

**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
Ступінь вищої освіти
Галузь знань
Спеціальність
Освітня програма

– Перший (бакалаврський) рівень
– Бакалавр
– 01 Освіта / Педагогіка
– 017 Фізична культура і спорт
– 017 Фізична культура і спорт

Львів

Лекція на тему: ПРЕДМЕТ ПСИХОЛОГІЇ ТА ЇЇ ЗАВДАННЯ

План:

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

Література:

1. Лекції з педагогічної психології: навчальний посібник / М. М. Заброцький, Ю. Г. Шапошникова. Херсон: Грінь, 2017. 144 с.
2. Матвійчук Т. Ф. Психологія : навч.-метод. посіб. / Матвійчук Т. Ф. - Львів : Галич-Прес, 2018. - 76 с.
3. Носенко В.М. Вступ до спеціальності "Психологія": Навчальний посібник. / В.М. Носенко. – Х.: НУЦЗУ, 2011. – 73 с.
4. Прасол Д. В., Литвиненко І. С. Вікова та педагогічна психологія: мультимедійний навчально-методичний посібник. Миколаїв: Арнекс, 2016. - 150 с.
5. Рубінштейн С. Л. Основи загальної психології / С. Л. Рубінштейн. – Х. : Видавництво «Навчальна книга» 2015. – 272 с.
6. Савчин М. В., Василенко Л. П. Вікова психологія: навч. посіб. для студ. вищ. навч. закл. 3-тє вид., перероб., допов. К. : ВЦ «Академія», 2017. 368 с.
7. Савчин М. В. Здатності особистості: монографія / Мирослав Савчин. – К.: Академвидав, 2016. – 288с. – (Серія «Монограф»)
8. Седих К. В. Основи психотерапії : навч. посіб. /. [К. В. Седих, О. О. Фільц, В. І. Банцер та ін.] ; за ред. К. В. Седих, О. О. Фільца. – К. : Академвидав, 2016. – 192 с.

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

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

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 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 організовувати свою розумову працю і т. д.

Завдання сучасної психології:

- розвивати теоретичні дослідження;
- адекватно вирішувати практичні проблеми.

Завдання психології в основному зводяться до наступного:

- навчитися розуміти сутність психічних явищ та їх закономірності;
- вміти керувати ними;
- використовувати отримані знання з метою підвищення ефективності діяльності людей у різних галузях практики, а також заради підвищення психічного здоров'я, задоволеності і щастя людей в їх повсякденній життєдіяльності;

Для чого вивчають психологію? Всі ми живемо серед людей і волею обставин повинні розуміти, враховувати психологію людей, свої індивідуальні особливості психіки і особистості. Всі ми в тій чи іншій мірі - психологи. Але наша життєва психологія тільки збагатиться, якщо ми доповнимо її науковими психологічними знаннями.

Всім важливо зрозуміти, що хочуть і можуть оточуючі нас люди, як орієнтуватися в психологічних особливостях особистості, мотивах поведінки, пам'яті і мислення, характеру і темпераменту. Не маючи таких орієнтирів, у складних процесах міжособистісної взаємодії і спілкування доводиться нерідко йти наосліп, роблячи помилки, здійснюючи інший раз нетактовність, набуваючи ворогів там, де могли б бути друзі. Не менш важливо зрозуміти і свої можливості, достоїнства і недоліки, свої психологічні індивідуальні особливості. Цим завданням якраз і відповідає система знань, іменована психологією. Вона корисна людині, щоб розуміти стан своєї власної душі, а при необхідності свідомо вносити зміни в свою поведінку, емоційний стан, розвивати свої здібності (аутотренінг, нейролінгвістичне програмування, медитація).

Психологія просто необхідна для ділової людини, щоб приймати відповідальні рішення з урахуванням психологічного стану партнерів, уміло впливати на їх симпатії, переконання, смаки, рішення. Без неї також не обійтися інженеру, вирішального завдання надійності дій операторів в роботі з різними технічними об'єктами. Психологія необхідна батькам і педагогам, щоб знати, що відбувається в душах дітей, надавати їм першу психологічну допомогу, коригувати їх психічний розвиток. Щоб ефективно навчати і всебічно виховувати дитину, необхідно насамперед всебічно вивчити психологію дитини, закономірності її психологічного розвитку.

2. 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.

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 та результат психічних процесів і можуть сприяти чи гальмувати діяльності): 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.

3. Цілісний підхід до вивчення людини у психології

У психології людину позначають такими поняттями:

1) індивід - людина як одинична природна істота, представник виду *Homo Sapiens*.

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. 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, і мають суспільно зумовлений характер. Різноманіття вроджених характеристик і умов виховання породжує широку варіативність проявів індивідуальності.

4. 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 наuczіння 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 Л. С. 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 зрозуміння 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.

5. 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.

Прикладні (спеціальні) - галузі науки, досягнення яких використовуються на практиці. Вирішують конкретні завдання у межах свого напрямку. 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.