта щодо об'єкта. Запам'ятовування буває мимовільним і довільним.

Мимовільне запам'ятовування. Виявляється за відсутності усвідомленої мети запам'ятати певний матеріал. За умов людина не використовує прийомів запам'ятовування і їй здається, ніби матеріал запам'ятовується сам собою. Але дослідження показали, що цей процес пам'яті завжди підпорядкований завданням діяльності. Вивчаючи умови продуктивності мимовільного запам'ятовування, вчені встановили: краще запам'ятовується той матеріал, з яким людина виконує певні дії. Так, якщо учасники дослідження групували пронумеровані малюнки за сюжетом, то краще запам'ятовувався сюжет, якщо за номерами, то числа; матеріал, який стосується змісту основної мети діяльності, запам'ятовується краще, ніж коли на лежить до засобів її досягнення (при розв'язуванні арифметичних задач першокласники краще запам'ятовували числа, ніж студенти).

Ефективність мимовільного запам'ятовування залежить і від зусиль, яких докладає людина для досягнення мети, і від її ставлення до матеріалу. Легкий текст запам'ятовується гірше, ніж текст середньої трудності. Матеріал, який викликає інтерес, запам'ятовується легко і

швидко. Коли мимовільне запам'ятовування спирається на змістовні й активні способи роботи з матеріалом, воно продуктивніше за довільне, якщо в ньому аналогічні способи не використовуються. Проте для міцного і повного засвоєння матеріалу мимовільного запам'ятовування виявляється недостатньо.

Довільне запам'ятовування. Це складна цілеспрямована розумова діяльність, підпорядкована певній мнеміній меті. Воно передбачає мнемічні дії, які залежать від змісту, мнемічної спрямованості, повноти, точності, тривалості запам'ятовування.

Однією з умов продуктивності довільного запам'ятовування є чітке формулювання мети, завдання запам'ятати. При цьому важливу роль відіграють мотиви, які спонукають до запам'ятовування (інтерес, почуття відповідальності тощо). Мнемічне завдання повинно охоплювати і комплекс мнемічних дій, необхідних для його виконання, адже вони визначають спосіб оброблення матеріалу: групування за значенням і змістом, складання плану, зіставлення нового з уже відомим, класифікацію і систематизацію матеріалу тощо. На ефективність довільного запам'ятовування позитивно впливає також урізноманітнення способів заучування і повторення матеріалу, що також сприяє тривалому його збереженню.

Збереження –- процес пам'яті, що забезпечує утримування результатів запам'ятовування впродовж тривалого часу.

Значною мірою збереження залежить від міцності запам'ятовування та використання матеріалу в діяльності. Чим частіше використовують матеріал, чим більше значення він має для людини, тим довше він зберігається. Г.Еббінгауз у експериментах із запам'ятовуванням беззмістовних складів установив, що через певний час після запам'ятовування відсоток матеріалу, який ще зберігається в пам'яті, обернено пропорційний до його обсягу. Чим краще матеріал зберігається, тим легше відтворюється.

Відтворення – мнемічний процес, який забезпечує відновлення матеріалу, що зберігається в пам'яті.

В основі відтворення – актуалізація раніше закріпленого матеріалу шляхом переведення його з довготривалої пам'яті у короткочасну. При цьому відбувається його реконструкція, що залежить від обсягу матеріалу, часу збереження і міцності запам'ятовування.

Відтворення може відбуватися легше або важче, що є підставою для виокремлення його видів: *впізнавання, власне відтворення і пригадування.*

Впізнавання є відтворенням об'єкта в умовах повторного сприймання. Воно пов'язує досвід зі сприйманням предметів і дає змогу правильно орієнтуватися у навколишньому світі. Під час впізнавання за допомогою мнемічних операцій відбувається зіставлення перцептивного образу з образом, який зберігається в пам'яті. Впізнавання буває різним за чіткістю і повнотою, може відбуватися як мимовільно, так і довільно. Швидкість і повнота його залежать від повноти і міцності запам'ятовування. За міцного запам'ятовування впізнавання може відбуватися як миттєвий мимовільний акт. Так, поглянувши на обличчя добре знайомої людини, людина зразу встановлює, хто це. Але нерідко впізнавання буває неповним і тому невизначеним. Тоді воно відбувається як складний довільний процес. Наприклад, при сприйманні обличчя людини може виникнути відчуття знайомого, але встановити, хто це, зразу не вдається. Тоді намагаються пригадати, де доводилося зустрічатися з цією людиною, за яких обставин тощо.

Власне відтворення відбувається мимовільно або довільно без повторного сприймання об'єкта, який відтворюється.

За мимовільного відтворення людина не ставить собі за мету щось відтворити: минулі враження спливають, немов самі собою. Але вони небезпричинні, а пов'язані з навколишніми предметами, думками, діями, переживаннями людини.

За довільного відтворення людина ставить репродуктивну мнемічну мету – щось відтворити – і спрямовує свою активність на пошук потрібного матеріалу. Він буде тим ефективнішим, чим менший проміжок часу між зам'ятовуванням і відтворенням.

Іноді відтворення супроводжується явищем *ремінісценції* (лат. – спогад). Воно виявляється в тому, що відтворення, яке здійснюється через певний час після зам'ятовування, є повнішим, ніж зразу після нього. Це характерно для запам'ятовування великого за обсягом матеріалу. Найчастіше ремінісценція трапляється у дошкільних і молодших школярів.

Пригадування є довільним відтворенням, пов'язаним із пошуком і добуванням із довготривалої пам'яті потрібних людині відомостей. Воно

є тривалим процесом, під розгортання якого людина не тільки відбирає необхідний матеріал, а й оцінює його, робить висновки. Успішність пригадування залежить від точності усвідомлення змісту репродуктивного завдання і прийомів пригадування. Як один із різновидів відтворення іноді виділяють *згадування (спогади)* – локалізоване в часі та просторі відтворення образів минулого. Воно буває мимовільним і довільним. У спогадах людина передає не тільки факти, а й ставлення до них. Тому спогади змінюються у зв'язку з переусвідомленням людиною їхнього значення.

Інколи матеріал, що певний час зберігається у пам'яті, індивід забуває.

Забування – мнемічний процес, внаслідок якого поступово втрачається чіткість закріпленого в пам'яті матеріалу, зменшується його обсяг, виникають помилки при відтворенні, стає неможливим відтворення, а потім і впізнавання.

Забувається насамперед те, що втратило актуальність, що людина перестала використовувати у своїй діяльності. Проте неможливість згадати якийсь матеріал ще не означає, що він втрачений назавжди. Відомо, що забутий матеріал відновлюється легше і швидше, ніж запам'ятовується вперше. Темп забування залежить від обсягу матеріалу, його змісту, часу збереження його в пам'яті та інших причин. В експериментах Г.Еббінгауза із беззмістовними складами з'ясовано, що найінтенсивніше цей процес відбувається відразу після заучування.

З фізіологічної точки зору причиною забування є різні види гальмування, які почалися під час запам'ятовування. Інтенсивні сторонні подразники, наприклад, при запам'ятовуванні, утруднюють утворення нових тимчасових нервових зв'язків або послаблюють раніше утворені, що спричиняє забування. Таке гальмування називають *проактивним* (таким, що діє наперед). Якщо наступна діяльність людини негативно впливає на нервові зв'язки попередньої діяльності, гальмування називається *ретроактивним* (таким, що діє назад). Особливо це характерно для випадків, коли наступна діяльність є складнішою за попередню або схожа на неї за своїм змістом. Гальмуванням можна пояснити і той факт, що при заучуванні матеріалу його середина запам'ятовується гірше, ніж початок і кінець, а тому вимагає більшої кількості повторень. Причиною тимчасового забування може бути також *позамежне (охоронне) гальмування,* яке виникає при

перенапруженні відповідних нервових клітин. Основним засобом боротьби з ним є дотримання ритмічності в роботі та відпочинку. Для зменшення забування важливе значення має повторення матеріалу і постійне використання його в діяльності.

Види пам'яті. І. *Залежно від змісту матеріалу, який людина запам'ятовує,* виділяють ***образну, рухову, емоційну словесно-логічну пам'ять.***

Образна пам'ять. Вона проявляється у запам'ятовуванні образів і уявлень предметів, явищ, властивостей зв'язків між ними. Залежно від аналізаторів буває зоровою, слуховою, нюховою, смаковою і дотиковою. 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 тощо. Виняток становлять *ейдетичні* (гр. – вид, вигляд) *образи* – 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 молодшого шкільного віку. Фізіологічною основою образної пам'яті є передусім нервові зв'язки першої сигнальної системи за участю другої сигнальної системи.

Рухова пам'ять. Реалізується вона через запам'ятовування й відтворення людиною своїх рухів. Така необхідність виникає в різних видах людської діяльності. Вона є основою формування навичок ходіння, письма, різних трудових навичок і вмінь. Показником хорошої рухової пам'яті є фізична вправність. Вона ґрунтується на першосигнальних і другосигнальних нервових зв'язках.

Емоційна пам'ять. Це запам'ятовування і відтворення людиною своїх емоцій. Безпредметних емоцій немає, а тому вони завжди запам'ятовуються разом з об'єктами, які їх викликають. Емоції сигналізують про те, як задовольняються потреби й інтереси людини, як формуються її стосунки з іншими людьми. Тому емоційна пам'ять має дуже важливе значення в життєдіяльності кожної людини.

Словесно-логічна пам'ять. Суттю її є запам'ятовування й відтворення думок, понять, суджень, які відображають предмети і явища з їх загальними властивостями, істотними зв'язками і відношеннями. Думки не існують без мови, а тому пам'ять називають не просто логічною, а словесно-логічною. Провідна роль у ній належить другій сигнальній системі. На відміну від вищеназваних видів пам'яті, які в

простіших формах є у тварин, словесно-логічна пам'ять властива тільки людині. Від неї залежать розвиток інших видів пам'яті. Всі чотири види пам' яті має кожна людина, але рівень їх розвитку визначається її професійною діяльністю.

II. Якщо за ознаку класифікації обирають час збереження матеріалу, то пам'ять характеризують як ***сенсорну, короткочасну і довготривалу.***

Сенсорна пам'ять. Характеризується дуже коротким часом (до 2 секунд) зберігання інформації, яка фіксується в рецепторах (на сітківці ока, в закінченнях нюхового, смакового та інших нервів). Суб'єктивно це переживається як відгук події, яка щойно відбулася («стоїть перед очима», «звучить у вухах» тощо). 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.

Короткочасна пам'ять. Їй властиве швидке запам'ятовування матеріалу, негайне його відтворення і швидке забування. Вона пристосована для обслуговування ситуативних аспектів діяльності і має обмежений обсяг. Американський психолог Дж.-А. Міллер (нар. 1920) встановив, що, залежно від складності об'єктів запам'ятовування, він охоплює від 5 до 9 об'єктів. Німецький психолог Й. Хофман (нар. 1937) доводить, що обсяг короткочасної пам'яті залежить від швидкості дії механізму кодування інформації. Встановлено також, що короткочасна пам'ять ґрунтується на процесах активного проговорювання, тобто повторення інформації індивідом.

Довготривала пам'ять. 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. Причому механічне повторення, коли людина не вникає в зміст інформації, не забезпечує її тривалого запам'ятовування. У процесі збереження поступово відбувається структурна перебудова матеріалу: зменшується обсяг, втрачається чіткість формулювань, але чіткішими стають його структура і основний зміст.

III. Коли критерієм класифікації слугує мета діяльності людини, то пам'ять поділяють на ***мимовільну і довільну.***

Мимовільна пам'ять. 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.

Довільна пам'ять. Цей вид діяльності характеризується цілеспрямованим запам'ятовуванням і відтворенням. За таких умов запам'ятовування відбувається як спеціальна мнемічна дія, що здійснюється за допомогою мнемічних операцій включення матеріалу в систему досвіду індивіда, пошуку способів організації матеріалу для його запам'ятовування і відтворення тощо.

Мимовільна і довільна пам'ять є двома послідовними ступенями розвитку пам'яті. За допомогою мимовільної пам'яті без спеціальних мнемонічних намірів формується основна частина людського досвіду. Довільна пам'ять використовується тоді, коли виникає необхідність керувати своєю пам'яттю.

IV. За рівнем усвідомлення матеріалу, який запам'ятовується, пам'ять поділяють на ***смислову і механічну.***

Смислова пам'ять. Пов'язана вона з розумінням матеріалу, який запам'ятовують. Основою її є різні за складністю словесних та образних асоціацій смислові зв'язки. Матеріал, що запам'ятовується, логічно обробляється, узагальнюється, пов'язується з наявним досвідом, а тому довше зберігається і легше відтворюється. Смислове запам'ятовування розвивається разом із мовленням і мисленням. Воно може бути мимовільним і довільним.

Механічна пам'ять. Її особливість полягає у нерозумінні засвоюваного матеріалу, який є надто важким або коли людина, замість намагання осягнути сенс, просто повторює інформацію. Деякі дослідники вважають, що механічне і смислове запам'ятовування є ступенями розвитку пам'яті. Це не так. Механічне запам'ятовування не є обов'язковим. Навпаки, з ним треба боротися, бо воно стримує розвиток смислової пам'яті.

Індивідуальні відмінності пам'яті. Індивідуальні особливості людини накладають відбиток на всі аспекти її психічного життя, виявляючись, зокрема, в особливостях перебігу психічних процесів. У процесах пам'яті вони виражаються в швидкості, точності, міцності запам'ятовування і готовності до

відтворення.

Швидкість запам'ятовування визначається кількістю повторень, необхідних людині для запам'ятовування певного обсягу матеріалу. ***Точність*** характеризується кількістю помилок, зроблених при його відтворенні. ***Міцність*** виражається в збереженні заученого матеріалу і в швидкості його забування. ***Готовність до відтворення*** виявляється в легкості та швидкості пригадування людиною того, що їй необхідно в певний момент. Ці відмінності пов'язані із силою і рухливістю процесів збудження і гальмування в корі головного мозку. Вони змінюються під впливом умов життя і виховання.

Індивідуальні відмінності пам'яті виражаються і в тому, що одні люди краще запам'ятовують образний матеріал (предмети, звуки, кольори), інші – словесний (поняття, думки, числа), а для ще інших ці особливості суттєвого значення не мають. Тому в психології виділяють *наочно-образний, словесно-логічний проміжний типи пам'яті.* Ці типи певною мірою залежать від співвідношення першої і другої сигнальних систем у вищій нервовій діяльності людини.

Навчання – це завжди велике навантаження на пам'ять. Багато студентів переконані, що саме пам'ять - найважливіший психічний процес, і якщо в ніч перед іспитом як слід «напхати» свою пам'ять необхідною інформацією, то успіх забезпечений.

Можливо, завдяки великому обсягу короткочасної пам'яті за цих умов вдасться скласти іспит. Але є великі сумніви, що потрібний матеріал збережеться в пам'яті надовго. Цікаво, що було б, якби іспит провели повторно через тиждень?

Студент, що готувався тільки одну ніч, мабуть, згадав би тільки мізерно малу частину інформації. Засвоєння матеріалу передбачає залучення не тільки короткочасної пам'яті, але й уваги, мислення, уяви, а найголовнішою умовою для засвоєння є системність у роботі.

Правила ефективного запам'ятовування

1. Заучуйте з бажанням знати і пам'ятати. Увага – різець пам'яті: чим вона гостріша, тим глибші сліди. Чим більше бажання, зацікавленості, емоційності в опануванні нових знань, тим краще запам'ятається.

2. Починаючи запам'ятовувати, треба поставити перед собою мету – запам'ятати надовго, краще назавжди (а не лише для складання іспиту

або відповіді на семінарі). Настанова на тривале збереження інформації забезпечить умови для кращого запам'ятовування. Треба усвідомити, для чого потрібно запам'ятати матеріал, який вивчається. Чим важливіша поставлена мета, тим швидше і міцніше відбувається запам'ятовування.

3. Чим краще зрозумієте, тим краще запам'ятаєте. Відмовтеся під зубріння і під час опрацювання тексту спирайтеся на осмислене запам'ятовування, що у 25 разів продуктивніше від запам'ятовування механічного. Послідовність роботи приблизно така: 1) зрозуміти; 2) встановити логічну послідовність; 3) розбити матеріал на частини і знайти у кожній «ключову фразу» або «опорний пункт»; 4) запам'ятати саме їх і використовувати як «віхи»-орієнтири. Використовуйте логічні опори, асоціації (за суміжністю, за схожістю і за контрастом) і мисленнєве групування (узагальнення, класифікація, систематизація матеріалу) хто добре усвідомлює, той швидко запам'ятовує і довго пам'ятає. «Всі жаліються па свою пам'ять, але ніхто не жаліється на свій розум» (Франсуа де Ларошфуко).

4. Розподіляйте великий за обсягом текст на частини і заучуйте його порціями, а повторювати намагайтеся цілісно – це полегшує розуміння і запам'ятовування окремих частин у їхньому взаємозв'язку.

5. Краще двічі прочитати і двічі відтворити, ніж п'ять разів читати без відтворення. Розпочинайте повторювати ще до того, як матеріал почав забуватися. До того ж «немає ніякої потреби повторювати вивчене саме в тому порядку, в якому воно заучувалось, навпаки, багато корисніші ті повторення, які вводять виучене в нові комбінації» (К.Ушинський). Оптимальний проміжок між першим і наступним читаннями коливається від 10 хвилин до 16 годин. Перечитування раніше ніж через 10 хвилин є марним, а через 16 годин частина тексту забувається.

6. Заданий навчальний матеріал краще повторювати «по гарячих слідах», особливо ефективне повторення перед сном і зранку. Давно помічено, що кращий спосіб забути щойно вивчене – постаратися відразу ж запам'ятати щось схоже. Тому не варто вчити інформатику після математики, а політологію після соціології. Після філософії учіть біологію, після психології – економіку. Пам'ять любить розмаїття!

7. Коли вчите, записуйте, малюйте схеми, діаграми, кресліть графіки, зображуйте карикатури, порівнюйте з тим, що знали раніше, складайте план майбутньої відповіді. Дійте! Ми забуваємо 90% того, що чуємо, 50% того, що бачимо і лише 10% того, що робимо. Справжня «мати навчання» не повторення, а застосування. Чим більше буде знайдено можливостей включити матеріал, що запам'ятовується, у практичну діяльність, попрацювати з ним, тим глибшим і надійнішим буде запам'ятовування.

8. Якщо щось забули, не поспішайте негайно шукати відповідь у книзі, спробуйте спочатку пригадати це. К.Ушинський писав: «Примушуючи себе наполегливо пригадати те чи інше, ми звикаємо пам'ятати, виховуємо впевненість у можливості пригадати, а ця впевненість має великий вплив на акт відтворення».

9. При нагоді використовуйте мнемотехніку – штучні прийоми, які полегшують запам'ятовування («вузлики на пам'ять»). Наприклад, набір безглуздих складів *«ри-ка-ку-по-лу-ха»* можна запам'ятати, зв'язавши їх у штучне речення *«Приказку послухай»*.

10. Пам'ять любить експериментувати над собою. Скористайтеся порадою Мішель де Монтєня: «Найкращий спосіб запам'ятати що-небудь - спробувати забути це». «Правило краю» – краще запам'ятовується початок і кінець тексту, середина – майже завжди запам'ятовується гірше, «випадає»; якщо виконання якогось завдання перервано, то воно запам'ятається краще порівняно із завданнями, успішно виконаними (ефект Б.Зейгарник).

Отже, пам'ять є надзвичайно складним, але єдиним і неперервним процесом. Розвиток і перебіг процесів пам’яті детермінуються діяльністю особистості та її спрямованістю на досягнення поставлених цілей.

4. Сутність уяви. Функції уяви. Види і прийоми уяви. Розвиток уяви. Індивідуальні особливості уяви людини

У науковому розумінні, ***уява*** – це психічний пізнавальний процес, що полягає у створенні людиною нових образів, думок на основі її попереднього досвіду.

Уява як своєрідна форма відображення дійсності здійснює уявний відхід за межі того, що безпосередньо сприймається, сприяє передбаченню майбутнього, оживляє те, що було раніше. Уява властива лише людині і є необхідною умовою її трудової діяльності, тому що перед тим, як щось зробити, людина уявляє, що і як треба робити. Здатність передбачати результат своєї праці у вигляді нового образу, тобто будувати мету, якісно відрізняє діяльність людини від поведінки навіть високоорганізованої тварини.

Уява і творчість – це невід'ємні складові діяльності сучасного фахівця. Адже надзвичайно важливим є вміння приймати і реалізувати нестандартні рішення, здійснювати творчий підхід у конкретній професійній діяльності.

Проявами уяви є побудова образу кінцевого результату діяльності; створення програми поведінки, коли існує невизначена проблемна ситуація; генерування образів, що заміщують діяльність; створення образів, що відповідають опису об'єкта.

Уява може бути ***пасивною*** (снобачення, марення) і ***активною***. ***Остання*** поділяється на ***відтворювальну*** і ***творчу***. Суть ***відтворюваної,*** або репродуктивної, уяви полягає у відновленні у свідомості колишніх спостережень та переживань. Відтворення залежить від: вихідної інформації; суми та якості знань людини; наявності психологічної установки.

Творча, або продуктивна, уява виявляється у генеруванні людиною, створенні образів предметів, ситуацій або подій, яких вона раніше ніколи не бачила і не переживала. Прикладом може бути створення композитором нової мелодії або інженером нового комп'ютера.

Люди відрізняються за своєю здатністю створення у свідомості певних образів – для одних це дуже легко, в інших же викликає значні труднощі.

Створення або відтворення в уяві тих чи інших образів може відбуватися за неоднакової участі свідомості та вольових зусиль, через це виділяють мимовільну і довільну уяву.

Мимовільна уява характеризується довільним перебігом образів у свідомості людини. При цьому логічний зв'язок між послідовними образами може бути повністю відсутній. Іноді такі уявлення мають нав'язливий характер: певні образи приходять у нашу свідомість

мимоволі, перешкоджають виконувати необхідні дії, при цьому позбутися їх досить важко. Так, образ учорашньої сварки з близькою людиною, який знову і знову виникає у свідомості, не дає зосередитися на підготовці до завтрашнього заліку. До сфери мимовільних уявлень належать також сни.

Довільна **уява** — це свідоме й спрямоване генерування певних образів. Цим типом уяви ми можемо керувати. Проте образи уяви, викликані свідомо, з певною метою, відрізняються у різних людей за ступенем оригінальності.

Особливою формою уяви виступають ***мрії*** — специфічний комплекс свідомих і творчих уявних образів, пов'язаних із прагненням і бажаннями людини щодо майбутнього. Уявлення людиною бажаного майбутнього може спонукати її до боротьби, до активної діяльності. Мрії, активізуючи та наснажуючи людину, стимулюють її цілеспрямованість, наполегливість, надихають на подолання труднощів. Проте це відбувається не завжди. Інколи мрії заступають індивідуальну реальну діяльність, таким чином перешкоджаючи ставити та реалізовувати реальні цілі.

Художня уява – це переважно чуттєві образи (художники яскраво сприймають те, що зображують)

Технічна уява – це створення образів просторових відношень у вигляді геометричних фігур тощо.

Наукова уява виявляється у побудові гіпотез, проведенні експериментів, в узагальненнях, що їх роблять при створенні понять.

Цінність людської особистості багато в чому залежить від того, які види уявлень переважають в її структурі: якщо у підлітка творча уява, яка реалізується в конкретній діяльності, переважає над пасивною, пустою мрійливістю, то це свідчить про високий рівень розвитку особистості.

Процеси уявлення мають аналітико-синтетичний характер, як і процеси сприймання, пам'яті, мислення. ***Уявлення, фантазія*** – це відображення реальної дійсності в нових, несподіваних, незвичайних об'єднаннях і зв'язках. Якщо придумати навіть щось абсолютно незвичайне, то при ретельному розгляді виявиться, що всі елементи, з яких склалася вигадка, узяті з життя, почерпнуті з минулого досвіду, є

результатами навмисного аналізу безкінечної множини фактів. Синтез уявлень у процесах уявлення здійснюється в різних формах.

Прийоми створення образів або форми синтезу уявлень:

Аглютинація – створення образу шляхом поєднання якостей, властивостей або частин. Взятих з різних об'єктів тролейбус (трамвай + автомобіль). *Схематизація* – уявлення, з яких конструюється образ фантазії, відмінності зливаються, згладжуються, а риси схожості виступають на перший план (створення художником орнаменту, елементи якого взяті з рослинного світу). *Гіперболізація* – перебільшення чи зменшення предмета, зміна кількості частин предмета, їх зміщення (Дюймовочка, Гулівер). *Наголошування або загострення* – підкреслювання якихось ознак (дружні шаржі, злі карикатури). *Типізація* – виділення суттєвого, що повторюється в однорідних фактах, і втілення його в конкретних образах (типові образи в художній літературі, живопису).

Узагальнювальна таблиця з теми 3. «Форми вияву психіки: національні форми пізнання»

Види мислення	• За формою: наочно-дійове, *наочно-образне, словесно-логічне.* • За *характером задач, які розв'язуються: теоретичне, практичне.* • За рівнем узагальнення: *емпіричне, теоретичне.* • За ступенем розгорнутості: *дискурсивне, інтуїтивне.* • За адекватністю відображення реальної дійсності: *реалістичне, аутичне.* • За ступенем новизни та оригінальності: *репродуктивне, продуктивне (творче).* • За впливом на емоційну сферу: *патогенне, саногенне*

продовження таблиці

Етапи розумової дії	*1.Усвідомлення задачі.* *2.Поява асоціацій.* *3. Поява припущення.* *4. Перевірка припущення:* *а) якщо перевірка підтвердилася – Вирішення задачі – Дія;* *б) якщо перевірка не підтвердилася – Поява нового припущення.*
Прийоми мислення	*Аналіз. Синтез. Порівняння. Узагальнення. Абстрагування. Конкретизація.*
Форми мислення	*Поняття. Асоціації. Судження. Умовиводи. Розуміння.*
Критерії розумового інтелекту	• *багатий запас знань,* • *ступінь системності знань* • *рівень володіння раціональними способами розумової діяльності.*
Процеси пам'яті.	• *запам'ятовування,* • *збереження,* • *відтворення,* • *забування.*
Види пам'яті	Залежно від змісту матеріалу, який людина запам'ятовує: *образна, рухова, емоційна, словесно-логічна* За часом збереження матеріалу: *сенсорна, короткочасна, довготривала.* За метою діяльності людини: *мимовільна і довільна.* *За рівнем усвідомлення матеріалу*, який запам'ятовується: *смислова і механічна.*
Функції мови	• *сигнікативна (означальна);* • *вираження змісту предмета інформації (формулювання думки).*

продовження таблиці

Функції мовлення	• *експресивність (виразність),* • *об'єктивізація внутрішнього життя і вербальних засобах.*
Різновиди мовлення	• *зовнішнє (усне (ділогічне, монологічне) , письмове),* • *внутрішнє.*
Різновиди уяви	*1.Репродуктивна або відтворювальна (мимовільна, довільна).* *2. Творча (довільна)* *3. Мрія* *4. Художня* *5. Технічна* *6. Наукова*
Прийоми створення образів уяви	*1. Аглютинація.* *2. Схематизація.* *3. Гіперболізація.* *4. Наголошування або загострення.* *5. Типізація.*

Національний університет
водного господарства
та природокористування

Питання й завдання для самоперевірки

1. Охарактеризуйте раціональну пізнавальну діяльність.
2. Дайте визначення мисленню.
3. Назвіть та охарактеризуйте види мислення.
4. Назвіть та охарактеризуйте етапи розумової дії.
5. Назвіть та охарактеризуйте прийоми мислення.
6. Назвіть та охарактеризуйте індивідуальні особливості мислення або якості розуму.
7. Дайте визначення професійному мисленню.
8. Дайте визначення пам'яті.
9. Назвіть та охарактеризуйте види пам'яті.
10. Назвіть та охарактеризуйте процеси пам'яті.
11. Назвіть та охарактеризуйте індивідуальні відмінності пам'яті.
12. Дайте визначення уяві.
13. Назвіть та охарактеризуйте різновиди уяви.
14. Назвіть прийоми створення образів уяви.
15. Дайте визначення мови.
16. Назвіть елементи мови.
17. Назвіть функції мови.
18. Дайте визначення мовленню.
19. Назвіть та охарактеризуйте функції мовлення.
20. Назвіть та охарактеризуйте різновиди мовлення.

Тема 4. Форми вияву психіки: емоційно-вольова сфера людини

План

1. Емоційно-вольова сфера людини: емоції, почуття, воля. Сутність емоцій та почуттів. Теорії емоцій. Роль і функції емоцій і почуттів.
2. Види почуттів. Основні емоційні стани.
3. Форми переживання почуттів. Характерні особливості почуттів. Індивідуальні емоційні прояви.
4. Сутність волі. Вольові дії. Структура вольового акта. Вольові якості особистості. Вольова активність людини. Виховання волі.

1.Емоційно-вольова сфера людини: емоції, почуття, воля. Сутність емоцій та почуттів. Теорії емоцій. Роль і функції емоцій і почуттів

Кожна людина має коло своїх уподобань, симпатій та антипатій: одна емоційно дуже чутлива, вміє співпереживати; інша не звертає увагу на почуття та емоційний стан іншої людини, не вважає їх істотними; одна вміє контролювати інтенсивність проявів емоцій і почуттів, інша ж неспроможна до цього; одна вміє відчувати величезну гаму переживань, іншій це недоступно. Кожна особистість живе у своєму афективному просторі, в якому будуються всі її взаємозв'язки з навколишнім світом, що відбивається на всіх проявах психічного, зумовлюючи неповторність. У переживаннях індивідуалізується психічний світ особистості**.** ***Афективний простір*** — це її потяги, емоції й почуття, її прагнення й бажання, її переживання, пов'язані з пізнанням і самопізнанням, це її воля, що виникає завдяки потягам та емоціям і визначає дії, вчинки та й усе життя особистості.

Славетний філософ Спіноза вважав, що для певної свободи волі людина має пізнати не лише зовнішні обставини свого буття, а й власні афекти і пристрасті. Таке пізнання передбачає не усунення пристрастей, а владу над ними. Згадаймо відомий вислів, що потоки

пристрастей змели більше міст і поселень і коштували більших людський жертв, ніж потоки стихій і ураганів.

Усе наше життя — процес раціонального оволодіння знаннями, фактами, теоріями. Але ми прагнемо оточити себе речами й людьми, які нам подобаються, до яких ми прив'язані емоційно. Досвід підказує, що навчання через переживання нерідко буває ефективнішим, ніж засвоєння фактів. Ми не просто реагуємо на ті чи інші подразники середовища, ми пізнаємо їх через відчуття і сприймання, орієнтуючись на значення для нас цих подразників і відчуваючи при цьому задоволення чи незадоволення, яке спонукає до подальших дій. Отже, емоції не менш значущі, ніж відчуття, сприймання, мислення, уява та пам'ять.

З єдності інтелекту й афекту випливає, що думка не породжується іншою думкою, вона є продуктом, як зазначав Л.С. Виготський, мотивуючої сфери нашого пізнання, яка охоплює наші потяги й потреби, спонуки, емоції й почуття.

Діяльність людини, її поведінка завжди викликають позитивне або негативне ставлення до неї. Ставлення до дійсності відображується в мозку й переживається як задоволення або незадоволення, радість, сум, гнів, сором. У психологічній літературі різноманітні переживання, в яких виражається ставлення людини до того, що діється навколо неї, до інших людей і до самої себе, позначають поняттями «емоції» і «почуття».

У вузькому значенні, ***емоція*** — це безпосереднє, тимчасове переживання якогось постійного почуття.

У широкому значенні, ***емоція*** *(лат. — хвилюю, збуджую)* — це вираз суб'єктивного ставлення до предметів і явищ навколишнього світу у формі переживання приємного чи неприємного.

Власне ж, ***емоції*** — це реакція на вплив внутрішніх та зовнішніх подразників, пов'язана із задоволенням чи незадоволенням біологічно значущих потреб.

Почуття — відображення у свідомості людини її ставлення до дійсності, яке виникає при задоволенні чи незадоволенні потреб.

Теорії емоцій. Серед психологів поки що не досягнуто єдності поглядів на роль емоцій у діяльності організму.

Тому існує багато теорій, які намагаються з'ясувати причини та механізм виникнення емоцій:

1. *Еволюційна* теорія твердить, що емоції з'явилися в процесі еволюції живих істот як адаптаційні механізми до обставин життя (Ч. Дарвін).

2. *Периферійна* теорія говорить, що емоції — це усвідомлення тілесного збудження, яке людина відчуває безпосередньо після сприймання факту, який це збудження викликає (У. Джеймс, К. Ланге).

3. Представники *активаційної теорії* (Ч. Шеррінгтон, К.-Г. Юнг та ін.) вважають, що емоційні центри відіграють роль вартових, які здіймають тривогу, коли виникає загроза нормальній життєдіяльності.

4. Американський фізіолог В. Кеннон (1871 —1945) та його наукові соратники запропонували *таламічну теорію емоцій.* На їх думку, специфічна якість емоцій додається до простого відчуття, коли виникають таламічні процеси.

5. *Теорія когнітивного дисонансу* стверджує, що позитивні емоції виникають, коли очікування збуваються, когніції (знання) перетворюються в життя. Негативні — коли між очікуваними результатами і тими, що настали, є невідповідність, розходження (Л.Фестингер).

6. Автори *конфліктної теорії* канадський психолог Д.Хебб (1904—1985), французькі — Е.Клапаред (1873—1940) і П.Жане (1859—1947) вважають емоції порушенням нормальної активності в корі, вродженою реакцією на конфлікт між тим, що людина знає і може, і тим, чого від неї вимагає життя.

7. На інформаційному рівні конфліктну теорію розробляє російський фізіолог і психолог П.Симонов (нар. 1926). *Інформаційна* теорія твердить, що сила та якість емоцій визначаються силою актуальної потреби та оцінкою можливості її задоволення у даній ситуації.

Таким чином, попри велику кількість спроб, розробити універсальну концепцію емоцій поки що не вдалося. Кожна з існуючих має тези, які правильно пояснюють окремі особливості емоцій, та не позбавлена водночас бездоказових міркувань. На сучасному етапі вивчення емоцій найперспективнішою видається конфліктна теорія.

Роль і функції емоцій і почуттів. Характерна особливість емоцій і почуттів полягає в тому, що вони цілковито захоплюють особистість. Здійснюючи майже блискавичну інтеграцію, тобто об'єднання в ціле всіх функцій організму, емоції сигналізують про корисні або шкідливі впливи на організм, завдяки чому мають універсальне значення для життя організму. Охоплюючи всі різновиди переживань людини, — від тих, що глибоко травмують, до високих форм радості та соціального відчуття життя, емоції стають як позитивним чинником у життєдіяльності, підносячи активність організму, так і негативним, пригнічуючи всі його функції.

Таким чином, емоціям притаманна ***сигнальна функція***, яка заключається в тому, що на першому (мотиваційному) етапі головне призначення емоцій – сигналізувати про користь або шкоду для організму того чи іншого стимулу, явища, які позначаються певним знаком (позитивним або негативним) ще до того, як їх буде усвідомлено, логічно оцінено, надає додаткову інформацію, збагачуючи можливості спілкування (наприклад: похмурий вигляд — поганий настрій — відкласти важливу розмову).

Емоції можуть виконувати роль як *внутрішнього*, так і *зовнішнього сигналу* (виразна функція).

Внутрішня вираженість переживань яскраво виявляється у прискореному серцебитті диханні, підвищеному кров'яному тиску, змінах в ендокринних залозах, органах травлення та виділення.

Зовнішнє або експресивне вираження емоцій — це переведення переживань у відповідні рухи. Зовнішні вираження емоцій та почуттів виявляються в рухах, позах, у руховій та вокальній міміці, інтонаціях мовлення, рухах очей тощо. Виразні рухи (жести, міміка, пантоміміка) сигналізують про гнів, радість чи роздратування, які знаходять свій вихід у відповідних діях. Виразні рухи й виразні дії збігаються: на радощах ми не розмахуємо люто кулаками і в гніві не даруємо ніжний поцілунок. Емоції сигналізують про ймовірні дії, визначаючи їхню спрямованість. Але виразні рухи можуть мати й довільний характер. Людина за допомогою певних виразних рухів намагається приховати свої емоційні переживання.

У процесі діяльності індивід не лише створює образ світу, а й керується ним у своєму житті, тобто, психіка має не лише пізнавальну,

а й ***регулятивну функцію*** — опосередковує відносини індивіда зі світом і регулює його діяльність. Власне регуляторами діяльності є *увага*, *емоції*, *воля*. *Увага* забезпечує зосередженість індивіда на об'єкті діяльності, *емоції* — вибірковий і небезсторонній характер цієї діяльності, *воля* — подолання перешкод, що заважають досягненню мети.

2. Види почуттів. Основні емоційні стани

Серед видів почуттів_можна виділити такі:

І. За еволюційною ознакою:

а) прості: зумовлені безпосередньою дією подразників, пов'язаних із задоволенням первинних (органічних) потреб. Переживання задоволення від їжі, бадьорості, втоми, болю — це прості емоції. Вони властиві і людям, і тваринам. Такі емоції створюють емоційний тон відчуттів.

Емоційний тон відчуттів — це беспосередні переживання, які супроводжують окремі відчуття (температурні, смакові, слухові) і спонукають суб'єкта до їх збереження чи усунення; вивчення чуттєвого тону зорових, слухових, нюхових та інших відчуттів має практичне значення і застосовується для підвищення ефективності професійної діяльності. Так, на продуктивність праці впливають забарвлення інтер'єру, функціональна музика тощо.

б) складні: пов'язані з усвідомленням життєвого значення об'єктів, це рівень предметних почуттів. Вираження в усвідомлених переживаннях ставлення особистості до світу. Це радість, викликана чимось певним, гнів щодо когось конкретного. Характерна ознака складних емоцій полягає в тому, що вони виникають у результаті усвідомлення об'єкта, що викликав їх, розуміння їхнього життєвого значення (наприклад, переживання задоволення при сприйманні музики, пейзажу).

ІІ. За функціональною ознакою розрізняють:

а) позитивні — пов'язані з переживанням приємного; *негатив*ні — коли переживається неприємне;

б) стенічні — які підвищують активність особистості; підносять життєдіяльність людини, посилюють її енергію, діяльності;

астенічні — які знижують активність особистості, пригнічують людину, зменшують її активність, демобілізують, дезорганізують її.

III. За структурною ознакою емоційній сфері людини особливе місце посідають *вищі почуття.* Вони є відображенням переживань ставлення до явищ соціальної дійсності. За змістом вищі почуття поділяють на *моральні, естетичні, праксичні та інтелектуальні*.

Моральні почуття — це почуття, в яких виявляється стійке ставлення людини до суспільних подій, до інших людей, до самої себе (любові до своєї країни, гуманності, дружби, відданості, честі, гідності, кохання). Джерелом моральних почуттів є спільне життя людей, їх взаємини, боротьба за досягнення суспільних цілей.

Інтелектуальні почуття засвідчують взаємопроникнення інтелектуальних і афективних моментів – це любов до знань, почуття нового, здивування, сумніву, упевненості, невпевненості.

Названі почуття пов'язані з моральними почуттями людини, але разом з тим вони специфічні, джерелами їх є навчання, конструктивна, творча виробнича діяльність.

В естетичних почуттях виявляється не лише спрямованість на предмет, а й проникнення в нього (переживаються як почуття естетичної насолоди і захоплення, почуття смішного, комічного, почуття гумору). Це відчуття краси в явищах природи, у праці, у гармонії барв, звуків, рухів і форм. Найчастіше вони виникають під час сприймання творів мистецтва і мають широкий спектр проявів: від легкого хвилювання до глибокої схвильованості.

Праксичні почуття — це переживання людиною свого ставлення до діяльності (почуття радості, гордості, любові до професії).

Людина відгукується на різні види діяльності: трудову, навчальну, спортивну. Це виявляється в захопленні, у задоволенні діяльністю, творчому підході, радості від успіхів або у незадоволенні, байдужому ставленні до діяльності.

Праксичні почуття стають багатшими, якщо поєднуються з моральними. Праця як справа честі, гуманістичне ставлення до діяльності роблять праксичні почуття важливим чинником боротьби за високу продуктивність та якість праці.

Основні емоційні стани. Різноманітні переживання почуттів зовнішньо виявляються у специфічному виразі обличчя (емоційній мас-

ці), позі, інтонації голосу і свідчать про певний емоційний стан людини. Таких емоційних станів багато, і кожному з них властивий свій набір психологічних характеристик і особливостей зовнішнього вияву.

До основних емоційних станів (за американським психологом Керролом Ізардом (нар. 1923) — «фундаментальних емоцій») відносять інтерес, радість, страждання, гнів, страх, сором, здивування та інші.

Інтерес (як емоція). Це позитивний емоційний стан, який є одним із провідних мотивів навчання і сприяє засвоєнню знань, навичок і вмінь. Суб'єктивно він виявляється в позитивному емоційному тоні, що супроводжує пізнавальний процес, в бажанні глибше ознайомитися з об'єктом і зрозуміти його.

Радість. Виявляється як позитивний емоційний стан, пов'язаний із можливістю задовольнити актуальну потребу, ймовірність чого до певного моменту була невелика чи невизначена. Радість підвищує життєвий тонус людини, породжує відчуття бадьорості, впевненості в собі та особистої значущості, здатність до подолання життєвих перешкод. Супроводжується вона короткочасним відчуттям повного задоволення.

Гнів є негативним емоційним станом, зумовленим появою серйозної перешкоди на шляху до задоволення важливої потреби, реалізується у формі афекту. Він має стенічний характер, тобто викликає короткочасні емоції і почуття.

Страждання теж належить до негативних емоційних станів, породжується інформацією про неможливість задоволення найважливіших життєвих потреб, яке до цього часу вважалося можливим. Виникає як результат тривалого впливу негативної стимуляції. Його причинами можуть бути розчарування, біль, втрата, голод, холод. Проявляється у формі емоційного стресу, астенічної емоції. Людина при цьому має сумний знесилений вигляд, тихий жалібний голос.

Страх. Цей негативний емоційний стан виникає у людини при появі уявної або реальної загрози для її життя чи життєвого благополуччя. Залежно від ситуації, ступеня усвідомлення її небезпечності та від індивідуальних особливостей людини він може набувати різної інтенсивності — від легкого побоювання до жаху, що

паралізує. При цьому людина відчуває невпевненість, не-захищеність і загрозу. Ця емоція може мати як стенічний, так і астенічний характер.

Сором. Цей негативний емоційний стан виражається в усвідомленні невідповідності власних думок, вчинків і зовнішності не тільки сподіванням оточуючих, а й власним уявленням про належну поведінку і зовнішній вигляд. Сором може бути пов'язаний з невпевненістю людини у своїх силах, побоюванням можливого неуспіху в роботі, незнанням того, яке враження вона може справити на партнерів по спілкуванню.

Здивування. Це короткочасна емоційна реакція на раптові події, яка не має чітко вираженого позитивного чи негативного забарвлення. У момент виникнення воно гальмує всі попередні емоції і спрямовує увагу на подію, яка його спричинила.

3. Форми переживання почуттів. Характерні особливості почуттів. Індивідуальні емоційні прояви

Задоволення чи незадоволення потреб породжує в людині специфічні переживання, які набувають різноманітних форм: власне емоцій, афектів, настроїв, стресових станів, фрустрації. Форми прояву афективної сфери органічно вплетені в життя особистості.

Власне емоції – це безпосереднє тимчасове переживання певного більш постійного почуття, виявляють оцінювальне ставлення індивіда до актуальних чи можливих ситуацій. На відміну від емоційного тону, це досить визначені стани, що виникають у зв'язку із задоволенням певної *потреби.* До того ж вони сигналізують про зміст подій, які ще не настали або ж відійшли у минуле, тому часто виникають у зв'язку з образами уявних ситуацій чи таких, які вже пережиті. Наприклад, інтерес (як основний емоційний стан) – це гама таких емоцій, як хвилювання, радість, здивування.

Афект — це сильне, короткочасне збудження, що виникає раптово, оволодіває людиною так сильно, що вона втрачає здатність контролювати свої дії та вчинки. Прикладом афектів може бути несподіване переживання — сильна радість, вибух гніву, страх. Для афектів характерним є нестримний їх вияв, на який вказує побутове

вживання висловів на зразок "спалахнув від гніву", "завмер від переляку" тощо.

У стані афекту порушується саморегуляція організму, яка здійснюється ендокринною системою, діяльність внутрішніх органів, ослаблюються гальмівні процеси кори великих півкуль головного мозку. Морально вихованні люди, які мають тривкі навички культури поведінки в товаристві, уміють гальмувати небажані афекти, принаймні такими уявляються аристократи середньовіччя, – вибухи гнівом тоді вважалося моветоном, і таких неврівноважених людей не запрошували до салонів.

Настрій — це загальний емоційний стан, який своєрідно забарвлює на певний час діяльність людини, характеризує її життєвий тонус. Розрізняють настрої *позитивні,* які виявляються у бадьорості, і *негативні*, які пригнічують, викликають пасивність.

Бувають настрої *тимчасовими і стійкими.* Основними причинами стійкого настрою є задоволеність чи незадоволеність людини своїм життям, зокрема тим, як формуються стосунки на роботі, в сім'ї. Тривалий, стійкий, поганий чи пригнічений настрій є свідченням певного неблагополуччя в житті. Ясність поставлених цілей і впевненість у реальності їх досягнення допомагає людям долати тимчасові погані настрої, зумовлені певними життєвими невдачами.

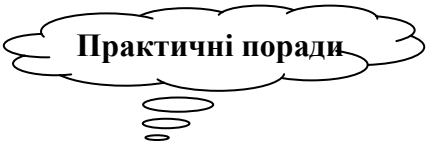
Значно залежать настрої і від стану здоров'я людини, стану її нервової системи, роботи залоз внутрішньої секреції, які регулюють обмін речовин. Стійкість і полярність настроїв зумовлюється і тим, як людина усвідомлює, певні події власного і суспільного життя.

Стрес дещо нагадує афект. Він, як і афект, виникає за напружених умов життя та діяльності, у небезпечних ситуаціях, що виявляються несподівано й потребують в життя негайних заходів.

Стрес – емоційний стан, який виникає у відповідь на різноманітні екстремальні дії (стресори) – загрозу, небезпеку, образу і т.д. У стресовому стані поведінка значною мірою дезорганізується, спостерігаються безладні рухи, порушення мовлення, помилки в переключенні уваги, у сприйманні, пам'яті та мисленні, виявляються неадекватні емоції..

Уміння протистояти стресу вимагає наявність ряду відповідних реакцій на стресові ситуації. Його пов'язують із здатністю бути

невимушеним і стриманим, спокійно зустрічати труднощі, не дозволяючи сильним емоціям узяти над собою верх. Люди, що уміють протистояти стресу, чинять опір кризовим і проблемним ситуаціям, а не піддаються відчуттю безпорадності і безнадійності. Тривожність, яка часто є результатом недостатнього розвитку цієї емоційної здатності, негативно відображається на загальній працездатності, оскільки заважає зосередитися, заважає ухваленню рішень і викликає такі соматичні проблеми, як порушення сну.



Для того, щоб перемогти стрес, використовуються численні техніки, які мають в основному три напрями: дію на тіло, дію на ефективну поведінку і дію на думки, які турбують людину.

До технік боротьби зі стресом, які діють на тіло, можна віднести: фізичні вправи, медитацію, прогресивну релаксацію тощо. Збудження, викликане стресом, може зникнути, якщо ми станемо діяти на тіло. Будь-які фізичні вправи можуть нам у цьому допомогти. Більшість видів спорту, особливо ходьба, танці – цінні інструменти боротьби зі стресом. Ефективним способом є медитація, але слід пам'ятати, що прослуховування музики, гра на музичних інструментах, прогулянки на природі, хобі тощо – це теж свого роду медитація. Основна ідея релаксації полягає в тому, щоб напружити всі м'язи в певній частині Вашого тіла (наприклад, руки) і потім розслабити їх. Це дозволяє значно зняти напругу у власному тілі і стати більш спокійним.

Перше, що діє на ефективну поведінку в стресові ситуації, – це вміння бути організованим. Неорганізованість створює стрес. Потрібно подивитися на ситуацію по-новому і зібратися. Ефективним знаряддям проти стресу може бути формування пріоритетів. Потрібно запитати у себе, що дійсно є важливим і сконцентруватися на цих речах. Друга техніка – пошук соціальної підтримки. Необхідно шукати соціальну підтримку: обговорювати свої проблеми з членами родини, друзями, виражати свій неспокій, що слугуватиме буфером, який пом'якшує дію стресових подій.

Багато хто з нас ставлять перед собою нереалістичні та завищені цілі. Якщо врахувати те, що всі ми недосконалі, то така установка примушує багатьох людей відчувати себе неадекватними, незалежно від того, як добре вони працюють. Тому доцільно в такій ситуації зізнатися собі, що у кожного є певні межі, ставити перед собою поступові досяжні цілі, вчитися говорити «ні».

Ухилення від сумних думок, вміння не бути занадто чутливим до слів, а також частіше посміхатися є також *складовими вмінь боротьби зі стресом за допомогою думок,* яких можна досягти використовуючи такі техніки: уявіть, що ви пишете контрольний тест і раптом розумієте, що вам не вистачає часу. Якщо ви будете говорити собі, що все провалили, то у відповідь від організму отримаєте спітнілі долоні, напругу і спазми. Якщо ж ви скажете собі, що часу не вистачає, але я спокійно буду відповідати на питання до кінця, то рівень вашого стресу буде набагато меншим; не робіть великої проблеми, якщо з вами розмовляють різко, забудьте про це, намагайтеся бачити в людях тільки хороше; пам'ятайте, що сміх зміцнює здоров'я, тому вибирайте книги, телепередачі, які спонукають сміятися, надавайте перевагу спілкуванню з людьми з позитивним мисленням.

Фрустрація (лат. - марне сподівання, невдача, обман) — це своєрідна форма переживання емоцій, характерною ознакою якої є дезорганізація свідомості та діяльності у стані безнадійності, втрати перспективи. Розрізняють такі види фрустрації, як агресивність, діяльність за інерцією, депресивні стани, характерними для яких є сум, невпевненість, безсилля, відчай. Фрустрація виникає в результаті конфліктів особистості з іншими, особливо в колективі, де людина не має підтримки, співчутливого ставлення.

Рівень фрустрації залежить від сили та інтенсивності її причини, функціонального стану людини, а також її досвіду емоційного реагування на життєві труднощі. Як правило, фрустрація супроводжується широкою гамою негативних емоцій: страхом, розлюченістю, гнівом, роздратуванням, сумом, почуттям провини тощо. Іноді фрустрацію розглядають як одну з форм психологічного стресу.

Пристрасті — це сильні, стійкі, тривалі почуття, які захоплюють людину, володіють нею і виявляються в орієнтації всіх прагнень

особистості в одному напрямку, у зосередженні їх на одній меті. У формі пристрасті часто виявляється любов людини до інших людей, до науки, мистецтва, спорту, іншої діяльності.

Пристрасть є складною емоційною властивістю людини, тісно поєднаною з її пізнавальними та вольовими якостями.

Розрізняють пристрасті *позитивні* та *негативні. Позитивні* пристрасті — захоплення працею, навчанням — є тією силою особистості, яка спричинює велику енергію в діяльності, сприяє продуктивності праці. Але навіть позитивна пристрасть, якщо вона заважає діяльності, навчанню, стає *негативною.*

Апатія - це викликаний втомою, тяжкими переживаннями чи хворобою емоційний стан байдужості, спрощення почуттів, ослаблення почуттів. Вона передбачає пасивне ставлення до навколишніх явищ і подій, часто поєднується із утрудненнями в руховій діяльності. Стійка й чітко виражена апатія може бути ранньою ознакою нервово-психічного захворювання. Не можна не згадати і про те, що людині в стані апатії більш властиво вдаватися до жалості до самому себе, жалям про те, що життя не вдалося, і іншим безрадісним роздумам, ніж займатися пошуками виходу з ситуації, що склалася. Подолати свою сумовиту байдужість украй важко.

Основні особливості (властивості) почуттів

Загальні властивості або *якісні характеристики* емоцій і почуттів проявляються в якості, амбівалентності, полярності.

Якість (модальність) емоційних явищ характеризується їх змістом і сигналізує про особливості ставлення індивіда до тих чи тих явищ дійсності. Кожне емоційне переживання характеризується насамперед певною якістю, яка різнить його від інших почуттів: кохання, наприклад, переживається зовсім не так, як ненависть. Від основних базальних або фундаментальних емоції походить величезна гама відтінків переживань, з якими ми зустрічаємося у житті (радість, цікавість (позитивні); гнів, страждання, відраза, презирство, страх, сором (негативні), здивування (нейтральні).

Амбівалентність (обидва, — сила, міць) емоційних явищ має місце при одночасному переживанні індивідом емоцій, які мають полярні характеристики. Це приємне і неприємне, радість і сум, любов і ненависть, тобто емоції, які спричиняються складними й

неоднозначними життєвими подіями. Можна радіти з приводу завершення якоїсь справи і водночас сумувати за тим, що було з нею пов'язано.

Полярність вказує на можливість зміни будь-якої емоції на її протилежність. Те, що було приємним, може стати неприємним, те, що давало радість, може завдати горя; кохання, як відомо, інколи переростає в ненависть, а ненависть — у кохання.

Кількісні характеристики емоцій і почуттів — сила, глибина, інтенсивність, динаміка та тривалість.

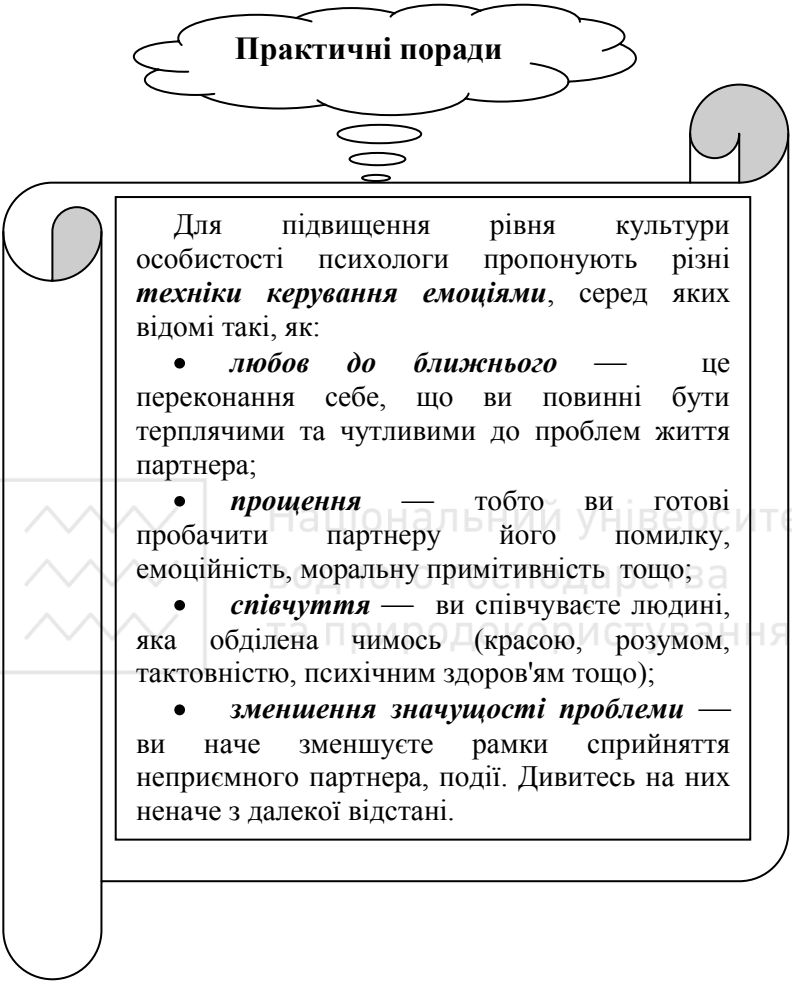
Активність (лат. — діяльний) — здатність емоцій стенічним (підсилювальним) або астенічним (пригнічувальним) чином впливати на діяльність. У цьому зв'язку емоції поділяються на *стенічні* (гр. — сила) і *астенічні* (гр. — безсилля, слабість).

Інтенсивність (лат. — напруження, посилення) — властивість, яка свідчить про ступінь вираженості емоційного явища. Діапазон цієї властивості значний: від легкого хвилювання до пристрасті.

Глибина емоційних явищ залежить від того, чи викликана вона пересічними чи життєво важливими подіями, а також від того, в якому зв'язку між собою перебувають ці явища.

Динаміка почуттів. Переживання людини не залишаються однаковими, а поступово змінюються. Тому часто ведуть мову про динаміку почуттів. Вона буває різною залежно від обставин. В одних випадках переживання наростає, досягає кульмінації і потім згасає, трансформуючись у певний настрій або самопочуття людини. Однак інколи разом із нагнітанням переживання може відбуватися і його згасання.

Тривалість емоційних явищ характеризується часом їх існування. Це залежить від особливостей предмета, який їх викликає, а також від інтелекту та способу життя індивіда. Деякі емоційні переживання є короткочасними, інші тривають довго, живуть тижнями, місяцями, роками й десятками років. Тому емоції бувають *довготривалими та короткочасними* (настрої), навіть перерости в риси особистості. Наприклад, говорять «ця людина похмура» або «він веселун».



4. Сутність волі. Вольові дії. Структура вольового акта. Вольові якості особистості. Вольова активність людини. Виховання волі

Воля – це свідоме регулювання людиною поведінки і діяльності, пов'язане з подоланням внутрішніх і зовнішніх перепон. Найскладнішим питанням у сучасній психології є зміст феномена

волі. Коли психологія в середині XIX ст. стала самостійною наукою, то ніхто з психологів не сумнівався, що воля – це реальність психіки людини, джерело специфічної людської активності. Однак природу феномена волі чітко пояснити не вдавалося. І сьогодні це питання залишається досить проблематичним.

Воля виявляє себе у двох взаємопов'язаних функціях *спонукальній* та *гальмівній.*

Спонукальна функція забезпечує активність людини. Активність породжує дію через специфіку внутрішніх станів людини, які виникають у момент самої дії (людина, яка відчуває потребу в підтримці під час свого виступу, закликає висловитися однодумців; перебуваючи в глибокому смутку, людина скаржиться на всіх оточуючих тощо).

Гальмівна функція виявляється у стримуванні небажаних виявів активності. Ця функція найчастіше виступає в єдності зі спонукальною. Людина здатна гальмувати виникнення небажаних мотивів, виконання дій, поведінку, які суперечать уявленням про зразок, еталон і здійснення яких може поставити під сумнів або зашкодити авторитету особистості. Вольове регулювання поведінки було б неможливе без гальмівної функції. Прикладами гальмівної функції можуть бути окремі вияви людської вихованості.

Вольові дії. Структура вольового акта. Довільні та вольові дії включаються в зміст вольової поведінки людини. Від них слід відрізняти мимовільні дії.

Мимовільні рухи і дії виникають під впливом певного сигналу, який іде від периферійної нервової системи. Ці дії бувають як природжені, так і набуті. До них належать: природжені орієнтувальні, захисні, хапальні дії. На початку онтогенезу організм людини через ці природжені й набуті мимовільні дії взаємодіє із зовнішнім середовищем, тому вони є корисними і необхідними.

Довільні дії **.** Мимовільні і довільні дії не протилежні одні одним, між ними немає чіткої межі. Довільні – це цілеспрямовані дії, які виходять з усвідомлених мотивів та нерозривно пов'язані з відображенням мети і засобів її досягнення (наприклад, у маленьких дітей усі рухи мимовільні, але в результаті навчання та виховання діти поступово оволодівають ними, навчаються свідомо спрямовувати свої рухи й керувати ними).

Однак рівень усвідомленості довільних дій у людини може бути різним. Відповідно до цього розрізняють два основні види довільних дій: *обдумані та імпульсивні.*

Обдуманим довільним діям притаманний високий рівень свідомості, розумності. Проте підпорядкованість цих дій розуму не означає, що вони не пов'язані з емоціями, їх зв'язок з почуттями безсумнівний, але провідна роль у них належить розумові.

Імпульсивні дії характеризуються недостатньою усвідомленістю та обдуманістю і вирізняються підпорядкуванням емоціям у процесі їх виконання. Однією з умов успіху в професійній діяльності є контроль імпульсивності – здатність встояти перед імпульсом, спокусою або спонукою негайно діяти або відкласти його виконання.

Вольові дії. У традиційній психології *вольовими* називають дії, скеровані на досягнення свідомо поставленої мети і пов'язані з подоланням труднощів. Багато дослідників *основні ознаки* вольових дій бачать у наступному:

- свідомому подоланні перешкод на шляху до досягнення мети;
- конкуруючих мотивах;
- наявності вольового зусилля.

Традиційно вольову регуляцію поведінки, всі фази складної вольової дії пов'язують з особливим емоційним станом, який визначають як вольове зусилля. Вольове зусилля пронизує всі фази вольового акту: *усвідомлення мети, оформлення бажань, вибір мотиву, плану та способів виконання дії.*

Вольова дія може реалізуватися в *простих і складніших формах.*

У простому *вольовому акті* спонукання до дії, спрямоване на більш чи менш усвідомлену мету, може безпосередньо переходити у дію. Простий вольовий акт має дві фази:

- виникнення спонукання та усвідомлення мети;
- досягнення мети.

Наприклад, захотівши пити, людина одразу наливає води у склянку і п’є; якщо їй холодно, вона вдягає пальто.

Складну вольову дію характеризує опосередкований свідомий процес: дії передує врахування її наслідків, усвідомлення її мотивів, прийняття рішення, виникнення намірів її здійснення, планування.

Отже, у складній вольовій дії можна виділити чотири основні фази:

- виникнення спонукання та попереднє визначення мети (залежно від

ступеня усвідомленості прагнення диференціюються на потяги, бажання, хотіння);

- стадія обмірковування і боротьба мотивів (обмірковування обраної мети та засобів її досягнення передбачає зважування різних доводів за і проти, вимагає оцінки суперечливих бажань, аналізу обставин тощо);
- прийняття рішення (остаточна постановка свідомої мети, утворення намірів);
- виконання (виконання рішень і намірів).

Перебіг вольової дії в реальних умовах завжди залежить від конкретної ситуації, тому різні фази можуть набувати більшої або меншої ваги, інколи концентруючи на собі весь вольовий акт, інколи зовсім нівелюючись. Будь-яка вольова дія є вибірковим актом, що включає свідомий вибір і рішення.

Таким чином, вольова діяльність як цілісний мотиваційний акт поведінки виходить із спонукань, джерелом яких є потреби; спрямовується на усвідомлені цілі; здійснюється на підставі свідомого регулювання.

Вольові якості. Своєрідність активності особистості особистості втілюється в її вольових якостях.

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

Вольові якості розглядають як індивідуальні особливості волі, властиві окремим людям.

До позитивних якостей належать такі, як наполегливість, цілеспрямованість, витримка тощо.

Якості, що характеризують слабкість волі особистості – це безпринципність, безініціативність, нестриманість, боязкість, упертість тощо.

Рівень сформованості та глибини кожної ланки вольового акту виявляється в поведінці людини і залежить від її ***вольових особистісних якостей.*** До них належать:

1. Сила волі – це міра необхідного вольового зусилля для досягнення мети.

2. Наполегливість – це уміння мобілізувати свої можливості для тривалого подолання труднощів.

3. Витримка – це уміння гальмувати дії, почуття, думки, які заважають здійсненню прийнятого рішення.

4. Енергійність – це активність під час досягнення мети.

5. Рішучість – це уміння приймати і втілювати в життя швидкі, обґрунтовані і тверді рішення.

6. Сміливість – це уміння перебороти страх і йти на виправданий ризик.

7. Самоволодіння – це уміння контролювати почуттєвий бік своєї психіки.

8. Упевненість у собі.

9. Відповідальність – це виконання моральних вимог.

10. Дисциплінованість – це свідоме підкорення своєї поведінки загальноприйнятим нормам.

11. Принциповість – це вірність певній ідеї в переконаннях.

12. Обов'язковість – це уміння добровільно покласти на себе відповідальність.

13. Цілеспрямованість – це здатність ставити перед собою мету.

14. Самостійність – це планування діяльності без допомоги інших.

15. Організованість – це розумне планування і упорядкування своєї праці.

Вольові якості у людини можуть не сформуватися, якщо умови життя і виховання в дитинстві були несприятливі:

1) дитина була розбещеною, усі її бажання виконувались без перешкод;

2) дитина була пригнічена волею і вказівками дорослих, не звикла приймати рішення самостійно.

Вольова активність особистості. Вольова регуляція поведінки характеризується станом оптимальної мобілізації особистості, потрібного режиму активності, концентрацією цієї активності в необхідному напрямку. Вольову активність особистості можна охарактеризувати за ступенем розвитку волі особистості:

- ***сила волі:*** характеризується тим, які за складністю труднощі переборюються людиною; чим більше перешкод людина переборює, тим сильніша її воля; одні й ті ж об'єктивні труднощі можуть бути суб'єктивно неоднаковими для різних людей;

- ***стійкість волі:*** визначається тим, як часто в особистості проявляються ті або інші вольові прояви;
- ***широта волі:*** показує, у скількох випадках діяльності людини проявляється та чи інша за силою і стійкістю воля (або окрема вольова якість);
- ***моральна спрямованість:*** вольові дії завжди мотивовані, вольова активність має певну моральну спрямованість. Тому при характеристиці волі основні вагу звертають на рівень (високий, низький) її розвитку.

Якщо ступінь вольового розвитку характеризує динамічну сторону волі (з якою силою вона проявляється, наскільки стійка, які сторони діяльності охоплює), то рівень – моральну сторону, яка визначається рівнем мотивації поведінки особистості.

Виховання волі. Воля завжди пов'язана з метою, яка повинна бути значущою. На шляху до мети мають бути труднощі та їх подолання. Повинні бути засоби та прийоми подолання труднощів. Починати виховувати волю потрібно з самого раннього дитинства. Дитині необхідно прищеплювати навички самообслуговування. Повинен бути механізм повторення. Доки у дитини немає своєї волі, створюється зовнішня воля: їй ставлять мету та створюють умови для подолання труднощів. Необхідно слідкувати, щоб мета досягалась. Важливим є дотримання режиму. Режим ─ це зовнішня воля, це, коли хочеться – треба гальмувати, коли не хочеться – треба спонукати.

Розвиток волі у людини пов'язаний з перетворенням мимовільних психічних процесів у довільні; з набуттям людиною контролю над своєю поведінкою; з виробленням вольових якостей особистості; з тим, що людина свідомо ставить перед собою все більш складні задачі і реалізує все більш віддалені цілі, які вимагають значних вольових зусиль протягом тривалого часу.

Отже, виховання волі – це, власне, процес виховання особистості загалом, а не певної якості. Вихідними положеннями виховання волі підростаючого покоління є правильне поєднання свідомого переконування з вимогливістю до поведінки людини; забезпечення реального впливу вимог на життєві взаємини особистості з оточуючими, а також на її ставлення до самої себе; поєднання свідомого переконування з організацією

практичного досвіду здійснення особистістю вольових дій і вчинків.

Позитивне значення для виховання волі мають цілеспрямовані вправи, пов'язані зі свідомим прагненням особистості навчитися володіти собою, опанувати вольовий спосіб поведінки. Важливою умовою розвитку волі є інтерес до *її самовиховання.* Існує чимало способів виховання вольової регуляції поведінки особистості в ситуаціях повсякденного життя. Кожну дію можна перетворити у вправу, якщо здійснювати її свідомо, а не за звичкою чи з почуття обов'язку. Призначення волі полягає в тому, щоб спрямовувати, а не в тому, щоб примушувати до чогось.

Практичні поради

Прийоми вправляння і виховання волі
(за Р. Ассаджолі):

- Зробіть що-небудь, чого ніколи раніше не робили.
- Заплануйте що-небудь, а потім здійсніть свій план.
- Продовжуйте робити те, що робили, ще п'ять хвилин, навіть коли Ви стомилися і Вас почало приваблювати щось інше.
- Зробіть що-небудь досить повільно.
- Коли легше сказати «так», але правильніше сказати "ні", говоріть "ні".
- Робіть те, що, як Ви вважаєте, зараз найголовніше.
- У найнезначніших ситуаціях вибору робіть його без вагань.
- Чиніть усупереч усім очікуванням.
- Утримуйтеся говорити те, що Вас підштовхують сказати.
- Відкладіть те, виконанню чого Ви віддаєте перевагу саме зараз. Спочатку виконайте те, що Ви хотіли відкласти.
- Виконуйте кожного дня одну вправу впродовж місяця, навіть якщо це видається Вам невигідним.

Самовиховання волі можливе за умови дотримання певних умов:

- систематичному вправлянні в подоланні труднощів, починаючи з відносно незначних складностей у повсякденному житті (режим дня, заняття спортом тощо);
- обов'язковому здійсненні прийнятих рішень;
- постановці привабливої, особистісно вартісної та соціально корисної мети;
- виділенні і проходженні ряду етапів на шляху до поставленої мети.
-

Узагальнювальна таблиця з теми 4. «Форми вияву психіки: емоційно-вольова сфера людини»

Види почуттів	*І. За еволюційною ознакою: прості,складні.* *ІІ. За функціональною ознакою:* • *позитивні, негативні;* • *стенічні, астенічні.* *ІІІ. За структурною ознакою –* *вищі почуття:* • *моральні,* • *естетичні,* • *праксичні,* • *інтелектуальні.*
Функції емоцій і почуттів	• *сигнальна,* • *регулятивна.*
Основні емоційні стани	• *інтерес,* • *радість,* • *страждання,* • *гнів,* • *страх,* • *сором,* • *здивування.*

продовження таблиці

Форми переживання почуттів	• *власне емоції,* • *афект,* • *настрій,* • *стрес,* • *фрустрація,* • *апатія.*
Властивості (характерні особливості) почуттів	*Загальні властивості або якісні характеристики:* • *якість,* • *амбівалентність,* • *полярність.* *Кількісні характеристики емоцій і почуттів:* • *сила,* • *глибина,* • *інтенсивність,* • *динаміка,* • *тривалість.*
Функції волі	• *спонукальна,* • *гальмівна*
Вольові дії	• *мимовільні,* • *довільні (вольові).*
Вольові якості особистості	*Сила волі, наполегливість, витримка, Енергійність, рішучість, сміливість, Самоволодіння, упевненість у собі, Відповідальність,дисциплінованість, принциповість, обов'язковість, цілеспрямованість, самостійність організованість.*

Національний університет водного господарства та природокористування

продовження таблиці

Вольова активність людини	• *сила волі,* • *стійкість волі,* • *моральна спрямованість волі.*

Питання й завдання для самоперевірки

1. Поняття про емоції та почуття.
2. Функції емоцій і почуттів.
3. Основні емоційні стани.
4. Форми переживання почуттів.
5. Основні шляхи подолання стресу.
6. Характерні особливості почуттів.
7. Вищі почуття.
8. Шляхи подолання стресу.
9. Техніки керування емоціями.
10. Індивідуальні емоційні прояви.
11. Поняття про волю.
12. Вольові дії.
13. Структура вольового акта.
14. Вольові якості особистості.
15. Вольова активність людини.
16. Виховання волі.
17. Безвілля, його причини та переборення.
18. Вольова активність людини.

Національний університет водного господарства та природокористування

Тема 5. Психологія особистості. Розвиток особистості та «Я-концепція», індивідуально-психологічні властивості особистості

1. Сутність особистості. “Людина”, “індивід”, “особистість”, “індивідуальність”: співвідношення понять. Основні вітчизняні та зарубіжні підходи до вивчення особистості.
2. Основні властивості особистості. Структура особистості. Спрямованість особистості.
3. Загальна характеристика онтогенезу психічного розвитку особистості. Теорії розвитку особистості. Загальні закономірності становлення і розвитку особистості.
4. «Я-Концепція»: її сутність та вплив на життєдіяльність. Соціально-психологічні закономірності професійного становлення особистості. Шляхи і методи гармонізації та удосконалення особистості.
5. Індивідуально-психологічні властивості особистості: темперамент, характер, здібності.

Національний університет водного господарства та природокористування

1. Сутність особистості. “Людина”, “індивід”, “особистість”, “індивідуальність”: співвідношення понять. Основні вітчизняні та зарубіжні підходи до вивчення особистості

У процесі спільної діяльності та спілкування в соціокультурному середовищі людина набуває особливої якості, яку позначають терміном «особистість».

Біологічна істота, яка належить до класу ссавців виду Homo sapiens, характеризується поняттям ***«людина».*** У неї генетично задано особливу тілесну організацію, істотними ознаками якої є прямовисне ходіння, наявність пристосованих до праці рук, високорозвинутий мозок. Разом із тим людина є істотою суспільною, що має свідомість і самосвідомість. Завдяки суспільству вона має змогу не тільки працювати і пізнавати світ, а й усвідомлювати, співвідносити свої потреби і бажання з обставинами життя.

Факт належності живої істоти до людського роду відображається в понятті «індивід».

Індивід (лат. - неподільне) – людина як одинична природна істота,

представник виду Homo sapiens.

Дитина народжується як індивід. Завдяки спілкуванню з дорослими вона поступово засвоює досвід людства і включається в систему суспільних відносин, що формують її потреби, інтереси, світогляд, переконання, тобто розвивають її як особистість.

Особистість – суспільна істота, наділена свідомістю і представлена психологічними характеристиками, які є стійкими, соціально зумовленими і виявляються у суспільних зв'язках, відносинах з навколишнім світом, іншими людьми та визначають поведінку людини.

Особистість – діяч суспільного розвитку, свідомий індивід, який посідає певне становище в суспільстві та виконує певну суспільну роль.

Кожна особистість має властивий тільки їй набір рис і особливостей, який визначає її індивідуальність.

Індивідуальність – неповторне поєднання психологічних особливостей і рис людини, що визначає її своєрідність і несхожість на інших людей. Виявляється індивідуальність у рисах темпераменту, характеру, здібностях, особливостях і якостях психічних процесів, у звичках і уподобаннях людини.

Проблема особистості є центральною у психології. Вирішити її намагаються представники різних психологічних напрямів і шкіл. Виходячи зі своїх концептуальних позицій, одні вчені акцентують увагу на ролі біологічного в розвитку особистості, інші – розглядають особистість як продукт суспільно-історичного й онтогенетичного розвитку людини. Проте велика складність проблеми і відмінність у підходах до її вирішення поки що не дають змоги сформувати загальновизнану теорію особистості.

Дослідження особистості налічує майже дві з половиною тисячі років. Проте психологія особистості як наука склалася порівняно нещодавно.

В історії досліджень особистості виділяють такі періоди.

V ст. до н. е. - поч. XIX ст. – *філософсько-літературний період (Сократ, Арістотель, Спіноза, Локк, Юм),* протягом якого основними проблемами психології особистості були питання моральної і соціальної природи людини, її вчинків і поведінки.

Поч. XIX ст. - XX ст. - *клінічний період (Фрейд, Адлер, Юнг).* У цей період в центрі уваги психіатрів опинилися психічні чинники виникнення й перебігу хвороб, впливу хвороб на особистість, психологічні аспекти лікування.

Поч. XX ст. – теперішній час – *експериментальний період (Лазурський, Айзенк, Кеттел, Олпорт),* який характеризується активним впровадженням в психологію експериментальних методик дослідження психічних явищ з метою позбавитися суб'єктивізму в їх поясненні.

У процесі диференціації напрямів дослідження особистості, що відбувався в першій половині XX ст., склалася ціла низка теорій особистості: гештальтпсихологічна, психоаналітична, гуманістична, біхевіористична, когнітивна.

Теорії особистості в зарубіжній психології виділяють такі:

*1) традиційні (*З. Фройд, К.-Г.Юнг, В. Дільтей, К. Левін, В. Штерн та ін.);

*2)нові (*А.Адлер, К.Хорні, Г.Олпорт, К.-Р.Роджерс, А.-Х. Маслоу, Г.-Ю.Айзенк, Дж.Кеттел та ін.);

3)новітні (Е.Фромм, Е.-Х.Еріксон, Г.Саллівен, К. Леонгард, Е.Берн та ін.).

2. Основні властивості особистості. Структура особистості. Спрямованість особистості

Основні властивості особистості – це:

1. Ідейність особистості – визначальна (основна) властивість спрямованості, через яку переломлюються потреби й інтереси особистості. Ідейна людина принципова, послідовна, у неї не розходиться слово зі справою.

2. Цілеспрямованість – вміння ставити перед собою мету.

3. Моральна вихованість характеризує людину не лише зі сторони ставлення до справи, суспільних обов'язків, а насамперед у ставленні до людей (практична турбота про людей, увага до їх потреб).

4. Духовне багатство особистості включає: різносторонність розвитку духовних потреб і інтересів; великий об'єм знань, вмінь і навичок; розвинуті здібності, які забезпечують творчість у діяльності.

5. Цілісність особистості визначається єдністю особистих і суспільних інтересів, високою ідейною і моральною вихованістю, відсутністю роздвоєності у почуттях і думках.

6. Активність особистості створює внутрішні передумови для подальшого розумового, фізичного, морального і політичного, естетичного розвитку особистості.

7. Оригінальність особистості – це те, що помітно виділяє особистість із оточення і разом з тим являє соціальну цінність. Найбільш цінна та оригінальність, яка втілюється в творчій праці. Оригінальність особистості – результат своєрідності її життєвого шляху і виховання.

Структуру особистості розглядають по-різному. Одні вважать, 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.

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

Перша підструктура – *спрямованість особистості:* моральні якості, переконання, світогляд, ідеали, установки, прагнення, світогляд, стосунки з іншими. Визначається суспільним буттям людини.

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

Третя – *підструктура особливостей психічних процесів (форм відображення)*. Вона охоплює індивідуальні особливості психічних процесів, що формуються впродовж соціального життя і специфічно виявляються в пізнавальній та емоційно-вольовій діяльності людини (увага, відчуття, сприймання, пам'ять , мислення, воля, емоції, почуття).

Четверта підструктура – *біологічно зумовлені психічні функції особистості*. Об'єднує темперамент, типологічні властивості особистості, статеві й вікові особливості та їх патологічні зміни, що великою мірою

залежать від фізіологічних і морфологічних особливостей мозку.

Спрямованість особистості. Система домінуючих мотивів поведінки і діяльності визначає *спрямованість особистості.* Важливу роль у формуванні спрямованості особистості відіграє її самосвідомість.

Провідні мотиви підпорядковуються собі всі інші, тому мотиваційна сфера особистості має ієрархічну структуру. Але на поведінку людини впливають і спонукання, що мало усвідомлюються.

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

- *особистісна спрямованість.* Характеризується переважанням у особистості мотивів, спрямованих на забезпечення особистого благополуччя. Наприклад, успішно закінчити вуз, щоб зробити хорошу кар'єру;
- *колективістська спрямованість.* Зумовлена переважанням мотивів, спрямованих на забезпечення успіху в спільній роботі. Наприклад, намагання здобути командну перемогу у змаганнях;
- *ділова спрямованість.* Відображає переважання мотивів, які породжені діяльністю і зорієнтовані на неї: інтерес до праці, бажання оволодіти конкретним видом діяльності тощо.

Спрямованість здебільшого визначається *усвідомленими мотивами* поведінки - ***цілями, інтересами, ідеалами та переконаннями***. Якщо усвідомлюється не тільки мета, а й можливість її досягнення, то йдеться про перспективу особистості. *Неусвідомлювані мотиви* – різноманітні спонукання, у яких не усвідомлюється причина вибору дій і вчинків. При цьому людина не може пояснити чому вона себе повела так, а не інакше. *До неусвідомлюваних мотивів належать* ***потяг і установка.***

3. Загальна характеристика онтогенезу психічного розвитку особистості. Теорії розвитку особистості. Загальні закономірності становлення і розвитку особистості

Розбіжності між « ідеальним Я" та "реальним Я" є джерелом розвитку особистості.

Особистість як суспільна істота формується у процесі навчання та виховання, у праці та спілкуванні з іншими людьми. Разом з тим важливу роль в становленні особистості відіграють природжені особливості. Зовнішні впливи діють на особистість через її внутрішнє,

природжене, раніше набуте. Тому, щоб пізнати особистість, її психологію, можливості розвитку її самосвідомості треба з'ясувати конкретні умови її життя, виховання, праці, особливості середовища та взаємодії з ним.

Проблема розвитку та виховання особистості належить до найактуальніших соціальних аспектів суспільного життя і завжди потребує глибокого наукового обґрунтування психологічної сутності чинників цього процесу.

Онтогенез – це індивідуальний розвиток організму від зародження до кінця життя.

Онтогенез людини – це цілісний процес становлення людини як організму, як свідомої суспільної істоти і як особистості.

Сутністю цього процесу є розвиток. Під розвитком людини розуміють ті зміни, які з часом відбуваються у будові тіла, мисленні, поведінці людини в результаті біологічних процесів в організмі і впливів навколишнього середовища.

Психічний розвиток дитини – це індивідуальна історія розвитку її відчуттів, сприймань, уявлень, думок, почуттів, прагнень та інших відображень об'єктивної дійсності, становлення "суб'єктивного світу" особистості, її свідомості. В цій історії є спільні риси з історичним розвитком людської свідомості. Дитина йде від несвідомого до свідомого стану, від незнання до все глибшого і повнішого пізнання об'єктивної дійсності, від безпосереднього, безсловесного відображення її предметів і явищ до опосередкованого, здійснюваного з допомогою мови, розкриття їх зв'язків і відношень.

Життєвий цикл людини традиційно прийнято розділяти на 4 великих періоди:

- пренатальний (внутрішньоутробний);
- дитинство;
- отроцтво;
- зрілість (дорослість).

Народження свідомої особистості - це початок тривалого і драматичного шляху розвитку особистості дорослої людини. Людина впродовж життя переживає вісім психосоціальних криз (за Е.Еріксоном), специфічних для кожного віку. Сприятливий чи несприятливий вихід з них визначає можливість подальшого розвитку

особистості. Термін "криза" грецького походження і в перекладі означає "момент прийняття рішення". Криза – це роздоріжжя. Один шлях веде до успіху, інший - до невдачі. У медицині криза – це поворотний пункт, після якого пацієнт може почати одужувати або його стан серйозно ускладнюється. Інакше кажучи, за будь-якою кризовою ситуацією завжди приховані дві можливості.

Першу кризу людина переживає на першому році життя. Вона пов'язана із задоволенням дитиною за допомогою дорослого своїх фізіологічних потреб, внаслідок чого розвивається її довіра чи недовіра до навколишнього світу.

Друга криза пов'язана з першим досвідом навчання дитини, виробленням навичок охайності. Розуміння дитини, систематичність і послідовність у навчанні розвиває самостійність, тоді як покарання й непослідовність –страх і сумнів.

Третя криза відповідає дошкільному вікові, коли відбувається самоствердження дитини. Плани, які вона постійно будує і які їй дозволяють здійснити, сприяють розвитку в неї почуття ініціативи. Навпаки, переживання повторних невдач призводить до закріплення почуття провини.

Четверта криза відбувається в шкільному віці. Залежно від шкільної атмосфери, стосунків з однокласниками й учителями, методів виховання в дитини розвивається смак до роботи або почуття меншовартості.

П'ята криза спостерігається в підлітковому віці, коли засвоюються зразки поведінки. Позитивний досвід розвиває ідентифікацію, негативний спричиняє рольову плутанину.

Шоста криза характерна для юнацького віку. Вона пов'язана з пошуком близькості з коханою людиною. Відсутність досвіду може привести до ізоляції людини та її замкнення собі.

Сьому кризу переживають у 40-річному віці. За умов нормального розвитку цей вік вирізняється високою продуктивністю діяльності, активізацією почуття збереження роду (генеративності), повагою до мудрості. Нерозв'язана криза зумовлює застій.

Восьма криза припадає на час старіння, коли підбивають підсумки життя. На цьому етапі особистість або досягає цілісності й приймає неминуче, або завершує життя з почуттям страху перед смертю.

Розвиток людини протягом усього життя детермінований багатьма факторами, а саме, *основними*: спадковості, середовища, научіння, соціалізації, виховання; *додатковими*: нормативні, нормативні історичні, ненормативні.

Теорії розвитку особистості. Розвиток людської особистості вивчався багатьма відомими психологами.

У психологічних теоріях можна виокремити два напрями, які по-різному розглядають джерела психічного розвитку дитини, – *біологічний і соціальний.*

Представники першого, *біологічного напряму* вважають, що провідним є спадкове, яке наперед визначає всі особливості розвитку особистості. Американський учений Е.Торндайк стверджує, наприклад, що всі духовні якості особистості, її свідоміст – це такі самі дари природи, як і очі, вуха, пальці та інші органи тіла. Усе це спадково дається людині й механічно втілюється в ній після її зачаття та народження.

Американський педагог Дж. Дьюї вважає, що людина народжується навіть з готовими моральними якостями, почуттями, духовними потребами.

Представники теорії, відомої під назвою «біогенетичний закон» (Дж.Болдуїн) вважають, що дитина, народившись, у своєму розвитку поступово відтворює всі етапи історичного розвитку людини: період скотарства, хліборобський, торговельно-промисловий. Лише після цього вона включається в сучасне життя. Проходячи певний період, дитина живе життям того історичного періоду. Це виявляється в її нахилах, інтересах, прагненнях і діях. Прихильники теорії «біогенетичного закону» обстоювали вільне виховання дітей, бо, на їхню думку, лише за такого виховання вони можуть повноцінно розвиватися і включатися в життя того суспільства, в якому живуть.

Другий напрям розвитку особистості репрезентований *соціогенетичною концепцією***.** Згідно із соціогенетичними теоріями розвиток дитини визначається соціальними умовами: в якому середовищі народилася та виховується дитина, у такому напрямі й відбувається її розвиток. Представники цього напряму, як і біогенетики, недооцінювали внутрішню активність особистості як свідомого суб'єкта діяльності, її природжені особливості.

Г.Костюк розробив принцип розвитку у психології, який став центральним у розумінні природи психічного розвитку особистості. За

цим принципом розвиток людської особистості – це безперервний процес, що виявляється у кількісних і якісних змінах людської істоти. Вони відбуваються протягом усіх етапів онтогенезу. Маючи зв'язок із фізіологічним розвитком, ці зміни визначаються наслідками взаємодії із зовнішнім світом, яка регулюється нервовою системою та її психічними функціями. У дитинстві психічний розвиток особистості здійснюється за допомогою дорослих у спільній діяльності з ними, регулюється словом. Це забезпечує якісні зміни як окремих психічних процесів, так і психіки в цілому.

Психіка дитини формується з віком та ускладнюється як структурно організована динамічна система.

Онтогенез психіки відбувається не по прямій, а по спіралі. Кожна нова психічна структура виникає на основі попередньої. Створюється система психічних властивостей підростаючого людського індивіда – особистість. З розвитком особистості виявляються типологічні й індивідуальні відмінності. При цьому складається неповторна специфічність особистості – її індивідуальність.

З проблематикою особистісного зростання пов'язані усі психологічні дослідження А.Маслоу, який, власне, й саму психологію розглядає як один із засобів, що сприяє соціальному і психічному благополуччю. Вчений запровадив поняття *самоактуалізації особистості* — це повне використання людиною своїх талантів, здібностей, можливостей тощо.

Особистісне зростання, за А.Маслоу, є задоволення чимраз вищих потреб, якими в його ієрархії є потреби в самоактуалізації. Рух до самоактуалізації не може початися, поки індивід не звільниться від домінування нижчих потреб, як-от потреби у безпеці та визнанні. Прагнення до високої мети саме по собі є показником психічного здоров'я. Процес особистісного зростання здійснюється шляхом самоактуалізації, що передбачає тривалість, безперервність процесу зростання і максимальний розвиток здібностей.

4. «Я-Концепція»: її сутність та вплив на життєдіяльність. Соціально-психологічні закономірності професійного становлення особистості. Шляхи і методи гармонізації та удосконалення особистості

Свідомість людини зорієнтована не тільки на відображення зовнішніх об'єктів — вона може бути спрямована на пізнання себе (внутрішнього світу, діяльності). усвідомлення людиною самої себе називають *самосвідомістю*.

Самосвідомість — усвідомлення людиною себе як особистості (своїх якостей і рис, стосунків з іншими людьми, місця і ролі в суспільстві).

Результатом процесів самосвідомості є "Я-концепція" особистості.

Формується вона в процесі життєдіяльності, водночас впливаючи на розвиток, діяльність і поведінку особистості, як установка щодо себе.

Я-концепція (лат. - сприйняття) — динамічна система уявлень людини про себе, на основі якої вона вибудовує взаємовідносини з іншими людьми.

"Я-концепція" є системою установок, яка включає три структурні елементи:

1) *когнітивний* - образ "Я", який характеризує зміст уявлень про себе (про свої здібності, зовнішність, соціальну значущість тощо);

2) *емоційно-оцінний, афективний,* що відображає ставлення до себе загалом чи до окремих аспектів своєї особистості, діяльності й виявляється в системі самооцінок (самоповага, самокритичність, самозакоханість тощо);

3) *поведінковий*, який характеризує вияви перших двох елементів у поведінці: саморегуляція і самореалізація (прагнення завоювати авторитет, підвищити свій статус чи намагатися бути непомітним, приховати свої недоліки). Основним компонентом само регулятивної системи особистості є воля.

З погляду змісту і характеру уявлень про себе виділяють "Я-минуле", "Я-теперішнє", "Я-майбутнє", а також "Я-динамічне" (як особистість змінюється, якою вона прагне стати), "Я-уявлюване", "Я-маску", "Я-фантастичне" тощо.

Центральним компонентом Я-концепції є самооцінка.

Самооцінка — оцінка особистістю самого себе, своїх можливостей, якостей і місця серед інших людей.

Самооцінку характеризують за такими параметрами:

- за рівнем - висока, середня та низька;
- за співвіднесенням з реальними успіхами —- адекватна та

Національний університет водного господарства та природокористування

неадекватна (завищена та занижена);

- за особливостями будови — конфліктна та безконфліктна.

Самооцінка виконує регулятивну і захисну функції, впливає на поведінку, діяльність і розвиток особистості, її стосунки з іншими людьми. Тісно пов'язана вона з рівнем домагань. Формуючись на основі самооцінки, він є важливим внутрішнім чинником саморозвитку і самореалізації особистості.

Рівень домагань особистості — це прагнення досягти мети тієї складності, на яку людина вважає себе здатною.

Самосвідомість особистості чутливо реєструє за допомогою механізму самооцінки співвідношення власних домагань і реальних досягнень.

Важливим компонентом образу "Я" особистості є *самоповага,* яка визначає співвідношення справжніх досягнень і того, на що людина претендує, розраховує. Американський психолог У.Джемс запропонував формулу визначення самоповаги, у чисельнику якої представлені реальні досягнення індивіда, у знаменнику — його домагання:

$$\text{Самоповага} = \frac{\text{успіх}}{\text{домагання}}$$

Як бачимо, для збереження самоповаги є два шляхи: досягати успіхів у обраних галузях або знижувати рівень домагань.

Ще один варіант збереження самоповаги — *пасивний психологічний захист "Я-образу".* Це особлива регулювальна система, до якої вдається особистість для усунення психічного дискомфорту і переживань, що загрожують "Я-образу", та збереження його на рівні, бажаному й можливому за даних обставин. Захисні механізми вступають у дію, якщо досягнення мети нормальним шляхом неможливо. Існують такі *механізми психологічного захисту*: заперечення, витіснення, проекція, ідентифікація, раціоналізація, включення, заміщення.

Соціально-психологічні закономірності професійного становлення особистості. У професійному становленні особистості виділяють стадії:

1. Формування професійних намірів.
2. Професійної освіти і підготовки.
3. Професійної адаптації.

4. Первинної і вторинної професійної майстерності.

5. Творчий та інноваційний рівень професійної діяльності.

Кожен з цих етапів характеризується специфічними особливостями, неповторним поєднанням внутрішніх (психологічних) та зовнішніх (середовищних) умов розвитку професійно-цінних якостей особистості. Розглянемо основні закономірності кожного етапу.

Ставлення до професії — це важливий психологічний чинник оволодіння професійними знаннями, уміннями та навичками.

Формування позитивного ставлення і стійкого інтересу до професії повинно спиратись на пізнавальну активність особи як на важливий психологічний чинник. Ігнорування або недооцінка цієї вимоги знижує ефективність навчання.

Психолого-педагогічна наука досить чітко визначає умови становлення особистості професіоналом, накреслює шляхи формування професійно важливих якостей особистості.

Зокрема, відомий сучасний дослідник проблем профорієнтації Е.Клімов вказує на п'ять *професійно-цінних якостей* особистості:

1. Громадянські якості.

2. Ставлення до праці і професії.

3. Інтереси, нахили до даної сфери діяльності.

4. Дієздатність - не лише фізична, а й розумова.

5. Спеціальні здібності, навички, знання, досвід.

Автор наголошує, що кожна професійно важлива якість, якщо вона розглядається ізольовано, не може бути єдиною підставою для вирішення питання про професійне самовизначення особистості.

Є також окремі випадки "Я-концепції", а саме *професійна "Я-концепція особистості" або "Я-професійне"*. У свою чергу професійна "Я-концепція особистості" також може бути реальною та ідеальною. А.Реан дає таке визначення: ***професійна "Я-концепція"*** — це уявлення особистості про себе як професіонала.

Ціннісні орієнтації майбутнього фахівця узгоджені з загальними ціннісними орієнтаціями особистості, потребами, рівнем домагань, з амбіціями майбутнього спеціаліста. Адаптувавши вислів П.Р. Ігнатенка під фахове навчання, отримаємо, що ціннісні орієнтації майбутніх фахівців — це ті потреби, які він спроможний втілити у свою професійну діяльність, всі ті домагання, яких майбутній спеціаліст

прагне досягти під час фахового навчання і з якими пов'язує свою професійну діяльність.

Отже, потребу можна задовольнити тільки цілеспрямованими діями. Ієрархія потреб майбутніх фахівців виглядає таким чином:

1. Потреба у визначенні професії за фахом.
2. Потреба в оволодінні професією за обраним фахом.
3. Потреба у реалізації професійних якостей особистості.
4. Потреба у професійному самовдосконаленні.

Для того, щоб задовольнити потребу у професійному самовдосконаленні, необхідно задовольнити всі попередні потреби. Проте для того, щоб на науковому рівні сформувати позитивну професійну "Я-концепцію", недостатньо тільки декларування ієрархії потреб, потрібне їх усвідомлення особистістю. Усвідомлення потреб відповідає за реалізацію професійного шляху особистості. Це відбувається тому, що процес професійного становлення (вибір професії, постановка та реалізація професійних цілей, актуалізація власних можливостей у процесі самореалізації) є досить тривалим процесом, який не починається і не закінчується у стінах навчального закладу. Професійна "Я-концепція" є складовою професійної самосвідомості, яка, в свою чергу є втіленням у життя потреб майбутнього фахівця.

Основні шляхи гармонізації та удосконалення особистості Ідеалом різнобічно розвиненої людини є гармонійна особистість. Гармонійні відносини між особистістю і світом означають гармонію між тим, чого особистість вимагає від інших, і тим, що вона може й повинна дати їм.

Гармонійна особистість — це людина, яка перебуває в єдності зі світом, людьми і сама з собою. Вона є, безперечно, моральною особистістю. Причому структура особистості набуває гармонійності не у зв'язку з розвитком усіх її рис, а внаслідок максимального вдосконалення тих здібностей, які утворюють домінантну спрямованість, роблять змістовними її життя і діяльність.

Дисгармонійна структура особистості складається тоді, коли у свідомості переважають високі самооцінки і домагання, бажання за будь-яку ціну бути на рівні своїх уявних можливостей як у власних очах, так і в очах інших людей, а в царині несвідомого —

невпевненість у собі, яку людина не допускає до свідомості.

З віком в одних людей з'являється потреба виправдати свої дії, і вони починають перетворювати «пороки в чесноти», тобто ставитися до своїх вад, як до цінностей. На перший погляд, "неузгодженість" між свідомістю й поведінкою ніби зникає, однак насправді вона залишається, оскільки такі люди постійно заходять у конфлікти з оточенням, їх турбують сумніви й почуття меншовартості, пов'язані, як їм здається, з недооцінкою їхньої особистості. Інші люди продовжують свідомо вірити в засвоєні ними моральні цінності, і конфлікт між цими цінностями та особливостями їхньої особистості призводить до розладу з собою. Так формуються люди, котрі завжди в незлагоді з собою й оточенням, мають багато негативних рис характеру. В них нерідко розвивається схильність до злочинності.

Узагальнення наукових даних дозволяє виділити такі **основні шляхи гармонізації та удосконалення особистості, що спираються на принципи ортобіотики.**

І. ***Розумна організація життя та діяльності.***

Основні принципи:

- *свідомої самоорганізації життя і діяльності* (планування, режим сну, праці, харчування, відпочинку та ін.)

- *позитивної активності* (активного ставлення до життєвих невдач, проблем, труднощів — пошук їх розв'язання на основі тверезої оцінки ситуації);

- *вольової саморегуляції психіки та поведінки* (емоційних реакцій на стрес; психоемоційних станів гніву, агресії, розпачу, відчаю та ін.);

- *раціонального витрачання резервів організму* (на основі встановлення балансу цілей життя та засобів їх досягнення; кінцевого результату і затрачених зусиль);

- *об'єктивності в оцінюванні продуктивності власного життя* (орієнтація на досягнення високих, а не дріб'язкових цілей; свідомого самообмеження матеріальних потреб і особистих домагань (якщо вони не можуть принципово бути реалізовані з об'єктивних або суб'єктивних причин, або моральних міркувань)

ІІ. ***Оволодіння саногенним мисленням.***

Спосіб мислення — дуже важливий фактор життя особистості. Чимало людей культивують у себе *патогенне (негативне) мислення.*

Шопенгауер так охарактеризував біди людства: "Ми рідко думаємо про те, що маємо, але завжди турбуємося про те, чого в нас немає".

Властивості патогенного мислення — руйнівні для щастя і здоров'я людини — це аутоагресія, заздрощі, ревнощі, підозри, злопам'ятство, концентрація уваги на всьому темному і негативному у житті; невміння або небажання побачити і оцінити світлі і оптимістичні сторони життя.

Альтернативою патогенному (негативному) мисленню є мислення *саногенне (позитивне)*. Його властивості — це концентрація уваги на позитивних явищах життя, актуалізація позитивних, світлих чуттєвих образів. Людина з переважанням такого типу мислення вміє прощати образи, не тримати гніву, розв'язувати внутрішні і зовнішні конфлікти, відкрита для дружби і кохання.

Оволодіння саногенним мисленням — найкращий психологічний захист.

III. ***Оволодіння практичними знаннями і навиками психології активності та саморегуляції.***

Людство створило безліч теорій і практик самовдосконалення особистості. Не застаріли і сьогодні ідеї Платона і Арістотеля, Галєна і Гіпократа, стоїків і гуманістів епохи Відродження, філософів і натуралістів Нового і Новітнього часу. Захід і Схід дали людству свої зразки духовного самовдосконалення.

У цьому розмаїтті ідей, підходів, шкіл — від вкрай раціоалістичних до містичних — сучасній молодій людині нелегко розібратись. Тому часто можна спостерігати, як у своєму в цілому позитивному прагненні до самовдосконалення молодь обирає сумнівні, а іноді, навіть шкідливі засоби. Що ж рекомендує сучасна ортобіотика?

В.Шепель, автор популярних книг з проблем ортобіозу, пропонує практикувати *щоденно три типи заходів:*

1) релаксацію (шлях до психічного здоров'я);

2) рекреацію (шлях до фізичного здоров'я);

3) катарсис (шлях до морального, духовного здоров'я).

Релаксація — це зняття нервової напруги, звільнення від негативних думок, актуалізація позитивних емоцій. Жодного дня, жодної години без релаксації — ось одне з правил ортобіозу.

Засоби релаксації:

- аутотренінг;

- медитація;
- рефлексія.

Прийоми релаксації різноманітні:

- гімнастика хорошого настрою;
- сміхотерапія;
- танці;
- сон;
- засоби, що відволікають — читання, розв'язання кросвордів, задач, в'язання, вишивання, прибирання;
- використання технічних засобів — тренажерів, масажерів, лікувально-імпульсних дистанційних апаратів і світлозвукових релаксаторів;
- у стані сильного збудження — силові вправи;
- самомасаж на кистях рук (щоденний) та загальний масаж 2-3 курси в рік;
- вживання настоїв і відварів деяких лікувальних трав (за рекомендацією лікаря).

Рекреація — фізичне зміцнення здоров'я**.** В.Шепель рекомендує додержуватись гарантійного мінімуму рухової активності. З цією метою протягом робочого дня робити від 4 до 6 гімнастичних пауз (по 2-3 хв. кожна), проходити за день 10000 кроків або 7 км. Навчитися правильно дихати і займатися дихальними вправами.

Катарсис — моральне очищення і піднесення. Мета катарсису - пробудження "внутрішнього бога кожної людини - її совісті".

Засоби катарсису:

- спілкування з мистецтвом, відвідування театрів, музеїв, виставок, концертів;
- спілкування з маленькими дітьми;
- слухання музики;
- спілкування з домашніми тваринами;
- альтруїстична допомога нужденним, милосердя;
- кохання.

Загальні рекомендації психолога

1. Потрібно відмовитися від думки, що є безнадійні ситуації, у яких ви абсолютно безпорадні: якщо не можна змінити ситуацію, змініть своє ставлення до неї.

2. Потрібно не підкорятися пасивно психотравмуючій ситуації, а намагатися перебороти її, відвернути негативний психологічний вплив, знайти психологічний захист. При життєвих невдачах слід проявляти не пасивність, а, навпаки, витримку і бойовий дух.

3. Вмійте розрядитися, але знайте, що розрядка криком, сваркою — крок до карети швидкої допомоги. Розрядкою повинні бути фізична робота, спорт, прогулянка, поїздка на природу, в гори, ліс, на ріку, слухання музики, генеральне прибирання.

4. Посміхайтеся насильно, говоріть бадьорим голосом і тоном, розпряміть плечі і спину і відчуєте, що вам стало краще. Не сидіть склавши руки.

5. Виховуйте в собі оптимізм, волю, твердий характер, навчіться користуватися багатьма методами психологічного захисту.

6. Не концентруйте увагу на дрібницях, концентруйте її на самих світлих, позитивних сторонах життя. Навчіть себе бачити і радіти всьому — сонцю, гарній погоді, новій книзі, лекції, просто приємному вечору.

7. Необхідно добре вивчити себе і свою реакцію на різні ситуації, порівняти їх з реакціями інших людей, навчитись урізноманітнювати їх, знати свої недоліки, можливості і перспективи розвитку.

У стосунках з іншими людьми дотримуйтеся таких простих правил:

1. Збереженню психічної рівноваги великою мірою сприяють такт, витримка, терпимість до інших людей, доброзичливість, підтримка, намагання зрозуміти іншу людину.

2. Нерозумно і шкідливо для здоров'я виявляти невдоволення тим, що інша людина не є такою, як Ви. Корисніше пристосуватись до неї, знайти у її особливостях позитивну сторону.

3. Не переносіть на інших людей свої негативні якості. Не приписуйте іншим людям того, чого у них немає.

4. Не відповідайте на різкість — різкістю. Саме мовчання сильно впливає на людину, яка втратила самовладання. Розвинена культура спілкування має на увазі терпимість до помилок один одного.

5. Намагайтесь підтримувати такий мікроклімат у колективі та сім'ї, при якому немає ґрунту для негативних переживань.

6. Намагайтесь у складних гострих конфліктних ситуаціях послабити напруженість за допомогою жарту, гумору.

7. З самих ранніх років формуйте в дітей почуття доброти і співчуття до інших людей, тварин, вчіть їх способам психологічного самозахисту.

8. Пропагуйте психологічні знання, поширюйте знання основ психорегуляції, сприяйте підвищенню психологічної культури суспільства.

9. Пам'ятайте, що з будь-якої кризової життєвої ситуації є два виходи, два шляхи:

а) шлях життєвої катастрофи;

б) шлях творчого переживання, внутрішнього зламу, коли людина виходить з кризи збагаченою життєвим досвідом, більш зрілою, сильною, компетентною, мудрою.

Який шлях виберете — залежить лише від вас. Вірте в себе і в людей. Вірте у життя.

5. Індивідуально-психологічні властивості особистості: темперамент, характер, здібності

Темперамент – це сукупність найбільш стійких індивідуально-психологічних особливостей людини, що характеризують динамічний та емоційний бік її діяльності, поведінки і є природною основою характеру.

Теорії темпераменту. *Гуморальна теорія* (лат. - рідина, соки організму) Родоначальником вчення про темперамент вважається давньогрецький лікар Гіппократ (близько 460-377 рр. до н. е.). Він стверджував, що люди відрізняються співвідношенням чотирьох основних *„рідин організму"*- крові, флегми (слизу), жовтої жовчі й чорної жовчі. Співвідношення цих „соків організму" по-грецьки позначалось словом *„красис",* яке пізніше замінили латинським словом *temperamentum* — „пропорційність", "правильна міра".

Опираючись на вчення Гіппократа, інший відомий лікар античності Клавдій Гален розробив типологію темпераментів, яку обґрунтував у відомому трактаті „De temperamentum". У відповідності до його вчення тип темпераменту залежить від переважання в організмі одного із соків. Він виділив 13 типів темпераменту, пізніше зведених до чотирьох основних:

1. Сангвіністичний (від лат. sanguis — кров, перевага в організмі крові);
2. Флегматичний (від грецьк. phlegma — слиз);
3. Холеричний (від грецьк. chole — жовч, жовта жовч);
4. Меланхолійний (від грец. meIas chole - чорний, чорна жовч).

Дана концепція має великий вплив на вчених впродовж багатьох століть. Свідченням цього є той факт, що й досі запропоновані назви типів темпераменту найбільш розповсюджені.

І. Кант (1724-1804) був прибічником гуморальної теорії темпераменту. Він вважав органічною основою типів темпераменту якісні особливості крові. До речі, І. Кант уперше створив психологічну характеристику типів темпераменту, дав класифікацію психо-

логічних властивостей темпераменту і характеру людини.

П.Лесгафт (1837-1909) розробив оригінальну теорію, згідно з якою в основі проявів темпераменту лежать властивості системи кровообігу, зокрема, товщина стінок кровоносних судин, діаметр їхнього просвіту, побудова і форма серця тощо.

Великий вплив має теорія темпераменту Е.Кречмера (1888-1964), який спробував визначити типи темпераменту через типи морфологічної конституції тіла людини. Він виділив два основних типи конституції - астенічний та пікнічний.

Наукова основа теорії побудови темпераменту була розроблена І.Павловим (1849-1936). у його вченні про типологічні властивості нервової системи тварин та людей. Видатний фізіолог виділив три основні властивості нервової системи — силу, врівноваженість і рухливість збуджувального та гальмівного нервових процесів. За його даними, з можливих комбінацій цих властивостей доцільно розглядати лише чотири основні, які характеризують чотири типи вищої нервової діяльності. Ці комбінації збігаються з античною класифікацією темпераменту. Так, сильний, врівноважений, рухливий тип нервової системи розглядався І. Павловим як відповідний темпераменту сангвініка; сильний, врівноважений, інертний — темпераменту флегматика; сильний, неврівноважений — темпераменту холерика; слабкий - темпераменту меланхоліка.

У працях психологів Б.Теплова (1896-1965), В.Небиліцина (1930-1972) та інших було показано, що структура властивостей нервової системи є складнішою, а число основних комбінацій цих властивостей значно більше, ніж це вважалося раніше.

Так, для ***холеричного темпераменту*** характерні високий рівень нервово-психічної активності та енергії дій, різкі рухи, а також сила, імпульсивність і яскрава виразність емоційних переживань. Якщо немає адекватного виховання, в рисах поведінки холерика можуть закріпитися нестриманість, гарячковість, нездатність до самоконтролю в емоціогенних умовах.

Сангвінічному темпераменту притаманні висока нервова психічна активність, різноманітність та багатство міміки і рухів, емоційність, вразливість і лабільність. Водночас переживання сангвініка неглибокі, а його рухливість при негативних виховних впливах призводить до втрати необхідної зосередженості, до поспіху, а іноді й поверховості.

Меланхолійний темперамент пов'язується з низьким рівнем нервово-психічної активності, стриманістю та приглушеністю моторики й мовлення, значною емоційною реактивністю, глибиною і стійкістю почуттів при слабкому зовнішньому їх виявленні. Тому за недостатнього виховного впливу в меланхоліка можуть розвинутися підвищена емоційна вразливість, замкненість і відчуженість, схильність до тяжких внутрішніх переживань, які не відповідають об'єктивній дійсності.

Флегматичний темперамент характеризується такими ознаками поведінки, як низький рівень активності та невміння переключатись, повільність і спокій у діях, міміці та мовленні, рівність, сталість, глибина почуттів і настрою. При неадекватному вихованні у флегматика можуть развинутись такі негативні риси, як млявість, збідненість та слабкість емоцій, схильність лише до звичних дій.

Тип темпераменту необхідно враховувати у професіях, де праця встановлює особливі вимоги до динамічних і емоційних якостей людини.

Сангвінічний темперамент характеризує висока працездатність. Сангвінік легко переключається в діяльності і спілкуванні, але недостатньо чутливий до зовнішніх змін. Він швидко опановує нову обстановку, легко контролює свої емоції, наділений життєрадісним, стійким настроєм, помірною терпеливістю, миролюбною поведінкою, спокійно ставиться до критики, адекватно сприймає небезпеку. Тому йому цілком підходять заняття, пов’язані із спілкуванням і взаємодією з іншими людьми.

Людям *холеричного темпераменту* характерна неврівноважена поведінка, сильні, короткочасні емоційні переживання. Вони мають слабку терпеливість, товариські, добре адаптуються у новому середовищі, але нерідко агресивні. неврівноваженість їхньої нервової системи часто створює проблему сумісності з іншими людьми. Тому холериків доцільно призначати на роботи, що вимагають швидкого виконання і рухливості. холерикам не рекомендується обирати професія, що вимагає сидячого способу життя, а також занять, пов’язаних з високими температурами, тривалим перебуванням біля вогню, тому що це завдає шкоди їх здоров’ю.

Флегматик відрізняється врівноваженою поведінкою, слабкими емоційними переживаннями, стійким (без великих радощів і смутку) настроєм. Він терплячий, повільно адаптується до певних умов, недостатньо товариський, стриманий у поведінці. У флегматиків реальна оцінка своїх здібностей. Він повільно, але заповзято йде до своєї мети. Тому флегматиків доцільно залучати в інтенсивні процеси виробництва.

Меланхолійний темперамент вирізняють невисока працездатність нервової системи, слабка терпеливість, легкість зміни видів діяльності, чутливість до всього, що відбувається довкола. Поведінка меланхоліка дуже неврівноважена, замкнена, істерична, тривожна, емоційні переживання глибокі та тривалі, у настрої переважає песимізм. Тому меланхоліків доцільно залучати до таких видів діяльності, де переважають монотонні процеси.

Темперамент виступає основою формування характеру людини, проте безпосередньо не визначає спрямованості, інтересів та ідеалів особистості.

Характер — це система стійких набутих властивостей особистості, які виявляються у ставленні людини до інших людей, до роботи, яка виконується. Пізнання характеру індивіда дозволяє із значною долею вірогідності передбачити його поведінку, а отже, дає можливість коригувати очікувані дії. Характер не є вродженим, він формується у процесі соціалізації індивіда.

Характер виявляється в декількох аспектах: ставлення до інших людей; ставлення до себе; до справи, ставлення до природи; ставлення до речей.

Характер людини складається з *рис,* одні з яких є основними, провідними, інші — другорядними. Причому ці риси можуть як гармоніювати, так і суперечити одна одній. Тому існують цілісні та суперечливі характери. Деякі риси характеру можуть бути надмірно розвинені, вони яскраво виділяються на фоні інших рис. Таке явище називається в психології акцентуацією характеру. Воно є крайнім варіантом психічної норми.

Акцентуації характеру — перебільшений розвиток окремих властивостей характеру на шкоду іншим, внаслідок чого погіршуються

взаємовідносини з довколишніми. Вираженість акцентуації може бути від ледве помітної до психопатії.

Психопатія — хвороблива потворність характеру (при збереженні інтелекту), внаслідок чого різко порушуються взаємовідносини з оточуючими людьми. Іноді ці люди стають соціальне небезпечними.

К.Леонгардом було виділено 12 типів акцентуацій характеру. Серед них *інтровертовапий тип,* якому притаманна мала дружелюбність, замкненість. Властива підвищена чутливість. Інтроверти стримано холодні у взаємовідносинах з іншими, люблять самотність, мають тверді переконання, принципові.

Екстравертованому типу характерні велика дружелюбність, говірливість до надмірності.

Як правило, екстраверти не мають своєї думки, дуже несамостійні, неорганізовані.

Вважають за краще підкорятися. Накази керівництва сприймають без роздумів. І серед друзів, і в сім'ї поступаються лідерством іншому. Готові вислухати "сповідь" іншого, старанні.

Знайомство з типологією характерів дозволяє повніше використовувати свої власні сильні сторони, компенсувати (по можливості) слабкі, а також допомагає "підібрати ключ" до інших людей, оскільки розкриває приховані механізми людських дій і вчинків.

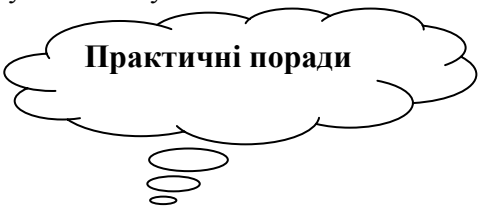
Генетичний аспект психологічної характеристики особистості визначає рівень її розвитку як цілісної системи якостей, здібностей.

Здібності — це індивідуально-психологічні особливості особистості, які забезпечують успіх у діяльності та легкість в оволодінні знаннями, вміннями, навичками. Здібності не можуть бути зведені до знань, умінь і навичок, які має людина, але здібності забезпечують їх швидке набуття, фіксацію й ефективне практичне застосування. Успішність у діяльності забезпечується не однією, а системою різних здібностей, при цьому вони можуть взаємокомпенсуватися. Здібності завжди є результатом розвитку. Вони не з'являються на порожньому місці. В основі розвитку здібностей лежать певні природжені особливості людини, її задатки. Тому з психологічного погляду правильно буде говорити не про природженість здібностей, а про природженість задатків.

Умовами розвитку здібностей є насамперед обставини життя людини: життя в суспільстві, наявність соціально-культурного середовища; навчання в дитинстві користуватися відповідними предметами; участь у діяльності і спілкуванні; наявність кола людей, які здатні передати необхідні знання, уміння і навички за допомогою ефективних засобів і методів навчання і виховання; відсутність у людини з народження суворої запрограмованості поведінки, наявність незрілості мозкових структур з їх здатністю до наступного формування шляхом навчання і виховання.

Поєднання різноманітних високорозвинених здібностей називають *обдарованістю,* і ця характеристика стосується людини, здатної до багатьох різноманітних видів діяльності.

За рівнем і мірою розвитку здібностей виділяють *талант,* тобто поєднання таких здібностей, які дають людині можливість успішно, самостійно й оригінально здійснювати якусь складну трудову діяльність. Передумовою розвитку таланту є задатки людини, які можуть перетворюватися на реальність при наявності сприятливих соціальних чинників. Талант — це поєднання генетично зумовленої обдарованості з працею. Він є обов'язковою надструктурою геніальності. *Геніальність* — це вищий рівень здібностей, який забезпечує досягнення особистістю таких результатів творчої діяльності, які складають епоху в житті суспільства, в розвитку культури. Відмінність геніальності від таланту — в ступені обдарованості і, головне, в суспільній значущості творчості: геній створює нову епоху у своїй галузі.



Як удосконалювати свої здібності?

1. Прислухайтеся до свого внутрішнього голосу, до своїх бажань та інтересів. Вони підкажуть, у якій професійній галузі Ви зможете бути найуспішнішим. Не бійтеся наслідувати когось Наслідування,

ідентифікація з людиною — носієм ідеалу — є ефективними психологічними механізмами особистісного розвитку.

2. Не хвилюйтеся, якщо Ви довго не можете визначитися, наприклад, у майбутній професії. Раннє самовизначення, звичайно, дає виграш у часі, але не треба боятися витратити час на пошуки того, у чому Ви по-справжньому обдаровані.

Із тисячі американців-сучасників, яких співвітчизники вважають видатними людьми, змінювали свою професію 160 чоловік, поміж них 37% — двічі, а 20% — понад два рази.

3. Щоб досягти успіху в будь-якій справі, треба наполегливо працювати. Еміль Золя, великий французький письменник, уранці прив'язував себе до стільця: хочеш чи не хочеш - пиши.

4. І.Ґете сказав: «Хто хоче досягти великого, той мусить уміти обмежувати себе. Хто ж, навпаки, хоче всього, той, насправді, нічого не хоче і нічого не досягне». Але обмеження дії не має призводити до обмеженості особистості. Необхідною передумовою для досконалого оволодіння однією сферою діяльності є розмаїття знань та інтересів.

5. Якщо у Вас немає здібностей до чогось, але є велике бажання працювати саме в цій галузі — це не трагедія. У психології відомий ефект заміщення: інші особистісні риси зможуть компенсувати відсутні компоненти здібностей.

Узагальнювальна таблиця з теми 5. «Психологія особистості. Розвиток особистості та «Я-концепція», індивідуально-психологічні властивості особистості»

Основні властивості особистості	• *ідейність,* • *цілеспрямованість,* • *моральна вихованість,* • *духовне багатство,* • *цілісність,* • *активність,* • *оригінальність.*

продовження таблиці

труктура особистості	• *спрямованість,* • *досвід,* • *психічні властивості,* • *біопсихічні властивості.*
Структура спрямованості	• *потяг,* • *установка,* • *інтерес,* • *переконання,* • *прагнення (мрія, пристрасті)*
Структура «Я-Концепції»	• *Я-когнітивне,* • *Я-афективно-оцінне,* • *Я-поведінкове.*
Шляхи і методи гармонізації та удосконалення особистості	• *релаксація (шлях до психічного здоров'я);* • *рекреація (шлях до фізичного здоров'я);* • *катарсис (шлях до морального, духовного здоров'я).*
Індивідуально-психологічні властивості особистості	• *темперамент,* • *характер,* • *здібності.*
Типи темпераменту	• *сангвінік,* • *холерик,* • *флегматик,* • *меланхолік*
Аспекти характеру	• *ставлення до інших людей;* • *ставлення до себе;* • *ставлення до справи,* • *ставлення до природи;* • *ставлення до речей.*

продовження таблиці

Види здібностей	• *загальні,* • *спеціальні*
Рівні розвитку здібностей	• *обдарованість,* • *талант,* • *геніальність*

Питання й завдання для самоперевірки

1. Охарактеризуйте та порівняйте поняття індивід, особистість, індивідуальність.
2. Проаналізуйте структуру особистості.
3. Дайте визначення самосвідомості.
4. Охарактеризуйте структуру самосвідомості.
5. Охарактеризуйте структурні елементи «Я-Концепції».
6. Дайте визначення самооцінки, рівня домагань, самоповаги.
7. Назвіть шляхи збереження самоповаги.
8. Назвіть механізми пасивного психологічного захисту.
9. Охарактеризуйте типи темпераменту.
10. Назвіть прояви , риси , акцентуації характеру.
11. Охарактеризуйте види людських здібностей.
12. Проаналізуйте структуру здібностей.

Тема 6. Діяльність як форма активності особистості. Спілкування та міжособистісні стосунки

1. Проблема діяльності у психології: виникнення та сучасний стан розробки. Співвідношення понять: „діяльність” і „активність”. Структура діяльності.
2. Основні види людської діяльності. Засоби діяльності, процес їх засвоєння. Творча діяльність.
3. Сутність спілкування. Основні характеристики спілкування та міжособистісних стосунків.
4. Спілкування як обмін інформацією. Спілкування як міжособистісна взаємодія. Спілкування як міжособистісне розуміння та сприйняття людьми одне одного. Конфліктне спілкування.

1. Проблема діяльності у психології: виникнення та сучасний стан розробки. Співвідношення понять: „діяльність” і „активність”. Структура діяльності

Психологічна теорія діяльності. У науці немає єдиного підходу до розкриття поняття та структури людської діяльності. Основний внесок у методологічне і психологічне розв’язання зазначеної проблеми зробила традиційна психологія.

Діяльність – це специфічна форма суспільного буття людини, що полягає в цілеспрямованому перетворенні природної і соціальної дійсності. Перетворювальний і цілеспрямований характер діяльності дає змогу її суб’єкту вийти за межі будь-якої ситуації, вписуючи діяльність у широкий контекст суспільно-історичного буття. Все це підкреслює відкритість і універсальність діяльності. Її потрібно розуміти з позиції історичного і культурного розвитку як форму творчості. Побудова або творення людиною своєї діяльності є неодмінною умовою формування її особистості.

На думку О.Асмолова проблема діяльності органічно пов’язана з проблемою особистості та свідомості. Особистість формується і виявляється в діяльності. Діяльність визначає особистість, але особистість обирає ту діяльність, яка визначає її розвиток. Під час

діяльності людина взаємодіє з навколишнім світом, і цей процес не пасивний, а активний і керований свідомістю.

У конкретному науковому вивченні особистості різні загально психологічні напрями дотримуються принципів діяльнісного підходу. У широкому розумінні це означає, що в основу методології досліджень покладено категорію діяльності. У вужчому розумінні *«діяльнісний підхід*» – теорія, що розглядає психологію як науку про функціонування і структуру психічного відображення в процесах діяльності індивідів.

Психологічну теорію діяльності розробляли вітчизняні та зарубіжні психологи**.**

Л.Виготський підготував грунт для формування психологічної теорії діяльності. Створення ним культурно-історичної теорії вищих психічних функцій, а також його внесок у розроблення історичного підходу до розвитку людської психіки, у вивчення проблем свідомості, мислення і мови дали змогу іншим ученим підійти до витоків діяльності. Загалом Л.Виготський висунув ідею про вирішальну роль діяльності в психічному розвитку дитини.

На основі зазначеної ідеї О.Леонтьєв створив теорію діяльності, в якій виходив з положення марксизму про те, що діяльність утілюється у своєму продукті. Відбувається начебто «упредметнювання» тих уявлень, які її спонукають і регулюють. Таким чином, у продукті діяльності ці уявлення набирають нової форми. На підставі цього положення О.М. Леонтьєв доходить висновку, що, діючи з предметами реального світу, які створені людською культурою впродовж історії, індивід засвоює (привласнює) «опредметнену» психічну реальність. Це й становить процес його психічного розвитку. Виходячи з цих загальних положень вчений розкриває багато важливих психологічних понять. Так, поняття потреб, мотивів особистості дістають у нього оригінальне інтерпретування. Мотиви трактуються ним як внутрішні спонукання, що йдуть від особистості, як реальні предмети, в яких втілюється (опредметнюються) потреби. Категорія діяльності за О.Леонтьєвим, охоплює «полюс об'єкта» і «полюс суб'єкта», що веде до розуміння самої особистості як моменту діяльності та її продукту. Таким чином, психіка перетворюється в реальність людської

діяльності, чим заперечується можливість розглядати її реальність, притаманну самому об'єкту.

Згідно з уявленнями О.Леонтьєва, до структури діяльності входять такі компоненти: потреби, мотиви, завдання, дії та операції. Він зазначав, що діяльність містить три мікроструктурні блоки: перший пов'язаний з мотивами, другий з метою, третій – з операціями.

Загалом у традиційній психології проблема діяльності розглядалася в межах діалектико-матеріалістичних ідей (М. Басов, С.Рубінштейн).

С.Рубінштейн та його учні тривалий час розробляли методологічний принцип єдності свідомості й діяльності. Цей принцип проголошує: психіка людини не тільки виявляється, а й формується в діяльності. Конкретно це означає, що різні рівні і типи свідомості, взагалі психіка, виявляються і розвиваються через різні види діяльності і поведінки – рух, дію, вчинок. Сам факт усвідомлення індивідом своєї діяльності – її мети та умов – змінює її характер та перебіг.

Усю систему своїх ідей С.Рубінштейн спрямував на розкриття діалектики психологічної діяльності. Структура діяльності суб'єкта становить складне співвідношення її різнопланових компонентів (рух – дія – операція – вчинок) у їх взаємозв'язку з метою, мотивами та умовами діяльності. Центром цієї структури - дія. Саме дія, на думку С.Рубінштейна, – вихідна «клітинка», «одиниця» розвитку психіки. Втім, це не означає, що в дії за допомогою психологічного аналізу можуть бути «знайдені» і вивчені витоки всіх елементів психіки, тобто спонукань, мотивів, здібностей тощо.

Наприкінці 80-х років у науці розгорнулась дискусія про статус поняття діяльності, його полідисциплінарний характер та місце серед інших гуманітарних понять (суспільні відносини тощо).

Розкриваючи різні аспекти принципу активності, С.Рубінштейн сформулював розуміння активності, згідно з яким зовнішні принципи діють через внутрішні умови. Розроблений ученим принцип детермінізму (зовнішнє через внутрішнє) полягає в тому, що дія зовнішнього через внутрішнє є необхідною, дуже суттєвою позитивною умовою адекватного пізнання об'єкта. Така дія опосередковано характеризує активну роль суб'єкта, який пізнає світ, а також його як людину, що певним чином діє, спілкується.

На думку сучасного психолога В.Зінченка**,** свідоме життя людини складається з двох типів відносин: вільні відносини (незалежні від свідомості) і відносини як «перетворені форми» свідомості (енергія, сила). Діяльність і свідомість не можна ототожнювати, свідомість вільна і не залежить від діяльності, хоч нею породжується. Вченим розроблено схему психічного розвитку – це ланцюг «перетворених форм» свідомості: «живий» рух та недиференційовані форми активності породжують поведінку, діяльність; поведінка і діяльність породжують свідомість, свідомість породжує вільні дії та вчинки і, зрештою, дії та вчинки породжують особистість. У свою чергу особистість породжує нові форми діяльності, розширюючи власну свідомість.

Співвідношення понять: „діяльність" і „активність". Загальною характеристикою живих істот є їх активність. Саме активність заперечує підтримання життєво важливих зв'язків усіх істот з навколишнім світом.

Джерелом активності живих організмів є потреби, завдяки яким усе живе діє певним чином та в певному напрямі.

Потреба – це стан живої істоти, що відображає її залежність від умов існування та спричиняє активність у ставленні до цих умов.

Активність людини суттєво відрізняється від активності тварин. Вияви активності в поведінці тварини зумовлені насамперед природною організацією (будова тіла та органів, інстинкти), яка визначає низку предметів, що можуть стати об'єктами потреб. Процес задоволення потреб тварин забезпечує найбільш повне пристосування їх до середовища. Наприклад, природжена програма поведінки комах (бджіл), птахів (синиця, ремез), ссавців (бобер, білка, ведмідь) не тільки фіксує будівельні потреби, а й включає в них об'єкти їх задоволення: віск, природні матеріали, певні породи дерев.

Потреби людини формуються у суспільстві в процесі виховання. Природні речі є не тільки предметами, що задовольняють біологічну потребу (наприклад, у їжі). За допомогою знарядь праці люди на може видозмінювати предмет відповідно до власних потреб. Тому процес задоволення потреб у людини – активний, спрямований на оволодіння певною формою діяльності, яка визначена суспільним розвитком.

Чи є поняття активність і діяльність тотожними, чи вони мають якісні відмінності?

Принципова відмінність активності від діяльності полягає в тому, що діяльність виходить із потреби в предметі, а активність – із потреби в діяльності. Активність не тільки якісно притаманна самій діяльності (наприклад, праці), а й надає їй певного «забарвлення». Активність визначає діяльність і є рушійною силою, джерелом пробудження в людині її потенціалів.

Активність передує діяльності в часі: до початку діяльності ми ще не можемо щось змінити, передумати, поліпшити, адже це можна зробити в процесі самої діяльності. До початку діяльності ми активно вибираємо, що саме бажано, вільно плануємо, думаємо, за допомогою яких способів та за якими засобами чогось досягти. Але активність не тільки передує діяльності, а й супроводжує її впродовж усього процесу. Не можна уявити оптимальну діяльність, позбавлену активності.

Однією з основних рис, що відрізняє діяльність від активності , є те, що:

- зміст діяльності не визначається лише потребою, яка її спричинила, зародившись завдяки потребі як джерелу активності, *діяльність керується метою* :
- мета, тобто те, на що спрямована діяльність, заради чого вона відбувається, виступає як своєрідний регулятор активності. Перш ніж щось робити (будувати , досліджувати) людина уявляє цей процес, планує його;
- по завершенні процесу діяльності отримують результат, що відповідає усвідомленій меті.

Щоб психологічна регуляція діяльності була успішною, психіка має відображати об'єктивні властивості речей і визначатися ними (а не потребами організму) способи досягнення поставленої мети. Адже діяльність виробляє власною поведінкою людини здатність керувати так, щоб реалізувати цілеспрямовані дії, а саме – стимулювати та підтримувати активність. Втім, активність як така не задовольняє потреб людини, що виникають у неї, тобто вона не супроводжується безпосереднім підкріпленням. Все це переконує в тому, що діяльність

особистості нерозривно пов'язана з мисленням та волею, спирається на них, неможлива без пізнавальних і вольових процесів.

Діяльність – це усвідомлена і цілеспрямована активність людини, зумовлена потребами і спрямована на пізнання та перетворення світу.

Отже, ***діяльність*** *– це внутрішня (психічна) і зовнішня (фізична) активність людини, яка регулюється усвідомленою метою.*

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

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

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

Структуру діяльності складають ***мета і мотиви, дії.***

Мета – це те, до чого прагне людина, для чого вона працює, за що бореться, чого хоче досягти у своїй діяльності. Без мети не може бути свідомої діяльності. Цілі людської діяльності виникли й розвивались історично, у процесі праці. Вони породжуються суспільним життям, умовами, в яких живе людина, і залежать від виконуваних людиною ролей, суспільних доручень, від її розвитку та індивідуальних особливостей. Цілі бувають *близькі та віддалені*. Віддалена мета реалізується в низці ближчих, часткових цілей, які крок за кроком ведуть до здійснення віддаленої мети, що висувається на далеку перспективу.

Суспільно важлива, змістовна мета стає джерелом активності особистості. Тільки велика мета народжує велику енергіго. Така мета викликає єдність розумової, емоційної та вольової діяльності, цілеспрямовану зосередженість свідомості на поставлених цілях. «Рефлекс мети», писав І.Павлов, має величезне життєве значення, він є основною формою

життєвої енергії людини. Життя тільки у того змістовне, хто весь час прагне до певної мети. Як тільки зникає мета, воно стає безбарвним, непривабливим.

Отже, *мета діяльності* – те, що реалізує людські потреби і виступає як образ кінцевого результату діяльності. Мета в психологічному розумінні – це те, чого намагаються досягнути, намір, який має бути здійсненим. Важливо відрізняти мету від мотивів діяльності.

Мотиви (від лат. – рухаю) – це пов'язані із задоволенням певних потреб спонукання до діяльності. У мотивах, як і в меті, передбачається можливе майбутнє.

Потреби становлять сутність, основну рушійну силу різних видів людської активності, а мотиви є конкретними різноманітними виявами цієї сутності. Мотиви та мотивація розглядаються в психології як причини, що визначають вибір спрямованості поведінки і діяльності суб'єкта.

Мотиви людської діяльності багаті й різноманітні, їх розрізняють за такими ознаками:

- за предметним змістом: матеріальні потреби в їжі, одязі, житлі; духовні, ідеальні потреби, наприклад, пізнавальні, естетичні;
- провідні й залежні мотиви: громадські, колективні інтереси
- за тривалістю в часі розрізняють близьку і далеку мотивацію поведінки;
- за характером усвідомлення бувають неусвідомлені і усвідомлені мотиви.

Усі ці мотиви взаємопов'язані і складають єдину систему мотивації діяльності, поведінки людини.

Діяльність людини реалізується в її діях.

Дія – це відносно завершений елемент діяльності, спрямований на досягнення певної проміжної усвідомленої мети.

Дію можна уявити як поєднання дрібніших фрагментів поведінки – операцій. Коли поведінка розглядається у взаємозв'язку з інструментальною основою діяльності, то вона виступає як послідовність операцій.

Одна й та сама дія може виконуватися за допомогою зовсім не схожих одна на одну операцій. Наприклад, при зображенні одного й того самого предмета, але при виконанні дії пером, пензлем, голкою,

Національний університет
та природокористування

використовуються різні рухи, тобто способи виконання дій. Ще виразнішою є відмінність в операціях, які здійснюються під час гри на різних інструментах: фортепіано, гітарі, трубі, флейті. Виконання одного й того ж твору реалізується через зовсім не схожі рухи.

Дії бувають *зовнішніми і внутрішніми.*

2. Основні види людської діяльності. Засоби діяльності, процес їх засвоєння. Творча діяльність

Серед *основних видів діяльності*, які притаманні усім людям і відповідають видам соціальної людської активності, можна виділити такі, як гра, навчання, праця.

Гра – вид діяльності, який полягає в емоційному освоєнні соціального досвіду людини та емоційному задоволенні. Ігри найчастіше мають характер розваг, дають змогу відпочити. Дитяча гра – вид діяльності, який полягає у відтворенні дій дорослих і стосунків між ними і спрямований на пізнання навколишньої дійсності.

Існує кілька *типів ігор: індивідуальні і групові, предметні і сюжетні, рольові та ігри за правилами.*

Індивідуальні ігри – це різновид діяльності, коли грає одна людина, групові – коли грою охоплені кілька індивідів.

Предметні ігри пов'язані з включенням в ігрову діяльність якихось предметів.

Сюжетні ігри розгортаються за певним сценарієм, відтворюючи його в основних деталях.

Рольові ігри передбачають поведінку людини, обмежену певною роллю.

Ігри за правилами регулюються певною системою правил поведінки їх учасників.

Ігрова поведінка та ігрові відносини мало впливають на реальні стосунки людей, особливо дорослих. Проте іграм належить неабияке місце в житті людей. Для дітей ігри мають розвивальне значення.

Одиницею гри й водночас центральним моментом, який об'єднує всі її аспекти, є роль.

Сюжетом гри виступає царина дійсності, яка є в ігровому сюжеті й відтворюється.

Змістом гри є те, що відтворюється дітьми як основний момент діяльності та взаємин між дорослими в їхньому трудовому і суспільному житті.

У грі відбувається формування довільної поведінки дитини, її соціалізація. Гравець виконує реальну дійсність, яка потребує дій, пов'язаних з вирішенням досить конкретних, часто нестандартних завдань. Окрім того, ряд моментів цієї діяльності має умовний характер, що дозволяє відходити від реальної ситуації з її відповідальністю і багатьма привнесеними обставинами.

Дорослі грають у ділові ігри. Для них така гра має соціальний зміст професійної діяльності, моделювання систем відносин, характерних для певного виду практики. Сьогодні ділові ігри набули поширення у зв'язку із завданням вдосконалення управління, прийняття планових і виробничих рішень, підготовки і підвищення кваліфікації кадрів. Навчальні ігри дають змогу внести в навчання предметний і соціальний контексти майбутньої професійної діяльності.

Навчання – вид практичної чи теоретичної діяльності, який за своєю сутністю є пізнавальним процесом засвоєння людиною соціального досвіду. Навчання здійснюється в процесі научіння тварини та людини. *Научіння* – процес і результат набуття індивідуального досвіду. Научіння відрізняється від учіння тим, що воно є набуттям досвіду в діяльності, спрямованій пізнавальними мотивами і цілями (або тільки мотивами). Шляхом научіння може набуватися будь-який досвід (знання, уміння і навички людини і нові форми поведінки тварин).

Навчання, відбуваючись в процесі научіння, може бути організованим і здійснюватися в спеціальних навчальних закладах. Воно може бути неорганізованим, становити додатковий результат інших видів діяльності. У дорослих людей навчання може мати характер самоосвіти.

Особливістю навчальної діяльності є те, що вона слугує засобом психологічного розвитку індивіда.

Особливе місце в системі людської діяльності займає праця. Завдяки праці людина побудувала суспільство, створила предмети матеріальної і духовної культури, змінила умови свого життя, відкрила для себе перспективи подальшого, практично необмеженого розвитку.

З працею пов'язані створення та вдосконалення знарядь праці. Останні сприяють підвищенню продуктивності праці, розвитку науки, промислового виробництва, технічної та художньої творчості.

Праця – соціально зумовлений вид діяльності, який виявляється в зв'язку зі значеннями, зафіксованими в закріплених знаряддями схемах дій, мовленнєвих понять, соціальних ролей, цінностей та соціальних норм.

Праця – свідома діяльність людини, спрямована на створення матеріальних і духовних благ.

Праця тісно пов'язана з пізнавальною діяльністю, адже будь-яку роботу не можна виконувати без знань і досвіду. Праця має суспільний характер. Від покоління до покоління праця стає різноманітнішою, досконалішою. На основі праці й у зв'язку з її розвитком виникли й розвинулися інші види діяльності людини.

На різних етапах розвитку суспільства праця мала різні форми.

За первіснообщинного ладу – існувала колективна праця і загальна власність на засоби і продукти виробництва, не було експлуатації людини людиною.

При класових суспільних відносинах – при рабовласництві, феодалізмі та при капіталізмі – праця стала експлуатуватися.

У процесі праці активізуються та проявляються фізичні і психічні властивості людини.

Необхідною умовою праці **є *мета.*** Праця вимагає відповідної підготовки. У процесі праці набуваються знання, уміння і навички. У праці людини виявляється уважність, спостережливість, уява, мислення. Успіх праці залежить від ясності мети, яку вона ставить перед собою і від мотивів, які спонукають її працювати.

Важливу роль у праці мають такі якості, як працьовитість, акуратність, організованість, дисциплінованість.

Залежно від системи дій , яка визначається метою, праця може бути *рутинною* і *творчою.* Якщо основні дії мають значною мірою стандартний, однотипний характер і досягнення мети не передбачає змін умов корекції мети і дій, – це *рутинна праця.* Вона виконується механічно і може бути легко автоматизована, щоб людина не сприймала її безглуздість. Продукт рутинної праці – це результат репродуктивних дій.

Всіляка праця, фізична й розумова, може за певних суспільних умов ставати *творчою*. Творча праця передбачає внесення нового в процесі праці, удосконалення дій і рухів, спрямованих на досягнення мети. Систематична, наполеглива і напружена праця є основною умовою успіху творчості. За цієї умови частіше виникають моменти творчого піднесення, які називають натхненням. П.Чайковський казав: «Натхнення – це такий гість, який не любить відвідувати лежнів».

Отже, кінцевим результатом гри є емоційне освоєння соціального досвіду людини та емоційне задоволення.

Кінцевим результатом навчання є оволодіння знаннями, уміннями і навичками.

Завдяки праці людина створює предмети матеріальної і духовної культури та змінює умови свого життя.

Практичні поради

Як планувати свою діяльність?

1. Перш ніж розпочати виконувати будь-яку справу, треба чітко сформулювати мету майбутньої діяльності. Подумайте і добре усвідомте, чому Ви це будете робити, що Вас спонукає до цього, для чого це потрібно?
2. Оцініть і проаналізуйте можливі шляхи досягнення мети. Намагайтеся врахувати всі можливі варіанти. Виберіть найкращий варіант, зважившись всі умови.
3. Намітьте проміжні етапи майбутньої роботи, хоча б приблизно визначте час для кожного етапу.
4. Під час реалізації плану постійно контролюйте себе і свою діяльність. Коригуйте роботу з урахуванням одержаних результатів, тобто здійснюйте і використовуйте зворотний зв'язок.
5. Після завершення роботи проаналізуйте її результати, оцініть ступінь їх відповідності поставленій меті.
6. Врахуйте зроблені помилки, щоб уникнути їх у майбутньому.

Засоби діяльності. Розвиток особистості неможливий без оволодіння людиною соціально виробленими засобами виконання діяльності (інструментами. знаряддями, пристроями тощо). При застосуванні тих чи інших інструментів, способів виконання діяльності, кожна людина насамперед уявляє, як діяти, як застосовувати ті чи інші знаряддя. Сукупність цих уявлень називають інструментальною основою діяльності. Для позначення інструментальної основи діяльності досить часто використовується слово «компетентність», а цей термін можна розкрити через такі важливі поняття, як ***уміння і навички, звички.***

Уміння – це більш або менш досконалі способи виконання певних дій, що ґрунтуються на знаннях або навиках, набутих людиною в процесі діяльності.

Уміння – це підготовленість до виконання дії, а навики – автоматизована ланка діяльності.

Автоматизовані складові частини свідомої діяльності, вироблені в процесі її виконання, називаються навиками.

Навики характеризуються тим, що дії виконуються легко і швидко, наче самі собою, з меншою участю свідомості і з найменшою затратою сил. Досвідчений працівник краще працює і менше втомлюється, ніж робітник, який тільки-но починає працювати.

Залежно від виду діяльності навики можна поділити на чотири групи: *рухові (*ходьба, біг, спортивні навики); *сенсорні,* пов'язані із сприйняттям предметів та явищ; *інтелектуальні* (у тому числі і навчальні); *мішані* (навики культурної поведінки, побутові, гігієнічні).

Навик не можна виробити без тривалих вправ, тобто, повторюючи дії. Уміння з'являється й без великої кількості вправ, бо для вироблення вміння важливо розуміти те, що вимагається, знати спосіб виконання дії.

Уміння – це підготовленість до виконання дії, а навики – автоматизована ланка діяльності.

Звичками називаються дії, що закріплюються в поведінці людини і стають її потребою. Звички, як і навики – автоматизовані елементи поведінки й діяльності, але між ними є відмінність. Навик дає змогу успішно виконувати яку-небудь діяльність, а звичка спонукає людину займатися цією діяльністю. Звички звільняють нас від зусиль

примусити себе робити те, що треба. Розрізняють професійні, моральні, гігієнічні, естетичні, навчальні , звички культурної поведінки тощо.

Звички бувають корисні і шкідливі.

3. Сутність спілкування. Основні характеристики спілкування та міжособистісних стосунків

Спілкування є потребою людини як соціальної, розумної істоти, як носія свідомості. Вивченням тих чи інших сторін спілкування займаються різні науки: філософія і психіатрія, психологія і соціологія, інформатика. Кожна з них вкладає в поняття "спілкування" свій зміст. Складність досягнення єдності в розумінні того, що ж таке спілкування, з одного боку, пов'язана з його всюди-сутністю, а з іншого боку, спроби охопити всі можливі складові поняття "спілкування" призводять до того, що й саме воно зникає, розчинюється, втрачає свою живу тканину і перестає бути схожим на те, що ми пов'язуємо з цим поняттям.

Спілкування – це складний багатоплановий процес встановлення і розвитку контактів між людьми, який породжується потребами спільної діяльності і який включає обмін інформацією, вироблення єдиної стратегії взаємодії, сприйняття і розуміння іншої людини. "Це форма діяльності, здійснюваної між людьми як рівними партнерами, яка призводить до виникнення психічного контакту, що виявляється в обміні інформацією, взаємовпливі, взаємопереживанні та взаєморозумінні".

Спілкування – це універсальний засіб пізнання інших людей, свого внутрішнього світу, це прекрасний підручник життя, шлях до успіху в різних сферах діяльності.

Спілкування має такі ***аспекти:***

- *зміст* – це інформація, яка в міжіндивідуальних контактах передається від однієї живої істоти до іншої;
- *мета* – це те, заради чого у людини виникає даний вид активності. Вона виконує такі функції: контактна, інформаційний обмін повідомленнями, спонукальна стимуляція, координація, розуміння, емотивне збудження і обмін емоціями, надання впливу, встановлення стосунків;
- *техніка* – це структурність прийомів, засобів спілкування.

Види спілкування. Залежно від змісту спілкування, від того, що є його предметом, залежно від типу аудиторії, а також від стосунків між учасниками контакту, визначають декілька видів спілкування.

За змістом: побутове, ділове, професійне, пошукове, політичне, інформаційно-комунікативне.

З позицій стосунків між учасниками: рольове, ділове, міжособистісне, рапортне (з однобічною довірою).

За типом аудиторії: діалог, у малій групі, з масою.

Залежно від контингенту: міжособистісне, особистісно-групове, міжгрупове.

За тривалістю: короткочасне (консультація, обмін враженнями), довготривале (обмін розгорнутою інформацією).

За включеністю: опосередковане, безпосереднє

Усі вищезазначені види спілкування належать до безпосереднього спілкування, тобто без проміжних ланок. Опосередковане спілкування здійснюється через проміжні устрої: телебачення, радіо, друковані видання тощо.

За завершеністю: завершене (повністю вичерпано зміст теми), незавершене (зміст теми розмови залишається нерозкритим).

Рольова поведінка та групові ролі в спілкуванні. Будь-який акт ділового спілкування може бути поданий як *рольова поведінка.*

Роль – поняття, що означає поведінку людини в певній життєвій ситуації, яка відповідає становищу, яке вона займає (наприклад, роль керівника, підлеглого, колеги тощо). Це спосіб поведінки, який задається суспільством. Він складається з двох змінних – основоположних психологічних установок нашого "Я" і очікувань інших людей.

Буває, що впродовж дня людині доводиться грати декілька ролей: керівника, колеги, підлеглого, партнера з переговорів тощо. У всіх випадках передумовою успіху є не лише всебічний і глибокий аналіз ділової ситуації, але й готовність до успіху, зумовлена станом і орієнтуванням нашого "Я". Позитивне сприйняття дійсності означає, що ми повинні спрямувати свої зусилля на вирішення проблем, які стоять перед нами, а не скаржитися з приводу їх існування. Переможець "угризається" в проблему, тоді як невдаха намагається її обійти, але постійно на неї наштовхується.

Базові психологічні установки нашого "Я" формуються в результаті закріплення реакцій, які найчастіше повторюються, – позитивних чи негативних – на оточуючих нас людей.

Статус особистості відображається в ***системі ролей***, які вони виконують. Соціальні ролі проявляються в тому, як людина діє, користується своїми правами й обов'язками; яка вона в сім'ї, який працівник, який товариш і який керівник.

Роль у групі не така помітна порівняно з офіційною, але суттєво впливає на життя групи. Є декілька видів "групових ролей": "оформлювач рішень", "голова", "практик-організатор", "розвідник ресурсів", "душа групи", "довідник", "новатор", "порадник".

"Голова" – його цікавлять цілі й завдання організації. Займає головуюче становище в колективі: слухає, узагальнює, формулює висновки, розподіляє обов'язки в групі; схильний до довіри, вільний від почуття ревнощів, заздрощів. Він – соціальний лідер.

"Оформлювач рішень" – лідер у роботі. Сповнений енергії, прагне випереджати інших. Він різкий, колючий, хворобливо сприймає критику, буває придирливим. Але в колективі така людина корисна: вона примушує рухатись уперед, прагне реалізувати прийняті рішення.

"Порадник" – спокійний, урівноважений, максимально об'єктивний. Схильний до неупередженого аналізу справ, не схильний до емоцій і поривів. Повільний у прийнятті рішень, не любить, коли його підганяють, оберігає колектив від нереальних планів. Заслуговує на довіру, але йому недостає людського тепла, веселості.

"Новатор" – приносить групі нові, оригінальні ідеї, нові методи роботи. Має високий коефіцієнт інтелектуальності. Запальний, захоплений, нестримний. Слід шукати раціональне зерно в його пропозиціях.

"Практик-організатор" – характеризується схильністю до реалізації поставлених завдань. Має сильний характер, внутрішньо дисциплінований, схильний до порядку. Любить складати графіки, схеми, плани. Іноді йому недостає гнучкості.

"Розвідник ресурсів" – активний, динамічний, легко спілкується, добре відчуває емоційну спрямованість ділового партнера. Виходить за межі групи, має багато контактів, привносить нові ідеї, свіжу інформацію, рідко знаходиться на місці. Він оберігає групу від

загнивання і втрати зв'язку із зовнішнім світом. Недолік – деяка імпульсивність і висока емоційність.

"Душа групи" – чуйний, завжди знає потреби і турботи колег, їх особисті справи. Активніше за всіх здійснює внутрішні комунікації. Уміє й любить слухати, уміє зняти емоційну напругу, не любить особистої ворожнечі та недоброзичливості.

"Довідник" – не знаходить душевного спокою до тих пір, доки не впевниться, що справа зроблена, ніщо не забуто. Сильний характер, схильний до самоконтролю. Любить моралізувати, апелюючи до почуття обов'язку, честі колективу. Він метушливий, вразливий, занадто уважний до деталей.

Зрозуміло, не в кожну групу обов'язково повинні входити всі перераховані персонажі. Можливо, навіть бажано, щоб особистості виконували декілька соціальних ролей. Важливо вивчити всі сильні і слабкі сторони кожного працівника й визначити місце, де він буде реалізовуватись найкраще.

Основні стилі спілкування. Стиль спілкування суттєво впливає на поведінку людини під час її взаємодії з іншими людьми. Конкретний вибір стилю спілкування визначається такими факторами: особисті якості людини, її світогляд та соціальний статус у певному суспільстві, характеристиками цього суспільства та ін. Якщо виходити з того, що стиль спілкування визначається більшою готовністю людини до комунікації в тій чи іншій ситуації, то можна говорити про такі основні стилі: *авторитарний, демократичний, ліберальний, ритуальний, маніпулятивний і гуманістичний.* Ритуальний стиль зумовлюється міжгруповими ситуаціями; авторитарний, демократичний, ліберальний, маніпулятивний — діловими; гуманістичний — міжособистісними.

Стиль спілкування слід розглядати в цьому ракурсі як схильність до певного виду спілкування, направленість, готовність до нього, що проявляється в тому, як людина підходить до вирішення більшості ситуацій. Однак якийсь один стиль не повністю визначає спілкування людини, вона може спілкуватись і в будь-якому іншому, «чужому» стилі. Так, якщо в спілкуванні людини переважає маніпулятивний стиль, це зовсім не означає, що її спілкування з близьким другом також буде діловим.

Ритуальне спілкування. Головним завданням партнерів у цьому стилі є підтримка зв'язку із соціумом, підкріплення уявлення про себе як про члена суспільства. При цьому важливим є те, що партнер у ритуальному спілкуванні є немовби необхідним атрибутом виконання ритуалу. У реальному житті існує велика кількість ритуалів, іноді дуже різних ситуацій, у яких кожний бере участь як «маска» із заздалегідь визначеними якостями. Ці ритуали вимагають від учасників тільки одного — знання правил гри. Наприклад, ми вітаємося із знайомими та малознайомими людьми, говоримо про погоду, сміємося, скаржимося на побутові труднощі — це все елементи ритуального спілкування.

Маніпулятивне спілкування. Це спілкування, при якому до партнера відносяться як до засобу досягнення зовнішніх по відношенню до нього цілей. У маніпулятивному спілкуванні своєму співрозмовникові демонструється лише те, що допоможе досягненню мети. У цьому виді спілкування ми, по суті, «підсовуємо» партнеру стереотип, який ми вважаємо найбільш вигідним у даний момент, навіть якщо в обох партнерів свої цілі з приводу зміни точки зору співрозмовника. Переможе той, хто виявиться найбільш винахідливим маніпулятором, тобто той, хто краще знає партнера, краще розуміє цілі, краще володіє технікою спілкування.

Не слід з цього робити висновок, що маніпуляція є негативним явищем. Велика кількість професійних завдань передбачає саме маніпулятивне спілкування. По суті, будь-яке навчання (суб'єкту необхідно дати нові знання про світ), переконання, управління завжди включає в себе маніпулятивне спілкування. Саме тому ефективність цих процесів багато в чому залежить від ступеня володіння законами й технікою маніпулятивного спілкування.

З типовими ознаками маніпулятивного спілкування, техніками його запобігання ознайомимося в наступних розділах.

Гуманістичне спілкування. Це найбільшою мірою особисте спілкування, що дає змогу задовольнити такі людські потреби, як розуміння, співчуття, співпереживання. Ні ритуальне, ні маніпулятивне спілкування не можуть вирішити цю проблему.

Цілі гуманістичного спілкування із самого початку не закріплюються і не плануються. Специфічною особливістю цього спілкування є те, що очікуваним результатом його є не підтримка

соціальних зв'язків, як у ритуальному спілкуванні, не зміна точки зору партнера, як у маніпулятивному, а спільна зміна уявлень обох партнерів, що визначається глибиною спілкування. Приклад гуманістичного спілкування: довірливе, педагогічне тощо.

Авторитарне спілкування. Це влада одного в процесі спілкування — дноосібне ухвалення рішення, накази, вказівки. Керівники, що сповідують авторитарний стиль взаємодії, мають догматичне мислення, за якого тільки одна думка (переважно керівника) правильна, а всі інші помилкові. Ініціатива інших людей не заохочується.

Демократичне спілкування. Для нього властиве колегіальне прийняття рішень, заохочення активності учасників комунікативного процесу, поінформованість усіх про проблему, яку необхідно вирішити, способи виконання завдань, досягнення цілей. Врахування інтересів, потреб, бажань учасників комунікативного процесу.

Ліберальне спілкування. Ліберал, або поступливий, у спілкуванні «пливе за течією», часто вдається до вмовляння співрозмовника, малоініціативний у спілкуванні.

Засоби спілкування

І. Вербальне спілкування. На *вербальне* (мовне) спілкування припадає три чверті часу усього процесу взаємодії між людьми. Засобом вербальної комунікації є слова з закріпленими за ними в суспільному досвіді значеннями. Слова можуть бути промовлені вголос, про себе, написані або замінені в глухих людей особливими жестами, які виступають носіями значень.

Вербальне спілкування притаманне лише людині і як обов'язкову передумову передбачає засвоєння мови. За своїми комунікативними можливостями воно багатше за всі види і форми невербального спілкування, хоч у житті не може його повністю замінити. Та й сам розвиток вербального спілкування спирається на невербальні засоби комунікації.

Мовлення може бути письмове й усне. Усне мовлення поділяється на діалогічне (бесіда, дискусія) й монологічне (доповідь, виступ, лекція).

Вербальне спілкування може бути:

- *менторським,* тобто повчальним;

- *натхненним,* яке підносить людей, вселяє в них віру у свої духовні сили й особисті якості;
- *конфронтаційним,* яке викликає у людей бажання заперечувати, не погоджуватись;
- *інформаційним, яке* орієнтоване на передачу слухачам певної інформації, відтворення в їх пам'яті якихось відомостей.

При спілкуванні не повинно бути ніякого прояву своєї інтелектуальної зверхності над людьми.

Інформаційний вид спілкування не користується популярністю в ділових людей. Вони частіше вдаються до натхненного способу спілкування, а в окремих випадках — до конфронтаційного. Звичайно, цей спосіб знаходить своє застосування як прийом активізації уваги слухачів, допомагаючи залучити їх до обговорення проблеми.

Виділяють такі психолого-дидактичні прийоми мовного впливу:

1. Доступність — це врахування культурно-освітнього рівня слухачів, їх життєвого й виробничого досвіду.

2. Асоціативність — пов'язана з напливом співпереживань і роздумів у слухачів шляхом звернення до їх емоційної і раціональної пам'яті, тобто аналогія, посилання на прецеденти, образність висловлювання.

3. Експресивність — це емоційно напружена мова, його міміка, жести, поза, які свідчать про повну самовіддачу.

4. Інтенсивність — це зміна темпу подачі інформації слухачам.

Набір комунікативних ефектів дає *змогу* користуватися риторичним інструментарієм, тобто набором ***комунікативних ефектів.***

Ефект візуального іміджу опосередковується через враження від зовнішнього вигляду людини.

Ефект перших фраз покликаний закріпити чи скорегувати перше враження в людей від промовця державного службовця, що стоїть перед ними.

Ефект аргументації заснований на логіці бесіди, яка надає йому обґрунтованості й переконливості.

Ефект квантового викладу інформації заснований на раніше продуманому розподілі по всьому мовному полю думок і аргументів, а також на періодичній інтерпретації сказаного раніше.

Ефект паузи полегшує дихання. Дає можливість зорієнтуватися, до якої думки перейти далі. Дозволяє важливим міркуванням проникнути в свідомість слухача.

Ефект художньої виразності — це уміння правильно будувати речення.

Ефект релаксації має на меті зняти емоційну напруженість у слухача. Класичний прийом — гумор.

II. Невербальне спілкування. У процесі комунікації вербальні засоби невіддільні від *невербальних.* Останні є доповненням до перших, вони підсилюють їх. За сучасними оцінками, лише 7% змісту спілкування передається змістом слів, у той же час 38% інформації визначається тим, як ці слова промовляються, а 55% — виразом обличчя. *Невербальне спілкування* не передбачає використання звукової мови, природної мови в якості засобу спілкування.

Невербальне — це спілкування за допомогою міміки, жестів і пантоміміки, через прямі сенсорні або тілесні контакти .

Особливістю невербальної мови є те, що її поява зумовлена імпульсами нашої підсвідомості, й неможливість підробити ці імпульси дозволяє нам довіряти цій мові більше, ніж звичайному, вербальному каналу спілкування.

Розуміючи мову міміки і жестів, ви зможете точніше визначити позицію співрозмовника: як сприйняли те, що ви говорите.

Знання мови жестів і рухів тіла дозволяє не лише краще розуміти співрозмовника, але й бачити, яке враження справило на нього почуте ще до того, як він висловиться з даного приводу.

До найважливіших невербальних засобів спілкування відносяться ***кінетичні, проксемічні, інтонація, погляд.***

1**. *Кінетичні.*** Найважливіші невербальні засоби — *кінетичні.* Це сприймання зором рухів іншої людини, які виявляються у *міміці, жестах, позі, ході.* Особлива роль при передаванні інформації відводиться *міміці* — рухам м'язів обличчя, які називають "дзеркалом душі". Дослідження показують, що при нерухомому або невидимому обличчі комунікатора втрачається до 10-15% інформації.

Вираз обличчя сильніше за все підкреслюють куточки губ, насуплення або підіймання брів та морщення лоба. Ці елементи міміки дозволяють виразити всю гаму емоцій та почуттів.

Велике значення в спілкуванні надається *жестам.* Наприклад, палець, що вказує на іншого, сприймається як більш агресивний жест, ніж розкриті та обернені долоні. Похитування головою, нахил її до плеча або вбік співрозмовника завжди вважається ознакою інтересу. Покладені на стегна руки частіше за все виражають почуття влади або домінування.

Жести партнера можуть бути *відкриті, нейтральні або негативні*.

Залежно від цього необхідно обирати *схему своєї поведінки:*

— якщо жести відкриті, то можна говорити по суті справи;

— якщо жести нейтральні, то партнер оцінює, розмірковує над проблемою. Слід дати йому подумати, не перебиваючи;

— якщо жести негативні, вказують на хвилювання, невпевненість, агресивність партнера, то слід перечекати, дати додаткову інформацію, зацікавити, змінити техніку або перенести розмову.

Про почуття також свідчать і поза, і рух тіла. Наприклад, людина більш доброзичлива до іншої людини, якщо стоїть до неї обличчям, а не боком. Неприязнь людини, що сидить, виявляється в напруженні тіла; розслаблення, нахил вперед говорить про симпатію. Практично всі люди вміють читати пози, хоч не завжди це можуть пояснити.

Хода людини, тобто стиль пересування, дозволяє також розпізнати її емоційний стан. Вважається, що легка хода — вияв радості; в'яла — при стражданнях, широкий крок — у сповненої гордощів людини.

*2. **Проксемічні.*** Спілкування завжди організоване *в просторі.* Це *проксемічні* характеристики спілкування (*дистанція, територія, орієнтація).*

Дистанція — це величина відстані між людьми, що впливає на їх поведінку при спілкуванні.

Величина дистанції залежить від умов, у яких живуть і працюють люди, національних особливостей, традицій.

За даними американських психологів, віддаль між партнерами залежить від різновиду взаємодії і варіює в таких межах:

- до 0,5 м — інтимна дистанція – відповідає інтимним стосункам, трапляється у спорті, балеті; для родичів і друзів;
- 0,5-1,2 м – міжособистісна дистанція (у бесідах, для знайомих);
- 1,2-3,7 м – соціальна дистанція (для неформальних соціальних та ділових стосунків), для малознайомих, малоприємних людей;

• 3-7 м – і більше – публічна дистанція. Для публічних виступів. За такої віддалі не вважається грубим обмінятися репліками чи утриматися від спілкування.

Рекомендації стосовно дистанції:

1. Проникнення в ближню зону без дозволу є засобом невербального тиску та розцінюється як фамільярність або агресія.

2. Уперте перебування у цій зоні може бути розцінене як байдужість, холодність, що не сприяє контакту.

3. Знаходячись у ближній зоні партнера, слід стримуватися від різких рухів, поплескувань по плечу. Це буде розцінено партнером як зниження рівня безпеки.

4. Необхідно тримати дистанцію відповідно до типу стосунків.

Територія — це ділянка простору, на якій задовольняються будь-які потреби людини. Під час спілкування людина визначає свою територію, але не замками й парканами, а "табличками", кладучи руки, речі та ін.

Орієнтація — виражається у повороті носка ноги, тіла у напрямку партнера або від нього, що сигналізує про напрямок думки.

3. ***Інтонація.*** Наступна група невербальних засобів пов'язана з *голосом.* Його характеристики сприяють розпізнаванню станів людини, прояву психологічної індивідуальності.

Ентузіазм, радість, недовіра передається високим голосом; гнів, страх — також високим голосом, але в більш ширшому діапазоні тональності, силі звуків. Горе, втома передається м'яким, приглушеним голосом з пониженням інтонації до кінця фрази. Швидка мова свідчить про схвильованість або занепокоєність.

Отже, під час спілкування треба вміти чути інтонацію, силу й тон голосу, які виражають почуття, думки, настрій.

4. ***Погляд.*** Його напрям, частота контакту очей — ще один компонент невербального спілкування. Напрямок погляду показує спрямованість уваги співрозмовника і, разом з тим, дає зворотній зв'язок.

За допомогою очей передаються найточніші і найвідкритіші сигнали з усіх сигналів міжособистісної комунікації.

Ваш погляд повинен зустрічатися з очима партнера біля 60-70% усього часу спілкування. Практично ніхто не здатний контролювати

реакцію своїх зіниць. Вони довільно розширюються і звужуються — і тим самим передають інформацію про вашу реакцію на почуте.

Як мова рухів тіла відрізняється в різних народів, так і тривалість погляду залежить від того, до якої нації належить окремий суб'єкт. Для того, щоб навчитися "технології погляду" і ефективно застосовувати її в спілкуванні, потрібно біля 30 днів постійного посиленого тренування.

III. Комп'ютерні засоби спілкування. Компетентності з інформаційних та комунікаційних технологій передбачають здатність студентів орієнтуватися в інформаційному просторі, володіти й оперувати інформацією відповідно до потреб ринку:

— застосовувати ІКТ в навчанні та повсякденному житті;

— раціонально використовувати комп'ютер та комп'ютерні засоби при розв'язанні задач, пов'язаних з опрацюванням інформації,

— будувати інформаційні моделі й досліджувати їх за допомогою засобів ІКТ;

— давати оцінку процесу й результатам технологічної діяльності.

Серед засобів комп'ютерного спілкування за допомогою Інтернету можна виділити соціальні мережі, Skype, електронну пошту.

Вміння правильно спілкуватися за допомогою Інтернету вимагає дотримання правил електронного етикету.

Мережевий етикет – неформальний кодекс поведінки, який регулює спілкування користувачів між собою. Згідно з ним необхідно керуватися такими усталеними правилами:

Практичні поради

1. Ввічливість, взаємоповага та грамотність – на першому місці.
2. Відповідаючи на повідомлення, доречно цитувати тільки його найбільш суттєві місця.

3. Лист завжди потрібно закінчувати стислим підписом користувача, в якому, крім прізвища та імені, можна вказати телефон та адресу електронної пошти.

4. Потрібно вчасно відповідати на кожне повідомлення. Якщо у Вас немає часу цього зробити, напишіть декілька слів з підтвердженням факту одержання листа та обіцянкою дати більш повну відповідь за першої можливості.

5. Не рекомендується відправляти занадто великі за обсягом листи. Додаткову інформацію слід приєднувати до листа у вигляді за архівованого файлу.

Такий засіб комп'ютерного спілкування, як *електронна пошта* поступово витісняє паперові носії і стає головним у сучасному діловому середовищі. За статистикою ділова людина отримує в середньому до сорока повідомлень за день.

Електронне листування має більш неформальний характер, порівняно з факсами і діловими листами. Проте, як і будь-який інший вид спілкування, має свої правила етикету:

Практичні поради

1. Намагайтеся відповідати на повідомлення настільки швидко, наскільки це можливо.
2. Електронні листи не повинні бути перевантажені зайвими подробицями.
3. У повідомленні допускаються технічні помилки, проте їх не має бути дуже багато, адже адресати можуть сприйняти це як неввічливість.
4. Обов'язково перевіряйте лист перед тим, як його відправити.
5. Уникайте двозначності в повідомленнях.
6. Пам'ятайте, що «смайлики» не завжди доречні. У деяких випадках вони можуть надати листу живого характеру. Проте їх дозволяється використовувати лише тоді, коли Ви добре знаєте адресата і він розуміє Ваше почуття гумору.

7. Уникайте так званих «флеймів» — листів, написаних під впливом емоцій. Намагайтеся не посилати «флеймів» та не відповідати на них.

Міжособистісні стосунки. Процес міжособистісного спілкування слугує основою і головним фактором формування соціально-психологічних явищ.

Міжособистісні стосунки — це сукупність об'єктивних зв'язків та взаємодій між особами, які належать до певної групи, це система міжособистісних установок, ціннісних орієнтацій, очікувань, які визначаються змістом спільної життєдіяльності людей. Характерною ознакою міжособистісних стосунків є їх емоційне забарвлення. Отже, ми можемо визначити їх як взаємини людей, що формуються в процесі безпосередньої взаємодії в групі, мають неформальний характер і містять емоційно забарвлену та обопільно значущу оцінку партнерів по спілкуванню.

У вітчизняній та зарубіжній психології у міжособистісних стосунках прийнято вирізняти три основні компоненти регулювання поведінки людей:

1) когнітивний компонент особистості людини, яка спілкується з іншими суб'єктами, всі психічні процеси, пов'язані з пізнанням оточення і самого себе. Це відчуття, сприймання, пам'ять, мислення, уява тощо;

2)емоційний компонент обіймає все, що може бути зафіксовано на рівні фізіологічних реєстрацій та суб'єктивних ставлень. Це передусім позитивні та негативні переживання, конфліктність емоційних ставлень, внутрішньо особистісна, міжособистісна, емоційна чутливість, задоволення собою, партнером, навчанням, умовами життя взагалі тощо;

3) інтеракційний компонент (взаємодія) регулюється першими двома і включає в себе конкретні відкриті дії стосовно партнера. У свою чергу, взаємодія чинить зворотній вплив на когнітивний та емоційний компоненти.

Якщо впродовж тривалого часу дії партнера не відповідають надто оптимістичним, завищеним оцінкам суб'єкта, це може призвести до погіршення міжособистісних взаємин, спричинити зниження даних раніше оцінок компетентності та ділових якостей.

Оцінка міжособистісних стосунків передбачає проведення їхньої класифікації. Так, виділяються стосунки *знайомства, приятелювання, дружби.* Коли один з партнерів сприймає ці стосунки тільки як знайомство, а інший — як дружбу, то виникає непорозуміння. Тому міжособистісні стосунки можна визначити як взаємну готовність партнерів до певного типу почуттів, домагань, очікувань, поведінки. М.Обозов пропонує таку ***класифікацію міжособистісних стосунків:*** *знайомства, приятелювання, товариські, дружні, любовні, подружні, родинні, деструктивні.*

Вона спирається на кілька критеріїв: *глибину стосунків, вибірковість щодо партнерів, функції стосунків.*

Головним критерієм *розрізнення* ***міжособистісних стосунків*** є *рівень включення особистості в стосунки*.

У структурі особистості виділяють такі рівні включення: *загальновидові, соціокультурні, психологічні, індивідуальні.* Найбільше включення індивідуальних характеристик особистості відбувається у дружніх, подружніх стосунках. Стосунки знайомства, приятелювання обмежуються включенням у взаємодію переважно видових та соціокультурних особливостей особистості.

Другий критерій *— вибірковість щодо партнерів* — можна визначити як кількість ознак, що мають значення для встановлення та відтворення стосунків. Найбільшу вибірковість виявляють стосунки дружби, подружні, кохання, найменшу — знайомства. Середня кількість осіб, уведених у стосунки знайомства особистості, — 150—500, приятелювання — 70—150, стосунки дружби охоплюють 2—3 особи.

Третій критерій *— функції стосунків* виявляються в розрізненні їх змісту, психологічного смислу для партнерів.

Додатковими критеріями розрізнення міжособистісних стосунків є *дистанція між партнерами, тривалість та кількість контактів, норми стосунків, вимоги до умов контакту.* Загальна залежність тут така — з поглибленням стосунків скорочується дистанція, збільшується частота контактів.

Міжособистісні стосунки є найбільш значущими для особистості. Неофіційність, особиста значущість, емоційна насиченість

становлять основу для впливу міжособистісних стосунків на особистість.

4. Спілкування як обмін інформацією. Спілкування як міжособистісна взаємодія. Спілкування як міжособистісне розуміння та сприйняття людьми одне одного. Конфліктне спілкування

Спілкування — це багатогранний процес. Він пов'язаний з процесом обміну інформацією (комунікативний), з проблемою взаємодії співрозмовників (інтерактивний), зі сприйняттям людьми один одного (перцептивний). Ці сторони тісно взаємопов'язані, взаємозумовлені, виділяються в малих групах-колективах, тобто в умовах безпосереднього контакту між людьми.

Отже, спілкування виконує *комунікативну, інтерактивну, перцептивну функції.*

Спілкування як обмін інформацією. Перша функція спілкування — це *комунікативна функція,* яка передбачає обмін інформацією, її формування, уточнення і розвиток.

Іншими словами, спілкуючись між собою, люди передають один одному певне повідомлення, інформацію тощо.

В умовах людського спілкування інформація не тільки передається, а й зазнає кількісних і якісних перетворень, приймається й інтерпретується різними людьми по-різному відповідно до їх мотивації, досвіду та інших властивостей їхньої психіки.

Психологічна перепона різного походження, яку реципієнт установлює на шляху небажаної, стомлюючої або небезпечної інформації, називається ***комунікативним бар'єром.***

Бар'єри в спілкуванні — внутрішня перешкода психологічної природи, що заважає людині успішно спілкуватися". "Бар'єр спілкування виступає об'єктивною перешкодою на шляху до психологічного контакту й ефективного впливу партнерів один на одного.

Негативними наслідками виникнення бар'єрів стає те, що вони:

— збільшують психологічну дистанцію між партнерами;

— знижують рівень взаємного саморозкриття співрозмовників і ступінь взаємної довіри між ними;

— деформують характер взаємодії в спілкуванні;

— зменшують імовірність досягнення бажаних результатів спілкування.

Можна виділити чотири групи *причин,* які зумовлюють бар'єри спілкування:

1. Індивідуально-типологічні особливості партнерів. Це особливості темпераменту, особливості характеру (акцентуації характеру, низька емпатія), емоційний стан (страждання, гнів, страх, сором, вина, омерзіння, настрій, презирство).

2. Відмінності в установках сприйняття й розуміння партнера. Це "ефект ореолу", "ефект новизни", "ефект первинності", "ефект стереотипу".

3. Моральний бар'єр. Це життєво-побутові чинники (стать, вік, соціальний стан, сором'язливість, психологічні властивості, надмірна потайність).

4. Мотиваційний бар'єр. Тобто виражена мотивація повинна бути прийнятною та переконливою і для інших.

Для кращого розуміння інформаційного боку спілкування детальніше слід розглянути різновиди інформації, що виходить від комунікатора й може спричинити виникнення бар’єрів спілкування.

За своїм характером інформація, що виходить від комунікатора, може бути:

— *спонукальна* — інформація висловлюється в наказі, проханні, інструкції, пораді. Вона повинна стимулювати відповідну дію. Стимуляція, у свою чергу, може бути різноманітна: *активізація* — спонукання до дії в заданому напрямі; *інтердикція* — спонукання, яке забороняє відповідну дію; *дестабілізація* — неузгодженість чи порушення деяких форм поведінки та діяльності;

— *констатувальна* — інформація виступає у формі повідомлення й передбачає зміну поведінки не прямо, а опосередковано й поступово. Сам характер повідомлення буває різним: міра об'єктивності може варіювати від байдужого тону викладу до включення в сам текст повідомлення елементів переконання. Варіант повідомлення визначається комунікатором;

— *аксіальна* — інформація спрямовує свої сигнали до якогось окремого її отримувача (індивідуального чи групового);

— *ретиальна* — інформація має своїм адресатом багатьох реципієнтів, великі соціальні групи, які розосереджені в просторі й у більшості випадків є анонімними для комунікатора.

При спілкуванні відбувається ефект виникнення зворотнього зв'язку — це інформація про те, як реципієнт сприймає комунікатора, як оцінює його поведінку й слова. Міжособистісна комунікація — форма комунікації, в якій у ролях як комунікатора, так і реципієнта виступають окремі індивіди. Для міжособистісної комунікації є характерним безпосередній контакт між суб'єктами спілкування, що зумовлює ряд особливостей цієї форми комунікації: тісний зворотний зв'язок, що регулює хід спілкування; різноманітність кодів, що використовуються, зокрема, й невербальних; двосторонній обмін інформацією, який відбувається у вигляді діалогу. Специфіка міжособистісної комунікації визначається активною природою людської особистості, яка складає цей процес.

Отже, специфіка міжособистісної комунікації полягає насамперед у тому, що цей процес є *інтерсуб'єктним*. На відміну від простого обміну інформацією між двома пристроями, тут маємо справу з відношенням двох індивідів, кожний із яких є активним суб'єктом: взаємне інформування їх передбачає узгодження сумісної діяльності. Кожний учасник комунікативного процесу передбачає у своєму партнері не якийсь об'єкт, а активного діяча, і на цю його активність потрібно орієнтуватись, направляючи йому інформацію, тобто аналізувати його мотиви, цілі, установки.

Особливістю міжособистісної комунікації є те, що в її процесі кожен з учасників отримує нову інформацію на ту, що ними посилається, яка утворюється від додання до неї нового змісту залежно від значимості інформації для учасників спілкування.

Компоненти комунікативних здібностей. У процесі ділового спілкування та подолання бар'єрів важливо володіти такими комунікативними здібностями, як *фасцинація, експектація, емпатія, контрсугестія, вміння слухати* .

І. Фасцинація (від англ. — зачарування) — це спеціально організований вербальний (словесний) вплив, призначений для

зменшення втрат семантично значимої інформації при сприйнятті повідомлення партнерами по спілкуванню, за рахунок чого підвищується можливість її впливу на їх поведінку.

Форми фасцинації можуть бути різними: акустична, ритмічна, семантична. Залежно від *акустичної* організації інтенсивність фасцинації може варіювати від мінімальної (монотонна дикторська мова) до максимальної (спеціально інтонована мова, декламація, спів). Важливим чинником фасцинації є *ритмічна* фасцинація повідомлення. Існує також *семантична* фасцинація, коли текст повідомлення за певних умов виявляється життєво значущим для реципієнтів, викликаючи різку зміну їх поведінки. Наприклад, семантична фасцинація проявилася у "феномені 30 жовтня 1938 року", коли радіоінсценування "Боротьби світів" Г.Уелса викликало в США масову паніку, яка охопила більше мільйона людей. Аналогічний ефект викликала вона й у Еквадорі через 15 років. Ефект семантичної фасцинації мають також чутки.

II. Експектація (від англ. — очікування) — це система очікувань, вимог відносно норм виконання індивідом внутрішньогрупових ролей. Експектації являють собою різновид соціальних санкцій, які впорядковують систему відношень і взаємодій у групі. На відміну від офіційних приписів, посадових інструкцій та інших регуляторів поведінки в групі, експектації мають неформалізований і не завжди усвідомлюваний характер. *Дві основні сторони експектацій* — право очікувати від оточуючих поведінки, відповідної їх рольовій позиції, і обов'язок поводитися відповідно до очікувань інших людей.

Експектація може бути *розпорядчою й передбачаючою.* При розпорядчій експектації визначають належний характер виконання індивідом ролі. При передбачаючій експектації визначають вірогідний характер виконання індивідом ролі з урахуванням індивідуальних особливостей суб'єкта й конкретної ситуації.

III. Емпатія — це осягнення емоційних станів іншої людини у формі співпереживання.

Емпатія буває трьох видів:

1. Емоційна — заснована на механізмах проекції й наслідування моторних, афективних реакцій іншої людини. Ситуація іншої людини не стільки продумується, скільки відчувається.

2. Когнітивна — базується на інтелектуальних процесах.

3. Предикативна — здатність людини передбачати афективні реакції іншої людини в конкретних ситуаціях.

Поглянути на ситуацію з точки зору іншої людини — не обов'язково означає ототожнити себе з цією людиною. Якщо людина виявляє до когось емпатію, вона просто бере до уваги її лінію поведінки (ставиться до неї зі співчуттям), але свою власну може будувати зовсім по-іншому. І той, і інший аспекти важливі.

IV. Контрсугестія. У багатьох ситуаціях людина зустрічається з тим, що її слова, бажання і спонукання якось неправильно сприймаються співрозмовником, "не доходять" до нього. Іноді навіть виникає враження, що співрозмовник захищається від нас, наших слів і переживань, що він створює якісь перепони. По суті, кожній людині є що захищати від впливу.

Оскільки комунікація — це вплив, то звідси витікає, що у випадку успіху комунікації повинна відбутися якась зміна в уявленнях про світ того, кому вона адресована, проте не кожна людина хоче цих змін. Мова є способом навіювання, або *сугестії.* Кожний, хто говорить, навіює. Але в більшості випадків має місце й зустрічна психологічна активність — *контрсугестія* — протинавіювання, яке містить в собі способи захисту від неминучого впливу мови.

Саме контрсугестія і є головною причиною виникнення тих бар'єрів, які з'являються на шляху комунікації.

У багатьох випадках бар'єри нерозуміння можуть погано прислужитися людині, коли нічого загрозливого чи небезпечного в дії немає, а помилкове "ввімкнення" сигналізації призводить до того, що потрібна і актуальна інформація не сприймається. Практично для всіх людей важливо вміти спілкуватися таким чином, щоб їх правильно розуміли. Для цього важливо знати способи подолання психологічних бар'єрів. У повсякденному спілкуванні уникання постає у формі неуважності.

Види контрсугестії. Контрсугестія може проявлятися в трьох *видах.*

1. *Уникнення* — це ухилення від контактів з партнером: людина неуважна, не слухає, не дивиться на співрозмовника, постійно знаходить привід відволіктися, використовує будь-який привід для припинення розмови.

2. *Авторитет:* розділивши всіх людей на авторитетних і неавторитетних, людина довіряє лише першим і відмовляє в довірі другим. Лише враховуючи характер формування уявлень про авторитет у співрозмовника, можна сподіватися на реальну ефективність спілкування.

3. *Нерозуміння*: потенційно небезпечна для людини інформація може виходити від людей, яким вона довіряє. У такому випадку захистом буде своєрідне нерозуміння самого повідомлення.

V. Уміння слухати. Уміння слухати — це одна з умов процесу ефективного спілкування.

У літературі виділяють два *види слухання: нерефлексійне, рефлексійне.*

Нерефлексійне — це уміння уважно мовчати, не втручатися у мову співрозмовника своїми зауваженнями.

Слухання першого виду особливо корисне тоді, коли співрозмовник виявляє такі глибокі почуття, як гнів чи горе, має бажанням висловити свою точку зору, хоче обговорити питання, які наболіли.

Відповіді при нерефлексійному слуханні повинні бути зведені до мінімуму ("Так!", "Ну і ну!", "Цікаво" і тощо).

Рефлексійне слухання являє собою процес розшифровки змісту повідомлення.

Вияснити реальне значення повідомлення допомагають *рефлексні відповіді:*

1. Вияснення — це звернення до того, хто говорить, з уточненням. Наприклад: "Я не зрозумів ...", "Ви це маєте на увазі?" і т.п.

2. Перефразування — це власне формулювання повідомлення для перевірки його точності. Наприклад: "Як я зрозумів Вас ...", "Ви вважаєте, що ..." і т.п.

3. Відображення почуттів — це коли акцент робиться на відображенні тим, хто слухає, емоційного стану того, хто говорить. Наприклад: "Вірогідно, Ви відчуваєте...", "Ви дещо засмучені...".

4. Резюмування — це коли підсумовуються основні ідеї й почуття того, хто говорить. Наприклад: "Вашими основними ідеями, як я зрозумів, є...", "Якщо зараз підсумувати сказане Вами, то ..." тощо. Резюмування доречне в ситуаціях при обговоренні протиріч у кінці

бесіди, під час тривалого обговорення питання, при завершенні розмови.

У діловому, як і в будь-якому іншому спілкуванні, важливе поєднання нерефлексійного і рефлексійного слухання.

При цьому треба уникати типових *помилок слухання:*

1. Перебивання співрозмовника: більшість людей перебивають один одного неусвідомлено. При перебиванні слід намагатися відразу ж відновити хід думок співрозмовника.

2.Поспішні висновки: примушують співрозмовника зайняти оборонну позицію, що відразу ж зводить перепону для конструктивного спілкування.

3.Поспішні заперечення: часто виникають при незгоді з висловлюванням того, хто говорить. Часто людина не слухає, а подумки формулює заперечення й чекає черги висловитися. Потім захоплюється обґрунтуванням своєї точки зору й не помічає, що співрозмовник намагається сказати те ж саме.

4. Непрохані поради: зазвичай дають люди, не здатні надавати реальну допомогу; насамперед, слід встановити, що хоче співрозмовник: спільно порозмірковувати чи отримати конкретну допомогу.

Спілкування як взаємодія. Інтерактивний бік спілкування. Спілкування — це не тільки обмін інформацією, знаками, а й організація спільних дій. Воно завжди припускає досягнення деякого результату. Таким результатом зазвичай є зміна поведінки й діяльності інших людей. Наприклад, підлеглий приносить керівникові на підпис документ, той для розгляду кладе його на стіл. Обміну інформацією тут не відбулося, але взаємодія сталася. У ході спілкування його учасники можуть не тільки брати участь у комунікації, але й організувати обмін діями, спланувати загальну діяльність, виробити форми та норми сумісних дій.

Інтерактивний бік спілкування — це обмін не лише інформацією, а й різними діями, за допомогою яких здійснюється взаємне стимулювання, контроль та взаємодопомога у розв’язанні спільного завдання.

У дослідженні цього боку спілкування використовують поняття «інтеракція», «взаємодія», «соціальна взаємодія».

Взаємодія — це універсальна властивість усього існуючого світу речей і явищ у їх взаємній зміні, впливові одного на інших.

У суспільстві взаємодія — це система зв'язків і взаємодій між індивідами, соціальними групами, сукупність усіх соціальних відносин. Соціальні взаємозв'язки мають різні підстави й багато різних відтінків, які залежать від особистісних якостей індивідів, що вступають у взаємозв'язок. Формування цих зв'язків відбувається поступово від простих форм до складних. Соціальні зв'язки індивіда, який знаходиться навіть у малочисельній групі, являють собою чисельність взаємодій, які складаються з дій і зворотних реакцій на них. Утворюється складна система взаємодій, у яку включена різна кількість індивідів.

Види взаємодії. Традиційно види взаємодії поділяють на дві групи: *співробітництво й суперництво.*

Співробітництво. Воно передбачає такі дії, які сприяють організації спільної діяльності, забезпечують її успішність, узгодженість, ефективність. Цей вид взаємодії позначають також поняттями «кооперація», «згода», «пристосування», «асоціація».

Суперництво. Цю групу утворюють дії, які певною мірою розхитують спільну діяльність, створюють перепони на шляху до порозуміння, їх позначають також поняттями «конкуренція», «конфлікт», «опозиція», «дисоціація».

Ця класифікація в основі має дихотомічний поділ видів взаємодій. Інша — кількісний аспект, тобто орієнтується на кількість суб'єктів, які беруть участь у взаємодії. Згідно з нею розрізняють взаємодію між групами, між особистістю та групою, між двома особистостями (діада).

Психологічний вплив. При соціальній взаємодії відбувається своєрідний процес і результат зміни одним індивідом поведінки, установок, намірів, уявлень іншого індивіда. Вплив може бути спрямованим (ставиться мета досягнення певного результату) і опосередкованим (відповідно).

Психологічний вплив — застосування в міжособистісній взаємодії винятково психологічних засобів із метою впливу на стан, думки, почуття, дії, іншої людини.

Види психологічного впливу. До видів психологічного впливу передусім належать переконання, зараження, навіювання, наслідування, мода, чутки.

1. Переконання. Як спосіб психологічного впливу, переконання спрямоване на зняття своєрідних фільтрів на шляху інформації до свідомості й почуттів людини. Його використовують для перетворення інформації, котра повідомляється, на систему установок і принципів індивіда.

Переконання — метод свідомого та організованого впливу на психіку індивіда через звернення до його критичного судження.

Здійснюючись у процесі комунікативної взаємодії, переконання забезпечує сприйняття й включення нових відомостей у систему поглядів людини. Засноване воно на свідомому ставленні індивіда до інформації, на її аналізі й оцінці. Сприятливими умовами для переконання є дискусія, групова полеміка, суперечка, оскільки сформована під час їх перебігу думка набагато глибша, ніж та, що виникла за пасивного сприймання інформації.

Іноді можливий *ефект бумеранга,* коли спілкування призводить до результатів, протилежних намірам переконуючого. Це відбувається, коли початкові установки переконуючого й того, кого переконують, розділені великою дистанцією і з самого початку комунікатор це показує; у випадку великої кількості інформації, доказів за дрібницями. Це створює емоційний бар'єр.

2. ***Зараження.*** Наймасовіший спосіб інтеграції групової діяльності.

Зараження — психологічний вплив на особистість у процесі спілкування й взаємодії, який передає певні настрої, спонуки не через свідомість та інтелект, а через емоційну сферу.

Психічне зараження здійснюється через передачу емоційного стану від однієї особи до іншої на несвідомому рівні. Свідомість за таких умов різко звужується, майже зникає критичність до подій, інформації, що надходить із різних джерел. Психологія тлумачить зараження як неусвідомлювану, мимовільну схильність людини до певних психічних станів. Відбувається зараження через передавання психічного настрою, наділеного великим емоційним зарядом. Воно є одночасно продуктом впливу на інших енергетики психічного стану індивіда чи групи, а

також здатністю людини до сприймання, співпереживання цього стану, співучасті.

3. Навіювання. У сучасних умовах застосовується досить часто, одночасно може бути одним із небезпечних інструментів маніпуляції поведінкою людини, оскільки діє на її свідомість і підсвідомість.

Навіювання, або сугестія — метод впливу на психіку людини, пов'язаний з істотним зниженням її критичності до інформації, що надходить, відсутністю прагнення перевірити її достовірність, необмеженою довірою до її джерел.

Ефективним навіювання буде лише тоді, коли виникатиме ефект довіри. Джерел навіювання досить багато. Ними можуть бути знайомі й незнайомі люди, засоби масової інформації, реклама та ін. Навіювання спрямоване не до логіки індивіда, його здатності мислити, аналізувати, оцінювати, а до його готовності сприйняти розпорядження, наказ, пораду й відповідно до них діяти. При цьому велике значення мають індивідуальні особливості людини, на котру спрямований вплив: здатність критично мислити, самостійно приймати рішення, твердість переконань, стать, вік, емоційний стан тощо. Важливим чинником, що зумовлює ефективність навіювання, є авторитет, уміння і навички, статус, вольові якості сугестора (джерела впливу), його впевнені манери, категоричний тон, виразна інтонація.

Свідомо застосовують його в медицині (гіпноз, психотерапія). Водночас навіювання може мати і негативний вплив, ставши інструментом безвідповідальної маніпуляції свідомістю індивіда, групи.

Формами навіювання можуть бути: *гетеросугестія* (вплив з боку) і *аутосугестія* (самонавіювання). Самонавіювання належить до свідомого саморегулювання, навіювання собі певних уявлень, почуттів, емоцій.

4. Наслідування. *Наслідування* — найпоширеніша форма поведінки людини в діловій і міжособистісній взаємодії. Це процес орієнтації на певний приклад, взірець, повторення й відтворення однією людиною дій, вчинків, жестів, манер, інтонацій іншої людини, копіювання рис її характеру та стилю життя. Саме через наслідування здійснюється

процес соціалізації особистості, реалізуючись через навчання й виховання.

5.Мода — це форма стандартизованої масової поведінки людей, що виникає стихійно під впливом настроїв, смаків, захоплень, які домінують у суспільстві, організації.

Мода поєднує багато суперечливих тенденцій і механізмів соціально-психологічного спілкування: ідентифікацію та негативізм, уніфікацію та персоналізацію, наслідування та протиставлення. До її особливостей належить те, що вона виявляється в усіх сферах суспільного життя. Мода дуже тісно пов'язана зі смаками та звичаями людей. Для моди характерна динамічність, постійне прагнення до швидкоплинності, новизни і водночас вона консервативна. Щось заперечуючи, відкидаючи старе, мода разом із тим претендує на роль зразка, еталона. Інакше кажучи, мода — це часткова, зовнішня зміна культурних форм поведінки й уподобань людини.

6. Чутки. Коли люди стикаються з чимось незрозумілим, але, на їх думку, важливим, вони завжди намагаються знайти відповідну інформацію, в якій було б необхідне роз'яснення.

Чутка — це повідомлення, що надходить від однієї або більше осіб, про нічим не підтверджені події. Як правило, вони стосуються важливих для певної соціальної групи чи людини явищ, торкаючись актуальних для них потреб та інтересів. Очікування одержати задоволення від інформації є головним мотивом сприймання і відтворення почутого (чутки).

Спілкування як розуміння та сприймання один одного (перцептивна функція).

Виникнення й успішний розвиток ділового та міжособистісного спілкування можливе лише в тому випадку, якщо між його учасниками існує взаєморозуміння. Те, якою мірою люди відображають почуття і риси один одного, сприймають і розуміють інших, а через них — і самих себе, здебільшого визначає й сам процес спілкування, і стосунки, які створюються між партнерами, і способи взаємодії. Процес розуміння й пізнання людиною іншого в ході спілкування є обов'язковою складовою спілкування. Умовно цей процес називають перцептивною стороною спілкування.

Перцепція в загальнопсихологічному розумінні — це елемент цілісного процесу пізнання й суб'єктивного осмислення світу.

Поняття *«соціальна перцепція»* відображає складний процес пізнання і розуміння людьми один одного, воно включає в себе все те, що в загальнопсихологічному плані визначається різними термінами і вивчається окремо.

Отже, *перцептивний бік* спілкування передбачає сприймання людьми один одного, знання механізмів міжособистісного сприймання.

Оскільки людина вступає в спілкування завжди як особистість, тому вона завжди сприймається іншими людьми як особистість. На основі зовнішнього боку поведінки ми, за словами С.Рубінштейна, ніби «читаємо» іншу людину, розшифровуємо її внутрішній світ, особливості особистості за зовнішніми проявами. Враження, що виникають при цьому, відіграють важливу роль, регулюючи процес спілкування. У ході пізнання іншої людини одночасно здійснюються й емоційна оцінка її, і спроба зрозуміти її логіку вчинків і хід мислення, а потім, уже на основі цього, побудувати стратегію своєї власної поведінки.

Таким чином, коли говорять про перцептивний бік спілкування, то мають на увазі особливості сприйняття не фізичних, а соціальних об'єктів, до яких відносять формування уявлення про наміри, думки, здібності, емоції установок та ін. Процеси соціальної перцепції включають не тільки сприйняття людини людиною, а й процес сприйняття спостережної поведінки, її інтерпретацію в термінах причин поведінки й очікуваних наслідків поведінки, що сприймається; емоційну оцінку, побудову стратегії власної поведінки.

У загальному розумінні *соціальна перцепція* — це багатофункціональний психологічний процес сприйняття іншої людини, її зовнішніх ознак, співвіднесення їх з її особистісними характеристиками та інтерпретація й прогнозування на цій основі її вчинків. Дослідження процесу соціальної перцепції включає характеристику суб'єкта і об'єкта сприйняття, вивчення механізмів процесу міжособистісної перцепції, а також ефектів, що супроводжують цей процес. У об'єкта сприйняття доступними для спостереження є лише зовнішні ознаки, серед яких найбільш інформативні зовнішній вигляд (фізичні дані, одяг) і поведінка (дії,

експресивні реакції). Сприймаючи ці ознаки, спостерігач (суб'єкт сприйняття) оцінює їх і робить деякі висновки (іноді неусвідомлено) про внутрішні психологічні властивості партнера. На основі цього він формує певне ставлення до об'єкта сприйняття. Це ставлення здебільшого емоційне (подобається — не подобається). На підставі тих властивостей, які передбачено спостерігачем у об'єкта спостереження, суб'єкт робить певні висновки відносно того, якої поведінки можна очікувати від об'єкта спостереження і, спираючись на ці висновки, створює власну стратегію поведінки по відношенню до об'єкта сприйняття.

Описаний процес соціальної перцепції М.Бітянова представила в такій схемі: сприйняття зовнішнього вигляду й поведінки об'єкта спостереження — створення уявлень про психологічні особливості й стан об'єкта спостереження — створення уявлень про причини і наслідки поведінки — створення стратегії власної поведінки.

Ефекти соціальної перцепції. При спілкуванні виникають ефекти соціальної перцепції як результат приписування чи поширення оцінного враження на сприймання дій, вчинків, особистісних рис іншої людини за дефіциту часу й джерел інформації, які є т*иповими викривленнями уявлень про іншу людину.*

Ефект первинності інформації або "ефект послідовності" Ефективність впливу інформації на установки людини залежить від первинності інформації — перша інформація сприймається легше, довірливіше. Щоб нашкодити людині, хтось, дізнавшись про неї щось погане, поспішає розповісти керівнику. Довести, що все було не так, дуже нелегко. *"Ефект ореолу"* — це вплив загального враження про людину, на сприйняття й оцінку окремих властивостей її особистості. Якщо думка про людину гарна, то її поганий вчинок розглядають як випадковість. *"Ефект проекціювання"* — це проекція на інших людей власних властивостей, що викликає очікування відповідної поведінки за нашою моделлю. Це невміння зрозуміти точку зору іншої людини. *"Ефект наслідування"* — це відтворення діяльності, вчинків, якостей іншої людини, на яку вона хоче бути схожою (копіювання поведінки, жестів, інтонації, свідоме наслідування).

Механізми міжособистісної перцепції (сприймання) у спілкуванні. Коли пізнаємо іншу людину, то відбувається емоційне її оцінювання, намагання зрозуміти вчинки, спрогнозувати її поведінку та змоделювати власну. Перше враження будується на основі стереотипів. Воно неповне, фрагментарне, спрощене.

Тому правильне сприймання досягається завдяки використанню механізмів міжособистісної перцепції: *ідентифікації, емпатії, рефлексії.*

Ідентифікація — спосіб розуміння іншої людини шляхом уподібнювання себе їй. Людина неначе ставить себе на місце іншої людини й визначає, як би вона діяла в подібних ситуаціях. ***Емпатія*** — вміння поглянути на все очима іншого й відчути його стан. Це прагнення емоційно відгукнутись на проблеми іншої людини. Ситуація іншої людини не стільки продумується, скільки відчувається. ***Рефлексія*** — усвідомлення людиною того, як вона сприймається партнером по спілкуванню. Це не просто знання чи розуміння партнера, а знання того, як партнер розуміє вас, своєрідний подвоєний процес дзеркальних стосунків один з одним.

Правила корекції помилок сприйняття інших людей з опорою на еталони:

1. Більше уваги приділяйте невербальній поведінці партнера — міміці, позам, жестам, інтонації, напрямку погляду, ході, поставі.
2. Звертайте увагу на помилкові дії партнера (обмовки, забування, замовчування, помилки слуху та ін.), за якими можуть ховатися почуття, які стримуються.
3. Відзначайте для себе, як у людини виражаються дві основні соціальні потреби — в емоційній підтримці й у визнанні. Це ключ до розуміння того, як людина поводиться з іншими своїми мотивами.
4. Стежте, в який бік партнер відхиляється від теми вашої розмови. Відхилення від теми — ознака приховання почуттів до співрозмовника.

Конфліктне спілкування. Поняття «конфлікт» розуміють у дуже широкому плані й вживають у різних значеннях. Щодо сутності людських стосунків конфлікт є протиборством, зіткненням протилежних тенденцій, оцінок, принципів, еталонів поведінки щодо предмета конфлікту. З боку цілей конфлікт відбиває прагнення затвердити принцип, учинок, ідею самоствердитися. З точки зору стану міжособистісних стосунків конфлікт є деструкцією цих стосунків на емоційному, пізнавальному та поведінковому рівнях. Якщо у визначенні конфлікту спиратися на його суб'єктів, то його можна розглядати як формулу комунікації. Конфлікт як психічний стан є водночас захисною та емоційно забарвленою реакцією, реакцією на ситуації, що психологічно травмують людину, на перепони у досягненні певних цілей. Виходячи з оцінки результатів конфлікту, його можна вважати дезінтегруючою силою людських стосунків, а його ліквідацію — інтегруючого. З інструментальної точки зору конфлікт виступає як засіб самоствердження, подолання негативних тенденцій. Процесуальний бік конфлікту є ситуацією пошуку виходу, засобів стабілізації стосунків.

Отже, ***конфлікт*** – це суперечність, що виникає між людьми у зв'язку з розв'язанням тих чи інших питань соціального чи особистого життя.

Виділяють такі види конфліктів, як *внутрішньо особистісні, міжособистісні, особистісно-групові, міжгрупові.*

Прийняття оптимальних рішень у конфліктних ситуаціях досягається вибором правильного стилю поведінки залежно від ситуації, що склалася.

Стилі поведінки в конфліктних ситуаціях. Відомі спеціалісти в галузі управлінської психології К. Томас та Р. Кілмен виділяють п'ять основних стилів поведінки в конфліктних ситуаціях, що спираються на власний стиль, стиль інших учасників конфлікту, а також на тип самого конфлікту:

1. Стиль конкуренції.
2. Стиль ухилення.
3. Стиль пристосування.
4. Стиль співпраці (переговорів).
5. Стиль компромісу.

Стиль поведінки в кожному конкретному конфлікті визначається ступенем прагнення задовольнити власні інтереси (діючи пасивно чи активно) та інтереси протилежної сторони учасників конфлікту (діючи спільно або індивідуально).

Якщо ваша реакція пасивна, то ви прагнутимете вийти з конфлікту; якщо реакція активна, то ви будете намагатися вирішити його. Прагнення до спільних дій викликає спробу розв'язати цей конфлікт разом з іншими його учасниками. Прагнення до індивідуальних дій спричинює пошук шляху вирішення проблеми або ухилення від її вирішення. Виділені п'ять стилів поведінки однаковою мірою містять спільні та індивідуальні дії, а також пасивну та активну поведінку.

1. Стиль конкуренції. Той, хто використовує стиль конкуренції, завжди активний і прагне розв'язувати конфлікт власним способом. Він не зацікавлений у співпраці з іншими, але здатний до вольових рішень, прагне передусім задовольнити власні інтереси за рахунок інших, нав'язуючи своє рішення. Такий шлях ефективний, коли людина має певну владу. Але це вкрай неефективний метод вирішення особистих конфліктів. Стиль конкуренції викликає в інших почуття відчуження. Застосування ж його в ситуаціях, коли суб'єкт не має влади, може призвести до прикрих помилок.

Використання цього стилю має сенс, якщо результат для вас дуже важливий, якщо ви маєте певний авторитет і вважаєте свій варіант найкращим, якщо рішення потрібно прийняти терміново й для цього є достатньо влади, якщо немає іншого шляху й втрачати немає чого, якщо ви не вможете переконати групу, що ситуація є кризою, але групу треба вести далі.

Цей стиль приведе до визнання, якщо буде досягнутий позитивний результат. Але якщо переважає прагнення встановити з усіма гарні стосунки, то такий стиль застосовувати не варто.

2. Стиль ухилення використовується в ситуаціях, коли позиція нестійка й відсутня співпраця з іншими з метою вирішення проблеми. Цей стиль доцільно застосовувати, якщо проблема не дуже важлива або коли відчувається помилковість власної позиції та правильність позиції іншої сторони конфлікту, коли сили не рівні або коли інший наділений владою. У цих випадках превалює прагнення задовольнити власні чи інші інтереси, характерні відхід від проблеми, перекладання

відповідальності за її вирішення на інших, прагнення відкласти рішення або використати інші засоби.

Стиль ухилення застосовується, якщо відбувається спілкування з психічно складною людиною та якщо немає причин підтримувати з нею контакти, а також за спроб прийняти рішення в ситуації, коли не зовсім зрозуміло, що треба конкретно робити, та в цьому й немає нагальної потреби.

Доцільною ця стратегія є також у випадках відсутності достатньої інформації. Хоча дехто вважає цей стиль «втечею» від проблем і відповідальності, така поведінка може бути цілком конструктивною реакцією на конфліктну ситуацію.

3. Стиль пристосування означає, що ви дієте разом з іншою людиною, не намагаючись захищати власні інтереси. Цей стиль застосовується, якщо результати дуже важливі для іншої людини й не дуже суттєві для вас. Він корисний у ситуаціях, у яких ви можете здобути перемогу, тому що інший учасник конфлікту має владу. Отже, ви поступаєтесь та робите те, чого бажає опонент. Ви дієте в такому стилі й тоді, коли співчуваєте іншій людині й намагаєтеся підтримати її.

Оскільки, застосовуючи таку стратегію, ви відсуваєте свої інтереси, то краще вдаватися до неї, коли позитивне з'ясування ситуації для вас не суттєве або коли участь у ситуації не дуже значна. Якщо ви вважаєте, що поступаєтеся в чомусь дуже важливому й відчуваєте у зв'язку з цим незадоволення, то метод пристосування в цьому разі не підходить. Він не прийнятний і тоді, коли ви відчуваєте, що інша людина не збирається поступитися чимось або не оцінить вашого внеску у вирішення проблеми.

Цей стиль потрібно застосовувати, коли ви, відступаючи, мало що втрачаєте, коли збираєтеся пом'якшити ситуацію, а потім повернутися до цього питання й обстояти свою позицію.

Стиль пристосування може дещо нагадувати стиль ухилення, якщо використовувати його як засіб відстрочення вирішення проблеми. Але головна відмінність полягає в тому, що ви дієте разом з іншою людиною, ви робите те, чого вона прагне. Поступаючись, ви можете пом'якшити конфліктну ситуацію і налагодити стосунки.

4. *Стиль співпраці (переговорів).* Завдяки стилю співпраці можна брати активну участь у розв'язанні конфлікту й захищати власні інтереси, але прагнути при цьому до співпраці з іншими учасниками конфлікту. Цей стиль вимагає більшої внутрішньої роботи порівняно з іншими стратегіями. Спочатку треба виявити прагнення, цілі, інтереси обох сторін, а потім обговорити їх. Якщо у вас є час і рішення має неабияке значення, то це гарний спосіб отримати найбільш ефективний результат і задоволення обопільних інтересів.

Цей стиль найоптимальніший, коли обидві сторони мають різні приховані прагнення. У такому разі важко визначити чинник незадоволеності. Спочатку здається, що обидві сторони прагнуть одного й того самого, або, навпаки, мають протилежні цілі, що є безпосереднім чинником конфлікту. Але існує відмінність між зовнішніми виявами та прихованими інтересами й прагненнями, які є істинними причинами конфліктної ситуації.

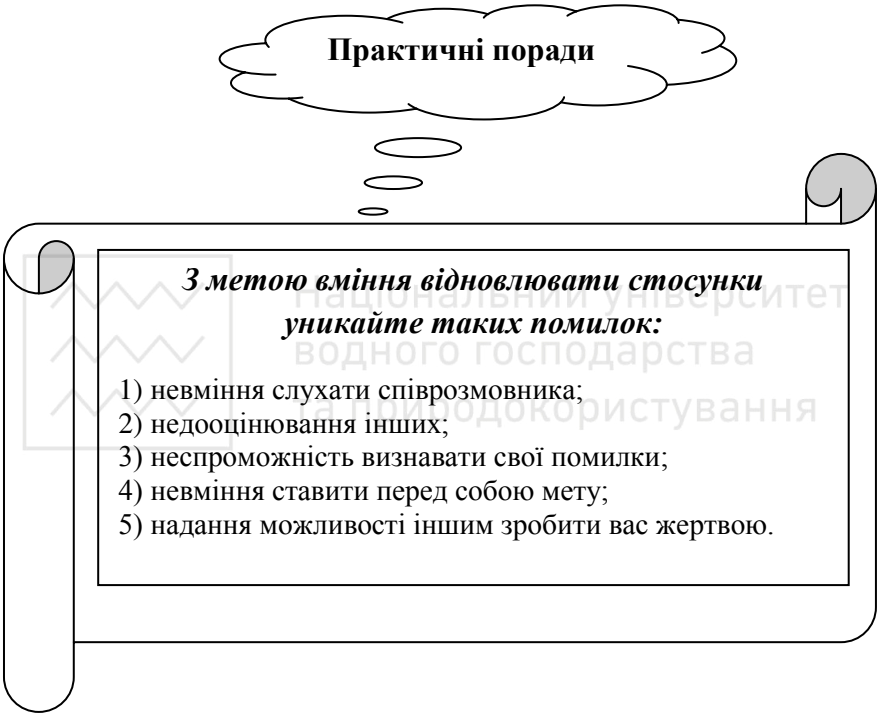
Отже, з метою успішного використання стилю співпраці треба витратити певний час на пошук внутрішніх, прихованих інтересів, щоб розробити засіб задоволення справжніх прагнень обох сторін. Якщо обидві сторони розуміють, у чому полягає причина конфлікту, то вони мають можливість шукати нові засоби його вирішення. Проте такий шлях вимагає певних зусиль. Обидві сторони мають витратити на це певний час, з'ясувати свої реальні бажання, вислухати одна одну й, нарешті, відпрацювати варіанти вирішення проблеми. Стиль співпраці найважчий, але дуже ефективний.

5. Стиль компромісу. Сутність стилю компромісу полягає в частковому задоволенні власних інтересів. Ви частково поступаєтеся іншим учасникам, але й вони роблять те саме. Такі дії можуть нагадувати співпрацю, але задоволення обопільних потреб відбувається на поверховому рівні. Тут не аналізують приховані, внутрішні потреби.

Стиль компромісу найбільш ефективний тоді, коли обидві сторони прагнуть одного й того самого, хоча розуміють, що одночасно задовольнити їх інтереси неможливо. Найпоширеніші випадки його застосування: обидві сторони мають однакову владу та протилежні інтереси; треба швидко досягти рішення і не вистачає часу на обговорення; влаштовує тимчасове вирішення; інші шляхи неефективні; компроміс дає змогу зберегти нормальні стосунки.

Відновлення стосунків і коригування ставлення – необхідна умова конструктивного вирішення конфліктних ситуацій.

Для вміння відновлювати стосунки і коригувати ставлення необхідно знати помилки, які зустрічаються у ділових та міжособистісних стосунках.



Невміння слухати. Мистецтво слухати співрозмовника — основа ділових та міжособистих стосунків. Перший крок в оволодінні цим мистецтвом — навчитися концентрувати увагу. Слухання — вибірковий процес. Більшість людей чують те, що хочуть почути. Отже, завдання полягає в тому, щоб навчитися слухати те, що потрібно, не відволікаючись на стороннє.

В ділових стосунках вміння слухати — одна з найважливіших навичок спілкування. Бажаючи передати думку, колега чи керівник робить це за допомогою усного мовного сигналу. Умови для здійснення процесу спілкування не завжди ідеальні. Іноді заважають гамір, втома чи неуважність. Тому можна по-різному інтерпретувати отримане повідомлення й не завжди легко досягти ясності, чіткості й однозначності передачі інформації у процесі спілкування.

Якщо один з учасників спілкування зробив все можливе для точної передачі повідомлення, це ще не означає, що його правильно зрозуміли. Тому що:

— *по-перше,* люди зайняті власними думками й справами, які мають пряме або непряме відношення до роботи. Як показує практика, близько 90 відсотків учасників спілкування посилають повідомлення, і тільки 10 відсотків їх сприймають. З такого дисбалансу система порушується.

— *по-друге,* деякі люди егоцентричні. Вони з нетерпінням чекають, поки хтось закінчить говорити, для того, щоб встигнути висловити свою думку. Отже, вони в цей момент думають, що сказати й навряд чи чують хоча б слово з того, що говорить співрозмовник.

— *по-третє,* деякі люди мають звичку у момент розмови аналізувати зовнішній вигляд співрозмовника, мотиви того, про що говориться, в результаті чого, губиться логіка виступу в цілому.

Визначити рівень вміння слухати співрозмовника доможуть відповіді на запропоновані запитання:

1. Чи робить керівник якісь зусилля, для того, щоб привернути вашу увагу?

2. Чи «ловите» ви себе на тому, що не слухаєте керівника в той час, коли він говорить?

3. Чи повторює він сказане декілька разів, тому, що сумнівається, що ви слухаєте його уважно?

4. Чи звертаєтеся ви до нього декілька разів, для того, щоб перепитати незрозуміле?

5. Чи відчуваєте ви, що не зрозуміли щось у завданні керівника, після того, як приступили до його виконання?

Якщо відповіді на запитання категоричне "ні", ви вмієте добре слухати. Якщо є позитивні відповіді, то необхідно удосконалювати і використовувати такі ***прийоми слухання:***

Практичні поради

1. Завжди дивіться на людину, яка передає вам інформацію. Це допоможе сконцентруватися й виключити фактори, що відвертають увагу.

2. Якщо керівник не завжди чітко формулює свою думку, зробіть зусилля для того, щоб зрозуміти суть сказаного.

3. Для того, щоб краще запам'ятовувати сказане, занотуйте основні моменти висловлювання. Час від часу повертайтеся до нотаток і вносьте необхідні зміни. В окремих випадках можна показати нотатки керівнику.

4. Не виправдовуйтеся, коли вас критикують. Краще уважно вислухайте, щоб не повторити помилок.

5. Відразу з'ясовуйте те, що залишилося незрозумілим.

6. Якщо вас втягнули в розмову під час наради, яку проводить керівник, ввічливо, але рішуче перервіть її. Якщо цього не зробити, роздратування збільшуватиметься і все одно завадить вам уважно слухати.

Уміти уважно слухати непросто. Але потім приємно почути про себе: "Цій людині не треба повторювати двічі".

Недооцінювання інших — це ще одна помилка, яка дуже поширена серед співробітників. Часом здається, що керівник чи співробітник, недостатньо докладаючи зусиль, з легкістю справляється з поставленими завданнями.

Подібна думка може привести до формування негативного ставлення й погіршення стосунків із людиною, яка одразу може й не відчути несхвалення у будь-якій формі (у тому числі і мовчання).

Необхідно пам'ятати, що для оцінювання вмінь, внеску й особистого впливу індивіда на групу (особливо це стосується керівників) необхідні досвід і зрілість. Робити висновки про щось,

когось оцінювати, можна тільки володіючи повною інформацією, яка у більшості випадків недоступна для простих службовців.

Іноді, якщо співробітник і проводить подібну експертизу, він повинен тримати свою думку при собі. Оцінюючи свої вміння й здібності вище інших, працівник ризикує опинитися в ізоляції.

Невміння ставити перед собою мету. На робочому місці кожний має відчувати себе часткою колективу й робити свій внесок у загальну справу організації. Під пошуком мети розуміється бажання виконувати необхідну роботу (в межах юридичних та етичних норм) якісно та вчасно.

Проте насправді не всі службовці здатні досягти цього. Свідомо включитись у трудовий процес, добровільно і ефективно працювати, не звертаючись щоразу за порадою до співробітників чи керівника, особливо складно молодим фахівцям.

Неспроможність визнавати свої помилки. Помилки часто виникають внаслідок порушень службових правил й інструкцій.

Навіть найпедантичніші люди можуть робити помилки. Це може бути логічна помилка, пов'язана з оцінюванням чи переоцінюванням якогось фактора. Свідома людина, яка дотримується правил, може порушити їх, навіть не підозрюючи.

Як показує досвід, невеликі недоліки і навіть серйозні помилки, про які підлеглий своєчасно інформує керівництво, по-перше, сприймаються із співчуттям, по-друге, швидко забуваються. Неправда приводить до неприємностей й завдає шкоди службовим стосункам.

Надання можливості іншим зробити вас жертвою. Фахівці вважають, що більше половини всієї інформації людина отримує через невербальне спілкування, яке супроводжує мовний контакт (тобто за допомогою жестів, міміки тощо). Коли людина відчуває, як збільшується між нею й співрозмовником недовіра, відчуження, недоброзичливість, необхідно поміркувати, чи не виникли вони внаслідок нерозуміння або неправильної пропозиції. Якщо цього не зробити, хтось може стати жертвою обставин.

Для того, щоб цього не сталося, співрозмовнику необхідно вияснити чи не ґрунтується поведінка іншої людини, її ставлення до нього на неправильних уявленнях про його думки, сподівання, дії; поміркувати, чи не зробив або не сказав він чогось такого, що могло б

Національний університет
та природокористування

викликати підозру, недовіру або нерозуміння; натякнути іншій людині (посилаючись на факти), що є деякі непорозуміння, які можуть спричинити розвиток конфлікту, якому він бажає запобігти; обговорити й проаналізувати ситуацію.

Таким чином, найкращим засобом запобігання конфліктів і можливості стати жертвою непорозуміння є відкрите обговорення основних пропозицій обох сторін.

Відновлення стосунків. Як би співробітники не намагалися між собою бути в добрих стосунках, іноді вони можуть ускладнитися внаслідок неуважності або нерозуміння однієї зі сторін.

На роботі подібні випадки можуть статися внаслідок перевищення службових повноважень керівником; у разі, коли одна сторона не зовсім чесна з іншою; коли існують непорозуміння у процесі спілкування, а також за багатьох інших обставин. Отже, важливо пам'ятати, що всі стосунки на роботі і поза нею періодично «страждають» і тому потребують поновлення. Але коли жодна зі сторін не виявляє бажання цього зробити — втрачають усі. Той, хто візьме на себе місію з відновлення стосунків, навіть коли не є безпосереднім винуватцем, завжди виграє.

Адже спілкування — це основа людських взаємин. Налагодити їх, відкрити закриті канали означає налагодити спілкування. Це й буде першим кроком до відновлення стосунків. Немає значення, яка сторона зробить це першою. Адже, незважаючи на те, хто винен, необхідно якнайшвидше налагодити стосунки. Ті, хто часто змінює роботу, залишаючи після себе "згарище", платять високу ціну за свої помилки. Чому це відбувається ?

Причина1. Втрата розумової конструктивної енергії. Якщо ваш розум зайнятий конфліктом, якщо ви "прокручуєте" його день у день, це відволікає від вирішення поставлених перед вами проблем.

Причина 2. Погіршення стресової ситуації. Міжособистісні конфлікти більш стресові, аніж авральна робота або інші термінові завдання. Крім того, стресова ситуація між двома працівниками негативно впливає і на весь колектив. Внутрішній спокій службовців і, як наслідок, висока особиста продуктивність повинні бути пріоритетом у вчинках усіх членів колективу. Статистика невблаганна: близько 50

відсотків звільнень відбувається внаслідок невирішених міжособистісних конфліктів.

Причина 3. Феномен "жертви". Якщо вчасно не розв'язати конфлікт, вас може спіткати доля "жертви". Наприклад, колега, з яким ви мали гарні стосунки, раптом усвідомлює, що ви — загроза його підвищенню по службі. Він навмисно створює конфліктну ситуацію, сподіваючись, що ви не витримаєте. Якщо своєчасно не втрутиться посередник (керівник), якщо ви самі не почнете здійснювати зважені вчинки, ситуація може змінитися не на вашу користь. Найнеприємніший наслідок такого випробування —слабкість, поступка і страх, які перетворять вас на жертву.

Можливо, зазначені ситуації й не дуже поширені, але кожен має готувати себе до поновлення стосунків.

Практичні поради

Дотримуйтеся основних принципів, якими бажано керуватися для відновлення стосунків:

1. Намагайтеся думати про те, що важливо вміти відновлювати стосунки, якщо ви зацікавлені у професійному зростанні. Зіпсовані стосунки позбавляють вас необхідної для цього підтримки, створюють перешкоди для руху вперед.
2. Намагайтеся знайти причину конфлікту.
3. Розвивайте в собі бажання першим зробити крок назустріч. Чим більше ви ображаєтеся або обурюєтеся, тим менше у вас можливостей поновити стосунки. Необхідні спільні зусилля для досягнення позитивного результату. Якщо одна сторона не бажає вислухати іншу, зусилля будуть марними. Поки ви не усвідомите важливість ужити якихось заходів (незважаючи на ініціатора непорозуміння або конфлікту), ви не досягнете ефективного рівня бажання діяти.
4. Знайдіть властиві лише вам способи з'ясування й налагодження стосунків.

Якщо замислитися, як краще реалізувати завдання, поставлене в попередньому пункті, відразу виникне багато запитань. Як не образити сторони? Як зняти почуття образи й гніву і поновити припинене спілкування?

Для з'ясування і налагодження стосунків спробуйте відповісти і на такі, на перший погляд, другорядні запитання:

— Чи можете ви підійти до вирішення проблеми з почуттям гумору?

— Чи в змозі ви вислухати протилежну сторону замість того, щоб говорити самому?

— Чи можете ви внести рівноцінний внесок у процес налагодження стосунків?

— Чи в змозі ви дозволити собі трохи "білих лестощів", не ображаючи іншого?

— Чи спроможні ви визнати відверто, що стосунки важливі для вас настільки, що ви готові забути й пробачити?

Відновлювальні стратегії. Коли людина відчуєте в собі достатнє бажання і готовність самому йти назустріч, вона може використовувати такі стратегії.

Відновлювальна стратегія 1 **.** Якщо ви повністю або частково винні в конфлікті, визнайте, що ви винні і зробіть все, щоб стосунки відновилися. Пообіцяйте, що будете уважнішими й стриманішими. Ми всі робимо помилки. І робитимемо їх доти, доки не зрозуміємо, що час від часу нам потрібно буде поновлювати стосунки. Якщо не робитимемо цього, то втратимо дуже багато важливих для нас зв'язків.

Відновлювальна стратегія 2. Коли помилку робить інша людина (причина неважлива), дайте їй можливість першою зробити крок назустріч і поновити стосунки. Не будьте ворожі! Якщо через якийсь час інша людина не зможе зробити цього, самі зробіть крок назустріч. Можливо, ви страждаєте навіть більше, ніж ініціатор конфлікту. Для чого вам роль жертви? Заради вашої ж користі й у ваших інтересах зробити так, щоб стосунки були нормальними.

Можна сказати: "Все, що сталося між нами, хочу обговорити тепер, коли вже немає таких емоцій. Хочу, щоб це не повторювалось у майбутньому. Якщо ми не зробимо цього, то кожний з нас багато втратить".

Відновлювальна стратегія 3. Коли обидві сторони однаково винні в конфлікті, варто поміркувати про теорію взаємовигідних стосунків. Цей підхід допомагає побачити важливість взаємовідносин. Але говорити про взаємну користь можна тільки тоді, коли обидві сторони вносять рівноцінний внесок у стосунки.

Поновлення стосунків завжди містить у собі певну частку ризику. Наприклад, ви не відважуєтеся щиро зізнатись у помилці.

Деякі люди відмовляються поновлювати стосунки навіть під загрозою звільнення з роботи. Але не забувайте, що справжньому професіоналу потрібне конструктивне спілкування, яке зможе допомогти зробити необхідні кроки.

Коригування ставлення. Коригування означає "виправлення", "оновлення". Усім працівникам на всіх рівнях необхідно час від часу оновлювати свої погляди на роботу й своє ставлення до організації в цілому. Навіть дуже позитивно налаштована людина проходить через періоди невпевненості й сумнівів. Проте є і такі люди, яким потрібно постійно працювати над собою й настроювати себе позитивно.

Перший рівень коригування — щоденний процес. Багатьом допомагають ранкові медитації. Ті, в кого ранок не складається, наприклад, шукають підтримки у друзів і починають день тільки після розмови з ними. Інші форми відновлення позитивного ставлення у кожного свої.

Другий рівень коригування ставлення може мати форму "недільного проекту". Можливо, ви чули подібні висловлювання: "Мені потрібно відпочити в неділю й отримати заряд енергії, щоб бути готовим до понеділка". "Без недільного відпочинку я не зможу відновитися". Люди не могли б залишатися позитивно налаштованими без періодичного відпочинку.

Але іноді цього не вистачає. Потрібний довший відпочинок. Якщо цього не зробити, може статися емоційний вибух. Під емоційним вибухом розуміють негативну установку на сприймання оточуючих і, як наслідок, непередбачену поведінку, яка триває досить довгий час. Людина, що перебуває в такому стані, шкодить не тільки собі, але й іншим.

Узагальнювальна таблиця з теми 6. Діяльність як форма активності особистості. Спілкування та міжособистісні стосунки

Структура діяльності	*цілі, мотиви, дії.*
Види діяльності	• *гра, навчання,праця.*
Засоби діяльності	*вміння,навички, звички.*
Функції спілкування	• *комунікативна,* • *інтерактивна,* • *перцептивна.*
Види психологічного впливу	*переконання,зараження, навіювання, наслідування, мода,чутки.*
Механізми міжособистісної перцепції	• *емпатія,* • *ідентифікація,* • *рефлексія.*
Засоби спілкування	• *вербальні,* • *невербальні,* • *комп'ютерні.*
Види конфліктів	• *внутрішньо особистісні,* • *міжособистісні,* • *особистісно-групові,* • *міжгрупові.*
Стилі поведінки в конфліктних ситуаціях	*стиль конкуренції,стиль ухилення, стиль пристосування, стиль співпраці, стиль компромісу.*
Класифікація міжособистісних стосунків	*знайомство,приятелювання, товариські, дружні, любовні, подружні, родинні, деструктивні.*

Національний університет водного господарства та природокористування

Питання й завдання для самоперевірки

1. Поняття про діяльність.
2. Діяльність як цілеспрямована й усвідомлена активність особистості.
3. Структура діяльності: цілі, мотиви, дії.
4. Компоненти дії і їх функції.
5. Основні види людської діяльності.
6. Класифікація діяльності.
7. Поняття про навички, вміння, звички.
8. Поняття про спілкування.
9. Структура спілкування.
10. Види спілкування.
11. Функції спілкування.
12. Види міжособистісних стосунків.
13. Поняття про конфлікт.
14. Конструктивна поведінка в конфліктному спілкуванні.

Національний університет водного господарства та природокористування

Змістовий модуль 2. Педагогіка як наука

Тема 7. Педагогіка як наука. Освіта в культурі людства. Сучасні освітні тенденції

1. Предмет педагогіки. Педагогіка та її основні категорії. Завдання педагогіки на сучасному етапі. Зв'язки педагогіки з іншими науками.
2. Освіта в культурі людства. Основні тенденції у сфері освіти.
3. Актуальність педагогічних знань у підготовці фахівців у вищому навчальному закладі. Методи педагогічних досліджень.
4. Структура вищої освіти. Ступеневість освіти.

1. Предмет педагогіки. Педагогіка та її основні категорії. Завдання педагогіки на сучасному етапі. Зв'язки педагогіки з іншими науками

Термін "педагогіка" походить від давньогрецького: paidos – дитя, ago – веду (виховую).

У стародавніх суспільствах (Індія, Вавілон, Єгипет) в галузі навчання і виховання були зайняті представники вищих класів суспільства; власне і виховували лише представників цих верств населення. Інакше кажучи, вищі суспільні класи (а таким були воїни, адміністратори, мислителі) виховували своїх дітей саме як представників свого класу).

За античних часів вчителями-вихователями були найрозумніші і найсильніші люди. Освіта того часу – явище унікальне (одиничне); не було масової (народної) освіти; здобути освіту мала можливість дуже обмежена кількість людей (aristos – найкращий).

Загальний зміст педагогіки залишається незмінним впродовж багатьох століть і навіть тисячоліть. Людство в цілому, або окремі суспільства, або суспільні групи, завжди прагнуть передати свої надбання у спадок наступним поколінням (дітям, онукам тощо). Такою є природна потреба людини як суспільної істоти. Ціль педагогіки полягає в тому, щоб активізувати цей процес, зробити його суб'єкт-суб'єктним, тобто активним з обох сторін.

Педагогіка **–** сукупність теоретичних і прикладних наук, що вивчають процеси виховання, навчання і розвитку особистості.

Педагогіка є комплексною наукою, яка об'єднує (синтезує) дані природничих і суспільних наук.

Кожна наука має свій предмет і є найвищим синтезом знань про ті явища дійсності, які вона вивчає.

Предмет педагогіки **–** навчально-виховна діяльність, що здійснюється в закладах освіти людьми, уповноваженими на це суспільством (навчально-виховна діяльність, яка здійснюється у суспільстві на всіх етапах його історичного розвитку).

Науковий інтерес педагогіки зосереджений на дослідженні сутності, закономірностей навчання і виховання людини у процесі її підготовки до самостійного життя і праці. Цією проблематикою окреслений предмет педагогіки як науки.

Основні категорії педагогіки.

Педагогіка, як і будь-яка наука, має свій понятійний апарат, тобто систему педагогічних понять, які виражають наукові узагальнення. Ці поняття називають категоріями педагогіки.

До основних категорій педагогіки належать ***"освіта", "розвиток", "навчання","виховання", «самовиховання».***

Освіта – активний процес, тобто процес засвоєння, залучення до культури суспільства і людства, а не тільки засвоєння так званих знань, вмінь, навичок. Власне систематизований досвід такого залучення і складає зміст педагогічної науки і педагогічної діяльності.

Основним шляхом і засобом здобуття освіти є навчання.

Навчання – цілеспрямована взаємодія викладача і студентів, у процесі якого засвоюються знання, формуються вміння і навички.

Виховання **–** система виховних заходів, спрямованих на йформування всебічно і гармонійно розвиненої особистості.

Самовиховання – свідома діяльність людини, спрямована на вироблення у себе позитивних рис і подолання негативних.

Розвиток – це процес становлення і формування особистості, процес фізичного, розумового і морального росту людини, що охоплює всі кількісні і якісні зміни вроджених (спадковість) і набутих якостей.

Основні фактори розвитку особистості Людина народжується як індивід, як суспільний суб'єкт із притаманними їй природними

задатками і розвивається як особистість у системі суспільних відносин завдяки цілеспрямованому вихованню.

Розвиток людини не зводиться до засвоєння, простого накопичення знань, умінь, навичок. Тому його не слід розглядати як лише як кількісне зростання. *Розвиток* полягає передусім у якісних змінах психіки, у переходах від нижчих щаблів до вищих, у формуванні особистості.

Процес розвитку людини як творчої особистості поєднує в собі такі головні фактори (чинники): ***спадковість, середовище, виховання.***

Історично склалися такі напрями уявлень про фактори розвитку особистості:

- представники *біологічного (біологізаторського) напряму* в педагогіці (К.Лоренц, Е. Фромм) розглядають розвиток людини відмежовано від її виховання, яке вважають зовнішнім фактором, здатним загальмувати або прискорити процесс виявлення її природних, спадково зумовлених психічних явищ;
- представники *соціологічного (соціологізаторського) напряму* в педагогіці (Ж.-Ж. Руссо, Д. Дідро та ін.) вважали, що вирішальним фактором у розвитку і формуванні особистості є середовище, а найголовнішим – вплив домашнього середовища;
- представники *біосоціологічного напряму (конвергенції)* дотримуються думки, що психічні процеси (відчуття, сприймання, мислення та ін.) мають біологічну природу, а спрямованість, інтереси, здібності особистості формуються як явище соціальне.

Роль спадковості у розвитку особистості. Найпершим чинником, що впливає на розвиток особистості, є спадковість. Спадковість – відновлення в нащадках біологічних особливостей батьків.

Роль середовища в розвитку особистості. Середовище – сукупність зовнішніх явищ, які стихійно діють на людину і впливають на її розвиток.

Середовище, яке впливає на людину від його народження до кінця життя, можна умовно поділити на *природне* середовище і *соціальне.* Чинниками природного середовища є клімат, рельєф, географічне положення тощо. Соціальне середовище утворюють соціальні групи, які безпосередньо або опосередковано впливають на людину (сім'я,

дитячий садок, школа, позашкільна установа, двір, товариство однолітків, ЗМІ тощо).

*Роль виховання в розвитку особистості***.** Роль виховання у розвитку особистості (не індивіда) дослідники визнають як вирішальну.

Змінити такі природні якості, як колір шкіри, очей, волосся, конституцію тіла виховання не здатне, але воно може істотно вплинути на стан здоров'я, зробити дитину, підлітка міцним і витривалим.

Природні задатки можуть розвинутись в здібності тільки під впливом виховання і залучення людини до відповідного виду діяльності. Виховання визначає вияв і вдосконалення задатків і здібностей: у процесі правильного виховання можна розвинути слабкі задатки, у той час як неправильне виховання гальмує розвиток навіть сильних задатків.

У вітчизняній педагогічній практиці середовище розглядають як *фактор* розвитку (не джерело); джерелом розвитку є власна активність суб'єкта педагогічного процесу.

Завдання педагогіки. Центральним завданням педагогіки є організація навчально-виховного процесу відповідно до культурно-історичних умов та національних особливостей суспільства.

Система педагогічних наук, зв'язок педагогіки з іншими науками. Сучасна с**истема педагогічних наук** охоплює до двадцяти галузей, що сформувалися у процесі розвитку педагогічних знань. До них належать загальна педагогіка, вікова педагогіка, корекційна педагогіка, соціальна педагогіка, професійні педагогіки, історія педагогіки і школи.

Зв'язок педагогіки з іншими науками. Психологія вивчає закономірності розвитку психіки людини, а педагогіка – ефективність виховних впливів, які спричиняють зміни в її внутрішньому світі й поведінці. Тому кожен розділ педагогіки спирається на відповідний розділ психології. Педагогіка також тісно пов'язана з такими науками, як соціологія, етика, естетика, анатомія, фізіологія і медицина.

2. Освіта в культурі людства. Основні тенденції у сфері освіти

Серед сукупності педагогічних знань і технологій можна умовно виділити 3 основні джерела :

- народна педагогіка,

- духовна педагогіка,
- світська педагогіка.

Народна педагогіка. Термін «народна педагогіка» уперше вжив український письменник, культурний діяч, педагог **Олександр Духнович** (1803—1865) у підручнику «Народна педагогия в пользу училищ и учителей сельских».

Народна педагогіка *— галузь педагогіки, що охоплює накопичений віками народний досвід, погляди на мету, завдання, засоби і методи виховання та навчання підростаючого покоління.*

Якщо народна педагогіка охоплює емпіричні педагогічні знання без вказівки на їх походження, то *етнопедагогіка* пов'язана з конкретною етнічною належністю педагогічних традицій, досліджує можливості й ефективні шляхи реалізації прогресивних педагогічних ідей певного народу в сучасній науково-педагогічній практиці, способи поєднання народної педагогічної мудрості з педагогічною наукою; аналізує педагогічне значення явищ народного життя і визначає їх відповідність сучасним завданням виховання.

Етнопедагогіка є складовою народознавства й водночас — *педагогіки народознавства.*

Народознавство — у вузькому значенні (етнографія) є наукою про походження й розселення народу, його культуру, побут, традиції, звичаї, обряди; у широкому значенні — сукупністю сучасних наук про певний народ, його культуру, історію, духовність.

Педагогіка народознавства *— напрям сучасної педагогіки, який вивчає шляхи та засоби практичного засвоєння культурно-історичних надбань минулих поколінь: традицій, звичаїв, обрядів свого народу.*

Невід'ємними складовими народної педагогіки є родинна педагогіка, педагогічна деонтологія, педагогіка народного календаря.

Родинна педагогіка *— складова народної педагогіки, в якій зосереджено знання й досвід щодо створення і збереження сім'ї, започаткування та продовження сімейних традицій (трудових, моральних, мистецьких).*

Родинна педагогіка сприяє формуванню в дітей любові до матері і батька, бабусі і дідуся, поваги до пам'яті померлих.

Актуальні для сучасної педагогіки питання стосунків між вихователями і вихованцями розглядає педагогічна деонтологія.

Педагогічна деонтологія *(гр. — належне, потрібне, необхідне) — народні знання про виховні обов'язки батьків перед дітьми, вчителів перед учнями, вихователів перед вихованцями, про етичні норми, необхідні для виконання педагогічних функцій.*

Значні виховні можливості закладено в педагогіці народного календаря, який попри певні універсальні особливості закорінений у буттєвий досвід кожного народу.

Педагогіка народного календаря *— складова народної педагогіки, що передбачає виховання дітей та молоді шляхом залучення їх до сезонних робіт, підтримання звичаїв, участі у святах і обрядах.*

Великі потенційні можливості національного виховання, зокрема формування патріотичних рис, має педагогіка, джерелом якої є історична пам'ять про оборонців рідної землі, традиції формування мужнього воїна — захисника вітчизни. У контексті педагогіки українського народу нею є козацька педагогіка.

Козацька педагогіка *— педагогіка українського народу, спрямована на формування мужнього громадянина (козака-лицаря) з яскраво вираженою українською національною свідомістю, твердою волею і характером.*

Новий сплеск інтересу до надбань козацької педагогіки стався з набуттям Україною державної незалежності.

Духовна педагогіка. Духовна педагогіка найбільшого розвитку набула в епоху середньовіччя, коли церква монополізувала духовне життя суспільства, спрямовуючи виховання в релігійне річище. Педагогічна думка, яка до того часу розвивалася на ґрунті філософії, стала елементом теології (богослов'я). У церковних і монастирських школах на Заході, у мусульманських мектебах (початкових школах) на арабському Сході, у школах (жерців) у Індії виховання набуло яскраво вираженого теологічного характеру.

Духовна педагогіка *— галузь педагогічних знань, що передбачає пріоритет релігії у вихованні й навчанні особистості.*

Значний внесок у розвиток духовної педагогіки зробили християнські теологи, філософи та церковні діячі **Квінт Септимій Флоренс Тертулліан** (прибл. 160—222), **Августин (Блаженний) Аврелій**, **Фома Аквінський** (1225— 1274).

Питанням релігійного виховання великого значення надавав чеський педагог **Ян-Амос Коменський** (1592— 1670). Він писав, що людина в цьому світі має три завдання:

- бути розумною,
- володарювати над іншими створіннями на землі;
- бути образом Божим.

Відповідно індивід повинен розвинути в собі три якості:

- освіченість,
- моральність;
- релігійність.

К. Ушинський також наголошував на зв'язку духовної і світської педагогіки, релігійного і світського виховання. *За* його словами, є тільки один ідеал досконалості, перед яким схиляються всі народи, — це ідеал, що подає християнство. Воно дає життя і вказує найвищу мету всякому вихованню, воно ж і повинно служити для виховання кожного християнського народу джерелом світла й істини. Це невгасимий світоч, що йде вічно, як вогненний стовп у пустелі, попереду людини і народів, за ним повинен прямувати розвиток кожної народності і будь-яке істинне виховання, що йде разом з народністю.

Повернення до основ релігії є важливою гранню соціального життя в Україні на рубежі XX—XXI століть. Вплив духовної педагогіки на вітчизняну педагогічну думку виявляється в акценті на етичні орієнтації, що базуються на принципах свободи й унікальності особистості, альтруїстичних цінностях, увазі до внутрішнього світу особистості, вихованні моральних чеснот.

Світська педагогіка. Своїм корінням вона сягає педагогічних пошуків давнього світу. У Давніх Китаї, Індії, Греції, Римі було зроблено перші спроби узагальнити досвід виховання, сформулювати основні педагогічні ідеї. Саме на той час припадають перші педагогічні міркування щодо проблеми співвідношення політики і виховання, особистості й держави, а також про цілі, зміст і правила виховної діяльності.

Вагомий внесок у розвиток світської педагогічної думки зробили давньогрецькі філософи. Так, **Демокріт** вважав, що людину формує передусім життєвий досвід. **Сократ і Платон** обстоювали думку, що для формування людини необхідно пробудити в її свідомості те, що в

ній закладено від народження. Учень Платона **Арістотель** обґрунтував залежність мети і засобів виховання від політичних завдань держави. Джерелом пізнання він визнана н матеріальний світ, не відкидаючи при цьому ідеї першопоштовху, Творця світу. Твір давньоримського філософа і педагога **Марка Квінтіліана** «Про виховання оратора» упродовж тривалого часу був основним посібником з педагогіки, за яким навчали в усіх риторичних школах.

В епоху Відродження в багатьох країнах Європи набули значного поширення гуманістичні ідеї. Їх пропагували видатні філософи-гуманісти, письменники, педагоги **Нітторіно Фельтре** (1378—1446) в Італії, **Луїс Вівес** (1492—1540) в Іспанії, **Франсуа Рабле** (1494—1553) і **Мішель Монтень** (1533—1592) у Франції, **Еразм Роттердамський** (1469—1536) у Голландії. Гуманісти проголосили людину найвищою цінністю і стверджували, що її всебічного розвитку можна досягти вихованням.

До надбань світської педагогіки належить і доробок **Я.-А.Коменського.** У своїй головній книзі «Велика дидактика», яка містить засади світської педагогіки, Я.-А.Коменський з позиції гуманізму трактує основні педагогічні категорії — «виховання», «навчання» й «освіта» — як процеси, що відбуваються відповідно до законів природи й належать від особливостей дитини. У численних його працях окреслено всі найважливіші питання педагогічної науки, яку він розглядав як науку про виховання дитини. Запропоновані Я.-А. Коменським принципи, методи, форми навчання стали підґрунтям багатьох педагогічних теорій, чимало його ідей актуальні й нині.

Англійський філософ і педагог **Джон Локк** у своїй праці «Думки про виховання» основну увагу приділяє проблемі виховання джентльмена — людини, в якій поєднуються високоосвіченість із діловими якостями, тверді моральні переконання з відповідними манерами по-ведінки.

Французькі матеріалісти й просвітники XVIII ст. **Дені Дідро (**1713—1784), **Клод-Адріан Гельвецій** (1715—1771), **Поль-Анрі Гольбах** (1723—1789), **Жан-Жак Руссо** (1712— 1 778) єдиним джерелом знань, розвитку інтелекту, моральних сил та естетичних уподобань дитини вважали чуттєвий досвід, обстоювали ідею природовідповідності у вихованні.

Демократичні ідеї французьких просвітників розвинув видатний швейцарський педагог **Йоган-Генріх Песталоцці** (1746—1827). Головне завдання виховання він також убачав у розвитку здібностей людини відповідно до законів природи, теоретично обґрунтував доцільність поєднання праці та навчання. Пропагуючи принципи наочності, поступовості й послідовності у навчанні, Й.-Г..Песталоцці створив методику елементарного навчання.

Значний внесок у розвиток світської педагогіки зробив німецький педагог **Иоган-Фрідріх Гербарт** (1776— 1841). Йому належать ідеї чотириступеневої структури уроку, поєднання навчання з вихованням. Для втілення у життя своїх ідей Гербарт створив систему вправ, спрямованих на розвиток дитини.

Знаний німецький педагог **Фрідріх-Адольф-Вільгельм Дістервег** (1790—1866) виступав проти авторитарного виховання, обстоював усебічний гармонійний розвиток людини, вивчав внутрішні суперечності педагогічних явищ, сформулював принципи відповідності виховання природі та культурі народу, самодіяльності у вихованні й навчанні.

Світська педагогічна думка в Україні. Перші пам'ятки української світської педагогічної літератури з'явилися в часи Київської Русі. Це **«Палеї», «Златоусти», «Ізмарагд», «Пчела», «Злата матиця» та ін. «Ізборник Святослава»** (1076), наприклад, містить поради, як краще вчити дітей читати: не поспішати, а роздумувати, про що пишеться в книзі, що означає кожне слово, перечитувати окремі її розділи і т. ін.

У **«Повчанні Володимира Мономаха дітям»** (1096) відомий державний діяч висловлював переконаність у необхідності виховання у дітей любові до Батьківщини, праці, милосердного ставлення до дітей-сиріт і жінок-удів, розвитку поваги до навчання, прагнення до освіти.

Загалом, у Київській Русі педагогічна система передбачала виховання любові до рідної землі, гуманного ставлення до людини, дисциплінованості, поваги до старших, сумлінності у праці, мужності, хоробрості, терпимості та релігійності.

Однією з найдавніших пам'яток педагогічної думки XV—XVII ст. є **«Домострой».** Ґрунтувався він на принципах народної педагогіки, у якій суворість і вимогливість поєднувалися з піклуванням про дитину, вихованням почуття громадянського обов'язку. Поряд із настановами

виховувати у дітей мужність, працьовитість, бережливість тощо у «Домострої» йшлося про доцільність фізичних покарань: «Любя сина своего, учащай ему рани... сокруши ему ребро». Утім, попри численні згадки про такі методи в багатьох творах, фізичні покарання не мали великого поширення в українських школах, на відміну від західноєвропейських.

У XVI—XVII ст. передові педагогічні думки втілюються у діяльності **українських братств.** Основою навчально-виховного процесу в них були православні цінності і патріотизм, що стало противагою тодішній освітній політиці польської шляхти та католицької церкви, яка спрямовувалася на національне і соціальне поневолення українського народу.

Великий вплив на розвиток національної світської педагогіки мали ідеї видатного українського філософа, письменника і педагога **Григорія Сковороди** (1722 — 1790). На його думку, світ і людина мають духовну основу. Усі люди народжуються талановитими, але кожен талановитий по-своєму. Тому освіта й виховання мають допомогти пізнати себе, бо тільки завдяки цьому можна стати щасливим, служити людям і Вітчизні. Філософ був переконаний, що у кожній людині може виявлятися як «добра», так і «зла» воля. У суспільстві ж головне — гармонія частин. Метою виховання є такі риси, як природність, суверенність і внутрішня свобода людини. А найкраща форма виховання — особистий приклад.

Новими ідеями збагатили вітчизняну світську педагогіку видатні мислителі й письменники XIX ст. **— Іван Котляревський** (1769— 1838), **Тарас Шевченко** (1814— 1861) та ін. Гостро критикуючи просвітницьку політику уряду царської Росії, вони обстоювали ідеї виховання всебічно розвиненої людини (з багатогранними знаннями і писокими моральними якостями), трудівника, патріота, борця за свободу народу. **Т. Шевченко** уклав підручник для недільних шкіл — **«Букварь Южнорусский»**, який так і не було допущено в українські школи.

Особливе місце в розвитку педагогічної теорії належить видатному вітчизняному вченому **Костянтину Ушинському.** Його педагогічні погляди викладено в праці «Людина як предмет виховання»

і втілено у підручниках «Рідне слово» і «Дитячий світ», за якими навчалося не одно покоління дітей.

Значну роль у розвитку педагогічної думки і практичному вирішенні багатьох проблем виховання відіграв видатний український педагог **Антон Макаренко** (1888— 1939). Він розробив і реалізував на практиці принципи створення дитячого колективу і педагогічного керівництва ним, методику трудового виховання, виховання свідомої дисципліни. Педагогічні ідеї Макаренка було втілено у діяльності виховних установ, якими він керував, у його книгах *«Педагогічна поема», «Прапори на баштах»*, багатьох наукових і публіцистичних працях.

Розвитку педагогічної науки сприяла діяльність відомого педагога **Василя Сухомлинського** (1918—1970), який впродовж чверті століття керував школою в с. Павлиш на Кіровоградщині. Його публіцистичні, наукові праці, найпомітніші серед яких — *«Народження громадянина», «Серце віддаю дітям», «Як виховати справжню людину»,* є своєрідним осмисленням суті й завдань виховання, ролі сім'я та школи в цьому процесі, розкривають особистий педагогічний досвід автора.

В українській національній педагогіці важливе місце посідає спадщина видатного педагога **Григорія Ващенка** (1878—1967). У своїй праці **«Виховний ідеал»** він усебічно обґрунтував таку важливу мету тогочасної української національної школи, як формування виховного ідеалу. Цінним є і його підручник для педагогів *«Загальні методи навчання»,* в якому детально проаналізовано філософсько-психологічні основи навчально-пізнавальної діяльності дітей, принципи і методи навчання, шляхи активізації пізнавальних зусиль учнів у процесі використання різних методів навчання. *«Головна заслуга цього педагога, — на думку Анатолія Погрібного, — полягає у створенні національної педагогіки, яка відповідає ментальності, історичній місії, потребам державного будівництва українського народу».*

Джерела сучасних педагогічних знань. Основними джерелами, що збагачують педагогічну теорію і практику сьогодні, є:

1. Народна педагогіка, що відображає народну мудрість і досвід виховання в усній народній творчості: прислів'ях, приказках, піснях, казках, обрядах, звичаях, іграх, загадках, міфах тощо. Вона містить

повчання і судження з різних питань виховання і навчання, з налагодження добрих стосунків між людьми тощо.

2. Педагогічні ідеї і теорії прогресивних педагогів минулого.

3. ***Сучасні педагогічні дослідження,*** які збагачують педагогічну думку новими ідеями.

4.*Передовий педагогічний досвід,* різнобічне вивчення та узагальнення якого дає змогу визначити певні наукові факти, закономірності, що живлять нові теорії, концепції, прогнози. Здобуті в процесі вивчення педагогічного досвіду знання стають джерелом розвитку педагогічних наук.

Напрями сучасної зарубіжної педагогіки. Сучасна зарубіжна педагогіка охоплює різноманітні течії, які узагальнено можна звести до ***філософського, психолого-педагогічного, соціального напрямів.***

Філософський напрям. Утворюють його течії педагогіки, що ґрунтуються на філософії неопозитивізму, екзистенціалізму, неотомізму та ін.

Філософія *неопозитивізму,* яка претендує на роль загальнометодологічної основи сучасної науки, оснащує педагогічну теорію гносеологічними установками і методологією наукового пізнання. У межах філософії неопозитивізму було уточнено й систематизовано логічні принципи і методичні основи наукового дослідження, що дає змогу застосовувати математичні методи дослідження в педагогіці. Однак педагоги-неопозитивісти піддають сумніву наявність у процесах навчання і виховання об'єктивних закономірностей, збіднюючи таким чином теорію педагогіки, а спроби дослідження фундаментальних теоретичних проблем вважають «безплідними інтелектуальними спекуляціями» кабінетних теоретиків. Важливим принципом неопозитивістської педагогіки є її деідеологізація, звільнення від зв'язків із загально філософськими методологічними основами.

Учені-педагоги, які послуговуються методологією *філософії екзистенціалізму,* виходять із того, що жодних загальнолюдських якостей, ніякої «людської природи» не існує, кожен індивід — унікальний, неповторний. Тому інтерес дослідника має концентруватися на окремій особистості, її індивідуальному бутті й свідомості. На думку екзистенціалістів, індивідуальна «внутрішня

сутність» дитини майже не доступна для педагогічних впливів. А тому ефективним у формуванні особистості є лише самовиховання. Вони вважають, що дитина має право на свободу вибору знань. Тому цикл предметів, які підлягають вивченню, повинен бути не обов'язковим, а вибраним. Найважливішим для людини є не рівень освіченості, не рівень знань, якими озброїла школа, а вміння «слухати внутрішні імпульси», «пізнавати саму себе».

Представники *педагогіки неотомізму* пропагують ідею головної ролі церкви в організації шкільної справи. Так, французький філософ Жак Марітен (1882—1973) вважав, що формування в громадянина моральної свідомості неможливе без релігійного виховання, адже релігія є основою моралі.

Психолого-педагогічний напрям. Його репрезентує *експериментальна педагогіка.* Її представники — німецькі педагоги Вільгельм Лай (нар. 1926), Ернст Мейман (1862—1915) та ін. — запропонували спиратися переважно на експериментальні методи дослідження. Це дало змогу по-новому подивитися на проблему співвідношення педагогічної теорії та практики; розширити зв'язки педагогіки з іншими науками, зокрема з психологією і соціологією; перенести акцент з особистісних на соціально-економічні чинники виховання і навчання дитини.

Соціальний напрям. До цього напряму належить *педагогіка ноосфери, або нового мислення* (французькі філософи П'єр Тейяр де Шарден (1881 —1955) та Андре Леруа-Гуран (нар. 1911), російський учений-енциклопедист Володимир Вернадський (1863—1945)).

Головними завданнями педагогіки ноосфери є:

— гуманістичне виховання, що передбачає формування загальнолюдських цінностей на основі національних;
— екологічне та економічне виховання як підготовка до екологічного та економічного виживання;
— розвиток творчих здібностей кожної людини відповідно до її потенційних можливостей;
— виховання у процесі ознайомлення з шедеврами світової культури;
— інтенсивне вивчення іноземних мов з метою вільного спілкування у світовому масштабі;
— комп'ютеризація освіти.

Ознайомлення з теоретичними доробками зарубіжних педагогів і з практикою організації навчально-виховного процесу в інших країнах дає змогу виявити прогресивні здобутки в зарубіжному досвіді, творчо використовувати їх у навчально-виховній практиці національної школи.

Напрями сучасної української педагогіки. Звільнившись від партійної опіки, марксистсько-ленінської ідеології, утисків тоталітарного режиму, нині українська національна педагогіка відроджується на принципах демократії та гуманізму. В ній окреслилися нові напрями:

— *педагогіка співробітництва* — передбачає спільну діяльність викладача і студента, що ґрунтується на взаєморозумінні, єдності їхніх інтересів і прагнень, метою якої є особистісний розвиток студентів у процесі навчання й виховання;

— *особистісно орієнтована педагогіка* — покликана максимально наблизити зміст і методику навчально-виховного процесу до інтересів, нахилів, потреб і життєвих цілей особистості студента;

— *педагогіка життєтворчості* — проголошує необхідність творчого підходу до організації навчально-пізнавальної та позанавчальної діяльності студентів;

— *педагогіка толерантності* — спирається на такий важливий у спілкуванні принцип, як терпимість до чужих думок і вірувань.

Основні тенденції у сфері освіти. Бурхливий розвиток людської цивілізації супроводжується виникненням нових гуманітарних проблем, які стосуються освітньо-виховної сфери. Це потребує посиленої уваги вітчизняної педагогіки до зарубіжної педагогічної теорії і практики, використання їх у вирішенні подібних проблем в умовах нашого суспільства, оптимального поєднання цього зарубіжного досвіду з національними педагогічними традиціями і новаторством.

Перша половина XX ст. в усьому світі пройшла під лозунгом гострої критики системи освіти взагалі та вищої зокрема як такої, що не відповідала рівню вимог виробництва, науки та культури. Традиційні системи освіти загострювали суперечності між орієнтацією на систему знань, умінь і навичок як основу підготовки людини до життя та її особистісним розвитком людини. Криза виявилася передусім у

невідповідності потреб суспільства його можливостей, освітнього і культурного рівня запитів особистості.

Інновації в системі вищої освіти пов'язані з внесенням змін у традиційну масову практику.

Розглянемо провідні тенденції оновлення світового освітнього простору.

Перша тенденція — орієнтація більшості країн на перехід від елітної освіти до високоякісної освіти для всіх.

Друга тенденція — поглиблення міждержавного співробітництва у галузі освіти, яке залежить від потенціалу національної системи освіти і від рівня умов партнерства держави й окремих учасників.

Третя тенденція — збільшення гуманітарної складової у світовій освіті в цілому за рахунок введення людино орієнтованих наукових і навчальних дисциплін: політології, психології, соціології, культурології, екології, ергономіки, економіки.

Четверта тенденція — значне поширення нововведень за умов збереження національних традицій, що склалися, та національної ідентичності країн і регіонів.

Тенденції оновлення українського освітнього простору. Проблему побудови ефективної вищої освіти в Україні, її реформування порушували в останнє десятиріччя у своїх працях такі провідні вчені сучасності в галузі педагогіки, як В.Андрущенко, І.Зязюн, Н.Ничкало, на думку яких реформування вищої освіти в Україні має спиратися на такі тенденції:

- інтеграція у міжнародне науково-освітнє співтовариство;
- ступневість системи підготовки;
- гуманізація навчального процесу;
- гуманітаризація навчального процесу;
- інформатизація та комп'ютеризація навчання.

1. ***Інтеграція*** – це піднесення вищої освіти України до рівня вищої освіти в розвинутих країнах світу та її ***інтеграція у міжнародне науково-освітнє співтовариство (Болонський процес)***;

2. ***Ступеневість освіти***. Перехід до динамічної ***ступеневої системи підготовки*** фахівців дає змогу задовольняти можливості особистості в набутті певного освітнього та кваліфікаційного рівня за

бажаним напрямом відповідно до її здібностей та забезпечити її мобільність на ринку праці.

3. *Гуманізація.* Гуманізація освіти має багато вимірів. Вона охоплює сферу управління (і тут ми говоримо про його демократизацію, перехід до державно-громадської форми управління); стосунки між викладачами та студентами (вони мають розгортатися як партнерські); організацію навчально-виховної діяльності (право вибору курсу, форми навчання, мобільність викладачів і студентів) тощо. Надання гуманістичної спрямованості фундаментальним і спеціальним дисциплінам вимагає, щоб центральна ж магістраль гуманізації має проходити через зміст освіти: від фізики і математики та інших природничо-технічних (інженерних, технологічних) дисциплін — до філософії, соціології, правознавства, до всієї гуманітарної складової системи освіти у вузькому значенні цього поняття.

*По-перше***,** забезпечення людино-центризму дисциплін природничо-технічного профілю. Їх зміст має бути перебудований у такому контексті, щоб у процесі підготовки фахівця високої техніко-технологічної якості одночасно формувались гуманістичний світогляд і культура, моральні та естетичні цінності, любов до батьківщини і повага до народів та культур світу. Техніко-технологічний екстремізм, сформований епохою науково-технічного прогресу, має поступитись місцем гуманістичному світогляду. Не людина для техніки, а навпаки — техніка для людини, таким має стати лейтмотив природничо-технічної освіти в сучасному глобалізаційному суспільстві.

*По-друге***,** незважаючи на затвердження колегією Міносвіти концепції гуманітарної освіти (1996 р.),колишнього монометодологізму, на жаль, поки що не подолано. Ідеал відкритого демократичного суспільства, дійсних прав і свобод людини для багатьох із нас залишається Еверестом, для підкорення якого (в межах колишньої методологічної і світоглядної парадигми) немає ні сил, ні можливостей. Нові ж підходи освоюються надто повільно. Ми боїмося самостійної думки, намагаємося втекти від неї, «заховатись у натовпі». Ця своєрідна екзистенційна ситуація «втечі від свободи» обертається втечею від людини, від себе, від людських цінностей. Повернення до них — нагальна вимога гуманізації освіти у глобалізаційному суспільстві, причому не лише технічної, а й гуманітарної. Сьогодні в

Україні, як власне, і в усьому світі, гостро стоїть проблема подолання гуманітарної кризи освіти.

На думку В.Андрущенка, ***гуманітаризація*** передбачає гуманістичне спрямування освіти, нормативна частина якої забезпечується обов'язковим вивченням соціально-гуманітарних дисциплін: психології, педагогіки, права, екології, етики, філософії, світової та вітчизняної культури тощо;

Гуманізація освіти — провідна загальносвітова тенденція її розвитку у XXI столітті. Такою ж вона має стати і в Україні. Які інновації, відповідно до вимог цієї тенденції, мають бути реалізовані? Насамперед принципова зміна змісту освіти, його переорієнтація на людські, життєві цінності. Глобалізація — річ жорстока і невідворотна. Зупинити її неможливо. Однак «зберегти цивілізоване обличчя» — людське, культурне, людяне — не лише можливо, а й необхідно. Найважливіший інструмент для цього — освіта. Вона мусить бути орієнтована на особистість. Характерною рисою оновлення професійної підготовки майбутніх фахівців стає особистісно орієнтована освіта, спрямована на індивідуальний професійний розвиток особистості, у ході якої формується готовність молодої людини до науково обґрунтованого розумінню особистісно-професійних якостей, внаслідок чого вона будує свою "Я-концепцію" та виробляє стратегію професійної діяльності. Для реалізації особистісно зорієнтованої освіти необхідно створювати відповідні умови, які забезпечать самодостатній розвиток особистості майбутніх фахівців, їх професійну культуру та самосвідомість.

4. ***Інформатизація та комп'ютеризація навчання.*** Особливість сучасного розвитку освіти — її ***інформатизація*** та ***комп'ютеризація навчання***, які набули значного поширення наприкінці XX ст. Реалізація цих нововведень стала можливою завдяки розвитку нового наукового напряму — інформатики.

Яскравий приклад удосконалення цілісного педагогічного процесу вищого навчального закладу — його ***технологізація.*** Технологізація здійснюється за рахунок упровадження нових технологій навчання та виховання, які значно змінюють природу педагогічного процесу, професійну діяльність педагога і навчально-пізнавальну діяльність того, хто навчається. Реалії сьогодення вимагають впровадження таких

інновацій у систему освіти у вигляді технологій, щодо яких чітко доведено доцільність та корисність.

3. Актуальність педагогічних знань у підготовці фахівців у вищому навчальному закладі. Методи педагогічних досліджень

Одним із ефективних шляхів оновлення професійної підготовки є психолого-педагогічна підготовка майбутнього спеціаліста. Вона підкреслює принципову відмінність нового підходу до підготовки фахівця, наголошуючи на тому, що цей підхід орієнтований на підготовку майбутнього професіонала, оскільки формування реального професіонала в умовах навчання у вищій школі не можливе, тому що не здійснюється систематична професійна діяльність і не забувається відповідний досвід. Спеціальними дослідженнями було встановлено, що центральною ланкою професіоналізму в структурі будь-якої діяльності є методологія професійного мислення і сформовані на її основі моделі ефективних практичних дій.

Методи науково-педагогічних досліджень. У педагогіці виділяють ***фундаментальні та прикладні дослідження.***

Фундаментальні дослідження мають на меті розкрити загальну суть педагогічних явищ, дати наукове обґрунтування педагогічної діяльності.

Прикладні дослідження, враховуючи фундаментальні знання, дають відповіді на питання, що безпосередньо пов'язані з практикою.

Метод науково-педагогічного дослідження – шлях вивчення і опанування психолого-педагогічних процесів формування особистості з метою встановлення об'єктивних закономірностей виховання і навчання.

До методів науково-педагогічного дослідження належать методи педагогічного спостереження; педагогічного експерименту; бесіди; анкетування, психолого-педагогічного тестування; соціометрія; аналізу результатів діяльності; узагальнення незалежних характеристик; методи математичної статистики.

4. Структура вищої освіти. Ступеневість освіти. Студенти ВНЗ повинні знати структуру вищої освіти України, яка визначена Законом України «Про вищу освіту».

Структуру вищої освіти складають *освітні та освітньо-кваліфікаційні рівні.*

Освітній рівень означає задоволення потреб особистості у здобутті загальної середньої та вищої освіти шляхом навчання у різних типах закладів освіти.

Законом України "Про вищу освіту" встановлено такі рівні вищої освіти:

- неповна вища,
- базова вища освіта,
- повна вища освіта.

1. Неповна вища освіта — освітній рівень вищої освіти особи, який характеризує сформованість її інтелектуальних якостей, що визначають розвиток особи як особистості і є достатніми для здобуття нею кваліфікацій за освітньо-кваліфікаційним рівнем молодшого спеціаліста.

2. Базова вища освіта — освітній рівень вищої освіти особи, який характеризує сформованість її інтелектуальних якостей, що визначають розвиток особи як особистості і є достатніми для здобуття нею кваліфікацій за освітньо-кваліфікаційним рівнем бакалавра.

3. Повна вища освіта — освітній рівень вищої освіти особи, який характеризує сформованість її інтелектуальних якостей, що визначають розвиток особи як особистості і є достатніми для здобуття нею кваліфікацій за освітньо-кваліфікаційним рівнем спеціаліста або магістра.

4. Вищу освіту мають особи, які завершили навчання у вищих навчальних закладах, успішно пройшли державну атестацію відповідно до стандартів вищої освіти і отримали відповідний документ про вищу освіту державного зразка.

Державна атестація осіб, які закінчують вищі навчальні заклади усіх форм власності, здійснюється державною екзаменаційною комісією.

Освітньо-кваліфікаційний рівень передбачає здобуття певного рівня освіти і кваліфікації.

Законом України "Про вищу освіту" встановлено такі освітньо-кваліфікаційні рівні вищої освіти

1. ***Молодший спеціаліст*** — освітньо-кваліфікаційний рівень вищої освіти особи, яка на основі повної загальної середньої освіти здобула

Національний університет водного господарства та природокористування

неповну вищу освіту, спеціальні уміння та знання, достатні для здійснення виробничих функцій певного рівня професійної діяльності, що передбачені для первинних посад у певному виді економічної діяльності.

Особи, які мають базову загальну середню освіту, можуть одночасно навчатися за освітньо-професійною програмою підготовки молодшого спеціаліста і здобувати повну загальну середню освіту.

2***. Бакалавр*** — освітньо-кваліфікаційний рівень вищої освіти особи, яка на основі повної загальної середньої освіти здобула базову вищу освіту, фундаментальні і спеціальні уміння та знання щодо узагальненого об'єкта праці (діяльності), достатні для виконання завдань та обов'язків (робіт) певного рівня професійної діяльності, що передбачені для первинних посад у певному виді економічної діяльності.

Підготовка фахівців освітньо-кваліфікаційного рівня бакалавра може здійснюватися на основі освітньо-кваліфікаційного рівня молодшого спеціаліста.

Особи, які в період навчання за освітньо-професійною програмою підготовки бакалавра у вищих навчальних закладах другого-четвертого рівнів акредитації припинили подальше навчання, мають право за індивідуальною програмою здобути освітньо-кваліфікаційний рівень молодшого спеціаліста за однією із спеціальностей, відповідних напряму підготовки бакалавра, у тому самому або іншому акредитованому вищому навчальному закладі.

3.***Спеціаліст*** — освітньо-кваліфікаційний рівень вищої освіти особи, яка на основі освітньо-кваліфікаційного рівня бакалавра здобула повну вищу освіту, спеціальні уміння та знання, достатні для виконання завдань та обов'язків (робіт) певного рівня професійної діяльності, що передбачені для первинних посад у певному виді економічної діяльності.

4***. Магістр*** - освітньо-кваліфікаційний рівень вищої освіти особи, яка на основі освітньо-кваліфікаційного рівня бакалавра здобула повну вищу освіту, спеціальні уміння та знання, достатні для виконання професійних завдань та обов'язків (робіт) інноваційного характеру певного рівня професійної діяльності, що передбачені для первинних посад у певному виді економічної діяльності.

Ступеневість освіти. Підвищенню освітнього і культурного рівня суспільства сприяє створення умов для ***навчання впродовж усього життя***.

Основними формами підготовки наукових і науково-педагогічних працівників вищої кваліфікації є ***аспірантура*** (ад'юнктура) *і* ***докторантура.***

Аспірантура і докторантура створюють умови для неперервної освіти, підвищення науково-педагогічної і наукової кваліфікації громадян і здобуття наукового ступеня кандидата або доктора наук.

Підготовка кандидатів і докторів наук здійснюється вищими навчальними закладами третього і четвертого рівнів акредитації, науково-дослідними установами та їх відокремленими підрозділами.

Науковими ступенями є:

- кандидат наук;
- доктор наук.

Кандидат наук – перший науковий ступінь в Україні, що присуджують особам із вищою освітою, які склали кандидатські іспити і захистили кандидатську дисертацію. Ступінь кандидата наук присуджують спеціалізовані вчені ради вищих навчальних закладів або науково-дослідних установ.

Доктор наук – науковий ступінь, який присвоюють особам, що захистили докторську дисертацію й мали до того, як правило, вчений ступінь кандидата наук (в Україні) або магістра.

Наукові ступені присуджують спеціалізовані вчені ради на підставі прилюдного захисту дисертацій. Рішення спеціалізованих вчених рад про присудження наукових ступенів затверджуються Вищою атестаційною комісією України.

Вченими (науковими) званнями є:

- старший науковий співробітник;
- доцент;
- професор.

Вчене звання старшого наукового співробітника на основі рішення Вченої (наукової, науково-технічної, технічної) ради, яка діє в системі міністерства, іншого центрального органу виконавчої влади або установи, присвоює Вища атестаційна комісія України у порядку, встановленому Кабінетом Міністрів України.

Вчене звання доцента або професора на основі рішення Вченої (наукової, науково-технічної, технічної) ради, яка діє в системі міністерства, іншого центрального органу виконавчої влади або установи, присвоює спеціально уповноважений центральний орган виконавчої влади у галузі освіти і науки у порядку, встановленому Кабінетом Міністрів України.

Зразки документів про присудження наукових ступенів і присвоєння вчених звань затверджуються Кабінетом Міністрів України.

Старший науковий співробітник – вчене звання і штатна посада в науково-дослідних установах. Це звання присуджується докторам і кандидатам наук, які мають друковані праці або винаходи і обіймають відповідні посади.

Доцент – вчене звання для викладачів ВНЗ, яке присвоюється особам, що мають, як правило, науковий ступінь кандидата наук, друковані наукові праці або винаходи, є обраними на посаду.

Професор – вчене звання, що присвоюється найбільш кваліфікованим викладачам ВНЗ і науковим співробітникам науково-дослідних установ. Його можуть мати особи, які мають учений ступінь доктора наук, в окремих випадках – висококваліфіковані спеціалісти, які не здобули вченого ступеня, але мають заслуги в галузі науки, техніки, багато років працюють на педагогічній ниві, а також є авторами друкованих праць і навчально-методичних посібників.

Узагальнювальна таблиця з теми 7. «Педагогіка як наука. світа в культурі людства. Сучасні освітні тенденції»

Основні категорії педагогіки	• *освіта,* • *навчання,* • *виховання,* • *самовиховання,* • *розвиток*
Джерела педагогічних знань	• *народна педагогіка,* • *духовна педагогіка,* • *світська педагогіка.*

продовження таблиці

Основні тенденції у сфері освіти	• *інтеграція у міжнародне науково-освітнє співтовариство;* • *ступневість системи підготовки;* • *гуманізація навчального процесу;* • *гуманітаризація навчального процесу;* • *інформатизація та комп'ютеризація навчання.*
Методи науково-педагогічного дослідження	• *педагогічного спостереження;* • *педагогічного експерименту;* • *бесіди;* • *анкетування,* • *психолого-педагогічного тестування;* • *соціометрія;* • *аналізу результатів діяльності;* • *узагальнення незалежних характеристик;* • *методи математичної статистики.*
Структура вищої освіти	• *освітні рівні,* • *освітньо-кваліфікаційні рівні.*
Освітні рівні	• *неповна вища,* • *базова вища освіта,* • *повна вища освіта.*
Освітньо-кваліфікаційні рівні	• *молодший спеціаліст,* • *бакалавр,* • *магістр.*
Наукові ступені	• *кандидат наук,* • *доктор наук.*

продовження таблиці

Вчені звання	• *доцент,* • *професор.*

Питання й завдання для самоперевірки

1. Предмет і завдання педагогіки.
2. Педагогіка та її основні категорії.
3. Завдання педагогіки на сучасному етапі.
4. Зв'язки педагогіки з іншими науками.
5. Освіта як основна категорія педагогіки.
6. Освіта в культурі людства.
7. Основні тенденції у сфері освіти.
8. Шляхи гуманізації освіти.
9. Актуальність педагогічних знань у підготовці спеціалістів у вищому навчальному закладі.
10. Структура вищої освіти.
11. Освіта впродовж життя (освіта дорослих).
12. Наукові ступені.
13. Вчені звання.

Національний університет
водного господарства
та природокористування

Тема 8. Навчання — шляхи розвитку особистості. Управління та самоуправління навчальною діяльністю

1. Сутність процесу навчання. Актуальні проблеми дидактики на сучасному етапі. Психічний і особистісний розвиток особистості в умовах навчання.
2. Управління та самоуправління навчанням. Сучасні технології навчання.
3. Підготовка студентів до навчальних занять у ВНЗ. Організація самостійної роботи студента.

1. Сутність процесу навчання. Актуальні проблеми дидактики на сучасному етапі

Навчання – це активний процес спрямування діяльності й поведінки людини на опанування нею суспільно-історичного досвіду людства. Його виділення в самостійний вид діяльності відбулося внаслідок ускладнення людської праці, застосування засобів виробництва, що постійно вдосконалювалися, для використання яких було потрібні спеціальні знання, навички та вміння.

Навчання є провідним видом діяльності студентів, аспірантів.

Навчання не є простим передаванням знань від викладача до студента. Це процес активного оволодіння знаннями, навичками і вміннями під керівництвом наставника; навчання повинно мати розвивальний характер. Повідомляючи нові знання, викладач має навчати спостерігати, порівнювати, аналізувати, виражати свої думки за допомогою мови. Так студенти навчаються самостійно мислити і самостійно здобувати нові знання.

Загальною тенденцією розвитку навчального процесу є зростаюча масовість**,** охоплення цим процесом усе більшого числа людей. Якщо в нашій країні ще 100 років тому навчальним процесом були охоплені одиниці, то сьогодні є одиниці дітей, які не навчаються.

Дидактика (лат. – повчальний) – теорія освіти і навчання – галузь педагогіки, яка розробляє теорію освіти, навчання, а також виховання у процесі навчання.

Термін “дидактика” вживають у педагогічній літературі з початку XVII ст. До широкого вжитку його ввів чеський педагог Я.А. Коменський (1592–1670). У своїй книзі “Велика дидактика” (1633–1638) він розробив зміст освіти, дидактичні принципи, методи навчання, вперше обґрунтував класно-урочну форму навчання. Весь процес навчання, на його думку, повинен спиратись на чуттєвий досвід (“Материнська школа”, 1632; “Світ чуттєвих речей у картинках”, 1658).

Я.-А. Коменський вперше обґрунтував ідею про необхідність (доцільність, бажаність) навчання на рідній мові.

У XVIII ст. французькі філософи – Ж.-Ж. Руссо (Rousseau) (1712–1778), Д. Дідро, (Diderot) (1713–1784) виступали за активізацію навчального процесу, опору на досвід та спостереження учнів, критикували зубріння та орієнтацію на “голі” книжні знання.

Німецький педагог Фрідріх-Адольф-Дістервег (Disterweg) (1790–1866) – автор ідеї про всебічний, гармонійний розвиток; сформулював принцип відповідності виховання культурі народу; стверджував, що навчання є активним процесом; вчитель у процесі навчання допомагає учням знаходити правильні відповіді, спонукає до самодіяльності.

Найважливішими завданнями дидактики вищої школи є:

— розкриття педагогічних закономірностей, що діють у межах освіти і навчання, і використання їх з метою вдосконалення навчального процесу у вищій школі;

— розроблення теорії вищої освіти;

— конструювання (модернізація) освітніх технологій;

— удосконалення змісту підготовки фахівців різних профілів (визначення оптимальних шляхів, вибір методів, форм, технологій навчання).

Основні категорії дидактики*:* “навчання”, “освіта”, “викладання” (діяльність педагога в процесі навчання), “учіння” (процес пізнавальної діяльності студентів), “принципи навчання”, “форми навчання”, “методи навчання” і “засоби навчання”.

Викладання – діяльність викладача в процесі навчання, під час якої він ставить перед студентами пізнавальні завдання, повідомляє нові знання, організовує спостереження, лабораторні і практичні заняття, керує їх самостійною роботою, перевіряє якість знань, умінь, навичок.

Учіння – цілеспрямований процес засвоєння учнями (студентами) знань, оволодіння вміннями і навичками. У широкому значення учіння є оволодінням суспільним досвідом з метою його використання в житті. Викладач може навчати безпосередньо або опосередковано (через систему завдань).

Процес навчання є формою пізнання об'єктивної дійсності, оволодіння досвідом людства; взаємодією викладача й студента: він є активною взаємодією між викладачем і студентів, яка складається з двох взаємопов'язаних процесів – *викладання й учіння.*

Основними функціями процесу навчання у ВНЗ є *освітня, розвивальна, виховна, професійна.*

Освітня функція передбачає засвоєння студентами наукових знань, формування вмінь і навичок.

Знання – узагальнений досвід людства про дійсність у вигляді фактів, правил, висновків, закономірностей, ідей, теорій. Сформульовані вони у поняттях, судженнях, умовиводах, теоремах, концепціях, теоріях.

Розвивальна функція виявляється у розвитку мислення студентів, формування волі, емоційно-почуттєвої сфери, навчальних інтересів, мотивів і здібностей.

Виховна функція спрямована на формування наукового світогляду студентів шляхом засвоєння системи наукових знань про природу, суспільство і людину, виховання моральних, естетичних і фізичних якостей особистості.

Значення ***професійної функції*** виявляється в тому, що навчально-виховний процес набуває професійної спрямованості. Вона успішно реалізовується за усвідомлення її важливості викладацьким складом вищого навчального закладу.

Отже, реалізація завдань вищої школи залежить від чіткого і вмілого структурування навчального процесу, що забезпечується виконанням усіх його функцій.

Принципи навчання. Навчання здійснюється на основі обґрунтованих і перевірених практикою дидактичних принципів.

Принцип навчання (дидактики) – твердження, що визначає зміст, організаційні форми та методи навчальної роботи закладів освіти.

– науковості;

– систематичності і послідовності;
– доступності;
– зв'язку навчання з життям;
– наочності;
– індивідуального підходу.

Процес навчання та пізнавальний процес. Методологічною засадою процесу навчання є теорія пізнання, яка охоплює природу наукового пізнання і його можливості, головні закономірності пізнавального процесу, форми й методи пізнання людиною навколишньої дійсності, умови істинності пізнання.

Пізнання **–** процес цілеспрямованого відображення об'єктивної реальності у свідомості людей.

Спільною у процесах навчання і наукового пізнання є їх спрямованість на пізнання об'єктивної реальності та здійснення за схемою: живе спостереження об'єкта навчання чи пізнання – осмислення істотних властивостей, особливостей, зв'язків цього об'єкта – застосування здобутих знань на практиці чи в навчанні або перевірка знань, набутих у процесі пізнання, на практиці. Тому навчання можна вважати специфічною формою пізнання об'єктивної дійсності, набуття суспільного досвіду, умовою забезпечення психічного й особистісного розвитку студента.

Рушійними силами НП є його суперечності між:

– вимогами суспільства до процесу навчання, що повсякчас зростають, і загальним станом цього процесу, який потребує постійного вдосконалення;

– досягнутим студентами рівнем знань, умінь та навичок і знаннями, вміннями та навичками, необхідними для виконання поставлених перед ними нових завдань;

– фронтальним викладом матеріалу й індивідуальним характером його засвоєння;

– розумінням матеріалу викладачем і студентами;

– теоретичною формою знань й умінням застосовувати їх на практиці тощо.

Навчання визначається в дидактиці як двосторонній процес, який здійснюється викладачем і студентом в їх взаємодії. У процесі

навчання у вищій школі беруть участь два *діючі суб'єкти* — ***викладачі і студенти,*** *отже, складовими навчання є* ***викладання і учіння.***

Процес навчання визначається зовнішніми (об'єктивними) і внутрішніми (суб'єктивними) чинниками. До *внутрішніх чинників* відносять особистісні якості людини, рівень розвитку, мислення, пам'ять, пізнавальні можливості, рівень рефлексії, уміння усвідомлювати те, що відбувається з нею і в навколишньому світі, попередній досвід, категоріальний апарат, мотивація учіння, стиль навчально-пізнавальної діяльності. До *зовнішніх чинників* належать зміст навчання, знання, вміння викладача тощо. Ефективність процесу учіння найбільшою мірою залежить саме від особистості викладача, рівня, змісту і структури його знань.

Учіння є специфічним видом трудової діяльності. Специфіка його полягає в тому, що:

— воно постає як система, елементи якої взаємопов'язані;

— у процесі учіння студенти створюють базу знань для майбутньої професійної діяльності;

— навчально-пізнавальна праця студентів здійснюється у теоретичній і практичній формах, які взаємозв'язані і спрямовані на формування знань і умінь;

— учіння, з одного боку, протікає під впливом викладачів, з іншого — його успіх значною мірою зумовлений рівнем організації самостійної пізнавальної роботи студентів;

— навчальна діяльність студентів у вищому навчальному закладі має продуктивно-перетворювальний характер, а під час практики — творчо-продуктивний.

У психолого-педагогічній літературі (Г. Костишина) виділяють два рівні навчально-пізнавальної діяльності студентів: емпірично-інтуїтивний і рефлексивно-творчий.

Емпірично-інтуїтивний рівень характеризується поверховими уявленнями студентів про цілі, зміст, методи і результати навчально-пізнавальної діяльності. Процеси мислення, що забезпечують функціонування знань, системи дій на цьому рівні, мають характер відтворювання. Студенти усвідомлюють «свій» рівень практичної готовності до майбутньої професійної діяльності і прагнуть до реалізації своїх інтелектуальних можливостей.

Рефлексивно-творчий рівень характеризується сформованістю у студентів структури ціннісних орієнтацій, домінуючою в якій є орієнтація на успішність майбутньої професійної діяльності. Прийоми мислення, які забезпечують такий рівень знань, є творчими. Студенти адекватно усвідомлюють рівень практичної готовності і свої інтелектуальні можливості, розуміють важливість здобутих способів дій і знань.

2. Управління та самоуправління навчанням. Сучасні технології навчання

Ефективність учіння визначається його формами, найпоширенішими з яких є ***слухання, читання, конспектування, виконання вправ, розв'язування задач, проведення дослідів, навчальні дослідження, професійне моделювання:***

1. Слухання. Сутність його полягає у сприйманні на слух інформації, яку студент отримує на лекціях, семінарських, практичних та інших заняттях. Для ефективного засвоєння навчального матеріалу необхідно дотримуватися правил слухання.

2. Читання. Це форма самостійної роботи студента. Раціональне читання є науково обґрунтованою технологією, що забезпечує персоніфікацію максимального обсягу інформації за найкоротший час з мінімальними витратами праці. При самостійному читанні ступінь персоніфікації інформації значно ґрунтовніший.

3. Конспектування. Студенти здійснюють його в процесі слухання і читання. В обох випадках вони вдаються до кількох способів конспектування:

- записують детально без осмислення;
- записують головне і одночасно осмислюють записане;
- ведуть опорний конспект з глибоким осмисленням тексту.

4. Виконання вправ, розв'язування задач. Основною метою цієї форми роботи є формування умінь при вивченні конкретних дисциплін. Задачі і вправи доцільно розв’язувати з усіх навчальних дисциплін, оскільки вони сприяють розвитку аналітичного мислення студентів, їх самостійності. У процесі виконання вправ студенти вникають у їх

Національний університет водного господарства та природокористування

сутність, вибирають оптимальні шляхи своїх дій, пояснюють і доводять їх правильність або правомірність.

5. Проведення дослідів. Цю форму діяльності використовують у процесі вивчення природничих дисциплін. Вона передбачена навчальним планом вищого навчального закладу. Проведення дослідів потребує відповідної теоретичної підготовленості, вміння користуватися лабораторним устаткуванням, матеріалами, володіння технологією організації дослідної роботи. Цінність цієї форми діяльності полягає в тому, що студенти здобувають уміння і навички проведення наукового дослідження, поглиблюють теоретичні знання, розвивають у собі допитливість, відповідальність, самостійність.

6. Навчальні дослідження. До навчальних досліджень належать курсові і дипломні роботи, реферати, проекти. Виконання навчально-дослідної роботи вимагає від студентів високого рівня самостійності і пізнавальної активності. Цей вид роботи сприяє розвитку умінь здійснення наукового пошуку і формуванню аналітичного мислення, поглибленню інтересу до певної науки. Часто реферат стає основою курсової роботи, а курсова — дипломної робота, яка згодом може стати основою для кандидатської дисертації.

7. Професійне моделювання. Застосовують його під час виробничої практики. Це планування і здійснення фрагментів виробничої діяльності, наближених до реального виробничого процесу, моделювання різних його варіантів, тобто програвання ролей, які їм доведеться виконувати у майбутній професійній діяльності, набутті професіоналізму.

Сучасні технології навчання. У практиці навчально-виховної діяльності сучасного навчального закладу найпоширеніші такі ***технології навчання***: проблемне навчання, ігрові технології навчання, інформаційні технології навчання, кредитно-модульна система організації навчального процесу.

Проблемне навчання. Одним із найперспективніших напрямів розвитку творчих здібностей особистості, необхідних сучасному фахівцю, є проблемне навчання.

Проблемне (грец. — задача, утруднення) навчання — дидактична система, яка грунтується на закономірностях творчого засвоєння знань

і способів діяльності, на прийомах і методах викладання та учіння з елементами наукового пошуку.

Проблемне навчання покликане формувати в студента такі професійні вміння:

— самостійно побачити і сформулювати проблему;

— висунути гіпотезу, знайти спосіб її перевірки, зібрати дані, проаналізувати їх, запропонувати методику їх оброблення;

— сформулювати висновки і побачити можливості практичного застосування отриманих результатів;

— бачити проблему загалом, аспекти та етапи її розв'язання самостійно або в колективній роботі.

Проблемне навчання змінює мотивацію пізнавальної діяльності: провідними стають мотиви пізнавально-спонукальні (інтелектуальні). Проблема викликає внутрішню зацікавленість студента, що стає чинником активізації навчального процесу та ефективності навчання. Пізнавальна мотивація спонукає людину розвивати свої нахили і здібності, зумовлює перебудову сприйняття, пам'яті, мислення, переорієнтацію інтересів тощо.

Можливості використання проблемного навчання *у вищому технічному навчальному закладі* в процесі вивчення технічних дисциплін великі.

Застосування творчих проблемних завдань у процесі підготовки майбутніх фахівців розвиває у студентів креативність, сприяє підвищенню рівня знань, інтересу до вивчення професійних дисциплін, формуванню професійної компетенції.

Як специфічна технологія навчального процесу *проблемне навчання передбачає наявність*:

- проблемного запитання,
- проблемного завдання,
- проблеми,
- проблемної ситуації.

Істотною ознакою *проблемного запитання* є прихована суперечність, яка відкриває можливість отримати не однотипні відповіді. У ньому немає готової схеми і передбачається самостійний аналіз суперечливої ситуації. Студенти мають володіти таким обсягом знань і вмінь, щоб самостійно почати пошук результату.

Проблемне завдання містить всі ознаки проблемного запитання і принципово відрізняється від пізнавальних завдань, спрямованих на здобуття знань, яких бракує, а також тренувальних, які мають на меті закріплення знань і способів дій. Вони завжди нестандартні і передбачають засвоєння нових знань, умінь і навичок.

Проблема — це складне теоретичне і практичне завдання, яке потребує розв'язання, проте ні конкретні способи його розв'язання, ні його кінцевий результат невідомі. Поштовхом до виникнення наукової проблеми є виявлення невідомих раніше фактів, неспроможність пояснити їх у межах наявних у студентів знань. З погляду психології проблема означає наявність суперечливої ситуації, коли існує дві або кілька позицій (іноді протилежних) і необхідно здобути нові знання для їх правильного пояснення.

Прихована в проблемі суперечність може бути подолана лише тоді, коли студент володіє таким рівнем знань і такими способами діяльності, які є достатніми, щоб почати пошук невідомого йому результату або способу розв'язання завдання. В іншому разі проблема для студента є лише непевним відчуттям пізнавальних труднощів, тобто *проблемною ситуацією,* сутність якої полягає в тому, що для її роз'язання студентам необхідно знайти і застосувати нові питання і способи дій.

На семінарських, практичних, лабораторних заняттях поряд із згаданими методами проблемного навчання широко використовують ***метод «мозкового штурму»,*** який зорієнтований на колективний пошук розв'язання проблеми. Ідея цього методу заснована на тому, що, оскільки критика гальмує мислення, необхідно відокремити в часі висування гіпотез, розв'язання проблеми і оцінювання. У розв'язанні проблеми беруть участь дві групи студентів — генератори ідей та експерти. Генератори ідей за певний час висувають максимальну кількість гіпотез (будь-яких, навіть явно помилкових чи фантастичних), а експерти відтак оцінюють гіпотези. У такий спосіб досягається колективне розв'язання проблеми.

Дослідницький метод. Використовують його у разі значної відповідності засвоєних студентами знань і вмінь тим, які необхідні для розв'язання досліджуваної проблеми. Він спонукає студентів до самостійної роботи: збирання та систематизації фактів, їх аналізу,

організовує пошукову діяльність (постановку проблеми і її розв'язання) тощо.

Проблемне навчання у вищому навчальному закладі — це творча, емоційно насичена праця викладачів і студентів, яка потребує цілеспрямованості, великих вольових зусиль, високої відповідальності. Воно забезпечує міцне засвоєння знань, робить навчальну діяльність захоплюючою, оскільки вчить мислити, долати труднощі.

Ігрові технології навчання. Формування соціально активної особистості вимагає використання нестандартних форм педагогічної взаємодії. Однією з таких форм є гра як засіб розвитку творчого потенціалу майбутнього фахівця.

Ігровий метод навчання передбачає:

- визначення мети, спрямованої на засвоєння змісту освіти,
- вибір виду навчально-пізнавальної діяльності,
- форми взаємодії педагога і студентів.

Головною метою навчальних ігор є формування в майбутніх фахівців уміння *поєднувати теоретичні знання з практичною діяльністю*. Оволодіти необхідними фаховими вміннями і навичками студент зможе лише тоді, коли сам достатньою мірою виявлятиме до них інтерес і докладатиме певних зусиль, тобто поєднуючи теоретичні знання, здобуті на лекціях, семінарах, самостійно, з розв'язанням конкретних виробничих задач і з'ясуванням виробничих ситуацій.

Ігрова діяльність виконує такі функції:

- *спонукальну* (викликає інтерес у студентів);
- *комунікативну* (засвоєння елементів культури спілкування майбутніх спеціалістів);
- *самореалізації* (кожен учасник гри реалізує свої можливості);
- *розвивальну* (розвиток уваги, волі та інших психічних якостей);
- *розважальну* (отримання задоволення);
- *діагностичну* (виявлення відхилень у знаннях, уміннях та навичках, поведінці);
- *корекційну* (внесення позитивних амін у структуру особистості майбутніх фахівців).

Ігрові методи багатопланові, і кожен з них у той чи інший спосіб *сприяє виробленню певної навички.* З огляду на це виокремлюють ігри-вправи, ігрові дискусії, ігрові ситуації, рольові і ділові навчальні ігри.

Ігри-вправи. До них відносять кросворди, ребуси, вікторини тощо. Застосування цього методу сприяє активізації певних психічних процесів, закріпленню знань, перевірці їх якості, набуттю навичок. Їх проводять на заняттях; ігри-вправи можуть бути елементами домашніх завдань, аудиторних занять. Використовують їх також у цільний від навчання час.

Ігрова дискусія. Вона передбачає колективне обговорення спірного питання, обмін думками, ідеями між кількома учасниками. Основним призначенням цього методу є виявлення відмінностей у тлумаченні проблеми і встановлення істини в процесі товариської суперечки. Цей метод навчання дає змогу, проаналізувавши суть явища чи процесу, з існуючих варіантів рішень вибрати оптимальний. Досягнення поставленої мети зумовлює розвиток пізнання.

Ігрова ситуація. Основою цього методу є проблемна ситуація. Він активізує пізнавальний інтерес у студентів, спрямовує їх розумову діяльність. Зорієнтована ігрова ситуація на встановлення зв'язку теорії і практики з теми, що вивчалася або вивчається: вміння аналізувати, робити висновки, приймати рішення у нестандартних ситуаціях. Цей метод спонукає студентів до діяльності на основі певної ситуації, яка ґрунтується на необхідній сукупності знань, умінь і навичок, якими повинні оволодіти студенти. Ігрова ситуація сприяє посиленню емоційно-психологічного стану, збуджує внутрішні стимули до навчальної роботи, знімає напругу, втому.

Рольова гра. Вона дає змогу відтворити будь-яку ситуацію в «ролях». Рольова гра спонукає студентів до психологічної переорієнтації. Вони усвідомлюють, що вже не просто студенти, які відтворюють перед аудиторією зміст вивченого матеріалу, а особи, які мають певні права та обов'язки і несуть відповідальність за прийняте рішення. Такий метод інтенсифікує розумову працю, сприяє швидкому і глибокому засвоєнню навчального матеріалу. У процесі рольової гри розкривається інтелект студента; під впливом зміни типу міжособистісних стосунків він психологічний бар'єр спілкування. Відносини «викладач — студент» замінюються стосунками «гравець — гравець», за яких учасники надають один одному допомогу, підтримку, створюючи атмосферу, яка сприяє засвоєнню нового матеріалу, оволодінню студентами певним видом діяльності.

Заняття з використанням рольових ігор відбуваються жваво, емоційно, за високої активності студентів та сприятливої психологічної атмосфери.

Ділова навчальна гра. Це навчально-практичне заняття, яке передбачає моделювання діяльності фахівців і керівників виробництва щодо розв'язання складної проблеми, прийняття певного рішення, пов'язаного з управлінням виробничим процесом. Ділова навчальна гра поєднує в собі ознаки навчальної і майбутньої професійної діяльності і є діяльністю колективною. Вона дає змогу студентові збагнути і подолати суперечності між абстрактним характером предмета навчально-пізнавальної діяльності (знання, знакові системи) і реальним предметом майбутньої професійної діяльності, індивідуальним способом навчання студента і колективним характером професійної діяльності, опорою в навчанні переважно на інтелект студента і залученням у процес особистості спеціаліста.

Ділові ігри можна проводити з тем *курсових і дипломних робіт* для різних спеціальностей і всіх курсів. Для підготовки ділової гри тема розбивається на окремі питання, розробляються проблемні ситуації, які мають кілька варіантів розв'язання, і критерії оцінювання. У процесі гри студент вчиться аналізувати і систематизувати матеріал, виділяти в ньому головне, оцінювати різні варіанти розв'язання проблеми і вибирати найкращі.

Часто студенти не вміють застосовувати здобуті знання в комплексі. Ділова гра допомагає усунути цей недолік, вимагаючи від учасників мобілізування знань з різних дисциплін і прийняття комплексного рішення.

Завдяки ігровій діяльності краще розвиваються індивідуальні здібності студентів, оскільки вони не відчувають психологічного тиску відповідальності, який властивий звичайній навчальній діяльності. У процесі гри відбувається навчання дії за допомогою самої дії. Засвоєння знань здійснюється в контексті певної діяльності, що створює ситуацію необхідності знання. Гра дає змогу позбутися шаблонів і стереотипів, здатна змінити ставлення студентів до будь-якого явища, факту, проблеми. Вона стимулює інтелектуальну діяльність студентів, вчить прогнозувати, досліджувати та перевіряти правильність прийнятих рішень і гіпотез, виховує культуру

спілкування, формує вміння працювати в колективі та з колективом. Все це визначає функції навчальної гри як засобу психологічного, соціально-психологічного та педагогічного впливу на особистість. Педагогічно і психологічно продумане використання гри і стимулює розумову діяльність. А це підвищує інтелектуальну активність, пізнавальну самостійність та ініціативність студентів.

Соціально-психологічний вплив гри виявляється в подоланні студентом *страху говоріння, у формуванні культури спілкування, особливо культури ведення діалогу.* Гра формує здатність приймати самостійні рішення, оцінювати свої дії та дії інших, сприяє активізації знань.

Отже, ігровий підхід не є визначальним способом засвоєння нанчального матеріалу, але він значно розширює можливості студентів.

Інформаційні технології навчання. *Інформатизація* (лат. — пояснення, викладення) є одним із головних напрямів сучасної науково-технічної революції, на якому грунтується перехід від індустріального етапу розвитку суспільства до інформаційного. Це процес перебудови життя суспільства на основі використання достовірного, вичерпного і своєчасного знання у суспільно значущих видах діяльності.

Нові інформаційні технології навчання — методологія і технологія навчально-виховного процесу з використанням новітніх електронних засобів.

Для інформаційного забезпечення педагогічного процесу кожен викладач і студент повинні мати доступ до практично необмеженого обсягу інформації і її аналітичного оброблення, можливості для безпосереднього включення в інформаційну культуру суспільства.

Комп'ютерна (інформаційна) технологія навчання (КТН) спрямована на досягнення цілей інформатизації навчання на основі застосування комплексу функціонально залежних педагогічних, інформаційних, методологічних, психофізіологічних і ергономічних засобів і методик, (створених і організованих на базі технічного й програмного забезпечення ЕОМ.

Впровадження в навчальний процес інформаційних технологій супроводжується збільшенням обсягів самостійної роботи студентів,

що потребує постійної підтримки навчального процесу з боку викладачів.

З використанням інформаційних технологій можливості організації самостійної роботи студентів розширюються. Самостійна робота з дослідницькою і навчальною літературою на паперових носіях зберігається як важлива ланка самостійної роботи студентів загалом, але її основу тепер становить самостійна робота з навчальними програмами, тестуючими системами, інформаційними базами даних.

Ефективність використання засобів інформаційних технологій у навчальному процесі залежить від успішності розв'язання завдань методичного характеру, пов'язаних з інформаційним змістом і способом використання автоматизованих систем навчання. Тому автоматизовані системи навчання доцільно розглядати як програмно-методичні комплекси (сукупність програмно-технічних засобів і реалізованих з їхнім використанням методів (методик) навчання, призначених для розв'язання конкретних завдань навчального процесу).

Організація самостійної роботи з допомогою інформаційних технологій має низку переваг:

— забезпечує оптимальну для кожного конкретного студента послідовність, швидкість сприйняття матеріалу, можливість самостійної організації чергування вивчення теорії, розбору прикладів, методів розв'язання типових задач тощо;

— формує навички аналітичної і дослідницької діяльності;

— забезпечує можливість самоконтролю якості ідобутих знань і навичок;

— заощаджує час студента, необхідний для вивчення курсу.

Отже, упровадження в навчальний процес у вищій школі нових інформаційних технологій є об'єктивним процесом розвитку освіти.

Кредитно-модульна система організації навчального процесу. Соціально-економічні й політичні зміни в суспільстві, зміцнення державності України, входження її в цивілізоване світове співтовариство вимагають структурної реформи системи вищої освіти, спрямованої на забезпечення мобільності, працевлаштування і конкурентоспроможності фахівців.

Нинішня система підготовки фахівців з вищою освітою має певні недоліки:

- відсутність систематичної роботи студентів впродовж навчального семестру;
- низький рівень активності студентів і відсутність елементів змагання;
- можливість необ'єктивного оцінювання знань студентів;
- значні затрати часу на екзаменаційні сесії;
- недостатній рівень адаптації до швидкозмінних вимог світового ринку праці;
- низька мобільність студентів щодо зміни напрямів підготовки, спеціальностей та вищих навчальних закладів;
- вузький вибір студентами навчальних дисциплін.

Одним із перспективних шляхів подолання цих проблем є перебудова навчального процесу у вищих навчальних закладах на основі впровадження *кредитно-модульної системи організації навчального процесу.*

Загальна характеристика кредитно-модульної системи організації навчального процесу (КМСОНП). Ця система передбачає:

- відхід від традиційної схеми «навчальний семестр — навчальний рік, навчальний курс»;
- раціональний поділ навчального матеріалу дисципліни на *модулі* (логічно завершені частини теоретичних знань і практичних умінь з певної навчальної дисципліни) і перевірку якості засвоєння теоретичного і практичного матеріалу кожного модуля;
- перевірку якості підготовки студентів до кожного лабораторного, практичного чи семінарського заняття;
- використання широкої шкали оцінювання знань;
- вирішальний вплив суми балів, одержаних впродовж семестру, на підсумкову оцінку з навчальної дисципліни;
- стимулювання систематичної самостійної роботи студентів вродовж усього семестру і підвищення якості їх знань;
- підвищення об'єктивності оцінювання знань студентів;
- запровадження здорової конкуренції в навчанні;
- розвиток творчих здібностей студентів.

Така система є не просто визнаним у Болоньї стандартом, обов'язковим для впровадження у всіх вищих навчальних закладах України. Це насамперед можливість об'єктивного оцінювання навчальних досягнень студента, можливість у разі необхідності переривати навчання і продовжити його з урахуванням набраних кредитів.

Кредитно-модульна система організації навчального процесу — модель організації навчального процесу, яка ґрунтується на поєднанні модульних технологій навчання та залікових освітніх одиниць (залікових кредитів).

Кредит (лат. — він вірить) — це числова міра повного навчального навантаження студента з конкретної дисципліни (1 кредит — 24 год.), яка спонукає студентів до вільного вибору навчальних дисциплін та якісного їх засвоєння і є одним із критеріїв порівняння навчальних систем вищих навчальних закладів. Час, відведений для проведення підсумкового контролю, не входить в кредит. *Заліковий кредит* є одиницею виміру навчального навантаження, необхідного для засвоєння змістових модулів або блоку змістових модулів. *Змістовий модуль* — це система навчальних елементів, поєднана за ознакою відповідності певному навчальному об'єктові.

Впровадження КМСОНП сприятиме розв'язанню важливих завдань вищої освіти:

- адаптація ідей ECTS (Європейська кредитно-трансферна та акумулююча система) до системи вищої освіти України з метою забезпечення мобільності студентів у процесі навчання та гнучкості підготовки фахівців з огляду на швидкозмінні вимоги національного та міжнародного ринків праці;
- забезпечення студентам можливості навчання за індивідуальною інваріантною частиною освітньо-професійної програми, сформованої за вимогами замовників та побажаннями студентів, що сприятиме їх саморозвитку і підготовці до життя у вільному демократичному суспільстві;
- стимулювання учасників навчального процесу з метою досягнення високої якості вищої освіти;
- унормування порядку надання студенту можливості отримання професійних кваліфікацій відповідно до ринку праці.

КМСОНП передбачає дотримання таких принципів (Я. Болюбаш):

1) *принцип порівняльної трудомісткості кредит*ів, який полягає у досягненні кожним студентом встановлених ECTS норм, що забезпечують йому академічну мобільність, державне і міжнародне визнання результатів освіти на конкретних етапах виконання ним індивідуального плану;

2) принцип предметності, що передбачає декомпозицію змісту освіти й навчання на єдині та відносно самостійні за навчальним навантаженням студентів частки, які забезпечують:

а) на рівні індивідуального навчального плану — набір (акумулювання) заданої трудомісткості кількості кредитів, що відповідають розрахунковій нормі виконання студентом навчального навантаження в умовах кредитно-модульної організації навчального процесу;

б) на рівні вивчення навчальної дисципліни — набір (акумулювання) заданої для даної дисципліни кількості кредитів, що передбачають виконання необхідних видів діяльності за програмою вивчення навчальної дисципліни;

3) *принцип модульності*, що визначає підхід до організації оволодіння студентом змістовими модулями і виявляється через специфічну для модульного навчання організацію методів і прийомів навчально-виховних заходів, змістом яких є активна самостійно-творча пізнавальна діяльність студента;

4) *принцип методичного консультування*, який полягає у науковому та інформаційному забезпеченні діяльності учасників освітнього проекту;

5) *принцип організаційної динамічності,* що передбачає забезпечення можливості змінити зміст навчання з урахуванням динаміки соціального замовлення і потреб ринку праці;

6) *принцип гнучкості та партнерства*, який полягає в такій побудові системи освіти, щоб зміст навчання й шляхи досягнення цілей освіти та професійної підготовки відповідали індивідуальним можливостям і потребам студента;

7) *принцип пріоритетності змістової й організаційної* самостійності та зворотного зв'язку, який передбачає створення умов організації

навчання, що вимірюється та оцінюється за результатами самостійної пізнавальної діяльності студентів;

8) *принцип науковості та прогностичності*, що полягає и побудові (встановленні) стійких зв'язків змісту освіти з науковими дослідженнями;

9) *принцип технологічності та інноваційності*, який передбачає використання ефективних педагогічних та інформаційних технологій, що сприяє якісній підготовці фахівців з вищою освітою та входженню в єдиний інформаційний і освітній простір;

10) *принцип усвідомленої перспективи*, що полягає в забезпеченні умов для глибокого розуміння студентом цілей освіти та професійної підготовки, а також можливості їх успішного досягнення;

11) *принцип діагностичності*, який сприяє забезпеченню об'єктивного оцінювання рівня досягнення та ефективності цілей освіти і професійної підготовки.

Навчальний рейтинг (*англ.* — оцінка) — це інтегральний індекс або комплексний показник якості навчання студента, його розвитку на певному етапі, який визначне не лише якість здобутих знань і вмінь з окремих дисциплін, а й систематичність у роботі, активність, творчість, самостійність студента. Він розкриває якісні, динамічні зміни в підготовці студента, передбачає періодичне ранжування (розташування у певному порядку) студентів (за семестр та навчальний рік, за декілька курсів).

Навчальний рейтинг передбачає *рейтингову оцінку* — бали, які отримує студент за виконання індивідуальних завдань, передбачених робочим навчальним планом, за колоквіуми, звіти і захист лабораторних робіт, а також за результатами поточного контролю на практичних і семінарських заняттях.

Рейтинг з дисципліни формується як сума всіх рейтингових оцінок, а також заохочувальних і штрафних балів.

За рішенням кафедри нараховують студентам додаткові заохочувальні бали за активну участь у виконанні творчих робіт (наприклад, факультетські та інститутські олімпіади, доповіді на студентських конференціях, конкурси робіт, виконання завдань з вдосконалення дидактичних матеріалів з дисципліни). Окрім того, передбачено штрафні (зі знаком «мінус») бали за несвоєчасне

виконання індивідуальних семестрових завдань, несвоєчасне виконання та захист лабораторних робіт, пропуски практичних та семінарських занять тощо. Рейтинг з дисципліни ведеться на кафедрі викладачем, який проводить заняття в навчальній групі з певної дисципліни.

Семестровий рейтинг відображає успішність студента з усіх дисциплін, вивчення яких відповідно до навчального робочого плану та індивідуального плану студента закінчується у семестрі атестацією (іспитом, заліком, диференційованим заліком), а також активність та результативність його творчої роботи. Семестровий рейтинг кожного студента визначається після закінчення семестру на підставі екзаменаційних відомостей і документів, що підтверджують результативність творчої роботи.

Максимально можливе значення семестрового рейтингу за всіма дисциплінами, вивчення яких відповідно до робочого навчального плану завершується у семестрі атестацією, визначається кількістю дисциплін робочого навчального плану, для яких передбачена атестація.

Нормативний семестровий рейтинг є відносним показником, що вимірюється у відсотках від нормативного значення і забезпечує порівняння якості навчання студентів різних напрямів і спеціальностей у семестрі.

Якість навчання студента за попередній період відображає *інтегральний рейтинг,* що визначається по закінченні чергового семестру на підставі попередніх семестрових рейтингів разом із останнім.

На підставі усіх показників шляхом ранжування нормованих семестрових або нормованих інтегральних рейтингів визначають *рейтинг студента,* тобто його позицію в навчальній групі, на курсі, на факультеті, в університеті за результатами навчання, яка визначається рейтинговим показником. У разі рівності індивідуальних рейтингів студентам дається однаковий ранг.

Рейтинг активізує роботу студентів впродовж семестру, змушує їх працювати систематично і самостійно, забезпечує змагальність навчання, розширює можливості для всебічного розвитку, індивідуалізує навчання, істотно змінює відносини між викладачами і студентами, створює атмосферу співпраці. Така система навчання дає

змогу кожному студенту обирати рівень навчання та спосіб отримання підсумкової оцінки з дисципліни, постійно контролювати свій рівень підготовки, вносити своєчасні корективи в навчальну роботу.

Студентів своєчасно інформують про всі рейтингові оцінки. Гласність результатів забезпечується шляхом систематичного роздрукування рейтинг-листів.

Індивідуальні рейтинги студентів з дисциплін щомісяця наносять на відповідні кафедральні екрани (базу даних). Вони служать для коригування навчального процесу і управління навчальною діяльністю кожного студента.

Атестація студента з навчальної дисципліни здійснюється за результатами підсумкового значення рейтингу з дисципліни. Студенти, що набрали впродовж семестру необхідну кількість балів, можуть не складати іспиту (заліку) і отримати екзаменаційну оцінку (залік) «автоматом» відповідно до рейтингу з дисципліни; за бажання отримати вищу екзаменаційну оцінку вони можуть складати іспит.

По закінченні екзаменаційної сесії деканати обчислюють семестрові та інтегральні рейтинги студентів і оприлюднюють результати. На підставі нормованого семестрового рейтингу здійснюються ранжування студентів на факультеті і розрахунок стипендії.

Нормований інтегральний рейтинг студента є підставою для призначення іменних стипендій: державних, університетських, факультетських; для конкурсного відбору студентів на програми підготовки за рівнями «спеціаліст, «магістр»; пріоритету у виборі спеціальності та спеціалізації; направлення на навчання або на практику за кордом; для отримання різноманітних пільг.

Підсумковий (за весь період навчання) інтегральний рейтинг враховують при рекомендації студентів для продовження навчання в аспірантурі, першочергового працевлаштування на відповідних посадах у навчальному закладі за замовленнями організацій, підприємств, фірм.

Використання рейтингової системи має істотні переваги:

- орієнтує студента на всебічне розкриття своїх здібностей;
- активізує його роботу, підвищує навчальну мотивацію;
- формує самостійність, ініціативність, творчість і відповідальність;
- сприяє підвищенню якості знань завдяки систематичній роботі, стимулює загальну активність завдяки елементам змагальності;

- підвищує об'єктивність оцінювання його знань, майже унеможливлює випадкову залежність від вдалої (невдалої) відповіді на заліку чи іспиті;
- допомагає уникнути психологічних, емоційних і фізичних перевантажень під час заліково-екзаменаційних сесій;
- ранжує студентів у групі за рівнем знань тощо.

3. Підготовка студентів до навчальних занять у ВНЗ. Організація самостійної роботи студента

Важливою складовою організації процесу навчання у ВНЗ є належна підготовка студентів до навчальних занять та організація їх самостійної роботи. Для цього студентам необхідно знати форми організації навчання та правила підготовки до участі у їх проведення.

Форми організації процесу навчання розкриваються через способи взаємодії педагога зі студентами, під час розв'язання дидактичних завдань. Вони виявляються за допомогою різних шляхів керування діяльністю, спілкуванням, відносинам. У них реалізується зміст освіти, освітні технології, стилі, методи й засоби навчання.

Форма організації навчання – певна структурно-організаційна та управлінська конструкція навчального заняття залежно від його дидактичних цілей, змісту й особливостей діяльності суб'єктів та об'єктів навчання.

У дидактичному процесі найчастіше виокремлюють чотири групи організаційних форм:

- навчальні заняття;
- практична підготовка;
- самостійна робота;
- контрольні заходи.

І. До першої груп – ***навчальних занять*** належать лекція, семінар, практичне заняття, лабораторне заняття, консультація.

Лекція – провідна форма організації процесу навчання у ВНЗ, логічно завершений, науково обґрунтований, послідовний і систематизований виклад певного наукового або науково-методичного питання, теми чи розділу навчальної дисципліни, ілюстрований за необхідності наочністю та демонструванням дослідів. Студент, який

поважає себе і свій час, відвідує лекції викладачів. Навіщо це робити, адже можна прочитати підручник, узяти конспекти в старшокурсників або відшукати необхідну інформацію и Інтернеті? Дійсно, самостійною навчальною роботою багато чого можна досягнути (так, наприклад, навчаються студенти заочної форми навчання або екстернату, дехто зі стаціонару одержує право на вільне відвідування лекцій).

Проте є хоча б чотири причини, через які необхідно відвідувати лекції:

1. Безпосереднє спілкування з викладачем — людиною, захопленою своєю справою, фахівцем, яскравою і цікавою особистістю, яку важко чимось замінити (людина легше і краще засвоює інформацію при безпосередньому спілкуванні з іншими).

2. Можливість *ставити запитання,* що інтенсифікує думку і сприяє кращому засвоєнню інформації. Питання допоможуть розібратися в тому, що викладає лектор; пов'язати нове з тим, що Вам уже відомо з цієї теми з попередніх лекцій, прочитаних книг і науковий статей. Запишіть питання заздалегідь і поставте їх наприкінці лекції або після неї.

3. Основні орієнтири. На лекції подається не весь матеріал, а найголовніші ідеї, які допомагають не розгубитися в морі інформації, зрозуміти мету вивчення і збагнути логічну послідовність викладу матеріалу. Засвоївши зміст лекції, студент зобов'язаний ще працювати самостійно, вивчати першоджерела, які рекомендують для підготовки до семінарських занять. Але основою для розуміння буде все-таки лекція і написаний студентом конспект. Правильно складений конспект допомагає засвоїти 80% потрібної інформації.

4. Останні досягнення науки. Буває, що наявний підручник безнадійно застарів, Викладач, готуючись до лекції, враховує останні досягнення науки. У своєму виступі він презентує також результати власних наукових досліджень, веде наукову полеміку з іншими вченими, порівнює різні наукові підходи до вирішення проблеми, яка розглядається.

Не слід намагатися записувати підряд усе, що говорить викладач. Навіть якщо Ви володієте стенографією, записувати всі висловлювання не потрібно, адже в будь-якому матеріалі (усному

Національний університет водного господарства та природокористування

повідомленні або друкованому тексті) містяться головні і допоміжні відомості. Найважливішу інформацію (визначення, формулювання законів, теоретична аргументація, наукові принципи, основні факти та головні висновки) необхідно записувати. У лекції провідну думку повторюють або навіть диктують. Другорядна інформація (фактичне обґрунтування, приклади, описи дослідницьких методів і процедур, детальні характеристики окремих явищ, історичні відомості та ін.) потрібна для розуміння головної інформації. Завданням студента під час лекції є конспектування головної інформації при одночасному узагальненні і скороченні другорядної.

Семінар – вид навчальних практичних занять студентів ВНЗ, який передбачає самостійне вивчення студентами за завданням викладача окремих питань і тем лекційного курсу з наочним оформленням матеріалу у вигляді реферату, доповіді, повідомлення.

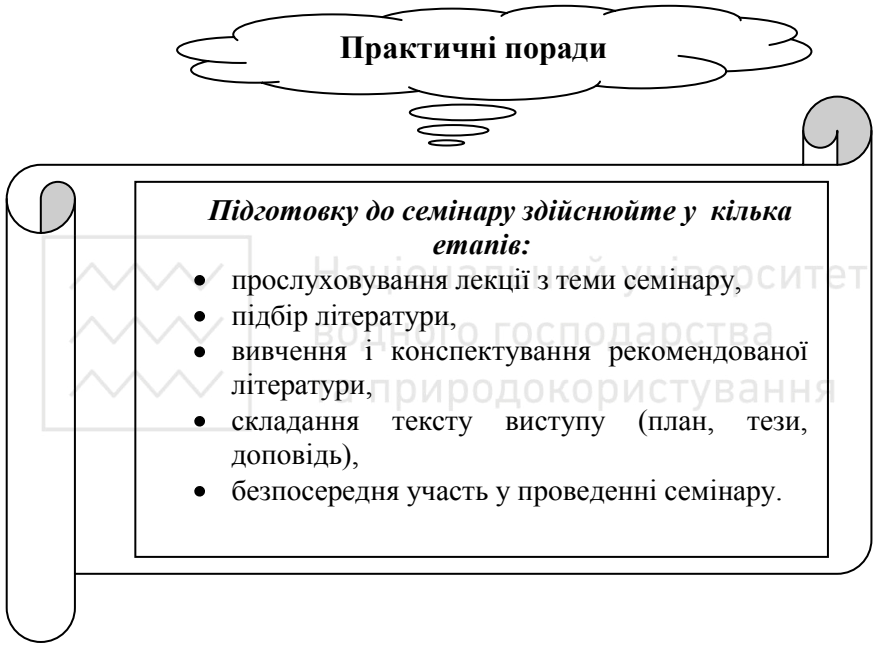
Якість проведення *семінарських занять* залежить від рівня підготовки студентів.

Існує три форми підготовки студентів до різних видів семінарських занять:

1) усі студенти готують повідомлення з основних питань;

2) кожен студент готує реферат на певну тему;

3) студент самостійно готує доповідь творчого характеру, яка містить елементи дослідницького характеру.



На лекції студент має уважно вислухати оголошені викладачем питання, які розглядатимуться на семінарі. Опрацьовувати рекомендовану літературу слід заздалегідь. При цьому необхідно законспектувати весь матеріал, що дасть змогу правильно зорієнтуватися в інформації.

Відбираючи матеріал для виступу, потрібно враховувати його цінність, інформативність. Необхідно уникати перерахування фактів, оскільки нагромадження деталей перешкоджає переконливо

вибудувати доведення, розкрити внутрішні зв'язки між явищами. Форма викладу матеріалу теж має бути чіткою, літературно грамотною, але без дослівних книжних висловлювань.

Практичне заняття – форма навчального заняття, за якої викладач організовує детальний розгляд студентами окремих теоретичних положень навчальної дисципліни та формує вміння і навички їх практичного застосування через індивідуальне виконання відповідно до сформульованих завдань.

Лабораторне заняття – форма навчального заняття, за якої студент під керівництвом викладача проводить природничі або імітаційні експерименти чи досліди з метою підтвердження окремих теоретичних положень певної навчальної дисципліни, набуває практичних навичок роботи з лабораторним устаткуванням, обладнанням, обчислювальною технікою, вимірювальною апаратурою, методикою експериментальних досліджень.

Готуючись до неї, студент передусім повинен усвідомити її мету, засвоїти теоретичний матеріал, домогтися чіткого уявлення про фізичні та інші процеси, покладені в основу роботи приладів чи установок.

У відведений для самопідготовки час студент ознайомлюється в лабораторії з обладнанням, правилами техніки безпеки; особливо це стосується робіт з використанням електричних приладів, хімічних вибухових речовин тощо.

У лабораторіях має бути встановлено чергування лаборантів і викладачів, які могли б дати вичерпну консультацію студентам при підготовці до лабораторної роботи.

Консультація – форма організації навчання, метою якої є ліквідація прогалин у знаннях студентів, надання їм допомоги у самостійній роботі. Консультації бувають індивідуальні і групові.

ІІ. До другої групи належить **практична підготовка** – організаційна форма, метою якої є формування у студентів професійних навичок, а також практичних умінь, необхідних для виконання завдань.

У ВНЗ студенти проходять *навчальну, навчально-виробничу і виробничу практики.*

Навчальна практика має на меті поглибити і закріпити теоретичні знання студентів, виробити навички практичної і дослідницької роботи, ознайомити із сучасним обладнанням.

Навчально-виробнича практика має своїм завданням ознайомити студента з його майбутньою спеціальністю шляхом виконання обов'язків дублера, помічника фахівця.

Виробничу практику проходять студенти старших курсів. У процесі цієї практики вони виконують відповідно до спеціальності весь цикл робіт, перебуваючи на робочих місцях, вивчаючи значну за обсягом ділянку виробництва і набуваючи навичок організування, управління і контролю. Під час переддипломної прктики студенти готують матеріал до дипломного проекту або дипломної роботи.

По закінченні виробничої практики студенти складають і здають звіти про виконання програми практики. До звіту додають різноманітні технічні матеріали: рисунки, креслення, фотографії, схеми, таблиці, зразки матеріалів, виробів тощо. Керівник виробничої практики перевіряє звіт, після чого практикант складає залік, найчастіше у формі захисту звіту в комісії за місцем практики або у вищому навчальному закладі. Залік оцінюється за чотирибальною системою (відмінно, добре, задовільно, незадовільно), при цьому враховується характеристика і оцінка роботи студента керівником практики від підприємства. У разі незадовільної оцінки виробничої практики призначається повторне її проходження в індивідуальному порядку.

III. Самостійна робота – різноманітні види індивідуальної і колективної діяльності студентів, які здійснюються ними на навчальних заняттях або в поза аудиторний час за завданнями викладача, під його керівництвом, але без його безпосередньої участі.

Самостійність у здобутті знань передбачає оволодіння складними вміннями і навичками бачити зміст та мету роботи, по-новому підходити до питань, що вирішуються, пізнавальну, організовувати власну самоосвіту, розумову активність і самостійність, здатність до творчості.

Кожна з цих етапних груп ділиться на ряд видів:

1) самостійні роботи для вивчення конкретного питання;
2) самостійні роботи з першоджерелами;
3) самостійні роботи для опрацювання додаткових джерел;
4) позааудиторна робота;
5) письмова модульна робота;
6) науково-дослідницька робота.

Цим, зрозуміло, класифікація не вичерпується, бо кожна з названих підгруп може мати ще свою градацію.

В процесі самостійної роботи студентам слід дотримуватися таких рекомендацій:

І.Опрацювання матеріалу потрібно починати з прочитання всього текст параграфу, дотримуючись таких правил:

1. Зосередитись на тому, що читаєш.
2. Виділити головне у прочитаному.
3. Зрозуміти думку автора
4. Уявити те, що читаєш.
5. В процесі роботи над темою тлумачення незнайомих слів, спеціальних термінів знаходити у словнику іншомовних слів і в спеціальних довідниках професії;
6. Незрозумілі місця, фрази, вирази перечитувати декілька раз, щоб зрозуміти їх зміст.

ІІ. Після прочитання тексту необхідно:

1. Виділити головну думку автора.
2. З'ясувати основні питання тексту.
3. Усвідомити зв'язок між теоретичними положеннями і практикою.
4. Засвоїти прочитане.
5. Пов'язати нові знання з попередніми у даній галузі.
6. Перейти до заключного етапу засвоєння і опрацювання записів.

ІІІ. Засвоєння і опрацювання записів необхідно здійснювати у такій послідовності:

1. Записи необхідно починати з назви теми та посібника, зазначивши його вихідні дані. Якщо це журнал, то рік і номер видання, заголовок статті.

2. Після чого скласти ***план***, тобто короткий перелік основних питань тексту в логічній послідовності. План може бути простий або розгорнутий, більш поглиблений, особливо при опрацюванні додаткової літератури з даної теми.
3. Після складання плану необхідно перейти до ***текстування*** записів. Записи потрібно вести розбірливо і чітко. Вони можуть бути короткі або великі залежно від рівня знань студента, багатства його літературної і професійної лексики, навиків самостійної роботи з книгою. В міру кропіткої і систематичної роботи записи повинні мати тезисний характер, бути логічно послідовними. Для зручності користування записами необхідно залишати поля для заміток і вільні рядки для доповнень. Записи не повинні бути одноманітними. В них треба виділяти важливі місця, основні слова, які акцентуються різним шрифтом або різним кольором шрифтів, підкреслюванням, замітками на полях, рамками, стовпчиками тощо. Записи можуть бути у вигляді *конспекту, простих або розвинутих тез, цитат, виписок, систематизованих таблиць, графіків, діаграм, схем:*

а) ***конспект*** (лат. **–** огляд) це коротка, стисла, послідовно викладена за текстом універсальна форма запису основного змісту прочитаного, яка може супроводжуватися різними вищезгаданими записами. Складання конспекту зводиться до коротких записів змісту кожного пункту плану, виділяючи основні думки, положення, підтвердження прикладами. Всі питання плану повинні бути пов'язані між собою;

б) ***виписки*** використовуються при необхідності викладання найбільш важливих місць, фактів, цифрових даних, точного формування правил та законів;

в) ***цитата*** (лат. **–** визнавати) **–** це послідовний вислів, яким підкреслюється думка тексту, що зберігає гостроту висловлювання автора. Виписувати потрібно послідовно, грамотно, вказуючи джерело цитати;

г) важливим елементом конспектування є уміння використовувати ***ілюстровані роботи (схеми, графіки, діаграми) і систематизовані таблиці***. Основним недоліком у даному питанні є механічне виконання ілюстрацій, що не пов'язані з текстовим матеріалом. Складання тематичних графічних зображень і таблиць сприяє кращому засвоєнню однорідних явищ, дозволяє простежити за

розвитком одного і того ж явища, тобто охопити увесь навчальний матеріал теми. Систематизовані таблиці дозволяють студентам узагальнити набуті знання, аналізувати одержану інформацію. Складання ілюстрованих матеріалів проявляє творчу і свідому активність студента в оволодінні знаннями, виробляє у майбутнього спеціаліста практичні вміння і навички до самостійної, вдумливої праці.

д) навички конспектування виробляють уміння студента до написання рефератів.

Реферат *(* лат. – робити доклад, повідомляти) – це короткий виклад суттєвості змісту якої-небудь книги, теми чи окремого питання прочитаного джерела. Реферат викладають у вигляді вільного запису своїми словами, дотримуючись послідовності фактів згідно з джерелами, супроводжуючи текст виписками, цитатами, ілюстративними матеріалами.

Студентам необхідно користуватися великою кількістю джерел для написання реферату з того чи іншого питання. Це дасть можливість глибше висвітлювати тему і навчитись зіставляти вислови, думки, цифрові дані різних авторів, різних років видання, що сприятиме виробленню власної думки студента і є рушійним фактором до розвитку навиків та елементів дослідницького мислення.

IV. Контрольні заходи – як дидактичний засіб управління навчанням спрямований на забезпечення ефективності формування знань, умінь і навичок, використання їх на практиці, стимулювання навчальної діяльності студентів, формування у них прагнень до самоосвіти.

Контрольні заходи можна поділити на дві групи:

- міжсесійний контроль;
- підсумковий контроль.

Міжсесійний контроль полягає у контролюванні навчального процесу в період між сесіями (попередня, поточна, тематична перевірка).

Підсумковий контроль має на меті перевірку рівня засвоєння знань, умінь і навичок студентів за тривалий час навчання – семестр, рік, на час завершення курсу навчання і спрямований на виявлення системи і

структури знань студентів (семестровий підсумковий контроль, державна атестація).

1. Підготовка до іспитів

Систематично працюйте над виконанням навчальних завдань упродовж семестру, що допоможе уникнути "авралу" під час сесій і збереже вашу нервову систему від перевантаження.

Організуйте підготовку до іспитів за чітким планом (тижні, години), щоб встигнути повторити всі екзаменаційні питання. Складаючи щоденний план підготовки, необхідно чітко визначити, що саме сьогодні вивчатимете, які предмети, теми і питання. Спочатку потрібно визначити свої біологічні ритми («жайворонок» або «сова») і залежно від цього максимально завантажити ранкові або, навпаки, вечірні години, враховуючи періоди інтелектуального підйому і години спаду.

Перш ніж почати підготовку до іспитів, варто обладнати місце для занять: забрати зайві речі, зручно розташувати потрібні підручники, посібники, конспекти тощо.

Звичайно, добре починати – поки не втомилися, поки свіжа голова – з найскладнішого, з того розділу, що Ви знаєте найгірше. Проте, якщо Ви відчуваєте себе «не в настрої», навчатися не хочеться, нічого не запам'ятовується, корисно розпочати, навпаки, з того, що знаєте краще, із цікавого матеріалу і приємної роботи. Можливо, поступово це допоможе Вам увійти в робочу форму.

Коли раптом виникає страх перед іспитом («Я нічого не знаю з цього предмета!», «Усе це вивчити неможливо, і я ніколи не зможу запам'ятати цей матеріал!»), треба різко встати, відвернутися від книг і конспектів, зробити кілька повільних глибоких вдихів і видихів і тільки потім почати справу. Корисно також спробувати переконати себе, як багато все-таки з цього предмета Ви вже знаєте, та усвідомити, скільки Вам ще треба буде вивчити матеріалу.

Найголовніше: ніколи не слід намагатися вивчити весь підручник напам'ять. Ваше завдання не визубрити, а зрозуміти. Тому концентруйте свою увагу на головних думках.

Готувати «шпаргалки» корисно, але навіть настанова на її використання ризикована, бо це негативно позначається на пригадуванні (особливо в екстремальних умовах, коли скористатися нею під час іспиту неможливо). Головне значення підготовки «шпаргалок» – це систематизація й оптимізація знань з конкретного предмета, що вже добре. Це дуже складна і важлива для студента робота, складніша і важливіша від «тупого», «методичного» і «спокійного» поглинання маси навчальної інформації. Якщо студент самостійно підготував такі «шпаргалки», до того ж із настановою на краще запам'ятовування, то він іспити складати буде впевненіше, тому що в нього вже сформоване загальне орієнтування в складному матеріалі. Як це не парадоксально, але використання «шпаргалок» інколи дає змогу студентові під час відповіді краще демонструвати свої знання (точніше – орієнтування в знаннях, що набагато важливіше за «визубрені знання» і «відразу забутих» після складання іспиту). На жаль, багато студентів навіть у власних конспектах часто орієнтуються дуже погано.

Обов'язково робіть короткі, але регулярні перерви. *Відпочивати, не чекаючи втоми — кращий засіб від перевтоми.* Можна в цей час помити посуд, зробити зарядку, потанцювати.

Обійдіться без стимуляторів (кава, міцний чай, медичні препарати та ін.). Нервова система перед іспитом і так у стані підвищеного збудження.

Увечері перед іспитом треба зайнятися будь-якою справою, яка відвертає увагу: прогулятися, покупатися, а вночі добре виспатися, уранці обов'язково поснідати – *останні 12 годин мають піти на підготовку не знань, а організму.*

Ідіть на екзамен як на справжнє свято - свято Ваших знань, розуму і кмітливості, думкою малюйте собі картину найлегшого білета і правильної відповіді.

Удосконалюйте свою психологічну компетентність, зокрема, як психологічно грамотно поводитися під час іспиту. Прочитайте поради психологів

2. Ефективна поведінка під час іспиту

Будьте впевненими у власних силах і продемонструйте це екзаменаторові (ходою, поставою, мімікою, позитивними емоціями). В екзаменаційній кімнаті, як і на стадіоні під час змагань, потрібна витримка і воля до перемоги! Не зневірюйтеся при невдачах! Прагніть до перемоги!

Взявши екзаменаційний білет, сядьте на своє місце і неквапливо ознайомтеся зі змістом усіх контрольних питань і практичних завдань (цим самим Ви даєте команду пам'яті на пригадування). Починайте готуватися з тих питань, які видаються хоч трохи, але легшими для Вас.

Щоб пригадати матеріал максимально детально, розпочинайте з попереднього плану відповіді, який у процесі підготовки уточнюватиметься. Складіть список усіх нюансів, яких Ви хочете торкнутися у своїй відповіді. Пишіть навіть те, що може на початку здатися непотрібним - це допоможе Вам у процесі письма пригадати ще які-небудь факти. Якщо Ви змогли це зробити, відразу відчуєте деяке емоційне полегшення. Ваші дії стануть спокійнішими, а пам'ять і мислення почнуть працювати чіткіше і ясніше.

Не намагайтеся зразу повністю написати відповідь одне питання. Якісь деталі (доповнення) можуть пригадатися, коли будете працювати над наступним завданням. Лише не забувайте бодай схематично фіксувати їх на аркуші.

Якщо більше нічого Ви не можете пригадати, а час ще залишився, уважно послухайте відповіді своїх однокурсників, запитання і коментарі екзаменатора (бувають випадки, коли хтось починає відповідати на Ваше запитання або почута інформація може наштовхнути на правильну відповідь).

Коли наступною буде Ваша черга йти відповідати, перегляньте ще раз усі свої записи і доопрацюйте остаточний варіант плану розкриття кожного питання. Краще це зробити на чистому аркуші, щоб схему відповіді міг зразу помітити викладач. Цим Ви продемонструєте свою організованість і методичний склад розуму. Поки будете переписувати, можуть з'явитися нові думки, які дадуть змогу ширше і глибше розкрити питання. Скоротіть роботу екзаменатора – зрозумілий і чіткий почерк на Вашому аркуші просто необхідний.

Вступ має бути дуже коротким — 1-2 фрази (якщо Ви хочете підкреслити важливість і складність свого питання, то не говоріть, що воно складне і важливе, а покажіть його складність і важливість). Якщо можливо, сформулюйте коротку відповідь (провідну ідею) на все питання в першому ж реченні Вашої відповіді. Таким чином, Ви показуєте екзаменатору, що зміст питання Вам зрозумілий і Ви маєте правильне уявлення про предмет розповіді.

Якщо питання складається з кількох частин, назвіть кожну з них і підкресліть аспекти, які Ви готові розкрити, тоді екзаменатор зможе швидко переглянути Вашу роботу і відразу побачити зміст Вашої відповіді.

Намагайтеся включати у свою відповідь дати, прізвища вчених, назви першоджерел з цієї проблеми тощо. Знання фактичного матеріалу засвідчує Вашу обізнаність і привертає увагу екзаменатора.

Відповідайте послідовно згідно з планом, не забудьте зробити наприкінці висновок. Стежте за точністю своїх висловлювань і правильністю вживання наукових термінів. Не намагайтеся розповісти побільше, прискорюючи темп відповіді, але і не мимріть.

Не демонструйте зайвого хвилювання і не напрошуйтеся на співчуття.

Будьте особливо уважні до всіх питань викладача, до найменших його зауважень. Він допоможе Вам пригадати новий і додатковий матеріал. Скористайтеся його підтримкою. І аж ніяк його не перебивайте!

Не бійтеся додаткових питань — найчастіше викладач використовує їх як один із способів допомогти Вам або заощадження часу. Якщо Вас перервали, а, оцінюючи, зауважують на пропуск важливої частини матеріалу, не обурюйтесь, а покажіть план своєї відповіді, де ця частина розміщена трохи пізніше від того, на чому Вас перервали.

Перш ніж відповідати на додаткове запитання, необхідно спочатку правильно його зрозуміти. Для цього потрібно хоча б трохи подумати, іноді перепитати, уточнити правильність Вашого розуміння поставленого питання.

Будьте доброзичливі і тактовні, навіть якщо до відповіді Ви не готові (це провина не викладача, а Ваша, і перескладати іспит Ви будете цьому самому викладачеві).

Прислухайтесь до порад досвідчених студентів, *що робити, якщо...!*

Якщо Ви витягли питання, з якого можете сказати дуже небагато, не впадайте у відчай, а відразу починайте записувати все, що коли-небудь чули з цього приводу. З отриманого матеріалу продумайте план відповіді.

Якщо взагалі нічого не знаєте з першого питання, не говоріть про це відразу викладачеві, а почніть відповідати з другого питання. Після успішної відповіді на нього можливо ще щось зможете пригадати і з першого питання.

Якщо Ви вже майже скінчили відповідати і ось, нарешті, згадали, про що хотіли сказати або забули сказати, нічого страшного. Закінчіть говорити те, про що говорили, а потім скажіть те, що пропустили. У цій ситуації розпочати можна так: «Повернімося до....», «Я хотів би додати ...» або «Крім того, треба сказати, що...», «Варто підкреслити...»

Якщо Вас не слухають, не сприймайте це як особисту образу, не шукайте причини в собі. Екзаменатор також може відволіктися, а тому відповідайте далі.

Якщо Ви обмовилися і присутні почали сміятися, не переживайте. Посмійтеся разом з усіма – і все. Якщо ж помилку, крім Вас, узагалі ніхто не помітив, говоріть далі нібито нічого не трапилося.

Якщо Вам ставлять додаткове запитання, не розгублюйтесь, не кваптеся з відповіддю. Можете сказати, що Вам треба трохи подумати. Чітко визначте тему відповіді, якої вимагає питання. Сформулюйте відповідь про себе і почніть відповідати вголос.

Звичайно, пам'ятайте також про почуття гумору — нехай воно не оминає Вас і під час іспитів.

Узагальнювальна таблиця з теми 8. «Навчання — шляхи розвитку особистості. Управління та самоуправління навчальною діяльністю»

Основні функції процесу навчання у ВНЗ	• *освітня,* • *розвивальна,* • *виховна,* • *професійна.*
Форми учіння	• *слухання,* • *читання,* • *конспектування,* • *виконання вправ,* • *розв'язування задач,* • *проведення дослідів,* • *навчальні дослідження,* • *професійне моделювання.*
Сучасні технології навчання	• *проблемне навчання,* • *ігрові технології навчання,* • *інформаційні технології навчання,* • *кредитно-модульна система організації навчального процесу.*
Групи організаційних форм:	• *навчальні заняття;* • *практична підготовка;* • *самостійна робота;* • *контрольні заходи.*
Навчальні заняття	• *лекція,* • *семінар,* • *практичне заняття,* • *лабораторне заняття,* • *консультація.*

продовження таблиці

Практична підготовка	• *навчальна,* • *навчально-виробнича* • *виробнича практики.*
Самостійна робота	• *самостійні роботи для вивчення конкретного питання;* • *самостійні роботи з першоджерелами ;* • *самостійні роботи для опрацювання додаткових джерел;* • *позааудиторна робота;* • *письмова модульна робота;* • *науково-дослідницька робота.*
Контрольні заходи	• *міжсесійний контроль;* • *підсумковий контроль.*

Питання й завдання для самоперевірки

1. Навчання як основна категорія педагогіки.
2. Дидактика як наука.
3. Сутність процесу навчання.
4. Функції навчального процесу.
5. Управління та самоуправління навчанням.
6. Форми учіння.
7. Сучасні технології навчання.
8. Форми організації і засоби навчання.
9. Раціональна організація підготовки до лекції.
10. Раціональна організація підготовки до семінарського заняття.
11. Раціональна організація самостійної роботи.
12. Раціональна організація підготовки до іспитів.

Тема 9. Виховання — шляхи розвитку особистості

1. Сутність процесу виховання. Рушійні сили, цілі, завдання і зміст сучасного виховання. Закономірності та принципи процесу виховання.
2. Мета і завдання національного виховання.
3. Особистісний розвиток в умовах виховання. Сутність самовиховання. Прийоми самовиховання.
4. Основні напрями виховання студентської молоді.

1. Сутність процесу виховання. Цілі, завдання і зміст сучасного виховання

У процесі підготовки підростаючого покоління до життя навчання і виховання становлять нерозривну єдність.

Виховання – це процес цілеспрямованого, систематичного формування особистості, зумовлений законами суспільного розвитку, дією багатьох об'єктивних і суб'єктивних чинників.

Зміст процесу виховання залежать від об'єктивних та суб'єктивних чинників і рушійних сил.

До ***об'єктивних чинників*** належать суспільно-політичні, економічні процеси, що відбуваються в соціумі, події культурного життя, вплив природного середовища тощо. У сучасній Україні – це особливості розбудови держави загалом та системи освіти і виховання зокрема; утвердження в економіці ринкових засад; розиток соціальної сфери; відродження національних традицій, звичаїв, обрядів, народної педагогіки; розширення меж спілкування з іноземними громадянами.

Суб'єктивні чинники **–** соціально-педагогічна діяльність сім'ї та громадських організацій; навчально-виховна робота працівників закладів освіти; вплив засобів масової інформації; заходи культурних, позашкільних установ, молодіжних об'єднань та діяльність церкви.

Ефективність процесу виховання залежить від того, наскільки збігаються впливи організованої виховної діяльності та об'єктивних умов. Перебудова навчально-виховного процесу на демократичних

засадах передбачає не тільки створення умов для співпраці педагогів і студентів, а й залучення до неї інших виховних інституцій.

Рушійними силами ПВ є сукупність внутрішніх і зовнішніх суперечностей, вирішення яких сприяє просуванню до нових цілей.

До внутрішніх суперечностей належать:

– суперечність між соціально значущими завданнями, які потрібно виконати вихованцю, і факторами, що заважають його зусиллям;

– суперечність між зовнішніми впливами і внутрішніми прагненнями вихованця (вимагає такої побудови виховного процесу, щоб зміст і форми його реалізації не викликали спротиву в молодої людини).

Зовнішні суперечності виявляються у невідповідності між:

– виховними впливами сім'ї, закладу освіти і стихійним впливом на вихованця навколишнього середовища (вимагає подолання негативного впливу девіантних підліткових груп, низькоякісних телепередач тощо);

– різними вимогами вихователів (внаслідок цього у вихованця формується ситуативна поведінка, безпринципність);

– деякими вихованцями, які мають досвід негативної поведінки, і педагогами, одногрупниками, батьками.

Попри те, що зовнішні суперечності не є універсальними, обов'язковими для всіх ситуацій, применшувати їх дезорганізуючий вплив не варто. Тому завжди важливо передбачати їх, вживати превентивних заходів, а за необхідності і протидіяти їм.

Метою виховання у вищому навчальному закладі є в процесі підготовки спеціаліста озброїти його не лише фаховими знаннями, уміннями і навичками професійної діяльності, а й сформувати у нього відповідний світогляд, моральні, правові, трудові, естетичні та інші якості особистості.

Для цілеспрямованого формування майбутнього спеціаліста, підготовки його до означених вище функцій створюють програму виховання студентів на період їх навчання у вищому навчальному закладі.

Основні завдання виховання студентської молоді зумовлені пріоритетними напрямами реформування виховання, визначених Державною національною програмою «Освіта» («Україна XXI століття»). До них належать: формування національної свідомості,

любові до рідної землі, свого народу, бажання працювати задля держави, готовності її захищати; забезпечення духовної єдності поколінь, виховання поваги до батьків, жінки-матері, культури та історії свого народу; формування високої мовленнєвої культури, оволодіння українською мовою; прищеплення шанобливого ставлення до культури, звичаїв, традицій українців та представників інших націй, які мешкають на території України; виховання духовної культури особистості, створення умов для вибору нею своєї світоглядної позиції; утвердження принципів вселюдської моралі: правди, справедливості, патріотизму, доброти, працелюбності та інших доброчинностей; формування творчої, працелюбної особистості, виховання цивілізованого господаря; забезпечення повноцінного фізичного розвитку молоді, оборони та зміцнення її здоров'я; виховання поваги до Конституції, законодавства України, державної символіки; формування екологічної культури людини; розвиток індивідуальних здібностей і талантів молоді, забезпечення умов їх реалізації тощо.

Виховна система у вищому навчальному закладі ґрунтується на особистісно орієнтованому підході, який передбачає:

— психолого-педагогічну діагностику, знання особливостей кожної особистості й особливостей кожного первинного колективу;

— прогнозування розвитку первинних колективів і кожної особистості на основі їх особливостей і можливостей виховного середовища;

— формування змісту виховання, що відповідає індивідуальним особливостям вихованців, їхнім запитам і створює умови для їх ефективного розвитку;

— варіативність, гнучкість форм і методів виховання (індивідуальні, групові і колективні, методи колективного та індивідуального впливу, словесні і практичні);

— організацію і методичне забезпечення самовиховання студентів, високого ступеня їхньої самодіяльності;

— самоврядування в студентських колективах;

— діалогічне спілкування у виховному процесі, що ґрунтується на взаємній повазі, довірі викладачів і студентів;

— координацію педагогічних, психологічних, інформаційних і соціальних впливів на особистість;

— інформаційно-методичне забезпечення виховного процесу;

— впровадження демократичних форм управління виховною системою.

Процес виховання **–** система виховних заходів, спрямованих на формування всебічно і гармонійно розвиненої особистості.

У ньому органічно поєднані змістовий (сукупність виховних цілей) і процесуальний (процес педагогічної взаємодії викладача та студента) аспекти.

Специфікою виховного процесу **у** ***ВНЗ*** є те, що виховання **–** це *цілеспрямований процес.* Наявність конкретної мети надає йому систематичності й послідовності, не допускає випадковості, епізодичності й хаотичності виховних заходів. Виховання формує внутрішній світ молодої людини, проникнути в який дуже важко. Тому воно вимагає не тільки виявляти погляди, переконання, і почуття вихованців, а й збагачувати їх духовність, за потреби коригувати якості психіки.

Процесу виховання властиве і розмаїття завдань та напрямів. Їх кількість невпинно зростає, що зумовлено динамічністю суспільно-економічного життя. Тому для процесу виховання характерна також неперервність.

Етапи процесу виховання. Процес виховання передбачає певну послідовність етапів.

Таких етапів виокремлюють чотири.

1. Визначення сукупності рис і якостей особистості, які слід сформувати у вихованця (ідеал). Коли йдеться про виховання колективу групи, то мають на увазі досягнення таких результатів, які б відповідали еталону, виробленому на основі мети виховання, поставленої суспільством перед закладом освіти.

2. Вивчення індивідуальних особливостей вихованця або колективу, його позитивних рис, недоліків у характері й поведінці, визначення рис, які ще не сформовано або перебувають у зародку. Знання особистості вихованця (колективу), порівняння її з ідеалом дає змогу спрогнозувати її розвиток. Зважаючи на це, планують виховну роботу, ознайомлюють вихованця (колектив) із запланованим і домагаються прийняття пропонованого взірця для наслідування.

3. Реалізація програми виховання шляхом залучення вихованців до різних видів діяльності, участь у яких сприяє формуванню досвіду поведінки відповідно до ідеалу.

4. Самостійна робота студента над собою. Початок такої роботи свідчить про досягнення мети цього етапу.

Закономірності та принципи процесу виховання.

Закономірність виховання – стійкий, об'єктивний, істотний зв'язок у вихованні, реалізація якого сприяє ефективному розвитку особистості.

Успішний виховний процес є наслідком реалізації таких його закономірностей.

1. Органічний *зв'язок виховання із суспільними потребами і умовами виховання.* Значні зміни в житті народу спричинюють і зміни в його виховній системі. Розбудова незалежної держави в Україні передбачає формування в підростаючого покоління національної свідомості, любові до Батьківщини, української мови, історії, культури свого народу.

2. *Вплив сукупності факторів.* Людина виховується під впливом сукупності факторів. Недарма говорять, що виховує все: і люди, і речі, і явища. Найважливішим серед них є виховний вплив людини, передусім батьків і педагогів. Це покладає на них особливу відповідальність.

3. *Залежність результатів виховання від глибини і повноти врахування національного менталітету вихованця.* З огляду на це вихованця має оточувати рідна природа, вона постійно повинна чути рідну мову і дотримуватися національних звичаїв, традицій тощо.

4. *Залежність результатів виховання від виховного впливу на внутрішній світ вихованця.* Виховний процес має постійно трансформувати зовнішні виховні впливи у внутрішні, духовні процеси особистості (її думки, погляди, переконання, ціннісні орієнтири, емоції, мотиви, установки, ставлення).

5. *Визначальна роль діяльності у вихованні.* Різноманітна діяльність є головним фактором єдності свідомості і поведінки. Лише за таких умов можливий всебічний розвиток особистості.

Закономірності виховання виявляються в усьому розмаїтті їх взаємозв'язків і взаємоперетворень.

Основні принципи виховання. Оптимізація змісту і методів виховання потребує всебічного врахування його принципів, в яких відображені закономірності ВП.

Принцип виховання – керівне твердження, яке відображає загальні закономірності процесу виховання і визначає вимоги до змісту його організації і методів.

Узагальнюючи досвід виховної діяльності, вони є системою вимог щодо всіх аспектів виховного процесу, спрямовують його на формування цілісної особистості.

До основних принципів виховання належать.

1. ***Цілеспрямованість виховання***. Цей принцип означає, що вся виховна робота має спрямовуватися на досягнення основної мети – виховання всебічно розвиненої особистості, підготовки її до свідомої й активної трудової діяльності. Реалізація його передбачає підпорядкованість усіх заходів загальній меті та нетерпимість до стихійності у вихованні. Знання мети створює перспективу, дає змогу проектувати бажаний рівень вихованості особистості.

2. ***Зв'язок виховання з життям.*** Відповідно до цього принципу виховна діяльність закладу освіти має спонукати студентів до участі в житті суспільства вже під час навчання, в процесі підготовки до трудової діяльності. Для цього у виховній роботі використовують краєзнавчий матеріал, систематично знайомлять вихованців із суспільно-політичними подіями в країні, залучають їх до посильної участі в громадсько корисній праці.

3. ***Єдність свідомості і поведінки у вихованні***. Реалізується цей принцип через правильне співвідношення методів формування свідомості та суспільної поведінки, попередження відхилень у свідомості та поведінці особистості, вироблення несприйнятливості до будь-яких негативних впливів, готовності протистояти їм.

4. ***Виховання в праці.*** Передбачає усвідомлення студентами того, що праця – єдине джерело задоволення матеріальних і духовних потреб людей, фактор всебічного розвитку особистості. Тому сумлінне ставлення до праці є важливою рисою людини. У вихованців має формуватися нетерпимість до порушень трудової дисципліни, розкрадання народного добра і приватної власності.

5. ***Комплексний підхід у вихованні.*** Будь-який систематичнй виховний процес передбачає єдність мети, завдань і змісту виховання; форм, методів і прийомів виховання; виховних впливів закладу освіти, сім'ї, громадськості, ЗМІ, вулиці; виховання і самовиховання.

Принцип комплексності вимагає враховувати вікові та індивідуальні особливості студентів , а також постійно коригувати виховні впливи залежно від рівня їх вихованості.

6. ***Виховання особистості в колективі.*** Реалізація його сприяє усвідомленню вихованцями того, що колектив є могутнім засобом виховання і багато рис особистості формуються тільки в колективі. Педагог повинен докладати зусиль для згуртування колективу вихованців, заохочувати їх до участі у самоврядуванні, сприяючи розвитку їх самостійності, самодіяльності, ініціативи тощо.

7. ***Поєднання педагогічного керівництва з ініціативою і самодіяльністю вихованців.*** Необхідність педагогічного керівництва зумовлена незначним (недостатнім) життєвим досвідом вихованців. Водночас виховання творчої особистості можливе за умови її самостійності й творчості, ініціативи й самодіяльності.

8. ***Поєднання поваги до особистості вихованця з розумною вимогливістю до нього.*** В основі його єдність вимог до вихованців з боку педагогів, контроль за їх поведінкою, гуманне ставлення до них, повага до їхніх поглядів тощо.

9. ***Індивідуальний підхід до кожного вихованця.*** Ефективність виховного процесу залежить і від того, наскільки в ньому враховують вікові та індивідуальні особливості особистості. "Вихователь повинен прагнути пізнати людину такою, – писав К.Д. Ушинський,– якою вона є в дійсності, з усіма її слабкостями, в усій її величі, з усіма її буденними, дрібними потребами і з її великими духовними вимогами. Тоді тільки буде він спроможний черпати в самій природі людини засоби виховного впливу – а засоби ці величезні".

10. ***Принцип систематичності, послідовності й наступності у вихованні.*** Формування свідомості, вироблення навичок і звичок поведінки вимагає системи виховних заходів, які застосовують у певній послідовності. Адже позитивних рис особистості не можна сформувати, якщо виховний процес буде випадковим набором епізодичних впливів.

11. ***Єдність педагогічних вимог закладу освіти, сім'ї і громадськості.*** Реалізується у постійній взаємодії, взаємному інформуванні учасників виховного процесу про результати виховних впливів.

Досягнення виховної мети є наслідком оптимального поєднання всіх принципів виховання з огляду на умови, в яких відбувається виховний процес. Важливо при цьому забезпечити гармонійну взаємодію універсальних і національних виховних принципів, які у кожного народу мають свої особливості. Саме на поєднанні загальних і національних принципів виховання вибудовується концепція українського виховання.

2. Мета і завдання національного виховання

Національне виховання **–** це виховання студентів на багатовікових традиціях у дусі українського виховного ідеалу.

Основні цілі, завдання, принципи системи національного виховання знайшли відображення у Законі України «Про освіту», Державній національній програмі «Освіта», Концепції національного виховання дітей та молоді у системі освіти, яка була прийнята Міністерством освіти нашої держави.

Мета і завдання національного виховання**:** передавання молодому поколінню соціального досвіду, багатства, духовної культури народу, його національної ментальності, своєрідності, світогляду і на цій основі формування особистісних рис громадянина України, таких як національна самосвідомість, духовність, моральну, художньо-естетичну, правову, трудову, фізичну, екологічну культуру, розвиток індивідуальних здібностей і таланту.

Принципи національного виховання: гуманізм, народність, природовідповідність, самодіяльність, демократизм, єдність родинного і впливу навчального закладу, виховання у праці.

3. Особистісний розвиток в умовах виховання. Сутність самовиховання. Прийоми самовиховання

Управління виховним процесом слід спрямовувати на розвиток самостійності, ініціативи вихованців. Цього досягають за умови, що педагоги націлюють їх на самостійний пошук цікавих видів діяльності і створення для них сприятливих умов. Вихователь має залишатися мудрим старшим другом і наставником молодої людини, але на умовах співпраці з нею, яка передбачає, що його виховний вплив доповнюватиметься її роботою над собою – самовихованням.

Виховання і самовиховання є двома взаємопов'язаними аспектами процесу формування особистості.

Самовиховання – свідома діяльність людини, спрямована на вироблення в себе позитивних рис і подолання негативних. Примітивна потреба у самовихованні виявляється в дошкільному та молодшому шкільному віці, усвідомлювана – в підлітковому, що є наслідком певного рівня свідомості. Результативність самовиховання засвідчують реальна поведінка і вчинки людини.

Умови успішного самовиховання. Самовиховання вимагає передусім від людини знання самої себе, вміння оцінювати власні позитивні й негативні риси. Для цього необхідно мати уявлення про особливості психічної діяльності людини, розуміти сутність самовиховання, методи і прийоми роботи над собою. Підвищує ефективність самовиховання й наявність у людини ідеалу. Самовиховання потребує постійних вольових зусиль уміння керувати собою, аналізувати свої вчинки, оцінювати поведінку, досягати поставленої мети, не занепадати духом від невдач.

Самовиховання є далеко не простим процесом, який охоплює кілька етапів.

Етапи самовиховання. На ***першому етапі*** необхідно виявити ставлення вихованців до процесу самовиховання шляхом анкетування чи індивідуальної бесіди. Далі формують спонукальні мотиви, свідоме ставлення до самовиховання, домагаючись у них усвідомлення, що самовиховання – і їх особиста справа, і справа закладу освіти, і суспільства загалом.

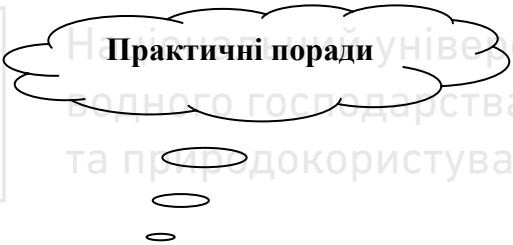
На ***другому етапі,*** який починається появою бажання самовдосконалюватися, батьки і педагоги допомагають молодій людині сформувати мету (ідеал) та підтримувати бажання наслідувати його. З'ясувавши відмінність між собою та ідеалом, вихованець бачить, які

риси він має виробити в себе, яких недоліків позбутися. Орієнтуючись на це, студент складає програму самовиховання.

На ***третьому етапі*** вихованець починає систематично працювати над собою, реалізуючи програму самовиховання. Для цього його залучають до різних видів діяльності. Педагоги і батьки допомагають йому контролювати результати втілених рішень. Згодом зовнішній контроль педагога чи колективу послаблюється, зростають самостійність та ініціатива самого вихованця.

Прийоми самовиховання. Процес організації самовиховання передбачає опанування соціальних прийомів роботи над собою.

В історії людства вироблено чимало різних прийомів самовиховання: самопереконання, самонавіювання, самоаналіз, самопідбадьорювання, самозаохочення, самопереключення, самонаказ тощо.



Обирайте найадекватніші для певної життєвої ситуації прийоми самовиховання!

Самопереконання. Полягає в тому, що вихованцю пропонують у певній ситуації знайти аргументи і за їх допомогою переконати себе в тому, що він учинив правильно (неправильно). Дуже важливо у конфліктній ситуації переключати свої думки на приємні, які відволікають від конфлікту, заспокоюють.

Самонавіювання. Використовують за необхідності подолати в собі страх перед труднощами, невпевненість у власних силах, нерішучість. На відміну від самопереконання, самонавіювання не передбачає аргументування.

Самоаналіз. Об'єднує критичні роздуми над своєю поведінкою, окремими вчинками, уміння аналізувати й оцінювати їх. Він допомагає розкривати причини успіхів чи невдач, розвиває самосвідомість і сприяє самопізнанню.

Самопідбадьорювання. Ефективне, коли людина губиться в складних ситуаціях, зневірюється у власних силах. Для цього одні згадують випадки, коли їм вдалося подолати нерішучість і досягти успіху, інші уявляють, яке задоволення вони матимуть, якщо наважаться зробити намічене. Можна також пригадати улюбленого героя роману, фільму, який не боявся труднощів, і намагатися бути схожим на нього тощо.

Самозаохочення. Застосовують у випадках, коли після подолання труднощів складне завдання виконано. До нього вдаються і якщо необхідно подолати власні негативні риси.

Самопереключення. Реалізують не тільки подумки, а й у діях, які викликають позитивні емоції. Так, учаснику конфліктної ситуації пропонують зайнятись улюбленою справою (читанням, випалюванням, малюванням тощо), яка захоплює його і відволікає від небажаних вчинків.

Самоконтроль. Полягає у систематичному фіксуванні (подумки або письмово) свого стану і поведінки для того, щоб попередити небажані прояви. У процесі самовиховання самоконтроль відіграє роль внутрішнього регулятора поведінки і є свідченням становлення самостійної особистості.

Самооцінка. Суть її зводиться до зважування у думках своїх можливостей. Сприяє розвитку вміння дивитись на себе збоку, виробляє об'єктивні критерії оцінки власних вчинків, допомагає подолати недоліки поведінки. Цей прийом запобігає переоцінюванню своїх можливостей, підвищує вимогливість до себе.

Самозаборона. Реалізується через свідоме позбавлення себе чогось приємного. ЇЇ застосовують у тих випадках, коли не дотримано слова, не виконано обіцянки. Самозаборона засвідчує наявність в особистості великої сили волі.

В.Сухомлинський вважав, що "самовиховання потребує дуже важливого, могутнього стимулу – почуття власної гідності, поваги до самого себе, бажання стати сьогодні кращим, ніж був учора. Самовиховання можливе тільки за умови, коли душа людини дуже чутлива до найтонших, суто людських засобів впливу – доброго слова, поради, ласкавого чи докірливого погляду".

Методи виховання:

1. Методи впливу на особистість або методи формування свідомості: розповідь, бесіда, дискусія, метод прикладу.

2. Методи формування суспільної поведінки: педагогічна вимога (прохання, доручення, наказ), громадська думка, вправляння, привчання.

3. Методи стимулювання діяльності і поведінки: змагання,заохочення, покарання.

4. Методи контролю й аналізу ефективності виховання: опитування, аналіз результатів діяльності тощо.

Форми виховання

1. Масові форми виховної роботи: святкування державних та релігійних свят, знаменних подій, у житті ВНЗ, проведення читацьких конференцій, тематичних вечорів, вечорів відповідей і запитань, тижнів з різних навчальних предметів, зустрічей з видатними людьми, конкурсів, олімпіад, фестивалів, виставок тощо.

2. Групові форми виховної роботи: «круглі столи», гуртки за інтересами, обговорення радіо і телепередач, новинок преси, акції милосердя, пошукова діяльність, екскурсії, походи, заочні подорожі тощо.

3. Індивідуальна виховна робота:

- корекція відхилень у свідомості і поведінці окремих студентів шляхом створення спеціальних педагогічних ситуацій, які сприяють усуненню наявних в особистості студента негативних якостей (активізація прихованих почуттів, зміцнення віри у власні сили,);
- спонукання студентів до раціонального використання вільного часу з метою всебічного розвитку своєї особистості, вдосконалення необхідних фахівцю якостей (розумного використання вільного часу на самоосвіту, суспільну роботу, заняття фізкультурою і спортом, художньою і технічною творчістю).

Прийоми виховання: задушевна бесіда, диспут, роз'яснення – прийоми переконання

***Засоби виховання*:** знакові символи, матеріальні засоби, способи комунікацій, світ життєдіяльності вихованця, колектив і соціальна група, технічні засоби, культурні цінності (іграшки, книги, твори мистецтва).

4. Основні напрями виховання студентської молоді

Всебічний розвиток особистості людини є головною метою виховання, яке охоплює *розумове, моральне, статеве, правове, антинаркогенне, екологічне, трудове, економічне, естетичне й фізичне виховання* в їх нерозривному зв'язку, взаємозалежності та взаємозумовленості. Кожен з цих напрямів має свої завдання і зміст.

Розумове виховання. Будучи зосередженим на розумовому розвитку особистості, розумове виховання є важливим чинником її всебічного розвитку. Його метою є передусім розвиток мислення, пізнавальних можливостей. *Розумове виховання* – розвиток інтелектуальних здібностей і мислення людини, прищеплення культури розумової праці. Це безперервний процес, який здійснюється під час навчання, праці, гри, спілкування, черпання відомостей із книг, ЗМІ.

Моральне виховання. У формуванні всебічно розвиненої особистості чільне місце належить моральному вихованню. *Моральне виховання* – виховна діяльність, що має на меті сформувати стійкі моральні якості, потреби, почуття, навички і звички поведінки на основі ідеалів, норм і принципів моралі, участі у практичній діяльності. Моральне виховання формує моральні поняття, погляди і переконання. Воно покликане також сприяти розвитку моральних почуттів, що виражають запити, оцінки, спрямованість духовного розвитку і особистості. Не менше значення має і вироблення навичок і звичок моральної поведінки.

Статеве виховання і підготовка до сімейного життя. Формування статевої культури особистості, підготовка її до свідомої реалізації гендерних ролей (статево зумовлених соціальних стандартів поведінки) є одним із стрижневих аспектів морального виховання.

Статеве виховання – складова загального процесу виховної роботи, що забезпечує правильний статевий розвиток дітей і молоді та оволодіння нормами взаємин із представниками протилежної статі, а також правильне ставлення до питань статі.

Сімейне виховання. Сім'я виникає на основі союзу (шлюбу) двох рівноправних особистостей, у якому найважливіше значення мають міжособистісні стосунки. Тому беззастережною моральною цінністю і метою сімейних стосунків у більшості країн є наявність емоційно-

духовної близькості (любові), психологічної солідарності між подружжям, батьками і дітьми. Психологічну солідарність, як і позитивний психологічний мікроклімат у родині, забезпечують дотримання у стосунках балансу влад і обов'язків, принципів гуманістичної етики, правил світського етикету тощо.

Традиційною складовою культури міжособистісних стосунків у сім'ї є етика сімейних стосунків. її нормативна база залежить від історичної епохи, особливостей національної культури, релігійних доктрин тощо.

Сім'я — соціальне об'єднання людей, члени якого пов'язані кровним або шлюбним зв'язком, спільністю побуту, взаємною моральною відповідальністю та взаємодопомогою. Чим сильніший емоційний зв'язок між батьками і дітьми, тим краще відбувається виховання, засвоєння ними норм і цінностей культури, навичок поведінки та спілкування, підготовка до виконання певних соціальних ролей, тобто тим активніше відбувається їх соціалізація.

Соціалізація — активна взаємодія людини із соціальним оточенням, яке впливає на формування її соціальних якостей та рис; процес включення індивіда до системи суспільних відносин через засвоєння ним культурно-історичного досвіду суспільства.

Емоційна близькість між подружжям, батьками і дітьми насамперед виявляється у любові. У міжстатевому сенсі любов народжується на тлі кохання. Однак любов не тотожна йому. Вона є синтезом емоційної прихильності (залежності) і морального почуття, яке скеровує пристрасть. Тому любов у сім'ї постає як сильна емоційна прихильність між батьками, батьками і дітьми, між дітьми. Подружня (сімейна) любов, крім емоційної залежності, передбачає почуття вірності. Всупереч пристрасному коханню любов між чоловіком і жінкою вимагає дисципліни почуття, поваги до партнера. За словами німецького філософа Г.-В.-Ф. Гегеля (1770—1831), кохання є «найстрашнішим із протиріч, яке розум не спроможний розв'язати, оскільки немає нічого некерованішого, як оця пунктирність свідомості», а любов має найвищу моральну цінність. Завдяки їй людина долає свою природну егоїстичність, набуває сенсу існування. Любов — це «морально-правове кохання», і лише воно може слугувати надійним фундаментом сім'ї та шлюбу.

Отже, поряд із визнанням принципу рівності між подружжям, яке виявляється у справедливому розподілі влади і обов'язків, важливою складовою гуманістичної культури сімейних стосунків є культура почуття — взаємна любов між членами сім'ї, яка уможливлює турботу, чуйність у ставленні одне до одного. Сім'я, побудована на засадах рівності, поваги і любові, є найвищим досягненням суспільного поступу.

Фундаментальним чинником, який уможливлює емоційну близькість партнерів, впливає на тривалість любові і шлюбу, є уміння цінувати почуття гідності партнера. Потреба людини у збереженні й підтримці почуття власної гідності закорінена в такі риси її характеру, як гордість, природний егоїзм, марнославство, які утворюють особистісний центр у психіці. Люди шукають визнання цінності своєї особистості переважно у своїх близьких, а не знаходячи його, відчужуються, відсторонюються, впадають у депресію. Почуття гідності є надто уразливою структурою людської душі, посягання на нього може спричинити згортання, навіть розрив стосунків. Це відбувається внаслідок брутального нехтування партнером, його приниженням, маніпулюванням почуттями тощо. Збереження і підтримання у партнера почуття власної гідності є важливою складовою міжособистісних стосунків, що запобігає формуванню комплексу неповноцінності у людини, сприяє збереженню душевної рівноваги. Така людина легше долає життєві труднощі.

У сім'ях, де зневажливо, презирливо ставляться одне до одного, принижують почуття гідності, неодмінними є ворожнеча, ненависть, конфлікти. Незадоволення в сім'ї морально-психологічних потреб у любові, душевному теплі, часто спричинює самотність у шлюбі (збереження шлюбу з огляду на майнові інтереси, задля виховання дітей, за автономії особистого життя, наявності позашлюбного партнера), навіть розрив його.

Правове виховання. Одним із аспектів усебічного розвитку особистості є висока правова культура, формування якої забезпечується правовим вихованням.

Правове виховання – виховна діяльність закладу освіти, сім’ї, правоохоронних органів, спрямована на формування в молоді правової свідомості, навичок і звичок законослухняності. Усвідомлення

людиною правил співжиття і вимог законів, законослухняність її поведінки формується під впливом спеціальних виховних заходів, у процесі самовиховання, різноманітних видів діяльності.

Антинаркогенне виховання. Великий російський письменник і педагог Л.Толстой (1828 – 1910) писав, що важко собі уявити, яка щаслива зміна відбулась би в житті, якби люди перестали одурманювати себе горілкою. Людство недарма вважає залежність від куріння, алкоголю і наркотиків найнебезпечнішими хворобами, тому що навіть найпоміркованіше вживання цих речовин повільно руйнує особистість – підривається її фізичне і моральне здоров'я, паралізується воля, вичерпуються інтелектуальні сили – людина деградує. Небезпека такої залежності вимагає організації ефективної антинаркогенної виховної роботи зі студентською молоддю.

Антинаркогенне виховання – виховна діяльність, спрямована на формування у молоді несприйнятливості до наркогенних речовин (тютюну, алкоголю, наркотиків). Профілактику наркогенної залежності, боротьбу з поширенням наркогенних захворювань слід проводити системно і послідовно, рівноцінно зважаючи на подолання як соціальних, так і психолого-педагогічних передумов їх поширення.

Екологічне виховання. Сучасні масштаби екологічних змін створюють реальну загрозу для життя людей. Забруднення повітря, водоймищ, ерозія ґрунтів, вирубання лісів у багатьох місцях досягли критичного рівня. Екологічна криза вимагає інтенсивного екологічного виховання підростаючого покоління зокрема і населення загалом.

Екологічне виховання – систематична педагогічна діяльність, спрямована на розвиток екологічної культури особистості.

Система екологічного виховання передбачає формування умінь аналізувати явища природи, бережливого ставлення до її багатств як надзвичайно важливого середовища існування людини.

Трудове виховання. Кожна людина з певного віку розпочинає самостійну трудову діяльність, що потребує відповідної морально-психологічної готовності, сформованості звички працювати прагнення реалізувати свій потенціал. Вироблення таких установок особистості забезпечує трудове виховання, яке є одним з головних обов'язків сім'ї, школи, ВНЗ.

Трудове виховання – процес залучення молоді до різноманітних педагогічно організованих видів суспільно корисної праці з метою передання їй виробничого досвіду, розвитку у неї творчого практичного мислення, працьовитості й свідомості людини праці.

Саме в підготовці людини до майбутньої праці вбачав К.Ушинський головне завдання виховання.

Економічне виховання. З трудовим вихованням тісно пов'язане економічне виховання, яке є важливим чинником підготовки особистості до повноцінного функціонування у ринковому середовищі. *Економічне виховання* – організована педагогічна діяльність, спрямована на формування економічної культури особистості.

Економічна культура особистості означає гармонійне поєднання у ній фізичних, розумових, організаторських здібностей, високий рівень освіти і кваліфікації, потреби у вільній, творчій праці, поліпшення її умов, зростання матеріальних і духовних потреб. Проблема економічної культури особистості пов'язана з усвідомленням її провідною продуктивною силою суспільного виробництва.

Естетичне виховання. Всебічно розвинена особистість є надзвичайно чутливою до краси, гармонії, благородства. І своєю діяльністю вона прагне стверджувати їх. Саме на формуванні таких якостей особистості зосереджене естетичне виховання.

Естетичне виховання – формування в особи здатності сприймати і перетворювати дійсність за законами краси в усіх сферах діяльності. Спрямоване воно на формування у людини гуманістичних якостей, здатності відчувати і розуміти красу, жити за її законами.

Фізичне виховання. Однією з найважливіших передумов гармонійності, повноцінного життя, самореалізації особистості є її здоров'я. Недаремно досі не втратило своєї значущості давнє латинське прислів'я "Здоровий дух у здоровому тілі". Саме на формування здорової, фізично повноцінної особистості спрямоване фізичне виховання.

Фізичне виховання – система соціально-педагогічних заходів, спрямована на зміцнення здоров'я та загартування організму, гармонійний розвиток форм, функцій і фізичних можливостей людини, формування життєво важливих рухових навичок та вмінь.

Реалізується фізичне виховання в єдності з розумовим, моральним, трудовим, естетичним вихованням.

Узагальнювальна таблиця з теми 9. «Виховання — шляхи розвитку особистості»

Прийоми самовиховання	• *самовиховання,* • *самопереконання,* • *самонавіювання,* • *самоаналіз,* • *самопідбадьорювання,* • *самозаохочення,* • *самопереключення,* • *самонаказ.*
Методи виховання	• *Методи впливу на особистість або методи формування свідомості: розповідь, бесіда, дискусія, метод прикладу.* • *Методи формування суспільної поведінки: педагогічна вимога (прохання, доручення, наказ), громадська думка, вправляння, привчання.* • *Методи стимулювання діяльності і поведінки: змагання,заохочення, покарання.* • *Методи контролю й аналізу ефективності виховання: педагогічне спостереження, опитування, аналіз результатів діяльності тощо.*
Форми виховання	• *масові,* • *групові,* • *індивідуальні.*

продовження таблиці

Прийоми виховання	• *задушевна бесіда,* • *диспут,* • *роз'яснення* • *переконання.*
Засоби виховання	• *знакові символи,* • *матеріальні засоби,* • *способи комунікацій,* • *світ життєдіяльності вихованця,* • *колектив і соціальна група,* • *технічні засоби,* • *культурні цінності (книги, твори мистецтва).*
Напрями виховання студентської молоді	• *розумове,* • *моральне,* • *статеве,* • *правове,* • *антинаркогенне,* • *екологічне,* • *трудове,* • *економічне,* • *естетичне,* • *фізичне виховання*

Національний університет водного господарства та природокористування

Питання й завдання для самоперевірки

1. Сутність процесу виховання.
2. Цілі, завдання і зміст сучасного виховання.
3. Рушійні сили, закономірності та принципи процесу виховання.
4. Етапи процесу виховання.
5. Методи, прийоми і форми виховання.
6. Класифікація методів виховання.
7. Національне виховання.. Мета і завдання національного виховання.
8. Особистісний розвиток в умовах виховання.
9. Сутність самовиховання.
10. Етапи процесу самовиховання.
11. Прийоми самовиховання.
12. Основні напрями виховання студентської молоді.

Національний університет водного господарства та природокористування

Короткий термінологічний словник

Абстрагування (лат. — відтягую, відриваю) — відокремлення у свідомості одних ознак від інших, а також від об'єкті яким вони властиві.

Абулія (гр. — нерішучість) — психопатологічний синдром який характеризується загальною в'ялістю, відсутністю будь-якої ініціативи, прагнення до діяльності, послабленням волі.

Адаптація сенсорна (лат. — пристосовую і - орган чуття) — зміна чутливості аналізатора під впливом подразник, постійної сили, який діє протягом тривалого часу, а також пристосування до нього.

Акомодація (лат. — пристосування) — зміна форми кришталика ока, завдяки якій на сітківці ока чітко фокусують ті зображення предметів, що розташовані на різній віддалі від спостерігача.

Активізація пізнавальної діяльності — мобілізація викладачем інтелектуальних, моральних та фізичних сил студентів для досягнення конкретної мети навчання й виховання.

Активність — риса темпераменту, що характеризується енергією впливу людини на навколишній світ і подоланням перешкод на шляху до мети.

Активність характеру — структурна властивість характеру, яка визначається ступенем протидії зовнішнім обставинам.

Акцентуація характеру (лат. — наголос) — граничний варіант норми, наслідок посилення окремих рис характеру.

Алгоритм (лат. — сукупність дій) — сукупність правил, дій для розв'язування певної задачі.

Аналіз (гр. — розкладання) — метод наукового дослідження, що полягає в уявному чи фактичному розкладанні цілого на його складові. У психології — мисленнєва операція, що передбачає розчленування об'єктів у свідомості, виділення їх окремих частин, елементів, ознак і властивостей.

Аналіз продуктів діяльності — метод вивчення кількісного і якісного складу матеріалізованих результатів психічної діяльності людини — архівних матеріалів, щоденників, креслень, малюнків, виготовлених предметів тощо.

Аналізатор — орган чуття, який здійснює аналіз і синтез подразників, що надходять із внутрішнього і зовнішнього середовищ. Складається з рецептора, провідних нервових шляхів (доцентрових і відцентрових) і мозкової ділянки.

Андрагогіка (гр. —- чоловік, доросла людина і — відведення, віднесення) — наука про освіту і виховання людини упродовж усього її життя.

Анкета (лат. — розслідувати, шукати) — складений дослідником список запитань для повного контингенту осіб, відповіді на які є вихідним емпіричним матеріалом для узагальнень.

Анкетування — метод збирання фактів на основі письмового самозвіту досліджуваних за спеціально розробленою програмою.

Антинаркогенне виховання — виховна діяльність, спрямована на формування в молоді несприйнятливості до наркогенних речовин (тютюну, алкоголю, наркотиків).

Апперцепція (лат. — до і — сприймання) — залежність сприймання від змісту психічного життя і особливостей особистості.

Апраксія (гр. — бездіяльність) — порушення здатності виконувати доцільні звичні дії і рухи, що виникає при ураженні окремих ділянок головного мозку.

Аргумент (лат. — показую, виявляю) — підстава, доказ, які наводять для обґрунтування, підтвердження чого-небудь.

Архетип (гр. — початок, походження і — відбиток, форма) — центральне поняття аналітичної психології. Спосіб поєднання образів, які передаються від покоління до покоління. За К.-Г. Юнгом, архетипи є структурними елементами людської психіки, які містяться в колективному несвідомому, задають загальну структуру особистості, структурують розуміння людиною світу

Асиметрія функціональна півкуль головного мозку — неоднаковість функціонального призначення лівої і правої півкуль головного мозку людини. Ліва півкуля забезпечує оперування вербальною знаковою інформацією, а права — образами дійсності. У тварин такої асиметрії немає.

Асоціація (лат. — приєдную, з'єдную) — група, в якій міжособистісні стосунки опосередковує особистісно значущий для кожного зміст спільної діяльності.

Атракція (лат. — притягування)— привабливість одного партнера по спілкуванню для іншого.

Аутизм (гр. — сам) — хворобливий стан психіки людини, що характеризується послабленням зв'язків із реальністю, зосередженії тю на власних переживаннях, створенням свого примарного світу.

Афект (лат. — пристрасть, хвилювання) — емоційний процес, який виникає у людини швидко, протікає бурхливо, характеризується значними змінами свідомості та порушенням вольового контролю за діями.

Бар'єри спілкування (франц. — перешкода) — психологічні перешкоди, які виникають у спілкуванні.

Бесіда — розмова, обмін думками між двома чи кількома особами. У психології використовується як метод вивчення психічних явищ у процесі безпосереднього спілкування за спеціально розробленою програмою. У педагогіці — метод навчання, за якого педагог за допомогою вміло поставлених запитань спонукає учнів, студентів до під творення набутих раніше знань, до самостійних висновків і узагальнень на основі засвоєного матеріалу.

Бесіда репродуктивна (лат. — знову виробляти) бесіда, спрямована на відтворення раніше засвоєного матеріалу.

Бесіда фронтальна — бесіда, яка проводиться зі студентською групою.

Важковиховуваність — у широкому розумінні, поняття, що пояснює труднощі у вихованні, з якими стикається педагог у виховному процесі; у вузькому розумінні, максимально наближений до норми рівень відхилень у поведінці вихованця, який потребує уваги й зусиль педагога для їх подолання.

Великі півкулі головного мозку — орган вищої нервової діяльності, до складу якого входять кора великих півкуль і приблизно 14 мільярдів підкіркових нервових клітин. Кора великих півкуль пов'язана зі свідомістю і вищими психічними функціями людини, з набутим досвідом і научінням.

Вербальний (лат. — слово) — мовний, словесний.

Верхній абсолютний поріг чутливості — максимальна сила подразника, за якої виникає відчуття, ще адекватне подразнику, що діє.

Взаємодія відчуттів — зміна чутливості одного аналізатора під впливом подразнення інших органів чуття.

Взаємодія навичок — вплив однієї сформованої навички на формування і функціонування іншої.

Викладання — діяльність викладача в процесі навчання, під час якої він ставить перед студентами пізнавальні завдання, повідомляє нові знання, організовує спостереження, лабораторні і практичні заняття, керує їх самостійною роботою, перевіряє якість знань, умінь і навичок.

Використання життєвого досвіду студентів — метод навчання, який полягає в осмисленні наукових основ перебігу процесів, які студенти спостерігали в житті чи в яких самі брали участь.

Вимога негативна — вимога, яка своїм змістом і формою вираження демонструє негативне ставлення педагога до діяльності вихованця, до прояву його негативних якостей (осуд, погроза, недовір'я).

Вимога нейтральна — вимога, в якій не виявляється чітке ставлення вихователя до вихованця. Базується на ставленні вихованця до стимульованої діяльності (натяк, умовна вимога, вимога в ігровій формі).

Вимога позитивна — вимога, що виражає позитивне ставлення педагога до вихованця під час її пред'явлення (прохання, довір'я, схвалення).

Виправлення — складний психічний процес перебудови особистості, що відбувається під впливом перевиховання і самостійної роботи над усуненням відхилень у власній свідомості та поведінці.

Висновок — одержане логічним шляхом судження, яке містить нову чи додаткову інформацію.

Витіснення — спосіб уникнення внутрішнього конфлікту завдяки вилученню зі свідомості неприємної інформації.

Витримка — вольова якість, що виражається у вмінні людини своєчасно стримувати небажані спонуки, дії і вчинки.

Вихованість — відповідність рис і поведінки вихованця меті й завданням виховання.

Виховання — цілеспрямований та організований процес формування особистості.

Вища нервова діяльність — відображувальна умовнорефлекторна діяльність кори головного мозку і найближчих до неї підкіркових центрів, на яких ґрунтується психічна діяльність людини і тварин.

Вищі психічні функції — загальна назва, яка об'єднує ішли пізнавальних процесів у людей. До В. п. ф. належать довільні і опосередковані форми уваги, сприймання, пам'яті, мислення, уяви і мовлення.

Відображення — загальна властивість матерії, яка проявляється у здатності матеріальних об'єктів відтворювати з різною адекватністю ознаки, властивості й характеристики інших об'єктів.

Відтворення — мнемічний процес, який забезпечує відновлення матеріалу, що зберігається в пам'яті.

Відчуття — відображення в мозку людини окремих властивостей предметів і явищ об'єктивного світу внаслідок їх безпосереднього впливу на органи чуття.

Відчуття пропріоцептивні (лат. — власний і той, що сприймає) — відчуття, які виникають при подразненні рецепторів, розміщених у м'язах і суглобах.

Вікова педагогіка (дошкільна, шкільна педагогіка, педагогіки дорослих) — галузь педагогіки, що досліджує закони та закономірності виховання, навчання й освіти, організаційні форми і методи навчально-виховного процесу стосовно різних вікових груп.

Вольове зусилля — форма емоційного стресу, який мобілізуй внутрішні ресурси організму, створює додаткову мотивацію дії і переживається людиною як стан значного напруження.

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

Воля — свідома організація і саморегуляція людиною своєї діяльності й поведінки, спрямована на подолання труднощів при досягненні поставлених цілей.

Впізнавання — відтворення об'єкта в умовах повторного сприймання.

Вправа — метод навчання, що передбачає багаторазове повторення певних дій або видів діяльності з метою їх засвоєння, яке

спирається на розуміння і супроводжується свідомим контролем і коригуванням.

Вправляння — багаторазове виконання певних дій чи видів діяльності з метою їх освоєння, яке ґрунтується на розумінні й супроводжується свідомим контролем і коригуванням. У педагогіці — метод виховання, що полягає у поступовому створенні умов, у яких вихованець виконує певні дії з метою вироблення і закріплення позитивних форм поведінки.

Гармонійний розвиток (гр. — стрункий порядок, зв'язок) — співмірний розвиток фізичних сил і розумових здібностей людини.

Генетична епістемологія — розроблений Ж. Піаже і його колегами напрям у дослідженні психології мислення, представники якого прагнули створити загальну теорію пізнання.

Геніальність (лат. — властивий генієві, плідний) — найвищий ступінь розвитку здібностей, що виявляється у творчій діяльності, результати якої мають історичне значення.

Гештальт (нім. — образ, форма) — цілісна форма, структура, цілісний образ — одне з основних понять гештальтпсихології, яке було введене для опису якісно своєрідних цілісних характеристик образів чи психічних структур.

Гіперболізація (гр. — перебільшення) — прийом створення образів уяви, для якого характерне збільшення предмета або кількості його частин.

Гіпоталамус (гр. — під, знизу і — розміщення) скупчення ядерних нервових клітин із численними висхідними і нисхідними волокнами нижче зорового бугра головного мозку.

Глибина мислення — якість мислення, що виявляється в здатності людини проникати в суть явищ, що пізнаються, виділяти їх суттєві характеристики, розкривати їх причини, виявляти їх зв'язки з іншими явищами, передбачати їх подальший розвиток.

Гнів — негативний емоційний стан, зумовлений появою серйозної перешкоди на шляху до задоволення важливої потреби. Має форму афекту.

Гнучкість мислення — якість мислення, що виявляється у здатності людини легко переходити від одного способу вирішення

проблеми до іншого, якщо перший виявився невідповідним, бути вільною від шаблону, швидко реагувати на зміну обставин.

Головний мозок — передній відділ центральної нервової системи людини, розміщений у черепній коробці. Включає великі півкулі проміжний мозок (таламус, гіпоталамус), середній мозок і задній мозок (мозочок, продовгуватий мозок).

Готовність до відтворення — властивість людської пам'яті легко і швидко пригадувати те, що потрібно в даний момент.

Гра за правилами — вид гри, сутністю якої є виконання гравцями певних правил — абстрактних вимог.

Гра конструктивна (лат. — побудова, складання) — гра, в якій людина, діючи з предметами, осмислює їх значення і взаємодію.

Гра пізнавальна — метод, що передбачає захоплюючу розважальну діяльність, яка сприяє засвоєнню студентами знань, набуттю вмілі, та навичок.

Гра сюжетно-рольова — колективна гра зі спільним задумом-сюжетом, відповідно до якого між учасниками розподіляються ролі. Сприяє розвитку комунікативних навичок і вмінь.

Група — об'єднання людей, створене на основі певної спільної для них ознаки, що виявляється в їх спільній діяльності, зокрема в спілкуванні.

Група велика — група, що охоплює кілька малих груп.

Група дифузна (лат. — поширення) — нестійке короткочасне об'єднання людей, що виникає лише на основі особистісно значущої діяльності.

Група мала — відносно стійке, нечисленне за складом об'єднання людей, у якому здійснюється безпосередній контакт між його членами.

Група неформальна — група, яка не має юридично закріпленого статусу, а виникає на основі спільності інтересів, симпатії, зближення поглядів, переконань тощо.

Група реальна (лат. — суттєвий, дійсний) — контактне об'єднання людей, яке утворилося на основі спільної для них просторово-часової ознаки.

Група референтна (еталонна) (лат. — той, хто доповідає) — реальна чи уявна група, погляди, норми якої є зразком для особистості.

Група умовна — об'єднання людей, умовно створене дослідником на основі наявності у них спільної ознаки.

Група формальна (лат — складений за формою) — група, що має зовнішньо задані соціально значущі цілі діяльності, юридично визначений статус, нормативно закріплену структуру, призначене чи вибране керівництво і встановлені права та обов'язки її членів.

Гуманізація освіти (лат. — людство, людяність) — основна складова нового педагогічного мислення, яка передбачає переоцінку всіх компонентів педагогічного процесу у світлі їх людино-творчої функції.

Гуманітаризація освіти — переорієнтація освіти з предметно-змістового принципу навчання основ наук на вивчення цілісної картини світу, насамперед культури, людини, на формування в молоді гуманітарного й системного мислення; система заходів, спрямована на пріоритетний розвиток загальнокультурних компонентів у змісті, формах і методах навчання, на формування особистісної зрілості студентів, розвиток їх творчих здібностей.

Демонстрування (лат. — показування) — метод навчання, що передбачає використання приладів, дослідів, технічних установок та ін.

Державний стандарт освіти — сукупність норм, які визначають вимоги до освітнього, освітньо-кваліфікаційного рівнів.

Дидактика (гр. — повчальний) — галузь педагогіки, яка розробляє теорію освіти, навчання, а також виховання у процесі навчання.

Дидактична структура заняття — сукупність змістово-процесуальних характеристик навчання, що визначається дидактичною метою заняття й забезпечує його цілеспрямованість.

Диспут (як метод виховання) (лат. — міркувати, сперечатися) — спірна наукову, літературну чи іншу тему, колективне обговорення питань, що хвилюють.

Дисципліна навчальна (лат. — учень, послідовник) — дисципліна, що властива навчально-виховному процесу закладу освіти.

Диференційний поріг чутливості (лат. — різниця) — мінімальна різниця в інтенсивності двох подразників, яка викликає ледве помітну відмінність у відчуттях.

Диференційоване навчання — спосіб організації навчально-виховного процесу, що враховує типові індивідуальні особливості студентів.

Ділова спрямованість особистості — вид спрямованості особистості, що характеризується переважанням мотивів, породжених діяльністю і спрямованих на неї.

Дія — відносно завершений елемент діяльності, спрямований на досягнення певної проміжної мети і підпорядкований загальному мотиву діяльності.

Дія вольова — дія людини, спрямована на досягнення свідомо поставленої мети і пов'язана з подоланням труднощів.

Дія довільна — дія людини, зміст і засоби виконання якої підпорядковані свідомій цілі.

Дія мимовільна — дія людини, яка відбувається при виникненні неусвідомлюваних або недостатньо усвідомлюваних спонукань.

Дія мимовільна набута — орієнтувальні, захисні, хапальні реакції та виразні рухи, викликані умовними подразниками, що відбуваються завдяки діяльності кори головного мозку.

Дія мимовільна природжена — природжені орієнтувальні, захисні та хапальні реакції, а також виразні рухи людини.

Діяльність — внутрішня (психічна) і зовнішня (фізична) активність людини, що регулюється усвідомлюваною метою.

Домінанта (лат. — панівний) — панівний осередок збудження в корі головного мозку, який визначає характер реакції організму в даний момент.

Доручення (як метод виховання) — метод, що передбачає вправляння вихованця в позитивних діях і вчинках.

Дослідна робота — метод навчання, що передбачає пошукові завдання і проекти, які дають змогу індивідуалізувати навчання, розширити обсяг знань студентів.

Духовна педагогіка — галузь педагогічних знань, що передбачає пріоритет релігії у вихованні й навчанні особистості.

Евристична (сократівська) бесіда — бесіда, у процесі якої викладач уміло сформульованими запитаннями скеровує студентів на формування нових понять, висновків, правил, використовуючи набуті ними раніше знання, спостереження.

Екологічне виховання (гр. — оселя, середовище і — слово, вчення) — систематична педагогічна діяльність, спрямована на розвиток екологічної культури особистості.

Економічне виховання (гр. — мистецтво ведення домашнього господарства) — організована педагогічна діяльність, спрямована на формування економічної культури особистості.

Екскурсія (лат. — вибігання вперед, вилазка, поїздка) — форма навчання, яка передбачає відвідування студентами різноманітних об'єктів з метою пізнання їх особливостей.

Експеримент (лат. — проба, дослід) — метод духовного освоєння світу і людської діяльності, що ґрунтується на дослідах, випробовуваннях, моделюванні тощо. У психології — метод збирання фактів у спеціально створених умовах, які забезпечують активний прояв необхідних психічних явищ. У педагогіці — метод вивчення певного педагогічного явища в спеціально створених і контрольованих умовах.

Експеримент перевірковий — педагогічний метод, що передбачає перевірку гіпотези, сформованої у процесі усвідомлення проблеми.

Експеримент творчий (формуючий) — педагогічний метод, що передбачає конструювання нових педагогічних явищ і процесів.

Експеримент-констатація — педагогічний метод, що передбачає вивчення наявних педагогічних явищ і процесів.

Екстероцептивні відчуття (лат. — зовнішній і — той, що сприймає) — відчуття, що виникають при подразненні рецепторів, розміщених на поверхні тіла.

Екстраверсія (лат. — зовні і — повертати) — спрямованість особистості на навколишній світ.

Екстраверт — людина, реакції і поведінку якої в основному визначають зовнішні враження, а не внутрішні переживання.

Екстраверт емоційного типу — людина, почуття якої узгоджуються із загальноприйнятими критеріями і переживаннями і перебувають під впливом традиційних цінностей.

Екстраверт інтуїтивного типу — людина, якій властиво у зовнішньому світі сприймати те, що відбувається за межами подій.

Екстраверт мисленнєвого типу — людина, життєві прояви якої залежать від інтелектуальних висновків, хоча будь-яке її судження

ґрунтується на зовнішніх критеріях (загальноприйнятих поглядах, традиціях).

Екстраверт сенсорного типу — людина, яку завжди притягують ті об'єкти, які викликають сильні відчуття.

Емоції астенічні (гр.— без сили) — слабо виражені негативні переживання людини, які знижують її активність, загальний фізичний і психічний тонус і негативно впливають на працездатність.

Емоції стенічні (лат. — сила) — переживання, що поліпшують самопочуття людини, посилюють її енергію, спонукають до активної діяльності.

Емоційність — властивість темпераменту, яка вказує на швидкість виникнення і перебігу емоцій.

Емоція (лат. — збуджувати, хвилювати) — узагальнена чуттєва реакція, що виникає у відповідь на різні за характером екзогенні (ті, що йдуть із навколишнього середовища) і ендогенні (ті, що виходять із власних органів і тканин) сигнали, які обов'язково викликають певні зміни у фізіологічному стані організму.

Емпатія (гр. — співпереживання) — здатність людини емоційно відгукуватися на переживання інших людей.

Естетична свідомість (гр. — чуттєво сприйманий) — одна з форм суспільної свідомості, що реалізується через художньо-емоційне освоєння дійсності у формі естетичних почуттів, переживань, оцінок, смаків, ідеалів.

Естетичне виховання — формування в особистості здатності сприймати і перетворювати дійсність за законами краси в усіх сферах діяльності.

Естетичне почуття — особливе почуття насолоди, яке відчуває людина, сприймаючи прекрасне у навколишній дійсності та творах мистецтва.

Естетичний ідеал — уявлення людини про прекрасне в абсолютному його вираженні.

Естетичний смак — здатність людини правильно оцінювати прекрасне, відрізняти прекрасне від потворного.

Етика (гр.— звичай, правила) — наука про мораль, природу, структуру та особливості походження й розвитку моральних норм і взаємовідносин між людьми в суспільстві.

Етнізація (гр. — племінний, народний) — наповнення виховання національним змістом, що забезпечує формування в особистості національної свідомості.

Ефект ореолу (лат. — виконання, дія і франц. — сяяння) — вплив загального враження про людину чи раніше одержаної інформації про неї на сприймання і оцінку її як особистості.

Жест (лат. — положення, поза, рух тіла) — соціально сформований рух, що передає певний психічний стан людини.

Забування — мнемічний процес, внаслідок якого поступово втрачається чіткість закріпленого в пам'яті матеріалу, зменшується його обсяг, виникають помилки при відтворенні, стає неможливим відтворення, а потім і впізнавання.

Загальна педагогіка — галузь педагогіки, що вивчає головні теоретичні й практичні питання виховання, навчання й освіти, досліджує проблеми навчально-виховного процесу.

Загострення — акцентування якоїсь частини образу або певної його властивості.

Задатки — природжені анатомо-фізіологічні особливості нервової системи, що є природною основою для розвитку здібностей людини.

Закономірність виховання — стійкий, об'єктивний, істотний зв'язок у вихованні, реалізація якого сприяє ефективному розвитку особистості.

Закономірність навчання — об'єктивний, стійкий і істотний зв'язок у навчальному процесі, що зумовлює його ефективність.

Закріплення знань, умінь, навичок — спеціальна робота викладача щодо реалізації дидактичного принципу міцності засвоєння студентами навчального матеріалу.

Заміщення — перенесення дії з недосяжного об'єкта на доступний.

Заохочення (як метод виховання) — метод, що реалізується через схвалення позитивних дій і вчинків з метою спонукання вихованців до їх повторення.

Запам'ятовування — процес пам'яті, внаслідок якого закріплюється новий матеріал шляхом пов'язування його з раніше набутим.

Запам'ятовування довільне — складна, цілеспрямована розумова діяльність, що підпорядкована певній мнемічній задачі.

Запам'ятовування мимовільне — запам'ятовування за відсутності усвідомленої мети запам'ятати певний матеріал.

Заперечення — намагання людини не сприймати повідомлення, яке її хвилює і може призвести до внутрішнього конфлікту.

Запущеність педагогічна — стійкі відхилення від норми в моральній свідомості, поведінці чи навчальній діяльності студента, спричинені недоліками педагогічного впливу.

Зараження — пряме, безпосереднє, неусвідомлюване передавання однією людиною іншій переживань, образів, спонукань тощо.

Засіб виховання — вид суспільної діяльності, який може впливати на особистість у певному напрямі.

Засіб навчання — допоміжний матеріальний засіб школи (вищого навчального закладу), що виконує специфічні дидактичні функції.

Застосування на практиці знань, умінь і навичок — перехід у навчальній діяльності від абстрактного до конкретного, що досягається різноманітними вправами, самостійною роботою на лабораторних і практичних заняттях.

Збереження — процес пам'яті, що забезпечує утримування результатів запам'ятовування протягом тривалого часу.

Звичка — дія чи елемент поведінки, які стали потребою.

Згадування — локалізоване в часі та просторі відтворення образів минулого.

Здивування — короткочасна емоційна реакція на раптові обставини, яка не має чітко вираженого позитивного чи негативного знаку.

Здібності — індивідуально-психологічні особливості, що виявляються в діяльності, є умовами її успішного виконання і спричиняють відмінності в динаміці оволодіння необхідними для людини знаннями, навичками і вміннями.

Здібності загальні — здібності, які певною мірою проявляються у всіх видах діяльності індивіда.

Здібності спеціальні — здібності, які проявляються лише в конкретних видах діяльності індивіда.

Змагання (як метод виховання) — метод, що передбачає здорове суперництво і самоутвердження в колективі дітей та молоді.

Зміст освіти — система наукових знань, умінь і навичок, оволодіння якими забезпечує всебічний розвиток розумових і фізичних здібностей учнів, формування їх світогляду, моральної поведінки, підготовку до суспільного життя.

Знання — узагальнений досвід людства про дійсність, що має форму фактів, правил, висновків, закономірностей, ідей, теорій.

Зовнішність людини — загальний вигляд людини, який створюють фізіономічна маска, одяг, зачіска, манера триматися.

Ідеал (гр. — ідея) — позитивно емоційно забарвлений взірець досконалості, який людина намагається наслідувати.

Ідентифікація (лат. — однаковий, тотожний і лат. — роблю) — спосіб розуміння людиною іншого індивіда через усвідомлене чи неусвідомлене уподібнення себе його характеристикам.

Ілюзія (лат. — висміюю, обманюю) — неадекватне сприймання, яке викривлено, помилково відображає об'єкт, що діє на аналізатори.

Ілюстрування (гр. — той, хто освітлює, пояснює) — метод навчання, який полягає у використанні на заняттях наочності: плакатів, карт, рисунків на дошці, картин та ін.

Індивід (лат. — неподільне) — людина як одинична природна істота, представник виду Homo sapiens.

Індивідуальна педагогічна бесіда — взаємодія вихователя з вихованцем, батьками, колегою, спрямована на взаєморозуміння, пошук шляхів співробітництва для стимулювання розвитку вихованця.

Індивідуальний стиль діяльності — індивідуальна система прийомів і способів дій, характерна для конкретної людини і доцільна для досягнення успішного результату.

Індивідуальність — неповторне поєднання психологічних особливостей і рис людини, що визначає її своєрідність і несхожість на інших людей.

Індивідуація — за К.-Г. Юнгом, процес становлення особистості, який включає налагодження зв'язків між Воно і Самістю, тобто поєднує несвідоме і свідоме.

Індукція навичок (лат. — наведення) — позитивний вплив наявної навички на формування нової.

Ініціативність (лат. — початок) — морально-психологічна риса особистості, яка полягає у здатності та схильності до активних і самостійних дій.

Інсайт (англ. — осягнення) —- миттєве усвідомлення розв'язку певної задачі, вирішення проблеми, момент осяяння.

Інстинкт (лат. — спонукання) — сукупність природжених форм поведінки тварин і людей.

Інтелектуальні почуття (лат. — відчуваю, пізнаю) — почуття, які виникають у процесі пізнавальної діяльності людини й зумовлені нею.

Інтенсивність відчуття (лат. — посилення) — кількісна характеристика відчуття, що залежить від сили подразника, його значущості, функціонального стану рецептора і просторово-часових умов сприймання.

Інтеракція (лат. — між і — дія) — сукупність зв'язків і взаємовпливів людей, що складається в спільній діяльності.

Інтерв'ю (англ. — зустріч, побачення) — розрахована на обнародування бесіда з конкретною особою, що дає змогу показати погляди цієї людини на певне важливе питання, подію. У психології — метод отримання соціально-психологічної інформації шляхом усного опитування.

Інтерв'юер — особа, яка в процесі соціально-психологічного дослідження намагається одержати певну інформацію від іншої особи (респондента) чи від групи осіб в умовах мовної взаємодії.

Інтерес — (лат. — бути всередині) — емоційний вияв пізнавальних потреб людини, що реалізується у спрямованості людини на певні об'єкти, прагненні глибше і повніше їх пізнати.

Інтерес безпосередній — інтерес до змісту певної діяльності та процесу її виконання.

Інтерес вузький — інтерес до певного виду діяльності.

Інтерес нестійкий — короткотривалий інтерес до певного об'єкта чи виду діяльності.

Інтерес опосередкований — інтерес до певної галузі діяльності, зумовлений її зв'язком із чимось іншим, що безпосередньо пов'язане з інтересами особистості.

Інтерес стійкий — інтерес до об'єкта чи певної галузі діяльності, який зберігається у людини протягом тривалого часу або всього життя.

Інтерес широкий — інтерес, що проявляється до декількох галузей діяльності.

Інтерес (як емоція) (лат. — бути всередині) — позитивний емоційний стан, що є одним із провідних мотивів навчання і сприяє засвоєнню знань, навичок і вмінь.

Інтеріоризація (лат. — внутрішній) — процес перетворення зовнішніх, реальних дій із предметами на внутрішні, ідеальні.

Інтероцептивні відчуття (лат. — той, що сприймає) — відчуття, які виникають при подразненні рецепторів у внутрішніх органах і тканинах людини.

Інтерференція навичок (лат. — перебування поміж, знищення і — той, хто несе, приносить) — негативний вплив наявної навички на формування нової.

Інтроверсія (лат. — усередину і — повертати) — спрямованість свідомості й уваги, думок, почуттів і переживань людини на свій внутрішній світ.

Інтроверт — людина, яка в діях і вчинках більше керується своїми думками і внутрішніми переживаннями, ніж зовнішніми враженнями і впливами.

Інтроверт емоційного типу — людина, яка зосереджена на собі і всюди керується своїми переживаннями, не враховуючи наявних подій і фактів.

Інтроверт інтуїтивного типу — людина, яка інтуїтивно може проникати в майбутнє, але її інтуїція звернута на суб'єктивний психічний світ.

Інтроверт мисленнєвого типу — людина, схильна до теоретизування, мислення якої мало залежить від загальноприйнятих ідей і традицій, а керується власними критеріями.

Інтроверт сенсорного типу — людина, яка в своїх діях керується здебільшого власними емоціями і сприйняттям, а не логічними міркуваннями.

Інтроспекція (лат. — заглядаю всередину) — спостереження за власною психічною діяльністю, самоспостереження.

Інформаційно-комунікативна функція спілкування (лат. — пояснюю і — з'єдную, повідомляю) — функція, що об'єднує процеси формування, передавання і приймання інформації людьми.

Історія педагогіки і школи — галузь педагогіки, що вивчає розвиток педагогічних ідей і практику освіти різних історичних епох.

Каузальна атрибуція (лат. — причина і — приписування) — причинне пояснення вчинків партнера шляхом «приписування» йому почуттів, намірів і мотивів поведінки.

Керівник — особа, що управляє трудовою діяльністю групи на основі адміністративно-правових повноважень і узвичаєних норм співжиття.

Коефіцієнт розумової обдарованості (англ. — коефіцієнт інтелектуальності) — стандартизований кількісний показник рівня розумового розвитку людини, який одержують за допомогою тестів інтелекту.

Козацька педагогіка — педагогіка українського народу, спрямована на формування мужнього громадянина (козака-лицаря), з яскраво вираженою українською національною свідомістю, твердою волею і характером.

Колектив (лат. — збірний, нагромаджений) — група, в якій міжособистісні стосунки опосередковуються суспільно цінним і особистісно значущим змістом спільної діяльності.

Колективне несвідоме — колективний досвід людства, який передається від покоління до покоління і проявляється в поведінці конкретної людини.

Коливання уваги — періодичні, короткочасні мимовільні зміни рівня інтенсивності уваги.

Комунікатор (лат. — спілкуюся з кимось) — людина, яка повідомляє інформацію, кодуючи її за допомогою різних знаків.

Константність сприймання (лат. — незмінний, постійний) — відносна постійність перцептивного образу (розміру, форми і кольору) при зміні відстані, положення спостерігача, освітленості предмета тощо.

Консультація (лат. — прошу поради) — порада, пояснення педагога студентам з будь-якого питання.

Конфлікт (лат. — зіткнення) — зіткнення протилежних думок, цілей, інтересів, позицій; крайнє загострення суперечностей.

Конформність (лат. — подібний, відповідний) — здатність людини за внутрішньої незгоди піддаватися тиску групи, що проявляється у зміні її поведінки відповідно до вимог групи.

Концентрація уваги — міра заглибленості людини у певний вид діяльності.

Кора головного мозку — поверхнева оболонка півкуль головного мозку, утворена сімома шарами вертикально орієнтованих нервових клітин.

Корекційна педагогіка (лат. — виправлення, поліпшення) — галузь педагогіки, предметом якої є виховання, навчання та освіта дітей із вродженими чи набутими відхиленнями у фізичному або психічному розвитку.

Корпорація (лат. — зв'язок) — група, в якій міжособистісні стосунки опосередковує особистісно значущий для її індивідів, але асоціальний зміст групової діяльності.

Критерії ефективності педагогічного процесу — показники, що виражають рівень вихованості студентів.

Критичність мислення (гр. — здатність розрізняти) — якість мислення, що передбачає вміння індивіда суворо оцінювати свої думки і сторонні впливи, піддавати їх сумніву і перевіряти.

«Крок уперед» — прийом самовиховання, що передбачає щоденне планування на наступний день роботи над собою.

Культура поведінки (лат. — догляд, освіта, розвиток) — дотримання основних норм людського спілкування, вміння знаходити адекватні засоби у спілкуванні з оточуючими.

Лабораторна робота (лат. — праця) — метод навчання, що передбачає самостійну роботу студентів за завданням педагога із застосуванням навчальних приладів, інструментів, матеріалів установок та інших технічних засобів.

Латентний період відчуття (лат. — прихований) — час, який проходить від початку дії подразника на орган чуття до появи реакції на нього.

Лекція (лат. — читання) — як метод навчання передбачає усний виклад великого за обсягом, складного за логічною побудовою матеріалу. Як метод виховання реалізується шляхом послідовного,

системного викладу інформації з певної проблеми, який має на меті сформувати у слухачів певні погляди і переконання.

Лекція вдвох — лекція, яка передбачає проблемний виклад матеріалу в діалозі двох викладачів, що моделює реальні ситуації обговорення теоретичних і практичних питань двома дослідниками.

Лекція вступна — лекція, що дає загальне уявлення про завдання і зміст навчальної дисципліни, розкриває структуру й логіку конкретного навчального предмета, викликає до нього інтерес, показує його взаємозв'язок з іншими предметами.

Лекція заключна — лекція, що передбачає підбиття підсумків вивченого матеріалу з певного навчального предмета, виділення вузлових питань і зосередження уваги на практичному значенні здобутих знань для подальшого навчання.

Лекція із заздалегідь запланованими помилками — лекція, що передбачає вкраплення у її текст певної кількості наперед підібраних помилок змістового, методичного характеру, які слухачі повинні виявити.

Лекція проблемна — лекція, що передбачає засвоєння нової інформації шляхом її «відкриття».

Лекція-візуалізація (лат. — зоровий) — лекція, на якій демонструють явища і процеси у зручній для зорового сприйняття формі, використовуючи такі демонстраційні матеріали, які не тільки доповнюють слова, а й самі виступають змістовними повідомленнями.

Лекція-прес-конференція — лекція, зміст якої будують на основі отриманих лектором запитань від студентів.

Лідер (англ. — вести, керувати) — особистість, за якою інші члени групи визнають право брати на себе найвідповідальніші рішення, що зачіпають їх інтереси і визначають напрям та характер діяльності всієї групи.

Лідер авторитарний (гр. — влада) — лідер, який на практиці застосовує владний одноосібний стиль управління.

Лідер демократичний (гр. — народ) — лідер, який використовує стиль управління, що характеризується розподілом владних повноважень між ним і членами групи, спільним прийняттям рішень і взаємною повагою.

Літота (гр. — простота) — прийом створення образів уяви, який полягає у підкресленому применшенні, недомовленості.

Локалізація психічних функцій (лат. — місцевий) — місце розташування в центральній нервовій системі людини тих мозкових структур, які пов'язані з її психічними процесами, станами і властивостями.

Локус контролю (лат. — місце) — індивідуальна якість людини, яка характеризує її схильність приписувати відповідальність за наслідки своєї діяльності зовнішнім силам (екстернальний локус контролю) чи внутрішнім станам і переживанням (інтернальний локус контролю).

Макрорівень спілкування (гр. — великий, довгий) — рівень аналізу, який передбачає вивчення розвитку спілкування протягом життя людини.

Мезорівень спілкування (гр. —- середній) — рівень аналізу спілкування, на якому вивчають окремі контакти між людьми при виконанні певних завдань чи спілкуванні на певну тему.

Меланхолік (гр. — чорний і — жовч) — людина, яка має меланхолійний темперамент, що характеризується переважанням процесів гальмування над процесами збудження в корі головного мозку, а також слабкими психічними процесами.

Мета — ідеальний образ об'єкта, який у свідомості задовольняє потребу, що виникла.

Мета виховання — сукупність властивостей особистості, які прагне сформувати суспільство.

Метод аналізу результатів діяльності — метод, що передбачає вивчення кількісного і якісного складу результатів різних видів діяльності, успішності, участі у конкурсах, громадської роботи студентів, який дає змогу скласти уявлення про їх освітній рівень, вихованість та ін.

Метод виховання (гр. — спосіб пізнання) — спосіб взаємопов'язаної діяльності вихователів і вихованців, спрямованої на формування у вихованців певних поглядів, переконань, а також навичок і звичок поведінки.

Метод моделювання — математичний метод, що передбачає створення й дослідження моделей.

Метод науково-педагогічного дослідження — шлях опанування складних психолого-педагогічних процесів формування особистості, встановлення об'єктивних закономірностей виховання і навчання.

Метод педагогічного спостереження — метод, що передбачає спеціально організоване сприймання педагогічного процесу в природних умовах.

Метод психолого-педагогічного тестування — метод визначення рівня знань, умінь або загальної інтелектуальної розвиненості особистості за допомогою карток, малюнків, задач-шарад, ребусів, кросвордів, запитань.

Метод ранжування — математичний метод розміщення зафіксованих показників у певній послідовності (зменшення чи збільшення), визначення місця елемента у певній множині (наприклад, складання списку учнів залежно від рівня їх успішності).

Метод реєстрування — математичний метод, який полягає у виявленні певної якості в явищах даної групи та її обрахуванні за наявністю або відсутністю (наприклад, кількості скоєних студентом негативних вчинків).

Метод узагальнених незалежних характеристик — метод, що передбачає узагальнення відомостей студентів, отриманих із різних джерел (від викладачів, батьків, ровесників), зіставлення цих відомостей, їх осмислення.

Методи контролю — сукупність методів навчання, які дають змогу перевірити рівень засвоєння студентами знань, сформованості вмінь і навичок.

Методи контролю й аналізу ефективності виховання — методи виховання, що передбачають з'ясування результативності конкретних виховних заходів, виховної роботи загалом у певному колективі.

Методи організації та здійснення навчально-пізнавальної діяльності — сукупність методів, спрямованих на передавання і засвоєння студентами знань, формування умінь та навичок.

Методи стимулювання і мотивації навчально-пізнавальної діяльності — методи навчання, спрямовані на формування позитивних мотивів учіння, що стимулюють пізнавальну активність і сприяють збагаченню студентів навчальною інформацією.

Методи стимулювання діяльності й поведінки — методи виховання, які виконують функції регулювання, коригування і стимулювання поведінки і діяльності вихованців.

Методи формування свідомості — методи різнобічного впливу на свідомість, почуття і волю вихованця з метою формування у нього поглядів і переконань.

Методи формування суспільної поведінки — методи різнобічного впливу на свідомість, почуття і волю вихованців з метою формування у них навичок і звичок суспільної поведінки.

Мислення — суспільно зумовлений, нерозривно пов'язаний із мовленням психічний процес пошуків і відкриття суттєво нового, опосередкованого й узагальненого відображення дійсності у процесі її аналізу і синтезу.

Мислення абстрактне (лат. — відтягнення, відвертання) — мислення за допомогою понять, які розкривають суть предметів і виражаються в словах і знаках.

Мислення аутичне (гр. — сам, один) — відірване від дійсності мислення, яке керується лише бажаннями, уявленнями і намірами особистості.

Мислення дискурсивне — розгорнуте мовне мислення людини, опосередковане її попереднім досвідом. Система взаємопов'язаних логічних міркувань, у якій кожна наступна думка зумовлена попередньою.

Мислення інтуїтивне (лат. — уява, споглядання) — швидке, згорнуте і малоусвідомлюване мислення, що не має чітко виражених етапів.

Мислення наочно-дійове — мислення, що ґрунтується на безпосередньому сприйманні предметів у процесі дій із ними.

Мислення патогенне (гр. — біль, страждання і — походження) — мислення, що передбачає роздуми, уявлення, пов'язані з образою, соромом, невдачею, страхом чи іншими негативними переживаннями, які можуть підсилювати психологічне напруження і призвести до виникнення психічних розладів.

Мислення практичне (гр. — діяльний) — мислення, що спрямоване на вирішення практичних задач або перетворення практичних ситуацій.

Мислення продуктивне (творче) (гр. — створюю) — мислення, продуктом якого є принципово новий або вдосконалений образ певного аспекту дійсності.

Мислення реалістичне (лат. — суттєвий, дійсний) — мислення, що спрямоване на зовнішній світ, відображає його і керується його законами.

Мислення репродуктивне (лат. — знову створюю) — мислення, що виявляється у вирішенні проблем за наявним зразком, віднесенні кожної нової проблеми до вже відомого типу.

Мислення саногенне (лат. — лікування, оздоровлення) — мислення, свідомо спрямоване на подолання негативних емоційних розладів і психічне оздоровлення людини.

Мислення теоретичне (гр. — діяльний, активний) — процес пізнання і створення законів та правил. Здійснюється за допомогою понять без звернення до досвіду чи практичних дій з реальними предметами.

Міжпредметні зв'язки педагогіки — зв'язки педагогіки з іншими науками, що дають змогу глибше пізнати педагогічні факти, явища і процеси.

Мікрорівень спілкування (гр. — малий) — рівень аналізу спілкування, на якому вивчають окремі сполучені акти спілкування, що виступають у ролі його елементарних одиниць.

Міміка (гр. — наслідування) — зовнішнє вираження психічних станів за допомогою м'язів обличчя.

Міцність запам'ятовування — індивідуальна особливість пам'яті, яка виражається в збереженні сприйнятого матеріалу і швидкості його забування.

Мовлення — процес практичного використання мови для спілкування.

Мовлення внутрішнє — видозміна зовнішнього мовлення. Використовується людиною для планування й організації діяльності, а також для внутрішнього контролю за всіма психічними процесами.

Мовлення зовнішнє — словесне мовлення, яким людина користується для повідомлення інформації іншим людям в усній чи письмовій формі.

Мовлення писемне — мовлення, яке передбачає передавання його змісту за допомогою символів (літер, знаків, ієрогліфів тощо), що зображуються на матеріальних носіях.

Модуль (гр. — міра) — логічно завершена частина теоретичних знань і практичних умінь з певної навчальної дисципліни.

Модульно-рейтингове навчання — навчання цілісними, логічно впорядкованими і обґрунтованими частинами (модулями). Результати М.-р. н. є підставою для визначення місця (рейтингу) студента серед одногрупників.

Мораль (лат. — звичай) — система ідей, принципів, законів, норм і оцінок, що регулюють стосунки між людьми.

Моральна свідомість — одна зі сфер суспільної свідомості, що відображає реальні стосунки і регулює моральний аспект діяльності людини.

Моральна спрямованість — стійка суспільна позиція особистості, що складається на світоглядній основі мотивів поведінки і виявляється в різних умовах як властивість особистості.

Моральне виховання — виховна діяльність, що має на меті формування стійких моральних якостей, потреб, почуттів, навичок і звичок поведінки на основі ідеалів, норм і принципів моралі, участі у практичній діяльності.

Моральні звички — корисні для суспільства стійкі форми поведінки, які є внутрішньою потребою особистості і виявляються у будь-якій ситуації й умовах.

Моральні переконання — пережиті та узагальнені моральні принципи, норми.

Моральні почуття — запити, оцінки, спрямованість духовного розвитку особистості.

Моральність — етичне поняття, що означає практичне втілення етичних норм і принципів.

Мотив навчання (лат. — рух) — спонукальна причина навчально-пізнавальної діяльності людини.

Мотивація — спонукання, що викликають активність особистості й визначають її спрямованість.

Мрія — особлива форма творчої уяви, за допомогою якої людина створює образи бажаного майбутнього.

Навичка — часткова автоматизація виконання і регулювання доцільних рухів.

Навіювання — психологічний вплив однієї людини на іншу, який частково або й повністю не усвідомлюється як тим, хто його здійснює, так і тим, хто йому піддається.

Навчальна дискусія — метод навчання, який полягає в обговоренні студентами спірного питання навчального матеріалу.

Навчальна програма — документ, що визначає зміст і обсяг знань з кожного навчального предмета, уміння і навички, які необхідно засвоїти, зміст розділів і тем з розподілом їх за роками навчання.

Навчальний план — документ про склад навчальних предметів, які вивчають у певному закладі освіти, їх розподіл, тижневу й річну кількість годин, що відводяться на кожний навчальний предмет, про структуру навчального року.

Навчальний посібник — книга, матеріал якої розширює межі підручника, містить додаткові, найновіші та довідкові відомості.

Навчальний рік — час, що відводиться для занять у навчальному закладі від їх початку до літніх канікул.

Навчання — цілеспрямована взаємодія викладача і студентів, у процесі якої засвоюються знання, формуються вміння й навички.

Надсвідоме — рівень психічної активності особистості при виконанні творчих завдань, який не піддається індивідуальному усвідомлено-вольовому контролю.

Наочно-образне мислення — мислення образами, уявленнями, перетворення ситуації в образній формі.

Наполегливість — вольова якість, що виявляється в умінні людини активно викликати дії, потрібні для подолання труднощів, і енергійно діяти під час досягання мети.

Народна педагогіка — галузь педагогіки, що охоплює накопичений віками народний досвід, погляди на мету, завдання, засоби і методи виховання та навчання підростаючого покоління.

Наслідування — свідоме чи несвідоме повторення, відтворення людиною психічних особливостей і поведінки інших людей.

Настрій — загальний емоційний стан людини, який характеризує її життєвий тонус упродовж певного часу, породжений емоціями, що переважали в недалекому минулому чи є наявними.

Науковий світогляд — цілісна система наукових, філософських, політичних, моральних, правових, естетичних понять, поглядів, переконань і почуттів, які визначають ставлення людини до навколишньої дійсності й самої себе.

Научіння, научування — набуття людиною знань, умінь, навичок і нових форм поведінки.

Національна школа (лат. — народ) — навчальний заклад, у якому навчають дітей рідною мовою.

Національне виховання — виховання молоді на культурно-історичному досвіді рідного народу, його традиціях, звичаях і обрядах, багатовіковій мудрості та духовності.

Невроз — функціональне психічне захворювання, яке розвивається внаслідок тривалого впливу психотравмуючих факторів, емоційного чи розумового перевантаження.

Необіхевіоризм (гр. — новий і англ. — поведінка) — напрям у американській психології, який у 30-х роках XX ст. прийшов на зміну класичному біхевіоризму. Згідно з ним основним завданням психології повинно стати дослідження процесу научіння.

Несвідоме — сукупність психічних явищ, що виникають під впливом чинників, яких людина не відчуває і про які нічого не знає.

Нестійкість уваги — особливість уваги, яка виявляється у легкому відвертанні, відволіканні уваги іншими об'єктами.

Нижній абсолютний поріг чутливості — мінімальна сила подразника, що, діючи на аналізатор, спричиняє ледве помітне відчуття.

Нові інформаційні технології (НІТ) навчання — методологія і технологія навчально-виховного процесу, яка ґрунтується на використанні новітніх електронних засобів, насамперед ЕОМ.

Обдарованість — високий рівень розвитку загальних і спеціальних здібностей, що є передумовою творчих досягнень.

Образ ейдетичний (гр. — вид, вигляд) — надзвичайно яскравий наочний образ, відтворений через тривалий час після припинення дії предмета на органи чуття.

Обсяг уваги — кількість об'єктів, які людина може одночасно сприйняти за короткий проміжок часу.

Онтогенез (гр. — суще і — народження, походження) — індивідуальний розвиток організму з моменту народження до смерті.

Освіта — процес і результат засвоєння систематизованих знань, набуття умінь і навичок, формування на їх основі наукового світогляду, моральних та інших рис особистості, розвиток її творчих сил і здібностей.

Осмисленість сприймання — властивість перцептивного образу бути усвідомленим.

Осмислення (розуміння) навчального матеріалу — процес мисленнєвої діяльності, спрямований на розкриття істотних ознак, якостей предметів, явищ і процесів та формування теоретичних понять, ідей, законів.

Особистісна спрямованість особистості — переважання в особистості мотивів, спрямованих на забезпечення власного благополуччя.

Особистісне несвідоме — сукупність раніше усвідомлених переживань, які стали забутими або витісненими зі свідомості.

Особистісно орієнтована технологія навчання — навчання, центром якого є особистість, її самобутність, самоцінність.

Особистість — суспільна істота, наділена свідомістю і представлена психологічними характеристиками, які є стійкими, соціально зумовленими і виявляються у суспільних зв'язках, відносинах з навколишнім світом, іншими людьми та визначають поведінку людини.

Оцінка дня, що минув — прийом самовиховання, що полягає в обліку своєї діяльності, щоденному оцінюванні її результатів з виставленням оцінок за певні вчинки.

Оцінювання знань — визначення й вираження в умовних одиницях (балах), а також в оціночних судженнях викладача знань, умінь та навичок учнів відповідно до вимог навчальних програм.

Пам'ять — процеси запам'ятовування, зберігання, відтворення і забування індивідом його попереднього досвіду.

Пам'ять довготривала — основний вид людської пам'яті, який характеризується тривалим збереженням набутих знань, навичок і вмінь.

Пам'ять довільна —- процеси запам'ятовування і відтворення, які відбуваються відповідно до поставленої мети щось запам'ятати чи відтворити.

Пам'ять емоційна — пам'ять, що виявляється в запам'ятовуванні та відтворенні людиною своїх емоцій і почуттів.

Пам'ять короткочасна — пам'ять, яка характеризується швидким запам'ятовуванням матеріалу, негайним його відтворенням і швидким забуванням.

Пам'ять механічна — пам'ять, що грунтується на простому багаторазовому повторенні матеріалу без розуміння його змісту.

Пам'ять мимовільна — процеси запам'ятовування і відтворення, які відбуваються без спеціально поставленої мети щось запам'ятати чи відтворити.

Пам'ять образна — пам'ять, що проявляється у запам'ятовуванні образів і уявлень про предмети, явища, властивості та зв'язки між ними.

Пам'ять рухова — пам'ять, що проявляється у запам'ятовуванні й відтворенні людиною своїх рухів.

Пам'ять сенсорна — пам'ять, яка характеризується дуже коротким (до 2 секунд) збереженням сприйнятої інформації, що фіксується в рецепторах.

Пам'ять словесно-логічна — специфічний вид пам'яті, що проявляється в запам'ятовуванні й відтворенні думок, понять, суджень.

Пам'ять смислова — пам'ять, що ґрунтується на розумінні матеріалу, який запам'ятовується.

Патріотизм (гр. — земляк, співвітчизник) — одне з найглибших громадянських почуттів, змістом якого є любов до батьківщини, відданість своєму народові, гордість за надбання національної культури.

Педагогіка (гр. — дитя і — веду) — сукупність теоретичних і прикладних наук, що вивчають процеси виховання, навчання і розвитку особистості.

Педагогіка народного календаря — складова народної педагогіки, що передбачає виховання дітей та молоді шляхом залучення їх до сезонних робіт, підтримання звичаїв, участі у святах і обрядах.

Педагогіка народознавства — напрям сучасної педагогіки, який вивчає шляхи та засоби практичного засвоєння студентами культурно-історичних надбань минулих поколінь: традицій, звичаїв, обрядів свого народу.

Педагогічна вимога — педагогічний вплив на свідомість вихованця з метою спонукати його до позитивної діяльності або гальмувати його дії та вчинки, що мають негативний характер.

Педагогічна деонтологія (гр. — належне, потрібне, необхідне) — народні знання про виховні обов'язки батьків перед дітьми, вчителів перед учнями, вихователів перед вихованцями, про етичні норми, необхідні для виконання педагогічних функцій.

Педагогічна діагностика — виявлення за допомогою спеціальних методик стану навчально-виховної роботи, окремих її напрямів з метою коригування змісту, форм і методів їх реалізації в педагогічному процесі.

Педагогічна майстерність — характеристика високого рівня педагогічної діяльності, що ґрунтується на високому рівні фахових знань і вмінь педагога, його загальній культурі та педагогічному досвіді.

Педагогічна техніка — уміння використовувати психофізичний вплив як інструмент виховання.

Педагогічна технологія (гр. — мистецтво, майстерність і — слово, вчення) — сукупність психолого-педагогічних настанов, які визначають спеціальний підхід і поєднання форм, методів, способів, прийомів, виховних засобів (схем, креслень, діаграм, карт).

Педагогічний вплив — педагогічно доцільна організація життєдіяльності студентів, у процесі якої вони набувають необхідних рис і якостей, знань, навичок і звичок.

Педагогічний досвід — практика педагогічної діяльності людини і її результат, який виявляє рівень опанування її об'єктивними закономірностями.

Педагогічний процес (лат. — просування вперед) — спеціально організована, цілеспрямована взаємодія педагогів і вихованців, метою якої є вирішення освітніх проблем і розвиток особистості.

Педагогічний такт — почуття міри в застосуванні педагогічного впливу на вихованців, коли оптимально враховуються умови ситуації, її соціальні та педагогічні наслідки.

Перевиховання — виховний процес, спрямований на подолання негативних рис особистості, що сформувалися під впливом негативних умов виховання.

Переключення уваги — перенесення людиною уваги з одного об'єкта, виду діяльності на інший.

Переконання — система мотивів, що спонукають особистість діяти відповідно до своїх поглядів, принципів, світогляду.

Переконування — спосіб комунікативного впливу, при якому вихователь звертається до свідомості, почуттів вихованців з метою формування у них певних поглядів, переконань та норм поведінки.

Перцептивні дії — система дій, спрямованих на обстеження предмета у процесі сприймання.

Перцепція (лат. — сприймання) — чуттєве сприймання зовнішніх об'єктів.

Перцепція соціальна (лат. — товариський, громадський) — сприймання, розуміння й оцінювання людьми соціальних об'єктів (інших людей, груп, соціальних спільнот).

Підручник — книга, яка містить основи наукових знань із певної навчальної дисципліни, викладені згідно з цілями навчання, визначеними програмою і вимогами дидактики.

Пізнання — процес цілеспрямованого відображення об'єктивної реальності у свідомості людей.

Післядія в аналізаторі — інерція відчуттів, яка проявляється в існуванні позитивного і негативного послідовних образів.

Пластичність (гр. — мазь, пластир) — риса темпераменту, яка є свідченням гнучкості, легкості пристосування людини до нових умов.

Пластичність характеру — здатність індивіда змінювати окремі властивості характеру при зміні зовнішніх умов.

Поведінка — система взаємопов'язаних реакцій і дій людини й тварин у взаємодії з навколишнім середовищем.

Подразник адекватний (лат. — рівний, відповідний) — подразник, до сприймання якого даний орган пристосований і який у звичайних умовах його збуджує.

Подразник неадекватний — подразник, до сприймання якого даний орган не пристосований і який у звичайних умовах його не збуджує.

Подразник підпороговий — подразник малої сили, який ще не зумовлює відчуття і сигнал про нього не передається в кору головного мозку.

Покарання (як метод виховання) — метод, що реалізується через несхвалення, осуд негативних дій та вчинків вихованців з метою їх припинення або недопущення в майбутньому.

Політехнічна освіта (гр. — багато і — мистецтво, майстерність) — сукупність знань про головні галузі й наукові принципи виробництва, оволодіння загальнотехнічними вміннями, необхідними для участі в продуктивній праці.

Поняття — форма мислення, яка відображає загальні, істотні ознаки предметів і явищ дійсності.

Порівняння — мисленнєва операція, що дає змогу встановити схожі і відмінні ознаки об'єктів, що аналізуються.

Послідовний образ негативний (лат. — заперечний) — наступна фаза у перетворенні позитивного послідовного образу, при якій у випадку кольорового подразника основний колір замінюється на додатковий.

Послідовний образ позитивний (лат. — умовний) — результат інерції зору, завдяки якій після припинення дії подразника протягом короткого часу зберігається відтворений образ, який за яскравістю і кольором є відповідним подразнику, що діяв.

Послідовність мислення — якість мислення, що передбачає уміння людини дотримуватися логічних правил і не суперечити собі в міркуваннях, доводити і обґрунтовувати свої оцінки і висновки.

Потреба — стан живого організму, який виражає його залежність від об'єктивних умов існування та розвитку і спонукає до активності відносно цих умов.

Потяг — неусвідомлюване, нецілеспрямоване спонукання, що виражається в чуттєвому переживанні потреби і не викликає активних дій.

Почуття — специфічна форма відображення дійсності, в якій виявляється стійке суб'єктивно-емоційне ставлення людини з властивими їй потребами до предметів і явищ, які вона пізнає і змінює. **Почуття двоїсте (амбівалентне)** (лат. — обидва і — сила, міць) — складне, суперечливе переживання, в якому полярні емоції переплітаються, зливаються чи переходять одна в одну, утворюючи нову якісну характеристику почуття.

Почуття невизначено-орієнтувальне — короткочасне емоційне переживання людини при зустрічі з новим об'єктом.

Пояснення — метод навчання, що полягає в словесному тлумаченні слів, термінів, понять, явищ, принципів дій приладів, використання наочних посібників тощо.

Пояснювально-ілюстративне навчання — технологія навчання, при якій пізнавальна діяльність має репродуктивний характер.

«Правила моєї поведінки» — прийом самовиховання, що передбачає складання вихованцем правил власної поведінки.

Правове виховання — виховна діяльність закладу освіти, сім'ї, правоохоронних органів, спрямована на формування в молоді правової свідомості, навичок і звичок законослухняності.

Прагнення — усвідомлений мотив, у якому виявлена потреба, що може бути задоволена за допомогою вольових зусиль.

Практикум — вид лабораторної роботи. Проводиться після вивчення великих розділів курсу. Має повторювальний і узагальнювальний характер.

Практична робота (гр. — активний, діяльний) — метод навчання, при якому педагог організовує детальний розгляд студентами окремих теоретичних висновків навчального предмета й формує уміння та навички їх практичного застосування шляхом індивідуального виконання студентом відповідно сформульованих завдань.

Предмет дидактики вищої школи — зміст освіти у ВНЗ і організація процесу, що забезпечує оволодіння цим змістом.

Предмет педагогіки — навчально-виховна діяльність, що здійснюється в закладах освіти людьми, уповноваженими на це суспільством.

Предметний гурток — науково-освітній гурток, який організовують для розширення й поглиблення знань студентів з різних предметів та розвитку в них інтересу до відповідних галузей науки, техніки, видів спорту, мистецтва.

Предметність сприймання — особливість сприймання, яка проявляється в тому, що властивості предмета відображаються в образі не ізольовано, а як такі, що належать предмету та перебувають зовні.

Привчання (як метод виховання) — метод, що ґрунтується на вимозі до вихованця виконувати певні дії, наприклад дотримуватися вимог режиму.

Пригадування — активний процес відтворення у свідомості людини її попереднього досвіду.

Прийом виховання — частина, елемент методу виховання, необхідний для ефективнішого застосування методу в конкретній ситуації.

Прийом іронії — виховний прийом, що реалізується через викликання у вихованців відчуття сорому, ніяковості за негідні вчинки, поведінку.

Прийом наказу — виховний прийом, що реалізується через категоричну вимогу вихователя виконати певне завдання, не допускати порушень дисципліни тощо.

Прийом натяку — виховний прийом, що реалізується через розповідь про аналогічний учинок і створення обставин, за яких вихованець повинен сам відчути провину, порівнюючи свої дії з позитивними прикладами.

Прийом удаваної байдужості — виховний прийом, що реалізується через створення педагогом ситуації, яка демонструє недоречність негативних дій вихованців та спонукає їх припинити ці дії.

Приклад у вихованні — метод формування свідомості, в якому конкретизуються моральні, естетичні норми, правила поведінки.

Прикладні дослідження в педагогіці — дослідження, які на основі фундаментальних знань дають відповіді на питання, що безпосередньо пов'язані з практикою.

Принцип виховання (лат. — основа) — керівне твердження, яке відображає загальні закономірності процесу виховання і визначає вимоги до змісту його організації і методів.

Принцип навчання (дидактики) — твердження, що визначає зміст, організаційні форми і методи навчальної роботи.

Принципи педагогічного процесу — система основних вимог до навчання і виховання, дотримання яких дає змогу ефективно вирішувати проблеми всебічного розвитку особистості.

Принциповість — вольова якість, що 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 дії.

Пристрасть — стійке, глибоке й сильне переживання, що на певний час визначає спрямованість думок і дій людини.

Проблема (гр. — задача, утруднення) — складне теоретичне або практичне завдання, що потребує вивчення, дослідження й вирішення.

Проблемне навчання — різновид розвиваючого навчання, істотною рисою якого є здатність формувати творче мислення особистості та прищеплювати навички наукового пошуку.

Програма виховання (гр. — розпорядження, оголошення) — короткий виклад основних положень і цілей діяльності навчально-виховного закладу щодо виховання студентів упродовж усього періоду їх навчання.

Програмоване навчання — різновид репродуктивного підходу до навчання, який передбачає використання спеціальних програм управління процесом засвоєння знань.

Проекція (лат. — викидання) — неусвідомлене перенесення власних бажань і переживань, у яких людина не хоче зізнатися собі через їх соціальну неприйнятність, на інших людей.

Просемінар (лат. — розсадник) — перехідна від лекції до семінару форма організації пізнавальної діяльності студентів через практичні й лабораторні заняття, в структурі яких є окремі компоненти семінару.

Просторова локалізація відчуттів (лат. — місцевий) — відтворення у відчуттях місця перебування подразника.

Професійна адаптація (лат. — пристосовую) — процес пристосування людини до професійної діяльності, її умов, досягнення бажаної продуктивності праці й відповідності між професійними намірами, інтересами, якостями особистості та вимогами до діяльності.

Професійна діагностика (лат. — спеціальність) — система психологічного вивчення особистості з метою виявлення її професійно значущих рис і якостей.

Професійна консультація — надання особистості на основі її вивчення науково обґрунтованої допомоги щодо найоптимальніших для неї напрямів і засобів професійного самовизначення.

Професійна освіта — сукупність знань, практичних умінь і навичок, необхідних для виконання роботи в певній галузі трудової діяльності.

Професійні педагогіки — галузі педагогіки, що вивчають особливості, форми і методи навчання людей, які здобувають або мають певний фах (лікувальна, театральна, військова, спортивна педагогіки та ін.).

Профільне навчання — форма диференційованого навчання, яка забезпечує глибоке засвоєння системи навчальних предметів певного напряму і достатній рівень оволодіння рештою навчальних дисциплін.

Процес виховання — система виховних заходів, спрямованих на формування всебічно і гармонійно розвиненої особистості.

Психіка (гр. — душевний) — властивість високоорганізованої матерії, що проявляється у відображенні об'єктивної дійсності.

Психічні властивості — стійкі індивідуально-психічні особливості людини, які характеризують її як особистість чи індивідуальність і виявляються в її поведінці.

Психічні процеси (лат. — проходження) — складні види внутрішньої діяльності людини, спрямовані на пізнання себе і навколишнього світу.

Психічні стани — емоційно забарвлені мінливі стани людини, які виникають під впливом різних обставин життя, стану здоров'я та інших факторів.

Психологічний захист — регулятивна система, яку особистість використовує для усунення психологічного дискомфорту, переживань, які загрожують Я-образу, і зберігає його на бажаному і можливому за певних обставин рівні.

Психологія (гр. — душа і — слово, вчення) — наука про факти, закономірності та механізми психічного життя людей і тварин.

Радість — позитивний емоційний стан, пов'язаний із можливістю задовольнити актуальну потребу, імовірність чого раніше була невелика чи невизначена.

Раціоналізація (лат. — розуміння) — псевдорозумне пояснення людиною своїх бажань, учинків, зумовлене причинами, визнання яких загрожувало б утратою самоповаги.

Реактивність (лат. — проти і — діяльний) — властивість темпераменту, яка характеризує силу емоційної реакції людини на зовнішні та внутрішні впливи.

Регресія (лат. — повертаюсь) — повернення до попередніх, безпечніших, простіших і примітивніших стадій психічного життя, на яких переживалося почуття задоволення.

Рейтинг (англ. — оцінювати, визначати клас) — позиція студента в групі за результатами навчання з певного предмета, яка визначається рейтинговим показником, тобто величиною, яка є відсотковим відношенням суми опорних оцінок з усіх модулів до суми максимально можливих.

Ремінісценція (лат. — спогад) — повніше і точніше відтворення матеріалу через певний час після заучування, ніж зразу після нього.

Репродуктивний рівень розвитку здібностей (лат. — знову створюю) — нижній рівень розвитку здібностей, який проявляється в діяльності людини, спрямованій на відтворення уже відомих зразків матеріальної і духовної культури.

Реферат (лат. — доповідь) — короткий усний чи письмовий виклад основних тез учення, наукової праці, дослідження або змісту книги; доповідь на певну тему, що містить огляд друкованих джерел.

Рефлекс (лат. — відображений) — опосередкована нервовою системою відповідь організму на подразник.

Рефлекс безумовний — спадково закріплена форма реакції організму на біологічно важливі впливи ззовні чи зміну його внутрішнього стану.

Рефлексія — усвідомлення суб'єктом того, як його сприймає партнер по спілкуванню.

Рецептор (лат. — отримувати) — периферійна спеціалізована частина аналізатора, яка перетворює енергію впливу подразника на процес нервового збудження.

Реципієнт (лат. — той, хто одержує) — людина, яка сприймає і декодує повідомлення комунікатора.

Ризик — активна дія, спрямована на привабливу ціль, досягнення якої пов'язане з елементами небезпеки.

Рівень домагань — прагнення досягти мети тієї складності, на яку людина вважає себе здатною.

Рішучість — вольова якість, що виражається в здатності людини своєчасно і без зайвих вагань приймати обґрунтовані та відповідальні рішення, твердо і непохитно впроваджувати їх у життя.

Родинна педагогіка — складова народної педагогіки, в якій зосереджено знання й досвід щодо створення і збереження сім'ї, започаткування та продовження сімейних традицій (трудових, моральних, мистецьких).

Розвивальне навчання — спрямованість принципів, методів і прийомів навчання на ефективний розвиток пізнавальних процесів: сприймання, мислення, пам'яті, уяви тощо.

Розвиток людини — процес фізичного і психічного становлення та формування її особистості під впливом зовнішніх і внутрішніх, керованих і некерованих чинників, серед яких провідну роль відіграють цілеспрямоване виховання та навчання.

Розповідь — метод навчання, що передбачає послідовне розкриття змісту невеликого за обсягом навчального матеріалу.

Розповідь науково-популярна — розповідь, яка передбачає теоретичний аналіз певних явищ.

Розповідь описова — послідовний виклад ознак, особливостей предметів і явищ навколишньої дійсності (наприклад, опис музею-садиби).

Розповідь художня — образний переказ фактів, учинків дійових осіб (наприклад, розповідь про географічні відкриття).

Розподіл уваги — здатність людини одночасно виконувати два або більше видів діяльності.

Розумове виховання — цілеспрямована діяльність педагогів із розвитку інтелектуальних здібностей і мислення людини, прищеплення культури розумової праці.

Рушійні сили виховного процесу — сукупність внутрішніх і зовнішніх суперечностей, вирішення яких сприяє просуванню до нових цілей.

Самоактуалізація — прагнення людини до повнішого виявлення, розвитку і реалізації своїх особистісних можливостей.

Самоаналіз — прийом самовиховання, який передбачає критичні роздуми над своєю поведінкою, окремими вчинками.

Самовиховання — свідома діяльність людини, спрямована на вироблення у собі позитивних рис і подолання негативних.

Самозаборона — прийом самовиховання, який реалізується через свідоме позбавлення себе чогось приємного.

Самозаохочення — прийом самовиховання, який використовується після подолання особистістю певних труднощів, власних негативних рис.

Самозобов'язання — прийом самовиховання, що передбачає планування роботи над формуванням чи подоланням певних рис особистості на конкретний період.

Самоконтроль — прийом самовиховання, який полягає у систематичному фіксуванні (подумки або письмово) свого стану і поведінки для того, щоб попередити небажані думки, емоції, вчинки.

Самонавіювання — прийом самовиховання, який передбачає повторення подумки або вголос певних суджень з метою формування чи подолання певних рис своєї особистості.

Самонаказ — прийом самовиховання, який полягає у прийнятті особистістю твердого рішення не відступати від своїх принципів, поводитися тільки належним чином.

Самообслуговування дітей — обслуговування дитиною самої себе, задоволення своїх побутових потреб власними силами.

Самоосуд — прийом самовиховання, який полягає у незадоволенні власними діями, вчинками, поведінкою.

Самооцінка — прийом самовиховання, суть якого зводиться до зважування подумки своїх можливостей і оцінки своїх дій та вчинків.

Самопереключення — прийом самовиховання, за якого подумки або в діях переходять до справ, які викликають позитивні емоції.

Самопереконання — прийом самовиховання, який полягає в тому, що вихованцю пропонують у певній ситуації знайти аргументи і за їх допомогою переконати себе в тому, що він учинив правильно (неправильно).

Самопідбадьорювання — прийом самовиховання, який передбачає підтримання себе у ситуаціях розгубленості, зневіри у власних силах та можливостях.

Самоповага — компонент образу- Я особистості, який визначається відношенням досягнень особистості до того, на що вона претендує.

Самопримус — прийом самовиховання, який виявляється у спонуканні себе до малоприємних занять, уникненні звичних пасивних форм проведення вільного часу тощо.

Самосвідомість — усвідомлення людиною себе як особистості (своїх якостей і рис, стосунків з іншими людьми, місця і ролі в суспільстві).

Самостійна навчальна робота — різноманітна індивідуальна чи колективна навчальна діяльність студентів, яка здійснюється на навчальних заняттях або вдома за завданням педагога, під його керівництвом, однак без його безпосередньої участі.

Самостійне спостереження — метод навчання, що передбачає самостійне сприймання студентами явищ дійсності у процесі навчання.

Самостійність — вольова якість, що передбачає вміння людини обходитися у своїх діях без сторонньої допомоги і критично ставитися до чужих впливів, оцінюючи їх відповідно до своїх поглядів і переконань.

Самостійність мислення — якість мислення, що виявляється в здатності людини ставити нові проблеми, знаходити нечувані, нерідко оригінальні підходи до їх вирішення, виявляти ініціативу в творчому пошуку.

Самохарактеристика — прийом самовиховання, що реалізується через складання власної характеристики.

Сангвінік (лат. — кров) — людина, яка має сангвінічний темперамент, що проявляється в енергійності, великій емоційності, легкому пристосуванні до різних обставин і нових людей, хорошому самопочутті та інших якостях особистості.

Семінар (лат. — розсадник)— організаційна форма навчання, яка передбачає обговорення проблем, що стосуються прочитаної лекції чи розділу курсу.

Сензитивність (лат. — відчуття) — властивість темпераменту, яка визначається найменшою силою зовнішніх впливів, необхідною для виникнення психічної реакції людини.

Сенсибілізація (лат. —- чутливий) — підвищення чутливості нервових центрів унаслідок взаємодії аналізаторів і систематичного вправляння.

Середовище — сукупність зовнішніх явищ, які стихійно діють на людину і впливають на її розвиток.

Синестезія (гр. — спільне почуття, одночасне відчуття) — виникнення під впливом подразнення одного аналізатора відчуття, характерного для іншого аналізатора.

Синтез (гр. — з'єднання, складання) — мисленнєва операція, об'єднання предметів і явищ за їх спільними й істотними ознаками.

Система освіти (гр. — утворення) — сукупність навчально-виховних закладів, які систематично і послідовно виховують, навчають і готують до життя підростаючі покоління відповідно до завдань суспільства.

Сором — негативний емоційний стан, що виражається в усвідомленні невідповідності власних думок, учинків і зовнішності не тільки сподіванням оточуючих, а й власним уявленням про належну поведінку і зовнішність.

Соціалізація (лат. — спільність, суспільство) — процес перетворення людської істоти на суспільного індивіда, утвердження його як особистості, залучення до суспільного життя як активної, дієвої сили.

Соціальна педагогіка (лат. — товариський, громадський) — галузь педагогіки, що вивчає закономірності та механізми становлення й розвитку особистості в процесі здобуття освіти та виховання в різних соціальних інститутах.

Соціальна роль (лат. — товариський, громадський і — список, перелік) — нормативно схвалений зразок поведінки, якого інші люди очікують від кожного, хто займає дану соціальну позицію.

Соціальний контроль (лат. — товариський, громадський і франц. — перевіряти) — оцінювання відповідності поведінки особистості наявній ситуації і вибраній ролі в процесах взаємодії людей.

Соціограма (лат. — спільність, суспільство і гр. — риска, лінія) — графічне зображення результатів, одержаних за допомогою соціометричного тесту при дослідженні міжособистісних стосунків у малих групах.

Соціометрична зірка — особа, яка в умовах соціометричного дослідження одержала найбільшу кількість позитивних виборів у певній групі.

Соціометричний критерій — конкретне запитання, на яке повинен відповісти кожен досліджуваний при проведенні соціометричного дослідження.

Соціометрія (лат. — спільність, суспільство і гр. — міра) — метод кількісного визначення взаємозв'язків, які утворюються між членами групи в процесі міжособистісного спілкування і взаємодії.

Спадковість — відновлення в нащадків біологічних особливостей батьків.

Спілкування — процес взаємодії між двома чи кількома особами, що полягає в обміні інформацією пізнавального чи емоційно-оцінного характеру.

Спостереження — цілеспрямоване збирання психологічних фактів поведінки і діяльності особистості з метою їх подальшого аналізу і тлумачення.

Сприймання — відображення у свідомості людини предметів і явищ об'єктивної дійсності за їх безпосередньої дії на органи чуття.

Статеве виховання — складова загального процесу виховної роботи, що забезпечує правильний статевий розвиток молоді та оволодіння нормами взаємин із представниками протилежної статі, а також правильне ставлення до проблем статі.

Створення ситуації новизни — метод навчання, що передбачає акцентування на кожному занятті новизни знань, якими збагатилися студенти, створення психологічної атмосфери, в якій вони отримують моральне задоволення від усвідомлення власного інтелектуального зростання.

Стереотипізація (лат. — твердий і гр. — відбиток, форма) — привнесення в образ партнера по спілкуванню рис, якими наділяють представників певної професійної чи національної групи.

Стиль керівництва анархічний (гр. — безладдя) — стиль керівництва, при якому керівник існує лише номінально, а фактично група постійно піддається різноманітним випадковим управлінським впливам.

Стійкість уваги — часова характеристика уваги, що визначається тривалістю збереження цілеспрямованої уваги на певному об'єкті чи виді діяльності.

Стійкість характеру — здатність людини протидіяти зовнішнім впливам і умовам, які намагаються його змінити.

Страждання — негативний емоційний стан, пов'язаний з одержаною інформацією про неможливість задоволення найважливіших життєвих потреб, що до цього часу вважалося ймовірним.

Стратометрична концепція колективу (лат. — шар, настил і гр. — міра) — теорія колективу А. Петровського, згідно з якою міжособистісні стосунки в колективі утворюють багаторівневу структуру, що має в основі спільну діяльність, а компонентами є різні страти (шари) з відображеними в них різними характеристиками міжособистісних стосунків.

Страх — негативний емоційний стан, який виникає у людини при появі уявної або реальної загрози для її життя чи благополуччя.

Стрес (англ. — напруга) — емоційний стан організму, який виникає у напружених обставинах і виявляється у порушенні перебігу психічних процесів, координації рухів, у дезорганізації та гальмуванні всієї діяльності.

Структурність сприймання (лат. — побудова, розміщення)— властивість перцептивного образу відображати будову об'єкта сприймання.

Ступінь глибини характеру — властивість, що визначається головними ставленнями особистості, які лежать в основі характеру.

Сублімація (лат. — підіймаю, підношу) — витрата або переключення енергії лібідо на різні дозволені види діяльності.

Судження — відображення зв'язків між предметами і явищами об'єктивної дійсності чи між їх ознаками і властивостями, виражене в словесній формі.

Схематизація (гр. — вид, форма) — прийом створення образів уяви, для якого характерне спрощене зображення об'єкта у загальних рисах, що властиві багатьом об'єктам.

Такт педагогічний (лат. — відчуття, почуття) — почуття міри в застосуванні засобів педагогічного впливу на студентів.

Таламус (гр. — розміщення) — найбільше з утворень середнього мозку, в якому відбувається первинне оброблення сенсорної інформації.

Талант (гр. — вага, міра, рівень здібностей) — поєднання високорозвинутих спеціальних здібностей, яке дає людині змогу створювати такі продукти діяльності, що виділяються своєю новизною, досконалістю і мають високу суспільну значущість.

Творча особистість — індивід, який володіє високим рівнем знань, потягом до нового, оригінального, вміє відкинути звичайне, шаблонне. Притаманні їй творчі здібності є умовою успішного здійснення творчої діяльності.

Творчий рівень розвитку здібностей — найвищий рівень розвитку здібностей людини, який проявляється у творчому мисленні, спрямованому на створення нових зразків матеріальної і духовної культури.

Творчість — продуктивна людська діяльність, здатна породжувати якісно нові матеріальні та духовні цінності суспільного значення.

Темп навчання (лат. — час) — ступінь швидкості, з якою розгортається навчальний процес, виконується програма і засвоюється навчальний матеріал.

Темп реакції — властивість темпераменту, що проявляється у швидкості перебігу різних психічних явищ.

Темперамент (лат. — устрій, узгодженість) — сукупність індивідуально-психологічних якостей, яка характеризує динамічний та емоційний аспекти поведінки людини і виявляється в її діяльності та спілкуванні.

Темперамент афективно-екзальтований (лат. — настрій, хвилювання і — дуже високий) — темперамент, властивий людям, які легко захоплюються радісними подіями і впадають у відчай від сумних.

Темперамент афективно-лабільний (лат. — настрій, хвилювання і — нестійкий, рухливий) — темперамент, властивий емоційним людям із різкими перепадами настрою.

Темперамент гіпертимний (гр. — надміру і — душа) — темперамент, властивий активним, комунікабельним, ініціативним і життєрадісним людям.

Темперамент дистимний (лат. — префікс, що надає поняттю протилежний чи заперечний смисл і гр. — душа) — темперамент, властивий людям з уповільненістю дій, пасивною життєвою позицією і зниженою мовленнєвою активністю.

Тест (англ. — випробування) — короткочасне стандартизоване випробування, спрямоване на визначення у того, кого досліджують, показників розвитку певних психічних властивостей.

Тестовий контроль — метод навчання, який передбачає вибір студентом одного або кількох варіантів відповідей із запропонованого переліку.

Техніка педагогічна (гр. — вправний) — комплекс знань, умінь і навичок, необхідних педагогу для чіткої організації навчальних занять, ефективного застосування на практиці обраних методів педагогічного впливу як на окремих студентів, так і на студентський колектив загалом.

Технічне мислення — мисленнєва діяльність, спрямована на виконання різноманітних технічних завдань.

Технологія навчання — шлях освоєння конкретного навчального матеріалу в межах предмета, теми, питання.

Технологія навчання як дослідження — технологія навчання, яка ґрунтується на використанні в навчальній діяльності дослідницьких прийомів та методів і сприяє глибокому засвоєнню студентами знань, суб'єктивному відкриттю для себе нових знань на основі вже наявних, формуванню умінь та навичок, інтересу до пізнавальної, творчої діяльності.

Технологія формування творчої особистості — технологія навчання, яка створює умови для формування творчих здібностей студентів.

Типізація (гр. — відбиток, форма) — прийом створення образів уяви, для якого характерні виділення істотного в однорідних фактах і втілення його в новому конкретному образі.

Точність запам'ятовування — індивідуальна особливість пам'яті, яка характеризується кількістю зроблених помилок при відтворенні матеріалу після його запам'ятання.

Тривалість відчуття — часова характеристика відчуття, що визначається часом дії подразника, його інтенсивністю і функціональним станом організму.

Трудове виховання — процес залучення молоді до різноманітних педагогічно організованих видів суспільно корисної праці з метою передання їй виробничого досвіду, розвитку в неї творчого практичного мислення, працьовитості й свідомості людини праці.

Увага — спрямованість і зосередженість свідомості, що передбачає підвищення рівня сенсорної, інтелектуальної чи рухової активності індивіда.

Увага довільна — увага, яку особистість свідомо викликає, спрямовує і регулює.

Увага мимовільна — увага, що виникає в процесі взаємодії людини з навколишнім середовищем без її свідомого наміру і без будь-яких вольових зусиль з її боку.

Увага післядовільна — увага, що виникає на основі інтересу до процесу діяльності.

Уважність — стійка властивість особистості, основою якої є наявність у людини сформованої звички завжди бути уважною.

Узагальнення — мисленнєва операція об'єднання предметів і явищ за їх спільними й істотними ознаками.

Уміння — зумовлена знаннями і навичками готовність людини успішно досягати свідомо поставленої мети діяльності в мінливих умовах її протікання.

Умовивід — форма мислення, в якій з одного або кількох пов'язаних суджень виводиться нове судження, яке дає нові знання про предмети чи явища.

Умовний рефлекс — тимчасовий нервовий зв'язок, який утворюється в корі головного мозку при поєднанні умовного (індиферентного) і безумовного подразників.

«Упізнай себе» — прийом самовиховання, що передбачає зачитування часткової характеристики на учня, який повинен здогадатися, що мова йде про нього.

Управління — діяльність, спрямована на прийняття рішень, організацію контролю об'єкта управління згідно з метою, аналіз і підведення підсумків на основі достовірної інформації.

Установка — неусвідомлювана готовність особистості до діяльності, за допомогою якої може бути задоволена потреба.

Учіння — цілеспрямований процес засвоєння студентами знань, оволодіння уміннями та навичками.

Уява — процес створення людиною на основі її попереднього досвіду образів об'єктів, яких вона безпосередньо не сприймала і не сприймає.

Уява активна — уява, при якій образи створюються за участю волі. При цьому створені образи спонукають людину до діяльності.

Уява пасивна (лат. — недіяльний) — уява, в якій створюються образи, що не втілюються в життя, намічаються програми поведінки, що не здійснюються або не можуть бути здійснені.

Уява репродуктивна (лат. — знову створюю) — процес створення образів уяви, що відповідають опису.

Уява творча —- процес самостійного створення нових образів, які реалізуються в оригінальних і цінних продуктах діяльності.

Уявлення пам'яті — відтворення у свідомості людини образів предметів і явищ, які вона раніше сприймала.

Факультатив (лат. — можливість) — навчальний предмет, курс, що вивчається студентами за бажанням з метою поглиблення й розширення наукових і прикладних знань.

Фізичне виховання — система соціально-педагогічних заходів, спрямована на зміцнення здоров'я та загартовування організму, гармонійний розвиток функцій і фізичних можливостей людини, формування життєво важливих рухових навичок та вмінь.

Філогенез (гр. — рід, плем'я, вид — походження) — історичний розвиток різних родів і видів організмів.

Флегматик (гр. — слиз) — людина, яка має флегматичний темперамент, що характеризується спокійністю, врівноваженістю, малою емоційною збудливістю, сповільненістю рухових і мовленнєвих реакцій, високою працездатністю і малою комунікабельністю.

Форма організації навчання — зовнішнє вираження узгодженої діяльності викладача і студентів, що здійснюється у встановленому порядку і в певному режимі.

Формалізм у навчанні (лат. — складний за формою) — механічне заучування навчального матеріалу без достатнього розуміння і вміння застосовувати його на практиці.

Формування особистості — становлення людини як соціальної істоти внаслідок впливу середовища і виховання на внутрішні сили розвитку.

Френологія (гр. — розум і — слово, вчення) — вчення про локалізацію здібностей у певних ділянках мозку. Наукові дослідження мозку не підтвердили ідей френології.

Фрустрація (лат. — обман, розлад, руйнування планів) — психічний стан емоційного напруження, який викликають об'єктивно нездоланні (або суб'єктивно уявлювані) перешкоди, що виникають на шляху до важливої мети.

Фундаментальні дослідження в педагогіці — дослідження, що мають на меті розкриття загальних особливостей педагогічних явищ, наукове обґрунтування педагогічної діяльності.

Функція волі гальмівна — ситуативне вольове стримування небажаних проявів емоцій, дій і вчинків, які не відповідають світогляду і моральним переконанням особистості.

Функція волі спонукальна — свідоме посилення активності людини, спрямоване на подолання зовнішніх і внутрішніх перешкод на шляху до мети.

Функція емоцій регулятивна (лат. — впорядковую) — функція емоцій, яка виражається в тому, що стійкі переживання стимулюють і спрямовують поведінку, змушуючи людину долати труднощі, чи стримують перебіг діяльності, блокують її.

Функція емоцій сигнальна (лат. — знак) — здатність переживань виступати в ролі сигналів, які інформують людину про характер процесу задоволення потреб.

Функція спілкування регулятивно-комунікативна (лат. — впорядковую і — пов'язую, спілкуюсь) — функція спілкування, що реалізується у регулюванні не тільки власної поведінки, а й поведінки інших людей.

Характер (гр. — прикметна риса, ознака) — складне й індивідуально-своєрідне поєднання рис людини, яке формується в

процесі її розвитку під впливом умов життя та виховання і виявляється в її поведінці.

Характер типовий (гр. — відбиток, форма) — характер, у якому втілені основні риси й особливі прикмети, властиві певному народу, нації, верстві населення тощо.

Холерик (гр. — жовч) — людина, що має холеричний темперамент, якому властивий сильний, рухливий, але не врівноважений тип вищої нервової діяльності.

Центральна нервова система — основний орган психічної діяльності людини, який включає в себе головний і спинний мозок, що розташовані відповідно в черепі та хребті.

Цілеспрямованість — вольова якість, що полягає в умінні людини керуватися у своїх діях і вчинках загальними і стійкими цілями, зумовленими її стійкими переконаннями.

Цілісність сприймання — властивість перцептивного образу відображати предмету всій сукупності його рис як єдине ціле.

Часткові (предметні) методики — галузі педагогіки, предметом дослідження яких є закономірності викладання і вивчення конкретних навчальних дисциплін у закладах освіти всіх типів.

Читацькі інтереси особистості — перевага, яку особистість віддає певним жанрам літератури, творам певного автора чи певного змісту.

Чуттєвий тон — певний емоційний відтінок психічного процесу, усвідомлюваний як властивість предмета, що сприймається суб'єктивно.

Швидкість запам'ятовування — індивідуальна особливість пам'яті, яка визначається кількістю повторень, необхідних людині для запам'ятання певного обсягу матеріалу.

Швидкість мислення — якість мислення, що визначається часом, протягом якого різні люди справляються з виконанням тих самих завдань.

Якість відчуття — основна властивість певного відчуття, яка відрізняє його від інших відчуттів. Зумовлена фізико-хімічними властивостями подразників, адекватних для даного аналізатора.

Я-концепція (лат. — сприйняття) — динамічна система уявлень людини про себе, на основі якої вона вибудовує взаємовідносини з іншими людьми.

Рекомендована література

1. Бенеш Г. Психологія:dtv-Atlas: Довідник: Пер. з нім. / Худож. Герман і Катаріна фон Заальфельд; Наук. ред.. пер. В.О. Васютинський. – К.: Знання-Прес, 2007. – 510 с.: іл.

2. Волкова Н.П. Професійно-педагогічна комунікація: Навч. посібник. – К.: ВЦ «Академія», 2006. – 256 с. (Альма-матер).

3. Закон України „Про освіту" (від 23 березня 1996р.); доповнення та зміни до Закону України „Про освіту".

4. Закон України "Про вищу освіту" (від 17 січня 2002 р.).

5. Державна національна програма „Освіта" (Україна XXI століття). – К., 1994

6. Лозниця В.С. Психологія і педагогіка: основні положення. Навчальний посібник для самостійного вивчення дисципліни. – К.: «ЕксОб», 1999. – С. 252-260.

7. Лозниця В.С. Психологія і педагогіка: основні положення. Навчальний посібник для самостійного вивчення дисципліни. – К.: «ЕксОб», 1999. – 304 с.

8. М'ясоїд П.А. Загальна психологія: Навч. посіб. – 3-тє вид., випр. – К.: Вища шк., 2004. – 487 с.

9. Макарова Л.І., Гах Й.М. Основи психології і педагогіки: Навчальний посібник. – Київ: Центр навачльної літератури, 2005. – 116 с.

10.Максименко С.Д. Загальна психологія: Навчальний посібник. – К.: «Центр навчальної літератури», 2008. – 272 с.

11.Орбан-Лембрик Л.Е. Соціальна психологія: Навчальний посібник._ К.: Академвидав, 2005. – 448 с. (Альма-матер).

12.Павелків Р.В. Загальна психологія. Підручник. – К., 2004. – 506 с.

13.Педагогіка вищої школи: Навч. посіб. / З.Н. Курлянд, Р.І. Хмелюк, А.В. Семенова та ін..; За ред.. З.Н. Курлянд. - з-тє вид., перероб. і доп. – К.: Знання, 2007. – 495 с.

14.Педагогіка вищої школи: Навч. посіб. / З.Н. Курлянд, Р.І. Хмелюк, А.В. Семенова та ін..; За ред.. З.Н. Курлянд. - з-тє вид., перероб. і доп. – К.: Знання, 2007. – 495 с.

15.Подоляк Л.Г., Юрченко В.І. Психологія вищої школи: Підручник. 2-е вид. – К.: Каравела, 2008. – 352 с.

16.Подоляк Л.Г., Юрченко В.І. Психологія вищої школи: Практикум; Навч. посіб. – К.: Каравела, 2008. – 336 с.

17.Психологія: Підручник/ Ю.Л. Трофімов, В.В. Рибалка, П.А. Гончарук та ін.; за ред. Ю.Л. Трофімова. – 4-те вид., стереотип. – К.: Либідь, 2003. – 560 с.

18.Савчин М.В. Педагогічна психологія: Навч. посіб. – К.: Академвидав, 2007. – 424 с. (Альма-матер).

19.Сисоєва С.О.,Поясок Т.Б. Психологія та педагогіка: Підручник для студентів вищих навчальних закладів непедагогічного профілю традиційної та дистанційної форм навчання. – Вид. 2-ге, доп., випр.. – Кременчук: ПП Щербатих О.В., 2008. – 532 с..

20.Степанов О.М., Фіцула М.М. Основи психології і педагогіки: Посібник. – К.: Академвидав, 2003. – 504 с.

21.Філоненко М.М. Психологія спілкування. Підручник. – К.: Центр учбової літератури, 2008. – 224 с.

22.Фіцула М.М. Педагогіка вищої школи: Навч. посіб. – К.: «Академвидав», 2006. – 352 с. (Альма-матер).

23.Фіцула М.М. Педагогіка вищої школи: Навч. посіб. – К.: «Академвидав», 2006. – 352 с. (Альма-матер).

24.Фіцула М.М. Педагогіка: Навчальний посібник для студентів вищих педагогічних закладів освіти. – К.: Видавничий центр «Академія», 2001. – 528 с.

25.Якубовська С.С. Психологія управління: Навч. посібник. – Рівне: НУВГП, 2011. – 360 с.