

МІЖРЕГІОНАЛЬНА
АКАДЕМІЯ УПРАВЛІННЯ ПЕРСОНАЛОМ



МАУП

**МЕТОДИЧНІ МАТЕРІАЛИ
ЩОДО ЗАБЕЗПЕЧЕННЯ САМОСТІЙНОЇ
РОБОТИ СТУДЕНТІВ
з дисципліни
“ПСИХОЛОГІЯ”
(для бакалаврів, спеціалістів)**

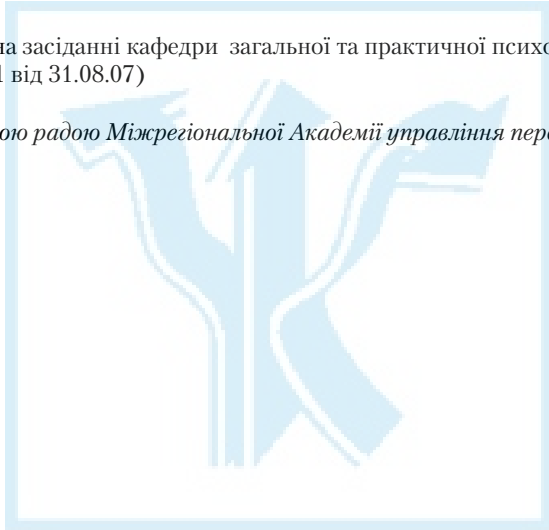
МАУП

Київ 2008

Підготовлено професором кафедри загальної та практичної психології
О. О. Суською

Затверджено на засіданні кафедри загальної та практичної психології
(протокол № 1 від 31.08.07)

Схвалено Вченою радою Міжрегіональної Академії управління персоналом



Суська О. О. Методичні матеріали щодо забезпечення самостійної роботи студентів з дисципліни “Психологія” (для бакалаврів, спеціалістів). – К.: МАУП, 2008. – 46 с.

Методичні матеріали містять пояснювальну записку, тематичний план, завдання для самостійної роботи, питання та завдання для самоконтролю, тести, теми рефератів, а також список літератури.

© Міжрегіональна Академія
управління персоналом (МАУП),
2008

ПОЯСНЮВАЛЬНА ЗАПИСКА

Методичні матеріали містять завдання для самостійної роботи студентів з курсу “Психологія”, які відповідно до програми вивчення дисципліни передбачають оволодіння студентами та опрацювання тем і психологічних термінів, підготовку відповідей на контрольні питання і завдання, а також розв’язання проблемних ситуацій та творчих завдань.

Мета самостійної роботи студентів з дисципліни “Психологія” – закріпити теоретичні знання студентів у межах змісту тем, для яких заплановане самостійне опрацювання. Самостійна робота розвиває у студентів вміння застосовувати ці знання при аналізі конкретних психологічних феноменів та ситуацій. Питання для самоконтролю передбачають активізацію у студентів знань з попередніх тем курсу, вміння прослідкувати взаємозв’язки між різними компонентами психіки людини, аналізувати та порівнювати істотні відмінності в психіці людини та інших живих істот. Творчі завдання, тести, реферати передбачають розвиток вміння застосовувати набуті теоретичні знання для аналізу різноманітних теоретичних та конкретних прикладних проблем психології.

ТЕМАТИЧНИЙ ПЛАН дисципліни “ПСИХОЛОГІЯ”

№ пор.	Назва змістового модуля і теми
	Змістовий модуль I. Індивідуально-психологічні особливості особистості
1	Темперамент
2	Характер
3	Змістовий модуль II. Емоційно-вольова сфера особистості Почуття та емоції
4	Змістовий модуль III. Особистість в діяльності та спілкуванні Спілкування
Разом годин: 54	

ЗАВДАННЯ ДЛЯ САМОСТІЙНОЇ РОБОТИ

Розкриваючи сутність основних функцій психіки, студенти повинні відстежити її роль у процесі взаємодії людини з навколишнім середовищем. Розгляд рефлекторної природи психіки передбачає розкриття фізіологічних механізмів психічної діяльності.

Важливо звернути увагу на специфіку предмета та об'єкта психології як науки і простежити їх взаємозв'язок з іншими галузями психологічної та багатьох інших гуманітарних наук.

Змістовий модуль I. Індивідуально-психологічні властивості особистості

Тема 1. Темперамент

1.1. Визначення темпераменту

ТЕМПЕРАМЕНТ (від лат. *temperamentum* — належне співвідношення рис, узгодженість, устрій) — характеристика індивіда з боку динамічних особливостей його психічної діяльності, тобто темпу, швидкості, ритму, інтенсивності, що є складовими цієї діяльності психічних процесів і станів.

Темперамент — якість особистості, що сформувалася в особистому досвіді людини на основі генетичної зумовленості її типу нервової системи і значною мірою визначального стилю діяльності. Темперамент належить до біологічно зумовлених підструктур особистості. Виокремлюють чотири основних типи темпераменту: сангвінік, холерик, флегматик і меланхолік.

ЗАГАЛЬНЕ ПОНЯТТЯ ПРО ТЕМПЕРАМЕНТ

Коли говорять про темперамент, то мають на увазі різноманітні психічні розходження між людьми, а саме: за глибиною, інтенсивністю, стійкістю емоцій, емоційною вразливістю, темпом, енергійністю дій та іншими динамічними, індивідуально-стійкими особливостями психічного життя, поведження і діяльності. Проте темперамент і нині залишається багато в чому спірною і невирішеною проблемою. Однак за всієї різноманітності підходів до проблеми, вчені і практики визнають, що темперамент — біологічний фундамент, на якому формується особистість як соціальна істота.

Темперамент відбиває динамічні аспекти поведження, переважно природженого характеру, тому властивості темпераменту найбільш

стійкі і постійні порівняно з іншими психічними особливостями людини. Найбільш специфічна особливість темпераменту полягає в тому, що різні його властивості певної людини не випадково поєднуються один з одним, а закономірно пов'язані між собою, утворюючи визначену організацію, структуру, що характеризує темперамент.

Отже, під темпераментом варто розуміти індивідуально своєрідні властивості психіки, що визначають динаміку психічної діяльності людини, однаково виявляються в різноманітній діяльності незалежно від її змісту, цілей, мотивів, залишаються постійними в зрілому віці і у взаємозв'язку характеризують тип темпераменту.

До властивостей темпераменту належать індивідуальні особливості, що:

- 1) регулюють динаміку психічної діяльності загалом;
- 2) характеризують особливості динаміки окремих психічних процесів;
- 3) мають стійкий і постійний характер і зберігаються в розвитку упродовж тривалого часу;
- 4) знаходяться в строго закономірному співвідношенні, що характеризує тип темпераменту;
- 5) однозначно зумовлені загальним типом нервової системи.

Користуючись зазначеними ознаками, можна відрізнити властивості темпераменту від усіх інших психічних властивостей особистості.

1.2. Основні компоненти темпераменту

Аналіз внутрішньої структури темпераменту представляє значні труднощі, зумовлені відсутністю в ньому (у його звичайних психологічних характеристиках) єдиного змісту і єдиної системи зовнішніх виявів. Спроби такого аналізу приводять до виокремлення трьох головних, ведучих компонентів темпераменту, що належать до сфер загальної активності індивіда, його моторики та емоційності. Кожен із цих компонентів, у свою чергу, має доволі складну багатомірну будову і різні форми психологічних виявів.

Особливе значення в структурі темпераменту має той його компонент, що позначається як загальна психічна активність індивіда. Сутність психічної активності полягає у прагненні особистості до самовираження, ефективного освоєння і перетворення зовнішньої дійсності; звичайно, при цьому напрям, якість і рівень реалізації цих

тенденцій визначається іншими особливостями особистості: її інтелектуальними і характерологічними особливостями, комплексом її відносин і мотивів. Ступінь активності поширюється від млявості, інертності і пасивного споглядання на одному полюсі до вищого ступеня енергії, могутньої стрімкості дій і постійного підйому – на іншому. До групи якостей, що становлять перший компонент темпераменту, близько підходить група, яка створює інший – руховий, або моторний компонент, в якому важливу роль відіграють якості, пов'язані з функцією рухового (і спеціального мовного апарату). Серед динамічних якостей рухового компонента варто виокремити такі, як швидкість, сила, різкість, ритм, амплітуда та інші ознаки м'язового руху. Сукупність особливостей м'язової і мовної моторики становлять ту грань темпераменту, що піддається спостереженню й оцінюванню і нерідко є основою для судження про темперамент їхнього носія.

Третім основним компонентом темпераменту є “емоційність”, що становить великий комплекс властивостей і якостей, що характеризують особливості виникнення, протікання і припинення різноманітних почуттів, афектів і настроїв. Порівняно з іншими складовими темпераменту цей компонент найскладніший і володіє розгалуженою власною структурою. Як основні характеристики “емоційності” виокремлюють вразливість, імпульсивність і емоційну лабільність. Вразливість виражає афективну сприйнятливості суб'єкта, чуйність його до емоційних впливів, здатність знайти підґрунтя для емоційної реакції там, де для інших такого не існує. Терміном “імпульсивність” позначається швидкість, з якою емоція стає спонукальною силою вчинків і дій без їхнього попереднього обмірковування і свідомого рішення виконати їх. Під емоційною лабільністю, звичайно, приймається швидкість, з якою припиняється такий емоційний стан або відбувається зміна одного переживання іншим.

Основні компоненти темпераменту утворюють в актах людського поведіння таку своєрідну єдність спонукання, дії і переживання, що дозволяє говорити про цілісність виявів темпераменту і дає можливість відносно чітко обмежити темперамент від інших психічних утворень особистості – її спрямованості, характеру, здібностей і т. ін.

1.3. З історії вчень про типи темпераменту

Творцем навчання про темперамент вважається давньогрецький лікар Гіппократ (V ст. до н. е.). Він стверджував, що люди відрізня-

ються співвідношенням чотирьох основних “соків” життя — крові, флегми, жовтій жовчі і чорній жовчі, які входять до організму людини. Виходячи з його вчення, найзнаменитіший після Гіппократа лікар античності Клавдій Гален (II ст. до н. е.) розробив першу типологію темпераментів. Відповідно до його вчення тип темпераменту залежить від переваги в організмі одного із соків. Він виокремив темпераменти, що в наш час користуються широкою популярністю: сангвініка (від лат. *sanguis* — кров), флегматика (від грец. *φlegma* — лімфа), холерика (від грец. *cholē* — жовч), і меланхоліка (від грец. *melē cholē* — чорна жовч). Ця фантастична концепція мала величезний вплив на вчених протягом багатьох століть. Так, Кант (1724–1804) зазначив, що з фізіологічної точки зору, коли йдеться про темперамент, мають на увазі фізичну конституцію (слабка або сильна статура) і комплекцію (рідше, за допомогою життєвої сили закономірно рухливе в тілі, до чого належать також тепло або холод при обробці цих соків).

Проте з психологічного погляду, тобто як темперамент душі (здатності почуття і бажання), ці вираження крові, що стосуються властивостей, визначені тільки за аналогією гри почуттів і бажання з тілесними рушійними причинами (з яких кров найважливіша).

Головний розподіл вчення про темпераменти полягає в тому, що темпераменти почуття і темпераменти дії поділяються на два види, що в сукупності дає чотири темпераменти.

До темпераментів почуттів, за Кантом, належать: а) сангвінічний і б) його протилежність — меланхолічний. Особливістю першого є те, що на відчуття виявляється швидкий і сильний вплив, але воно проникає не глибоко (не буває тривалим); у другому ж темпераменті відчуття буває менш яскравим, проте пускає глибокі корені. У цьому варто вбачати розходження темпераментів почуттів, а не в розташуванні до веселощів або суму.

1.4. Темперамент і почуття

А. Сангвінічний темперамент людини веселої вдачі.

Відчуття сангвініка можна схарактеризувати наступним чином: це людина безтурботна, повна надій; кожній речі вона на мить надає великого значення, проте за хвилину вже перестає про неї думати; чесно обіцяє, але не дотримується свого слова, тому що недостатньо глибоко обміркувала, чи спроможна виконати його. Сангвінік доволі добродушний, щоб допомогти іншому, але як боржник, він завжди ви-

магає відстрочки. Така людина гарний співрозмовник, любить жартувати, весела, готова нічому в світі не надавати великого значення і всі люди друзі. Звичайно, вона не зла людина, але грішник, що тяжко піддається виправленню. Правда, сангвінік сильно кається, але незабаром забуває своє каяття (яке ніколи не перетворюється для нього в скорботу). Робота його незабаром стомлює, але він без втоми займається тим, що по суті є лише грою, оскільки гра завжди пов'язана зі змінами.

В. Меланхолічний темперамент людини похмурої вдачі.

Людина, схильна до меланхолії (не меланхолік, тому що це означає вже стан, а не проста схильність до стану), надає всьому, що її стосується, великого значення, скрізь знаходить приводи для побоювань і звертає увагу насамперед на труднощі. Такій людині складно щось обіцяти, тому що вона не може не виконати обіцянку, і сумнівається, чи взмозі дотримати слова. Усе це меланхолік розуміє не як моральні причини (тому що тут йдеться про почуттєві мотиви), а як, протилежне, що завдає йому неприємність, що зумовлює заклопотаність, недовірливість, сумніви, а через це несприйнятливості до розваг. Утім, коли такий настрої стає звичним, він протиставляє його настрою людинолюбця, тобто сангвініку, (той, хто сам обходиться без радості, навряд чи побажає її іншому).

1.5. Темперамент і діяльність

Холеричний темперамент притаманний людині запального типу.

Про таку людину говорять, що вона гарячкувата, спалахує швидко, як солома, але в разі поступливості інших швидко заспокоюється. У гніві немає ненависті, любить іншого тим сильніше, що швидше той йому вступає. Діяльний, але неохоче бере на себе справи саме тому, що не має витримки; охоче приймає посаду начальника, що керує справами, але самостійно вести їх не хоче. Тому панівною пристрастю холерика є честолюбство; він охоче береться за суспільні справи і бажає, щоб його гучно хвалили. Він любить блиск і помпезність церемоній, охоче бере під свій захист інших і з боку здається великодушним, однак не з любові, а з гордості, тому що себе самого він любить більше. Він стежить за порядком і здається тому розумнішим, ніж насправді. Любить мати у власному розпорядженні засоби, щоб не бути скаредним; ввічливий, але любить церемонії. Пихатий в обходженні й охоче має при собі якого-небудь підлесника, який слугує мішенню

для його дотепності, і дуже переймається, коли його горді домагання натрапляють на відсіч. Незначна їдка дотепність, щоб миттю зник ореол величності.

Флегматичний темперамент холоднокровного типу.

Флегма — означає відсутність афекту, а не інертність (безжиттєвість), і тому людину, в якій немає флегми, не можна назвати флегматиком (і зараховувати до розряду ледарів).

Флегма як слабкість — це схильність до бездіяльності, небажання братися за діло, навіть, якщо спонукання до цього доволі сильні. Нечутливість до спонукань становить задоволену марність, і його схильності спрямовані тільки на насичення і сон.

Флегма як сила — це здатність починати рухатися, проте не легко й не швидко, зате надовго. Той, у кого в крові велика доза флегми, нагрівається повільно, але довго зберігає тепло. Такій людині нелегко впасти у гнів, вона спочатку коливається, чи потрібно їй сердитися.

Холоднокровному доводиться шкодувати за тим, що в нього звичайний розум, але водночас він від природи обдарований цією флегмою; хоча він і позбавлений блиску, зате виходить, з їхніх принципів, а не інстинктів. Його вдалий темперамент заміняє йому мудрість, і навіть у повсякденному житті його нерідко називають філософом. Своім темпераментом він перевершує інших, не зачіпаючи їхнього марнославства. Його часто називають проникливим, тому що від нього відскакує все, що спрямоване кимось. Це поступливий чоловік, який вміє забирати владу над дружиною, родичами, хоча на вигляд він покірний волі всіх. Володіючи непохитною, але розсудливою волею, він уміє пристосувати їхню волю до власної, подібно тому як тіло з найбільшої маси з великою швидкістю руху, наносить удар, пробиваючи перешкоди, що трапляються на шляху при незначній швидкості.

Якщо один темперамент з'єднується з іншим, вони протидіють один одному, або нейтралізуються. Перше буває тоді, коли думають, начебто в тому самому суб'єкті з'єднаний сангвінічний темперамент із меланхолійним, або холеричний із флегматичним, тому що вони суперечать один одному. Друге, а саме нейтралізація, відбувається нібито при змішанні сангвінічного темпераменту з холеричним і меланхолійного з флегматичним. Проте, якщо один із цих двох станів у тому самому суб'єкті мають змішуватись з іншим, то в результаті тільки примхи, а не визначений темперамент.

Отже, “чистих”, абсолютних темпераментів немає.

З найдавніших часів дослідники, спостерігаючи значну розмаїтість поведень, що збігаються з розходженнями в статурі і фізіологічних функціях, намагалися їх упорядковувати, різноманітне згрупувати. Так виникли типології темпераментів. Найбільший інтерес становлять ті з них, у яких властивості темпераменту, що розуміються як спадкоємними або природженими, зв'язувалися п'ятьма індивідуальними розходженнями в особливостях статури. Ці типології отримали назву **КОНСТИТУЦІЙНИХ ТИПОЛОГІЙ**. Так, найпоширенішою є типологія, запропонована З. Кречмером, який у 1921 р. опублікував свою знамениту працю “Будівля тіла і характер”. Головна ідея полягала в тому, що люди з визначеним типом додавання мають визначені психічні особливості. Він провів безліч вимірів частин тіла, що дало змогу виокремити чотири конституціональних типи:

ЛЕПТОСОМАТИК — характеризується тендітною статурою, високим зростом, плоскою грудною кліткою. Плечі вузькі, нижні кінцівки — довгі і худі.

ШКШК — людина з вираженою жировою тканиною, надмірно гладка, характеризується малим або середнім зростом, розпливчастим тулубом, великим животом, круглою головою на короткій шії.

АТЛЕТИК — людина з розвиненою мускулатурою, міцною статурою, характеризується високим або середнім зростом, широкими плечима, вузькими стегнами.

ДИСПЛАСТИК — людина з безформною, неправильною будовою. Індивіди цього типу характеризуються різними деформаціями статури (надмірним зростом, непропорційністю).

З названими типами будову тіла Кречмер порівнює три виокремлених типи темпераменту, які він називає: шизотимик, іксотимик і циклотимик. Шизотимик має астенічну статуру, він замкнений, схильний до коливань емоцій, упертий, малоподатливий до зміни установок і поглядів, пристосовується до оточення. Іксотимик має атлетичну статуру, спокійний, зі стриманими жестами і мімікою, з невисокою гнучкістю мислення, часто дріб'язковий. Пікнічну статуру має циклотимик, його емоції коливаються між радістю і сумом, він легко контактує з людьми і реалістичний у поглядах.

Теорія Кречмера була доволі поширеною у Європі, а в США набула популярності концепція темпераменту У. Шелдона, сформульована в 40-х роках ХХ ст. В основі поглядів Шелдона також лежить припущення про те, що тіло і темперамент — це два параметри людини,

тісно пов'язаних між собою. Структура тіла визначає темперамент, що є його функцією. У. Шелдон виходив з гіпотези про існування основних типів статури, описуючи, які саме терміни він запозичив з ембріології. Він виокремлює три типи:

ЕНДОМОРФНИЙ (з ендодерми творяться переважно внутрішні органи);

МЕЗОМОРФНИЙ мезодерми утвориться м'язова тканина);

ЕКТОМОРФНИЙ (з ектодерми розвивається шкіра і нервова тканина).

При цьому людям з ендоморфним типом властива відносно слабка статура з надлишком жирової тканини; мезоморфному типу – струнке і міцне тіло, велика фізична стійкість і сила; екторморфному – тендітний організм, плоска грудна клітка, довгі тонкі кінцівки зі слабкою мускулатурою.

За У. Шелдоном, цим типам статур відповідають визначені темпераменти, названі ними залежно від функцій визначених органів тіла: висцеронія (з лат. – внутрішності), соматонія (з грец. – тіло) і церебртонія (з лат. – мозок).

У психологічній науці більшість конституційних концепцій стали об'єктом гострої критики. Основний недолік подібних теорій полягає в тому, що в них недооцінюється, а іноді просто відкрито ігнорується роль середовища і соціальних умов у формуванні психічних властивостей індивіда.

Властивості темпераменту, наприклад, соціалізація харчової потреби, любов до компаній і дружніх впливів, терпимість і відсутність жалю, не можна вважати спадкоємними властивостями того самого порядку, що й статура. Відомо, що такі властивості, виникаючи на основі визначених анатомофізіологічних особливостей індивіда, формуються під впливом виховання і суспільного середовища.

Насправді, давно відома залежність протікання психічних процесів і поведінки людини від функціонування нервової системи, що виконує домінуючу і керівну роль в організмі. Теорія зв'язку деяких загальних властивостей нервових процесів з типами темпераменту була запропонована І. Павловим і експериментально підтверджена у подальших процесах його послідовників.

1.6. Вчення І. Павлова про темперамент

І. Павлов, вивчаючи особливості вироблення умовних рефлексів у собак, звернув увагу на індивідуальні розходження в їхньому поведженні й у протіканні умовнорефлекторної діяльності. Ці розходження виявлялися насамперед у таких аспектах поведження, як швидкість і точність утворення умовних рефлексів, а також в особливостях їхнього загасання. У свою чергу, це дало можливість Павлову висунути гіпотезу про те, що вони не можуть бути пояснені тільки розмаїтістю експериментальних ситуацій і що в їхній основі лежать деякі фундаментальні властивості нервових процесів — порушення і гальмування. До таких властивостей належать **сила порушення і гальмування, їхня рівноваженість і рухливість.**

Учений розрізняв силу уяви і силу гальмування, вважаючи їх двома незалежними властивостями нервової системи.

Сила порушення відбиває працездатність нервової клітини. Вона виявляється у функціональній витривалості, тобто здатності витримувати тривале або короткочасне, але сильне порушення, не переходячи при цьому в протилежний стан гальмування.

Сила гальмування розуміється як функціональна працездатність нервової системи при реалізації гальмування і виявляється в здатності до утворення різних гальмівних умовних реакцій, наприклад, вгасання і диференціювання.

Урівноваженість — рівновага процесів порушення і гальмування. Відношення сили обох процесів вирішує, чи є даний індивід урівноваженим або неурівноваженим, коли сила одного процесу перевершує силу іншого.

Рухливість — нервових процесів — залежить від швидкості переходу одного нервового процесу в інший. Рухливість нервових процесів виявляється в здатності до зміни поведження відповідно до мінливих умов життя. Мірою цієї властивості нервової системи є швидкість переходу від однієї дії до іншої, від пасивного стану до активного, і навпаки.

Інертність — протилежність рухливості. Нервова система тим більш інертна, чим більше часу або зусиль потрібно, для переходу від одного процесу до іншого.

Виокремлені Павловим властивості нервових процесів утворили визначені системи, комбінації, що, на його думку, є так званим **типом**

нервової системи, або типом вищої нервової діяльності. Він складається з характерної для окремих індивідів сукупності основних властивостей нервової системи — сили, врівноваженості й рухливості процесів, розрізняючи сильні та слабкі типи. Подальшою умовою розподілу слугує врівноваженість нервових процесів, але тільки для сильних типів, що поділяються на врівноважений і нерівноважений, при цьому нерівноважений тип характеризується перевагою порушення над гальмуванням. Сильні врівноважені типи поділяються на рухливі й інертні, коли умовою розподілу є рухливість нервових процесів.

І. Павлов виокремив типи нервової системи не лише за кількістю, а й за основними характеристиками, що відповідають чотирьом класичним типам темпераменту:

- 1) сильний, урівноважений, рухливий — сангвінік;
- 2) сильний, урівноважений, інертний — флегматик;
- 3) сильний, нерівноважений з перевагою порушення — холерик;
- 4) слабкий — меланхолік.

Учений розумів тип нервової системи як природжений, відносно слабо підданий змінам під впливом оточення і виховання. На його думку, властивості нервової системи створюють фізіологічну основу темпераменту, що є психічним виявом типу нервової системи. Типи нервової системи, встановлені у процесі дослідження на тваринах, Павлов запропонував поширити і на людей.

Нині в науці накопичено безліч фактів про властивості нервової системи і в міру їхнього нагромадження дослідники що меншого значення надають типам нервової системи, то більше магічному числу (4), що фігурує майже у всіх роботах Павлова про темперамент. При цьому насамперед наголошується на значенні досліджень окремих фундаментальних властивостей нервової системи, тоді як проблема поділу на типи відступає на другий план. Оскільки типи творяться з комбінацій зазначених властивостей, лише глибше пізнання останніх може забезпечити розуміння і здійснення типологій.

Однак безсумнівно, що кожна людина має цілком визначений тип нервової системи, вияв якого, тобто особливості темпераменту, становлять важливий бік індивідуально психологічних розходжень.

1.7. Типи темпераментів і їх психологічна характеристика

Під темпераментом варто розуміти індивідуально своєрідні властивості психіки, що визначають динаміку психічної діяльності людини, які однаково виявляються в різноманітній діяльності незалежно від її змісту, цілей, мотивів, залишаючись постійними в зрілому віці й у своєму взаємному зв'язку характеризують тип темпераменту. Конкретні вияви типу темпераменту різноманітні. Вони не лише помітні в зовнішній манері поведінки, а й немов пронизують психіку з усіх боків, істотно виявляючись у пізнавальній діяльності, сфері почуттів, спонуканні і діях людини, а також у характері розумової роботи, особливостях мови і т. ін.

Нині наука має у своєму розпорядженні достатню кількість фактів, щоб дати повну психологічну характеристику всіх типів темпераменту за визначеною програмою. Однак для складання психологічної характеристики традиційних чотирьох типів, звичайно, виокремлюють основні властивості темпераменту. Розглянемо їх.

Сензитивність визначається тим, яка найменша сила зовнішніх впливів необхідна для виникнення якої-небудь психічної реакції людини, і яка швидкість виникнення цієї реакції.

Реактивність характеризується ступенем мимовільності реакцій на зовнішні або внутрішні впливи однакової сили (критичне зауваження, образливе слово, різкий тон — навіть звук).

Активність свідчить про те, наскільки інтенсивно (енергійно) людина впливає на зовнішній світ і переборює перешкоди в досягненні цілей (наполегливість, цілеспрямованість, зосередження уваги).

Співвідношення реактивності й активності визначає, від чого залежить більшою мірою діяльність людини: від випадкових зовнішніх або внутрішніх обставин (настрою, випадкових подій), або від цілей, намірів, переконань.

Пластичність і ригідність свідчать, наскільки легко і гнучко пристосовується людина до зовнішніх впливів (пластичність).

Екстраверсія, інтраверсія визначає, від чого переважно залежать реакції і діяльність людини — від зовнішніх вражень, що виникають у даний момент (екстраверт), або від образів, уявлень і думок, пов'язаних з минулим і майбутнім (інтроверт).

Висновки

1. Від темпераменту залежить, яким чином людина реалізує свої дії. Темперамент виявляється в особливостях протікання психічних процесів, впливаючи на швидкість спогадів і міцність запам'ятовування, швидкість розумових операцій, стійкість і переключення уваги.

2. Темперамент треба строго відрізнити від характеру. Темперамент ніякою мірою не характеризує змістовний бік особистості (світогляд, погляди, переконання, інтереси та ін.), не визначає цінність особистості або межу можливих для певної людини досягнень. Він має лише відношення до динамічності діяльності.

3. Хоча темперамент, не може визначати відносини особистості, її прагнення, інтереси, ідеали, тобто всього багатства змісту внутрішнього життя людини, однак характеристика динамічності має істотне значення для розуміння складності поведінки людини її характеру. Те, наскільки людина виявляє врівноваженість у поведінці, гнучкість, динамічність і експансивність у реакціях, говорить про якісні особливості особистості та її можливості. Таким чином, темперамент не є чимось зовнішнім у характері людини, а органічно входить у її структуру. Життєві враження, виховання і навчання на природній основній тканині темпераменту – типі вищої нервової діяльності – поступово тчуть візерунки.

4. Відношення особистості, її переконання, прагнення, свідомість необхідності й боргу дають можливість переборювати одні імпульси, тренувати інші, щоб організувати своє поведіння відповідно до суспільних норм.

5. Темперамент не визначає шлях розвитку специфічних особливостей характеру, сам перетворюється під впливом якостей характеру. Розвиток характеру і темпераменту в такому розумінні є взаємозумовленим процесом.

Питання і завдання для самоконтролю

1. Поняття про темперамент.
2. Типологія темпераменту введена Гіппократом.
3. Психологічна характеристика типів темпераменту за Шелдоном і Кречмером.
4. Особливості й вимоги діяльності та тип темпераменту
5. Що таке тип вищої нервової діяльності і як він пов'язаний з темпераментом?

Тести

1. Визначте терміни, що називають основні форми і види вищої нервової діяльності та наведіть конкретні приклади.
2. Виявіть різницю між поняттями “тип вищої нервової діяльності” і “тип темпераменту” та поясніть її.
3. Назва якої рідини в організмі людини лежить в основі **сангвінічного** типу темпераменту:
 - а) вода;
 - б) фізіологічний розчин;
 - в) жовч;
 - г) кров;
 - д) сеча.

Теми рефератів

1. Темперамент і продуктивність діяльності людини.
2. Основні класифікації темпераменту в психології та їх характеристика.
3. Зв'язок типу темпераменту з типом вищої нервової діяльності.
4. Визначення типу темпераменту та його значення для практичної діяльності.
5. Індивідуальні особливості розвитку людини і темперамент.

Література [2; 8; 11; 19; 23–25]

Тема 2. Характер

2.1. Загальне поняття про характер

У буквальному перекладі з грецької характер означає карбування, відбиток. У психології під характером розуміють сукупність індивідуально-своєрідних психічних властивостей, що виявляються в особистості у типових умовах і виражаються у властивих їй способах діяльності в подібних умовах. **Характер** — це індивідуальне сполучення істотних властивостей особистості, що виражають відношення людини до дійсності і виявляються в його поведженні, вчинках. Характер взаємопов'язаний з іншими сторонами особистості, зокрема темпераментом і здібностями. Темперамент впливає на форму вияву характеру, своєрідно оформлюючи ті чи інші його риси. Так, наполегливість у холерика виражається бурхливою діяльністю, у флегматика — в зосередженому обмірковуванні. Холерик трудиться енергій-

но, жагуче, флегматик — методично, не поспішаючи. З іншого боку, і сам темперамент перебудовується під впливом характеру. Людина із сильним характером може придушити деякі негативні сторони свого темпераменту, контролювати його вияви. З характером нерозривно пов'язані й здібності. Високий рівень здібностей пов'язаний з такими рисами характеру, як колективізм — почуття нерозривного зв'язку з колективом, бажання працювати для його блага, віра у власні сили й можливості, поєднана з постійною незадоволеністю власними досягненнями, високою вимогливістю до себе, вмінням критично ставитися до своєї справи. Розквіт здібностей пов'язаний з умінням наполегливо переборювати труднощі, не падати духом під впливом невдач, працювати організовано, виявляти ініціативу. Зв'язок характеру і здібностей виражається й у тому, що формування таких рис характеру, як працьовитість, ініціативність, рішучість, організованість, наполегливість, відбувається в тій самій діяльності дитини, в якій формуються і його здібності. Наприклад, у процесі праці як одного з основних видів діяльності розвивається, з одного боку, здатність до праці, а з іншого — працьовитість як риса характеру.

2.2. Фізіологічні основи характеру. Типове й індивідуальне в характері

Фізіологічною основою характеру є сплав рис типу вищої нервової діяльності і складних стійких систем тимчасових зв'язків, вироблених у результаті індивідуального життєвого досвіду. У цьому сплаві системи тимчасових зв'язків відіграють важливішу роль, оскільки тип нервової системи може сформувати всі суспільно цінні якості особистості. Але, по-перше, системи зв'язків формуються по-різному в представників різних типів нервової системи і, по-друге, ці системи зв'язків виявляються своєрідно залежними від типів. Наприклад, рішучість характеру можна виховати й у представника сильного, збудливого типу нервової системи, і в представника слабкого типу. Але виховуватися і виявлятися вона буде по-різному залежно від типу.

Тож виходячи зі сказаного зрозуміло, що характер не успадковується і не є природженою властивістю особистості, не є постійною і незмінною властивістю. Характер формується і розвивається під впливом навколишнього середовища, життєвого досвіду людини, його виховання. Впливи ці носять, по-перше, суспільно-історичний характер (кожна людина живе в умовах визначеного історично-

го ладу, визначеного соціального середовища і складається як особистість під їх впливом) і, по-друге, індивідуально-своєрідний характер (умови життя і діяльності кожної людини, її життєвий шлях своєрідні і неповторні). Тому характер кожної людини визначається як його суспільним буттям (і це головне!), так і його індивідуальним буттям. Наслідком цього є нескінченна розмаїтість індивідуальних характерів. Однак у житті і діяльності людей, що живуть і розвиваються в однакових умовах, існує багато загального, тому й у характері їх будуть деякі загальні сторони і риси, що відбивають загальні, типові сторони їхнього життя. Характер кожної людини становить єдність індивідуального і типового. Кожна суспільно-історична епоха характеризується визначеним загальним укладом життя і суспільно-економічних відносин, що впливають на світогляд людей, формуючи риси характеру.

2.3. Риси характеру

Характер — це нерозривне ціле. Але вивчити і зрозуміти таке складне ціле, як характер, не можна, не виокремивши в ньому певних ознак чи типових виявів (рис характеру). Загальні риси характеру виявляються у відносинах особистості до суспільних обов'язків, боргу, до людей, до самої себе. Відношення до суспільних обов'язків і боргу насамперед виявляється у відношенні особистості до суспільної праці. У цьому зв'язку виявляються такі риси характеру, як працьовитість, сумлінність, наполегливість, ощадливість, і протилежні їм — лінощі, недбалість, пасивність, марнотратство. Відношення людини до праці впливає на формування інших особистісних якостей. Д. І. Писарев зазначав: “Характер загартовується працею, і хто ніколи не добував собі власною працею насущної їжі, той більшою мірою залишається назавжди слабкою, млявою і безхарактерною людиною”. Відношення до людей наочно виступає в таких рисах характеру, як товариськість, ввічливість, доброзичливість тощо. Антиподами цих рис є замкнутість, безтактність, недоброзичливість. Як стверджував В. Гого, “у кожної людини три характери: той, який йому приписують; той, який він сам собі приписує; і, нарешті, той, який є насправді”. З метою з'ясування сутності власного характеру людині корисно знати думку про себе колективу, в якому вона працює і проводить значну частину свого життя. І насамперед те, наскільки впорядковані в неї відносини з людьми, наскільки вона потрібна людям, наскільки

авторитетна серед них. Відношення до самого себе виявляється в самооцінці власних дій. Об'єктивна самооцінка — це одна з умов удосконалювання особистості, що допомагають виробляти такі риси характеру, як скромність, принциповість, самодисципліну. Негативними рисами характеру є підвищена зарозумілість, зарозумілість і хвалькуватість. Людина, що володіє цими рисами, звичайно, не може вжитися у колективі, мимоволі створює в ньому передконфліктні і конфліктні ситуації. Небажана й інша крайність у характері людини: недооцінювання достоїнств, боязкість висловлення власних позицій, в обстоюванні власних поглядів. Скромність і самокритичність мають поєднатися із загостреним почуттям власної гідності, засновані на свідомості справжньої значущості особистості, наявності відомих успіхів у праці на загальну користь. Принциповість — одна з цінних особистісних якостей, що додає характеру діяльну спрямованість, вольові риси. Під волею розуміється складний психічний процес, що викликає активність людини і спрямовує її діяти наперед. Воля є здатністю людини переборювати перешкоди, домагатися поставленої мети. Конкретно вона виступає в таких рисах характеру, як цілеспрямованість, рішучість, наполегливість, мужність. Дані риси характеру можуть сприяти досягненню як суспільно корисних, так і антигромадських цілей. Для цього важливо визначити, який мотив вольового поведіння людини. “Хоробрий учинок, мотив якого формується в поневоленні іншої людини, захопленні чужого добра, просуванні по службі, і хоробрий учинок, мотив якого полягає в тому, щоб допомогти загальній справі, володіють, звичайно зовсім різними психологічними якостями”. За вольовою активністю характери поділяються на сильні й слабкі. Люди із сильним характером мають стійкі цілі, ініціативні, сміливо приймають рішення і реалізують їх, мають велику витримку, мужні. Людей, у яких ці якості слабо виражені або деякі з них відсутні, належать до категорії слабохарактерних. Їм притаманна пасивність у вияві ділових і особистих якостей. Найчастіше такі люди, маючи найкращі наміри, не домагаються значних результатів у роботі, навчанні. Багато хто з них щиро переживають своє невміння самостійно, наполегливо і рішуче діяти.

Вольові якості можна виховувати в людини. Павлов наголошував, що людина — це єдина система, здатна регулювати сама себе в широких межах, тобто може самовдосконалюватися.

Слабовільні люди при продуманій педагогічній роботі можуть стати активно діяльними. При цьому треба брати до уваги індивідуальні особливості людини, наприклад її темперамент. Так, у холерика легше виробити активність і рішучість, ніж у меланхоліка. Сама людина повинна з юних літ тренувати власну волю, виробляти такі якості, як самовладання, активність, сміливість.

2.4. Формування характеру у дітей і шляхи його виховання

Характер формується, розвивається і змінюється у процесі практичної діяльності людини, відображає умови і способи його життя.

Формування характеру розпочинається з раннього дитинства. Уже в дошкільному віці виявляються перші контури характеру, починає складатися звичний образ поведінки, певні відношення до дійсності. Вияви колективізму, наполегливості, витримки, сміливості в дошкільному віці формуються передусім у грі, особливо в колективних сюжетних іграх з правилами.

Велике значення мають прості види доступної дошкільнику трудової діяльності. Виконуючи деякі нескладні обов'язки, дитина привчається поважати і любити працю, відчувати відповідальність за доручену справу. Під впливом вимог батьків і вихователів, їх особистого прикладу в дитини поступово формуються поняття про те, що можна і чого не можна, і це починає визначати її поведінку, закладає основи почуття обов'язку, дисципліни, витримки; дитина привчається оцінювати власну поведінку.

З початком навчання у школі розпочинається новий етап формування характеру. Дитина вперше стикається з низкою строгих правил і шкільних обов'язків, що визначають її поведінку в школі, вдома, у суспільних місцях.

Ці правила, обов'язки розвивають у школяра організованість, систематичність, цілеспрямованість, наполегливість, акуратність, дисциплінованість, працьовитість. Винятково важливу роль у формуванні характеру відіграє шкільний колектив. У школі дитина вступає у нові для неї відносини з учителями, у дружні стосунки з товаришами. У неї розвивається свідомість обов'язку і відповідальності перед колективом свого класу, школи, відчуття товаришкості, колективізму. Особливо інтенсивно розвиваються риси вдачі у підлітків. Підліток значною мірою (чим молодше школяр) бере участь у житті дорослих, при цьому до нього ставлять вищі вимоги. Підліток у своїй навчаль-

ній і суспільній діяльності вже значно більше починає керуватися мотивами громадського порядку — почуттям обов'язку і відповідальності перед колективом, бажанням підтримати честь школи, класу.

Вирішального впливу на характер дитини надає виховання. Не існує дітей, характер яких не можна було б перевиховати і яким не можна було б прищепити певні позитивні якості, усунувши навіть нібито вже вкорінені у них негативні риси.

2.5. Шляхи виховання характеру

Важливою передумовою виховання характеру є формування світогляду, переконань та ідеалів. Світоглядом визначається направленість людини, її життєві цілі, устремління, із світогляду витікають моральні установки, якими люди керуються у власних вчинках. Завдання формування світогляду, переконань мають вирішуватися в єдності з вихованням певних форм поведінки, в яких могла б втілитися система відносин людини до дійсності. Тому для виховання суспільно цінних рис вдачі необхідна така організація ігрової, навчальної, трудової діяльності дитини, за якої вона б могла накопичити досвід правильної поведінки.

У процесі формування характеру треба закріплювати не лише певну форму поведінки, а, відповідний мотив цієї поведінки, ставити дітей в такі умови, щоб їхня практична діяльність відповідала ідейному вихованню, щоб вони застосовували на практиці засвоєвані принципи поведінки. Якщо умови, в яких жила й діяла дитина, не вимагали від неї, наприклад, виявлення витримки або ініціативності, то відповідні риси вдачі у неї і не виробляються, які б високі моральні ідеї не прищеплювалися їй словесно. Не можна виховати мужню людину, якщо не поставити її в такі умови, в яких вона могла б виявити мужність. Виховання, що знімає всі труднощі на життєвому шляху дитини, ніколи не може створити сильного характеру.

Найважливішим засобом виховання характеру є праця. У серйозній і суспільно значущій праці, пов'язаній з подоланням труднощів, виховуються кращі риси вдачі — цілеспрямованість, колективізм, наполегливість. Найважливіша умова правильної організації виховних заходів — тісна узгодженість навчально-виховної роботи школи з відповідними впливами сім'ї.

На виховання характеру впливають література і мистецтво. Образи літературних героїв і їхня поведінка часто слугують для школяра

своєрідним зразком, з яким він порівнює свою поведінку. На виховання характеру впливає і особистий приклад вихователя, будь то батьки чи педагоги. Дії вихователів, нерідко значно більше впливають на життя дитини, ніж те, що вони їй говорять. Ставлення вчителя до роботи, його дотримання норм поведінки, чи володіє собою і своїми відчуттями, який стиль його роботи – усе це має величезне значення для виховання характеру дітей.

Важливу роль у формуванні характеру відіграє живе слово вчителя, вихователя, з яким він звертається до дитини. Значне місце, посідають, зокрема, етичні, або моральні бесіди. Їх мета – формувати у дітей правильні моральні уявлення і поняття. Для більш старших школярів одним із шляхів формування характеру є самовиховання. Проте і в молодших школярів вчитель повинен виховувати прагнення викоринити в себе ті чи інші недоліки, небажані звички, виробити корисні звички. Особливо важлива необхідність індивідуального підходу у вихованні характеру.

Індивідуальний підхід вимагає вибору і здійснення таких виховних заходів, які відповідали б особливостям особи школяра і стану, в якому він тепер перебуває.

Обов'язково необхідно брати до уваги мотиви вчинків, оскільки відмінності в мотивах визначають і відмінності у виховних заходах, які повинні бути здійснені вчителем у відповідь на той чи той вчинок учня. Індивідуальний підхід вимагає опертя на те позитивне, що вже є в кожній дитини у сфері його інтересів, відносин до людей, окремих видів діяльності тощо. Всебічно розвиваючи вже наявні цінні риси, заохочуючи позитивні вчинки, педагогу легше буде добитися подолання негативних рис вдачі у дітей.

Щоб виховувати характер школяра, враховуючи його індивідуальні особливості, потрібно добре знати їх, тобто всебічно й глибоко вивчити індивідуальність учня. Вивчення дитини – тривалий процес. Тільки хороше пізнання учня дасть змогу накреслити індивідуальні заходи щодо його подальшого виховання або перевиховання і призведе до бажаних результатів.

Уперше зустрічаючись з учнями на першому році навчання, вчитель повинен уважно спостерігати їх, провести бесіду з батьками про умови і деякі особливості розвитку дитини, про вияви його характеру. На підставі спостережень і бесід необхідно скласти певну програму.

засмучують, одні викликають захоплення, інші обурюють та ін. Радість, смуток, захоплення, обурення, гнів та інше — все це різні види суб'єктивного відношення людини до дійсності, звані емоціями. Емоції відносно слабо виявляються у зовнішній поведінці, іноді взагалі непомітні. Відчуття, навпаки, зовні вельми помітні. Вони є продуктом культурно-історичного розвитку людини, в житті і діяльності виконують мотивуючу роль.

Почуття людини носять соціальний характер. В їх основі лежать потреби, що виникають у процесі суспільного розвитку. Коло потреб людини широке і різноманітне. А це, у свою чергу, викликає різноманіття його відчуттів.

Залежно від спрямованості почуття поділяються:

на **моральні** (переживання людиною її відношення до інших людей, до суспільства);

на **інтелектуальні** (почуття, пов'язані з пізнавальною діяльністю);

на **естетичні** (почуття краси, що особливо яскраво виявляється при сприйнятті творів мистецтва, явищ природи, подій суспільного життя);

на **практичні** (почуття, пов'язані з діяльністю людини).

Говорячи про переживання людини, використовують два терміни — “почуття” і “емоції”. У широкому сенсі слова — це синоніми. У вузькому — під емоціями розуміють переживання відносин, що виникли в даний момент. Емоції, звичайно, носять ситуативний характер і виражають оцінювання особою певної ситуації, пов'язаної із задоволенням потреб людини на цей момент. У людини вони виявляються в різноманітних емоційних станах.

Емоційні стани, виявляючись у процесі діяльності, можуть підвищувати або знижувати життєдіяльність людини. Перші називаються **стенічними**, другі — **астенічними**. Стани, що характеризуються максимальною мобілізацією всіх сил, напругою, називаються **стресовими**. Емоції істотно впливають на хід діяльності людини. Як форма вияву особи, вони виступають внутрішніми спонуканнями до діяльності і зумовлюють її динаміку.

Почуття виникають як узагальнення багатьох емоцій, спрямованих на певний об'єкт. Відчуття впливають, у свою чергу, на емоції.

Почуття та емоції відіграють надзвичайно важливу роль в діяльності й усій поведінці людини. Виникнення і вияв відчуттів пов'язане

зі складною комплексною роботою кори, підкірки і вегетативної нервової системи. Провідна роль належить корі, проте значна роль і підкірки, оскільки в підкірці знаходяться центри, що управляють вегетативною нервовою системою і регулюють роботу внутрішніх органів. Цим визначається тісний зв'язок емоцій і почуттів з різноманітними змінами у функціях організму: з діяльністю серця, кровоносних судин, органів дихання, зі змінами в діяльності скелетних м'язів, зокрема виразними рухами всього тіла – пантоміміка, і м'язів обличчя – міміка, а також зі змінами в діяльності залоз зовнішньої (слинні, слізні, потові) і внутрішньої секреції. За цими змінами можна судити, які емоції переживає людина на даний момент. Наприклад, у міміці сміху беруть участь: щелепний м'яз, круговий м'яз ока, круговий м'яз рота, підшкірний м'яз шиї.

У міміці усмішки беруть участь ті самі м'язові групи, що й в міміці щирого сміху. Проте міра скорочення їх інша, а тому менше зближуються повіки і менше звужена очна щілина, рот лише злегка відкритий або зімкнутий, м'язи шиї не напружені.

У міміці доброзичливого співчуття додатково до названих м'язів сильно скорочений м'яз, що зморщує брови, та його частина, яка підводить голівку брови, а також лобовий м'яз.

У міміці нещирої, вимушеної усмішки відбувається скорочення, головним чином, щелепного і кругового м'язів рота.

Людина відчуває легкість або трудність, задоволеність або засмученість, бадьорість або втому залежно від підтримки або руйнування динамічних стереотипів, що склалися у нервовій системі. Особливо гострі переживання відчуються, коли руйнуються тимчасові нервові зв'язки. Сприятливі, звичні зовнішні умови полегшують утворення тимчасових зв'язків і переживаються як позитивні стани.

На протікання емоцій і почуттів людини впливає друга сигнальна система. Переживання можуть виникнути не лише при безпосередній дії явищ і предметів, а й можуть бути викликані словами. Завдяки діяльності другої сигнальної системи емоції і відчуття стають усвідомленими, набувають суспільного характеру. Лише при діяльності другої сигнальної системи можливо формування таких складних відчуттів людини, як моральні, інтелектуальні, естетичні.

Електрофізіологічні дослідження встановили величезне значення для емоційних станів особливих утворень нервової системи. Емоційна “надбудова” осіб значною мірою визначається функціями таламу-

са, гіпоталамуса і лімбічної систем. Спеціальні експерименти виявили існування центрів позитивних і негативних емоцій, що тримали назву центрів “насолоди” і “страждання”. Доведено величезну роль емоцій у житті вищих тварин і людини. Перший, хто намагався розкрити біологічну природу відчуттів, був Ч. Дарвін. Він стверджував, що відчуття людини мають тваринне походження і що в міру розвитку психіки емоції зникатимуть.

Виразні рухи тварин, як зазначив Ч. Дарвін, носять пристосований характер. Оскал зубів, наприклад, або роздування ніздрів, стиснення пальців під час сильного гніву свого часу були, на його думку, необхідні, оскільки сприяли безпосередній боротьбі тварин один з одним. На основі дарвінівського розуміння еволюції пристосованих реакцій організму можна стверджувати, що емоційні стани зіграли колись позитивну роль, створивши умови для ширшого і довершеношого пристосування тварин до навколишнього середовища.

Емоції людини і виразні рухи, якими вони супроводжуються, згідно з теорією Дарвіна, є рудиментами раніше доцільних інстинктивних рухів тварин.

З дарвінівської точки зору на еволюцію корисних пристосувань впливає, що емоційні стани, які утрималися у процесі еволюції і розвинулися до свого якнайтоншого виявлення в людини, не могли б ні з'явитися, ні зберегтися, а тим більше закріпитися спадковістю, якби вони були шкідливі або даремні для життєво важливих функцій тварини.

У тваринному світі виникнення емоцій також пов'язане із задоволенням або незадоволенням потреб, але внаслідок обмеженості потреб тварин, зумовлених вузьким колом інстинктів (самозбереження, продовження роду, харчового і орієнтовного), їхні емоції відповідно обмежені й бідні.

У людини є величезна кількість відчуттів, яких не існує і не може існувати у тварин. Водночас навіть емоції, загальні для людей і тварин (гнів, страх, цікавість, радість, смуток та ін.), мають якісні відмінності одні від одних.

Своєрідна теорія емоцій була розроблена німецьким психологом В. Вундтом. Згідно з цією теорією, виразні рухи — це зовнішній корелят або супутник переживання. Вундт при цьому виходить з того, що “з кожною зміною психічних станів одночасно пов'язані зміни їм відповідних (корелятивних) фізичних явищ”. Таким чином, в основі

цієї теорії лежить, принцип психофізичного паралелізму. Всі виразні рухи розглядаються як результат внутрішніх органічних змін в організмі.

Близька до цих теорій теорія емоцій, запропонована американським філософом і психологом Джемсом і датським лікарем Лонге. Згідно з їхніми теоріями, виникнення емоцій зумовлене змінами в руховій сфері. Той факт, що емоції характеризуються яскраво вираженими змінами в діяльності внутрішніх органів, спонукало їх висунути теорію, згідно з якою емоції є нібито сумою тільки органічних відчуттів, що зумовлені цими змінами. Джемс трактував ці зміни як причину емоцій. Плач, тремтіння, сміх — це джерела, причина емоцій. Згідно з цією теорією людині сумно, тому що вона плаче, а ніяк не навпаки. В результаті емоції відривалися від свідомості і розглядалися ізольовано від всієї психіки.

Альтернативну точку зору на співвідношення органічних і емоційних процесів запропонував У. Кеннон. Він зауважував, що тілесні зміни, які виникають при різних емоційних станах, вельми схожі один на одного і недостатні для того, щоб пояснювати якісні відмінності у вищих емоційних переживаннях людини, а штучне припинення надходження органічних сигналів, що викликається в головний мозок, не запобігає виникненню емоцій. Положення Кеннона були розвинені П. Бардом, який зауважував, що і тілесні зміни і емоційні переживання виникають майже одночасно. Згідно з теорією Хебба емоційні стани визначаються впливом ретикулярної формації стовбура головного мозку. Емоції виникають унаслідок порушення і відновлення рівноваги у відповідних структурах центральної нервової системи.

У теорії когнітивного дисонансу Л. Фестінгера позитивне емоційне переживання виникає у людини тоді, коли його очікування підтверджуються, а когнітивні уявлення втілюються в життя, тобто коли реальні результати діяльності відповідають накресленим, узгоджуються з ними.

Відповідно до біологічної теорії емоцій, позитивні емоції виникають у тому випадку, коли зворотна інформація збігається або перевищує очікування, і навпаки, недолік про ратну інформацію породжує негативні емоції.

Дослідження психофізіології емоцій (П. В. Симонов) показують, що в деяких випадках знання, інформованість особи знімають емоції, змінюють емоційний настрій і поведінку особи. Це підтверджує вис-

лів Павлова про те, що людські відчуття знаходяться під “сурдиною” кори.

Людські емоції перетворені соціальними умовами існування, історично зумовлені, виникли на основі спільної трудової діяльності, виконують найважливіші сигнальну й регулюючу функції.

Сигнальна функція відчуттів виражається в тому, що переживання виникають і змінюються у зв’язку зі змінами, що відбуваються, в навколишньому середовищі або в організмі людини.

Регулююча функція відчуттів виражається в тому, що стійкі переживання спрямовують нашу поведінку, підтримують її, примушують долати перешкоди, що зустрічаються на шляху.

Розгляд проблеми емоцій з біологічної точки зору дозволяє визнати, що емоції (в міру розвитку) закріплювалися як своєрідний інструмент, що утримує життєвий процес в його оптимальних межах і застережливий руйнівний характер недоліку або надлишку будь-яких чинників життя даного організму.

Вираження відчуттів, що виявляються тією чи іншою формою, називають **експресією** відчуттів. Мова експресії достатньо різноманітна. Насамперед — це слово. Причому важливо не тільки значення слова, а й те, як воно мовлене: інтонація, тембр голосу тощо.

У людини, що випробовує той чи інший емоційний стан — радість, скорбота, гнів, відбуваються певні зміни не лише у внутрішніх органах, а й у зовнішньому вигляді. Змінюється вираз обличчя, очей (міміка), з’являються певні характерні жести (пантоміміка), виникають специфічні відтінки в інтонаціях (голосова міміка).

Виразні рухи і переживання взаємодіють одне з одним, утворюючи справжню єдність. Виразний рух, в якому внутрішній зміст розкривається зовні, — це не зовнішній лише супутник або супровід, а компонент емоцій, невід’ємний від них самих. Тому виразні рухи і виразні дії створюють образ діяльності особи, розкривають його внутрішній зміст у зовнішній дії.

Пізнання людиною навколишньої дійсності буде неповним, якщо воно обмежене тільки розсудливим, раціональним знанням, воно немислиме без так званої **емпатії**, тобто здібності співчувати, співпереживати, розділяти радість і засмучення інших, особливо це важливо для педагога.

А. С. Макаренко з цього приводу писав: “Потрібно вміти читати на людському обличчі... по обличчю дізнаватися про деякі ознаки ду-

шевного стану. Педагогічна майстерність полягає в постановці голосу і управлінні самою особою... Міміка, вміння встати, вміння сісти — усе це особливо важливо для педагога”.

Багаті експресивні можливості міміки, жестів, пози, взагалі пантоміміки. Це добре видно з фотографій на цю тему.

У житті спостерігається найрізноманітніший вияв емоційних переживань. Серед них виокремлюють такі, які відрізняються особливою своєрідністю протікання і впливу на поведінку і діяльність людини. Це настрої, афекти, пристрасті, стреси.

Настрій — стійкий емоційний стан, що відображається на діяльності людини. Через настрій людина ніби відображає своє відношення до дійсності. Воно може бути веселе й бадьоре або, навпаки, тужливе. Основними джерелами настроїв є задоволеність або незадоволеність тим, як складаються відносини з тими, хто оточує, як вирішуються усілякі суперечності, що виникають на життєвому шляху людини. Тривалий поганий настрій — показник неблагополуччя.

Настрій знаходиться у великій залежності і від загального стану здоров'я людини, особливо від стану нервової системи і залоз внутрішньої секреції.

Джерела настрою не завжди ясні. Проте вони завжди залежать від якихось причин, і слід уміти розбиратися в них.

Афект — емоційний стан вибухового характеру, що бурхливо протікає, характеризується зміною свідомості, порушенням вольового контролю. Часто афекти супроводжуються різко вираженими органічними змінами і руховими реакціями. Розвиток афекту характеризується різними стадіями, що змінюють один одного.

Пристрассть — емоційний стан підвищеної напруги, що виникає під впливом різних причин.

Стрес — стан тривалої і сильної психологічної напруги, пов'язаний з емоційним перевантаженням.

Теорію стресу розробив канадський учений Сельє. Він зауважував, що стресові стани спрямовані на підвищення стійкості організму до будь-яких дій і носять захисно-приспосовний характер. За Сельє, адаптаційний синдром починається зі стадії тривоги, під час якої у відповідь на первинний шок мобілізуються захисні системи організму. В результаті організм набуває стійкості.

Ступінь вираженості почуттів у різних людей різний. Іноді це зумовлено професійною діяльністю, що найяскравіше виявляється в роботі актора, мають місце вікові, статеві та індивідуальні відмінності. Розуміння виразних рухів, що характеризують конкретні відчуття, емоції людини, має першорядне значення у творчості художників. У своєму творі за допомогою міміки і пантоміміки художник передає духовний світ героїв, їхні переживання, радощі, страждання та багато чого іншого, з чого складається життя людини як суспільної істоти.

Найбільша цінність художніх творів прославлених майстрів полягає в тому, що в них за допомогою реалістичного зображення виразних рухів (міміки і пантоміміки) розкривається внутрішній світ людини, її душевний стан, дається яскрава психологічна характеристика.

Тести

1. Знайдіть правильні вирази для визначення відповідних характеристик особистості:

- а) чуйний --- чулий,
- б) недовірливий --- вразливий,
- в) замкнений --- занурений у свої переживання.

Питання для самоконтролю

- 1. Які саме переживання змальовують ці характеристики?
- 2. Які відтінки переживань визначають наведені епітети?

Якими з них можна користуватись при формуванні уявлення про особистість?

Теми рефератів

- 1. Роль почуттів у саморозвитку особистості.
- 2. Види почуттів та їх роль у розвитку психіки в онтогенезі.
- 3. Форми вияву вищих почуттів.
- 4. Інтелектуальні почуття та їх особливості.
- 5. Почуття та емоції: спільне та особливе.

Література [2; 5; 11; 14; 23; 40]

Змістовий модуль III. Особистість у діяльності та спілкуванні

Тема 4. Спілкування

Якщо звернутись до питання про походження спілкування, то його соціальна природа і соціальні функції, зв'язок з іншими вида-

ми діяльності та з еволюцією людини виступають особливо яскраво. Розвиток спілкування був невід’ємний від розвитку первісної людини та йшов поряд з її трудовою діяльністю. Ускладнення “стосунків з природою”, розвиток форм праці, її спеціалізація вели до розвитку суспільних відносин, до ускладнення форм взаємодії у процесі праці, а це вимагало все більшого вдосконалення спілкування, що забезпечує таку взаємодію. Водночас, чим складнішою та досконалішою ставали колективна праця і взаємодія людей у трудовій діяльності, тим більші вимоги ставилися до кожного учасника діяльності, і, відповідно, ускладнювалося його психічне життя, розвивалася його свідомість.

4.1. Поняття спілкування в психології

Спілкування — складний багатоплановий процес встановлення і розвитку контактів між людьми, що породжується потребами у спільній діяльності і включає обмін інформацією, сприймання й розуміння іншої людини, вироблення єдиної стратегії взаємодії, взаємодія суб’єктів, спрямована на зміни у стані, поведінці та особистісно-сміслових особливостях партнера.

Зміст та засоби спілкування визначаються соціальними функціями осіб, що спілкуються, їхнім статусом у структурі суспільних стосунків, належністю до тієї чи іншої спільноти. Людське суспільство немислиме без спілкування, яке виступає як засіб “цементування” індивідів та як засіб розвитку самих індивідів. Саме звідси випливає існування спілкування як реальності суспільних стосунків. Мабуть, саме це дало можливість А. Сент-Екзюпері намалювати поетичний образ спілкування як “єдиного справжнього багатства, що є в людини”.

Враховуючи складність спілкування як соціально-психологічного процесу слід визначити його основні функції: комунікативну, перфективну, інтерактивну. Комунікативна функція — це обмін інформацією між особами, що спілкуються. Перцептивна функція — означає процес сприймання один одного партнерами по спілкуванню та встановлення на цій основі взаєморозуміння. Інтерактивна функція — полягає в організації взаємодії між партнерами, тобто в обміні не тільки знаннями, ідеями, а й діями, вчинками.

Спілкування людей — це насамперед процес взаємної активності: інформація не тільки передається, а й формується, уточнюється, роз-

вивається, при цьому передбачається, що у відповідь на послану інформацію буде отримано нову. Партнери впливають один на одного з тією чи іншою метою, виникають певні стосунки. Обмін інформацією можливий лише за умови, що суб'єкти розуміють один одного, тобто однаково сприймають значення слів, що промовляються. Не випадково Л. Виготський зазначав, що “думка ніколи не дорівнює прямому значенню слова”.

Складність спілкування визначає різноманітність його видів. Класифікацію його можна проводити за різними ознаками. Наприклад, за суб'єктам діяльності вирізняють: міжособистісне — при безпосередніх контактах двох чи більше осіб, міжгрупове — контакти з іншою первісною групою чи окремим її представником, соціальне — суб'єктом виступає велика група, спільність людей чи суспільство загалом. Залежно від засобів, що використовуються, спілкування може бути: матеріальним — за допомогою трудових дій, окремих операцій, результатів діяльності, що виконують додаткову комунікативну функцію, знаковим — за допомогою знакових систем (наприклад, мови, азбуки Морзе, азбуки Брайля для глухонімих), позазнаковим або смисловим — за допомогою жестів, міміки, пантоміміки тощо. За ознакою наявності посередників між комунікантами спілкування буває опосередкованим та безпосереднім. Безпосереднє (“віч-на-віч”) історично виникло раніше, спочатку за допомогою міміки та жестикуляції, пізніше розвинулась мова, опосередковане — стало можливим внаслідок появи писемності й технічних засобів зв'язку.

4.2 Функції, види, засоби спілкування

У сучасних умовах провідним є мовне спілкування або вербальна комунікація, що реалізується за допомогою мовлення. Відомий спеціаліст, що вивчав особливості спілкування між людьми, Л. Виготський писав: “Спілкування, не опосередковане мовою чи якоюсь іншою системою знаків або засобів, як воно спостерігається серед тварин, робить можливим спілкування лише найбільш примітивного типу та в найбільш обмежених розмірах... Щоб передати якість переживання чи зміст свідомості іншій людині, немає іншого шляху, окрім віднесення цього змісту до певного класу, до певної групи явищ, а це потребує узагальнення. Таким чином, вищі, властиві людині форми психологічного спілкування можливі лише завдяки тому, що людина за допомогою мислення узагальнено відображає дійсність”.

Мова та мовлення людини виконують кілька функцій. По-перше, вони є знаряддям мислення та інтелектуальної діяльності, забезпечуючи орієнтування в умовах завдання, вироблення та виконання плану дій, порівняння отриманого результату з наміченою метою. Специфіка інтелектуальної діяльності людини дуже виразно змальована К. Марксом в його відомих словах про вищість найгіршого архітектора над найкращою бджолою.

Друга функція — оволодіння суспільно-історичним досвідом людства, окремого народу, нації, спільноти. Щоб здійснювати інтелектуальну діяльність, людина повинна володіти певною сукупністю знань, що вже накопичені попередніми поколіннями. Знання стають надбанням окремого індивіда за допомогою мови. У ній також відображаються та закріплюються поняття і реалії, здобуті історичним досвідом даного народу, які існують завдяки специфічним умовам його трудового, суспільного, культурного життя. І, нарешті, мова — знаряддя пізнання. Ми можемо здобувати нові (не для окремої людини, як у першому випадку) для людства знання, відомості про навколишню дійсність, у низці випадків лише за допомогою теоретичних викладок, не звертаючись безпосередньо до практичної (трудової, експериментальної) діяльності. У процесі історичного розвитку виникли дві форми мови — зовнішня та внутрішня, причому перша включає в себе усну (діалог та монолог) та письмову. Діалог — безпосереднє спілкування двох та більше суб'єктів. Для нього характерні:

1) згорнутість мови — деякі її елементи лише припускаються, але не вимовляються вголос завдяки знанню ситуації співбесідником, тому розмова може бути малозрозумілою для стороннього слухача;

2) довільність — висловлювання можуть бути реакцією на репліку партнера, зміст якої “нав'язаний” попередніми словами;

3) слабка організованість — бесіда розвивається не за планом, вільно, залежить від ситуації.

Монолог — говорить одна людина, інші слухають та сприймають. Така мова організована, структурована, розгорнута, окремі фрази завершені, мають пояснювальний характер. Різновидом монологічної мови є письмова. Історично вона з'явилась пізніше усної як засіб передачі інформації про певні події та явища і спочатку мала форму малюнків (ідеографічне письмо), які ставали все більш схематичними та абстрактними (пиктографічне письмо). Подальший відхід від зображення конкретних предметів привів до ієрогліфічного письма,

причому ієрогліфи означали не лише окремі предмети, а й цілі думки. І, нарешті, повне абстрагування знака від змісту ознаменувало останній, сучасний етап писемності — алфавітне письмо, в якому кожна окрема буква-знак не має самостійного значення, але з них складаються слова. Водночас, деякі звуки можуть мати емоційне забарвлення. Наприклад, вимовлені з різною інтонацією звуки “а”, “о”, “у” несуть певну інформацію.

Письмова мова порівнянно з усною має певні психологічні особливості: вона звернена до відсутнього співбесідника і здійснюється без контакту з ним, тому в ній немає таких виражальних засобів, як інтонація, міміка, жести. Вона потребує розгорнутого, послідовного та повного викладення думок, дотримання правил граматики та синтаксису і т. ін.

Видозміненою зовнішньою мовою є внутрішня, якою ми користуємося, коли щось обдумуємо, з кимось подумки сперечаємось. Це наш внутрішній голос, наш внутрішній співбесідник. Зазвичай внутрішня мова монологічна, хоча в окремих випадках вона може набути форми діалогу (наприклад, коли ми відчуваємо невпевненість у чомусь, переконуємо себе).

Діалог потребує активності обох сторін, причому кожна з них розкриває для себе та для інших свої психологічні властивості. Таким чином, він стає важливим чинником психічного розвитку особистості. Відомий психолог Б. Г. Ананьєв наголошував, що комунікативний процес не може бути повним, якщо суб'єкт не використовує невербальні його засоби. Невербальне спілкування цінне тим, що воно виявляється, звичайно, підсвідомо та мимовільно. Людина “зважує” свої слова, але не може контролювати міміку, жести, інтонацію, тембр голосу тощо. Кожен із цих елементів спілкування “сигналізує” співбесіднику про правильність сказаного словами чи “підказує” сумнів у них.

“Слова” невербальної мови мають різне значення в різних народів. Наприклад, покачування головою зліва направо для нас означає “ні”, для болгар — “так”. У спілкуванні на невербальному рівні точність досягається лише при врахуванні конкретної ситуації, а також соціального стану та культурного рівня партнера. Вона також залежить від певних чинників, тому люди по-різному розуміють невербальні сигнали. Наприклад, жінки точніше відтворюють значення емоцій та почуттів, ніж чоловіки. Високі здібності до розуміння інших у про-

фесіоналів, що працюють з людьми (юристів, педагогів, психологів). В останньому випадку ця якість не природжена, вона набувається у спілкуванні.

Міжособистісний простір (дистанція спілкування) — це суб'єктивний просторовий критерій емоційної близькості людей. Чим в ближчих стосунках перебувають люди, тим на меншій дистанції вони спілкуються. Експериментально встановлено, що найближче “допускаються” родичі, друзі та близькі знайомі, лікарі. Ця відстань залежить також від віку (з часом вона збільшується), статі, соціального статусу, національних стандартів поведінки (уродженці південних країн спілкуються на ближчій дистанції, ніж північних), психологічних особливостей партнерів та інших чинників. Звичайно, жінки стоять чи сидять ближче до співрозмовника, ніж чоловіки. Психологічно врівноважені люди підходять ближче, тоді як тривожні намагаються триматися на відстані, така сама залежність між екстраверсією та інтраверсією. Існує зв'язок між “дистанцією розмови” та зростом: чим нижчий чоловік, тим далі він прагне знаходитись від співрозмовника, у жінок спостерігається протилежна залежність. Пояснення цьому просте: за існуючими соціокультурними нормами в нашому суспільстві чоловік зростом повинен бути вищим, тому за рахунок відстані він намагається маскувати свій “недолік”.

Звичайно, люди почувають себе зручно і справляють приємне враження, якщо вони вміють правильно вибрати дистанцію діалогу. Надто близька відстань вносить у стосунки дискомфорт, партнер оцінюється як нав'язливий чи невихований, надто велика — може ранили самолюбство та гідність, партнер буде сприйматися як гордливий, пихатий. У міру зростання зацікавленості предметом розмови дистанція може скорочуватися, в тому числі й у випадках, коли людина з вищим соціальним статусом виходить із-за столу, що виконує роль своєрідного бар'єра, і сідає збоку, ніби демонструючи цим довірчий характер розмови.

“Життєвий простір” людини залежить від ситуації спілкування: виокремлюють “особистісну дистанцію” — 0,4–1,5 м, “громадську дистанцію” — 1,5–4 м, “відкриту дистанцію” — 4–8 м.

Отже, правильно вибрана дистанція може задати тон усій подальшій розмові. Це стосується також і випадків, коли необхідно несподівано для співрозмовника збільшити напруженість у спілкуванні (наприклад, у слідчій практиці), що досягається “вторгненням” в осо-

бистісний простір осіб, що протидіють установленню істини. Візуальний контакт — частота і тривалість обміну поглядами, а також те, як люди дивляться один одному у вічі. Ми частіше і довше дивимося на того, хто нам подобається. Погляд означає не тільки зацікавленість, а й зосередженість на темі розмови, причому значно легше підтримувати візуальний контакт, коли вона приємна, ніж коли конфліктна. В останньому випадку утримування від прямого візуального контакту є виявом ввічливості та розуміння емоційного стану партнера по спілкуванню, а настійливий погляд — ознака ворожості, втручання в особисті переживання. Необхідно враховувати, що про людину, яка дивиться співрозмовникові у вічі, створюється приємне враження, але постійний, пильний погляд заважає зосередитися, викликає відчуття дискомфорту. Тому погляд потрібно час від часу відводити, регулюючи таким чином розмову. Останнє не стосується тих ситуацій, коли працівнику правоохоронних органів потрібно свідомо збільшити напруженість у спілкуванні (наприклад, при допиті, проведенні очної ставки).

Важливо знати та свідомо використовувати такі характеристики візуального контакту: відведення погляду вбік, погляди скоса чи, навпаки, визивно прямі, погляди крадькома — ознака ворожості, готовності до конфлікту, моргання очима — подив, зляканість, широко відкриті очі — привітність, задоволення (у сполученні з посмішкою), відсутній, пустий погляд — втома, нудьга.

Знання про особливості візуального контакту не лише дають змогу діагностувати та нейтралізувати вияви, що утруднюють професійне спілкування, а й цілеспрямовано створювати такі, що сприяють оптимальній взаємодії. Останніми при перерахуванні невербальних засобів спілкування були названі мимовільні вияви фізіологічних реакцій, до яких належать потіння, пересихання в роті, що супроводжується ковтанням, облизуванням губ, посилене пульсування, порушення дихання, розширення зіниць, збідніння тощо. Усі ці вияви, що практично не підвладні свідомому контролю, свідчать про значні труднощі, яких зазнав співрозмовник, і повинні фіксуватися як додаткові діагностичні ознаки.

4.3. Особливості сприймання і розуміння людини людиною

Спілкування — це не просто обмін інформацією, воно передбачає взаємну активність партнерів. Успішність спілкування залежить

від рівня соціальної чуттєвості до людей, психологічної пильності та емоційної чутливості. При нерозвиненості однієї з цих складових спілкування може стати не результативним чи взагалі не відбутися.

Пізнання і взаємний вплив людей один на одного — обов'язковий елемент всілякої спільної діяльності, незалежно від того, що є її метою (досягнення матеріального результату, виховання тощо). Від того, як люди відображають та інтерпретують зовнішність і поведінку, багато в чому залежить характер їхньої взаємодії і діяльності та результати, яких вони досягають.

Отже, людина виступає щодо партнерів по спілкуванню не лише як об'єкт і суб'єкт впливу, а й водночас як суб'єкт пізнання. Основними процесами, завдяки яким людина сприймає та переробляє інформацію, що надходить від іншої людини, є сприймання, мислення та уявлення.

У процесі дослідження встановлено, що цілісний образ людини виникає поступово і пов'язано це із просторово-часовими умовами, в яких відображається об'єкт. Наприклад, люди з нормальним зором в умовах гарної видимості виокремлюють людину з оточення на відстані двох кілометрів. На відстані одного кілометра видно загальний контур, 700 м — сприймаються рухи рук та ніг, 300 м — голова, овал обличчя, колір одягу, 60 м — розрізняються очі, ніс, пальці. В умовах поганої видимості показники сприймання людини на відстані гірші.

Спочатку сприймається колір елементів верхньої половини фігури, а потім нижньої. Велике значення має ракурс (збоку, зверху), в якому сприймається людина. При сприйманні обличчя напрямок розглядання — зверху вниз, від волосся до губ, тобто верх голови є початковою точкою сприймання обличчя.

При описі зовнішності людини елементи її розподіляються нерівномірно. Так, якщо за 100 % прийняти загальну кількість елементів зовнішності, то відображення фізичних рис (зріст, статура, волосся тощо) становить 82 %, виразні рухи (міміка, жестикуляція) — 14 %, оформлення зовнішності — 4 %.

Крім, власне, психофізіологічних чинників, на сприймання та розуміння людини людиною впливають вікові, статеві, професійні та інші ознаки. Так, з віком при словесному відтворенні зовнішності збільшується кількість елементів виразних рухів, проте зменшується кількість елементів оформлення зовнішності. Найточніше оцінюється вік однолітків, гірше — молодших, найгірше — старших за віком.

Педагоги насамперед описують одяг, потім мову, міміку, манеру поводитися, художники — відповідно обличчя, зріст, міміку. Чоловіки та жінки приблизно однаково ідентифікують очі людини, але жінки точніше визначають пропорції обличчя, рот, ніс, чоловіки — брови, овал обличчя, вуха, підборіддя. Певні закономірності виявляються при сприйманні та розумінні психічних станів, зокрема, емоційних. Так, найточніше ідентифікуються подив, відраза, гірше — горе, гнів, позитивні емоції.

Однак найбільшою мірою сприймання та розуміння іншої людини залежить від чинників, що мають соціально-психологічну природу. Виокремлюють такі механізми:

1. Фізіономічна редукція — судження про внутрішні, психологічні особливості на основі зовнішнього вигляду (виразу обличчя, статури, ходи, постави тощо).

У кожній національній культурі існує безліч фізіономічних уявлень та прикмет. Добре відомо, що означає, наприклад, тверде підборіддя, високе чоло, вузькі губи. Існує фіксований набір прикмет і щодо інших частин обличчя (очей, брів, вух). Як зауважує О. Ковальов, у процесі дослідження встановлена наявність таких стереотипів сприймання: люди з квадратним підборіддям мають сильну волю, з високим чолом — розумні, з жорстким волоссям — непокірного характеру, повні люди — добродушні, люди низького зросту відзначаються властолюбством, енергією, бажанням командувати, красиві люди — нерозумні й самолюбиві, тонкі губи — ознака потайливості, постійно напіввідкритий рот — невеликого розуму.

Наскільки такі уявлення справедливі? Відомо, що фізіономісти часом дають дуже точну характеристику людині, яку вони спостерігали недовго. Проте є й інший погляд — не можна пов'язувати окрему деталь зовнішності з характером, це обов'язково призведе до помилки. Істина полягає в тому, що зовнішність, звичайно, відображає деякі внутрішні особливості, і в цьому немає нічого ненаукового чи іdealістичного (будова скелетно-м'язової системи визначає конституцію, яка, у свою чергу, впливає на манеру поведінки і характер). Відповідно механізм фізіономічної редукції може бути корисним, якщо не вимагати від нього надто багато — абсолютної точності та надійності. Звідки беруться фізіогномічні уявлення? Ми не набуваємо їх у процесі накопичення особистого досвіду (наприклад, не вимірює-

мо висоту чола та не співставляємо її з інтелектом), а дістаємо вже готовими із соціального оточення. Це не наше особисте надбання, а продукт колективної творчості. Підтвердженням цього є той факт, що фізіономічні уявлення в різних культурах значною мірою відрізняються. Наприклад, у в'єтнамській культурі великий рот корелює з високим інтелектом, причому це стосується лише чоловіків. Слід враховувати, що “ключі” однієї культури можуть бути непридатними для іншої. Цим пояснюється не диференційованість сприймання й запам'ятовування людей іншої расової належності: зовнішність їх здається нам дуже подібною, аж до ілюзії повної ідентичності.

Отже, придатний чи ні механізм фізіономічної редукції для спілкування? Однозначної відповіді на це питання немає. Він дуже простий і зручний, але призводить до непорозуміння, якщо неправильно застосовується і не доповнюється іншими, складнішими та точнішими ознаками.

2. Соціальна категоризація та порівняння — це розподіл людей за певними категоріями, тобто визначення їхньої соціального статусу та порівняння зі своїм статусом. Така процедура може бути доволі простою (наприклад, “старий — молодий”, “бідний — багатий”) або ж складною (наприклад, “розумний — дурний”, “порядний — непорядний”). Вона дуже важлива, бо людина з невизначеним соціальним статусом зазнає труднощів у спілкуванні, відчуває самотність, ідентифікуючи себе з певною соціальною групою, ми сприймаємо її права, обов'язки, привілеї. Виникає відчуття “Ми” (моя група) на відміну від “Вони” (їх група), причому в міжгруповому спілкуванні “Ми” частіше переоцінюються, а “Вони” — недооцінюються.

Із зазначеного можна зробити важливий висновок: наше розуміння людей завжди певною мірою неточне та упереджене, бо якщо “Ми” не дає хоча б маленької переваги, то потерпає самооцінка. Ця тенденція виявляється як в оцінках, уявленнях, судженнях, так і в зовнішній поведінці, причому вона посилюється в умовах змагання, особливо з невизначеними критеріями. При оцінюванні результатів більш упередженими виявляються ті, що програють чи мають нижчий статус. Отже, в умовах соціальної несправедливості різко зменшується вірогідність неупереджених оцінок, терпимості та взаєморозуміння між людьми, що належать до різних груп, причому психологічно найбільше страждають ті, які не мають ніяких благ та привілеїв.

3. Стереотипізація — розуміння іншої людини шляхом віднесення її до певної соціальної групи та автоматичного перенесення на неї типових для даної групи характеристик. Термін запропонований американським журналістом О. Ліпманом для визначення штампів та кліше (“фіксованих картинок у голові”) в людському спілкуванні. Існує багато визначень стереотипів. Найкоротше з них — “усі вони такі”. При цьому не має значення, хто це конкретно та які вони насправді: усі професори неухажні, усі англійці — стримані, усі жінки — непостійні. Приклади можна продовжувати. Характерно, що при цьому всі знають — насправді це не так, об’єднувати всіх одним штампом — велике спрощення і огрублення дійсності. Однак стереотипи все ж існують, бо вони виконують свою функцію — просто й швидко категоризувати індивіда. Грубість, схематизм, ворожість по суті своїй не притаманні стереотипізації, а виникають як наслідок соціальних умов. Стереотипи необхідні для психологічної регуляції міжособистісної взаємодії, без них людина “потонула” б у хаосі інформації, що надходить. Отже, потрібно боротися не із стереотипами як такими, а лише з найбільш хибними та небезпечними з них. Дестереотипізація потрібна у міжетнічних, міжнаціональних, а також міжгрупових стосунках, бо багато психологічних труднощів виникає саме в цих сферах і вони призводять до тяжких наслідків. Усі зазначені механізми розуміння людини людиною діють в умовах міжгрупового спілкування. При міжособистісному — взаєморозуміння реалізується за рахунок інших механізмів, провідними серед яких є:

1. *Атрибуція* — розуміння іншої людини шляхом приписування їй тих чи тих причин поведінки з позицій власного життєвого досвіду та здорового глузду. Як працює атрибутивний механізм?

Звичайно, ми маємо справу з трьома видами інформації: знання про людину, поведінку якої ми хочемо пояснити, знання про ситуацію, в якій вона вчинила певну дію, вела себе певним чином, наш власний досвід соціальної поведінки та соціальних контактів. Коли ми достатньо знаємо про суб’єкт і обставини, в яких він опинився, атрибуція (“приписування”) зводиться до мінімуму, а наше пояснення його поведінки буде точнішим. Коли ж ми мало або нічого не знаємо про людину та зовнішні обставини, то використовуємо власні, нехай і обмежені знання, досвід і таким чином, фантазуючи, можемо пояснити що завгодно, і без ніяких труднощів. Справді, суб’єктивних труднощів це не викликає, але слід пам’ятати, що чим менша част-

ка об'єктивної інформації, тим істотніші помилки. В історії є безліч прикладів, коли мандрівники у чужих краях отримували від своїх дій результат, протилежний очікуваному, користуючись атрибутивними механізмами. Головна їх функція — зняти чи зменшити невизначеність у спілкуванні, але не слід при цьому бути надто впевненим у безпомилковості своїх суджень.

2. *Децентрація* — це психологічна здатність відкинути власний досвід, відійти від свого “Я” і наблизитись до “Я” іншої людини. Вона потрібна в тих випадках, коли об'єктивної інформації достатньо і немає принципової необхідності апелювати до суб'єктивного досвіду. Децентрація і атрибуція певним чином протилежні за характером, у першому випадку ми ніби відмовляємося від власної позиції, наближаємося до позиції партнера, дивимося на світ його очима, у другому — навпаки.

Люди зі зниженою здатністю до децентрації називаються егоцентриками (від “EGO” — “Я”), увесь світ існує ніби тільки заради них, а вони знаходяться в його центрі. Чому це стає можливим? Причини тут можуть бути різними, але найімовірніше — психологічними. Авторитарність виховання, офіційні стосунки між старшими та молодшими (в тому числі між батьками та дітьми), пригнічення нестандартних підходів і точок зору призводять до стандартизації особистості та невміння розуміти іншу, не схожу на нас людину. Тільки моя думка і моя поведінка — справедлива, усі інші — хибні. Від егоцентриків страждають не тільки навколишні, а й вони самі, їх чекає самотність, нерозуміння.

Висновки

Таким чином, сприймання й розуміння іншої людини — дуже складний процес взаємодії як особистості індивіда, що сприймає, так і особистості суб'єкта сприймання. При цьому потрібно пам'ятати, що, незважаючи на певні особливості сприймання і розуміння фізичного вигляду, психічних станів, мімічних виявів, — це завжди цілісний, синтетичний акт, що залежить від життєвого досвіду, структури особистості й особливостей ситуації. Він має велике значення для працівника правоохоронних органів, оскільки його професійна діяльність завжди спрямована на пізнання соціальних явищ, яке здійснюється у процесі і за допомогою спілкування.

Словникова робота: психологія, предмет психології, психіка, діяльність, спілкування, функції спілкування, динамічний стереотип, психічні процеси, психічні стани, психічні властивості, темперамент, типи темпераменту, характер, риси характеру.

Література [10; 14; 18; 27; 30; 41]

Питання та завдання для самоконтролю

1. Що є предметом психології? Які групи психічних явищ вона вивчає?
2. Які типи темпераменту й притаманні їм риси ви знаєте?
3. Чим різняться поняття “темперамент” і “характер”?
4. Як пояснити твердження, що психічні явища є суб’єктивним образом об’єктивного світу?
5. У чому сутність основних функцій спілкування?
6. У чому сутність природи сприймання людини людиною ?
6. Розкрийте зв’язок психології з іншими галузями суспільних наук та психологічної науки (соціологія, політологія, конфліктологія, соціальна психологія, загальна психологія, вікова психологія, психофізіологія, диференціальна психологія та ін.).

Теми рефератів

1. Значення спілкування в індивідуальному розвитку людини.
2. Стиль спілкування та стиль поведінки людини.
3. Соціокультурні особливості спілкування.
4. Роль спілкування у формуванні особистості.

Література [10; 13; 18; 27; 30; 31; 40; 41]

СПИСОК ЛІТЕРАТУРИ

Основна

1. *Ананьев Б. Г.* О проблемах современного человекознания. — 2-е изд. — СПб.: Питер, 2001.
2. *Анастаси А., Урбина С.* Психологическое тестирование. — СПб.: Питер, 2001.
3. *Выготский Л. С.* Психология развития человека. — М.: Смысл; Эксмо, 2005.
4. *Гамезо М. В., Домашенко И. А.* Атлас по психологии: Информ.-метод. пособие по курсу “Психология человека”. — М.: Пед. общество России, 2001.
5. *Гиппенрейтер Ю. Б.* Введение в общую психологию. — М.: ЧеРо, “Юрайт”, 2001.
6. *Годфруа Ж.* Что такое психология. — М.: Мир, 1992.
7. *Горбатов Д. С.* Практикум по психологическому исследованию: Учеб. пособие. — Самара: Изд. дом “БАХРАХ-М”, 2006.
8. *Загальна психологія: Навч. вид. / О. Скрипченко, Л. Долинська, З. Огороднійчук та ін.* — К.: А. П. Н.. 1999.
9. *Костюк Г. С.* Избранные психологические труды. — М.: Педагогика, 1988.
10. *Леонтьев А. А.* Избранные психологические произведения: В 2 т. — М.: Педагогика, 1983. — Т. 1, 2.
11. *Максименко С. Д., Соловйенко В. О.* Загальна психологія. — К.: МАУП, 1999.
12. *Маклаков А. Г.* Общая психология. — СПб.: Питер, 2001.
13. *Немов Р. С.* Психология: В 3 кн. — 2-е изд. — М.: Просвещение, Владос, 1995. — Кн. 1.
14. *Общая психология: Учебник / Под. ред. С. Д. Максименко.* — М.: Рефл-бук; К.: Ваклер, 1999.
15. *Основи загальної психології / За ред. С. Д. Максименка.* — К.: НПЦ Перспектива, 1998.
16. *Основи психології / За заг. ред. О. В. Киричука, В. А. Роменця.* — 3-тє вид. — К.: Либідь, 1997.
17. *Практикум по общей, прикладной и экспериментальной психологии / Под. ред. А. А. Крылова, С. А. Маничева.* — СПб.: Питер, 2006.

18. *Психология: Словарь* / Под общ. ред. А. В. Петровского, М. Г. Ярошевского. — 2-е изд., испр. и доп. — М.: Политиздат, 1990.
19. *Ребер А.* Большой толковый психологический словарь. — В 2 т. — М.: Вече — ООО “Изд-во АСТ”, 2001.
20. *Рубинштейн С. Л.* Основы общей психологии: В 2 т. — М.: Педагогика, 1998.

Додаткова

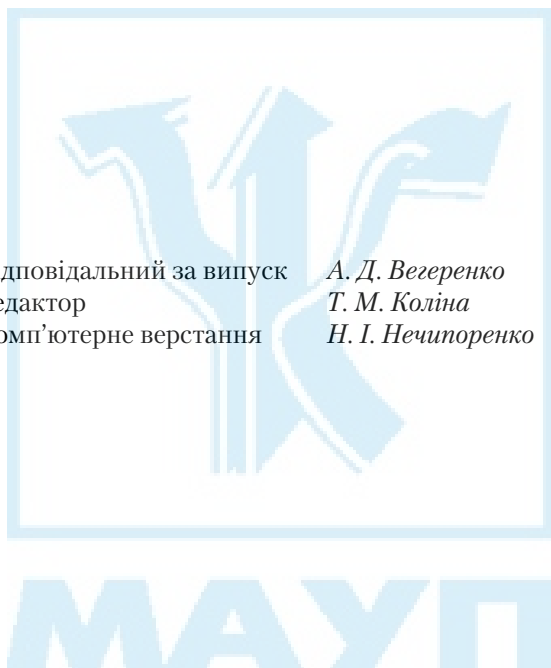
21. *Асмолов А. Г.* Психология личности. — М.: Изд-во МГУ, 1990.
22. *Гроф С.* За пределами мозга. — М., 1992.
23. *Дружинин В. Н.* Психодиагностика общих способностей. — М.: Академия, 1996.
24. *Ждан А. Н.* История психологии. От античности к современности: Учеб. для вузов. — М.: Акад. проект; Екатеринбург: Деловая книга, 2002.
25. *Коломінський Н. Л.* Психологія педагогічного менеджменту. — К.: МАУП, 1996
26. *Кон И. С.* В поисках себя: личность и ее самосознание. — М.: Политиздат, 1984.
27. *Леонтьев А. Н.* Деятельность. Сознание. Личность. — М.: Политиздат, 1982.
28. *Ломов Б. Ф.* Системность в психологии: Изб. психол. труды. — М.: Ин-т практ. психол.; Воронеж: МОДЭК, 1996.
29. *Лурия А. Р.* Эволюционное введение в психологию. — М.: Изд-во МГУ, 1975.
30. *Лурия А. Р.* Язык и сознание. — 2-е изд. — М.: Изд-во МГУ, 1998.
31. *Майерс Д.* Социальная психология. — СПб.: Питер Ком, 1998.
32. *Маслоу А.* Психология бытия. — М.; К.: Ваклер, 1997.
33. *Мерлин В. С.* Психология индивидуальности: Избр. психол. труды. — М.: Ин-т практ. психол.; Воронеж: МОДЭК, 1996.
34. *Орлов Ю. М.* Восхождение к индивидуальности. — М.: Просвещение, 1991.
35. *Павлов И. П.* Мозг и психика: Избр. психол. труды. — М.: Ин-т практ. психол.; Воронеж: МОДЭК, 1996.
36. *Столин В. В.* Самосознание личности. — М.: Изд-во МГУ, 1983.
37. *Теплов Б. М.* Избранные психологические труды: В 2 т. — М.: Педагогика, 1989.

38. *Фрейд З.* Введение в психоанализ: Лекции. — М.: Наука, 1989.
39. *Хьелл Л., Зиглер Д.* Теории личности. — СПб: Питер Ком, 1998.
40. *Хрестоматия* по общей психологии. Психология мышления. — М.: Изд-во МГУ, 1981.
41. *Чалдини Р.* Психология влияния. — СПб.: Питер Ком, 1999.
42. *Ярошевский М. Г.* История психологии. — М.: Мысль, 1976.



ЗМІСТ

Пояснювальна записка.....	3
Тематичний план дисципліни "Психологія"	3
Завдання для самостійної роботи.....	4
Список літератури	43



Зам. № ВКЦ-3303
Міжрегіональна Академія управління персоналом (МАУП)
03039 Київ-39, вул. Фрометівська, 2, МАУП