

Навчальна дисципліна: **Загальна психологія**

Спеціальність: **Фізична реабілітація**

Курс: **Другий**

Терміни виконання завдання – 16.02.19–03.03.19

Завдання для самостійного опрацювання¹

1. Опрацювати та проаналізувати рекомендовані матеріали до теми **«Предмет, завдання, методи і структура сучасної психології. Природничо-наукові основи психології»**. Студент може обирати варіант опрацювання або запропонованого електронного матеріалу з даної теми, або за підручниками, представленими у списку літератури.
2. Підготувати конспект з розглядом структури та основних понять теми.

Список рекомендованої літератури

1. Атлас по психологии : Информ.-метод. материалы к курсу «Общая психология» / М. В. Гамезо, И. А. Домашенко. – М. : Просвещение, 1996. – 272 с.
2. Варій М. Й. Загальна психологія : навч. посібник [для студ. психол. і педагог., спеціальностей] / М. Й. Варій. – Львів : Край, 2005. – 315 с.
3. Винославська О. В. Психологія : навчальний посібник / О. В. Винославська. – К. : ІНКОС, 2005. – 352 с.
4. Возрастная и педагогическая психология / под ред. А. В. Петровского. – М. : Просвещение, 1979. – 288 с.
5. Гиппенрейтер Ю. Б. Введение в общую психологию : курс лекций / Ю. Б. Гиппенрейтер. – М. : Изд-во МГУ, 1988. – С. 257 – 280.
6. Годфруа Ж. Что такое психология : пер. с франц. / Ж. Годфруа. – Т 2. – М. : Мир, 1992. – 376 с.
7. Грановская Р. М. Элементы практической психологии / Р. М. Грановская. – СПб. : Свет, 2000. – 487 с.
8. Долинська Л. Загальна психологія / Л. Долинська, О. Скрипченко та ін. – К. : А.П.Н., 2001. – С. 407 – 419.
9. Дружинин В. Н. Психология общих способностей / В. Н. Дружинин. – М. : Педагогика, 1995. – 480 с.
10. Дубравська Д. М. Основи психології : навчальний посібник / Д. М. Дубравська. – Львів : Світ, 2001. – С. 280.

¹ Виконані завдання будуть оцінюватись, бали враховуватимуться при складанні іспиту

11. Загальна психологія : навч. посіб. / О. В. Скрипченко, Л. В. Долинська, З. В. Огороднійчук та ін. – К. : А. Г. Н., 2002. – 368 с.
12. Загальна психологія : навч. посібник / О. В. Скрипченко, Л. В. Долинська, Л. В. Огороднійчук та ін. - К. : А. П. Н., 2001. – 464 с.
13. Загальна психологія : підруч. [для студ. вищ. навч. закладів] / за заг. ред. С. Д. Максименка. – К. : Форум, 2000. – 323 с.
14. Заняття психолога з підлітками / упоряд. Т. Гончаренко. – К. : Вид. дім «Шкільний світ», 2006. – (Б-ка « Шкіл. Світу») – 2006. – 120 с.
15. Козлов Н. И. Как относиться к себе и людям, или Практическая психология на каждый день / Н. И. Козлов. – 3-е изд., перераб и доп. – М. : АСТ- ПРЕСС, 1999. – 320 с.
16. Крайг Г. Психология развития / Г. Крайг. – СПб. : Питер, 2000. – 992 с.
17. Крысько В. Г. Психология и педагогика в схемах и таблицах / В. Г. Крысько. – Мн. : Харвест, 1999. – 384 с.
18. Максименко С. Д. Загальна психологія : навчальний посібник / С. Д. Максименко, В. О. Соловієнко. – К. : МАУП, 2000. – 256 с.
19. Максименко С. Д. Загальна психологія : навчальний посібник / С. Д. Максименко. – 3-є видання, перероблене та доповнене. – К. : Центр учбової літератури, 2008. – 272 с.
20. М'ясоїд П. А. Загальна психологія : навч. посіб. / П. А. М'ясоїд. – 3-ге вид., випр. – К. : Вища шк., 2004. – 728 с.
21. М'ясоїд П. А. Загальна психологія : навчальний посібник / П. А. М'ясоїд. – К. : Вища школа, 2000. – 479 с.
22. Немов Р. С. Общие основы психологии : в 3 кн. / Р. С. Немов. – М. : ВЛАДОС, 2001. – 668 с.
23. Немов Р. С. Психология : учеб. [для студентов высш. пед. заведений] / Р. С. Немов. – М. : Гуманит. Изд. Центр ВЛАДОС, 1997. – 472 с.
24. Основи психології / за заг. ред. О. В. Киричука, В. А. Роменця. – К. : Либідь, 1996. – 276 с.
25. Попова М.В. Психология как учебный предмет в школе : учеб.-метод. пособие. – М. : Гуманит. изд. центр ВЛАДОС, 2002. – 288 с.
26. Психологія особистості : тексти / під ред. Ю. Б. Гиппенрейтер, А. Н. Пузиряя. – М. : Вид-во МГУ, 1982. – 122 с.
27. Психологія : підручник / за заг. ред. Ю. Л. Трофімова. – 3-є вид., стереотип. – К. : Либідь, 2001. – 560 с.

28. Рогов Е. И. Настольная книга практического психолога : учебн. пособие / Е. И. Рогов – М : Гуманит. издат. центр «ВЛАДОС», 1999. – 480 с.
29. Рубинштейн С. Л. Основы общей психологии : в 2 т. / С. Л. Рубинштейн. – Т. 1. – М. : Педагогика, 1989. – 710 с.
30. Самодопомога : практикум для психолога. – К. : Шк. Світ, 2007. – 128 с.
31. Скрипченко О. В. Вікова та педагогічна психологія : навч. посіб. / О. В. Скрипченко, Л. В. Долинська, З. В. Огороднійчук та ін. – К. : Просвіти, 2001. – 416 с.

Тема 1. Предмет, завдання, методи і структура сучасної психології. Природничо-наукові основи психології.

1. Розвиток уявлень про предмет психології на різних етапах її становлення.
2. Основні функції психіки і їх характеристика.
3. Галузі сучасної психології.
4. Загальна характеристика методів психологічного дослідження. Переваги і недоліки кожного методу.

Своєю назвою і першим визначенням психологія зобов'язана грецькій міфології. Ерот, син Афродіти, закохався в дуже гарну молоду жінку Психею. Але Афродіта була незадоволена тим, що її син, Бог, хоче поєднати долю з простою смертною, і доклала всіх зусиль, щоб розлучити закоханих, змушуючи Психею пройти через ряд випробувань. Але кохання Психеї було таким сильним, а її прагнення зустрітися з Еротом таким великим, що це вразило богів, і вони вирішили допомогти їй виконати всі вимоги Афродіти. Ерот в свою чергу переконав Зевса - головне божество греків - перетворити Психею в богиню, зробивши її безсмертною. Так закохані з'єдналися навіки.

Для греків цей міф був класичним зразком справжнього кохання, вищої реалізації людської душі. Тому Психея - смертна, здобувши безсмертя, - стала символом душі, яка шукає свій ідеал.

Психологія - одна з наук про людину, її життя і діяльність. Психологія вивчає діяльність людини; її психічні процеси, стани, властивості; закони виникнення, розвитку і перебігу психічної діяльності; становлення психічних властивостей людини; життєве значення психіки.

Основою виникнення психології як науки був побутовий емпіричний досвід людей. Психологічні знання допомогли людям краще пізнати одне одного, вплинути на окремі дії та вчинки, попередити небажані врахувати індивідуальні особливості. Ці знання накопичувалися, передавалися з покоління в покоління, закріплювалися в прислів'ях, приказках, творах мистецтва. Однак в цілому ці знання були позбавлені систематичності, глибини доказовості і тому не могли бути міцною опорою для роботи з людьми.

Побутові психологічні знання істотно відрізняються від наукових перш за все тим, що вони базуються на інтуїції й носять конкретний ситуативний характер. Знання, якими оперує побутова психологія, ґрунтуються перш за все на спостереженнях і

передбаченнях. Наукова психологія на противагу побутової будується на узагальненнях, знання, в набутті яких істотну роль відіграє експеримент, носять усвідомлюваний характер.

В наш час замість поняття "душа" використовується поняття "психіка". З лінгвістичної точки зору "душа" і "психіка" - одне і те саме. Однак з розвитком культури і особливо науки значення даних понять не збігаються.

Термін "психологія" утворений від 2-х грецьких слів: *psyche* - душа, психіка, *logos* - знання, наука. Психологія - це наука про закономірності, формування та розвиток психіки як особливої форми життєдіяльності. Психологія - наука і дуже стара, і дуже молода. З одного боку, вік її близько 2500 років. Перше систематичне викладення психічних явищ було зроблено давньогрецьким філософом Арістотелем в його трактаті "Про душу". Проте наукове експериментальне вивчення психічних явищ та їх закономірностей почалося з середини XIX ст., а істинно наукова психологія почала створюватися ще пізніше на межі XIX і XX ст.

В історії психології виокремлюють кілька основних підходів до визначення меж та етапів її розвитку. Відповідно до першого підходу, психологія має тривалу передісторію і коротку історію, яка починається з другої половини XIX ст. (Г. Еббінгауз). Розвиток психології поділяють на два етапи: передісторія (до кінця першої половини XIX ст.) та історія (з другої половини XIX ст.).

Представники другого підходу вважають, що розвиток психологічної думки потрібно розділити на три етапи: 1 етап - доннаукова (міфологічна) психологія - коли панували анімістичні уявлення про душу; 2 етап - філософська психологія - коли психологія була частиною філософії (від античності до XIX ст.); 3 етап - власне наукова психологія, з другої половини XIX ст. Цей період пов'язують із застосуванням у психології об'єктивного методу (експерименту), запозиченого у природничих наук, який дав змогу психології відокремитися від філософії.

Третій підхід - культурологічний - розвиток психологічної науки розглядається в контексті розвитку людської культури загалом. До цього підходу належить вчинкова концепція в історії психології, яку розробив український вчений В. А. Роменець. Згідно з цим підходом, етапи розвитку психології виокремлюють за історичними епохами: психологія Міфологічного періоду, психологія Античності, психологія Середньовіччя, психологія Відродження, психологія епохи Бароко, психологія Просвітництва, психологія Сцієнтизму (епохи, що бере початок у XIX ст., у якій, до речі, живемо й ми; її назва походить від лат. "*scientia*" - наука, і відображає ту рушійну силу, яку має наука в сучасній культурі).

Розвиток психологічної науки можна розглядати також залежно від того, що було її предметом (четвертий підхід). Анімізм - віра в існування душ та духів.

Сьогодні психологія як наука має своїм предметом вивчення загальні закономірності роботи психіки людини. Психіка - це властивість високоорганізованої живої матерії, що полягає у відображенні суб'єктом об'єктивного світу, у побудові загальної картини цього світу і регуляції на цій основі своєї поведінки й діяльності. З даного визначення виходять наступні судження про природу і механізми прояву психіки. По-перше, психіка - це властивість лише живої матерії. Причому не просто живої матерії, а високоорганізованої живої матерії (такої, яка наділена специфічними органами, що обумовлюють можливість існування психіки). По-друге, головна особливість психіки полягає у здатності відображати об'єктивний світ, що означає те, що високоорганізована матерія, яка наділена психікою, володіє здатністю отримання інформації про оточуючий її світ. В той самий час отримання інформації пов'язане із створенням цією матерією певного психічного, тобто суб'єктивного за своєю природою та ідеалістичного (нематеріального) за своєю суттю образу, який з певною мірою точності є копією матеріальних об'єктів реального світу. По-третє, та інформація з оточуючого світу, яка отримується живою істотою, є основою для регуляції внутрішнього середовища живого організму і формування його поведінки, що в цілому визначає можливість відносно тривалого існування даного організму в постійно змінюваних умовах середовища існування. Отже, жива матерія, яка наділена психікою, здатна реагувати на впливи об'єктів та зміни зовнішнього середовища.

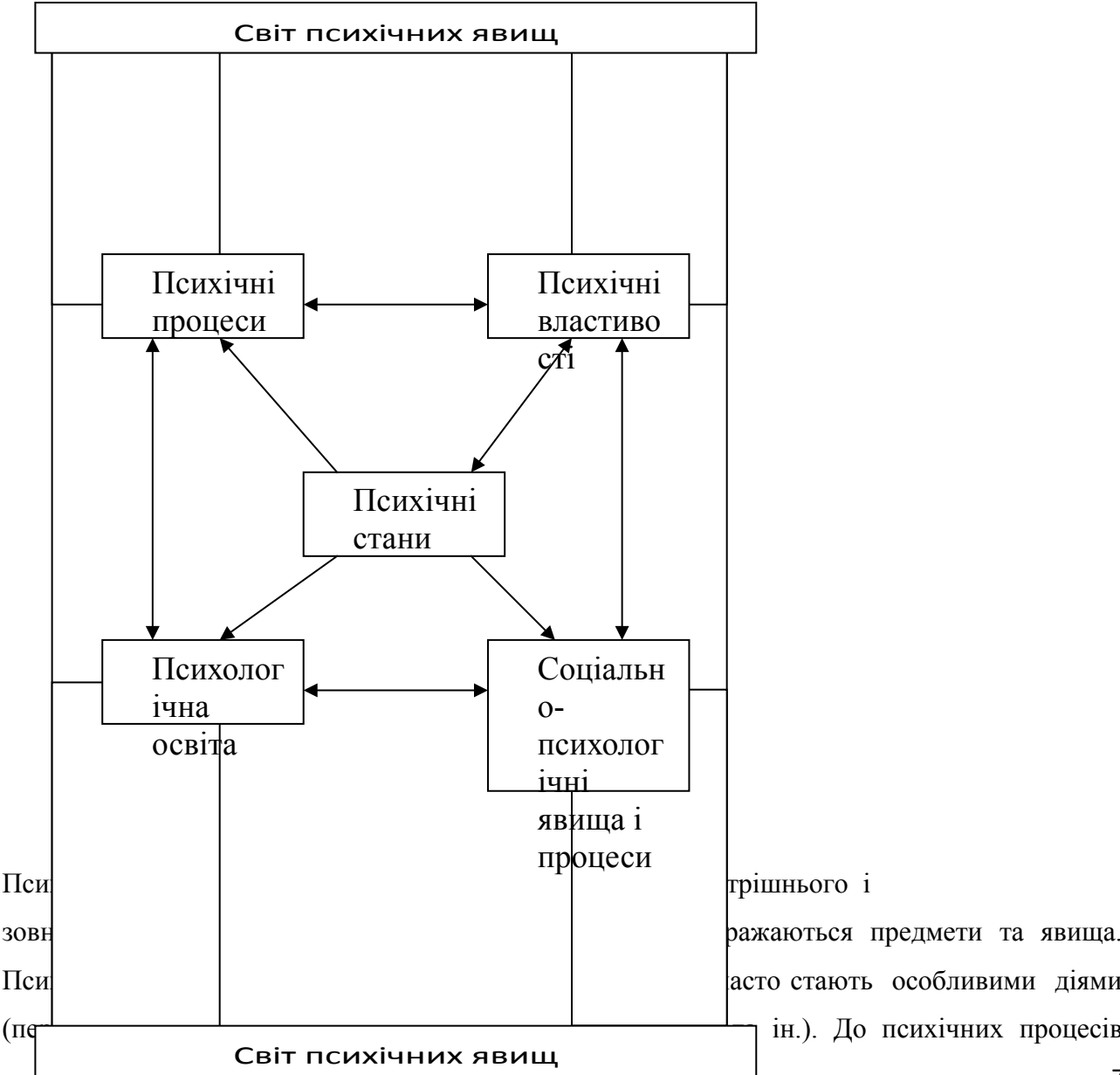
Предмет та завдання психології



Завдання психології

Для того, щоб скласти більш чітке уявлення про те, що таке "психіка", необхідно розглянути психічні явища - факти внутрішнього, суб'єктивного досвіду людини (наші думки, бажання, почуття).

Світ психічних явищ



відносяться: пізнавальні психічні процеси (відчуття, сприймання, пам'ять, мислення, уява) та емоційно-вольові (емоції, почуття, воля). Психічні стани - це різні види інтегрованого відображення людиною

взаємодії внутрішніх і зовнішніх психічних впливів у певний статичний період часу. Причому більшість із них існує без чіткого усвідомлення відображеного предметного змісту. До психічних станів відносять бадьорість, втому, апатію, депресію, ейфорію, відчуження, нудьгу, страх, відчай, сум тощо. Психічні стани так чи інакше характеризують психіку людини, визначають своєрідність різних психічних процесів.

Психічні властивості - сталі психічні утворення людини, що формуються в процесі життєдіяльності, виховання та самовиховання. Наприклад, на ґрунті будь-якого психічного процесу (відчуття, сприймання, пам'яті, уяви, мислення й волі) можуть виявитися такі властивості людини, які виражаються у формі чутливості, сприйнятливості, уважності, емоційності, балакучості, мовчазності, вдумливості, розсудливості, фантазерства тощо.

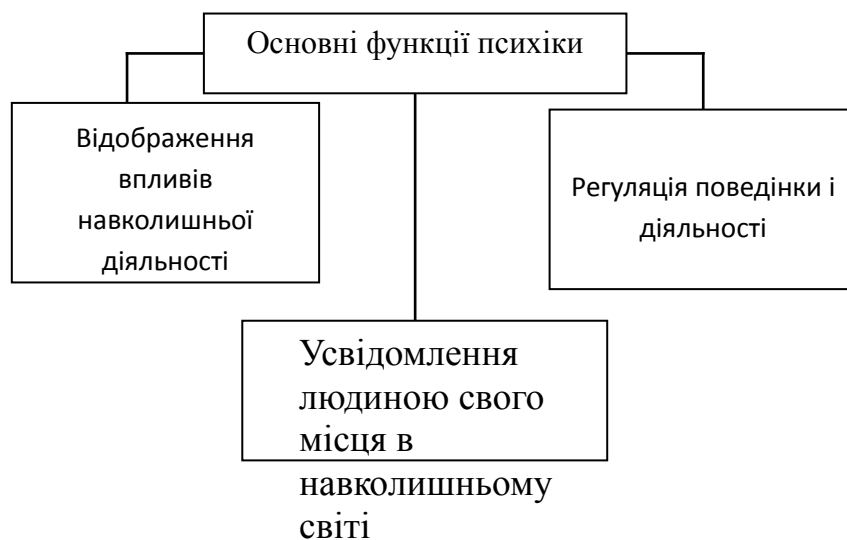
Так, до психічних властивостей особистості відносяться: темперамент, характер, здібності. Рівень розвитку властивостей особистості, особливості розвитку психічних процесів і переважаючі психічні стани визначають неповторність людини, її індивідуальність.

Психологія спрямована на вирішення таких завдань:

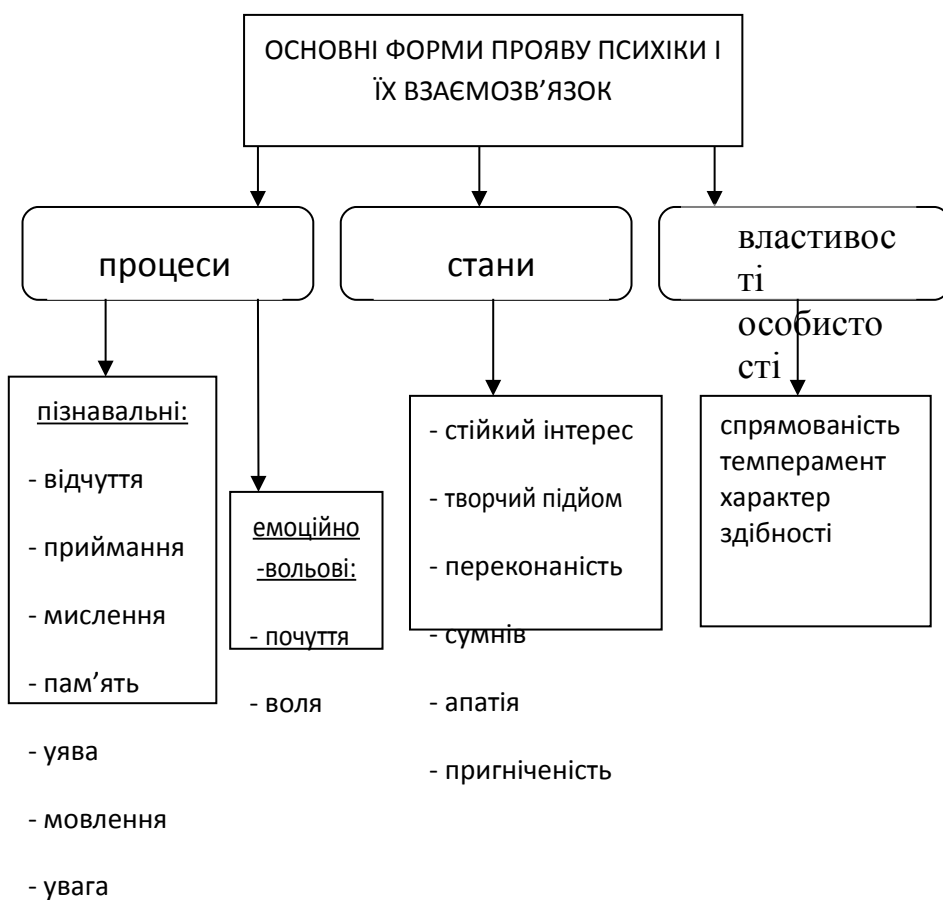
- вивчення законів психічної діяльності;
- розкриття сутності, структури і функцій психіки;
- вивчення ролі психічних явищ в пізнанні людиною самої себе та оточуючого світу, в її діяльності та спілкуванні;
- визначення ролі спадкового і набутого, біологічного і соціального в розвитку психіки;
- вивчення співвідношення психіки і мозку тощо.

З іншого боку, на основі цих знань розробляться практичні засоби психологічної допомоги людям в найрізноманітніших сферах їх життєдіяльності.

Основні функції психіки



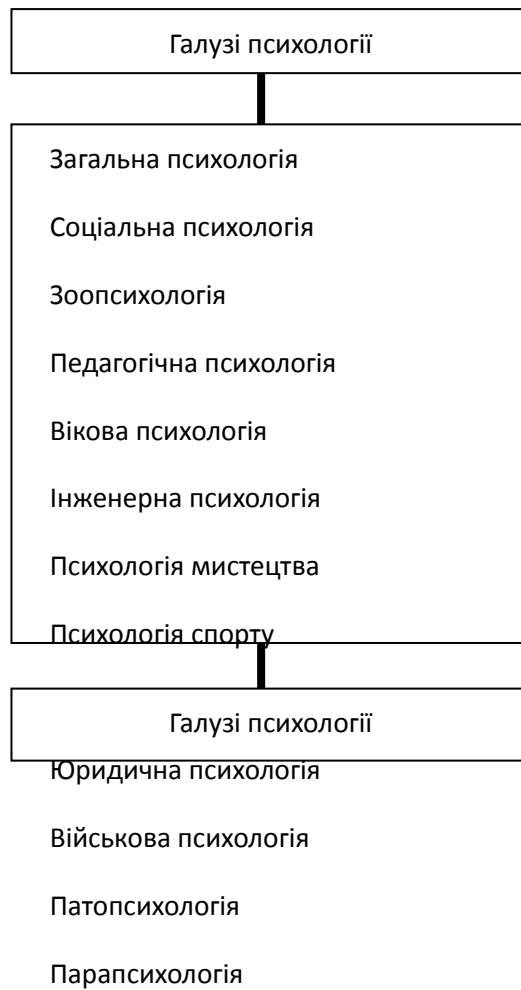
Основні форми прояву психіки



Галузі психологічних знань.

На початку XX ст. почала здійснюватися диференціація психології на окремі наукові галузі. В різних класифікаційних схемах сучасної психології зазвичай виокремлюють близько 40 її галузей, частина з яких набула відносно самостійного статусу.

Галузі психології



Загальна психологія вивчає загальні закономірності психічної діяльності людини з нормальним розвитком. Вікова психологія вивчає психічний розвиток людини в онтогенезі і включає в себе дитячу психологію, психологію підлітка, юнака, дорослої людини, людини похилого віку. Педагогічна психологія вивчає психологічні основи виховання і навчання. Історія психології вивчає історичні особливості розвитку психологічних знань. Соціальна психологія досліджує соціально-психологічні закономірності спілкування і взаємодії людей. Зоопсихологія - вивчає психологію тварин, їх поведінку (переважно в лабораторних умовах). Психологія праці вивчає психологічні особливості трудової діяльності. Інженерна психологія досліджує взаємини людини з машиною. Космічна психологія вивчає питання вольової і моральної підготовки космонавтів, психічні прояви

у момент максимальних навантажень тощо. Військова психологія вивчає психологію людини у військових структурах, питання навчання і виховання військових. Психологія спорту досліджує питання навчання і виховання спортсмена, закономірності формування спортивних навичок, умінь, вольових і моральних якостей. Патопсихологія включає в себе олігофренопсихологію (психологію людей з вадами розумового розвитку), тифлопсихологію (психологію людей з вадами зору), сурдопсихологію (психологію людей з вадами слуху). Екологічна психологія вивчає психологічні аспекти поліпшення природних умов життєдіяльності людини. Психологія релігії вивчає умови формування релігійних уявлень, світосприймання, світорозуміння тощо.

Поряд із диференціацією психологічних знань відбувається процес інтеграції їх з іншими галузями знань (психолінгвістика, психопедагогіка, психозоологія, психофізіологія, психогігієна тощо).

Психологічне дослідження. Принципи та етапи психологічного дослідження.

Наука - це перш за все дослідження. Методи, шляхи, засоби, за допомогою яких видобуваються наукові факти, є дуже важливими для будь-якої науки, але для психології вони мають особливе значення. Практичні результати психологічних досліджень допомагають людині пізнати себе, навчитися керувати собою.

Психологія вже зараз накопичила багато фактів, які вказують на те, як нове знання про людину робить її іншою: змінює її ставлення, цілі, стани, переживання. Враховуючи масштаб всього людства, можна сказати, психологія - наука, яка не лише пізнає, а й конструює, творить людину.

"Яким би досконалим не було крило птаха, воно ніколи б не змогло підняти його вгору, не спираючись на повітря. Факти - це повітря вченого. Без нього ви ніколи не зможете злетіти".....І. П. Павлов.

Психологічні дослідження мають спиратися на основні принципи та відповідати логіці їх проведення.

- Основними принципами психологічного дослідження є наступні: -
- принцип детермінізму (причинної обумовленості): не можна вивчити явище, не дослідивши причини, що його викликають;
 - принцип розвитку: психічне явище слід вивчати в безперервному розвитку;
 - принцип системності: досліджуючи той чи інший прояв психіки людини слід зважати на його взаємозв'язок з іншими проявами;
 - принцип об'єктивності: знання, яке отримується в дослідженні, має бути

достовірним, науковим та ін.

За умови дотримання вказаних принципів та правильної організації результати психологічного дослідження матимуть наукову і практичну цінність.

Методи психологічного дослідження.

"Метод - це шлях пізнання, це спосіб, за допомогою якого пізнається предмет науки". С. Л. Рубинштейн.

Психологічне дослідження ґрунтується на методологічних засадах, здійснюється на основі використання відповідних методів і методик. Явища, які вивчаються психологією, є настільки складними і різноманітними, що потребують неабиякої підготовки з боку дослідника. Його успіхи безпосередньо залежать від ступеня досконалості методів дослідження, які він використовує.

Методи психологічного дослідження повинні відповідати наступним вимогам: науковий метод перш за все має бути об'єктивним, валідним та надійним. Під валідністю розуміється така якість методу, яка виражається у відповідності тому, для вивчення і оцінки чого він використовується. Надійністю називається властивість дослідження, що дозволяє отримати одні й ті самі результати за умови багаторазового використання даного методу.

Метод - це спосіб, за допомогою якого можна отримати наукові факти, зафіксувати їх, проаналізувати, але завжди з певною помилкою. Це спосіб, який веде до розкриття закономірностей.

Найстарішим методом у психології є метод інтроспекції (самоспостереження). Тепер використовують основні методи дослідження: спостереження та експеримент. Використовують основні інтересів, уявлень, почуттів людини.

Кожна наука застосовує певні методи дослідження. Їх поділяють на загальні методи, окремими науками. Загальнонаукові методи застосовуються майже в усіх науках. До них належать: лабораторний, природний, вибіркове, вільне, констатуючий, формуючий, гіпотетичний метод, узагальнення, абстрагування тощо.

Конкретні наукові методи специфіку науки. Вони неоднакові в різних науках. Психологія використовує основні та допоміжні методи.

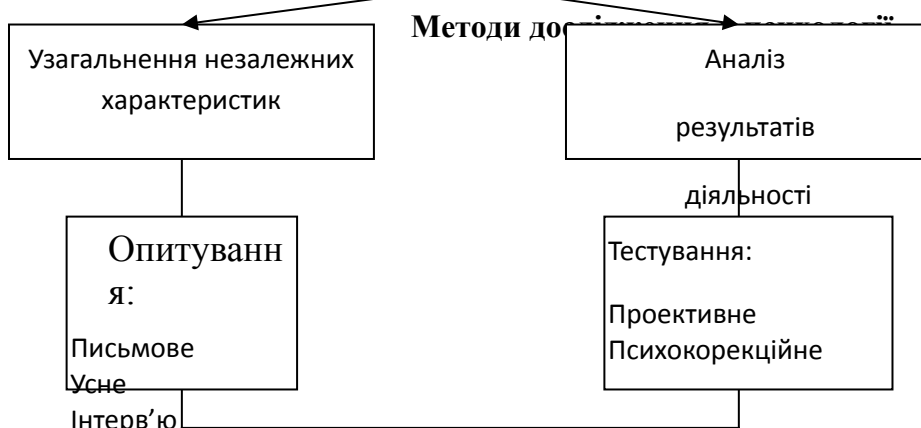


Схема класифікації методів досліджень

(по Орлову А.Б.)

<i>СТРАТЕГІЇ ДОСЛІДЖЕ ННЯ</i>	Основні методи	Варіанти основних методів
Неекспериментальні методи	<p>Спостереження</p> <p>Самоспостереження (внутрішнє спостереження)</p> <p>Бесіда, інтерв'ю</p> <p>Аналіз продуктів</p> <p>Архівний</p> <p>Біографічний</p> <p>Близнюковий</p>	<p>{ Фронтальне</p> <p>{ Вибіркове</p> <p>{ Короткотривале</p> <p>{ Довготривале</p> <p>{ Вільне (життєве)</p> <p>{ Щоденники</p> <p>{ Автопортрети</p> <p>{ Автобіографії</p> <p>{ Малюнки</p> <p>{ Твори</p> <p>{ Технічна творчість</p> <p>{ Фотофакти</p> <p>{ Кінофакти</p> <p>{</p>
Експериментальні методи	<p>Організаційні</p> <p><i>НЕПРОЕКТИВНІ</i></p> <p>Проективні</p>	<p>Природний</p> <p>{ Лабораторний</p> <p>{ Лонгітюдний</p> <p>{ Поперечних зрізів</p> <p>{ Анкети</p> <p>{ Опитування</p> <p>{ Незакінченні речення</p> <p>{ Малюнки сім'ї, дерева</p> <p><i>Тест Роршаха</i></p>

		Тест ТАТ Тест Люшера
--	--	-------------------------

	Діагностичні	{ Тест { Констатуючий експеримент { Контрольний експеримент { Формуючий експеримент { Навчальний експеримент { Виховуючий експеримент
	Моделювання	

Характеристика основних методів психології.

Метод спостереження - це основний метод сучасної психології, сутність якого полягає в тому, що наукові факти збираються через не втручання в життя об'єкта, а пасивне споглядання цього факту. Спостереження можна проводити як короткочасно, так і довготривало. Тому є такі види спостережень:

- метод поперечного зрізу (короткочасне) і лонгітюдне (довготривале).

Дослідник може виконувати роль пасивного спостерігача (відсторонене спостереження), а може активно взаємодіяти з об'єктом вивчення, одночасно спостерігаючи за ним (включене спостереження). Спостереження може бути як вибіркоким, так і загальним, за предметом і за об'єктом.

Використання спостереження передбачає дотримання таких умов:

- 1) цілеспрямованість - визначення мети, завдання дослідження;
- 2) природні умови - типові умови спостереження (щоб особи не знали, що за ними ведеться спостереження);
- 3) наявність плану;
- 4) точне визначення об'єкта і предмета спостереження;
- 5) обмеження дослідником ознак, які є предметом спостереження;
- 6) вироблення дослідником однозначних критеріїв оцінки цих ознак;
- 7) забезпечення чіткості й тривалості спостереження.

Методом спостереження користуються не тільки науковці, а й студенти, наприклад, при нагромадженні даних для написання психологічних характеристик особи.

Експеримент - основний метод психології, який полягає в тому, що факти отримуються шляхом створення спеціальних умов, в яких об'єкт міг би найбільш яскраво проявити предмет, що вивчається. Розрізняють експерименти: лабораторний і природний, констатувальний і формувальний. Лабораторний проводиться в спеціальних психологічних лабораторіях за допомогою відповідної апаратури. Природний експеримент здійснюється у звичайних для досліджуваного умовах діяльності. Природний експеримент, так само як і лабораторний, проводиться за певною програмою, але так, щоб людина не знала, що її досліджують і розв'язувала завдання спокійно, у звичайному для неї темпі. Констатувальний експеримент спрямований на фіксацію наявних психологічних особливостей людини, формувальний - орієнтований на стимуляцію бажаних психічних виявів.

Особливості допоміжних методів психології.

Бесіда - метод отримання інформації на основі вербальної (словесної) комунікації, включає в себе запитання-відповіді. Бесіда може бути діагностичною (виявляє), корекційною (формує).

Метод бесіди може дати цінні результати за таких умов:

- 1) чітке визначення дослідником мети бесіди;
- 2) чітке планування системи запитань;
- 3) система запитань має відповідати віковим та індивідуальним особливостям обстежуваних, бути динамічною, тобто зміст наступного запитання має залежати від змісту відповіді на попереднє тощо;
- 4) бесіда має бути невимушеною, доброзичливою.

Анкетування - метод соціально-психологічного дослідження за допомогою анкет, зміст питань і спосіб відповідей в яких заздалегідь плануються. Надійність даних анкетного опитування перевіряється двома шляхами:

- 1) повторним опитуванням за тією ж процедурою тих самих осіб;
- 2) контролем даних анкетного опитування іншими методами: - опитуванням третіх осіб; - спостереженням; - аналізом доступних документів.

Анкетний метод може використовувати заочно, є порівняно економним методом збирання даних. Він дає змогу аналізувати і обробляти дані за допомогою статистики. Цей метод застосовують у масових обстеженнях.

Інтерв'ю - метод, який застосовується для збирання первинної інформації у психологічних, соціологічних та педагогічних дослідженнях. Інтерв'ю як метод має три види:

- 1) стандартизоване інтерв'ю, в якому формулювання і послідовність запитань визначаються заздалегідь;
- 2) нестандартне інтерв'ю, в якому людина, яка його проводить, керується лише загальним планом опитування, формулює запитання відповідно до конкретної ситуації;
- 3) напівстандартне інтерв'ю, яке містить певну кількість можливих запитань.

Тест (від англ. test - випробування). Тести - це невеликі за обсягом і часом виконання завдання, однакові для всіх обстежуваних. Вибір видів інтерв'ю залежить від змісту дослідження, рівня вивчення проблеми, підготовки дослідника.