

**ЛЬВІВСЬКИЙ ДЕРЖАВНИЙ УНІВЕРСИТЕТ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ
ІМЕНІ ІВАНА БОБЕРСЬКОГО**

КАФЕДРА ПЕДАГОГІКИ ТА ПСИХОЛОГІЇ

Матвійчук Тетяна Фартівна
кандидат педагогічних наук, доцент

Навчальна дисципліна «ПСИХОЛОГІЯ»

Лекція 1.

ПРЕДМЕТ ПСИХОЛОГІЇ ТА ЇЇ ЗАДАЧІ

Рівень вищої освіти	– Перший (бакалаврський) рівень
Ступінь вищої освіти	– Бакалавр
Галузь знань	– 24 «Сфера обслуговування»
Спеціальність	– 241 «Готельно-ресторанна справа»
Освітня програма	– 241 «Готельно-ресторанна справа»

ПРЕДМЕТ ПСИХОЛОГІЇ ТА ЇЇ ЗАДАЧІ

1. Визначення психології як науки, її основні принципи, завдання та значення.
2. Наукові та життєві психологічні знання.
3. Предмет психології як науки.
4. Цілісний підхід до вивчення людини у психології.
5. Зв'язок психології з іншими науками.
6. Основні галузі психології.

1. Визначення психології як науки, її значення, основні принципи, завдання

Психологія (грец. *psyche* - душа, *logos* - наука) - наука, що вивчає факти, закономірності й механізми психіки. Наприклад:

- досліджуючи процес сприймання людиною оточуючих предметів, психологи встановили суттєвий факт: образ предметів зберігає відносну постійність незалежно від умов його сприймання так, уночі за поганого освітлення, ми сприймаємо предмети такими ж, як і вдень;

- спеціальні дослідження засвідчують, що постійність сприймання не дається людині від народження; воно формується поступово за своїми законами (це одна із закономірностей психіки);

- у психічній діяльності беруть участь конкретні анатомо-фізіологічні утворення, що забезпечують той чи інший психічний процес; наприклад, процес сприймання забезпечується діяльністю аналізаторів (це один із механізмів функціонування психіки).

Іншими словами, психологію можна охарактеризувати як науку, яка вивчає процеси активного відображення людиною об'єктивної дійсності у формі відчуттів, сприймань, мислення, почуттів та інших явищ психіки.

Слово «психологія» у перекладі з древньогрецького означає «наука про душу». Існує легенда, за якою грецький бог Ерот покохав земну дівчину Психею, що було заборонено небожителям. Тому мати Ерота Афродіта змусила дівчину пройти складні випробування. У процесі їх подолання дівчина вразила богів Олімпу своєю наполегливістю, тому останні звернулись до Зевса з проханням

допомогти. Верховний бог дав згоду, і Психея була переведена у ранг богині, що дозволило їй укласти у шлюб із Еротом. Психея, набувши безсмертя, стала символом душі.

Будь-які дослідження, що здійснюються психологією, базуються на таких керівних положеннях - принципах:

а) *принцип детермінізму* - психіка визначається способом життя і змінюється зі зміною зовнішніх умов;

б) *принцип єдності свідомості й діяльності* - свідомість і діяльність перебувають у нерозривній єдності; свідомість утворює внутрішній план діяльності людини;

в) *принцип розвитку* - психіку можна правильно зрозуміти, якщо розглядати її у безперервному розвитку, як процес і результат діяльності.

Значення психології:

- дає можливість розбиратись у психічному житті людей;
- допомагає розбиратись у своєму психічному житті, розуміти свої сильні і слабкі сторони, правильно організувати свою розумову працю і т.д.

Завдання сучасної психології:

- розвивати теоретичні дослідження;
- адекватно вирішувати практичні проблеми.

2. Наукові та життєві психологічні знання

Ще задовго до становлення психології як науки люди накопичували життєві психологічні знання один про одного. Ці знання закріплювались, передавались від покоління до покоління у мові, пам'ятках народної творчості. Психологічні знання вбирали казки, притчі, прислів'я, приказки. Наприклад, прислів'я «Краще один раз побачити, ніж десять разів почути» свідчить про переваги зорового сприймання і запам'ятовування перед слуховим; а прислів'я «Звичка - друга натура» говорить про роль закріплених звичок.

Життєві психологічні знання можуть бути досить обширними, вони до певної міри допомагають людині, інколи у певних межах є правильними і

відповідають дійсності. Так, кожен із нас із дитинства вміє «читати» за зовнішніми проявами - мімікою, жестами, інтонацією, особливостями поведінки - емоційний стан іншої людини. Тобто кожен - по-своєму психолог, оскільки в суспільстві неможливо жити без певних уявлень про психіку людей.

Однак в цілому ці знання позбавлені систематичності, глибини, доказовості.

Основні відмінності життєвих психологічних знань від наукових полягають у наступному:

- життєві знання конкретні, прив'язані до конкретних ситуацій, людей, задач; наукова психологія прагне до узагальнення, тому використовуються відповідні поняття;
- життєві психологічні знання мають ситуативний характер, це зумовлено способом їх отримання - випадковим досвідом і його суб'єктивним аналізом на несвідомому рівні; наукове знання базується на висуненні гіпотез і перевірці висновків, отримані знання раціональні та усвідомлені;
- життєві психологічні знання передаються з великою складністю, а часто їх передача неможлива (Ю. Гіппенрейтер: «Вічна проблема «батьків і дітей» полягає якраз у тому, що діти не можуть і навіть не хочуть переймати досвід батьків»); у науці знання акумулюються і передаються легше;
- методи отримання знань: у життєвій психології - обмірковування і спостереження, у науковій - основний метод - експеримент;
- наукова психологія володіє різноманітним, широким фактичним матеріалом, недоступним у всьому обсязі жодному носію життєвої психології.

Таким чином, прагнення людини до пізнання невідомого та необхідність прогнозувати поведінку інших у тих чи інших обставинах потребували наукових, тобто об'єктивних та достовірних знань про психіку людини.

3. Предмет психології як науки

Психологія має тривалу історію свого розвитку - з часів античності (розвивалась у межах філософії) і до наших днів. При чому становлення психології як самостійної науки пов'язують з кінцем XIX століття, коли активно розвивалась природнича наука. Офіційним роком заснування психології як самостійної науки вважають 1879, коли в Німеччині у місті Лейпциг Вільгельм Вундт відкрив першу психологічну лабораторію. У ній вивчались відчуття, сприймання, час реакцій людей на різні подразники. Відразу зазначимо, що предмет вивчення психології протягом історії її розвитку змінювався.

За зміною предмету вивчення психології у її розвитку виокремлюють такі періоди:

а) з античних часів до середини XVII століття - предмет вивчення - душа: у працях відомих філософів (Геракліт, Демокрит, Аристотель, Платон, Анаксагор та ін.) ідеться про співвідношення душі й тіла, про складові душі, про її властивості, рівні розвитку тощо;

б) із середини XVII століття до кінця XIX століття - предмет вивчення - свідомість: визначення свідомості як предмету психології бере свій початок з ідей Рене Декарта про те, що найсуттєвішим є те, що думає людина, переживає у кожен конкретний момент часу, а отже, досліджувати треба свідомість. Як метод дослідження запропонував інтроспекцію - самоспостереження. Вважав, що тільки сама людина може пізнавати себе;

в) початок XX століття - предмет вивчення - поведінка: поведінка як предмет психології постала у зв'язку з дослідженнями американських учених Едварда Лі Торндайка, Джона Брадауса Уотсона та ін. Вони звернули увагу на те, що вивчення свідомості з допомогою інтроспекції не дає достовірних результатів та ставить під сумнів їх об'єктивність. Тому вивчати потрібно те, що можна досліджувати з допомогою об'єктивних методів, наприклад, спостереження, а саме - поведінку;

г) XX століття і до наших днів - предмет вивчення - **психіка, психічні явища.**

Нині предметом вивчення психології є психіка та психічні явища як окремої людини, так і таких, що спостерігаються у групах.

Психіка - це властивість високоорганізованої живої матерії, яка полягає в активному відображенні суб'єктом об'єктивного світу, у побудові суб'єктом картини цього світу і регуляції на цьому підґрунті поведінки та діяльності.

Психічні явища на рівні окремої людини поділяються на такі види:

1) психічні процеси (первинні регулятори поведінки людини, мають динамічні характеристики: тривалість, стійкість, на їх підґрунті формуються певні стани, знання, уміння і навички людини):

- пізнавальні - процеси, пов'язані зі сприйманням і переробкою інформації: відчуття, сприймання, пам'ять, уява, мислення, мовлення, увага;

- емоційні: емоції, почуття;

- вольові: воля (найбільш яскраво проявляється у ситуаціях, пов'язаних із прийняттям рішень, подоланням труднощів, управлінням своєю поведінкою);

2) психічні властивості (це найбільш істотні особливості особистості, що забезпечують певний кількісний і якісний рівень діяльності й поведінки людини): спрямованість, темперамент, здібності, характер;

3) психічні стани (характеризують стан психіки в цілому; мають свою динаміку: тривалість, стійкість, інтенсивність; впливають на хід, результат психічних процесів і можуть сприяти чи гальмувати діяльність): піднесення, пригнічення, страх, бадьорість, сум, стрес, релаксація та ін. Яскрава особливість психічних станів - динамічність (виняток становлять психічні стани, зумовлені патохарактерологічними особливостями або домінуючими характеристиками особистості).

Рівень розвитку психічних властивостей, особливостей розвитку психічних процесів, психічні стани, що переважають у людини, складають індивідуальність людини (її неповторність).

Психічні явища на рівні групи поділяються на такі види:

- 1) **психічні процеси**: спілкування, міжособистісне сприймання, міжособистісні стосунки та ін.;
- 2) **психічні властивості**: організованість, стиль керівництва, ефективність діяльності та ін.;
- 3) **психічні стани**: конфлікт, згуртованість, психологічний клімат, відкритість чи закритість групи, паніка та ін.

4. Цілісний підхід до вивчення людини у психології

У психології людину позначають такими поняттями:

1) **індивід** - людина як одинична природна істота, представник виду *Homo Sapiens*. Властивості індивіда - первинні (властиві усім людям: наприклад, вікові особливості, статевий диморфізм, індивідуально-типологічні характеристики, у тому числі конституційні особливості, нейродинамічні властивості мозку, особливості функціональної асиметрії великих півкуль головного мозку), вторинні (динаміка психофізіологічних функцій і структура органічних потреб);

2) **особистість** - індивід як суб'єкт соціальних стосунків та свідомої діяльності; усі тлумачення особистості сходяться в одному: «особистість» характеризує людину як соціальну істоту;

3) **суб'єкт діяльності** - це поняття займає проміжне становище між поняттями «індивід» та «особистість», поєднує в єдине ціле біологічне начало та соціальну сутність людини, якби людина не володіла здатністю виступати суб'єктом діяльності, то навряд чи вона могла б розглядатись як соціальна істота, оскільки її еволюція і соціальний розвиток неможливі без діяльності. Суб'єкт - це індивід як носій свідомості, який володіє здатністю до діяльності.

4) **індивідуальність** - це сукупність психічних, фізіологічних і соціальних особливостей конкретної людини з точки зору її унікальності, своєрідності й неповторності. Передумовою формування індивідуальності служать анатомо-фізіологічні задатки, які перетворюються у процесі виховання, що має суспільно зумовлений характер. Різноманіття вроджених характеристик і умов виховання породжує широку варіативність проявів індивідуальності.

5. Зв'язок психології з іншими науками

Психологія пов'язана з такими науками:

1) **філософією** - питання психології тривалий час вивчались у межах філософії; сьогодні є наукові проблеми, які розглядаються як з позиції психології, так і філософії (поняття особистісного сенсу, мети життя, світогляд, моральні цінності та ін.);

2) **соціологією** - спостерігається взаємна підтримка на рівні методології. Так, соціологія запозичує із соціальної психології методи вивчення особистості й людських стосунків. Психологія використовує у своїх експериментальних дослідженнях прийоми збору наукової інформації, що є традиційно соціологічними (опитування, анкетування); відбувається взаємопроникнення теорій: так, розроблена переважно соціологами концепція соціального навчіння є загальноприйнятою у соціальній та віковій психології; теорії особистості та малої групи, розроблені психологами, використовуються у соціології; спільно вирішуються проблеми (наприклад, взаємини між людьми, національна психологія, психологія економіки й політики держави, проблеми соціалізації й соціальних установок);

3) **педагогікою** - виховання й навчання дітей не може не враховувати психологічних особливостей особистості (однак, на відміну від психології, яка розвивалась у межах філософії, педагогіка формувалась із самого початку як самостійна наука; і нині між психологами й педагогами немає чіткого взаєморозуміння). На початку ХХ століття існувала й розвивалась комплексна наука про дітей, їх навчання і виховання - педологія, у ній співпрацювали педагоги, психологи, медики, фізіологи; існували наукові центри, де готували педологів, наукові лабораторії, у яких спеціалістами різних напрямів розроблялись проблеми дитинства;

4) **історією** - є приклади глибокого синтезу історії й психології у створенні загальної наукової теорії - теорія культурно-історичного розвитку вищих психічних функцій людини, розроблена Левом Семеновичем Виготським: у ній доведено, що головні історичні досягнення людства (мова, засоби праці) стали

факторами, що спричинили прогрес у філогенетичному та онтогенетичному розвитку людей; у психології використовується історичний метод - для розуміння природи будь-якого психічного явища потрібно простежувати його розвиток (як на рівні людини, так і на рівні людства);

5) **технічними науками** - людина є безпосереднім учасником усіх технологічних і виробничих процесів, без її участі неможливо організувати виробничий процес; завдяки діяльності психологів створюються зразки техніки, які враховують психічні і фізіологічні можливості людини (інакше могли б бути створені технічні зразки, які ніколи б не змогла експлуатувати людина);

б) з **медичними та біологічними науками** - більшість психічних явищ (насамперед, психічних процесів) мають фізіологічну зумовленість, тому знання, отримані фізіологами й біологами, використовуються у психології, для кращого розуміння тих чи інших психічних явищ; сьогодні добре відомі факти психосоматичного й соматопсихічного взаємовпливу, психічний стан індивіда відображається на його фізіологічному стані, а в певних ситуаціях психічні особливості можуть сприяти розвитку того чи іншого захворювання, і навпаки, хронічне захворювання позначається на психічному стані хворого; враховуючи тісний зв'язок психічного й соматичного, у сучасній медицині активного розвитку набули методи психотерапевтичного впливу, які використовують «лікувальні властивості» слова.

Таким чином, психологія тісно пов'язана з різними сферами науки й практики. Всюди, де задіяна людина, є місце психології. Тому з кожним роком психологія набуває все більшої популярності, поширення, а це призводить до виникнення різноманітних галузей психології.

6. Основні галузі психології

Галузі психології - сфери науково-психологічних досліджень та практичного застосування психологічних знань, що відносно самостійно розвиваються.

Кожні 4-5 років з'являються нові галузі психології. Їх виникнення зумовлене впровадженням психології у всі сфери наукової і практичної діяльності, появою нових психологічних знань.

Усі галузі психології можна розділити на дві групи: фундаментальні та прикладні. Фундаментальні (загальні) - базові, мають загальне значення для розуміння і пояснення різних психічних явищ, в тому числі поведінки людей, незалежно від того, якою діяльністю вони займаються. Це база, яка об'єднує усі галузі психологічної науки і є основою для їх розвитку. Тому їх об'єднують терміном «загальна психологія».

Прикладні (спеціальні) - галузі науки, досягнення яких використовуються на практиці. Вирішують конкретні завдання у межах свого напрямку. У деяких випадках досягнення прикладних галузей може мати фундаментальний характер, це робить необхідним використання отриманого знання у всіх галузях і напрямках. Прикладні галузі психології:

- педагогічна психологія - галузь психологічної науки, що вивчає психологічні проблеми навчання і виховання, досліджує питання цілеспрямованого формування пізнавальної діяльності й суспільно значущих якостей особистості, вивчає умови, які забезпечують оптимальний ефект навчання, питання врахування індивідуальних особливостей учня при побудові навчального процесу і взаємин вчителя та учня, а також взаємин всередині навчального колективу;
- вікова психологія - вивчає закономірності етапів психічного розвитку й формування особистості від народження до старості; розділи вікової психології: психологія дитинства, психологія юності, психологія зрілого віку, геронтопсихологія; вивчає вікову динаміку психічних процесів;
- диференціальна психологія - галузь психології, яка вивчає відмінності як між індивідами, так і між групами, а також причини й наслідки цих відмінностей;
- соціальна психологія - вивчає закономірності поведінки і діяльності людей, зумовлені фактом їх включеності у групи, а також психологічні характеристики самих груп;

- політична психологія - вивчає психологічні компоненти політичного життя і діяльності людей, їх настрої, думки, почуття, ціннісні орієнтації;
- психологія мистецтва - галузь психологічної науки, предметом якої є властивості й стани особистості чи групи осіб, що зумовлюють усвідомлення й сприймання художніх цінностей, вплив цих цінностей на життєдіяльність окремої особистості в цілому;
- медична психологія - вивчає психологічні аспекти гігієни, профілактики, діагностики, лікування, експертизи й реабілітації хворих; у її сферу входять питання, пов'язані з виникненням, розвитком і перебігом хвороби, впливом тих чи інших хворіб на психіку людини і, навпаки, впливом психіки на хворобу;
- інженерна психологія - галузь психології, яка досліджує процеси і засоби взаємодії між людиною і машиною.

Інші галузі психології: спортивна психологія, юридична психологія, авіаційна й космічна психологія, військова психологія, експериментальна психологія тощо