

6. Емоційно-вольова сфера особистості

- /273/ 6.1. Психологія емоцій особистості
- /273/ Загальна характеристика емоційної сфери особистості
- /274/ Особливості емоційного реагування особистості
- /277/ Фізіологічні основи емоційних реакцій особистості
- /278/ Функції емоцій
- /280/ Види емоційних реакцій, емоційних станів та емоцій
- /283/ Емоціогенні стани
- /288/ Настрій
- /290/ Основні групи емоцій
- /295/ Властивості емоцій
- /296/ Емоційні властивості особистості
- /299/ Керування емоціями та емоційними станами
- /301/ Емоційні розлади і шляхи їх подолання
- /302/ 6.2. Психологія почуттів особистості
- /302/ Загальна характеристика почуттів особистості
- /306/ Види почуттів
- /311/ 6.3. Психологія волі особистості
- /312/ Загальна характеристика волі особистості
- /313/ Зв'язок волі з іншими сферами особистості
- /314/ Вольова регуляція як вид довільного керування
- /316/ Структура вольового вчинку та вольової дії
- /323/ Вольові процеси і вольові стани
- /325/ Вольові якості особистості
- /332/ Інтегральні морально-вольові якості особистості
- /335/ Сила волі особистості
- /336/ Виховання та самовиховання волі
- /338/ Термінологічний словник
- /350/ Література

1.

Основи загальної психології

1.1. Загальна психологія як наука

Предмет дослідження психологічної науки, місце психологічного знання в системі наук і людського досвіду вивчає загальна психологія, вона також характеризує психіку та особистість як ідеальне утворення, досліджує онтологічні характеристики психічного та фізіологічні основи психічних явищ. Загальна психологія аналізує світоглядні орієнтації (парадигми) та принципи психології, характеризує загальнонаукові, загальнопсихологічні методи, вивчає етапи розвитку психологічної науки у світі й в Україні, її класичні, неklasичні та сучасні напрями. Знаннями загальної психології послуговуються інші психологічні науки (психологія особистості, вікова та педагогічна психології, психодіагностика та ін.) та психологічна практика.

Сутність психології

Об'єктом дослідження психології є люди і тварини, наділені психікою, а предметом — психіка, закономірності та механізми її функціонування. Завдяки психіці та особистості людина переживає, думає, вибудовує програму дій та поведінки. Фізіологічна основа психічних явищ — діяльність мозку. Структуру психіки як цілісної системи утворюють свідомість і несвідоме. Психічне володіє певними онтологічними (буттєвими) та феноменологічними характеристиками.

хічне життя людини мінливе. Одні зміни відбуваються у внутрішньому світі мимовільно (зміна настрою чи думок), інші — довільно (виникнення свідомого наміру чинити відповідально); одні усвідомлено, інші — неусвідомлено.

Вищим рівнем розвитку психіки є свідоме творення людиною власного психічного світу, внесення в нього нових змістів, відкриття прихованих резервів, індивідуалізації внутрішнього, суб'єктного включення в розвиток новотворів, підтримання цілісності психіки та психічного, соціального, морального та духовного здоров'я особистості за різних умов її функціонування і розвитку. Людина має бути відповідальною за ці самозміни, орієнтуючись на духовні, загальнолюдські та національні цінності.

Отже, психологія не тільки пояснює внутрішній світ, а й з'ясовує закономірності та механізми психіки, взаємодії індивіда як суб'єкта зі своєю психікою та іншими людьми. При цьому однакове значення мають діяльнісні (ефективність, оптимальність, продуктивність тощо) і духовно-моральні критерії (творення віри, любові, добра, свободи, відповідальності, надії).

При визначенні предмета психології важливе значення причин психічних явищ. У зв'язку з цим його складовою частиною є питання взаємодії людини із власною психікою задля її збереження, захисту, відновлення душевного потенціалу, саморозвитку і самовдосконалення. При цьому неодмінно постає проблема самопізнання (рефлексії).

Психологія недостатньо вивчає досвід конкретного людського буття, в якому проявляються психіка та особистість. Стосовно цього український філософ і психолог Василь Зеньківський (1881—1962) стверджував, що у психіці не можна протиставляти суб'єктне (активне, ініціативне начало — цілі, наміри), духовно-особистісне (віру, любов, сумління) та предметне (образи, уявлення, думки, переживання). Об'єднує та інтегрує психічне в цілісність Я (особистість) людини.

Особливості та структура психологічного знання

Психологічне знання дуже складне, його важко впорядкувати. Воно не абсолютне, бо створене у різних країнах, різними науковими школами і різними вченими. Те, що вважають головним знанням у межах одних психологічних шкіл і напрямів, не завжди визнається таким в контексті інших. Психоло-

гічне знання «прив'язане» до певного світогляду, певної національної культури, тому часто непридатне для інших. У німців одна психіка і психологія, в американців — інша, ще інша — в українців. Також психологічне знання ситуативне і «прив'язане» до історичного часу. В одну епоху психологи вивчали свідомість, потім — несвідоме, поведінку, нині — особистість. Психологічне знання як знання про найскладніше — душу, не може бути досконало організоване; воно змінюється вслід за зміною його об'єкта (людини, групи людей, суспільства).

В одних напрямках, наприклад у поведінковій психології (біхевіоризмі), психіку розуміли як поведінку. Перетворення образів про конкретні предмети чи ситуації, запам'ятовування, збереження (і забування) та відтворення інформації у пам'яті, роботу інтелекту вивчає когнітивна психологія. Психоаналіз (фройдизм) зосереджений на вивченні несвідомого.

На початку ХХІ ст. усю психологічну реальність неможливо звести до однієї психологічної теорії. Психологічна реальність багатовимірна, але не безмірна, а її раціональні, емоційні та поведінкові складові — основні складові частини психічного. Це породило уявлення про так звану «фундаментальну психологічну тріаду» — розум, емоції і волю. Вони розглядаються як основні складові психологічної реальності.

Головним завданням вивчення психології є засвоєння живого знання про живу особистість, насамперед — про її Я.

Психологічне знання охоплює:

- 1) спеціальні психологічні терміни (категорії, поняття): психологічні категорії, терміни, поняття — основні «згустки» психологічного знання. Основними термінами психології є: психіка, особистість (самосвідомість, темперамент, характер, воля, емоції), інтелект (відчуття, сприймання, образ, пам'ять, мислення, уява), свідомість, спілкування, діяльність, мотив, потреба та ін.;
- 2) психологічні факти. Виділяють три види психологічних фактів:
 - а) мінливі психічні процеси, які засвідчують, що у внутрішньому світі людини психологічні «події» розгортаються в часі. Виокремлюють такі процеси: пізнавальні (процес сприймання, розмірковування, запам'ятовування, наприклад, вірша), вольові (прийняття відповідального рішення), емоційні (виникнення співпереживання героям фільму), ціннісні (пошук сенсу життя), процес переживання успіху чи невдачі;

- б) психічні стани — відносно стійкі психічні явища протягом певного відрізка часу (стани радості, смутку, втоми, хвилювання, стресу тощо);
- в) порівняно постійні психічні властивості — наявність у внутрішньому світі особистості дечого стійкого, що зберігається протягом тривалого часу, у деяких випадках навіть усе життя (темперамент, характер, здібності, нахили тощо);
- 3) розуміння та інтерпретацію психологічних феноменів у психології. Щоб пояснити психологічні явища, психологія вивчає механізми психіки, відповідаючи на питання, як вона виникає та функціонує;
- 4) психологічні закони та закономірності. Психологія виявляє складні причинно-наслідкові (і не тільки) зв'язки між психічними явищами, з'ясовує психологічну структуру станів, процесів, властивостей, їх становлення та розвиток. Психологічні закономірності формулюються досить складно: розвиток здібностей дитини залежить від спадковості (задатків), навчання, виховання та інших чинників; існує єдність між розумом та переживаннями людини (є холодний розум, є мудрі почуття); існує зв'язок між темпераментом людини та її здоров'ям (люди з певним темпераментом частіше хворіють на деякі захворювання); наявна єдність свободи та відповідальності: що більше людина хоче бути по-справжньому вільною, то більше вона має бути відповідальною; сприймання людини залежить від умов сприймання (місяць чи сонце в zenіті і на горизонті сприймаються по-різному, людина з вікна першого і п'ятнадцятого поверху теж) тощо.
- Психологія вивчає зв'язки між явищами, насамперед емпірично виявляє зв'язки (кореляції) між феноменами. Наприклад, від чого і наскільки залежить: переживання людиною щастя (від здоров'я, задоволення, влади, грошей, успіху); її здібності; душевне здоров'я; успіхи у навчанні, кар'єрний ріст тощо;
- 5) психологічні теорії (концепції) — сукупність узагальнених тверджень, що уможливають розуміння та прогнози щодо емпіричних явищ. Якщо у природничих (точних) науках теорії викладаються чітко, компактно та виражаються точно, наприклад за допомогою математичних формул, моделей чи схем, то у психології — у ба-

- гатотомних творах. Психологічну теорію нелегко вичленувати із супутніх їй суджень і роздумів. Накопичення фактів (емпірії) супроводжується збагаченням теорії;
- 6) прогнози у психології. Вони не можуть бути цілком достовірні та однозначні (наприклад, жоден психолог не визначить, якою буде обдарована дитина у дорослому віці);
- 7) виявлення психологічних фактів (методи дослідження, а також життєва психологія). Науковий метод є знанням про те, як отримувати нове психологічне знання, тобто своєрідним психологічним знанням. Водночас він є засобом його отримання, містить важливу інформацію про умови його отримання (про те, за яких обставин проявляється той або той феномен, які чинники впливають на його прояв, як можна нівелювати їх вплив та ін.). Конкретними методами є спостереження і самоспостереження, споглядання, анкети, опитування та ін.;
- 8) наукове дослідження у психології. Виділяють дослідження теоретичні, мета яких — створення (формулювання) теорії (концепції); прикладні, їх завдання — розв'язання конкретної проблеми, наприклад причини конфліктів в організації; світоглядні (методологічні), призначені для з'ясування світогляду, на який спирається теорія, якого дотримується певний вчений або психологічна школа;
- 9) знання, запозичені психологією із суміжних наук (філософії, педагогіки, соціології та ін.);
- 10) базовий світогляд (методологія), наприклад: що є важливішим в особистості: тілесне — біологічне, особливості нервової системи, задатки, чи соціальне — набуте від людей, або духовне; що є важливішим: минуле, теперішнє чи майбутнє; чи людина народжується доброю чи недоброю; що головне в людині: свідоме чи несвідоме; що важливіше: пристосуватися до умов чи, навпаки, пристосувати умови до себе (а може, створити для себе нові умови); роль смерті та страждань у житті людини; сенс щастя і сенс життя тощо;
- 11) психологічна практика та психологічні технології. Їх основою є психологічне знання, особистий досвід психологів, здоровий глузд тощо. У психології поширені кілька фундаментальних практик: психологічне консультування, психологічна діагностика, психологічна корекція та психологічна терапія.

Психологія розв'язує такі проблеми:

- психофізіологічну (відношення психіки і мозку; відношення мислення і діяльності нервової системи як відношення психічної функції до її органа);
- психосоціальну (залежність психіки людини від соціальних умов її життя);
- психопрактичну (становлення, розвиток і вияви психіки людини у процесі її практичної діяльності, спілкування, пізнання світу, самопізнання);
- психогностичну (адекватність пізнання світу людиною; взаємозв'язки між чуттєвим і раціональним у психічних образах предметної дійсності тощо);
- взаємозв'язки між духовною та психічною сферами людини (духовне та психічне — різні сфери);
- психологічного знання (адекватність, типи і види);

Система визначених основних понять психології описує її предмет у єдності внутрішнього і зовнішнього вираження психічного, свідомого і несвідомого, постійного і мінливого, індивідуального і загального.

Отже, предмет психології в процесі історичного розвитку змінювався, розширював свої межі, сутність, поєднуючи із теологією, соціально-гуманітарними та біологічно-природничими науками. На сучасному етапі розвитку психологічної науки предметом її дослідження є психіка та особистість, факти психічного та особистісного життя людини (психічні процеси, стани, явища, властивості), закони психіки та механізми її виникнення і функціонування.

1.2. Психіка як ідеальне утворення

Рушієм розвитку людини є психіка як форма відображення світу, себе, власного життя. Фізіологічна основа психіки — діяльність нервової системи. У людини психіка має як усвідомлюваний, так і неусвідомлюваний характер.

Сутність і функції психіки

У процесі дослідження психіки висловлено багато суджень про її сутність і природу, які можна звести до таких положень:

- а) психіка — ідеальне (нематеріальне) утворення, що існує реально. Вона проявляється в діяльності, спілкуванні, пізнанні людиною світу і себе;
- б) психіка — особлива форма відображення («сканування») людиною світу і себе в ньому;
- в) психічні явища причинно зумовлені — мають матеріальні та ідеальні чинники свого існування. Їх не завжди легко виявити. Часто психічне одночасно зумовлене кількома причинами. В різних умовах результати їх дії можуть бути різними;
- г) психіка — суб'єктивний образ зовнішнього впливу і внутрішніх переживань. Людина має тіло, мозок, тому психічні явища не можна відокремлювати від тіла. Психіка завжди належить людині, залежить від її віку, індивідуальних особливостей та одночасно зумовлена конкретною ситуацією;

г) пізнання людиною світу за допомогою психіки — нескінченний рух від незнання до знання, від одного знання до іншого. У процесі навчання, спілкування, праці, споглядання людина пізнає навколишній світ, закони розвитку природи і суспільства, засвоює життєвий досвід, розкриває здібності й особистісні здатності та якості. У взаємодіях вона перевіряє істинність своїх знань, переживань, намірів. Критерієм істинності психічного відображення світу є суспільно-історична та індивідуальна практика. Якщо людина, застосувавши знання, досягає позитивного результату, значить, ці знання правильні.

Психіка виконує сигнальну та регулятивну функції.

Сигнальна функція психіки полягає в повідомленні людині про умови її життя, інших людей та її саму. Між сигналом і відповіддю на нього виникають певні відношення і зв'язки, умовні рефлекси. Одні сигнали — подразники зовнішнього світу (звук, світло, тиск, колір) — викликають відчуття, сприймання, зумовлюють виникнення у мозку відчуття чи образу. Вони утворюють першу сигнальну систему.

Особливим сигналом для людини є слова. Як і предмети навколишнього світу, вони зумовлюють виникнення образів, уявлень, думок, переживань. Наприклад, слова «червоне світло» викликають у водія таку саму реакцію, як і реальне червоне світло. Це наслідок реакції другої сигнальної системи — новий рівень сигнальної діяльності. Основними властивостями другої сигнальної системи є: