

ЛЬВІВСЬКИЙ ДЕРЖАВНИЙ УНІВЕРСИТЕТ ФІЗИЧНОЇ КУЛЬТУРИ
імені Івана Боберського

Кафедра педагогіки та психології

Криштанович С. В.

Лекція 1

**ВСТУП, ПРЕДМЕТ, ОБ'ЄКТ, ЗАВДАННЯ ТА МЕТОДИ
ПСИХОЛОГІЇ**

з навчальної дисципліни

ПЕДАГОГІКА ТА ПСИХОЛОГІЯ

Для студентів спеціальностей 227 «Фізична терапія, ерготерапія»

Рівня освіти: бакалавр

“ЗАТВЕРДЖЕНО”

на засіданні кафедри педагогіки та психології

“31” серпня 2022 року № 1

Зав.каф _____ В. Ф. Соловійов

© Криштанович С. В.

Тема 1. Вступ, предмет, об'єкт, завдання та методи психології

1. Місце психології в системі сучасних наук.
2. Об'єкт та предмет психології.
3. Галузі психології.
4. Практичне значення психології
5. Методи психології

1. Місце психології в системі сучасних наук

Психологія – одна з наук про людину, людські спільноти, їхнє життя й діяльність. Вона вивчає закономірності, механізми, умови, чинники та особливості розвитку й функціонування психіки, її взаємодію з внутрішнім і зовнішнім психічним, а також сутність і зміст останніх.

У наш час психологія одержала змогу для подальшого наукового продуктивного розвитку в різних напрямках. Які особливості психології як науки?

По-перше, психологія – наука про найскладніше явище – психіку, яке людство ще до кінця не вивчило й не усвідомило, про внутрішнє і зовнішнє психічне та їхню взаємодію.

По-друге, психологія є однією з наймолодших наук. Умовно її наукове становлення пов'язують з 1879 роком, коли німецький психолог В. Вундт у Лейпцизі створив першу у світі Лабораторію експериментальної психології. Однак у практичній площині психологія є однією із найдавніших, оскільки її застосовували ще в сиву давнину, коли наші предки готувалися до полювання, війн тощо. У кожному племені, фактично, були свої практичні психологи — це заклинателі, шамани, пророки, чаклуни, ясновидці та ін.

По-третє, наукова психологія відрізняється від побутової, народної і релігійної, тому що використовує більш фундаментальний і різноманітний інструментарій для здобування знання, прагне до узагальнень, дає змогу побачити загальні закономірності розвитку особистості й групи. Наукові знання не мають інтуїтивного характеру, а є більш раціональними й усвідомленими. Отже, наукова психологія володіє унікальним фактичним матеріалом, недоступним жодному іншому носію.

По-четверте, психологія є наукою розгалуженою, оскільки має десятки галузей.

По-п'яте, психологія має унікальне практичне значення для будь-якої людини та діяльності, у тому числі й психолога-практика.

Сучасна психологія не лише посідає проміжне становище між різними науками, а часто з ними безпосередньо пов'язана, є для них засобом поєднання із життєдіяльністю людини. В центрі її уваги завжди залишається **людина** — головна дійова особа суспільного і світового прогресу. Тому психологія розвивається як людська теорія і практика.

Близькість психології до суспільних, природничих і технічних наук, навіть наявність галузей, що їх вона спільно з деякими з них вивчає, жодною мірою не позбавляє її самостійності. У всіх галузях психологія зберігає свій предмет дослідження, теоретичні принципи, шляхи вивчення предмета.

Психологія і природознавство. Становленню психології як самостійної науки сприяв її міцний союз з природознавством, початок якому було покладено в другій половині XIX ст. Саме в цей час впроваджували в психологію експериментальний метод (Р. Фехнер), особливо після виходу книги І.М. Сеченова «Рефлекси головного мозку», у якій було доведено, що **психічні явища** такі самі природні, як усі інші функції людського організму, що вони не можуть бути безпричинними, а є результатом рефлекторної діяльності нервової системи. Рефлекторна теорія І.М. Сеченова, яка набула подальшого розвитку у вченні І.П. Павлова про умовні рефлекси, а також у працях А.А. Ухтомського, НЛ. Бернштейна, І.С. Бериташвілі та ін., стала природничо-науковою основою психологічних знань. Нині це природничо-наукове обґрунтування науки посилюється завдяки поглибленому вивченню нейрофізіологічних механізмів мозкової діяльності.

Величезний вплив на розроблення основних проблем сучасної психології зробили еволюційні ідеї знаменитого природодослідника Ч.Дарвіна, висловлені в книзі «Походження видів шляхом природного відбору, або Збереження сприятливих порід у боротьбі за життя» (1859). Вони дали змогу з'ясувати роль психіки в процесі пристосування живих істот до умов середовища, яке

змінюється, зрозуміти походження вищих форм психічної діяльності з нижчих, примітивніших. Дарвін хотів пристосувати ідею еволюції всього живого до пояснення походження інстинктів тварин, показавши, що ті самі основні чинники, від яких залежить у процесі біологічного розвитку зміна будови тіла та окремих його органів (а саме – дія природного відбору), є рушійними силами психічного розвитку у філогенезі.

У з'ясуванні ролі психіки в поведінці людини чималу роль відіграли дослідження психологів-клініцистів (І.М. Бехтерев, С.С.Корсаков, А.Р.Лурія та ін.), які розробили **основи медичної психології**. Виникнувши на стику психології і медицини, медична психологія використовує досягнення психологічної науки в діагностиці й лікуванні хвороб, у розв'язанні питань, пов'язаних з відновленням здоров'я і профілактикою захворювань. Та обставина, що розвиток хвороби, з одного боку, залежить від психічних чинників (апатія, тривожність, недовіра тощо), а з іншого – саме захворювання веде до виникнення особливих психічних станів, які можуть, наприклад, знижувати ефективність терапевтичного впливу, робить необхідним об'єднати зусилля лікаря і психолога.

Грунтовне вивчення психології передбачає пізнання законів природознавства (загальної біології, фізіології, неврології, еволюційного вчення тощо). Низка галузей психології, і насамперед порівняльна психологія, зоопсихологія, етологія, медична психологія, патопсихологія і деякі інші, є водночас розділами природознавства і медицини. *Але пояснити функціонування психіки з позицій природознавства не можна.*

Психологія і науково-технічний прогрес. Для ХХ століття характерний винятковий за своїм масштабом розвиток виробництва, нових видів техніки, засобів зв'язку, широке використання електроніки, автоматики, освоєння нових видів транспорту, які працюють на надзвукових швидкостях, тощо. Усе це ставить величезні вимоги до психіки людини, яка стикається зі сучасною технікою.

У сучасній промисловості, на транспорті, у військовій справі дедалі більшого значення набуває врахування так званого психологічного чинника, тобто можливостей, закладених у психічних пізнавальних процесах, –

сприйманні, пам'яті, мисленні, у властивостях особистості – особливостях характеру, темпераменту, швидкості реакції тощо. Зокрема, в умовах нервово-психічного напруження, зумовленого необхідністю ухвалювати відповідальні рішення в мінімально короткі терміни (ситуації, багато в чому типові для сучасної надзвукової авіації, для роботи диспетчерів-операторів великих енергосистем тощо), надзвичайно істотною є наявність певних властивостей особистості, які дають змогу виконувати дії без особливих помилок і зривів. Відсутність цих якостей призводить до аварій.

Інженерна психологія, яка розв'язує проблему «людина-машина» (питання взаємодії людини і техніки), як і психологія праці загалом, якнайтісніше стикається з багатьма розділами.

На подальший розвиток психології значний вплив має комп'ютерна революція. Низку функцій, які вважали унікальним надбанням людської свідомості, – функції накопичення й переробки інформації, управління і контролю – стали виконувати електронні пристрої. Використання теоретико-інформаційних понять і моделей сприяло впровадженню в психологію нових логіко-математичних методів. Водночас окремі дослідники, захоплені успіхами кібернетики, стали трактувати людину як автомат з програмним управлінням. З іншого боку, автоматизація й кібернетизація різко підвищили зацікавленість у вивченні й ефективному використанні функцій, які не можна передати електронним пристроєм, насамперед – творчих здібностей. Для майбутнього людства, для особистості та її психічного устрою значення комп'ютерної революції величезне. Але хай би як змінювалася особистість людини, які б дива не створила електронно-інформаційна технологія, їй, як і раніше, будуть притаманні психічні властивості зі всіма ознаками, властивими предмету психології.

Психологія і педагогіка. Науково-технічний прогрес, як чинник розвитку психологічної науки і як такий, що сприяє звільненню її від умоглядних уявлень, нині цілком переконливо виявив якнайтісніші взаємозв'язки психології з педагогікою. Цей зв'язок, зрозуміло, існував завжди, що й усвідомлювали передові психологи і педагоги. Видатний педагог К.Д. Ушинський (1824-1870)

підкреслював, що за своїм значенням для педагогіки психологія посідає перше місце серед усіх наук. Щоб усебічно виховати людину, зазначав К.Д. Ушинський, її треба всебічно вивчити.

Поява **педології** – течії в психології і педагогіці, яка виникла на межі ХІХ – ХХ ст., була зумовлена поширенням еволюційних ідей і розвитком *прикладних галузей психології та експериментальної педагогіки*. Засновники педології – Гренвілл Стенлі Холл, Джеймс Марк Болдуін, Ерік Киркпатрік, Ернст Фрідріх Вільгельм Мейманн, В. Преєр та ін. Зміст педології становила сукупність психологічних, біологічних і соціологічних підходів до розвитку дитини. До кінця 20-х рр. у педологічних установах працював значний корпус психологів, фізіологів, дефектологів (П.П. Блонський, Л.С. Виготський та ін.). Предмет педології, попри численні дискусії й теоретичні розробки її представників, визначено не було. Результатом розгрому педології стало гальмування розвитку педагогічної і вікової психології, відставання в галузі психодіагностики, послаблення уваги до особистості дитини в процесах навчання і виховання (так звана «бездітність» педагогіки).

Нині завдання розвитку особистості в умовах значного пришвидшення науково-технічного прогресу і вже досягнуті успіхи в розвитку конкретних психологічних досліджень дають змогу по-новому зрозуміти можливості психології та її участь у процесі навчання і виховання школярів. Психологи формулюють завдання, які є перед психологічною наукою і від розв'язання яких залежить успішність здійснення найважливіших педагогічних проблем.

Здійснюючи зазначені загальні та пов'язані з ними часткові завдання, сучасна психологія працює в тісному контакті з педагогікою. Низка галузей психології, що розв'язують ці завдання (педагогічна психологія і вікова психологія насамперед), взаємодіють з розділами педагогіки, теорією і методикою виховання, дидактикою, приватними методиками викладання окремих навчальних предметів (математики, історії, географії тощо).

2. Об'єкт та предмет психології

Будь-яка конкретна наука відрізняється від інших наук особливостями свого предмета. А предметом кожної науки має бути якась сутність її об'єкта.

Об'єктом сучасної психології є психічні явища – це факти суб'єктивного досвіду людини. Вони можуть набувати форму психічних процесів та станів і описуватися за допомогою психічних властивостей та особливостей.

Психічні процеси – це різні форми (пізнавальні, емоційні та вольові) єдиного, цілісного відображення індивідом об'єктивної дійсності та свого внутрішнього світу. Прикладом пізнавальних психічних процесів є сприймання, пам'ять, мислення; емоційних психічних процесів – емоції, почуття; вольових психічних процеси – прагнення, самогальмування.

Психічний стан – це психологічна характеристика, що відображує тривалі душевні переживання людини. Наприклад, уважність, сумніви, настрій, пристрасть, рішучість, наполегливість тощо.

Психічні процеси та стани формуються залежно від психічних властивостей та особливостей індивіда. **Психічна властивість** – це стала психічна якість, що формується під впливом біосоціальних чинників. Наприклад, властивостями сприймання є цілісність, константність, осмисленість; уваги – стійкість, розподіл, переключення. **Психічна особливість** – це специфічний, неповторний прояв психічного явища. Наприклад, особливостями особистості людини є темперамент, характер і здібності; мовлення – його зрозумілість, виразність, дієвість

Предмет психології трактують по-різному, залежно від того, науковці сприймають досліджувану реальність. Упродовж розвитку психології її предмет певною мірою було трансформовано, переформульовано, у зв'язку з новими поглядами на психічні явища й психіку. Тому пошуки предмета психології – це нормальні процеси життя науки.

Щоб окреслити предмет загальної психології, необхідно використати системні знання. До таких знань належать традиційні *уявлення про предмет психології*, яким вважали зокрема душу, явище, свідомість, поведінку, несвідоме, процеси переробки і результати цих процесів та особистий досвід людини.

Усі ці предметні особливості відобразилися в досягненнях традиційних і нових шкіл, наукових напрямів, теорій і концепцій.

У біхевіоризмі вивчення предмета полягає насамперед в аналізі поведінки. При цьому з предмета дослідження часом мимоволі вилучають саму психіку. Основне положення біхевіоризму: психологія має вивчати поведінку, а не свідомість, психіку, які неможливо спостерігати безпосередньо. А саму поведінку ортодоксальні біхевіористи розуміли як сукупність відносин «стимул – реакція» (S-P). На думку біхевіористів, знаючи силу наявних подразників і з огляду на попередній досвід людини, можна досліджувати процеси навчання, утворення нових форм поведінки. При цьому свідомість не відіграє жодної ролі в навчанні, а нові форми поведінки варто розглядати як умовні рефлекси.

Необіхевіоризм певною мірою відмовився від класичної формули біхевіоризму (S-P), а спробував урахувати також явище свідомості як реальної детермінанти поведінки людини. При цьому стає очевидним, що в проміжку між дією стимулу і поведінкових реакцій відбувається активний процес переробки інформації, яка надходить і без урахування якої не вдається пояснити реакцію людини на наявні стимули. Так виникає одне з найважливіших понять необіхевіоризму – «привхідні, чи проміжні перемінні».

Психоаналіз, або фройдизм з'являється як загальне позначення різних шкіл, що виникли на базі психологічного вчення З. Фрейда, яке є ключовою ланкою єдиної психотерапевтичної концепції. Психоаналіз – учення, яке досліджує безсвідоме в його взаємозв'язку зі свідомим у психіці людини. Для фройдизму характерне пояснення психічних явищ через несвідоме, ядром якого є уявлення про споконвічний конфлікт між свідомим і несвідомим у психіці людини.

На думку З. Фрейда, дії людини керуються глибинними спонуканнями, що вислизають від ясної свідомості. Він створив метод психоаналізу, за допомогою якого можна досліджувати глибинні спонукання людини і керувати ними. Основою психоаналітичного методу є аналіз вільних асоціацій, сновидінь, описок, застережень тощо. З погляду психоаналізу корені поведінки людини – у її дитинстві. *Основна роль у процесі формування, розвитку людини належить сексуальним інстинктам і потягам.*

У межах психоаналітичного напрямку існують також інші погляди. А. Адлер, учень З. Фрейда, вважав, що в основі поведінки кожної особистості є не сексуальні потяги, а сильне почуття неповноцінності, що виникає в дитинстві, коли дитина дуже залежить від батьків, від оточення.

На думку К.Г. Юнга, особистість формується не тільки під впливом конфліктів раннього дитинства, а й успадковує образи предків, які прийшли з глибин століть. Тому досліджуючи людину, необхідно враховувати також поняття «колективного несвідомого». Учений запропонував концепцію аналітичної психології, у якій визнано не тільки роль несвідомого у вигляді архетипів, а й групове несвідоме як автономне психічне явище.

У неофрейдистській концепції К. Хорні поведінку визначає внутрішньо властиве кожній людині «основне занепокоєння» (чи «базальна тривога»), яка є в основі внутрішньо особистісних конфліктів.

Гештальтпсихологія висунула як центральну тезу необхідність цілісного підходу до аналізу складних психічних явищ. Помітне місце в межах гештальтпсихології посідає асоціанізм – учення, яке розглядає психічне життя людини як поєднання окремих (дискретних) явищ психіки та надає особливого значення принципу асоціації, пояснюючи психічні явища. Основну увагу приділено дослідженню вищих психічних функцій людини (сприйняття, мислення, поведінка тощо) як цілісних структур, первинних стосовно своїх компонентів.

Гуманістична психологія – напрям у закордонній психології, який визнає своїм головним предметом особистість як унікальну цілісну систему, яка є не чимось заздалегідь заданим, а «відкритою можливістю» самоактуалізації, властивій тільки людині. У межах гуманістичної психології вагоме місце належить теорії особистості, яку розробив американський психолог А. Маслоу. Відповідно до цієї теорії, фундаментальними потребами людини є: фізіологічні (їжа, вода, сон тощо); потреба в безпеці, стабільності, порядку; потреба в любові, почутті належності до якоїсь спільності людей (родина, друзі тощо); потреба в повазі (самоствердженні, визнанні); потреба в самоактуалізації.

Суть психологічної концепції генетичної психології тому, що розвиток інтелекту відбувається в процесі переходу від егоцентризму (центрація) через децентрацію до об'єктивної позиції шляхом екстеріо- та інтеріоризації.

Індивідуальна психологія – один з напрямів глибинної психології, яку розробив А. Адлер і в основі якої – концепція наявності в індивіда комплексу неповноцінності й прагнення його подолати як головного джерела мотивації поведінки особистості.

Концепція трансактного аналізу – сукупність наукових поглядів американського психолога Е. Берна і його послідовників про те, що долю людини істотно визначають особливості її несвідомого, котре ніби тягне її до визначених подій – успіху, неуспіху, трагедії тощо. Відповідно до поглядів Е. Берна, у несвідомому особи начебто сидить якась маленька людина і смикає за ниточки, керуючи життям великої людини за сценарієм, зафіксованим у несвідомому за допомогою життєвих ситуацій, які відбувалися в процесі активного формування несвідомого (дитячі, юнацькі роки).

Диференційна психологія – галузь психології, яка вивчає психічні відмінності і між індивідами, і між групами людей, а також причини й наслідки цих відмінностей.

Парапсихологія (від грецьк. «пара» – біля, відхилення) – сукупність гіпотез, уявлень, які фіксують і намагаються пояснити: 1) форми чутливості, що забезпечують прийом інформації способами, котрі не пояснюються діяльністю відомих органів чуттів; 2) форми впливу живої істоти на фізичні явища, які відбуваються без посередництва м'язових зусиль. Нерідко в межах парапсихології досліджують гіпноз, передчуття, ясновидіння, спиритизм, телекінез, телепатію, психокінез та інші реальні й уявні явища.

Феноменалістична психологія – напрям закордонної, головним чином американської, психології (Р. Берні, К. Роджерс, А. Комбас), яка оголосила себе «третьою силою» і, на противагу біхевіоризму та фрейдизму, спрямувала головну увагу на цілісне людське «Я», його особистісне самовизначення, емоції, взаємини, цінності, переконання. Феноменалістична психологія розглядає поведінку особистості як результат сприйняття нею ситуації.

Акмеологія – наука, що виникла на стику природничих, суспільних і гуманітарних дисциплін. Вона вивчає феноменологію, закономірності та механізми розвитку людини на стадії її зрілості та особливо в разі досягнення нею найвищого рівня розвитку – акте. Такий підхід дає змогу вивчати феноменологію індивідуальних і групових соціальних суб'єктів, закономірності, механізми, умови та чинники їхнього продуктивного розвитку і реалізації в життєдіяльності.

Сьогодні наявне прагнення спиратися на конструктивні досягнення не тільки різних напрямів, шкіл і течій психології, а й багатьох інших досягнень наукознавства.

Отже, предмет сучасної психології залежить від її орієнтації на об'єктивну чи суб'єктивну психологію. *Сучасна об'єктивна психологія* своїм предметом вважає пояснення фактів, закономірностей і механізмів виникнення, вияву та розвитку психіки людини. *Суб'єктивна психологія* своїм предметом вважає розуміння неповторної людської індивідуальності.

3. Галузі психології

Сучасна наукова психологія є досить розмаїтою системою дисциплін і галузей. Просте перелічення вже не задовольняє потреби дослідників. Тому їх доречно класифікувати за певними ознаками. Ю.Л. Трофімов за спрямованістю діяльності психологів на пізнання, дослідження або перетворення психіки доцільно виокремлює три великі групи галузей – теоретичну, науково-прикладну та практичну психологію.

1. До теоретичної психології належать: загальна психологія, історія психології, експериментальна, генетична, соціальна, порівняльна, диференціальна психологія, психофізіологія, психологія особистості, моделювання психіки.

- *Загальна психологія* систематизує експериментальні дані, здобуті в різних галузях психологічної науки, розробляє фундаментальні теоретичні проблеми психології, формулює основні принципи, категорії, поняття, закономірності, становить фундамент розвитку всіх галузей та розділів психологічної науки.

- *Історія психології* розглядає формування психологічних категорій і понять упродовж усього часу існування наукової психології, історію психологічних досліджень у різні часи в різних школах та перспективи розвитку психології як науки.

- *Експериментальна психологія* розробляє нові методи психологічного дослідження для ґрунтовнішого вивчення психічної реальності.

- *Генетична психологія* вивчає закономірності розвитку психіки тварин і людини у філогенезі (упродовж біологічної еволюції усього живого та історичного розвитку психіки) і в онтогенезі (упродовж життя окремої особи).

- *Соціальна психологія* досліджує психічні явища у процесі взаємодії людей у великих та малих суспільних групах, а саме: вплив засобів масової комунікації на різні верстви населення, особливості формування та поширення чуток, смаків, суспільних настроїв, моди, питання психологічної сумісності, міжособистісних взаємин, групової атмосфери, роль лідера в групі, сприйняття людини людиною, становище особистості у групі, стосунки між членами сім'ї тощо.

- *Порівняльна психологія* – галузь психології, що досліджує філогенетичні форми психічного життя. У галузі порівняльної психології зіставляють психіку тварин і людини, встановлюють специфіку і причини подібності та відмінностей у їхній поведінці. Розділом порівняльної психології є зоопсихологія, яка вивчає психіку тварин, що належать до різних систематичних груп (видів, порід, сімейств), найважливіші форми і механізми поведінки. До класичних об'єктів порівняльної психології (пауки, мурашки, бджоли, птахи, собаки, коні, мавпи) сьогодні приєднано китоподібних (дельфінів). Вроджені механізми поведінки тварин є об'єктом спеціального вивчення в порівняно новій галузі біології та психології – етології.

- *Диференціальна психологія* досліджує індивідуально-психологічні особливості психіки з урахуванням вікового рівня розвитку та механізмів функціонування психіки, ролі задатків і здібностей індивіда тощо.

- *Психофізіологія* вивчає фізіологічні механізми діяльності мозку, вищої нервової системи, які пов'язані з функціонуванням психіки.

- *Психологія особистості* вивчає психічні властивості людини як цілісного утворення, як певної системи психічних властивостей, що має відповідну структуру, внутрішні взаємозв'язки, якій притаманна індивідуальність і яка взаємопов'язана з навколишнім природним і соціальним середовищем.

Моделювання психіки як розділ теоретичної психології використовує наукові відомості про психіку для формування математичних і кібернетичних моделей психічних функцій (сприйняття, мислення, пам'яті, розпізнавання, спілкування тощо) та всієї психіки загалом з метою розроблення і вдосконалення технічних систем, перевірки наявних психологічних теорій за допомогою комп'ютерного моделювання (комп'ютерного експерименту).

2. До **науково-прикладної психології** потрібно зарахувати низку галузей, для яких характерні дослідження і практичне використання знань з метою оптимізації поведінки та діяльності людей. Напрями науково-прикладної психології доцільно розрізняти за певними ознаками:

а) *за видом діяльності та поведінки людини:*

- *психологія праці* досліджує психологічні закономірності трудової діяльності людини, психологічні основи наукової організації праці (НОП), особливості формування загальнотрудових умінь і навичок, вплив чинників виробничого середовища і технічних засобів праці на робітника з метою підвищити ефективність трудової діяльності людини;

- *інженерна психологія* вивчає особливості діяльності оператора автоматизованих систем управління, розподілу та узгодження функцій між людиною і машиною, використовуючи здобуті знання в інженерно-психологічному проектуванні, експлуатації й оптимізації функціонування систем управління складними технічними комплексами та технологічними процесами. Інженерна психологія є важливою складовою ергономіки — науки про закони взаємодії оператора, машини і середовища та закономірності функціонування систем «людина — машина»;

- *психологія творчості* досліджує закономірності творчої (евристичної) діяльності, чинники стимуляції творчого пошуку винахідників, раціоналізаторів,

умови розвитку творчої особистості та розробляє методи активізації творчості працівників науки, техніки, мистецтва, культури;

- *психологія «штучного інтелекту»* зосереджує увагу на розробленні й використанні формальних моделей психіки у створенні різних інтелектуальних кібернетичних систем, наприклад, систем управління робототехнікою, автоматизованого перекладу, експертних систем тощо;

- *авіаційна психологія* досліджує психологічні особливості діяльності людини в умовах польоту, визначає психологічні вимоги до професії у доборі та підготовці авіаційних кадрів, сприяє оптимізації праці льотного персоналу;

- *космічна психологія* вивчає психологічні проблеми діяльності людини в умовах невагомості, просторової дезорієнтації під час перебування в космосі, психологічного напруження, яке виникає в екстремальних ситуаціях перевантаження організму або тривалої ізоляції від людей на орбіті. Розробляє рекомендації щодо добору кандидатів у космонавти, їхньої підготовки, тренування на спеціальних пристроях (тренажерах), формування екіпажів космічних кораблів, психологічної підтримки космонавтів в умовах польоту;

- *військова психологія* має предметом фактори ефективної поведінки людини в екстремальних умовах бойових дій, питання підвищення боєздатності військовослужбовців, підготовки військових кадрів, управління військами і бойовою технікою, стосунки між командирами та підлеглими, методи психологічної пропаганди і контрпропаганди тощо;

- *психологія управління та менеджменту* здійснює дослідження процесів управління, організації спільної діяльності людей на політичному, соціальному, економічному, виробничому тощо рівнях у державному, регіональному та місцевому масштабах з метою досягнення позитивних результатів у суспільному житті;

- *економічна психологія* досліджує роль людського фактора у розв'язанні економічних, господарських проблем на макро- та мікроекономічному рівнях;

- *психологія торгівлі* вивчає психологічні особливості людей для формування потреб покупців, правильної організації реклами та продажу товару, підвищення культури обслуговування населення тощо;

- *екологічна психологія* досліджує психологічні чинники виникнення й розв'язання проблем взаємозв'язку між людиною і природою, оптимізації цього взаємозв'язку, подолання соціально-психологічних наслідків природних та техногенних катастроф;

- *психологія спорту* вивчає закономірності поведінки людей в умовах спортивних змагань, методи відбору, підготовки, організації діяльності спортсменів та їхньої психологічної реабілітації після участі в змаганнях.

б) за психологічними аспектами розвитку людини в науково-прикладній психології можна виокремити такі напрями:

- *вікова психологія* досліджує онтогенез психічних властивостей особистості на різних вікових етапах. Розділи вікової психології: психологія дошкільника, психологія молодшого школяра, психологія підлітка, психологія юнака, психологія дорослого, геронтопсихологія;

- *екологічна психологія* вивчає психологічні закономірності навчання й виховання особистості та складається з таких розділів: психологія навчання, психологія виховання, психологія навчально-виховної роботи з аномальними та важковиховуваними дітьми;

- *психологія аномального розвитку, або спеціальна психологія*, поділяється на такі дисципліни: патопсихологія (розглядає відхилення у процесі розвитку психіки, розлади психіки при різних формах мозкової патології), олігофренопсихологія (досліджує патологічні відхилення психічного розвитку, пов'язані з вродженими вадами мозку), сурдопсихологія (вивчає особливості розвитку дітей з вадами слуху), тифлопсихологія (допомагає розвиватися особистостям дітей із слабким зором або незрячим).

в) за тим, нормальна чи хвора психіка, виокремлюють такі дисципліни:

- *психологія здоров'я* — наука про психологічні основи здорового способу життя, збереження та поліпшення здоров'я людини;

- *медична психологія* вивчає психологічні аспекти діяльності лікаря та особистості хворого і поділяється на такі напрями: нейропсихологія (досліджує співвідношення між психічними явищами та фізіологічними структурами мозку), психофармакологія (наука про вплив лікарських речовин на психічну

діяльність людини), психотерапія (вивчає та використовує засоби психологічної дії для лікування хворих), психопрофілактика (досліджує заходи запобігання психічних захворювань), психогігієна (наука про систему засобів підтримання та забезпечення психічного здоров'я особистості на належному рівні).

г) у контексті стосунку до права виокремлюють **юридичну психологію, що пов'язана з дослідженням проблем реалізації системи правової поведінки психологічними засобами, юридична психологія має такі підрозділи:**

- *судова психологія* як наука про психологічні особливості поведінки суб'єктів кримінального процесу;
- *кримінальна психологія*, предметом якої є психологічні особливості особистості правопорушника, мотиви правопорушення тощо;
- *виправно-трудова (пенітенціарна) психологія*, що займається науковими та прикладними питаннями вивчення психіки ув'язненого, методами виправлення та перевиховання його особистості.

3. Практична психологія функціонує і розвивається як система спеціальних психологічних служб, спрямованих на надання безпосередньої допомоги людям у розв'язанні їхніх психологічних проблем. Головна мета практичної психології – створити сприятливі соціальні та психологічні умови для діяльності людини в усіх сферах життя – від сімейних стосунків до управління державою, надати дієву допомогу в розвитку та захисті їхнього психічного здоров'я. **Основними функціями практичної психології** є аналіз і прогнозування поведінки й діяльності людини, активний соціальний та психологічний вплив, консультативно-методична, просвітницька, профілактична, реабілітаційна, дорадча та психологічна функції тощо.

У структурі практичної психології виокремлюють такі напрями:

- *психологічна служба сім'ї та соціального захисту населення* працює в руслі забезпечення, збереження та розвитку національних традицій і культури сімейного життя, корекції та профілактики сімейних конфліктів, гармонізації сексуальних стосунків; допомоги дітям, які потерпіли від релігійного екстремізму сект; соціально-психологічної підтримки молодій сім'ї, дітей-сиріт, пенсіонерів, інвалідів, ветеранів війни;

- *психологічна служба системи освіти психологічно забезпечує навчально-виховний процес, роботу з обдарованими та несумлінними учнями, професійну підготовку молоді, працюючи з дітьми, школярами, учнями ПТУ, студентами, вчителями та викладачами;*

- *психологічна служба системи охорони здоров'я займається психологічним забезпеченням лікувального процесу і реабілітації хворих, інвалідів, психотерапією та психопрофілактикою, оперативною психологічною допомогою населенню в екстремальних умовах психогенних, соціальних, природних, екологічних катастроф, індивідуальною допомогою в подоланні наслідків психотравмуючих ситуацій, запобіганням і усуненням загрози суїциду тощо;*

- *практична психологія політичної діяльності, управління і масових комунікацій здійснює експертизу законів і державних програм, прогнозування наслідків управлінських рішень, роботу з персоналом органів управління і державної адміністрації, підвищення ефективності засобів масової комунікації тощо;*

- *практична юридична психологія і соціологія займається психологічним і соціологічним забезпеченням діяльності органів Міністерства внутрішніх справ, Служби безпеки, суду, прокуратури, пенітенціарної системи, працюючи зі співробітниками органів міліції, судьями, ув'язненими, правопорушниками, потерпілими;*

- *практична психологія і соціологія економіки та бізнесу вивчає психологічні умови економічної діяльності, впливу на неї різних форм власності, методи оптимізації ведення ділових переговорів та укладання угод, маркетингу, реклами, надаючи консультативну допомогу підприємцям, економістам, органам державного управління, громадянам, представникам профспілок;*

- *практична психологія праці та профорієнтації здійснює заходи щодо профінформації, профконсультації, професійного відбору, профадаптації, соціально-психологічного забезпечення виробництва, створення оптимальних умов для трудової діяльності, допомагаючи учням і студентам, робітникам і службовцям підприємств, безробітним і пенсіонерам;*

- *соціально-психологічна служба армії* веде роботу з військової профорієнтації та профвідбору, психологічної підготовки військовослужбовців, соціально-психологічного забезпечення високого рівня боєздатності солдатів і офіцерів Міністерства оборони, Національної гвардії та Служби безпеки;

- *практична психологія і педагогіка спорту* здійснює заходи щодо відбору, психологічної підготовки, підтримки спортсменів, спортивних команд, тренерів в екстремальних умовах спортивних змагань.

Між галузями психологічної науки існують тісні зв'язки. Відомо, що теоретична психологія напрацьовує систему психологічних знань, які є фундаментом науково-прикладної та практичної психології. Зі свого боку, науково-прикладна й практична психології узагальнюють засоби теоретичної психології, що сприяє постійному оновленню системи понять, категорій, принципів психологічної науки.

4. Практичне значення психології

Досягнення теоретичних, а особливо практичних галузей знань, психологи використовують під час надання психологічних консультацій та з метою забезпечення психологічної реабілітації – системи заходів, спрямованих на відновлення або компенсацію порушених психічних функцій, особистісного та соціально-трудоного статусу осіб, що зазнали психічної травми.

Знання психології людини потрібне для професійного становлення фахівців як гуманітарних, так і «точних наук» (природничих, технічних, математичних). Розроблення будь-яких нових технологій, відкриття законів природи чи створення математичних моделей не є самоціллю науки, а відбувається задля людини. Пізнати таємниці людських потреб, цінностей, прогнозувати, як ці досягнення застосує конкретна людина чи група людей можна, опанувавши психологію. Творцем цих досягнень є також людина, яка має творчі злети і падіння, сенситивні (сприятливі) і критичні (несприятливі) періоди свого розвитку, яка має загальні закономірності сприймання, збереження і забування інформації, а також відмінності, які роблять її неповторною індивідуальністю. Усім цим багатством людської душі треба вміти розпорядитися, причому вчасно,

бо для того, щоб наші задатки досягли високого рівня розвитку, слід вчасно їх виявити і тренувати. Якщо знання психології допоможуть людині на шляху своєї самореалізації і саморозвитку, можна стверджувати, що ця наука має практичне значення не лише для вузького кола фахівців, а й для широких верств населення.

5. Методи психології

Метод психології – це спосіб наукового пізнання людської психіки. Від розробки методів значною мірою залежить науковий потенціал психології.

Теоретичні методи забезпечують лише теоретичне пізнання предмета дослідження. Одним із найпоширеніших є метод моделювання. **Моделювання в психології** – це дослідження психічних явищ за допомогою їхніх реальних або ідеальних моделей. Широке його застосування в психології почалося в 50-х роках ХХ ст. з появою кібернетики. Перші спроби використання моделювання пов'язані з вивченням психофізичних залежностей та процесів пам'яті. Одним із варіантів моделювання є метод математичного моделювання, коли для опису моделей застосовують математичний апарат.

Організаційні методи визначають, як буде організоване психологічне дослідження. Найуживанішими є методи поперечних та поздовжніх зрізів.

Якщо порівнюють дані, отримані за певним параметром (наприклад, зіставляють рівень розвитку уяви) в один і той самий проміжок часу (упродовж кількох тижнів) у різних групах досліджуваних (наприклад, студенти-психологи і студенти-програмісти), то це **метод поперечних зрізів**. Перевагою є те, що його проводять досить швидко, але це не дає змогу побачити динаміку психічного розвитку.

Якщо зіставляють психічні явища (наприклад, гнучкість мислення) в одних і тих самих групах досліджуваних протягом тривалого часу (наприклад, студенти спеціальності комп'ютерних технологій на першому курсі й ті ж самі студенти через п'ять років, але вже на п'ятому курсі), то такий метод називають **методом поздовжніх зрізів, або лонгітюдним**. Він визначає динаміку та подальший хід психічного розвитку людини, однак недоліком методу є те, що він потребує великих затрат часу.

Емпіричні методи. Це способи збору первинних даних про психічні явища людини. Найпоширенішими є спостереження, експеримент, опитування та тести.

Спостереження як метод дослідження є одним із найдавніших та найпоширеніших у психології. Він має свої переваги і недоліки. *Перевага* полягає в тому, що людину вивчають у природних умовах і дослідник розглядає її як цілісну особистість. *Недоліками* є те, що досліднику доводиться надто довго чекати, коли стануть помітними явища, які його цікавлять. Крім того, не завжди за допомогою спостереження можна визначити причину досліджуваного явища, а повторне спостереження того самого факту неможливе. Заважає також і те, що отримані дані складно інтерпретувати. Слід також зазначити, що спостереженню завжди властива певна суб'єктивність. Останнє означає, що на результати спостереження впливають і досвід, і упередження, і стереотипи психолога. *Щоб цього уникнути, слід дотримуватись таких правил:* людині не слід знати, що за нею спостерігають; заздалегідь складають план проведення спостереження; спостереження за одним і тим самим психічним виявом людини здійснюють кілька разів у різних умовах (наприклад, нормальних та стресових); можна звернутися до декількох спостерігачів, які проводитимуть незалежні записи. Якщо людина спостерігає за своїми психічними виявами, такий різновид спостереження називають *самоспостереженням*.

Для отримання наукових результатів у сучасній психології широко використовують **експериментальні методи дослідження**. Експеримент уперше було застосовано у механіці. У психологію його впровадив німецький дослідник Ернст Вебер у 40-х роках XIX ст., вивчаючи залежність між зростанням сили подразника та інтенсивністю відчуттів. Якщо спочатку експеримент застосовували під час вивчення елементарних психічних процесів, зокрема відчуттів та сприймань, то згодом його почали використовувати і в дослідженні вищих психічних процесів, наприклад, мислення. Змінились і самі ознаки експерименту: від визначення співвідношення між фізіологічними та психічними процесами до вивчення закономірностей перебігу самих психічних процесів.

Суть психологічного експерименту полягає в тому, що дослідник сам спричинює явище, яке вивчає. Крім того, щоб виявити закономірності психіки, він може змінювати умови досліджуваного явища, а також чинники, які на них впливають.

Психологічні експерименти можуть бути *природними і лабораторними*. **Природний експеримент** здійснюють у звичайних життєвих умовах, при цьому вплив чинять саме на ці умови. **Лабораторний експеримент** проводять у штучно створених умовах, його характерною особливістю є точність отриманих даних. Експериментатор впливає і на умови, і на досліджуваного. Лабораторні експерименти проводять як із використанням спеціальної апаратури, так і без неї. Наукову об'єктивність та практичну значущість лабораторного експерименту знижує штучність умов його проведення.

Без сумніву, психологічний експеримент має свої *переваги*, які полягають у тому, що експериментатору не слід чекати, поки виявляться ті психічні явища людини, які його зацікавили – він сам спричинює їх. Експериментатор чітко фіксує умови перебігу психічних процесів і чинники, які на них впливають, а це дає змогу повторити дослідження, встановити причини психічних явищ та їхні кількісні закономірності. Усе це підвищує об'єктивність такого методу дослідження. *Недоліки експерименту*, зокрема лабораторного, полягають у штучності умов його проведення, що впливає на об'єктивність вияву психічних явищ. Наявність приладів та активне втручання в умови проведення та діяльність людини порушує цілісність і природність її психіки. Тому експеримент доцільно поєднувати з іншими методами психологічного дослідження.

Опитування в психології – це отримання інформації про різноманітні факти психічного життя зі слів людини. Якщо опитування проводять у письмовій формі, його називають **анкетуванням**, а якщо в усній – **бесідою**. Анкетування застосовують у тих випадках, коли дослідник обмежений у часі або не може зустрітися з досліджуваними особисто. Людина, яка відповідає на запитання анкети, може давати відповіді або у вільній формі, або вибирати запропоновані варіанти. Для підвищення вірогідності результатів часто до основного переліку питань додають окрему їхню групу, що дає змогу оцінити ступінь ширості

відповіді (наприклад, «Чи Ви ніколи не запізнювались на роботу чи побачення?», «Чи всі Ваші звички хороші та бажані?»).

Бесіду проводять у тому випадку, коли дослідник має достатньо часу та може особисто побачитись із досліджуваним. Її проводять за певними **правилами**: заздалегідь визначають мету бесіди; питання мають бути чіткими і зрозумілими; вона має відбуватися в невимушеній, дружній атмосфері. Бесіду, яка має чітко визначену тему, проводять в одних і тих самих умовах і якщо вона охоплює наперед заданий перелік запитань, називають **інтерв'ю**. Бесіда дає адекватніші результати, ніж анкетування, оскільки дає змогу фіксувати додаткову інформацію про досліджуваного (наприклад, вираз обличчя, посмішка тощо).

У сучасній психології поширеним методом стають **тести**. Це є **методи діагностичного дослідження**, які дають змогу зробити найімовірніший висновок про рівень розвитку тих чи інших психічних явищ чи особистості загалом. Перші тести виникли на початку ХХ ст., їхнім творцем вважають Френсіса Гальтона. Тести можуть використовувати для виявлення особливостей темпераменту і характеру; рівня розвитку загальних і творчих здібностей; професійної придатності; несвідомих потягів та потреб. Оцінюючи тестовий метод дослідження, слід зазначити, що він дає лише «моментальну фотографію» рівня розвитку людини в час обстеження.

Методи впливу на психіку людини. Ці методи, так само, як і попередні, також використовують для надання психологічної допомоги людині, однак у цьому випадку ця допомога має характер активного впливу на людську психіку. Це *психотерапія, психокорекція, психотренінг та психологічне консультування*.

Психотерапія – це система психологічних (вербальних та невербальних) впливів на психіку з метою лікування або сприяння зміні ставлення людини до соціального оточення чи власної особи.

Серед значного різновиду психотерапевтичних засобів виокремимо клінічну та клієнтцентровану психотерапію. Результатом психотерапії є перебудова внутрішнього психологічного життя індивіда.

Психокорекція полягає у вивченні якостей психіки людини з метою їхнього виправлення. Психокорекції підлягають, наприклад, вади пам'яті чи уваги людини, окремі риси характеру тощо. Під час психокорекції психолог впливає на окремі характеристики внутрішнього світу людини, активно формуючи у клієнта певні навички. Цей вплив не спрямовано на зміну поглядів, внутрішнього світу особистості і його можуть здійснювати навіть у тому випадку, коли клієнт не усвідомлює своїх проблем і психологічного змісту корекційних вправ. Безперечно, психокорекцію застосовують і до клієнтів, які добре розуміють та усвідомлюють свої проблеми, знають, що потрібно робити, щоб їх позбутися, але змінити свої звички самостійно не можуть. Результатом психокорекції є зміна зовнішньої поведінки клієнта.

Психотренінг – це система вправ, спрямованих на психічну адаптацію людини до навколишнього середовища та до інших людей. У психології дуже поширеними є аутогенне тренування та соціально-психологічний тренінг. **Аутогенне тренування** – це метод психічної саморегуляції та самонавіювання. Цей метод дає змогу керувати психофізіологічним станом людини. **Соціально-психологічний тренінг** – своєрідна форма навчання спілкуватися, а також відповідні форми корекції.

Психологічне консультування – це надання людині психологічної допомоги в опануванні різноманітними особистісними та міжособистісними труднощами у процесі спеціально організованої взаємодії. Під час консультування клієнт сам «працює» над своїми проблемами, а психолог лише створює для цього умови.