

Тема 5. Психологія пізнавальних процесів

План

1. Увага.
2. Відчуття.
3. Сприймання.
4. Пам'ять.
5. Мислення.
6. Мова та мовлення.
7. Уява.

1. Увага.

Увага – це особлива форма психічної діяльності, яка виявляється в спрямованості і зосередженості свідомості на значущих для особистості предметах, явищах навколишньої дійсності або власних переживаннях.

Увага виконує **три головні функції**:

- 1) спрямованість діяльності, під якою розуміють вибірковий характер психічної діяльності, мимовільний чи довільний вибір її об'єктів. До поняття спрямованість включається також збереження та підтримання діяльності на певний проміжок часу;
- 2) зосередження та заглиблення в діяльність, пов'язані з відволіканням від усього стороннього;
- 2) контроль та регуляція діяльності.

Увага може виявлятися як у сенсорних, так і мнемічних, розумових і рухових процесах. **Сенсорна** увага пов'язана із сприйманням подразників різної модальності (виду). У зв'язку з цим виділяють зорову і слухову сенсорну увагу. Об'єктами **інтелектуальної** уваги як вищої її форми є спогади і думки.

Тому нині загальноприйнятим є таке визначення уваги:

Увага – це спрямованість і зосередження свідомості на певному реальному чи ідеальному об'єкті, що передбачає підвищення рівня сенсорної, інтелектуальної або рухової активності індивіда.

Увага, як показали дослідження, детермінується співвідношенням збуджень у корі великих півкуль головного мозку, викликаних подразниками, що діють на чуттєву сферу організму, та внутрішніми установками і психічними станами.

Згідно з поглядами І.М. Сеченова, увага людини має рефлекторний характер. Розвиваючи це положення, І.П.Павлов сформував гіпотезу, що увага пов'язана з виникненням вогнищ оптимального збудження в результаті особливого орієнтовного рефлексу, під яким він розумів активні реакції тварин на зміни в навколишньому середовищі, які викликають загальне пошквалювання й низку вибіркової реакції, спрямованих на ознайомлення із змінами в ситуації.

Важливий внесок в розкриття фізіологічних механізмів уваги вніс А.А.Ухтомський. Згідно з його уявленням збудження розподіляється по корі великих півкуль нерівномірно і може створювати в ній вогнища оптимального збудження, які набувають домінуючого характеру.

Сучасні нейрофізіологічні дослідження підтвердили провідну роль кіркових механізмів у регуляції уваги. Встановлено, що увага можлива тільки на основі загальної активності кори головного мозку людини. Деякі вчені

підкреслюють особливо важливу роль лобових ділянок мозку у відборі інформації. Важлива роль у регуляції уваги належить скупченню нервових кліток, розташованих у стовбурній частині мозку, що отримали назву ретикулярної формації. Припускають, що ретикулярна формація є комплексом декількох систем, одна з яких забезпечує активізацію орієнтовного рефлексу, інші – захисного, а треті – харчового.

Увага має **5 основних властивостей**.

1. Об'єм – вимірюється тією кількістю об'єктів інформації, які сприймаються і здатні одночасно зберігатися у сфері підвищеної уваги (свідомості) людини. Об'єднані за смисловими ознаками об'єкти сприймаються в більшій кількості, ніж ті, що роз'єднані. У дорослої людини об'єм уваги рівний 4-6 об'єктам.

2. Концентрація (зосередженість) – ступінь зосередження свідомості на об'єкті (об'єктах). Чим менше коло об'єктів уваги, чим менша ділянка сприйманої форми, тим більш концентрованою є увага. Концентрація уваги забезпечує поглиблене вивчення пізнаваних об'єктів і явищ, вносить ясність в уявлення людини про той або інший предмет, його призначення, конструкцію, форму.

Рисою, протилежною концентрації уваги, є **розсіяність**. Розсіяністю називається нездатність людини зосередитися на чому-небудь певному протягом тривалого часу. Однією з причин справжньої розсіяності є перевантаження мозку великою кількістю вражень.

3. Розподіл – виражається в умінні одночасно виконувати декілька дій або вести спостереження за декількома процесами, об'єктами. У деяких професіях розподіл уваги набуває особливо важливого значення. Такими є професії шофера, льотчика, педагога (учитель пояснює урок і одночасно стежить за класом, пише що-небудь на класній дошці). З погляду фізіології розподіл уваги пояснюється тим, що за наявності в корі головного мозку оптимальної збудливості в окремих її ділянках є лише часткове гальмування, внаслідок чого дані ділянки в змозі управляти одночасно виконуваними діями. Чим краще людина оволоділа діями, тим легше їй одночасно виконувати їх.

4. Стійкість – здатність протягом тривалого часу зберігати стан уваги на якому-небудь об'єкті, предметі діяльності, не відволікаючись та не послаблюючи її. На стійкість уваги значний вплив має інтерес. Необхідною умовою стійкості уваги є різноманітність вражень або виконуваних дій. Одноманітні дії знижують стійкість уваги. Фізіологічно це пояснюється тим, що під впливом тривалої дії одного і того ж подразника збудження за законом негативної індукції викликає в тій же ділянці кори гальмування, що веде й до зниження уваги.

Стійкість уваги залежить від певних умов. До них належать: особливості матеріалу, міра його складності, знайомство з ним, зрозумілість, ставлення до нього з боку суб'єкта – міра інтересу до матеріалу, а також індивідуальні властивості особистості.

5. Переключення – полягає в перебудові уваги, у перенесенні її з одного об'єкта на інший, з одного виду діяльності на інший. Проявляється у швидкості, з якою вона може відбуватися. Розрізняють переключення уваги навмисне (довільне) і ненавмисне (мимовільне). Навмисне переключення супроводиться

участю вольових зусиль людини. Ненавмисне перемикання уваги звичайно протікає легко, без особливої напруги і вольових зусиль.

Види уваги класифікують за такими ознаками:

1. За особливостями об'єктів уваги людини (залежно від того, належать об'єкти уваги до зовнішнього чи внутрішнього світу):

а) ***зовнішня увага*** – зумовлена структурою зовнішніх подразників, що впливають на людину. Вони визначають напрям, обсяг та стійкість уваги суб'єкта за умови, що подразник відрізнятиметься від інших силою, інтенсивністю дій;

б) ***внутрішня увага*** – пов'язана зі структурною організацією її діяльності. Під час діяльності внутрішня увага переноситься на уявлення пам'яті, думки, почуття, які індивід переживає, виявляючи певне ставлення до своєї діяльності. У діяльності зовнішня та внутрішня увага чергуються. Вони гальмують одна одну, наприклад, важко зосереджено думати про щось важливе, одночасно виконуючи складні креслення.

2. За формою організації:

а) ***колективна*** – означає зосередження уваги певної групи індивідів на одному об'єкті. Наприклад, слухачі зосереджено слухають доповідь доповідача;

б) ***групова*** – означає зосередження уваги групи в умовах роботи в колективі. Наприклад, увага студентів під час лабораторних робіт або розв'язування задач;

в) ***індивідуальна*** – означає зосередження уваги людини на своєму завданні.

3. За характером цільового спрямування та за рівнем вольових

зусиль:

а) ***мимовільна*** – це увага, що виникає незалежно від наміру та мети людини під дією сильного, контрастного або нового, несподіваного подразника. Наприклад, мимовільну увагу викличе в людини незвична споруда, яскравий одяг. У психологічній літературі використовують декілька синонімів для позначення мимовільної уваги. У деяких дослідженнях її називають пасивною, в інших емоційною. Предмети, що викликають у процесі пізнання яскравий емоційний тон (насичені кольори, мелодійні звуки, приємні запахи), викликають мимовільне зосередження уваги. Ще більше значення для виникнення мимовільної уваги мають інтелектуальні, естетичні і моральні відчуття. Предмет, що викликав у людини здивування, захоплення, тривалий час приковує її увагу. Інтерес як безпосередня зацікавленість чимось, що відбувається, і як вибіркоче відношення до світу, звичайно пов'язаний з відчуттями і виступає однією з найважливіших причин тривалої мимовільної уваги до предметів. Отже, мимовільна увага – це зосередження свідомості на об'єкті через якісь його особливості;

б) ***довільна*** – це свідомо цілеспрямоване і регульоване зосередження уваги на об'єкті, зумовлене потребами діяльності (людина зосереджується не на тому, що для неї цікаво або приємно, а на тому, що повинна робити). Цей вид уваги тісно пов'язаний з волею і виникає тоді, коли людина ставить перед собою мету діяльності, виконання якої вимагає зосередженості. Довільно зосереджуючись на об'єкті, людина докладає вольове зусилля, яке підтримує увагу протягом усього процесу діяльності. Своїм походженням довільна увага

зобов'язана праці. Отже, причиною виникнення довільної уваги до будь-якого об'єкта є постановка мети діяльності, сама практична діяльність, за виконання якої людина несе відповідальність. Довільна увага переростає в післядовільну увагу;

в) **післядовільна** – викликається через входження в діяльність і зростання до неї інтересу. У результаті протягом довгого часу зберігається цілеспрямованість, знімається напруга, і людина не втомлюється, хоч післядовільна увага може продовжуватися годинами. Наприклад, нам необхідно прочитати певний фрагмент тексту. Спочатку ми читаємо його з обов'язку. Згодом, захопившись, продовжуємо читати, не помітивши, що необхідний фрагмент закінчився, читаємо всю книжку.

Усі види уваги залежать від потреб, інтересів, цілей, цінностей особистості, які скеровують увагу, визначають її напрям, глибину та стійкість. Дослідження Б.М.Теплова і В.Д.Небиліцина показали, що якість уваги залежить від властивостей нервової системи людини. Виявилось, що людям із слабкою нервовою системою додаткові подразники заважають зосередитися, а з сильною – навіть підвищують концентрацію уваги. Люди з інертною нервовою системою відчують труднощі в переключенні і розподілі уваги.

4. Залежно від походження уваги виокремлюють:

а) **природну увагу**, яка дана людині від народження у вигляді вродженої здатності вибірково реагувати на ті чи інші зовнішні або внутрішні стимули, які несуть у собі елементи інформаційної новизни;

б) **соціально зумовлену увагу**, яка складається в ході життя людини в результаті навчання та виховання і пов'язана з вольовою регуляцією поведінки, із свідомим вибірково реагуванням на об'єкти.

5. Залежно від рівня опосередкованості виокремлюють:

а) **Безпосередню увагу**, що не керується нічим, крім того об'єкта, на який вона спрямована і який відповідає актуальним інтересам і потребам людини.

б) **Опосередковану увагу**, яка регулюється за допомогою спеціальних засобів, наприклад, слів, вказівних знаків, предметів.

6. Залежно від рівня когнітивної складності процесів, що забезпечуються увагою, виокремлюють:

а) **чуттєву увагу**, яка переважно пов'язана з емоціями та вибірковою роботою органів чуття;

б) **інтелектуальну**, пов'язану із зосередженням і спрямованістю думки. За чуттєвої уваги в центрі свідомості знаходиться яке-небудь чуттєве враження, за інтелектуальної – думка.

Увага, як і більшість психічних процесів, має певні **етапи розвитку**. За даними спостережень і експериментальних досліджень, **послідовність розвитку дитячої уваги** виглядає так.

Увага відіграє важливу роль у різних професіях, пов'язаних із сприйманням та засвоєнням великої кількості інформації і спілкуванням. Саме тому важливо створити умови, необхідні для її прояву, збереження і розвитку.

2. Відчуття.

За допомогою органів чуття людський організм має змогу отримувати

інформацію про стан зовнішнього та внутрішнього середовища. Тому відчуття – це найпростіший психічний процес, первинна форма орієнтування живого організму в навколишньому середовищі. З відчуттів починається пізнавальна діяльність людини.

Відчуття – це відображення в мозку людини окремих властивостей, якостей предметів і явищ об'єктивної дійсності внаслідок їх безпосереднього впливу на органи чуття.

Новонароджена дитина в перші тижні життя реагує лише на окремі якості предметів. Це свідчить про те, що відчуття є вихідною формою розвитку пізнавальної діяльності. Життєве значення відчуттів полягає також у тому, що вони завжди емоційно забарвлені. Експериментально підтверджено факт різної психофізіологічної дії кольору на людину: зелений – заспокоює, червоний – збуджує. Особливі відчуття, що ідуть від внутрішніх органів, визначають самопочуття людини, її емоційний тонус.

Якісні характеристики відчуттів залежать від багатьох факторів: набутого досвіду, емоційного стану та самопочуття, специфіки діяльності аналізаторів кожної особистості.

Орган чуття – це анатомо-фізіологічний апарат, розміщений на периферії тіла або у внутрішніх органах і спеціалізований для прийому впливів певних подразників із зовнішнього середовища та внутрішніх органів. Головною частиною кожного органа чуття є закінчення нервів, які називаються рецепторами. Рецептор – це частина аналізатора, функція якого полягає у трансформації зовнішньої енергії в нервовий процес. Такі органи чуття, як око, вухо, об'єднують десятки рецепторних закінчень. Рецептор, нерви, що проводять інформацію про подразнення, і ділянка в корі головного мозку, які являють собою єдину морфологічну структуру, І.П.Павлов назвав **аналізатором**.

Будь-який аналізатор складається з трьох частин:

1) **рецептора (периферичний відділ)**, або органу чуття, що перетворює енергію фізичних і хімічних подразників, що діють на організм у нервові сигнали (збудження). Кожний рецептор пристосований до прийому тільки певних видів подразнень (світло, звук), тобто володіє специфічною збудливістю до певних фізичних і хімічних агентів;

2) **провідних нервових шляхів (аферентний або чутливий нерв)**, що складаються з нейронів, розміщених на різних рівнях нервової системи, по яких нервові сигнали передаються в мозок;

3) **центральної частини (мозковий центр у корі півкуль головного мозку)**, де здійснюється основна переробка нервових імпульсів, що надходять з інших частин аналізатора.

Предмети і явища дійсності, які впливають на наші органи чуття, називаються *подразниками*. Вплив подразників на органи чуття називається *подразненням*.

Класифікація відчуттів має різне підґрунтя. Широко розповсюдженим є поділ відчуттів за модальністю (слухові, зорові, нюхові та ін.). англійським фізіологом Ч.Шеррінгтоном (1906 р.) була запропонована класифікація відчуттів на основі анатомічного розміщення рецепторів та їх функцій.

Систематична класифікація відчуттів.

За розміщенням рецепторів на поверхні тіла або всередині організму розрізняють такі види відчуттів:

- 1) екстероцептивні;
- 2) інтероцептивні;
- 3) пропріоцептивні.

Екстероцептивні відчуття – це найбільша група відчуттів. Вони забезпечують одержання сигналів із зовнішнього світу і створюють підґрунтя для нашої свідомості. До екстероцептивних відчуттів належать зорові, слухові, нюхові, смакові, дотикові (тактильні), термічні (температурні) і больові відчуття.

Інтероцептивні відчуття – це органічні відчуття, вони сигналізують про стан внутрішніх процесів організму, доводять до мозку подразнення від стінок шлунка і кишечника, серця і кровоносної системи та інших внутрішніх органів.

Пропріоцептивні відчуття забезпечують сигнали про положення тіла в просторі і складають підґрунтя рухів людини, відіграючи важливу роль в їх регуляції. Периферійні рецептори пропріоцептивної чутливості знаходяться в м'язах і суглобах (сухожиллях, зв'язках) і мають форму особливих нервових тілець (тільця Паччіні). Збудження, що виникають у цих тільцях, відображають відчуття, які відбуваються при розтягуванні м'язів і зміні положення суглобів. Ця група відчуттів включає специфічний вид чутливості, який називається відчуттям рівноваги, або статичним відчуттям. Їхні периферійні рецептори розміщені в каналах внутрішнього вуха. До пропріоцептивних належать кінестетичні та статичні відчуття.

Екстероцептивні відчуття прийнято поділяти залежно від наявності чи відсутності безпосереднього контакту рецептора з подразником, що викликає відчуття, на:

- 1) контактні;
- 2) дистантні.

Контактні відчуття викликаються впливом безпосередньо прикладеного до поверхні тіла відповідного органа сприймання. Прикладами контактних відчуттів є смак, дотик.

Дистантні відчуття викликаються подразниками, що діють на органи чуття на деякій відстані. До них належать нюхові відчуття, слух і зір.

Генетична класифікація дає змогу виокремити два види чутливості:

- 1) *протопатичну* (до якої належать органічні відчуття голоду, спраги тощо);
- 2) *епікритичну* (до якої належать основні органи чуття людини).

Зорові відчуття відіграють велику роль у взаємодії людини з довкіллям. Апаратом зору є око – орган чуття зі складною анатомічною будовою. Фізичною причиною зорових відчуттів є електромагнітні коливання. Людське око сприймає лише невелику частину електромагнітних коливань. Світлові хвилі, які відображаються предметом, переломлюються, проходячи через кришталік, і фокусуються на сітківці у вигляді зображення. Сітківка з'єднується за допомогою зорового нерва з великими півкулями головного мозку. Сітківка має складну будову. Один із шарів, що входить до її складу, є шар паличок і колбочок, що являють собою кінцеві утворення зорового нерва. Палички і колбочки виконують різні функції. *Палички* є органом бачення у темряві, і оскільки за таких умов людина не відчуває спектральних кольорів, то

їх називають органом некольорового зору. *Колбочки* є органом "денного" зору, їм властива менша чутливість до світла. Оскільки вдень людина відчуває різного роду кольори, то колбочки називають органом кольорового зору.

До зорових відчуттів належать відчуття світла і кольору.

Слухові відчуття, відображаючи велику різноманітність властивостей звучних предметів і явищ, допомагають людині орієнтуватися в навколишньому середовищі та регулювати свої дії. Вони викликаються звуками, які діють на слуховий аналізатор на відстані через коливання повітря або звукові хвилі. Тому слухові відчуття належать до дистантних відчуттів.

Чутливі закінчення слухового нерва розміщені у внутрішньому вусі. Зовнішнє вухо (вушна раковина) збирає звукові коливання і передає їх у внутрішнє вухо на завитку. Збудження нервових закінчень завитки відбувається за принципом резонансу: різні за довжиною і товщиною закінчення слухового нерва починають рухатися за певного числа коливань у секунду.

До слухових відчуттів належать *відчуття мови, музики та шуму*. За допомогою слухових відчуттів виокремлюють такі якості звука: силу (голосний – тихий), висоту (високий – низький), тембр (своєрідність голосу або музичного інструмента), тривалість (час звучання), а також темпоритмічний візерунок звуків, що послідовно сприймаються.

Слухові відчуття мають велике значення і в сприйманні усної мови. Фонематичний слух, або чутливість до звуків мови, формується в процесі оволодіння мовою і користування нею. Його розвиток впливає на безпомилковість письмової мови, особливо в початкових класах.

Зі слуховою чутливістю тісно пов'язана **вібраційна чутливість**. Вважається, що в організмі людини не існує спеціальних рецепторів, призначених для відчуття вібрації, а відображати вібрації здатні всі органи та тканини людського організму.

Нюхові відчуття не мають у житті людини такого значення, як зорові та слухові, оскільки не пов'язані з орієнтуванням у довкіллі. Їхня роль полягає в тому, що вони сигналізують людині про свіжість їжі, чистоту повітря тощо. У тих випадках, коли їх розвиток стимулюється умовами професійної діяльності, вони досягають значної досконалості (парфумери, пожежники та ін.).

Подразниками, що викликають нюхові відчуття, є мікроскопічні частинки пахучих речовин, які потрапляють у носову порожнину з повітрям, розчиняються в носовій рідині і впливають на рецептор.

Нюхові відчуття дуже часто поєднуються з іншими відчуттями – смаковими, тактильними, температурними тощо і набувають складного характеру. Зв'язок нюхового відчуття з іншими може носити умовно-рефлекторний характер (вигляд троянди може посилювати в нас відчуття її запаху).

Смакові відчуття тісно пов'язані з нюховими, їх поєднує спільна роль у процесах харчування. Органом смаку є *язик*. До смакових відчуттів належать відчуття кислого, солодкого, гіркового і солоного. Інші смаки є результатом змішування основних смаків. Смакові відчуття підвищують апетит людини, а також виконують захисну функцію, сигналізуючи про недоброякісну їжу. Динаміка смакових відчуттів тісно пов'язана з потребою організму в їжі. У стані голоду чутливість підвищується, при насиченні – знижується.

Шкіряні відчуття включають тактильні, температурні та больові відчуття.

Тактильні відчуття виникають внаслідок дії механічних подразників на поверхню шкіри. Умовою їх виникнення є контакт із подразником, який викликає деформацію шкіри. Тактильна чутливість нерівномірно розподілена по всьому тілу. Найбільше скупчення тактильних рецепторів на долонях, кінчиках пальців та на губах.

Тактильні відчуття – це відчуття дотику і тиску. Вони сигналізують про присутність того чи іншого подразника, який стикається з поверхнею тіла. Тактильні відчуття відображають важливі властивості предметів об'єктивного світу: рівність, шершавість, твердість, м'якість, сухість, вологість тощо.

Температурні відчуття поділяються на відчуття холоду і тепла. Вони сигналізують про зміни температурного середовища, про небезпеку охолодження організму чи його перегрівання, допомагають регулювати тепловий обмін між організмом і середовищем. Крім того, температурні відчуття дають людині відомості про термічні властивості предметів та явищ навколишнього середовища.

Характер температурних відчуттів залежить від природи діючого подразника. Якщо температура предмета нижча температури тіла, то виникає відчуття холоду, якщо вища – відчуття тепла. Температурні відчуття мають локальний характер, оскільки ми відносимо їх до певної ділянки шкіри, на яку діє подразник.

Больові відчуття виникають при дії різного роду подразників (механічних, термічних, хімічних, електричних тощо), які є причиною пошкодження або руйнування тканин організму. Вони виконують важливу роль як складові захисних рефлексів, сигналізують про шкоду подразника для організму та необхідність перервати контакт з ним і носять яскраво виражене негативне емоційне забарвлення. Больові відчуття несуть певну інформацію про подразник, у них відображається його інтенсивність, якість (колючий, ріжучий, пекучий біль), місце локалізації. Просторова локалізація больового відчуття має не завжди точний характер, що пояснюється іррадіацією процесу збудження.

Статичні відчуття відображають положення тіла у просторі, його рівноваги. Рецептори статичних відчуттів розміщені у вестибулярному апараті внутрішнього вуха. Цей вид відчуттів має велике значення для життєдіяльності організму, оскільки забезпечує збереження рівноваги організму. Регуляція рівноваги організму має рефлекторний характер. Нормальна робота статичного аналізатора необхідна для відображення простору за допомогою інших видів відчуттів, зокрема зорового та рухового.

Кінестезичні відчуття (від грецького "кінезіс" – рух і "айстезіс" – відчуття) – це відчуття рухів і положення частин власного тіла. Рецептори кінестезичних відчуттів знаходяться в м'язах та сухожиллях. Подразнення в цих рецепторах виникають при скороченні та розтягненні м'язів та зв'язок, тертям суглобів. Результатом цих відчуттів є знання про силу, швидкість, траєкторію руху частин тіла.

У поєднанні з іншими відчуттями кінестезичні відчуття стають визначеними і диференційованими. Зокрема, поєднуючись із зоровим відчуттям, набувають важливого значення у пізнанні людиною просторових властивостей речей. Поєднання кінестезичного відчуття з тактильним виступає у формі дотику.

У ході навчання необхідно приділяти увагу розвитку кінестезичних відчуттів, на що спрямовані уроки праці, малювання, фізкультури, а також заняття танцями, художньою гімнастикою та іншими видами спорту. При цьому важливо враховувати особливості розвитку даного виду відчуттів у певні вікові періоди.

Органічні відчуття – це відчуття, пов'язані з діяльністю внутрішніх органів. Ці відчуття, зливаючись, утворюють органічне почуття (самопочуття) людини. Це так звана *сенестезія* (загальне відчуття), яке відображає загальний стан організму на основі сигналів, що надходять з різних органів організму. Прикладом може слугувати почуття загального нездужання, яке виникає у хворої людини. До органічних відчуттів належать відчуття голоду, спраги, ситості, нудоти, змін у діяльності серця, шлунка, больові відчуття.

Органічні відчуття викликаються імпульсами із внутрішніх органів, а також зміною хімічної формули крові. Вони характеризуються недостатньою ясністю, нечіткістю та непевністю локалізації. Характерною рисою органічних відчуттів є їх емоційне забарвлення (позитивне або негативне).

Велика кількість відчуттів має свої специфічні **властивості**, але одночасно характеризується і спільними властивостями. До них належать: якість, інтенсивність, тривалість, просторова локалізація.

Якість – головна особливість відчуття, яка відрізняє його від інших видів відчуттів і варіює в межах даного виду відчуттів (різні кольорові тони і відтінки, різні запахи - приємні, неприємні, квіткові, фруктові, звуки різної висоти, різні смаки тощо). Якість кожного відчуття визначається суб'єктивними та об'єктивними чинниками. До об'єктивних належать властивості того об'єкта, який його викликає. Суб'єктивними чинниками відчуття є будова певних аналізаторів людини, певних ділянок мозку та суб'єктивні переваги, які людина віддає тим чи іншим якостям об'єкта (подобаються певні страви, запахи тощо).

Інтенсивність – це кількісна характеристика відчуттів (більша чи менша сила їх виявлення), що визначається силою діючого подразника і функціональним станом рецептора. За якістю відчуття можуть бути однаковими, але сильнішими чи слабкішими. Залежність між силою подразника та інтенсивністю відчуття складна і неоднозначна (слабкий запах парфумів може викликати приємні відчуття, а той самий, але занадто сильний запах – неприємні і навіть дратувати людину).

Тривалість – це часова характеристика відчуттів. Вона визначається функціональним станом органів чуття, але головне – часом дії подразника та його інтенсивністю. Відчуття виникають не відразу після того, як подразник починає діяти на орган чуття, для виникнення відчуття необхідний латентний період, який є різним для різних видів відчуттів: для тактильного відчуття - 130 мс, для больових - 370 мс, для смакових - 50 мс.

Просторова локалізація – властивість відчуттів, що полягає у просторовому аналізі (за допомогою дистанційних рецепторів) локалізації подразників у просторі. Такі показники об'єкта, як колір, світло, звук, співвідносяться з джерелом. Навпаки, тактильні, больові, температурні відчуття співвідносяться з тією частиною тіла, на яку впливає подразник.

Для того щоб виникло відчуття, подразник повинен мати певну величину. Дуже слабка дія подразника не викличе відчуття, а дуже сильна може

викликати біль і навіть призвести до руйнування певних органів чуття (наприклад, дуже слабкого звука людина не почує, а дуже сильний звук може призвести до втрати слуху). Для характеристики залежності між інтенсивністю відчуття та силою подразника у психології існує поняття **порог відчуття, або порог чутливості**.

Розрізняють два види порогів чутливості: порог абсолютної чутливості і порог чутливості до розрізнення. Порог абсолютної чутливості у свою чергу поділяється на нижній та верхній абсолютні пороги чутливості.

Нижній порог відчуттів – мінімальна величина подразника, що викликає ледве помітне відчуття (позначається j_0). Сигнали, інтенсивність яких менше j_0 , людиною не відчуваються. **Верхній порог** - максимальна величина подразника, яку здатний адекватно сприймати аналізатор j_{\max} . Інтервал між j_0 і j_{\max} називається діапазоном чутливості.

Порог розрізнення (диференціації) відчуттів – здатність відчувати найменшу різницю в інтенсивності двох діючих подразників, диференціація їх за силою (від найслабшого до найсильнішого).

Оперативний порог розрізнення сигналів – та величина відмінності між сигналами, при якій точність і швидкість розрізнення досягають максимуму. Оперативний порог в 10-15 разів вищий за диференціальний порог.

Виділяють такі закономірності відчуттів:

Адаптація – це зміна чутливості під впливом постійно діючого подразника, що проявляється у зменшенні або підвищенні порогів відчуттів (коли людина заходить у річку, то вода здається їй холодною, але потім відчуття холоду зникає).

Сенсибілізація – підвищення чутливості під впливом внутрішніх чинників, стану організму. Так, зокрема в результаті взаємодії аналізаторів та систематичних вправ (так, у сліпих людей може різко зростати тактильна, слухова чутливість).

Синестезія – виникнення під впливом подразника одного аналізатора відчуття, характерного для іншого аналізатора; взаємодія відчуттів різних модальностей (слуху, зору, смаку та ін.)

Контраст відчуттів – це зміна інтенсивності і якості відчуттів під впливом попереднього або супутнього подразника. За одночасної дії двох подразників виникає одночасний контраст (одна і та ж сама фігура на чорному фоні здається світлішою, а на білому – темнішою).

Закон Вебера – Фехнера: інтенсивність відчуття (E) прямо пропорційна логарифму сили подразника j $E = k \log j + c$.

Прийом і переробка людиною інформації, що поступила через органи чуття, завершується появою образів предметів і явищ. Процес формування цих образів називається **сприйманням** (іноді використовується також термін „перцепція”, „перцептивний процес”).

3. Сприймання.

Сприймання – це відображення предметів та явищ у сукупності їх властивостей і частин при безпосередньому їх впливі на органи чуття.

Як і відчуття, сприймання виникають тільки при безпосередній дії об'єктів на аналізатори. Перехід від відчуттів до сприймань – це перехід до складнішого і повнішого їх відображення.

В процесі сприймання ми відображаємо не просто щось, що світиться, звучить, чи пахне, а бачимо пейзаж, художню картину, чуємо музичну мелодію тощо.

Сприймання, як і відчуття, носить **рефлекторний характер**. І.П.Павлов довів, що підґрунтя сприймання складають умовні рефлекси, тимчасові нервові зв'язки, які утворюються в корі головного мозку при впливі предметів та явищ навколишнього світу з різноманітними властивостями на рецептори.

Фізіологічною основою сприймання є процеси, що проходять в органах чуття, нервових тканинах і центральній нервовій системі.

Під дією подразників у нервових закінченнях, що містяться в органах чуття, нервові збудження, яке прохідними шляхами передається в нервові центри і в результаті в кору головного мозку. Тут воно потрапляє в сенсорні (проекційні) зони кори мозку, що представляють собою центральну проекцію нервових закінчень органів чуття. Залежно від того, з яким органом зв'язана проекційна зона, формується певна інформація.

При сприйманні уроку школяр бачить учителя, чує його пояснення, бачить наочність, робить певні записи в зошиті. Подразник у даному випадку діє як комплексний і викликає збудження в зоровому, слуховому, руховому аналізаторах. Збудження передається до мозку, у результаті чого утворюються складні системи тимчасових нервових зв'язків, що і визначає цілісність сприймання.

Таким чином, **фізіологічною основою сприймання** є умовнорефлекторна діяльність внутрішньоаналізаторного та міжаналізаторного комплексу нервових зв'язків, що забезпечує цілісність та предметність об'єкта сприймання.

Найважливішими **особливостями сприймання** є:

1. Предметність – це здатність відобразити об'єкти і явища реального світу не у вигляді набору не зв'язаних один з одним відчуттів, а у формі окремих предметів.

2. Цілісність – здатність сприймати завжди цілісний образ предмет і є системою перцептивних дій, якими необхідно оволодіти. Цілісність сприймання складається на основі узагальнення отриманої у вигляді різних відчуттів інформації про окремі властивості і якості предметів.

3. Константність – сприймання навколишніх предметів як відносно постійних за формою, кольором, величиною тощо. при зміні відстані, ракурсу, освітленості (багатократне сприймання одних і тих же самих об'єктів за різних умов дозволяє виділити відносно постійну інваріантну структуру сприйманого об'єкта).

4. Структурність – це здатність сприймання не бути простою сумою відчуттів. Ми сприймаємо фактично абстраговану з цих відчуттів узагальнену структуру. Наприклад, слухаючи музику, ми сприймаємо не окремі звуки, а мелодію, і визнаємо її, якщо її виконує оркестр або один рояль, або людський голос, хоча окремі звукові відчуття різні.

5. Осмисленість – це здатність сприймання, що тісно пов'язана з мисленням, з розумінням сутності предметів. Сприймаючи предмет, ми можемо точно назвати його або сказати, що він нам нагадує.

6. Вибірковість - виявляється в переважному виділенні одних об'єктів порівняно з іншими залежно від досвіду людини, її нахилів, інтересів і установок та потреб. Наприклад, кожен фахівець сприймає в предметах і явищах головним чином те, що його цікавить, що він вивчає. А тому він не помічає тих деталей у предметах та явищах, які не стосуються його фаху.

7. Узагальненість – це відображення одиничного випадку як особливого прояву загального. Наприклад, яскраво-червона квітка усвідомлюється нами, як айстра.

Сприймання поділяються на **види** за кількома основами.

За провідним аналізатором виділяють такі види сприймання:

- зорове сприймання;
- слухове сприймання;
- дотикове сприймання;
- кінестезичне сприймання;
- нюхове сприймання;
- смакове сприймання.

За формою існування матерії:

1. Сприймання простору. У процесі сприймання простору розрізняють сприймання величини, форми, об'ємності й віддаленості предметів. Особливу роль у просторовому орієнтуванні виконує руховий аналізатор, за допомогою якого встановлюється взаємодія усіх інших аналізаторів. Сприймання форми і величини предмета здійснюється за допомогою зорового, тактильного і кінестезичного аналізаторів. Однак основну роль відіграє зоровий аналізатор. Взаємодія зорового і кінестезичного аналізаторів забезпечує адекватне сприймання розміру, форми, рельєфу предметів і їх віддаленості від нас. При сприйманні об'ємності або глибини предметів основну роль відіграє бінокулярний зір. У сприйманні простору, зокрема відстані, беруть участь нюхові та слухові відчуття.

2. Сприймання часу. Це відображення об'єктивної тривалості, швидкості та послідовності явищ дійсності. Завдяки сприйманню часу відображаються зміни, що відбуваються в навколишньому світі. Фізіологічною основою процесу сприймання часу є умовні рефлекси на час, які постійно виробляються у людини. Воно здійснюється шляхом взаємодії аналізаторів, якими ми відображаємо інші сторони явищ об'єктивної дійсності.

3. Сприймання руху. Це відображення зміни положення, яке об'єкти займають у просторі. Воно дає можливість людям і тваринам орієнтуватися у відносних змінах взаємо розташування предметів навколишньої дійсності. Сприймання руху здійснюється зоровим, слуховим і кінестезичним аналізаторами. Сприймання руху допомагає осмислення змін у навколишньому середовищі на основі індивідуального досвіду і знань особистості.

За активністю поділяється на:

а) **ненавмисне (мимовільне) сприймання** - викликається як особливостями предметів оточення (їх яскравістю, розміщенням, незвичністю),

так і відповідністю їх інтересам особистості. У ненавмисному сприйманні немає заздалегідь поставленої мети діяльності, відсутня і вольова активність;

б) **навмисне сприймання (довільне)** - людина ставить мету діяльності, докладаючи певні вольові зусилля для кращої реалізації виниклого наміру, довільно вибирає об'єкти сприймання.

У процесі пізнання людиною навколишньої дійсності сприймання може переходити у спостереження. **Спостереження** є розвинутою формою навмисного сприймання. Під спостереженням розуміють цілеспрямоване, планомірно здійснюване сприймання об'єктів, у пізнанні яких зацікавлена особистість.

Якщо людина систематично вправляється в спостереженні, удосконалює культуру спостереження, то в неї розвивається така властивість особистості, як **спостережливість** – уміння помічати характерні, але малопомітні особливості предметів і явищ.

При різкій фізичній або емоційній перевтомі іноді спостерігається підвищення чутливості процесів сприймання до звичних зовнішніх подразників (денне світло раптом засліплює, забарвлення навколишніх предметів робиться незвично яскравим, запахи сприймаються гостро, викликаючи сильне роздратування). Серед основних **порушень** можна виділити такі.

Галюцинації – це явне (реальне) сприймання об'єкта в момент його відсутності. Припускають, що галюцинації виникають за наявності гіпнотичної парадоксальної фази роботи мозку, за наявності гальмівного стану в корі мозку. Різновиди галюцинацій:

- *стабільні* – бачення можуть бути рухомими або нерухомими, незмінного змісту;
- *сценоподібні* – бачення постійно змінні у вигляді різноманітних подій, що розігруються, як на сцені або в кіно;
- *одиночні* - виникають одиночні образи, частини предметів, тіла (одне око, половина лица, вухо), натовпу людей, зграї звірів, фантастичні істоти;
- *псевдогалюцинації* - образи проектується не в зовнішній простір, а у внутрішнє (звучання голосів усередині голови). Псевдогалюцинації виникають спонтанно, незалежно від волі людини і не можуть бути довільно змінені або вигнані зі свідомості.

Від галюцинацій слід відрізнити **ілюзії**, тобто помилкові сприймання реальних речей або явищ. Обов'язкова наявність справжнього об'єкта, хоча він і сприймається помилково, – головна особливість ілюзій.

Ілюзії поділяють на афективні, вербальні (словесні) і парайдолічні.

Афективні (афект – короткочасне, сильне емоційне збудження) ілюзії найчастіше спричиняються страхом або тривожним пригніченим настроєм.

Вербальні ілюзії полягають у помилковому сприйманні змісту розмов оточуючих, людині здається, що ці розмови містять натяки на якісь непристойні вчинки, знущання, приховані загрози на її адресу.

Парайдолічні ілюзії – викликаються зниженням тону психічної діяльності, загальною пасивністю.

Існує група типових зорових ілюзій, які виникають практично у всіх людей у разі певної структури розташування зорових стимулів (наприклад,

вертикальні лінії здаються довшими, ніж горизонтальні лінії, хоча фактично довжина їх однакова).

4. Пам'ять.

Враження, які людина отримує про навколишній світ, зберігаються, закріплюються, а при необхідності і можливості – відтворюються. Ці процеси називаються *пам'яттю*.

Пам'ять лежить в основі здібностей людини, є умовою навчання, набуття знань, формування умінь і навичок. Без пам'яті неможливе нормальне функціонування ні особистості, ні суспільства. Пам'ять можна визначити як здатність до отримання, збереження і відтворення життєвого досвіду. Пам'ять існує у всіх живих істот, але найвищого рівня свого розвитку вона досягла у людини. У тварин є тільки два види пам'яті: *генетична* і *механічна*. Генетична пам'ять проявляється в передачі генетичним шляхом із покоління в покоління життєво необхідних біологічних, психологічних і поведінкових властивостей. Механічна пам'ять виступає у формі здатності до навчання, до набуття життєвого досвіду. А у людини є мова як могутній засіб запам'ятовування, засіб збереження інформації. У людини є три види пам'яті, які набагато продуктивніші ніж у тварин: *довільна, логічна, опосередкована*. Перша пов'язана із широким вольовим контролем запам'ятовування, друга – із застосуванням логіки, третя – із застосуванням різних способів запам'ятовування у вигляді предметів матеріальної та духовної культури.

Таким чином, *пам'ять* – це психічний процес, який відображає досвід людини шляхом запам'ятовування, зберігання, відтворення.

Пам'ять реалізовується у вигляді взаємопов'язаних процесів. **Основними процесами** є:

1. *Запам'ятовування* – процес, направлений на збереження в пам'яті отриманих вражень, передумова їх збереження. Поділяється на:

а) мимовільне запам'ятовування, яке має місце тоді, коли ми не ставимо собі за мету запам'ятати щось і не застосовуємо прийомів запам'ятовування (мнемічні прийоми). Те, що викликає у нас інтерес та емоції, мимовільно запам'ятовується повно і міцно, іноді на все життя;

б) довільне запам'ятовування – здійснюється під впливом мнемічної спрямованості, що перетворює його на мнемічну діяльність. Наприклад, досліджуваному показували парами слова з інструкцією запам'ятовувати кожне друге слово, то саме ці, другі слова, відтворюватимуться значно краще, ніж перші;

в) механічне запам'ятовування – це закріплення матеріалу без розуміння його смислових зв'язків і логіки побудови. Наприклад, при заучуванні незрозумілого чи нерозібраного матеріалу студенту легше процитувати цей матеріал, ніж пояснити його своїми словами;

г) логічне (смислове) запам'ятовування - пов'язане з розумінням матеріалу, його смислових зв'язків, тому поряд з мнемічними цей вид запам'ятовування включає в себе розумові дії. Логічне запам'ятовування розвивається у зв'язку з розвитком мислення і мовлення. Етапи логічного запам'ятовування: усвідомлення мети запам'ятовування – розуміння його смислу – аналіз

матеріалу – виявлення найважливіших думок – узагальнення - запам'ятовування цього узагальнення.

2. Збереження – це процес, що забезпечує утримання матеріалу в пам'яті впродовж тривалого часу шляхом його активної переробки, систематизації, узагальнення та оволодіння ним. Процес збереження протікає і вночі, і вдень практично без участі нашого свідомого „Я”. Наприклад, чим більш потрібна інформація людині та чим більше вона використовується, тим довше вона зберігається в пам'яті.

3. Відтворення – це мнемічний процес, який відновлює матеріал, що зберігається в пам'яті. Відтворення поділяється на такі види:

а) впізнавання – має місце при повторній зустрічі з об'єктом, при повторному його сприйнятті, відтворення ж відбувається при відсутності об'єкта. Упізнавання є різними за ступенем своєї довільності, чіткості, повноти, узагальнення;

б) власне відтворення – це мимовільне або довільне відтворення матеріалу запам'ятовування:

- мимовільне відтворення становить потік асоціацій, викликаних наявними думками, образами, емоціями, діями;

- довільне відтворення передбачає специфічну мнемічну спрямованість, яка забезпечує цілеспрямований пошук потрібного матеріалу;

в) пригадування – це довільне відтворення, що вимагає від людини активних вольових, розумових зусиль. Внаслідок пригадування з довготривалої пам'яті добувається і відновлюється матеріал, необхідний людині. Цей процес розгорнутий у часі, і людина відбирає матеріал, оцінює його і робить висновки;

г) згадування – це відтворення образів свого життєвого досвіду. При згадуванні ми відтворюємо об'єкти минулого, відносимо їх до певного часу і місця в просторі, усвідомлюємо зміст відтворюваних подій, зв'язок між ними.

4. Забування – це мнемічний процес, який приводить до втрати чіткості й зменшення обсягу закріпленого в довготривалій пам'яті матеріалу і, нарешті, неможливості його відтворення. Забування може бути повним або частковим, тривалим або тимчасовим. Під час повного забування матеріал не тільки не відтворюється, але й не впізнається. Часткове забування матеріалу відбувається тоді, коли людина відтворює його не весь або з помилками, а також коли впізнає, але не може відтворити. Тимчасове забування фізіологи пояснюють гальмуванням тимчасових нервових зв'язків, повне забування – їх згасанням. Дослідження процесу забування виявили цікаву особливість: найточніше і повне відтворення складного і об'ємного матеріалу відбувається звичайно не відразу після заучування, а через 2-3 дні. Таке поліпшене відстрочене відтворення називається **ремінісценцією**.

Забування може бути обумовлене різними факторами. Перший і найочевидніший з них – час. Менше години потрібно, щоб забути половину механічно завченого матеріалу.

Забування значною мірою залежить від характеру діяльності, безпосередньо передуючої запам'ятовуванню і тієї, що відбувається після неї.

Негативний вплив передуючої запам'ятовуванню діяльності отримав назву **проактивного гальмування**. Негативний вплив наступної за запам'ятовуванням діяльності називають **ретроактивним гальмуванням**, воно особливо яскраво виявляється в тих випадках, коли вслід за заучуванням виконується схожа з ним діяльність або якщо ця діяльність вимагає значних зусиль.

Важливим фактором забування вважають ступінь активності використання наявної інформації. Забувається те, у чому немає постійної потреби або необхідності.

Забування може бути зумовлене роботою захисних механізмів нашої психіки, які витісняють із свідомості в підсвідомість травмуючі нас враження.

Для зменшення забування необхідно:

1. Розуміння, осмислення інформації (механічно вивчена, але не зрозуміла до кінця інформація забувається швидко і майже повністю);

2. Повторення інформації в перші дні після заучування, краще це робити так: у 1-й день - 2-3 повторення (через 15-20 хв., через 8-9 год.); на 2-й день - 1-2 повторення; на 7-й день – 1 повторення, а потім 1 повторення з інтервалом у 7-10 днів.

Види пам'яті класифікують, використовуючи три головні критерії.

I. За характером психічної активності, що переважає в діяльності, пам'ять поділяють на *рухову, емоційну, образну та словесно-логічну*.

Рухова (моторна) пам'ять – це запам'ятовування, зберігання та відтворення різних рухів. Вона є підґрунтям для формування різного роду трудових та практичних навичок, у тому числі навичок ходьби, письма тощо.

Емоційна пам'ять – це пам'ять на емоції та почуття. Вона полягає у здатності запам'ятовувати та відтворювати почуття.

Образна пам'ять – це пам'ять на уявлення, картини природи та життя, а також звуки, запахи, смаки тощо. Сутність її полягає в тому, що сприйняте раніше відтворюється потім у формі уявлень.

Словесно-логічна пам'ять – це запам'ятовування та відтворення думок. Людина запам'ятовує думки, які в неї виникають у процесі обмірковування, пам'ятає зміст прочитаної книги, розмови з друзями.

II. За характером мети діяльності пам'ять поділяють на мимовільну та довільну.

Мимовільна пам'ять – це запам'ятовування та відтворення матеріалу, яке здійснюється без вольових зусиль, без контролю з боку свідомості, автоматично. При цьому суб'єкт не ставить перед собою спеціальної мнемічної мети запам'ятати чи пригадати матеріал.

Довільна пам'ять передбачає свідому постановку мети запам'ятати матеріал та вимагає певних вольових зусиль.

3. **За тривалістю закріплення і збереження матеріалу** (у зв'язку з його роллю та місцем у діяльності) виокремлюють *короткочасну, довготривалу та оперативну пам'ять*.

Короткочасна пам'ять – це вид пам'яті, який характеризується швидким запам'ятовуванням матеріалу, негайним його відтворенням. У випадку короткочасної пам'яті частіше за все суб'єкт не використовує спеціальних мнемічних прийомів, хоча вона вимагає певних вольових зусиль.

Довготривала пам'ять полягає у набуванні, закріпленні та відтворенні знань, умінь та навичок, розрахованих на довготривале їх збереження і наступне використання в діяльності.

Крім довготривалої та короткочасної виокремлюють ще й **оперативну пам'ять** (П.І.Зінченко, Г.В.Рєпкіна), під якою розуміють пам'ять, що забезпечує запам'ятовування, збереження й відтворення інформації, необхідної для досягнення мети певної конкретної діяльності.

Виокремлені види пам'яті взаємопов'язані між собою.

Головними **характеристиками пам'яті** є: об'єм, швидкість закарбування, точність відтворення, тривалість зберігання, готовність до використання збереженої інформації.

Об'єм пам'яті – це найважливіша інтегральна характеристика пам'яті, яка характеризує можливість запам'ятовування і збереження інформації. При аналізі об'єму пам'яті показником виступає кількість запам'ятовуваних одиниць інформації.

Швидкість відтворення характеризує здатність людини використовувати в практичній діяльності наявну в неї інформацію.

Точність відтворення – це здатність людини точно зберігати і точно відтворювати закарбовану в пам'яті інформацію.

Тривалість пам'яті відображає здатність людини утримувати певний час необхідну інформацію.

Усі розглянуті характеристики пам'яті властиві всім процесам, які об'єднуються одним поняттям "пам'ять".

Серед основних **розладів пам'яті** можна виділити такі.

Гіперфункція пам'яті – спогади людини раптом стають „живішими” і чіткішими з найдрібнішим відтворенням подробиць минулого, що пов'язано із сильним збудженням, хвилюванням, порушення емоційної рівноваги, відчуттям невпевненості і тривожності, прийомом деяких наркотиків або гіпнотичною дією.

Набагато частіше зустрічається послаблення функцій пам'яті – часткова втрата здатності зберігати або відтворювати наявну інформацію. До ранніх проявів погіршення пам'яті відноситься **послаблення вибіркової репродукції**, труднощі у відтворенні необхідного в даний момент матеріалу (дат, імен, назв, термінів тощо). Потім послаблення пам'яті може прийняти **форму прогресуючої амнезії**. Її причини: алкоголізм, травми, склероз, вікові і негативні особистісні зміни, деякі захворювання.

При амнезії спочатку втрачаються здібності запам'ятовувати нову інформацію, а потім послідовно скорочуються інформаційні запаси пам'яті. Насамперед забувається те, що було засвоєне зовсім недавно, тобто нові дані і нові асоціації, потім втрачаються спогади про останні роки життя. Зафіксовані в пам'яті події дитинства, юності зберігаються набагато довше.

Виділяють також **порушення опосередкованої пам'яті**, коли опосередковані способи запам'ятовування, наприклад, малюнки, символи, пов'язані з якоюсь інформацією, не допомагають, а утрудняють роботу пам'яті, тобто підказки не допомагають у цьому випадку, а заважають.

Конфібуляції – факти обманів пам'яті, що мають зазвичай форму вкрай односторонньої вибіркості спогадів, помилкових спогадів і спотворень

пам'яті, що зумовлюються сильними бажаннями, незадоволеними потребами і потягами.

Розлади пам'яті часто пов'язані з ослабленням здатності розрізняти своє і чуже, те, що людина переживала насправді, і те, про що вона чула або читала. При багатократному повторенні таких спогадів відбувається їх повна **персоніфікація**, тобто людина абсолютно природно і органічно вважає своїми чужі думки, ідеї, які вона іноді сама і відкидала, згадує про деталі подій, у яких ніколи не брала участі. Це показує, наскільки пам'ять тісно пов'язана з уявою, фантазією і з тим, що іноді називають психологічною реальністю.

5. Мислення.

Мислення займає головне місце в системі пізнавальних процесів, тобто є вищим пізнавальним процесом. Воно являє собою появу нових знань, активну форму творчого відображення і перетворення людиною дійсності. На практиці мислення як окремий психічний процес не існує, воно в певній мірі існує у всіх інших пізнавальних процесах: у сприйнятті, увазі, уяві, мові. Мислення – це рух ідей, що розкриває суть речей. Його результатом являється не образ, а думка, ідея.

Отже, **мислення** – це психічний процес відображення об'єктивної реальності, який є вищим ступенем людського пізнання. **Мислення** як вища форма пізнавальної діяльності людини дозволяє відображати навколишню дійсність узагальнено, опосередковано і встановлювати зв'язки і відносини між предметами і явищами.

На основі специфічних рис мислення можна вирізнити основні **функції мислення**.

1. **Розуміння**, яке більшість дослідників розглядають як одну із форм мислення, властивість або компонент мислення.
2. **Розв'язування проблем і задач**. Мислення виникає у проблемній ситуації. А уміння знайти зв'язок відомого і невідомого в задачі означає знайти спосіб її розв'язання.
3. **Ціле утворення**. Постановка мети діяльності є ціле утворюючим процесом, що відбувається у мисленні.
4. **Рефлексія**. Рефлексія розглядається як діяльність суб'єкта, що спрямована на усвідомлення способів і дій його пізнання. Самопізнання виконує регулюючу функцію щодо поведінки або діяльності суб'єкта.

Мислення завжди виникає під час взаємодії суб'єкта з навколишньою дійсністю та з іншими суб'єктами. Мисленнєва діяльність як процес безперервного пізнання від простіших до складніших і суттєвіших боків об'єкта здійснюється завдяки функціонуванню певної **системи розумових і практичних дій**.

Розумові дії – це дії з об'єктами, відображеними в образах, уявленнях і поняттях про них. Ці дії відбуваються подумки за допомогою мовлення.

Залежно від того, які образи відіграють при цьому провідну роль, розумові дії бувають сенсорними, перцептивними, уявними, мислительними. **Мислительні** дії (наприклад при розв'язанні арифметичних завдань) формуються на підставі зовнішніх практичних дій.

Процес формування розумових дій здійснюється поетапно (за П.Я.Гальперіним):

I. Виявлення орієнтовної основи дії. На цьому етапі відбувається орієнтація в завданні, спочатку виділяється те, що саме впадає в очі.

II. Формування дії в матеріальному вигляді. На цьому етапі людина, що вчить розумові дії, одержує повну систему вказівок і систему зовнішніх ознак, на які їй треба орієнтуватися. Дія автоматизується, робиться доцільною, можливе її перенесення на аналогічні завдання.

III. Формування дії в плані голосного мовлення. Важливого значення набуває не тільки знання умов, але й їхнє розуміння.

IV. Етап формування дій у зовнішній мові про себе.

V. Формування дій у внутрішній мові.

Перехід від першого з цих етапів до всіх наступних є послідовною інтеріоризацією дій. Це перехід „ззовні всередину”.

У розумових діях можна виокремити їхні головні складові елементи або процеси – такі операції мислення.

1. Порівняння – це уявне зіставлення двох або кількох об'єктів з метою виявлення спільних чи відмінних ознак. Наприклад, кожну річ, яку ми бачимо, ми завжди порівнюємо з предметами, які вже знаємо, і тільки тоді зіставляємо ці поняття.

2. Аналіз – це мислене відокремлення властивостей та ознак від об'єкта, виділення окремих його частин, боків, аспектів, елементів. Наприклад, вивчаючи текст, ми поділяємо його на речення, слова. Шукаємо різноманітні зв'язки між ними, а пізніше всі ці компоненти об'єднуються між собою. Аналіз необхідний для розуміння сутності будь-якого предмета, але сам його не забезпечує. Розуміння потребує не лише аналізу, а й синтезу. Аналіз і синтез – це протилежні і водночас нерозривно пов'язані між собою процеси.

3. Синтез – це мислене поєднання окремих компонентів об'єкта в єдине ціле. Наприклад, просте механічне сполучення частин цілого, до створення наукової теорії на основі узагальнення окремих фактів і матеріалів дослідження. Аналіз і синтез – головні мислительні операції, що в єдності забезпечують повне та глибоке пізнання дійсності.

4. Абстрагування – це уявне відокремлення істотних властивостей від неістотних та від предмета в цілому, визначення спільної ознаки, що характеризує певний клас предметів. Наприклад, ми абстрагуємось від інших ознак інформації, часто оперуємо такими абстрактними поняттями, як „число”, „матерія”, „сила”, „величина”, „колір”. Однак при якісній характеристиці об'єктів ми переходимо від абстрактного до конкретного, тобто змінюємо конкретизацію (5 яблук, червона квітка, високе дерево тощо). Абстрагування готує ґрунт для здійснення глибоких узагальнень.

5. Узагальнення – це мислене об'єднання чи згрупування предметів, явищ за загальними істотними ознаками, виділеними в процесі абстрагування. Наприклад, за загальними ознаками об'єднуємо в одну групу вишню, грушу, яблуко – фрукти.

6. Класифікація – групування об'єктів за видовими, родовими та іншими ознаками при узагальненні виокремлених рис предметів та явищ. Вона сприяє впорядкуванню знань і більш глибокому розумінню їхньої смислової

структури. Щоб здійснити класифікацію, необхідно чітко визначити її мету, визначити ознаки об'єктів, що підлягають класифікації, порівняти об'єкти за їхніми особливими ознаками.

7. Систематизація – упорядкування знань на підставі гранично широких спільних ознак груп об'єктів. Систематизація забезпечує розмежування та подальше об'єднання не окремих об'єктів, як це має місце при класифікації, а їх груп і класів.

Отже, за допомогою операцій мислення здійснюється проникнення в глибину тієї чи іншої проблеми, що стоїть перед людиною, розглядаються властивості складових елементів цієї проблеми, знаходиться рішення задачі. Загальним механізмом операційної діяльності мислення є аналітико-синтетична робота великих півкуль головного мозку

Результати процесу мислення (думки) існують у формі суджень, міркувань, умовисновків і понять.

Поняття – це форма мислення, у якій відображаються загальні істотні та відмітні ознаки окремого предмета або класу однорідних предметів.

Істотними рисами є такі, кожна з яких, взята окремо, необхідна, а всі разом узяті достатні, щоб за їх допомогою можна було відрізнити даний предмет від усіх інших.

Відмітні риси можуть бути властиві лише одному предмету (наприклад, відмітною одиничною ознакою планети Меркурій є те, що її орбіта найменш віддалена від Сонця порівняно з іншими планетами Сонячної системи), а можуть бути і властивими тільки певним предметам (наприклад, відмітними ознаками людини є: здатність створювати засоби виробництва, здатність до абстрактного мислення і наявність мови).

Невідмітні ознаки – це ознаки, які належать не тільки цим предметам. Наприклад, для металів невідмітними ознаками є теплопровідність, електропровідність; для левів – належність до хижих тварин, належність до хребетних тощо.

Мовними формами виразу понять є слова або словосполучення. Наприклад: книга, ліс, незалежна держава, парламентська республіка тощо.

Джерелом понять є об'єктивна реальність, а самі поняття – не що інше, як мисленнєве відображення реально існуючих речей. Кожне поняття має зміст та об'єм. Наприклад, змістом поняття “частини мови” є така істотна відмітна ознака, як загальна граматична категорія, яка виражає основні лексико-граматичні класи слів.

Поняття формуються в суспільно-історичному досвіді. Людина засвоює систему понять у процесі життя і діяльності.

Судження – це форма мислення, яка відображає зв'язки між предметами та явищами, ствердження чи заперечення чогось („Ця квітка – блакитна”). Характерною властивістю судження є те, що воно існує, виявляється й формується в реченні. Судження є істинні та хибні. Істинні – це ті судження, які правильно відображають відносини об'єктивної дійсності, що перевіряються часом, обставинами, практикою. Судження бувають одиничними, частковими, загальними. Залежно від того, стверджуємо ми чи заперечуємо наявність певних ознак і відносин в об'єктах, судження бувають ствердними чи заперечними.

Міркування – це сукупність логічно пов'язаних суджень, спрямованих на те, щоб з'ясувати істинність якої-небудь думки, довести її або заперечити. Прикладом міркування є доведення теореми. У міркуванні ми з одних суджень виводимо нові шляхом умовисновків.

Умовисновок - це форма мислення, у якій з одного чи кількох суджень виводять нове судження. Умовивід може бути як правильним, так і неправильним. В умовисновках через уже наявні знання здобуваються нові. Розрізняють такі умовисновки:

- **індуктивний** – це судження, у якому на основі конкретного, часткового робиться узагальнення. Наприклад, срібло, золото, залізометали.

- **дедуктивний** – це судження, у якому на основі загального здобуваються знання про часткове, конкретне, наприклад: „Якщо йде дощ, земля стає мокрою”;

- **умовисновок за аналогією** – ґрунтується на схожості окремих істотних ознак об'єктів і на основі цього робиться висновок про можливу схожість цих об'єктів за іншими ознаками. Наприклад, людина та мавпа подібні за багатьма ознаками: прямо ходять, мають подібну структуру тіла.

Види мислення розрізняють за такими ознаками:

1. За змістом.

2. За характером задач.

3. За ступенем новизни та оригінальності.

За змістом розрізняють такі види мислення:

- **наочно-дійове** – це мислення, яке ґрунтується на безпосередньому сприйманні предметів, у ньому розв'язання завдання безпосередньо включається в саму діяльність. Генетично це найбільш рання стадія його розвитку. В елементарній формі воно властиве дітям раннього віку, які мислять, діючи з предметами, і, маніпулюючи ними, розкривають нові істотні їхні властивості. Наприклад, подарований автомобіль мала дитина розбирає на частини, щоб розібратися, що знаходиться всередині;

- **наочно-образне** – це мислення, наявне під час сприймання людиною навколишньої діяльності. Характеризується тим, що мислителю завдання своїм змістом має образний матеріал, маніпулюючи яким людина аналізує, порівнює чи узагальнює істотні аспекти в предметах та явищах. Наочно-образне мислення значно розширює пізнавальні можливості особистості, дозволяє їй змістовніше й різноманітніше відображати реальність. Цей різновид мислення виявляють поети, художники, музиканти, архітектори;

- **словесно-логічне (або абстрактне)** – це мислення, яке здійснюється у словесній формі за допомогою понять, які не мають безпосереднього чуттєвого підґрунтя, властивого сприйманню та уявленню. Саме цей різновид мислення дає можливість встановлювати загальні закономірності природи та суспільства, на рівні найвищих узагальнень розв'язувати мислителю завдання, будувати наукові теорії та гіпотези.

Зазначені різновиди мислення виявляються й перебувають у певному співвідношенні. Домінування певного виду мислення зумовлюється характером діяльності людини, професійними чинниками, співвідношенням першої та другої сигнальних систем та іншими причинами.

За характером розв'язуваних задач розрізняють:

- **теоретичне мислення** – це мислення, яке полягає у вирішенні проблем на основі наявних знань у вигляді понять, суджень і логічних умовиводів. Усе це відбувається за допомогою внутрішнього мовлення, подумки;

- **практичне мислення** – це мислення на основі суджень та умовисновків, що ґрунтовані на рішенні практичних задач.

За ступенем новизни і оригінальності розрізняють:

- **репродуктивне (відтворювальне) мислення** – це мислення на основі образів і уявлень, що почерпнуті з яких-небудь певних джерел;

- **творче (продуктивне) мислення** – це мислення, у якому найповніше виявляються інтелектуальні здібності людини, її творчий потенціал.

Мислительна діяльність різних людей, підлягаючи загальним психологічним закономірностям, характеризується й **індивідуальними особливостями**. Індивідуальні відмінності мислення людей зумовлені передусім особливостями їхнього життя, характером діяльності, навчанням. Певний вплив на особливості мислення справляють тип вищої нервової діяльності, співвідношення першої та другої сигнальних систем. Найбільш істотними якостями, у яких виявляються індивідуальні відмінності мислення, є:

самостійність – це вміння побачити і сформулювати нову проблему без сторонньої допомоги; осмислити і використати суспільний досвід, при цьому бути незалежним у своїх поглядах. Людина, якій властива ця якість, творчо підходить до пізнання дійсності, знаходить нові, власні шляхи і способи розв'язання пізнавальних та інших проблем;

критичність – здатність суб'єкта пізнавальної діяльності не потрапляти під вплив чужих думок, об'єктивно оцінювати позитивні та негативні аспекти явищ чи фактів. Людина з критичним розумом вимогливо оцінює свої думки, ретельно перевіряє рішення, зважає всі аргументи „за” і „проти”;

гнучкість – вміння людини швидко змінювати свої дії, припущення при зміні ситуації діяльності, звільняючись від залежності закріплених у попередньому досвіді способів і прийомів розв'язання аналогічних завдань. Характеризується готовністю швидко переключатися з одного способу розв'язування завдань на інший, знаходити нові нестандартні способи дій за змінених умов;

глибина – це здатність детально аналізувати, проникати в сутність складних питань, порівнювати та знаходити істотне, здійснювати різносторонній підхід до розв'язання проблеми, аргументувати її рішення;

широта – це здатність охопити широке коло питань, виявляється у творчому мисленні в різних галузях знання та практики. Широта мислення є показником ерудованості особистості, її інтелектуальної різнобічності;

послідовність (аналітичність) – виявляється в умінні дотримуватися логічної наступності при висловлюванні суджень, їх обґрунтуванні. Для послідовного мислення характерне дотримання певних принципів розгляду питання, ясність плану, відсутність протиріч і логічних помилок в аргументації думки, доказовість та об'єктивність у висновках, що робляться;

швидкість мислення – це здатність швидко розібратися в складній ситуації, швидко обдумати правильне рішення і прийняти його. Швидкість

мислення залежить від знань, міри сформованості мислительних навичок, досвіду у відповідній діяльності та рухливості нервових процесів.

Усі якості мислення людини формуються й розвиваються в діяльності. Змістовна й відповідним чином організована діяльність сприяє всебічному розвитку цінних якостей мислення особистості.

В аналізі мислення важко обійтися без понять „інтелект” та „інтелектуальні здібності”. Під інтелектом розуміють відносно стійку структуру розумових здібностей.

Учені по-різному тлумачать поняття інтелекту: ототожнюють з мисленнєвими операціями, зі стилем та стратегіями розв’язування задач та проблемних ситуацій, зі здатністю до учіння, до пізнання тощо.

Інтелект – це певний рівень розвитку мислительної діяльності особистості, що забезпечує їй можливість оволодівати новою системою знань і ефективно використовувати їх у процесі власної життєдіяльності.

Інтелект включає в себе набуті знання, досвід і здатність до їх подальшого накопичення і використання під час розумової діяльності. Інтелектуальні якості людини визначаються колом її інтересів, об’ємом знань. Мислення є активною функцією інтелекту, удосконалює його за законами логіки. Мислення - це інтелект у дії.

6. Мова та мовлення.

Мова є основним засобом людського спілкування. Також вона є засобом мислення, носієм свідомості, пам’яті, інформації (письмові тексти), засобом керування поведінкою інших людей та регуляції власної поведінки людини.

Мова – це суспільно зумовлена система словесних знаків, котрі є засобом спілкування в даному суспільстві.

Мовлення – процес використання людиною мови для спілкування з іншими людьми.

Мова – суспільне явище, найважливіший засіб організації людських стосунків. За її допомогою люди досягають розуміння, обмінюються думками, набувають знання, передають їх нащадкам, дістають можливість налагодити спільну діяльність у всіх галузях людської практики. Мова є специфічно людським засобом спілкування, що існує об’єктивно в духовному житті людського суспільства і становить систему знаків, які функціонують у ролі засобів такого спілкування. Слово є різновидом знака, оскільки останні присутні в різного роду формалізованих мовах.

Мова є системою знаків, що мають соціальну природу, яка створилася й закріпилася в ході історичного розвитку діяльності членів суспільства. **Слово** як одиниця мови має два боки – зовнішній звуковий (**фонетичний**) та внутрішній смисловий (**семантичний**). Обидва вони є продуктом тривалого історичного розвитку. Головні елементи мови – її *словниковий склад* і *граматична будова*.

Розрізняють дві головні функції мови, які тісно пов’язані між собою.

1. *Комунікативна функція*. Вона виступає засобом здійснення процесу спілкування між людьми.
2. *Інтелектуальна функція*. Вона виступає як засіб вираження думок, їх виникнення і розвитку.

Мовленнєва діяльність являє собою, з одного боку, вимову звуків мови за допомогою м'язового апарату, а з іншого – сприймання почутих (звукових) та побачених (письмових) мовних сигналів.

Периферійним органом звукового мовлення є *голосовий апарат*, який складається з трьох головних частин: 1) легень, 2) гортані, 3) системи повітряних порожнин, розташованих над гортанню (глотка, носоглотка, рот, ніс).

Органи мовлення поділяються на:

- 1) дихальні органи, які утворюють під час видиху потрібний для мовлення потік повітря;
- 2) голосові, де утворюється й модулюється голос;
- 3) артикуляційні, у яких утворюються основні елементи мови, тобто звуки.

Третьою складовою частиною органів мовлення є органи артикуляції, до яких належать усі органи мовлення, що розміщені над гортанню: губи, щелепи, верхні та нижні зуби-різці, м'яке й тверде піднебіння, язичок та язик.

Основу мовлення складає координуюча робота нервових клітин кори великих півкуль мозку, у якій знаходяться три центри мовлення – слуховий, руховий та зоровий.

Фізіологічні механізми мовлення – тимчасові нервові зв'язки, які виникають у корі головного мозку під впливом другосигнальних подразників, що утворюються у двох напрямках. Перший – це утворення тимчасових зв'язків між звуками, що складають цілі слова, а між словами – речення. Другий виникає як результат тимчасових зв'язків між елементами самого мовлення й тими предметами та явищами оточуючого світу, які позначаються відповідними словами.

У психології розрізняють два основні **види мови**: **зовнішній і внутрішній**. Зовнішня мова включає **усну** (діалогічну і монологічну) і **письмову**.

Діалогічне мовлення – це безпосереднє спілкування двох або декількох людей, тобто розмова, підтримувана співбесідниками, що спільно обговорюють і вирішують які-небудь питання.

Діалогічне мовлення недостатньо організоване граматично та стилістично. Як правило, воно здійснюється простими мовними конструкціями, які зумовлені контекстом, попередніми висловлюваннями. Велику роль у ньому відіграють звичні сполучення слів, репліки, шаблони. Різновидом діалогічного спілкування є **бесіда**, при якій діалог має тематичну спрямованість.

Монологічне мовлення – тривалий, послідовний, зв'язний виклад системи думок, знань однією особою, що звертається до іншої або багатьох осіб, що слухають її: це розповідь учителя, розгорнена відповідь учня, доклад тощо. Монологічне мовлення складне в композиційному відношенні, вимагає завершеності думки, більш строгого дотримання граматичних правил, строгої логіки і послідовності при викладі того, що хоче сказати той, хто вимовляє монолог. У монологічному мовленні порівняно з діалогічним найбільш істотно змінюється смислова сторона, його зміст повинен, перш за все, задовольняти вимоги послідовності і доказовості у викладі.

Монологічне мовлення у своїх розгорнутих формах потребує певної підготовки, яка полягає в попередньому відборі змісту, чіткому плануванні та відповідному словесному оформленні.

Письмове мовлення є різновидом монологічного мовлення, але воно здійснюється як писання та читання написаного у вигляді письмових знаків (слів). Воно виникло як результат потреби спілкування між людьми, розділеними простором і часом, і розвинулось від піктографії, коли думка передавалася умовними схематичними малюнками, до сучасного листа, коли тисячі слів записуються за допомогою декількох десятків букв. Письмова мова не має ніяких додаткових засобів дії на того, хто сприймає, окрім самих слів, їх порядку і розділових знаків, які організують речення.

Письмова мова відіграє важливу роль у розвитку складних узагальнень, якими користується наука, у передачі художніх образів. Письмова мова примушує добиватися максимально правильних формулювань, строго дотримуватись правил логіки і граматики, глибше продумувати зміст і спосіб вираження думок. Нерідко записати що-небудь – значить добре з'ясувати це і запам'ятати.

Внутрішня мова – це особливий вид мовної діяльності. Вона виступає як фаза планування в практичній і теоретичній діяльності. Тому для внутрішньої мови, з одного боку, характерна фрагментарність, уривчастість. З другого боку, тут виключаються непорозуміння при сприйнятті ситуації. Тому внутрішня мова надзвичайно ситуативна, у цьому вона близька до діалогічної. Внутрішня мова формується на основі зовнішньої.

Перехід зовнішньої мови у внутрішню (інтеріоризація) супроводжується редукуванням (скороченням) структури зовнішньої мови, а перехід від внутрішньої мови до зовнішньої (екстеріоризація) вимагає, навпаки, розгортання структури внутрішньої мови, побудови її відповідно не тільки до логічних, але й граматичних правил.

Зовнішнє чи внутрішнє мовлення людини перебуває в тісному взаємозв'язку та в постійних взаємопереходах. Легкість і швидкість таких переходів залежать від різних умов, а саме: змісту, складності та новизни мислительної діяльності, мовного досвіду та індивідуальних особливостей людини.

Для розвитку дитячого мовлення характерні **три етапи**.

Перший етап, *домовленнєвий*, передує оволодінню мовленням як таким. Цей період триває приблизно від двох до одинадцяти місяців. **Другий етап** – етап звичного оволодіння мовою – продовжується приблизно від одинадцяти місяців до одного року й семи місяців. **Третій етап**, як правило, називають періодом оволодіння граматичною структурою мови, і продовжується він від одного року семи місяців до трьох років. Далі відбувається збільшення кількості граматичних форм, що використовуються.

А.А.Люблінська виділяє такі **етапи формування мовлення у дитини**:

- 1) “туління” (4-6 міс.);
- 2) лепетання, або белькотіння (6-10 міс.);
- 3) засвоєння перших слів як сигналів першої сигнальної системи (11 міс.-1 рік);
- 4) засвоєння слова як узагальнюючого сигналу на основі виділення суттєвих ознак та оволодіння простими граматичними формами (1 рік 6 міс.-2 роки);
- 5) оволодіння ситуативним мовленням, швидке збільшення зрозумілих та вимовлених слів (2-3 роки);

б) перехід до оволодіння зв'язним та виразним мовленням, засвоєння більш складних граматичних структур (4-6 років) та паралельно виникнення внутрішнього мовлення (4-5 років);

7) засвоєння писемного мовлення та подальший розвиток логічної, виразної мови, що забезпечує дитині необмежені можливості пізнання навколишнього світу, різнобічного спілкування.

Працюючи над змістом під час читання творів, учні, починаючи з 1-го класу, навчаються відрізняти головне від другорядного, виділяти основну думку, ділити твір на частини, встановлювати між ними зв'язок.

Особливе значення в мовленнєвому розвитку школяра має навчання його писемному мовленню. У процесі навчання писемне та усне мовлення дитини розвиваються в єдності та взаємно доповнюють одне одного.

7. Уява.

Уява – це психічний процес створення нового у формі образу, уявлення чи ідеї.

Людина може подумки уявити собі те, чого у минулому не сприймала і не здійснювала, у неї можуть виникати образи предметів і явищ, з якими вона раніше не зустрічалася.

Уява завжди спрямована на практичну діяльність людини. Людина перед тим як щось зробити, уявляє, що потрібно робити і як вона буде робити. Таким чином, вона уже заздалегідь створює образ матеріальної речі, яка буде виготовлятися у подальшій практичній діяльності людини.

Уява дає людині можливість виходити за межі реального світу, переміщувати речі і події в майбутнє, минуле, в інші світи і простори.

Отже, *уява* – це психічний процес, який полягає у створенні нових образів шляхом обробки матеріалу сприймань і уявлень, одержаних у попередньому досвіді.

Функції уяви полягають:

- 1) у моделюванні кінцевого результату діяльності людини і тих засобів, які необхідні для його здійснення;
- 2) у створенні програми поведінки людини, коли проблемна ситуація невизначена;
- 3) у створенні образів, які не програмують діяльність, а підмінюють її;
- 4) у створенні образів об'єктів з опорою на схеми та описи;
- 5) в регулюванні емоційних станів;
- 6) в довільній регуляції пізнавальних процесів і станів людини.

Характерні риси уяви:

1. *Уява властива лише людині і є необхідною умовою її трудової діяльності.*

Здатність людини наперед уявляти кінцевий результат своєї праці, а також процес створення матеріальної речі, різко відрізняє людську діяльність від „діяльності” тварин. Уява значною мірою залежить від спрямованості особистості: її інтересів, прагнень, потреб, переконань.

2. *Уява тісно пов'язана з мисленням, пам'яттю, відчуттями та емоціями.*

3. *Уява завжди є відходом від дійсності, проте в будь-якому разі джерело уяви – об'єктивна дійсність.*

Зазнаючи впливу емоцій, почуттів, симпатій і антипатій, уява дає змогу глибше осмислити і пізнати дійсність, але інколи спотворює її.

4. *Уява – складова творчості.* Уява – це почуття новизни, яке є неоціненою якістю людини.

5. *Уява нерозривно пов'язана з усіма ланками психіки людини..*

Так, найвищий „розквіт” уяви проявляється в хвилини небезпеки: перед атакою, перед операцією, перед смертельною небезпекою. Стимулювати уяву може сприймання, музика, запах.

Існують різні гіпотези щодо механізмів уяви. Серед них найбільш поширені:

- гіпотеза випадковості;
- гіпотеза рекомбінацій.

За гіпотезою випадковості завдяки збігу певних обставин у нашій уяві виникає той чи інший образ. Наприклад, видатному хіміку Менделєєву приснилась періодична таблиця хімічних елементів. Роками вчений працював над вирішенням періодизації хімічних елементів, у його мозку постійно виникали ті чи інші моделі. Таблиця, що прийшла йому вві сні, була саме перекомбінацією старих, непродуктивних ідей у нові.

Згідно з **гіпотезою рекомбінації** ми перемодельовуємо, комбінуємо по-новому старі образи, набуті за допомогою відчуттів, сприймань. Цей процес відбувається шляхом спроб і помилок.

Говорячи про зв'язки уяви з дійсністю, Л.С.Виготський сформулював перший і найважливіший *закон уяви*: творча діяльність уяви знаходиться в прямій залежності від багатства і різноманітності попереднього досвіду людини, зміст якого відображує дійсність і складається з елементів, узятих з неї. Чим багатший досвід людини, тим більшим є наявний в уяві матеріал.

Уява – не абстрактна психічна функція, а закономірна сторона свідомої діяльності особистості.

Фізіологічні механізми уяви. Фізіологічною основою уяви є складна аналітико-синтетична діяльність мозку, у процесі якої відбувається утворення нових систем тимчасових зв'язків на основі раніше сформованих. При цьому проста актуалізація вже наявних тимчасових зв'язків ще не веде до створення нового. Створення нового припускає таке поєднання, яке утворюється з тимчасових зв'язків, які раніше не вступали у зв'язки один з одним. При цьому важливе значення має друга сигнальна система, слово. Процес уяви є спільною роботою обох сигнальних систем. Як правило, слово служить джерелом появи образів уяви, контролює шлях їх становлення, є засобом утримання, закріплення та зміни.

Але складність структури уяви та її зв'язок з емоціями свідчать на користь гіпотези, що фізіологічні механізми уяви розташовані не тільки в корі головного мозку, а й у більш глибоких відділах мозку. Такими глибинними відділами мозку, які разом з корою великих півкуль формують образи уяви і включають їх у процеси діяльності, є *гіпоталамо-лімбічна* система (гіпоталамус у його зв'язках з древньою корою і підкірковими ділянками, що утворюють лімб, або кордон, навкруги передньої частини стовбура мозку при вході в півкулі головного мозку) (А.В.Петровський).

При пошкодженні гіпоталамо-лімбічної системи в людини виникають характерні розлади психіки: її поведінка складається з серії окремих поведінкових актів, а загальна програма, що регулює поведінку, відсутня. Такі хворі у змозі що-небудь повторити, але вони не в змозі намітити навіть простий план дій і передбачити наслідки, що є найважливішою функцією уяви (вироблення плану, “програми” поведінки). Отже, ушкодження захопило структури, що відповідають за планування дій людини, а, як відомо, найважливіша функція уяви – розробка програми дій, поведінки.

У зв’язку з органічними процесами людський мозок, який продукує образи фантазії, має регулюючий вплив на периферійні частини організму, змінює процес їхнього функціонування.

Факти, що демонструють наявність зв’язку уяви з органічними процесами полягають у такому:

1) у середні віки в деяких людей, які переважно страждали нервовими розладами (істерією), після міркувань про муки, яких зазнав на хресті Ісус Христос, з’являлися “знаки розп’яття” (стигмати – від слова рубець, знак) на долонях і ступнях ніг у вигляді синців і навіть виразок;

2) коли Г.Флобер писав сцену отруєння Емми Боварі, він яскраво відчував у роті смак миш’яку;

3) Вольтер щорічно захворював у річницю Варфоломіївської ночі: у нього підвищувалася температура, прискорювався пульс;

4) у Московському інституті психології піддавалася вивченню людина, яка мала феноменальну яскравість образів. Вона могла підвищити температуру правої руки на 2 градуси і знизити температуру лівої руки на 1,5 градуса. Для цього їй достатньо було “побачити”, що її права рука лежить на краю плити, а лівою вона тримає шматок льоду;

5) випадки, коли під впливом необережного слова лікаря пацієнт уявляв, що він захворів небезпечною хворобою і в нього розвивалися відповідні симптоми (так звані ятрогенні захворювання);

6) травмуючий вплив, який викликають страхи, можуть викликати і педагогічно нетактовний вчинок учителя, і його необережне слово. Так виникають “дидактогенні” розлади;

7) ідеомоторні акти – рухи, що виникають тоді, як тільки людина їх уявить.

При аналізі фізіологічних механізмів уяви цікавим є питання про фізіологічну основу сновидінь.

Першою теорією, що намагалася розкрити фізіологічний механізм сновидінь, була теорія нервових слідів І.М.Сеченова, який стверджував: “Сновидіння – небувалі комбінації бувалих вражень”. Іншими словами, сновидіння зумовлені минулим досвідом людини, тому в них можуть бути лише нові комбінації елементів минулого життєвого досвіду. У сновидіннях не може бути нічого такого, чого ніколи і ніяк не пережито.

Подальший розвиток уявлення про механізм сновидінь одержало в теорії І.П.Павлова, який вважав, що в основі сновидінь лежить хаотичне розгальмування коркових нервових слідів різної давнини, які комбінуються найрізноманітнішим чином. Ці розгальмування можуть відбуватися:

– під впливом наявних зовнішніх подразників (наприклад, уві сні людина танцює під музику, яка дійсно звучить поряд або в сусідній кімнаті);

- під впливом наявних внутрішніх подразників (з інтеро- і пропріоцепторів). Справа в тому, що саме уві сні імпульси, що йдуть від внутрішніх органів, м'язів, зв'язок, сухожиль досягають свого порогового значення, водночас як у стані неспанн'я вони є “підпороговими”, слабкими, і ми просто не звертаємо на них уваги, будучи зайнятими важливішими справами;
- при розвитку фазових станів (гіпнотичних фаз) в корі у випадку неглибокого сну;
- під час функціонального поділу гальмування коркових зон, коли одні з них загальмовані, а інші вільні від гальмування (наприклад, у матері, яка має маленьку дитину, незалежно від глибини сну, завжди функціонує “сторожовий центр”, і вона чує навіть легкі порухи своєї дитини, незважаючи на те, що інші, навіть сильніші подразники, не відчуваються нею);
- за різних комбінацій указаних умов.

Встановлено, що формування сновидінь можливе і на засадах так званих послідовних (переважно зорових) образів, тобто образів, які залишаються на сітківці ока після припинення дії подразника.

У сновидіннях відбувається відтворення слідів різної давнини (давніх, недавніх впливів, впливів, що були до сну). Для дітей характерне відтворення недавніх слідів і тих, що були до сну. Сновидіння дорослих бувають найчастіше зіткані з елементів життєвого досвіду різної давнини і відповідають якомусь одному періоду особистого життя або комбінуються найфантастичнішим чином без дотримання рамок простору і часу.

У людей похилого віку спостерігаються сновидіння, пов'язані з враженнями дитячого та юнацького віку. Цей факт відповідає психологічному закону зворотного розвитку пам'яті.

Отже, сновидіння є виявом хаотичної безсистемної вищої нервової діяльності. У процесі сну взаємостосунки між корою, підкіркою та нижчими відділами центральної нервової системи змінюються, послаблюється і навіть зникає корковий контроль над функціями нижчих відділів.

Психологічні механізми уяви. Уява, фантазія – це відображення реальної дійсності в нових, несподіваних, незвичних поєднаннях і зв'язках.

Синтез уявлень у процесах уяви здійснюється в різних формах. Найбільш елементарною формою синтезування образів є *аглютинація* – не що інше, як “склеювання” різних, не поєднаних у повсякденному житті якостей, властивостей, частин. Шляхом аглютинації будуються численні казкові образи (русалка, хатинка на курячих ніжках, Пегас, кентавр тощо).

Іншою формою синтезування образів є *гіперболізація*, яка характеризується не лише збільшенням або зменшенням предмета (богатыр, хлопчик-мізинчик), але й зміною кількості частин предмета або їх зміщенням: багаторукі богині в індійській міфології, дракони та змії з багатьма головами тощо).

Можливий шлях створення образу фантазії – загострення, підкреслювання певних ознак. За допомогою цього прийому створюються дружні шаржі і злі карикатури. У цьому випадку, якщо уявлення, з яких конструюється образ фантазії, зливаються, відмінності згладжуються, а на перший план виступають подібні риси, має місце такий прийом, як *схематизація*. Прикладом

схематизації є орнамент, елементи якого взяті з рослинного світу. Синтез уявлення в уяві може бути здійснений за допомогою *типізації*, яка широко використовується в художній літературі, скульптурі, живопису, для яких характерне виокремлення істотного, того, що повторюється в однорідних фактах, і втілення їх у конкретному образі.

Важливим прийомом створення творчого образу є *аналогія*, коли будується образ, який у чомусь схожий на реально існуючу річ, організм, дію. Аналогія у творчому процесі виступає стимулюючою ланкою, вона вимагає порушень шаблону в мисленні, нового синтезу, здатного шляхом встановлення незвичних зв'язків відкрити шлях для розв'язання проблеми, знайти вихід з пошукового тупика.

Уява поділяється на **види** за такими критеріями:

1. **За ступенем активності й усвідомленості людиною створення нею нових образів:**

а) пасивна (мимовільна) уява – створення нових образів не спрямовується спеціальною метою уявити певні предмети чи події. Потреба в мимовільному створенні образів постійно актуалізується різними видами діяльності, у які включається особистість. Мимовільне виникнення уявлень тісно пов'язане з почуттями та потребами людини.

Пасивна уява у свою чергу поділяється на:

- **навмисну уяву** – це уява, що створює образи (мрії), зв'язані з волею, що сприяє їхньому втіленню в життя;

- **ненавмисну уяву** – це уява, що спостерігається при ослабленні діяльності свідомості, при його розладах, у напівдрімотному стані, у сні. У стані сну, коли свідомий контроль за психічною діяльністю відсутній, сліди від різноманітних вражень, що зберігаються в мозку, легко розгальмовуються й можуть входити в сполучення, що характеризуються неприродністю та невизначеністю;

б) активна (довільна) уява – це уява, при якій створюються нові образи певного об'єкта, можливих ситуацій за допомогою вольових зусиль. Вона являє собою навмисну побудову образів у зв'язку зі свідомо поставленим завданням у тому або іншому виді діяльності. До активної уяви відносяться мрії і фантазії.

Залежно від характеру діяльності людини активну (довільну) уяву поділяють на:

- **творчу (продуктивну)** – це уява, що припускає самостійне створення образу, речі, ознаки, що не мають аналогів. Невід'ємна сторона технічної, художньої й іншої творчості. Творча уява активізується там, де людина відкриває щось нове, знаходить нові способи праці, створює нові, оригінальні, цінні для суспільства матеріальні та духовні продукти. Одним з елементів творчої уяви є натхнення. Натхнення - це стан найвищого підйому творчої уяви, її пік;

- **репродуктивну (відтворюючу)** – це уява, що розгортається на основі опису, розповіді, креслення, схеми, символу або знака. Вона має місце в тих випадках, коли людина за одним описом повинна уявити собі предмет, що ніколи нею раніш не сприймався. Наприклад, вона ніколи не бачила моря, але,

прочитавши опис його в книзі, вона може собі представити море в більш-менш яскравих і повних образах.

- **антиципуючу** (від лат. - угадування наперед, передбачення) – уява, що лежить в основі здатності людини передбачати майбутні події. Образи антиципуючої уяви налаштовують організм на певні дії, коли ще немає приводу для таких заходів. Наприклад, людині зовсім не потрібно стрибати з дев'ятого поверху, щоб дізнатися, яке небезпечне таке падіння.

2. За рівнем узагальнення образів:

а) абстрактна уява – це уява, що користується образами високого рівня узагальненості, схемами, символами;

б) конкретна уява – це уява, що оперує простими образами.

3. За співвідношенням образів з реальною дійсністю:

а) реалістична уява – це уява, що відображає реальну дійсність;

б) фантастична уява – це уява, що відірвана від реального світу.

4. За змістом професійної діяльності:

а) наукова уява – це уява, що втілюється у плануванні й проведенні експериментальних досліджень, знаходженні неординарних шляхів розв'язання проблеми. Створені нові образи наукової уяви є засобом, за допомогою якого встановлюються закономірні відношення між предметами і явищами. Наукова уява завжди базується на точних наукових розрахунках та експериментах;

б) художня уява – це уява, у якій переважають чуттєві (зорові, слухові, дотикові та інші) образи, надзвичайно детальні та яскраві. Людина-художник так яскраво уявляє собі образи героїв, ніби ці герої насправді спілкуються з нею, живуть поруч;

в) технічна уява – це уява, що створює образи просторових відношень у вигляді геометричних фігур з мисленим застосуванням їх у різних комбінаціях. Образи технічної уяви матеріалізуються в кресленнях, схемах, за допомогою яких створюються нові предмети та об'єкти.

Розрізняють такі **форми уяви**:

Мрія – це створення образу бажаного майбутнього, спонукальна причина, мотив діяльності, остаточне завершення якої виявилось відстроченим. Мрія завжди спрямована на майбутнє, на перспективи життя і діяльності конкретної особистості. Мрія дозволяє людині намічати майбутнє й організувати свою поведінку для його здійснення, може стати сильним мотивуючим чинником творчого пошуку;

Фантазія – це форма уяви, у якій змінюється вигляд дійсності, відбитої у свідомості. Для неї характерна перестановка елементів реальності. Фантазія дозволяє знайти нову точку зору на вже відомі факти і тому має величезну художню і науково-пізнавальну цінність;

Сон – це періодичний психічний стан людини, при якому характерна значна нерухомість і відключеність від зовнішніх подразників, тобто стан, під час якого пропадає інтерес до зовнішнього світу;

Сновидіння - це психічний стан у період сну, що супроводжується зоровими образами;

Марення – це цілком нормальний психічний стан, що являє собою фантазію, пов'язану з бажанням, найчастіше з майбутнім, яке трохи ідеалізується;

Галюцинація – форма уяви, у якій переживаються образи, що не мають ніякого зв'язку з навколишньою дійсністю. Як правило, вони - результат тих чи інших розладів психіки або роботи організму - супроводжують різні хворобливі стани.

Питання для контролю

1. Які чинники викликають мимовільну увагу?
2. Як керувати довільною увагою учнів на уроці?
3. Які головні відмінності між мимовільною, довільною та післядовільною увагою?
4. Чи існують взаємозв'язки між відчуттями та емоціями?
5. Чим відрізняються відчуття і сприймання?
6. Чи правильно вважати, що сприймання - це сукупність відчуттів?
7. Як впливає попередній досвід людини на сприймання?
8. Які ви знаєте характеристики пам'яті?
9. Які ви знаєте процеси пам'яті?
10. У чому відмінності між умовами успішного мимовільного та довільного запам'ятовування?
11. Якими індивідуальними особливостями характеризується пам'ять?
12. Чому мислення розглядають як процес розв'язання задачі?
13. Які відмінності існують між репродуктивним та творчим мисленням?
14. Чи можна сформувати у школярів творче мислення?
15. Які існують відмінності між мовою та мовленням?
16. Як взаємопов'язані мислення і мовлення?
17. Які ви знаєте види мовлення?
18. У яких формах може протікати усне мовлення?
19. Які особливості має монологічне мовлення?
20. Що є фізіологічним механізмом уяви?
21. Які відмінності між уявою та уявленням?
22. Чим відрізняються відтворююча і творча уява?

Список рекомендованої літератури

1. Абрамович С.Д. Мовленнєва комунікація : підруч. для студ. вищ. навч. закладів / С.Д. Абрамович, М.Ю. Чікарькова. – К. : Центр. навч. літ., 2004. – 469 с.
2. Бодалев А.А. Восприятие и понимание человека человеком. – М. : Изд-во МГУ, 1982. – 199 с.
3. Бучак Н.В. Патопсихологія свідомості та пізнавальних процесів : навч. посіб. для студ. спец. „Психологія”. – Рівне : РДГУ, 2001. – 54 с.
4. Выготский Л.С. Воображение и его развитие в детском возрасте // Собрание сочинений : в 6 т. Т.2. Проблемы общей психологии. – М., 1982. 504 с.
5. Выготский Л.С. Мышление и речь. - М., 1956.
6. Гільбух Ю.З. Розвивайте розум дітей / Ю.З. Гільбух, В.А. Георгієвська. – К., 1993.
7. Зинченко П.И. Память в экспериментальной и когнитивной психологии. – СПб. : Питер, 2002. – 320 с. - (Мастера психологии).

8. Истомина З.М. Развитие памяти : учеб. – метод. пособие для студ. заоч. I и II курсов пед. ин-тов. – М. : Просвещение, 1978. – 120 с.
9. Карпенко З.С. Вивчення і розвиток уяви в дитячому віці / З.С. Карпенко, З.Я. Савчин. – Коломия : Вік, 1996. – 47 с.
10. Леонтьев А.Н. Проблемы возникновения ощущений: избранные психологические произведения. – Т.1. – М. : Педагогика, 1983. – 391 с.
11. Мерло-Понті М. Феноменологія сприйняття. – К. : Укр. Центр духовної культури, 2001. – 552 с.
12. Мислення дитини / упоряд. : С. Максименко, Л. Кондратенко, О. Главник. – К. : Главник, 2004. – 112 с. – (Психологічний інструментарій).
13. Митькин А.А. Сенсорно - перцептивные процессы в структуре психики / А.А. Митькин, Н.Н. Корж // Психологический журнал. – 1992. – Т.13. - № 4.
14. Павелків Р.В. Загальна психологія. Підручник. / Р.В.Павелків. - К., 2004. - 506 с.
15. Полуянов Ю.А. Воображение и способности. - М., 1982.
16. Психологія уваги / под ред. : Ю.Б. Гиппенрейтер, В.Я. Романова. – М. : ЧеРо, 2001. – 858 с. – (Хрестоматія по психології).
17. Психологія ощущений и восприятия : учеб. пособие для студ. вузов, обуч. по напр. и спец. психологии / под ред. : Ю.Б. Гиппенрейтера, В.В. Любимова, М.Б. Михалевской. - 2-е изд., испр. и доп. – М. : ЧеРо, 2002. – 629 с. – (Хрестоматія по психології).
18. Психологія памяти : учеб. пособие для студ. высш. учеб. заведений, обуч. по напр. и спец. психологии / под ред. Ю.Б. Гиппенрейтер, В.Я. Романова. – 3-е изд. – М. : ЧеРо, 2002. – 816 с. – (Хрестоматія по психології).
19. Рогов Е.И. Психологія познания. – М. : ВЛАДОС, 1998. – 174 с. : ил. – (Азбука психологии).
20. Рубинштейн С.Л. О мышлении и путях его исследования. – М. : Акад. наук СССР, 1958. – 147 с.
21. Смирнов А.А. Психологія запоминання // Избранные психологические труды. - М., 1987.
22. Томан И. Мистецтво говорити. – К. : Україна, 1996. – 269 с.
23. Томсон П. Самоучитель общения. – СПб. : Питер, 2000. – 256 с. – (Сам себе психолог).
24. Хрестоматія по ощущению и восприятию : учеб. пособие для студ. ун-тов, обучающихся по спец. „Психология” / под ред. Ю.Б. Гиппенрейтер, М.Б. Михайловской. – М. : Изд-во Моск. ун-та, 1975. – 400 с.
25. Цимбалюк І.М. Психологія спілкування : навч. посібник. – К.: Професіонал, 2004. – 304 с.