

ЗАГАЛЬНА ПСИХОЛОГІЯ

ТОМ 2

Підручник для студентів
вищих навчальних закладів

За загальною редакцією
академіка С.Д. Максименка

4-те видання, перероблене і доповнене

Київ 2025

УДК 159.9(075.8)

З 14

*Рекомендовано Вченою радою Інституту психології імені Г.С. Костюка
(протокол № 12 від 31.10.2024 року)*

Рецензенти:

О.Ф. Бондаренко – дійсний член НАПН України, доктор психологічних наук, професор;

Н.В. Чепелєва – дійсний член НАПН України, доктор психологічних наук, професор, член-кореспондент НАПН України;

Т.С. Яценко – дійсний член НАПН України, доктор психологічних наук, професор.

Автори:

С.Д. Максименко (розділи 1–10, 12, 13, 16–19, 21–23),

К.С. Максименко, Г.В. Савченко (розділи 3, 6, 22),

В.В. Клименко та Ю.Б. Ірхін (розділи 20, 21 і 23),

М.В. Папуча, О.Д. Гришко (розділи 11, 14, 15),

О.Д. Гришко та О.М. Немеш (розділ 7),

А.У. Єсмаханова (розділ 5), В.М. Невмержицький (розділ 15),

О.О. Кучеренко (розділ 22), Д.О. Мошаров (розділ 6)

314 **Загальна психологія:** підручник / за загальною редакцією академіка С.Д. Максименка. 4-те вид., переробл. і доп. Том 2. Київ: Видавництво Людмила, 2025. 456 с.
ISBN 978-617-555-252-0

Цей підручник знайомить із базовими аспектами нормативного курсу загальної психології. У ньому висвітлюються загальні питання психології, аналізуються закономірності психічних процесів та діяльності, а також досліджуються емоційно-вольова сфера особистості й її індивідуальні особливості. Увага приділяється також психології особистості, колективу та взаємодії у спілкуванні. Особливий акцент зроблено на психології людської діяльності, методах її реалізації, інноваційних технологіях і механізмах творчості.

У підручнику інтегровано інформаційно-методичний блок, який сприяє активному та свідомому засвоєнню матеріалу. До системи завдань для самостійної роботи входять:

- Визначення ключових понять кожної теми.
- Структурована подача основних логіко-психологічних елементів.
- Формулювання запитань для поглибленого вивчення теми.
- Альтернативно-тестові завдання для самоперевірки.

– Психологічні завдання та проблемні ситуації.

Методи, описані в підручнику, дозволяють фіксувати свою організацію та розвивати здібності за допомогою навчального моделювання завдань. Вони відкривають перспективи для створення моделей психічних процесів у специфічних умовах.

Експериментально-генетичний метод є ключовим, оскільки базується на теорії, яка включає проектування, перетворюючий експеримент і діагностику. Цей метод дозволяє фіксувати як проміжні, так і кінцеві етапи розвитку особистості. Його відповідність вивченню психічних функцій ґрунтується на діалектичних засадах, зокрема на ідеї соціальної природи свідомості та психічного розвитку як привласнення культурних досягнень суспільства.

Особливе місце займає генетико-моделюючий метод, що розкриває одиницю особистості через базові потреби. Він складається з п'яти етапів, які допомагають усвідомити та задовольнити ці потреби, сприяючи розвитку особистості. Генетико-креативний метод орієнтований на формування креативності через моделювання та вирішення творчих задач, що стимулює розвиток унікальних талантів і мотивації до самовираження.

Такі підходи дозволяють глибше зрозуміти механізми психологічного розвитку особистості та її індивідуальних характеристик.

ISBN 978-617-555-252-0

УДК 159.9(075.8)

© С.Д. Максименко, К.С. Максименко,
Г.В. Савченко, В.В. Клименко,
Ю.Б. Ірхін, М.В. Папуча, О.Д. Гришко,
О.М. Немеш, А.У. Єсмаханова,
В.М. Невмержицький, О.О. Кучеренко,
Д.О. Мошаров, 2025

ЗМІСТ

Частина третя

МЕХАНІЗМИ ПСИХІЧНОГО ВІДОБРАЖЕННЯ.....	11
8. Відчуття	11
Поняття про відчуття	11
Фізіологічні основи відчуттів.....	12
Класифікація відчуттів	13
Закономірності відчуттів	19
Чутливість аналізатора і поріг чутливості	19
Відчуття і діяльність	22
Формалізована структура змісту теми	23
9. Сприймання	27
Поняття про сприймання	27
Різновиди сприймання	28
Закони сприймання	31
Спостереження і спостережливість	33
Формалізована структура змісту теми	34
10. Мислення	38
Поняття про мислення	38
Розумові дії і мислительні операції	41
Форми мислення.....	44
Процес розуміння.....	46
Процес розв'язання завдань	48
Різновиди мислення	50
Індивідуальні особливості мислення.....	51
Формалізована структура змісту теми	53
Запитання і завдання для самостійної роботи	54
Альтернативно-тестові завдання для самоконтролю.....	55
Завдання та проблемні ситуації	55
Література	56
11. Пам'ять	57
Поняття про пам'ять	57
Теорії пам'яті.....	58
Різновиди пам'яті	60
Запам'ятовування та його різновиди.....	62
Відтворення та його різновиди	63
Забування та його причини	64
Індивідуальні особливості пам'яті.....	66

Формалізована структура змісту теми.....	67
Запитання і завдання для самостійної роботи.....	67
Альтернативно-тестові завдання для самоконтролю	68
Завдання та проблемні ситуації.....	68
Література.....	69

Частина четверта

МЕХАНІЗМИ ПРОЕКТУВАННЯ МАЙБУТНЬОГО 70

12. Увага 70

Поняття про увагу.....	70
Фізіологічні основи уваги	72
Різновиди і форми уваги	76
Властивості уваги	79
Формалізована структура змісту теми.....	84
Запитання для самостійної роботи.....	84
Альтернативно-тестові завдання для самоконтролю	84
Завдання та проблемні ситуації.....	85
Література.....	85

13. Емоції і почуття..... 87

Поняття про емоції і почуття.....	87
Фізіологічні основи емоцій і почуттів	89
Вияв емоцій і почуттів.....	90
Форми переживання емоцій і почуттів	91
Вищі почуття.....	94
Формалізована структура змісту теми.....	96
Запитання для самостійної роботи.....	96
Альтернативно-тестові завдання для самоконтролю	96
Завдання та проблемні ситуації.....	97
Література.....	97

14. Уява..... 99

Поняття про уяву.....	99
Зв'язок уяви з об'єктивною дійсністю.....	100
Уява і органічні процеси	102
Процес створення образів уяви	104
Різновиди уяви	105
Уява і особистість	109
Формалізована структура змісту теми.....	109
Запитання для самостійної роботи.....	110
Альтернативно-тестові завдання для самоконтролю	110

Завдання та проблемні ситуації	110
Література	111
15. Воля	112
Поняття про волю.....	112
Довільні дії та їх особливості.....	113
Аналіз складної вольової діяльності	116
Головні якості волі	118
Слабка воля, причини цього і шляхи подолання.....	120
Формалізована структура змісту теми	121
Запитання для самостійної роботи	122
Альтернативно-тестові завдання для самоконтролю.....	123
Завдання та проблемні ситуації	123
Література	123
16. Темперамент	125
Поняття про темперамент.....	125
Типи темпераментів	129
Головні властивості темпераменту.....	130
Фізіологічні основи темпераменту	132
Вплив темпераменту на діяльність людини.....	133
Формалізована структура змісту теми	134
Запитання для самостійної роботи	134
Альтернативно-тестові завдання для самоконтролю.....	135
Завдання та проблемні ситуації	135
Література	136
17. Здібності	137
Поняття про здібності	137
Структура здібностей.....	139
Відмінності у здібностях та їх природа.....	143
Формалізована структура змісту теми	146
Альтернативно-тестові завдання для самоконтролю.....	146
Завдання та проблемні ситуації	147
Література	147
18. Характер	149
Поняття про характер.....	149
Структура характеру;.....	150
Головні риси типового характеру	154
Природа характеру	157
Формування характеру	158

Формалізована структура змісту теми.....	160
Запитання для самостійної роботи.....	160
Альтернативно-тестові завдання для самоконтролю	161
Завдання та проблемні ситуації.....	161
Література.....	161

Частина п'ята

МЕХАНІЗМИ ОПРЕДМЕТНЕННЯ

ПСИХІЧНИХ УТВОРЕНЬ 163

19. Психологічний аналіз діяльності..... 163

Поняття про діяльність.....	163
Мета і мотиви діяльності.....	164
Структура діяльності.....	165
Способи діяльності, процес їх опанування.....	167
Перенесення та інтерференція дій.....	174
Види діяльності.....	176
Творчість.....	182
Формалізована структура змісту теми.....	184
Запитання для самостійної роботи.....	184
Альтернативно-тестові завдання для самоконтролю	185
Завдання та проблемні ситуації.....	185
Література.....	186

20. Психомоторика..... 188

Поняття про психомоторику.....	188
Єдність думки і руху	189
Універсальність психомоторики	191
Будова психомоторики	194
Ідеомоторика	195
Сенсомоторна культура.....	198
Дія – засіб діяльності.....	201
Функції дії.....	201
Операційна структура психомоторної дії.....	203
Період підготовки дії.....	203
Механізми регуляції дії.....	203
Порівняння і оцінки – діалогічні відносини в дії.....	209
Дія – мікроетап розвитку.....	210
Процес дії – програмування розвитку.....	210
Дія – засіб розвитку	213

Функції психомоторики.....	218
Психомоторика – орган рухів	218
Психомоторика – орган пізнання.....	223
Психомоторика – корсет тіла	229
Психомоторика – живий акумулятор енергії.....	231
Психомоторика – орган дійового мислення	232
Регулятори і продукти психомоторики	234
Механізми регуляції психомоторної дії	239
Регуляція рухів почуваннями.....	239
Регуляція рухів предметом.....	241
Регуляція рухів образом	243
Регуляція дії думкою.....	246
Регуляція дій символом	249
Символ – модель, що породжує поведінку	249
Формалізована структура теми	252
Запитання і завдання для самостійної роботи	252
Альтернативно-тестові завдання для самоконтролю	253
Література	254
21. Засоби розвитку психіки.....	255
Активність і розвиток	255
Дії праці.....	256
Створення уявлення про структуру праці.....	256
Людина – суб’єкт дії	258
Предмети праці.....	260
Мета праці – прогнози і проекти	262
Засоби розвитку механізму творчості	265
Продукти праці – здобутки ноосфери	266
Дії учіння і саморозвиток людини	270
Будова дій учіння	272
Навчання	272
Научування	276
Вправляння	278
Моделювання.....	279
Наслідування	280
Уміння і стани людини	286
Дії гри	289
Гра – унікальне явище життя	289
Креативні властивості гри	290

Енергетична та інформаційна невичерпність гри.....	292
Гра – створення, учіння, праця.....	293
Ігри на програш.....	296
Єдність і розбіжність гри і праці.....	298
Гра в умінні і праці.....	299
Синтез засобів творчості.....	303
Формалізована структура теми.....	306
Запитання і завдання для самостійної роботи.....	307
Альтернативно-тестові завдання.....	307
Література.....	308
22. Творчий потенціал праці	
та інноваційні технології освіти.....	309
Суперечності освіти – витоки інноваційних її технологій.....	310
Поняття інновації.....	317
Поняття технології.....	319
Психологічна характеристика інноваційної діяльності.....	321
Діяльність як предмет вивчення.....	321
Діяльність як предмет управління.....	325
Діяльність як предмет проектування.....	328
Діяльність як цінність.....	332
Сфери людини – предмети інноваційних технологій розвитку.....	335
Поняття про сфери психіки і свідомості.....	335
Сенсорна сфера.....	337
Перцептивна сфера.....	340
Сфера почуттів.....	345
Сфера розуму і розсудку.....	348
Сфера менталітету.....	350
Поняття “менталітет”.....	350
Свідомість та інновації.....	351
Несвідоме і потенції психічного відображення.....	353
Надсвідоме – потенціали духовності.....	356
Свобода дії та інноваційні технології.....	358
Свобода дії та її можливості.....	358
Свобода новоутворень.....	360
Свобода дії і доцільність.....	361
Формалізована структура теми.....	363
Запитання і завдання для самостійної роботи.....	363
Альтернативно-тестові завдання.....	364
Література.....	364

23. Механізми творчості.....	366
Поняття про творчість	366
Основні теорії творчості.....	367
Душа і творчі здібності.....	368
Будова і функції механізму творчості	371
Поняття механізму	371
Продукти творчості.....	373
Властивості гармонії.....	374
Чутливість – зародок механізму творчості	378
Енергопотенціал – здатність до дії	380
Поняття “енергія”	380
Базовий енергопотенціал.....	381
Оперативний енергопотенціал.....	382
Катарсис – відновлення гармонії людини.....	385
Катарсис позитивних почуттів.....	385
Катарсис негативних почуттів	386
Перманентні стани і рівні здоров’я людини.....	390
Процеси порівнянь і оцінки предметів.....	392
Генеza механізму почуттів людини	392
Функції почуттів.....	407
Психомоторика – орган творчості	412
Механізм відображення невідчутного.....	415
Коли починається мислення.....	415
Активатори мислення	416
Функції мислення.....	418
Де народжується думка	419
Думка – інструмент мислення.....	421
Вимикачі мислення	423
Відображення неіснуючого	425
Уява – трансформатор нових образів	426
Уява – сенсорна сфера та інтуїція.....	429
Глибинні психічні явища і регуляція дій людини.....	436
Натхнення – творчий стан	440
Натхнення – це дія творчих сил.	440
Сенс творчого піднесення	443
Формалізована структура теми.....	448
Запитання для самостійної роботи	449
Альтернативно-тестові завдання для самоконтролю.....	450
Література	450

Частина третя

МЕХАНІЗМИ ПСИХІЧНОГО ВІДОБРАЖЕННЯ

8. Відчуття

Ключові поняття теми:

чуттєве пізнання, відчуття, аналізатор, контактні відчуття, дистантні відчуття, екстерорецептори, інтерорецептори, пропрорецептори, чутливість, поріг чутливості, адаптація, адекватний подразник, сенсифікація, синестезія

Поняття про відчуття

Пізнавальна діяльність – це процес відображення в мозку людини предметів та явищ дійсності.

Відображення реальності в людській свідомості може відбуватися на рівні чуттєвого та абстрактного пізнання.

Чуттєве пізнання характеризується тим, що предмети та явища об'єктивного світу безпосередньо діють на органи чуттів людини – її зір, слух, нюх, тактильні та інші аналізатори і відображаються в мозку. До цієї форми пізнання дійсності належать пізнавальні психічні процеси відчуття та сприймання. Враження, одержані за допомогою відчуттів і сприймань, несуть інформацію про зовнішні ознаки та властивості об'єктів, утворюючи чуттєвий досвід людини.

Вища форма пізнання людиною дійсності – це абстрактне пізнання, що відбувається за участю процесів мислення та уяви.

У розвиненому вигляді ці пізнавальні процеси властиві тільки людині, яка має свідомість і виявляє свою психічну активність у діяльності. Істотною особливістю *мислення та уяви* є опосередкований характер відображення ними дійсності, зумовлений використанням раніше набутих знань, досвіду, міркуваннями, побудовою гіпотез тощо. Важливу роль у пізнавальній діяльності людини відіграє пам'ять, яка своєрідно відображає, фіксує і відтворює те, що відображається у свідомості в процесі пізнання.

Важливим аспектом пізнавальної діяльності є емоційно-вольові процеси, які спонукають особистість до активних дій, вольових ак-

тів. Пізнання предметів і явищ об'єктивної дійсності і психічного життя людини здійснюється всіма пізнавальними процесами в їх єдності. Розумове пізнання світу, яким би складним воно не було, своїм підґрунтям має чуттєве пізнання.

Разом з тим сприймання, запам'ятовування, відтворення тощо неможливі без участі в цих процесах мислення, переживань і вольових прагнень. Але кожний із цих процесів має свої закономірності і постає в психічній діяльності або як провідний, або як допоміжний.

Відчуття – пізнавальний психічний процес відображення в мозку людини окремих властивостей предметів і явищ при їх безпосередній дії на її органи чуттів.

Відчуття – психічний процес, первинна форма орієнтування живого організму в довкіллі. З відчуттів починається пізнавальна діяльність людини. За допомогою різних аналізаторів вона відбирає, нагромаджує інформацію про об'єктивну реальність, про власні суб'єктивні стани й на підставі одержаних вражень виробляє адекватні обставинам способи реагування на зовнішні та внутрішні впливи.

Органи чуттів – це єдині канали, якими зовнішній світ проникає у свідомість людини.

Відображаючи об'єктивні характеристики предметів і явищ, відчуття існують у свідомості як *суб'єктивні образи предметного світу*. Ця їх особливість зумовлена, з одного боку, природою самих відчуттів як продукту відображувальної діяльності мозку, а з другого – психічним складом людини.

Для відчуттів характерне позитивне або негативне емоційне забарвлення. Приємні або неприємні відчуття сигналізують про позитивну або негативну дію подразника й викликають відповідну реакцію на нього.

Роль відчуттів у житті і пізнанні реальності дуже важлива, оскільки вони становлять єдине джерело наших знань про зовнішній світ і про нас самих.

Фізіологічні основи відчуттів

Вчення про вищу нервову діяльність розкриває науково-природничі підвалини відчуттів. І. М. Сеченов та І. П. Павлов своїми дослідженнями показали, що відчуття – це своєрідні рефлекторні дії, фізіологічним підґрунтям яких є нервові процеси, що виникають у результаті впливу подразників на органи чуттів, або аналізатори.

Аналізатори – це органи людського тіла, які аналізують навколишню дійсність і виокремлюють у ній ті чи інші різновиди енергії та інформації.

Зоровий аналізатор виокремлює світлову енергію, або коливання електромагнітних хвиль; слуховий – звуки, тобто коливання повітря; смаковий, нюховий – хімічні властивості речовин; шкірні аналізатори – теплові, механічні властивості предметів і явищ, що спричиняють ті чи інші відчуття.

У кожному аналізаторі є його периферійна, аналізуюча частина, або *рецептор*, тобто орган чуття, призначення якого – виокремлювати з навколишньої дійсності світло, звук, запах та інші властивості. Інша його частина – *шлях від рецептора до центральної частини аналізатора*, розміщеної в мозку. В центральній частині аналізатора розрізняють його *ядро*, тобто скупчення чутливих клітин, і *розсіяні* поза ним *клітини*.

Ядро аналізатора, як зазначав І. П. Павлов, здійснює тонкий аналіз і синтез збуджень, що надходять від рецептора. За його допомогою подразники диференціюються за їх особливостями, якістю та інтенсивністю. Розсіяні клітини здійснюють більш грубий аналіз, наприклад, відрізняють лише музичні звуки від шумів, виконують нечітке розрізнення кольорів, запахів.

Органічні порушення будь-якої частини аналізатора – периферійної, провідної або центральної – спричиняють сліпоту або глухоту, втрату нюху, смаку тощо, залежно від того, який аналізатор порушено. Якщо порушується лише центральна частина аналізатора, виникає нерозуміння почутого, побаченого, хоча відчуття світла або звуку існує.

Простіші відчуття і чутливість на перших етапах життя людини своїм фізіологічним підґрунтям мають природжену безумовно-рефлекторну діяльність нервової системи. Складніші відчуття зумовлюються умовно-рефлекторною аналітико-синтетичною діяльністю, в якій підкріплені життєвими умовами властивості виділяються, а не підкріплені – гальмуються.

Класифікація відчуттів

Існують різні класифікації органів відчуттів і чутливості організму до подразників, що надходять в аналізатори із зовнішнього світу або зсередини організму. Залежно від міри контакту органів чуттів з

подразниками розрізняють чутливість контактну (дотикова, смакова, больова) та дистантну (зорова, слухова, нюхова).

За розміщенням рецепторів в організмі – на поверхні, всередині організму, у м'язах і сухожиллях – виділяють відчуття *екстероцептивні*, що відображають властивості предметів та явищ зовнішнього світу (зорові, слухові, нюхові, смакові), *інтероцептивні*, що несуть інформацію про стан внутрішніх органів (чуття голоду, спраги, втоми) та *пропроцептивні*, що відображають рухи органів тіла і стан тіла (кінестетичні та статичні).

До самостійних відчуттів належать температурні, що є функцією особливого температурного аналізатора, який здійснює терморегуляцію і теплообмін організму з довкіллям.

Температурні відчуття входять також до складу дотикових відчуттів.

Відповідно до системи аналізаторів існують такі різновиди відчуттів: зорові, слухові, дотикові, больові, температурні, смакові, нюхові, голоду і спраги, статеві, кінестетичні і статичні. Кожний із цих різновидів відчуття має свій орган (аналізатор), свої закономірності виникнення та функції.

Орган зорових відчуттів – око. У ньому розрізняють частини – світлозаломлюючу (рогівка, зіниця, скловидне тіло) та світлочутливу (сітківка з її чутливими до денного кольорового світла колбочками і чутливими до темряви паличками).

Розрізняють хроматичні та ахроматичні кольори. Хроматичні характеризуються своїм *кольоровим тоном*, *світлістю* та *насиченістю*. Кольоровий тон – це та властивість, якою відрізняється певний колір від будь-якого іншого при однаковій світлості і насиченості. Кольоровий тон залежить від довжини світлової хвилі. Світлість кольору – міра відмінності певного кольору від чорного.

Найменша світлість властива чорному, а найбільша – білому кольору. Яскравість кольору залежить від інтенсивності світлової хвилі, тобто від амплітуди і коливання.

Насиченість кольору – це міра виявлення кольорового тону, тобто відмінність певного кольору від сірого, однакового з ним за світлістю.

Ахроматичні кольори розрізняються лише за мірою світлості, яка залежить від коефіцієнта відбиття світла. Білий папір має коефіцієнт

відбиття від 0,60 до 0,85, а чорний – 0,04–0,003 (папір, в який загортають фотоплівку; чорний оксамит).

Чутливість ока до кольорів різна. До синього кольору чутливість у 40 разів менша, ніж до жовтого. Найяскравішою є жовто-зелена частина спектра. Найсвітлішим є жовтий колір, від якого світлість зменшується в бік червоного і фіолетового.

За звичайних умов людина здатна розрізнити до 150 кольорів за кольоровим тоном, 20 відтінків – за насиченістю, близько 200 – за світлістю. Під впливом вправ колірна чутливість збільшується.

Чутливість ока до кольорів може послаблюватися в результаті травм, захворювань. У 5–7 відсотків чоловіків і 1–1,5 відсотка жінок спостерігають дальтонізм, тобто нездатність розрізнити кольори.

Дальтонізм – явище спадкового походження. Воно передається здебільшого по чоловічій лінії – від батька через доньку до внуків. Дальтонізм є протипоказанням для професійної діяльності, яка вимагає розрізнення кольорів - наприклад, при кольоровій сигналізації, фарбуванні тощо.

Вухо – орган сприймання слухових відчуттів. У його будові розрізняють звукопровідну та звукочутливу частини. Звукопровідна частина вуха – зовнішнє вухо, барабанна перетинка, ковадло, молоточок і стремено, які розташовані в середньому вусі. Вони проводять коливання звукової хвилі до центральної частини вуха, в якій міститься звукочутлива його частина – кортіїв орган. Він складається із слухової мембрани, поперечні волоконця якої – довжиною від 0,04 до 0,5 мм – резонують на звукові хвилі, що надходять із середнього вуха, викликають збудження чутливих клітин кортієвого органа.

Збудження передається слуховим нервом до слухової ділянки кори великих півкуль головного мозку (скронева частка).

Функція органа слуху полягає в аналізі звуків з коливанням від 16 до 20000 герц і диференціації їх на шуми і тони. Серед тонів виділяються музичні тони. У музиці вживають тони від 27,5 до 4224 коливань.

Звукові хвилі розрізняють за їх висотою, голосністю (інтенсивністю) та тембром. Висотна чутливість до звуків зумовлюється частотою коливань звукової хвилі. Найкраще відчуваються звуки з коливанням звукової хвилі між 1000 4000 герц.

Голосність, або інтенсивність, звуку залежить від амплітуди коливання звукової хвилі – її прийнято визначати в белах, або децибе-

лах (децибел у 10 разів менший, ніж бел). Найменше зростання або зниження інтенсивності звуку, яке може відчувати людське вухо, дорівнює 1 децибелу.

Тембр відображає форму коливання звуку. Звичайне коливання звукової хвилі (звук камертона) має форму синусоїди. Музичні звуки (спів, звуки музичного інструмента) – це складні звуки, як складаються з головного та часткових, або парціальних, тонів.

Часткові тони – це звуки від коливання половини, чверті, восьмої тощо частин цілого тону. Утворюється складне звучання певної висоти та сили, яке характеризується своїм тембром, тобто своєрідною сукупністю головного та часткових тонів.

Тембр розвивається у дітей з розвитком мовлення. Діти вже в першому півріччі свого життя здатні реагувати на спів, музику, на інтонації мовлення, розрізняють ритмічний бік мовлення, а наприкінці першого року життя розрізняють звуки мовлення.

Тактильна, температурна і больова чутливість – функція органів, розташованих у шкірі.

Тактильні відчуття дають знання про міру рівності та рельєфності поверхні предметів, яка відчувається при їх обмацуванні. Найбільше органів тактильного відчуття розміщено на пучках, кінчику язика. При сильному тиску на органи тактильних відчуттів відчувається біль. Тактильні відчуття, як і зір, відіграють велику роль у сприйманні форми, розміру предметів, розташування їх у просторі. Вони особливо розвинені у сліпих, компенсуючи відсутність зору при сприйманні деяких просторових явищ. На цьому побудована азбука Брайля для сліпих, в якій літери зображено за допомогою опуклих крапок.

Больові відчуття, що надходять від органів, яких на зовнішній і внутрішній поверхнях тіла найбільше, сигналізують про порушення цілісності тканини, що, звичайно, викликає в людини захисну реакцію. Спрямованість уваги на біль посилює його, а відвертання – послаблює больові відчуття. Відчуття болю, зафіксоване в центральній частині больового аналізатора (в корі головного мозку), спричиняє ілюзію болю в ампутованих кінцівках (так званий фантомний біль). Температурне чуття – чуття холоду, тепла – викликається контактом з предметами, що мають температуру вищу або нижчу, ніж температура тіла. Можна викликати парадоксальні відчуття тепла та холоду:

дотик до холодного викликає відчуття тепла, а дотик до теплого – відчуття холоду.

Температурні відчуття зумовлюються і органічними процесами (кровообігом), і психічними станами (емоційними переживаннями). Ці стани закріпили в мові образні вислови: "Кинуло в жар", "Кинуло в холод". Температурні відчуття сигналізують про міру сприятливості довкілля для життєдіяльності, про стан здоров'я організму.

Вібраційне чуття яскраво виявляється у глухих і сліпих. Глухі та сліпі реагують на вібрацію предметів, відчувають її ритмічність. Органи вібраційного чуття поки що не знайдено. Це чуття значною мірою пов'язане із зоровою та слуховою чутливістю. Вібраційне чуття є професійно важливим для тих спеціальностей, за яких вібрація предмета свідчить про якісні особливості діяльності.

Нюхові відчуття здійснюються спеціальними нюховими бульбочками, розташованими на внутрішній поверхні носа. Не тільки тварини, а й людина дуже чутлива до запахів. Нюхові відчуття сигналізують організму про стан придатності продуктів для вживання, про чисте або забруднене повітря.

Орган нюху людини дуже чутливий до запахів. Людина нюхом може відчути наявність у повітрі дуже незначних частин пахучої речовини, наприклад трояндової олії, сірчаного водню, мускусу. У собак, наприклад, нюх настільки розвинений, що вони можуть відчути одну молекулу пахучої речовини, розчиненої в одному кубічному сантиметрі води.

Нюхові відчуття важливі не лише для життєдіяльності, а й для ряду професій: у деяких спеціальностях міру хімічної реакції або придатність продуктів визначають нюхом.

Смакові відчуття своїм органом мають спеціальні чутливі до хімічних подразників колбочки, розташовані на язиці та піднебінні. Середня і нижня частини язика смакових органів не мають. Розрізняють чутливість до гіркого, кислого, солоного і – найменшу – до солодкого.

Смаки можуть змішуватися, тому відчувається кисло-солодке та гіркувато-солодке. Це дає змогу комбінувати різні смакові властивості продуктів у харчовій промисловості. Смакові відчуття, як і нюхові, мають важливе значення для життя – вони сигналізують про міру придатності харчових продуктів для вживання. Ця чутливість професійно необхідна в кулінарних спеціальностях, у харчовій промисло-

вості – дегустація продуктів потребує високої смакової чутливості і здатності диференціювати наявність у продуктах тих чи інших смакових речовин, щоб регулювати приготування цих продуктів.

Смакові відчуття розвиваються під впливом вправ та життєвої практики або ж слабшають, якщо вони нічим не підкріплюються.

Статичні, або гравітаційні, відчуття відображають положення нашого тіла в просторі – лежання, стояння, сидіння, рівновагу, падіння. Рецептори цих відчуттів містяться у вестибулярному апараті внутрішнього вуха (присінки, півколові канали). При зміні тіла відносно площини землі, як це буває при їзді, на воді, у літаку та при захворюванні вестибулярного апарата, виникає запаморочення, втрачаються рівновага, орієнтація в просторі.

Порушення діяльності вестибулярного апарата протипоказане для спеціальностей пілота, космонавта, для праці на судні.

Кінестетичні відчуття відображають рухи та стани окремих частин тіла – рук, ніг, голови, корпусу. Рецепторами цих відчуттів є спеціальні органи, розташовані у м'язах і сухожиллях. Тиск на ці органи під час рухів викликає відчуття положення органів тіла. Кінестетичні відчуття, даючи знання про силу, швидкість, міру рухів, сприяють регуляції ряду дій.

У багатьох професіях, у фізичній культурі ці відчуття сприяють координації рухів.

Мовна кінестезія є основою для артикуляції.

Отже, формування кінестетичних відчуттів у процесі навчання та виховання – важливе завдання освітніх, фізкультурних закладів, закладів трудового виховання та навчання.

Органічні відчуття сигналізують про такі стани організму, як голод, спрага, самопочуття, втома, біль, їх аналізатори розташовані всередині організму і реагують на міру достатності в організмі поживних речовин, кисню або на наявність в органах тіла, в нервовій системі продуктів розпаду, що відбувається під час праці, вживання недоброякісних продуктів, алкоголю тощо.

Органічні відчуття викликають різні емоційні стани, які людина своїми діями намагається підтримувати або усувати. Доцільність цих дій (вживання їжі, напоїв, ліків, спочинок, праця) потребує обізнаності з характером органічних відчуттів, їх причинами та знання заходів для їх усунення або задоволення.

Деякі ліки, їжа, паління на якийсь час гальмують, притупляють неприємні відчуття, але разом з тим завдають організму значної шкоди.

Закономірності відчуттів

Кожний різновид відчуттів виникає і функціонує за своїми специфічними, властивими лише йому закономірностями. Але є й загальне у відчуттях, властиве кожному з описаних різновидів відчуттів.

Серед спільних властивостей відчуттів головні – *якість, інтенсивність і тривалість* відчуттів. Крім того, своєрідними особливостями відчуттів є їх *адаптація, синестезія, сенсibiliзація, взаємодія*.

Якість відчуттів – це особливість, якою одне відчуття відрізняється від інших. До таких якостей відчуттів належать кольоровий тон, особливості слухових, нюхових, смакових відчуттів тощо. Якість відчуттів обумовлюється специфічними різновидами подразників, що надходять ззовні в органи чуттів. Вона визначається будовою органа чуття, здатною відображати вплив енергії зовнішнього світу.

Інтенсивність відчуття – це кількісна характеристика відчуттів, тобто більша або менша сила їх виявлення. Інтенсивність відчуття залежить від сили подразника, що його викликає. Але ця залежність досить складна і має свої закономірності.

Чутливість аналізатора і поріг чутливості

Під *чутливістю* розуміють здатність аналізатора реагувати на дію адекватного подразника, відчувати його. Спеціальні психологічні та фізіологічні дослідження показали, що адекватний подразник викликає відчуття тоді, коли інтенсивність його дії, його сила досягає певного рівня, порога.

Підпорогова сила подразника відчуття не викликає. Отже, порогом відчуття називають той рівень інтенсивності подразника, який здатний викликати відчуття. Розрізняють абсолютний поріг і поріг розрізнення, або диференційний.

Абсолютний поріг буває нижній і верхній. Нижній поріг характеризує ту мінімальну силу подразника, яка здатна викликати в людини відчуття. Цей поріг свідчить про міру гостроти чутливості аналізатора до адекватного подразника, і можна виміряти.

Якщо величину абсолютного порога позначити літерою Р, а абсолютну чутливість – літерою Е, то зв'язок абсолютної чутливості та

абсолютного порога можна позначити формулою $E = 1/R$. Наприклад, якщо індивід відчуває цокання годинника на відстані 5 метрів, то поріг його слухової чутливості дорівнює: $E = 1/5$. Якщо цокання годинника людина розрізняє на відстані 8 метрів, то її нижній поріг слухового відчуття дорівнює: $E = 1/8$. Отже, поріг слухового відчуття в цієї людини кращий, ніж у першої.

Верхній поріг чутливості – це та максимальна сила подразника, яка викликає адекватне відчуття. Подальше збільшення його сили викликає неадекватне відчуття – больове або якість інше.

Абсолютна чутливість і величина порога відчуття перебувають у зворотній залежності. Чим вища чутливість, тим нижчий поріг чутливості, і навпаки, при слабкій чутливості поріг відчуття зростає, тобто потрібна більша інтенсивність подразника, щоб викликати відчуття його дії.

Поріг відчуття залежить від багатьох індивідуальних особливостей людини – природжених (тип нервової системи, чутливість аналізатора) та набутих (праця, умови виховання, стан здоров'я). Належні умови життя, праці, виховання сприяють розвитку чутливості, а несприятливі обставини призводять до її згасання. Віддалення верхнього абсолютного порога від нижнього характеризує діапазон чутливості особистості. У похилому віці цей діапазон значно зменшується.

Крім абсолютного порога відчуття розрізняють ще й поріг розрізнення, або диференційний поріг. Він полягає у здатності відчувати найменшу різницю в інтенсивності двох діючих подразників, диференціювати подразники за їх силою, розміщувати їх від найслабшого до найсильнішого. Дослідженнями доведено, що диференційна чутливість, здатність розрізняти інтенсивності подразників є закономірною. Французький фізик П. Бугер довів, що помічена різниця в яскравості світла – величина постійна відносно вихідної. Вона дорівнює $1/100$ яскравості вихідної величини яскравості. Так, щоб помітити різницю між якимось світлом і світлом у 200 ват, необхідно, щоб воно збільшилося на $1/100$ своєї яскравості. Такою буде яскравість світла в 202 ват.

Німецький фізіолог Е. Вебер показав, що відчуття відмінності у вазі двох предметів дорівнює $1/30$ ваги вихідного предмета. Наприклад, щоб відчути різницю ваги у 100 грамів від іншої ваги, потрібно до 100 грамів додати $1/30$ цієї ваги, тобто 3, 4 грама.

Доведена постійність відношення різниці вихідного та порівнюваного з ним іншого подразника для відчуття між ними різниці в інтенсивності. Для звукової чутливості ця різниця дорівнює $1/10$, для смакової чутливості – $1/6 - 1/10$, для нюхової – $1/4 - 1/3$.

Чутливість до різниці сили подразників, як і абсолютна чутливість, перебуває у зворотній залежності. При кращій чутливості її поріг буває менший, а при слабшій – більший, тобто величина різниці в першому випадку буде меншою, а в другому – більшою.

Фізіологічним підґрунтям диференційного порога є процес гальмування.

Чутливість до розрізнення сили подразників має велике значення в багатьох видах професійної діяльності: музичній, в кулінарії, обробці матеріалів – дерева, металу, пластмаси.

Відчуття сили подразника може підвищуватись і знижуватись. Зниження чутливості викликається адаптацією, тобто пристосуванням органа чуттів до подразника.

Орган зору, пристосовуючись до яскравого світла, знижує свою чутливість, а в темряві вона підвищується більше ніж у 200000 разів.

Явище адаптації помітно виявляється в тактильній, нюховій, слуховій чутливості.

У больовій і статичній чутливості адаптація проявляється значно меншою мірою. Адаптація аналізатора до сили подразника має позитивне і негативне значення. В одних випадках зменшення відчуття сили подразника сприяє життєдіяльності (адаптація до сильних звуків, незначна адаптація до стану організму в просторі), а в інших – завдає значної шкоди (нюхова адаптація за умов загазованого середовища).

На противагу адаптації аналізатора до подразника існує явище збільшення чутливості, або *сенсibilізація* до подразника. Якщо старанно, пильно вдивлятися, вслуховуватися, смакувати, то чутливість до властивостей предметів та явищ стає чіткішою, яскравішою – предмети та їх якості набагато краще розрізняються.

Діяльність аналізаторів проявляється у взаємодії, вона не є ізольованою. Ця взаємодія виявляється по-різному. В одних випадках помічаємо взаємодію, або *синестезію* відчуттів, наприклад, чуття кольоровості звуку ("малиновий дзвін"), теплоти кольорів – "холодні" або "гарячі" тони кольорів тощо, а в інших – відчуваємо збільшення або зменшення чутливості одних подразників під дією інших.

Доведено, що світло підвищує слухову чутливість, а слабкі звуки підвищують зорову чутливість, холодне обмивання голови підвищує чутливість до червоного кольору й таке ін.

Відчуття залишають слід в аналізаторах. Це явище пояснюється певною інертністю нервових процесів, яка спричиняє те, що відчуття подразника (зорового, дотикового, слухового тощо) продовжується певний час після припинення його дії. Відчуття світла, наприклад, якийсь час триває, коли лампу вимкнено, відчуття тиску предмета на плечі триває ще деякий час, коли його вже скинули. У зоровій чутливості післядія в аналізаторі виявляється в послідовних образах, у змішуванні кольорів.

Відчуття і діяльність

Чутливість аналізаторів людини до дії подразників зумовлена їх психофізіологічними характеристиками, особливостями структури, будови і важливості для життєвих функцій. Проте відображувальні можливості аналізаторів не є константними, незмінними.

Доведено, що наші відчуття змінюються й розвиваються під впливом життя та вимог практичної трудової діяльності. Чутливість кожного аналізатора людини певною мірою залежить від того, як він використовується в її діяльності.

Можна виокремити дві групи чинників, під впливом яких відбувається сенсибілізація відчуттів:

- 1) сенсибілізація зумовлена необхідністю компенсації сенсорних дефектів (сліпота, глухота);
- 2) сенсибілізація викликана специфічними вимогами професійної діяльності людини.

Так, втрата чутливості зорового аналізатора компенсується підвищенням чутливості тактильного аналізатора. Спеціальними дослідженнями встановлено, що у незрячих людей на пучках пальців кількість пачинієвих тілець збільшується майже на 50 відсотків.

Спостерігається виникнення чутливості й до таких подразників, для відображення яких немає адекватних аналізаторів. Такою є, наприклад, дистанційна чутливість до об'єктів у сліпих.

Сенсибілізація чутливості спостерігається в осіб, які впродовж тривалого часу займаються професійною діяльністю, що вимагає високого розвитку відповідних відчуттів.

Так, працівники-текстильники можуть розрізнити від 40 до 60 відтінків чорного кольору, досвідчений шліфувальник здатний бачити просвіт у деталях в 0,0005 мм. Нетренована людина може розрізнити просвіт у межах 0,1 мм.

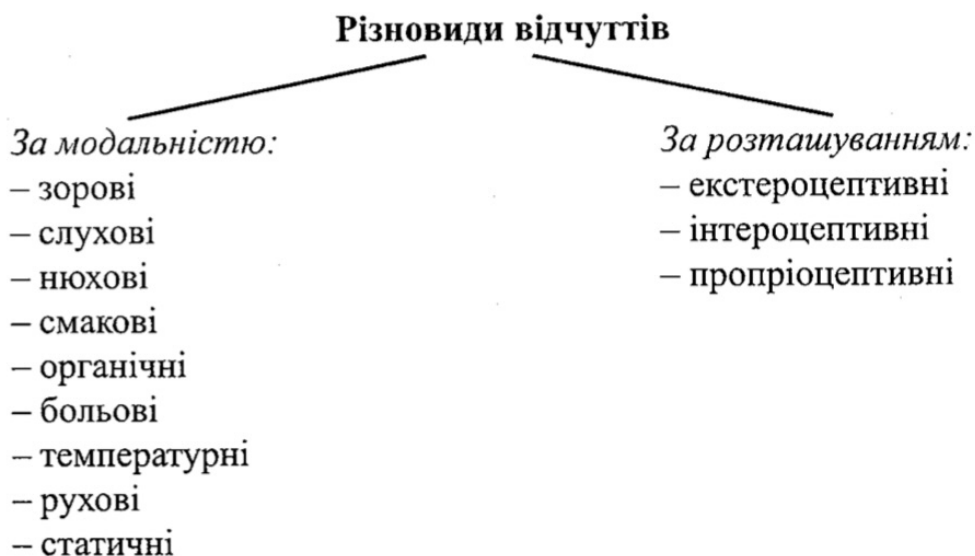
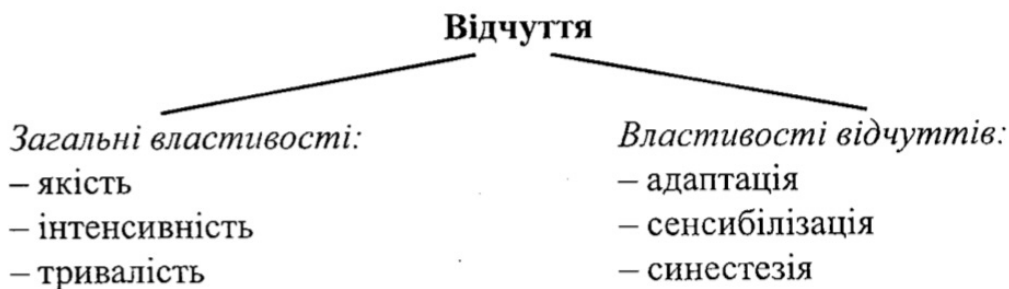
Смакові відчуття досягають високого рівня розвитку у працівників харчової промисловості. Наприклад, дегустатори за смаком можуть розрізняти найтонші відтінки і характеристики вин (з якого винограду виготовлене вино, де вирощено виноград, його міцність, вміст у ньому цукру, витримка тощо).

Усі випадки сенсibiliзації відчуттів пояснюються тим, що розрізнення якості предметів важливе для успішної практичної діяльності людини та орієнтування її в довіклілі.

Формалізована структура змісту теми

Функція відчуттів: відображення окремих якостей та властивостей об'єктів.

Фізіологічний механізм: безпосередня дія подразника на аналізатор.



Запитання для самостійної роботи

1. Чому психічний процес "відчуття" належить до чуттєвого пізнання?
2. У чому полягає особливість відчуттів як чуттєвої форми відображення дійсності?
3. За якими принципами відчуття поділяють на різновиди?
4. Чи всі подразники, що об'єктивно діють на органи чуттів, можуть відображатися за допомогою відчуттів?
5. Які головні властивості відчуттів?
6. Які головні пороги чутливості та чим вони визначаються?
7. У чому виявляються компенсаторні можливості відчуттів?
8. Що таке сенсibilізація відчуттів і який її механізм?
9. У чому виявляється синестезія відчуттів?
10. Який подразник називається адекватним?
11. Що таке адаптація відчуттів і який її механізм?
12. Як пов'язані між собою відчуття та діяльність?
13. У чому можуть виявлятися індивідуальні можливості у відчуттях людей?

Альтернативно-тестові завдання для самоконтролю

1. Чи достатня така характеристика процесу відчуття: відчуття – це процес відображення в мозку людини деяких якостей та властивостей предметів?
2. Чи можна стверджувати, що в кожному акті пізнавальної діяльності людини чуттєве пізнання передре абстрактному?
3. Чи правомірно стверджувати, що суб'єктивний характер відчуттів виявляється в тому, що суб'єктом відображення є людина, а результати відображення завжди несуть на собі відбиток психофізіологічних особливостей того, хто відчуває?
4. Чи згодні ви з твердженням, що в аналізі подразників, які діють на органи чуттів, беруть участь усі ланки аналізатора?
5. Чи можна стверджувати, що слабкі подразники посилюють, а сильні – послаблюють чутливість аналізатора?
6. Чи всі подразники, що об'єктивно діють на аналізатори людини, відображаються ними?
7. Чи згодні ви з твердженням, що відчуття руху органів тіла відбувається за допомогою інтерорецепторів?

8. Чи згодні ви з твердженням, що відчуття інтенсивності звуку забезпечується кортієвим органом слухового рецептора?

9. Чи всі названі відчуття належать до кінестетичних: відчуття руху, відчуття рівноваги, відчуття положення тіла в просторі?

10. Чи повною є класифікація відчуттів: контактні, дистантні, інтероцептивні, екстероцептивні, пропріоцептивні, зорові, слухові, нюхові, смакові, тактильні, больові, температурні, кінестетичні, статичні, органічні?

11. Чи завжди взаємодія відчуттів викликає ефект сенсibiliзації?

12. Чи є явище компенсації закономірним і необхідним у разі порушення одного з аналізаторів?

Завдання та проблемні ситуації

1. Поясніть, чому відчуття є генетично первинною формою відображення дійсності.

2. У чому виявляється і чим зумовлюється суб'єктивний характер відчуттів?

3. Чим можна пояснити в кожному конкретному випадку скарги на такі розлади зорових відчуттів: "Погано бачу предмети при яскравому освітленні", "При переході з вулиці в погано освітлену кімнату впродовж тривалого часу нічого не бачу", "Не можу читати: всі літери та рядки в книзі розпливаються"?

4. Чим пояснити той факт, що збільшення інтенсивності дії подразника в одних випадках відчувається, а в інших – ні?

5. Чому невербальний ефект мовленнєвого спілкування – інтонації – іноді втрачає свою експресивну функцію і як це позначається на спілкуванні?

6. Бувають випадки, коли відчуття викликаються впливом на аналізатори неадекватних подразників. Яке значення для медичної практики може мати цей феномен?

Література

1. *Загальна психологія* / За ред. С. Д. Максименка. – К.: Форум, 2000.

2. *Максименко С. Д.* Розвиток психіки в онтогенезі: У 2-х т. Т.1. Теоретико-методологічні проблеми генетичної психології. – К.: Форум, 2002.

3. Максименко С. Д. Розвиток психіки в онтогенезі: У 2-х т. Т. 2. Моделювання психологічних новоутворень. – К.: Форум, 2002
4. *Основи загальної психології* / За ред. С. Д. Максименка. – К.: НПП "Перспектива", 1998.
5. *Психологія* / За ред. Г. С. Костюка. – К.: Рад. школа, 1968.
6. Максименко С.Д., Піроженко Т.О., Пророк Н.В., Палуча М.В. Психологічний портрет особистості дитини: вікові періоди Київ: "Видавництво Людмила", 2021. 104 с.
7. *Общая психология* / Под ред. С. Д. Максименко. – М.: Рефл-бук; К.: Ваклер, 1999.
8. Maksymenko , O. Lysenko Modern methods of diagnosing virtual addiction among adolescents: relevance and prospects. Монографія/ за ред. Аніти Янковської, Riga, Latviaa,,: IZDEVNICIBA BALTIJA PUBLISHING, 2019.С.-394-410
9. Максименко С., Ткач Б., Литвинчук Л., Онуфрієва Л. (2019). Нейропсихолінгвістичне дослідження політичних гасел із зовнішньої реклами. *Психолінгвістика. Психолінгвістика. Psycholinguistics*, 26 (1), 246–264. DOI 10.31470/2309-1797-2019-26-1- 246-264.
10. Maksymenko S.D. (2015). *Genesis of Personality Existence: monography*. Montreal: Accent Graphics Communication

9. Сприймання

Ключові поняття теми:

сприймання, предметність, цілісність, структурність, осмисленість, константність, апперцепція, ілюзія, сприймання простору, сприймання руху, сприймання часу, спостереження, спостережливість, конвергенція, акомодация, диспаратні точки, синкретичне сприймання

Поняття про сприймання

Безпосередньо контактуючи з навколишнім світом, людина одержує не лише інформацію про певні властивості та якості тих чи інших об'єктів чи явищ через відчуття їх, а й відомості про самі об'єкти як цілісні утворення. Цілісне їх відображення людиною характеризує другу ланку єдиного процесу чуттєвого пізнання – *сприймання*.

Сприймання – це психічний процес відображення людиною предметів і явищ у цілому, в сукупності всіх їхніх якостей і властивостей при безпосередньому їх впливі на органи чуттів.

У сприйманні предмета як своєрідного синтезу його властивостей відбувається реакція на комплексний подразник, рефлекс на співвідношення між його якостями. У результаті сприймання виникають образи об'єктів, що сприймаються, – *уявлення*.

Процес сприймання відбувається у взаємозв'язку з іншими психічними процесами особистості: *мисленням* (ми усвідомлюємо об'єкт сприймання), *мовою* (називаємо його словом), *почуттями* (виявляємо своє ставлення до нього), *волею* (свідомим зусиллям організуємо перцептивну діяльність).

Важливу роль у сприйманні відіграють емоційний стан особистості, її прагнення, переживання змісту сприйнятого. Емоції постають як мотив, внутрішнє спонукання до пізнання предметів та явищ.

У продуктивності сприймання предметів та явищ навколишнього світу важливу роль відіграють *активність, дієвість* особистості. Вони виявляються вже в рухах органів чуттів, спрямованих на об'єкти, які сприймаються, в їх обмацуванні, обстеженні зором їхніх контурів, окремих частин.

В усіх різновидах сприймання *моторний компонент* сприяє виокремленню предмета з-поміж інших об'єктів. На це звертав увагу ще І. М. Сеченов, вказуючи, що сенсорний і моторний апарати в набутті досвіду об'єднуються в *єдину відображувальну систему*.

Практичні дії – це одна з головних передумов адекватного сприймання предметів і явищ об'єктивної дійсності.

Різновиди сприймання

У чуттєвому пізнанні відчуття і сприймання виявляються в їх єдності. Сприймання поза відчуттями не буває.

Розрізняють сприймання за їхніми *сенсорними* особливостями (зорові, слухові, нюхові, дотикові, смакові, кінестетичні, больові тощо), за *відношенням* до психічного життя (інтелектуальні, емоційні, естетичні), за *складністю* сприймання (сприймання простору, руху, часу).

Сенсорний склад сприймання багато в чому збігається з відчуттям. Специфічним у сприйманні, на відміну від відчуття, є те, що той чи інший аспект зорового, слухового, тактильного сприймання стає предметом усвідомлення, розуміння його значення для життя.

Сенсорне сприймання предметів та явищ дійсності відбувається в комплексі, у взаємодії органів чуттів: зору та кінестетичних відчуттів, зору та слуху тощо. При цьому один із різновидів сприймання постає як провідний, а інші – як допоміжні. У музичній діяльності, наприклад, провідним завжди є слух, а потім кінестетична чутливість. У кваліфікованого хірурга кінестетична чутливість відіграє значну роль – вона здійснює контроль і регуляцію рухів, що є необхідним при забезпеченні точності рухів і дій.

Сприймання щодо психічного життя особистості набуває особливого значення. В об'єкті сприймання можуть специфічно відбитися інтелектуальні або емоційні особливості людини, яка його сприйняла.

Наукові знання потребують інтелектуального їх сприймання, тобто сприймання змісту, розуміння понять і термінів, виконуваних дій, посиленої дії пам'яті, уваги, мислення. Емоційне сприймання яскраво постає при сприйманні художніх творів мистецтва.

При такому сприйманні провідну роль відіграє емоційний його аспект, безпосередній вплив об'єкта, що сприймається, на почуття –

пізнавальні, моральні, естетичні. Звичайно, художнє сприймання відбувається в єдності з інтелектуальним.

Розуміння того, *що* сприймається, є необхідною його передумовою, а емоційне переживання в художньому сприйманні визначає його характер: піднесеність або пригніченість настрою, переживання високого, комічного, трагічного, того, *що саме збуджується* матеріалом, який сприймається.

Сприймання за змістом – це сприймання предметів і явищ у просторі, русі, часі.

У сприйманні простору, руху і часу беруть більшу або меншу участь різні аналізатори в їхньому взаємозв'язку.

Сприймання простору відбувається за участю зорового, кінестетичного та слухового аналізаторів. Об'єктом просторових сприймань є диференціація розмірів і форм предметів, відстаней, розміщення їх у просторі, глибини, рельєфу. Сприймання розмірів на зір і дотик досягає значної точності.

Сприймання горизонтальних ліній точніше, ніж сприймання вертикальних. У сприйманні простору велику роль відіграє *окомір*. Просторові явища досить точно сприймаються також тактильно та кінестетично. Сліпі люди, наприклад, вивчаючи географію, працюючи, успішно орієнтуються за допомогою дотику на рельєфному глобусі, у розміщенні деталей предметів праці.

На слух людина досить успішно сприймає напрямок звуків у просторі: далеко, близько, вгорі, внизу, праворуч, ліворуч. Напрямок на слух можна визначити з точністю до 10 градусів. При моноуральному сприйманні звуку точність сприймання напрямків порушується.

Сприймання відстані, глибини та рельєфності відбувається по-різному при монокулярному та бінокулярному баченні. При бінокулярному сприйманні (сприймання двома очима) точність визначення відстані набагато більша, ніж при монокулярному (сприймання одним оком). Сприймання глибини та рельєфу залежить від того, як відображається предмет на сітківці ока: в кореспондуючих чи диспаратних точках сітківки.

Якщо збуджуються кореспондуючі точки сітківки, тобто такі, що симетрично розміщені в правому та лівому оці від центральної ямки, то зображення сприймається як один предмет, в одній площині. Якщо сприйнятий предмет на сітківці зображується диспаратно, тобто

в точках обох очей, віддалених по-різному від центральної ямки, тоді предмет бачимо або подвоєним, якщо диспаратність є значною, або обсягово, рельєфно, якщо диспаратність є незначною.

На цьому принципі побудовано стереоскопи, стереоскопічне кіно.

При сприйманні простору, залежно від розміщення предметів у просторі, виникають зорові *ілюзії*, тобто *неточне сприймання* розмірів, паралельності, опуклості, ввігнутості назовні або всередину.

Олівець, занурений у склянку з водою, здається нам зігнутиим; розмір сонця вранці та ввечері здається більшим порівняно з тим, як воно сприймається в зеніті; два однакових кути, однакових кружечки, однакові лінії здаються різними серед більших або менших за розміром зображень таких самих предметів тощо.

У сприйманні простору важливу роль відіграють *акомодація* та *конвергенція* органа зору. Акомодація – це зміна опуклості кришталика відповідно до віддалі предмета, а конвергенція – це спрямування очей на предмет сприймання. Ці фізичні зміни в органі зору пов'язані зі сприйманням віддалі та обсягу предмета.

Сприймання руху – це відображення зміни положення предметів у просторі.

Сприймання руху залежить від того, як сприймається рухомий предмет відносно іншого нерухомого або рухомого предмета. У першому випадку рух предмета сприймається більш адекватно, ніж у другому.

При сприйманні рухомого предмета відносно іншого предмета, що рухається в одному з ним напрямку або в протилежному, може виникнути ілюзія відсутності або прискорення руху. Нерухомий предмет, відносно якого сприймається рух іншого предмета, здається рухомим, але його рух сприймається як рух у протилежному напрямку.

Якщо в полі зору немає нерухомого предмета, відносно якого сприймався б рухомий предмет, то рух сприймається у 15–20 разів повільнішим. Рух літака на фоні безхмарного неба здається повільнішим.

Сприймання часу полягає у відображенні тривалості та послідовності дії подразника на організм. Спеціального органа для сприймання часових явищ немає. У сприйманні часу беруть участь усі аналізатори, відображаючи тривалість дії. Важливу роль у сприй-

манні часу відіграють різні органічні зміни, ритмічність їх дії (дихання, серцебиття тощо).

Безпосереднє сприймання тривалості часу є незначним (0,75 секунди). Більш тривалі інтервали сприймаємо в результаті поділу та відліку їх рівними частинами в межах однієї секунди. Отже, великі інтервали часу сприймаємо опосередковано.

Сприймання *послідовності* подій відбувається завдяки перервам у тривалості дії подразників на аналізатори. Сприймання тривалості залежить від ставлення до змісту, від характеру предмета, що сприймається.

Сприймання *цікавого* викликає ілюзію швидкості плину часу, а сприймання нецікавого, неприємного, вимушене очікування створюють ілюзію вповільнення тривалості дії.

Знання різновидів сприймання та їх закономірностей має важливе значення для формування професійних якостей фахівця.

Закони сприймання

Важливою умовою успішного сприймання об'єктів дійсності є його вибірковість. Вибірковість предмета сприймання зумовлюється потребами та інтересами людини, необхідністю в знаннях, професійною спрямованістю тощо.

Головні властивості сприймання – *предметність, цілісність, структурність, константність та осмисленість*.

Предметність сприймання виявляється у співвіднесенні відомостей про об'єкти із самими об'єктами як носіями певної інформації.

Предметність сприймання є набутою властивістю, що формується в процесі активної взаємодії суб'єкта з об'єктивним світом і ґрунтується на певній системі дій, приводить до розуміння предметності світу.

Об'єктивація одержуваних вражень про конкретні предмети реального світу забезпечує *орієнтувальну та регулюючу* функції в практичній діяльності людини.

Предмети та явища сприймаються як ціле, в якому його окремі компоненти постають в єдності. Відсутність у предметі якогось одного його аспекту або деталі не заважає цілісному сприйманню.

Ставлення до предмета як цілого, що утворилося в ході набуття досвіду, визначає його структуру. Лише в процесі аналізу предмет

розчленовується на його складові частини, виокремлюються ті чи інші його сторони.

Цілісне сприймання не завжди осмислюється як предмет, що має свою структуру. Осмислення сприйнятого залежить від досвіду та знань особистості. Тому одні й ті самі предмети людьми різного рівня культурного розвитку, дітьми та дорослими сприймаються та осмислюються по-різному.

У міру осмислення сприйнятого виокремлюють синкретичне сприймання, характерними ознаками якого є нерозчленованість, зливість сприйманого. Воно спостерігається у дітей, у малодосвідчених людей. Синкретизм призводить до неадекватності сприймання. Предмет за такого сприймання у свідомості не постає у своїх специфічних, властивих лише йому особливостях, і його можна сприйняти як інший предмет, що чимось нагадує сприйнятий.

Деякі психологи пояснюють синкретизм сприймання дітей та малокультурних дорослих їх біологічним недорозвитком. Таке пояснення синкретизму є безпідставним. Синкретизм сприймання залежить здебільшого від досвіду, знань особистості, які набуваються в єдності з розвитком, дозріванням організму.

Константність сприймання полягає в тому, що форма, розмір, колір предметів сприймаються більш або менш стереотипно незалежно від умов, за яких предмет сприймається. Колір кам'яного вугілля сприймається як чорний, хоча на сонці він здається жовтуватим, циліндр сприймається як круглий, хоча в деяких положеннях його форма може здаватись еліптичною.

Механізмом константного сприймання є динамічні стереотипи, тобто тимчасові нервові зв'язки, утворені під впливом багаторазового сприймання предмета в певній системі, послідовності, структурі.

У сприйманні предметів та явищ важливу роль відіграють попередній досвід, попередні уявлення особистості. Залежно від повноти змісту, спрямованості, організованості сприймане відображається у свідомості більш або менш адекватно. Зміст попереднього досвіду, спорідненість його із сприйманим об'єктом, інтерес до нього є тією передумовою ефективності та адекватності сприймання, яку називають апперцепція.

У багатьох випадках людина в предметах бачить те, що вона хоче в них побачити, залежно від установки особистості на сприймання.

Сприймання визначається як об'єктивними, так і суб'єктивними умовами.

Серед об'єктивних умов, які забезпечують адекватність сприймання, є: *яскравість, звучність, динамічність предмета*, тобто сила подразника, та фізичні умови сприймання – *освітленість предмета, відстань від особи, що сприймає, будова самого предмета* – його структура, в якій чітко проступають його компоненти, *контрастність фону та фігури*.

Замасковані предмети, різні види камуфляжу, які призводять до часткового або повного злиття предмета з фоном, сприймаються нечітко, неадекватно.

Серед суб'єктивних умов сприймання особливо важливими є *уважність і спостережливість*.

Сприймання може порушуватися в результаті органічних ушкоджень кори великих півкуль головного мозку. Травми голови, крововиливи викликають сенсорну або моторну афазію (несприймання мовлення, порушення вимови, втрату здатності синтезувати, узагальнювати), нездатність, наприклад, абстрагувати колір від предмета і переносити його на інший предмет.

Під впливом глибинних переживань, прагнень щось побачити, почути виникають галюцинації, тобто відчуття предметів, звуків, запахів, яких насправді немає, які не діють на наші органи чуттів. Природа галюцинацій має центральне походження. Під час галюцинацій у корі великих півкуль головного мозку активізуються раніше утворені під впливом дії тих чи інших предметів та явищ дійсності тимчасові нервові зв'язки.

Спостереження і спостережливість

Найважливіші умови адекватного сприймання – це *спостереження та спостережливість*. Вони яскраво виявляються при доволіному цілеспрямованому сприйманні. Спостереження найбільш точно відрізняє доволіне сприймання від мимовільного. Найхарактерніший показник спостереження – *тривале, цілеспрямоване зосередження уваги на предметі сприймання*. Воно здійснюється з певною метою і за визначеним планом.

Спостереження може бути тривалим, коли планується спостереження змін у поведінці тварин під впливом догляду за ними, розвитку дитини під впливом виховання, успішності засвоєння знань залежно від умов і методів навчання. Короткотривалим воно буває тоді, коли спостерігаються короткотривалі явища.

У процесі спостереження увага може зосереджуватись або на явищі загалом, або на окремих його деталях. Це залежить від *пізнавальної мети*.

Успіх спостереження потребує визначення *мети* спостереження, складання його *плану* – де, коли та як провести спостереження, створення потрібних умов для цього, підготовка *засобів* спостереження (приладів, інструментів) і *фіксації* його результатів. Спостерігати треба вміти. Останнє має особливо велике значення, тому що не всі діти та дорослі володіють умінням спостерігати.

Рівень уміння спостерігати залежить і від навчання спостерігати, і від спостережливості як якості особистості. Якщо дитину змалку привчають спостерігати явища природи, поведінку тварин, ті чи інші аспекти життя, то в неї розвивається така риса її характеру, як спостережливість, тобто здатність помічати в об'єктах малопомітне, але важливе для розуміння їх суті.

Спостереження і спостережливість відіграють велику роль у навчанні та трудовій діяльності людини. Відомо, як високо цінував спостереження і спостережливість Ч. Дарвін (відкриття походження видів він пояснював своєю спостережливістю). І. П. Павлов вважав, що спостережливість вкрай потрібна вченому. У його інституті був напис: "Спостережливість, спостережливість, спостережливість".

К. Д. Ушинський рекомендував учителям навчати дітей спостерігати, якщо вони хочуть розвинути в них розум, оскільки спостереження надає матеріал, факти для мислення.

Формалізована структура змісту теми

Пізнавальна функція сприймання: відображення предметів та явищ дійсності в їх цілісності.

Фізіологічний механізм: відображення у психіці цілісних предметів і явищ у безпосередньому контакті з ними.



Запитання для самостійної роботи

1. Який психічний процес називається сприйманням?
2. У чому полягає спільне та відмінне між сприйманням і відчуттям?
3. Якими є загальні властивості сприймань?
4. Що таке структурність сприймання і який її механізм?
5. Що таке константність сприймання і який її механізм?
6. У чому виявляється апперцепція в процесах сприймання?
7. Який вплив на сприймання може справляти попередній досвід?
8. Які чинники визначають об'єктивні умови сприймання?
9. Які чинники визначають суб'єктивні умови сприймання?
10. Що таке ілюзія у сприйманні і який її механізм?
11. Що таке спостереження?
12. Що таке спостережливість?
13. У чому може виявлятися професійна спостережливість?

Альтернативно-тестові завдання для самоконтролю

1. Чи погоджуєтеся ви з думкою, що відмінності між сприйманням і відчуттям зводяться здебільшого до кількісних характеристик результату відображення?

2. Чи можна визначити процес сприймання як синтез відчуттів?
3. Чи всі головні властивості сприймань названо: предметність, цілісність, структурність, осмисленість, константність?
4. Чи завжди апперцепція має позитивний вплив на процес сприймання об'єктів?
5. Чи можлива структурність сприймання без його осмисленості?
6. Чи можна стверджувати, що осмисленість сприймання зумовлена тільки такою його властивістю, як предметність?
7. Чи є константність сприймання об'єктивно детермінованим явищем?
8. Чи погоджуєтеся ви з твердженням, що акт сприймання – це завжди аналітико-синтетичний процес?
9. Чи завжди при сприйманні просторових характеристик об'єктів бере участь кінестетичний аналізатор?
10. Чи згодні ви з твердженням, що руховому аналізатору належить пріоритетна роль у складних формах сприймання?

Завдання та проблемні ситуації

1. Чому сприймання не можна звести до простої суми відчуттів? Як слід розуміти твердження, що сприймання – це результат складної аналітико-синтетичної діяльності?
2. Поясніть, яку роль відіграють рухи очей (сакадичні рухи) у складному зоровому сприйманні. Чому процес сприймання розглядають як перцептивну діяльність суб'єкта?
3. Хмари на небі іноді сприймаються як цілісні предмети, що нагадують тварин, птахів, скелі тощо. Яка важлива особливість сприймання у цьому виявляється?
4. Поясніть такий факт: чому, коли людина вперше йде незнайомою місцевістю, самотійно розшукуючи дорогу, то вдруге вона без труднощів знайде її; якщо ж вона йде із супутником, якому дорога добре відома, то вдруге їй буде важко самотійно пройти цей шлях?
5. Відомо, що один і той самий проміжок часу в різних ситуаціях сприймається неоднаково. Поясніть причини суб'єктивної оцінки часу людиною.
6. Чим пояснити, що сліпонароджені після вдало проведеної операції спочатку не розрізняють ні форми, ні розміру, ні віддаленості предметів?

7. Спостережливість – це якість особистості, необхідна для успішної діяльності взагалі, а для лікарської та педагогічної – особливо. Які умови, на вашу думку, сприяють розвиткові спостережливості у лікаря; до яких помилок у діагностиці захворювання може призвести недостатня спостережливість лікаря?

8. Чим пояснити, що одна й та сама лекція різними слухачами може бути оцінена по-різному: як "інформативна", "популярна", "цікава", "корисна", "нудна", "нецікава"?

Література

1. *Загальна психологія* / За ред. С. Д. Максименка. – К.: Форум, 2000.

2. *Максименко С. Д.* Розвиток психіки в онтогенезі: У 2-х т. Т. 1. Теоретико-методологічні проблеми генетичної психології. – К.: Форум, 2002.

3. *Максименко С. Д.* Розвиток психіки в онтогенезі: У 2-х т. Т. 2. Моделювання психологічних новоутворень. – К.: Форум, 2002.

4. *Основи загальної психології* / За ред. С. Д. Максименка. – К.: НПЦ "Перспектива", 1998.

5. *Психологія* / За ред. Г. С. Костюка: – К.: Рад. Шк. 1968.

6. *Общая психология* / Под ред. С. Д. Максименко. – М.: Рефл-бук; К.: Ваклер, 1999.

7. Максименко С.Д., Костюк О.В., Максименко К.С., Немеш О.М., Луньов В.Є. Мультилінгвістичний дискурс невротизації майбутніх лікарів: монографія. Київ: "Видавництво Людмила", 2020. 171 с

8. Maksymenko, S.D.(2021) Genetic principles of creative personality confident as a propulsion of mental development. Ottawa: Accent Graphics Communications and Publishing. Glasgow: Society for the support of publishing initiatives and scientific mobility Limited.-615 p.

9. Максименко С.Д., Яланська С.П. Генетико-креативний підхід: діяльнісне опосередкування особистісного розвитку: монографія. Київ: "Видавництво Людмила", 2021. 508 с.

10. Максименко С., Деркач Л., Кіричевська Е., Касинець М. Психологія когнітивних процесів: науковий посібник / Національна академія педагогічних наук України, Інститут психології імені Г.С. Костюка. Київ: «Видавництво Людмила» 2022. 420 с.

10. Мислення

Ключові поняття теми:

мислення, аналіз, синтез, порівняння, абстрагування, узагальнення, конкретизація, класифікація, систематизація, судження, умовивід, поняття, проблемна ситуація, завдання, гіпотеза, наочно-дійове мислення, наочно-образне мислення, словесно-логічне мислення

Поняття про мислення

Пізнавальна діяльність людини починається з відчуттів і сприймання.

Відображаючи дійсність на чуттєвому рівні, людина одержує різноманітну інформацію про *зовнішні властивості та ознаки* предметів, які фіксуються в її свідомості у формі звукових, просторових, часових, смакових, дотикових та інших *образів*.

Проте такої інформації про об'єктивний світ людині недостатньо для задоволення різноманітних потреб практичної діяльності, що вимагає глибокого і всебічного знання об'єктів, з якими доводиться мати справу.

Вичерпні знання про внутрішні, невідчутні властивості та ознаки предметів дійсності, безпосередньо не відображену у відчуттях і сприйманні сутність людина одержує за допомогою мислення – вищої, абстрактної форми пізнання об'єктивної реальності.

Мислене відображення дійсності характеризується рядом особливостей.

Перша особливість виражається в *опосередкованому характері мисленого відображення дійсності*.

Так, не можна безпосередньо побачити будову атомного ядра, хімічну реакцію, фізіологічні процеси, які відбуваються в живій клітині, ультрафіолетове випромінювання тощо. Щоб *розкрити* всі ці безпосередньо не відображені, але важливі для розуміння об'єктів власності, людина вдається до міркувань, обчислень, експериментів, зіставлення фактів тощо.

Опосередкування можуть мати різну міру складності залежно від особливостей пізнавального *завдання та предмета пізнання*.

До опосередкованого пізнання людина вдається у тих випадках, коли безпосереднє пізнання виявляється неможливим через недосконалість наших аналізаторів або його недоступним з огляду на складність процесу пізнання.

Опосередкованість мислення проявляється в ряді його властивостей.

Перша – акти мислення відбуваються за допомогою *слова та попереднього досвіду*, який зберігається в пам'яті людини.

Друга – завдяки мисленню в предметах відображаються не будьякі, а *істотні* їх ознаки і властивості, що ґрунтуються на об'єктивних відношеннях і закономірних зв'язках, репрезентованих у самих предметах і явищах.

Істотні ознаки та відношення виражають сутність предметів і явищ, їх причинно-наслідкові залежності; їх розкриття дає можливість зрозуміти закони, яким підпорядковані процеси, що відбуваються в природі та суспільстві, впливати на них у своїх інтересах.

Третя властивість мислення – *узагальнений характер відображення дійсності*. За допомогою мислення людина пізнає істотні ознаки, що виявляються спільними для споріднених у тому чи іншому відношенні предметів, і осмислює їх узагальнено, оперуючи поняттями. Так, вона пізнає загальні властивості металів, геометричних фігур, принципи функціонування технічних систем, розвитку психічних явищ тощо.

Названі ознаки мислення характеризують його як специфічну форму абстрактного пізнання дійсності, як складну пізнавальну діяльність.

Мислення – це процес опосередкованого й узагальненого відображення людиною предметів і явищ об'єктивної дійсності в їх істотних зв'язках і відношеннях.

Мислення людини нерозривно пов'язане з мовою, яка є знаряддям формування і способом існування думки. У слові закріплюється нагромаджений пізнавальний досвід, який людина при потребі використовує. Узагальнюючи в слові свої знання про предмети і явища дійсності, вона виходить за межі того, що дається їй безпосередньо у відчуттях і сприйманні, значно розширює свої пізнавальні можливості, вдосконалює своє мислення.

Мислення органічно пов'язане з практикою. Практика – джерело мислительної діяльності. Мислення породжується потребами людської практики і розвивається в процесі пошуку шляхів їх задоволення.

Навіть наукові теоретичні проблеми пізнання, не пов'язані безпосередньо з потребами практики, мають її своїм віддаленим джерелом. У свою чергу, практична діяльність неможлива без мислення, вона стимулює його постійний розвиток, сприяючи впровадженню досягнень людської думки в різні сфери життя суспільства.

Значення мислення в житті людини полягає в тому, що воно дає можливість наукового пізнання світу, передбачення і прогнозування розвитку подій, практичного опанування закономірностями дійсності, постановки їх на службу своїм потребам і інтересам.

Мислення є підвалиною свідомої діяльності особистості, формування її розумових і інших властивостей. Рівень його розвитку визначає, якою мірою людина здатна орієнтуватися в навколишньому світі, як вона панує над обставинами і над собою.

Мислення людини, спрямоване на пізнання закономірностей об'єктивного світу, має суспільну природу. Суспільно-історична зумовленість мислення виявляється в тому, що в кожному акті пізнання дійсності людина спирається на досвід, нагромаджений попередніми поколіннями, оперує тими засобами пізнання, які були створені ними. До таких засобів передусім належать мова як знаряддя вираження, узагальнення та збереження результатів пізнавальної діяльності людей, а також наука і суспільна практика. Широта узагальнень і глибина розкриття сутності явищ також значною мірою зумовлені результатами пізнання дійсності, досягнутими на попередньому етапі історичного розвитку людського суспільства. Як за прибережною хвилею відчувається сила цілого океану, писав Д. І. Писарєв, так і за кожною нашою думкою, якою б новою чи оригінальною вона не здавалась, стоїть досвід багатьох попередніх поколінь.

Отже, хоча мислення кожної людини розвивається і формується в процесі її власної активної пізнавальної діяльності, його зміст і характер завжди зумовлені загальним рівнем пізнання, якого досягло суспільство на певному етапі свого розвитку. Це дає підстави розглядати мислення як продукт суспільно-історичного розвитку.

Суспільна природа мислення виявляється також і в потребах суспільства, в характері тих пізнавальних завдань, на розв'язання яких воно спрямоване.

Предметом мислення людини завжди є найбільш актуальні проблеми, породжені сучасністю. На нинішньому історичному етапі та-

кими є екологічні проблеми, проблеми економічної інтеграції країн за умов ринкових відносин тощо. Поглиблення соціальної сутності мислення зумовлене потребою постійно залучати для розв'язання кожного конкретного завдання досвід, нагромаджений фахівцями в суміжних галузях знання.

Завдяки соціально-історичній природі мислення людство забезпечує наступність у передаванні від покоління до покоління своїх інтелектуальних здобутків, створюючи умови для соціального та науково-технічного прогресу.

Розумові дії і мислительні операції

Щоб зрозуміти певний предмет, треба бути обізнаним з фактами, які його характеризують. Перехід від фактів існування предметів до розкриття їхньої суті, узагальнюючих висновків відбувається за допомогою ряду розумових і практичних дій.

Розумові дії – це дії з предметами, відбитими в образах, уявленнях і поняттях про них.

Ці дії відбуваються подумки за допомогою мовлення. Перш ніж діяти з предметами (розбирати їх, складати, щось будувати з них тощо), людина робить це подумки, не вступаючи в контакт із самим предметом і не вносячи ніяких змін у будову самого об'єкта.

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

Дослідження процесу їх формування (П. Я. Гальперін, Н. Ф. Талізін) показали, що спочатку дії спираються на сприймання матеріальних предметів або їх зображення (дитина практично оцінює кількість). Далі вони здійснюються в плані голосного мовлення без опори на предмети або їх зображення. Нарешті, дії виконуються подумки за допомогою внутрішнього мовлення, тобто стають внутрішніми мислительними діями. Далі вони автоматизуються, узагальнюються, згортаються. Розумові дії, як і практичні, – різноманітні, вони пов'язані з конкретним матеріалом.

У розумових діях можна виокремити їх головні складові елементи, або процеси – *розумові операції*. Такими є *порівняння, аналіз, синтез абстрагування, узагальнення, класифікація, систематизація*.

Порівняння – важлива операція мислення. За її допомогою пізнаються схожі та відмінні ознаки і властивості об’єктів. Операції порівняння можуть бути різними за складністю, залежно від завдання або змісту порівнюваних об’єктів. Порівнянню належить важлива роль у розкритті істотних ознак предметів.

“Усе у світі ми пізнаємо через порівняння, і коли б нам трапився який-небудь новий предмет, який би ми не могли ні з чим порівняти, ні від чого відрізнити (якби такий предмет був можливий), то ми про цей предмет не склали б жодної думки і не могли б сказати про нього жодного слова” (К. Д. Ушинський).

Аналіз і синтез. Аналіз у мисленні є продовженням того аналізу, що відбувається в чуттєвому відображенні об’єктивної дійсності. Він являє собою мислене розчленування предметів свідомості, виокремлення в них частин, сторін, аспектів, елементів, ознак і властивостей.

Об’єктом аналізу можуть бути будь-які предмети та їхні властивості. Починається він у практичних діях і завершується мисленим розумовим аналізом. Аналіз потрібний для розуміння сутності будь-якого предмета, але сам його не забезпечує.

Розуміння потребує не лише аналізу, а й синтезу.

Аналіз і синтез – це протилежні і водночас нерозривно пов’язані між собою процеси.

Синтез – це мислене об’єднання окремих частин, сторін, аспектів, елементів, ознак і властивостей об’єктів в єдине, якісно нове ціле.

Синтез, як і аналіз, спочатку виникає в практичній діяльності, а потім стає мисленою дією. Синтезувати можна елементи, думки, образи, уявлення. Аналіз і синтез – це головні мислительні операції, які в єдності забезпечують повне та глибоке пізнання дійсності.

Абстрагування і узагальнення. Розумовий аналіз переходить в абстрагування, тобто уявне відокремлення одних ознак і властивостей предметів від інших їхніх рис і від самих предметів, яким вони властиві. Слово “абстрагувати” походить від латинського *abstragere* – відволікати, відтягати.

Виокремлення в процесі абстрагування ознак предмета і розгляд їх незалежно від інших його ознак стають самостійними операціями мислення. Так, спостерігаючи переміщення в просторі різних за характером об’єктів – машини, людини, птаха, хмар, небесних тіл, ми

виокремлюємо рух як спільну для них властивість і осмислюємо його як самостійну категорію.

Застосування операції абстрагування в пізнавальній діяльності дає можливість глибше й повніше відобразити складні явища дійсності. Високим рівнем абстрагованості характеризується, зокрема, наукове теоретичне мислення, яке відіграє провідну роль в утворенні понять, що є засадовими для будь-якого знання.

Абстрагування готує ґрунт для глибокого узагальнення. Операція узагальнення виявляється в мисленому об'єднанні предметів, явищ у групи за істотними ознаками, виокремленими в процесі абстрагування.

Узагальнення – це продовження і поглиблення синтезуючої діяльності мозку за допомогою слова. Слово здійснює свою узагальнюючу функцію, спираючись на знакову природу відображуваних ним істотних властивостей і відносин, що присутні в об'єктах.

Узагальнення виокремлених рис предметів та явищ дає можливість групувати об'єкти за видовими, родовими й іншими ознаками.

Така операція називається класифікацією. Класифікація здійснюється з метою розмежування та наступного об'єднання предметів на підставі їх спільних істотних ознак. Вона сприяє впорядкуванню знань і глибшому розумінню їх смислової структури.

Щоб здійснити класифікацію, потрібно чітко визначити її мету, а також ознаки об'єктів, що підлягають класифікації, порівняти об'єкти за їх істотними ознаками, з'ясувати загальні підстави класифікації, згрупувати об'єкти за визначеним принципом.

Упорядкування знань на підставі гранично широких спільних ознак груп об'єктів називається систематизацією.

Систематизація забезпечує розмежування та подальше об'єднання не окремих предметів, як це має місце при класифікації, а їх груп і класів.

Отже, процес розуміння предметів та явищ об'єктивної дійсності, утворення про них наукових понять складний і багатоплановий. Для нього потрібне вивчення фактів, їх порівняння, аналіз і синтез, абстрагування, узагальнення, класифікація, систематизація їх істотних рис і характеристик.

Загальним механізмом операційної діяльності мислення є аналітико-синтетична робота великих півкуль головного мозку.

Форми мислення

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

Судження – це форма мисленого відображення об’єктивної дійсності, яка полягає в тому, що ми стверджуємо наявність або відсутність ознак, властивостей або відносин у певних об’єктах. Наприклад: “Сума внутрішніх кутів трикутника дорівнює 180 градусам”, “Ця квітка – блакитна”, “Це – вагомий доказ” тощо.

Характерною властивістю судження є те, що воно існує, виявляється і формується в реченні. Проте судження та речення – речі не тотожні.

Судження – це акт мислення, що відображає зв’язки, відношення речей, а речення – це граматичне сполучення слів, що виявляє і фіксує це відображення.

Кожне судження виражається в реченні, але не кожне речення є судженням. Речення, які виражають запитання, вигуки, сполучники, прийменники, не є судженнями (“Агов”, “Ану”, “Хто це?”). Між судженнями та реченнями, таким чином, існує складний зв’язок.

Кожне судження включає *суб’єкт і предикат*.

Суб’єктом є предмет судження, про який ідеться і який відображається в нашій свідомості. Предикат – це відображення тих відносин, ознак, властивостей, які ми стверджуємо. Наприклад: “Усі метали при нагріванні розширюються”, де “всі метали” – це суб’єкт, а “при нагріванні розширюються” – предикат. Стверджуючи одне, ми заперечуємо друге. Так, говорячи: “Кит – не риба”, ми маємо на увазі, що кит не належить до класу риб, але стверджуємо, що він належить до іншої категорії живих істот.

Судження є істинним, якщо воно правильно відображає відносини, що існують в об’єктивній дійсності. Істинність судження перевіряється практикою. Судження бувають одиничними (“Київ – столиця України”), частковими (“Деякі метали легші, ніж вода”), загальними (“Усі люди смертні”). Це прості судження.

Судження, що складаються з кількох простих суджень, називаються складними (наприклад: “У рівнобічному трикутнику всі сторони і кути однакові”). Залежно від того, стверджуємо ми чи заперечуємо наявність певних ознак і відносин в об’єктах, судження бувають ствердними або заперечними.

Істинність наших знань або суджень ми можемо з'ясувати шляхом розкриття підстав, на яких вони ґрунтуються, зіставляючи їх з іншими судженнями, тобто розмірковуючи.

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

Умовиводом називається така форма мислення, в якій ми з одного або кількох суджень виводимо нове.

В умовиводах через уже наявні в нас знання ми здобуємо нові. Умовиводи бувають індуктивні, дедуктивні або за аналогією.

Індуктивний умовивід – це судження, в якому на підставі конкретного, часткового робиться узагальнення (наприклад: “Срібло, залізо; мідь – метали; срібло, залізо, мідь при нагріванні розширюються: отже, метали при нагріванні розширюються”).

Дедуктивний умовивід – це судження, в якому на підставі загального здобуваються знання про часткове, конкретне (наприклад: “Усі метали при нагріванні розширюються; срібло – метал: отже, срібло при нагріванні розширюється”).

Умовивід за аналогією ґрунтується на схожості окремих істотних ознак об'єктів, і на цій підставі робиться висновок про можливу схожість цих об'єктів за іншими ознаками.

Умовиводи широко використовують у науковій та практичній діяльності, зокрема в навчально-виховній роботі з дітьми.

Дані, отримані в процесі мислення, фіксуються в поняттях. **Поняття** – це форма мислення, за допомогою якої пізнається сутність предметів і явищ дійсності в їх істотних зв'язках і відношеннях, узагальнюються їх істотні ознаки.

Істотні ознаки – це такі ознаки, які належать об'єктам за будь-яких умов, виражають їх природу, сутність, відрізняють ці об'єкти від інших об'єктів, тобто це їх найважливіші властивості, без яких вони не можуть існувати. Так, істотна ознака плодів полягає в тому, що вони містять у собі насіння, яке є засобом розмноження, а не їх форма, колір, вигляд.

Поняття виникають на основі чуттєвого досвіду. Останній є передумовою формування змістовних понять. Поняття відображають світ глибше і повніше, ніж уявлення.

Поняття завжди існує і виявляється в слові, через слово воно повідомляється іншим людям. За допомогою мови утворюються системи понять, які складають різні галузі наук.

Поняття і слово являють собою єдність, але не тотожність. Слово не утворює поняття, воно є лише знаряддям його утворення. Поняття – елемент думки, слово – елемент мови. Немає поняття без слова, але не кожне слово – це поняття. Наприклад, “вечоріє” – слово, але не поняття, “так” – слово, але не поняття тощо.

Трапляється, що поняття виражається кількома словами. Наприклад, поняття “єдність організму та середовища” передане словосполученням. Одні й ті самі поняття в різних мовах передаються різними словами. Кожне поняття характеризується обсягом і змістом.

Обсяг поняття – це відображене в ньому коло об’єктів, а зміст поняття – це відбита в ньому сукупність їх істотних ознак.

Поняття з більшим обсягом називаються родовими (“меблі”, “рослини”) щодо понять з меншим обсягом ознак (“стіл”, “дерево”), які в такому разі є видовими. Цей поділ відносний. Поняття, що мають ще ширший обсяг, називаються “категорії” (наприклад, “рух”, “кількість”, “якість”, “простір”, “час”).

Поняття поділяються на загальні та одиничні. Ті поняття, які відображають істотні ознаки одиничних об’єктів, називаються одиничними (“країна”, “місто”, “письменник”, “учений”). Поняття, які відображають ознаки цілих класів предметів, є загальними (“елемент”, “зброя” тощо).

Поняття поділяють на конкретні та абстрактні. У конкретних поняттях відображаються певні предмети, явища та зв’язки між ними (наприклад, “меблі”, “рослини”, “тварини”). В абстрактних поняттях відображаються істотні ознаки та властивості відокремлено від самих об’єктів (“вага”, “мужність”, “хоробрість”, “добро”, “зло” тощо). Поділ понять на абстрактні та конкретні відносний, оскільки абстракція має місце в утворенні кожного поняття.

Процес розуміння

Результатом мислення є розуміння людиною предметів і явищ об’єктивної дійсності.

Розуміння – це складна аналітико-синтетична діяльність мозку, спрямована на розкриття внутрішньої сутності предметів,

процесів і явищ, на усвідомлення зв'язків, стосунків, залежностей, які в ній відображаються.

Залежно від характеру пізнавального завдання та його смислової структури розуміння може виявлятися у співвіднесенні нового об'єкта з відомим як таким, що має з ним спільні ознаки, у з'ясуванні причини явища, визначенні вихідних принципів і логічних засад розуміння факту, в усвідомленні підтексту мовного висловлювання, мотивів, сенсу та значення людського вчинку тощо.

Необхідна умова розуміння будь-яких фактів – достатні знання та життєвий досвід людини, які є ключовими компонентами цього процесу.

Як зауважив І. М. Сеченов, “думку може засвоїти або зрозуміти тільки та людина, у якій вона є ланкою в складі особистого досвіду”. Розуміння спирається на асоціативні зв'язки, що сформувалися попереднім досвідом, і є актуалізацією цих зв'язків. Від їх багатства та різноманітності залежить успіх розуміння.

Відповідні асоціації є основою для продуктивного утворення нових асоціацій, замикання нових зв'язків та адекватного відображення причинної, логічної або структурної сутності об'єкта розуміння.

Важливе значення для розуміння має поєднання слова з наочними образами, особливо в тих випадках, коли предметом розуміння є функціональні характеристики об'єктів. Наочні образи, так само як і практичні дії, не лише ілюструють те, що потрібно зрозуміти, а й допомагають розкрити суть того, що осмислюється.

Критерієм розуміння є сформульована в слові думка, яка відображає знання істотних ознак предмета або явища. Уміння охарактеризувати словами те, що осмислюється, свідчить про правильне розуміння.

Важлива роль у розумінні належить розумовим і практичним діям, що виконуються у зв'язку з розкриттям сутності предмета пізнання. При розумінні наукового тексту необхідно виокремити поняттєвий апарат, визначити його логічну структуру, скласти тези, зробити узагальнення. При вивченні механізмів і принципів роботи з текстами показником розуміння є вміння вільно їх розбирати і скласти.

Надійним показником розуміння є зміст відповідей на нестандартні запитання по суті засвоєних знань, вміння варіювати формулювання думок, реконструювати текстову основу змісту, передавати

його в більш стислому або розгорнутому вигляді. Свідченням розуміння вважається також уміння застосовувати на практиці сформульовані в словесній формі принципи, наводити оригінальні приклади, що ілюструють явище.

У навчальному процесі нерідко трапляються ситуації, коли шлях до усвідомлення знань нерозривно пов'язаний з певними практичними діями за інструкціями або алгоритмами. Так буває при оволодінні принципами розв'язання математичних задач, орфографічними правилами тощо.

Мислення людини, спрямоване на розуміння предметів і явищ об'єктивного світу, його закономірностей, вимагає того, щоб у цьому процесі були враховані й дотримані всі психологічні умови, від яких залежить його продуктивність.

Процес розв'язання завдань

Мислення – це процес руху думки від невідомого до відомого.

Мислення починається там, де перед людиною постає щось нове, невідоме, коли вона починає аналізувати, порівнювати, узагальнювати.

Такі питання виникають за умов проблемної ситуації.

Проблемна ситуація характеризується наявністю суперечностей між реальним рівнем знань та об'єктивно необхідним для успішного розв'язання поставленого завдання.

Процес розв'язання пізнавального завдання починається з формулювання питання, яке потрібно визначити, виходячи з конкретних умов проблемної ситуації. Таке формулювання питання – одне з найскладніших етапів у процесі розв'язання завдання. Важливу роль на цьому етапі відіграє здатність людини:

- 1) бачити невизначеність тих чи інших предметів і явищ дійсності;
- 2) ставити питання, виокремлювати проблеми, які потребують з'ясування.

Ці здатності значною мірою залежать від попереднього досвіду людини, проникливості її розуму, вміння бачити незрозуміле там, де іншій людині все здається зрозумілим.

Другий етап розв'язання завдання починається з пошуку шляхів аналізу поставленого запитання та побудови гіпотези. Висування гіпотез дає людині можливість передбачити напрями розв'язання завдання й можливі результати. У разі, коли висунуті гіпотези не підт-

верджуються, їх відкидають, уточнюють умову завдання і саме завдання.

Розв'язання завдання – завершальний етап процесу – може відбутися по-різному.

Можливі випадки, коли людина діє *методом проб і помилок*, перевіряючи ефективність висунутих гіпотез. Розв'язування завдання може ґрунтуватися на використуванні відомих способів, на застосуванні аналогій за нових умов проблемної ситуації.

Розв'язання завдання може перетворюватися на творчий процес.

У такому разі воно вимагає *подолання інертності мислення* та побудови нової стратегії розв'язування. Побудова нової стратегії в усіх випадках є результатом тривалої попередньої роботи мислення, узагальнення й реконструкції досвіду розв'язування завдань у тій чи іншій сфері людської діяльності.

Розв'язання завдання іноді виникає раптово після попередніх напружених, але безрезультатних зусиль, як *інсайт*. Тут має місце *інтуїтивне*, не до кінця усвідомлене в процесуальному плані знаходження рішення.

Саме так відомі вчені і винахідники робили деякі важливі відкриття в науці і техніці. На відкриття закону всесвітнього тяжіння Ньютона наштовхнуло яблуко, що впало йому на голову в момент напруженої зосередженості на проблемі. Аналогічна ситуація зумовила відкриття Архімедом закону виштовхувальної сили рідини, яка діє на занурене в неї тіло.

Важливу роль у стимулюванні мислення в процесі розв'язання завдань відіграють почуття. Винятково важливе значення мають почуття *дивування, допитливості, почуття нового*. Почуття породжують виникнення ідеї, хід розв'язання завдання, супроводжують завершення роботи і труднощі, які виникають на шляху до результату.

Розв'язання завдання вимагає від людини значних вольових зусиль. Від її наполегливості, сили волі та цілеспрямованості залежать ефективність пізнавальної діяльності, загальна культура розумової праці. “Якби той, хто дивується з винахідливості генія, міг поглянути на сам процес цих винаходів, то почав би дивуватися не тільки розуму, а й силі волі, пристрасті і наполегливості винахідників” (К. Д. Ушинський).

Таким чином, процес розв'язування завдань вимагає мобілізації та напруження всіх психічних сил особистості, концентрації її пізнавальної активності.

Різновиди мислення

Предметом мислення людини є пізнавальні завдання, які мають різне змістове підґрунтя і зумовлюють різне співвідношення предметно-дійових, перцептивно-образних та поняттєвих компонентів у їх розв'язанні.

Залежно від цього розрізняють три головних різновиди мислення: наочно-дійове, наочно-образне і абстрактне.

Наочно-дійове мислення характеризується тим, що в ньому розв'язання завдання безпосередньо включається в саму діяльність.

Воно – генетично найбільш рання стадія розвитку мислення. Саме з цього різновиду починається розвиток решти різновидів мислення. Воно розпочинає розвиток мислення первісної людини в процесі зародження трудової діяльності, коли розумовий та практичний її аспекти постають в органічній єдності, причому розумова діяльність ще не виокремилася з предметно-практичної як самостійна.

Із цього різновиду починається розвиток мислення і в онтогенезі. В елементарній формі воно властиве дітям раннього віку, які мислять, діючи з предметами, і, маніпулюючи ними, розкривають нові істотні їх властивості.

Наочно-дійове мислення в розвиненому вигляді притаманне й дорослій людині. Особливо необхідне воно в тих випадках, коли найбільш ефективно розв'язання завдання можливе саме в процесі практичної діяльності.

Наочно-дійове мислення притаманне людям тих професій, які за своїм змістом вимагають практичного аналізу, різноманітного комбінування та конструювання, – наприклад, шахістам, конструкторам, винахідникам. Важлива роль належить наочно-дійовому мисленню там, де продуктивне та економічне розв'язання завдання пов'язане із застосуванням предметно-практичних процедур.

Наочно-образне мислення характеризується тим, що завдання за своїм змістом є образним матеріалом, маніпулюючи яким, людина аналізує, порівнює чи узагальнює істотні аспекти в предметах та явищах. Наочно-образне мислення значно розширює пізнавальні

можливості особистості, дає змогу їй змістовніше і різноманітніше відображати реальність.

Великі можливості цього різновиду мислення виявляються, зокрема, в образотворчому мистецтві.

Ілюстрацією цієї тези можуть бути різні напрями абстракціонізму та модернізму, де смислове навантаження образів передається в адекватно сконструйованих митцем символах.

Схематизація та символічне відображення дійсності виявляються продуктивними і в інших сферах людської діяльності, допомагаючи більш точно та узагальнено відображати реальність. Наприклад, при складанні моделей мережевого планування діяльності, при розв'язанні конструкторсько-технічних завдань тощо.

Розвиток наочно-образного мислення відбувається в діяльності, характер якої вимагає оперування образами різного ступеня узагальнення, схематичного зображення предметів і їх символічного відображення.

Словесно-логічне, або абстрактне мислення відбувається в словесній формі за допомогою понять, які не мають безпосереднього чуттєвого підґрунтя, властивого сприйманню та уявленню. Більшість понять, якими виражаються економічні, суспільно-історичні, наукові категорії, є продуктами здатності мислення створювати абстракції, в яких не простежується їх безпосередній зв'язок з чуттєвою реальністю.

Саме цей різновид мислення дає можливість виявляти загальні закономірності природи і суспільства, на рівні найвищих узагальнень розв'язувати завдання, будувати наукові теорії та гіпотези.

Зазначені різновиди мислення перебувають і виявляються в певному співвідношенні. В розвинених формах вони можуть виявлятися як індивідуальні особливості мислення людей, зумовлені характером їх діяльності, професійними чинниками, співвідношенням першої і другої сигнальних систем та іншими причинами.

Індивідуальні особливості мислення

Мислення різних людей підлягає загальним психологічним закономірностям і водночас характеризується індивідуальними особливостями. Відмінності в мисленні виявляються в різноманітних його якостях. Індивідуальні відмінності мислення людей зумовлені

передусім особливостями їх життя, характером діяльності, навчанням.

Певний вплив на особливості мислення виявляють тип вищої нервової діяльності, співвідношення першої та другої сигнальних систем. Найістотнішими якостями, які виявляють індивідуальні відмінності мислення, є його *самостійність, критичність, гнучкість, глибина, широта, послідовність, швидкість*.

Самостійність мислення характеризується вмінням людини ставити нові завдання й розв'язувати їх, не вдаючись до допомоги інших людей. Самостійність мислення ґрунтується на врахуванні знань і досвіду інших людей. Людина, якій властива ця якість, творчо підходить до пізнання дійсності, знаходить нові, власні шляхи і способи розв'язання пізнавальних та інших проблем.

Самостійність мислення тісно пов'язана з критичністю мислення людини.

Критичність мислення виявляється в здатності людини не підпадати під вплив чужих думок, об'єктивно оцінювати позитивні та негативні аспекти явища або факту, виявляти цінне та помилкове в них. Людина з критичним розумом вимогливо оцінює свої думки, ретельно перевіряє рішення, зважає на всі аргументи “за” і “проти”, виявляючи тим самим самокритичне ставлення до своїх дій.

Критичність і самостійність мислення великою мірою залежать від життєвого досвіду людини, багатства та глибини її знань.

Гнучкість мислення виявляється в умінні людини швидко змінювати свої дії при зміні ситуації діяльності, звільняючись від залежності закріплених у попередньому досвіді способів і прийомів розв'язання аналогічних завдань. Гнучкість мислення виявляється в готовності швидко переключатися з одного способу розв'язування завдань на інший, змінювати тактику і стратегію їх розв'язування, знаходити нові нестандартні способи дій за умов, що змінились.

Глибина мислення виявляється в умінні проникати в сутність складних питань, розкривати причини явищ, приховані за нашаруванням неістотних проявів, бачити проблему там, де її не помічають інші, передбачати можливі наслідки подій і процесів.

Саме ця риса властива особистостям з глибоким розумом, які в простих, добре відомих фактах уміють помічати протиріччя й на

цій підставі розкривати закономірності природи та суспільного життя.

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

Послідовність мислення виявляється в умінні дотримувати логічної наступності при висловлюванні суджень, їх обґрунтуванні. Послідовним можна назвати мислення людини, яка точно дотримується теми міркування, не відхиляється від неї, не перестрибує з однієї думки на іншу, не підміняє предмет міркування.

Для послідовного мислення характерне дотримання певних принципів розгляду питання, зрозумілість плану, відсутність протиріч і логічних помилок в аргументації думки, доказовість та об'єктивність у висновках, що робляться.

Швидкість мислення – це здатність швидко розібратися в складній ситуації, швидко обдумати правильне рішення і прийняти його. Швидкість мислення залежить від знань, міри сформованості мислительних навичок, досвіду у відповідній діяльності та рухливості нервових процесів.

Швидкість мислення слід відрізнити від квапливості та похапливості, які демонструють деякі люди, не продумуючи належним чином рішень, що приймаються, не прогнозуючи можливих наслідків наспіх, похапцем прийнятих рішень.

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

Формалізована структура змісту теми

Функція мислення: розкриття внутрішньої, безпосередньо не даної у відчуттях та сприйманнях, сутності об'єктів та явищ дійсності.

Механізм мислення: операції аналізу, синтезу, порівняння, абстрагування, узагальнення, класифікації та систематизації.



Запитання і завдання для самостійної роботи

1. У чому полягають специфічні особливості мислення як вищої форми пізнавальної діяльності?
2. У чому виявляється істотна відмінність абстрактного пізнання дійсності від чуттєвого?
3. У чому полягає особливість опосередкованого способу пізнання дійсності?
4. Що характеризує істотні ознаки предметів та явищ, які є об'єктом мисленого пізнання?
5. Охарактеризуйте головні операції мислення.
6. Що є кінцевим продуктом мисленого пізнання дійсності?
7. У чому полягає відмінність понять від уявлень як форм пізнання дійсності?
8. Як співвідносяться між собою проблемна ситуація та завдання?
9. Визначте головні етапи процесу розв'язання завдання.

10. За якими принципами мислення може бути поділене на різновиди?

Альтернативно-тестові завдання для самоконтролю

1. Чи достатньо буде, характеризуючи мислення, вказати на такі його ознаки: це спосіб опосередкованого та узагальненого відображення внутрішніх властивостей об'єктів та явищ дійсності?
2. Чи є соціальна природа мислення необхідною умовою його розвитку?
3. Чи всі операції мислення названі: аналіз, синтез, абстрагування, узагальнення, класифікація, систематизація?
4. Чи достатня така характеристика операції аналізу: аналіз – це розкладання цілого на частини?
5. Чи достатня така характеристика операції синтезу: синтез – це об'єднання в ціле елементів, виокремлених в об'єкті в процесі аналізу?
6. Чи згодні ви з твердженням, що продуктом мислення можуть бути лише поняття?
7. Чи згодні ви з твердженням, що в поняттях як формі мислення найповніше відображаються всі властивості та якості об'єктів?
8. Чи вважаєте ви, що поняття “завдання” іноді може бути ширшим, ніж поняття “проблемна ситуація”?
9. Чи правильно названі форми мислення: наочно-дійове, наочно-образне, словесно-логічне, поняттєве?

Завдання та проблемні ситуації

1. У чому виявляється принципова відмінність мислення людини від “мислення” машини? Наведіть аргументи, які б переконливо довели наявність такої відмінності.
2. У чому полягають відмінності мислення людини та мислення тварини? Що не дає можливості мисленню тварини піднятися до рівня людського мислення?
3. Про які якості розуму йдеться в наведеному описі: “Він мав ґрунтовні знання у сфері як соціальних, так і природничих наук і вмів цими знаннями добре користуватися. У досліджуваних явищах він прагнув віднайти їхню сутність, з'ясувати головні причини, зв'язки. Відкидаючи будь-які шаблони, при аналізі нових фактів умів бачити їх з нового боку й не боявся критично оцінити свої попередні погляди. Іноді він припускався помилок, але вмів усувати їх згодом”.

Література

1. *Загальна психологія* / За ред. С. Д. Максименка. – К.: Форум, 2000
2. *Коваленко А. Б.* Психологія розуміння. – К., 1999.
3. *Максименко С. Д.* Основи генетичної психології: Навч. посібник. – К.: НПЦ “Перспектива”, 1998.
4. *Максименко С. Д.* Процес розуміння задач. – К.: Знання, 1979.
5. *Максименко С. Д.* Індивідуальні особливості мислення дитини. – К.: Знання, 1979.
6. *Максименко С. Д.* Розвиток психіки в онтогенезі: [У 2-х т.] Т.1. Теоретико-методологічні проблеми генетичної психології. – К.: Форум, 2002.
7. *Максименко С. Д.* Розвиток психіки в онтогенезі: [У 2-х т.] Т. 2. Моделювання психологічних новоутворень. – К.: Форум, 2002.
8. *Основи загальної психології* / За ред. С. Д. Максименка. – К.: НПЦ “Перспектива”, 1998.
9. *Психологія I* За ред. Г. С. Костюка. – К.: Рад. школа, 1968.
10. *Смульсон М. Л.* Психологія розвитку інтелекту. – К.: Знання, 2001.
11. *Общая психология* / Под ред. С. Д. Максименко. – М.: Рефлбук; – К.: Ваклер, 1999.
12. Maksymenko S.D., Viktor Burlaka, Oleksii Serdiuk, Jun Sung Hong, Lisa A. O'Donnell, Vitalii Panok and others. Child Internalizing Problems in Ukraine: The Role of Prosocial and Antisocial Friends and Generalized Self-Efficacy/ Societies 2022, 12, 144.
13. Максименко С.Д., Ірхін Ю.Б., Деркач Л.М., Марусинець М.М., Касинець М.М. Психологічна організація модульного формування когнітивних здібностей: генетико-креативний підхід: навчальний посібник. Том 1. Київ: «Видавництво Людмила», 2023. 384 с.
14. Диференційна психологія. Видання 2-ге, перероблене і доповнене: підручник/ за загальною редакцією академіка С.Д. Максименка. Київ: «Видавництво Людмила», 2024. 572 с.
15. Генеза сучасної інформаційно-когнітивної (гібридної) війни в українському контексті та глобальному вимірі: наукове дослідження/ С.Д. Максименко, Л.М. Деркач. Київ: «Видавництво Людмила», 2024. 128 с.

11. Пам'ять

Ключові поняття теми:

пам'ять, асоціація, запам'ятовування, відтворення, впізнання, згадування, пригадування, персеверація, ремінісценція, образна пам'ять, словесно-логічна пам'ять, емоційна пам'ять, рухова пам'ять, оперативна пам'ять, короткочасна пам'ять, довготривала пам'ять

Поняття про пам'ять

Враження, які одержує людина, відображаючи дійсність через свої органи чуттів чи в процесі мислення, не зникають безслідно, а фіксуються в мозку і зберігаються в ньому у вигляді образів, уявлень про предмети та явища, що сприймалися раніше. При потребі набутий досвід може бути відтворений і використаний у діяльності.

Закріплення, зберігання та наступне відтворення людиною її попереднього досвіду називається пам'яттю.

Пам'ять є наріжним каменем психічного життя людини. Завдяки пам'яті вона може набувати потрібні для діяльності знання, вміння та навички.

Пам'ять – необхідна умова психічного розвитку людини. Нові зрушення в її психіці завжди ґрунтуються на попередніх досягненнях, на основі здобутків, зафіксованих у пам'яті.

Завдяки пам'яті зберігається цілісність “Я” особистості, усвідомлюється єдність її минулого та сучасного. Без запасу уявлень пам'яті неможливими були б розумова діяльність, створення образів, уява, орієнтування в середовищі взагалі. Людина, позбавлена пам'яті, зауважував І. М. Сеченов, постійно перебувала б у становищі новонародженого, була б істотою, не здатного нічого навчитися, ніщо опанувати.

У пам'яті розрізняють такі головні процеси: *запам'ятовування, зберігання, відтворення та забування.*

Залежно від матеріалу, який запам'ятовується, виокремлюють образну, словесно-логічну, емоційну та рухову пам'ять.

За тривалістю утримання матеріалу, що запам'ятовується, пам'ять поділяють на *короткочасну, довготривалу та оперативну.*

Теорії пам'яті

Перші спроби науково пояснити феномен пам'яті на психологічному рівні здійснені асоціативним напрямом психології. Центральним поняттям асоціативної психології є поняття асоціації, що означає зв'язок, з'єднання.

Асоціація – обов'язковий принцип усіх психічних утворень. Механізм асоціації полягає у встановленні зв'язку між враженнями, що одночасно виникають у свідомості. Залежно від умов, необхідних для їх утворення, асоціації поділяють на три типи: асоціації за суміжністю, асоціації за схожістю, асоціації за контрастом.

Асоціація за суміжністю – це відображення в мозку людини зв'язків між предметами та явищами, які йдуть одні за одними в часі (суміжність у часі) або перебувають поряд одні з одними в просторі (суміжність у просторі). Асоціації за суміжністю виникають при згадуванні подій, свідком яких була людина, при заучуванні навчального матеріалу тощо.

Асоціація за схожістю має місце в тих випадках, коли в мозку відображаються зв'язки між предметами, схожими між собою в певному відношенні (помилкове сприйняття незнайомої людини як знайомої).

Асоціація за контрастом утворюється при відображенні в мозку людини предметів та явищ об'єктивної дійсності, пов'язаних між собою протилежними ознаками (високий – низький, швидкий – повільний, веселий – сумний тощо).

Особливим різновидом асоціацій є породжені потребами пізнавальної діяльності і життя людини причинно-наслідкові асоціації, які відображають не лише збіг подразників у часі та просторі, їх схожість і відмінність, а й причинні залежності між ними.

Причинно-наслідкові асоціації є засадовими щодо міркувань і логічних побудов.

Пояснюючи механізм різних типів асоціацій, асоціанізм як напрям не пояснював того, чим детермінований цей процес, що зумовлює його вибірковість.

Рішучої критики асоціативна теорія зазнала від гештальт-психології. Головним поняттям нової теорії було поняття “*геіштальт*” – образ як цілісно організована структура, яка не зводиться до суми її окремих частин. Тому утворення зв'язків ґрунтується на органі-

зації матеріалу, що й визначає аналогічну структуру слідів у мозку за принципом подібності за формою.

Згідно з ученням Павлова, матеріальною основою пам'яті є пластичність кори великих півкуль головного мозку, її здатність утворювати нові тимчасові нервові зв'язки, умовні рефлекси. Утворення, зміцнення та згасання тимчасових нервових зв'язків є фізіологічним механізмом пам'яті. Запамятоване зберігається не як образ, а як "слід", як тимчасові нервові зв'язки, що утворились у відповідь на дію подразника.

Фізіологічна основа пам'яті тісно пов'язана із закономірностями вищої нервової діяльності. Вчення про утворення тимчасових нервових зв'язків – це теорія запамятовування на фізіологічному рівні. Умовний рефлекс – це акт утворення зв'язку між новим і раніше закріпленим змістом, що становить основу акту запамятовування.

Для розуміння причинної зумовленості пам'яті важливого значення набуває поняття підкріплення. Підкріплення – це досягнення безпосередньої мети дії індивіда або стимул, що мотивує дію, це збіг новоутвореного зв'язку з досягненням мети дії, а "якщо зв'язок збігся з досягненням мети, він залишився й закріпився" (І. П. Павлов).

Фізіологічне розуміння підкріплення співвіднесене з психологічним поняттям мети дії. Це – пункт злиття фізіологічного та психологічного аналізу механізмів пам'яті. Запамятовування того, "що було", не мало б сенсу, якби воно не могло бути використане для того, "що буде".

У поясненні механізмів пам'яті є ще так звані фізична і біохімічна теорії пам'яті.

Згідно з фізичною теорією пам'яті проходження будь-якого збудження через певну групу клітин (нейронів) залишає після себе фізичний слід, що приводить до механічних та електронних змін у синапсах (місце сполучення нервових клітин). При зоровому сприйманні предмета немовби відбувається обстеження предмета оком по контуру, що супроводжується рухом імпульсу у відповідній групі нервових клітин, які нібито моделюють сприйнятий об'єкт вигляді просторово-часової нервової структури.

Цю теорію називають ще теорією нейронних моделей. Процес створення та активізації нейронних моделей і є засадовим щодо процесів запамятовування, відтворення та збереження.

Встановлено, що аксони, які відходять від клітин, з'єднуються з дендритами іншої клітини або повертаються до тіла своєї клітини. У результаті такої структури виникає можливість циркуляції ревербуючих кіл збудження різної складності. Так виникає самозарядження клітини, збудження не виходить за межі певної системи. Це так званий нейрофізіологічний рівень вивчення механізмів пам'яті.

Біохімічна теорія пам'яті виражається гіпотезою про двощаблевий характер процесу запам'ятовування. Суть його полягає в тому, що на першому щаблі, відразу після впливу подразника, в мозку відбувається короткочасна електрохімічна реакція, яка викликає зворотні фізіологічні процеси в клітині.

Друга стадія виникає на ґрунті першої – це власне біохімічна реакція, пов'язана з утворенням протеїнів. Перша стадія триває секунди (або хвилини) і є механізмом короткочасної пам'яті. Друга стадія, яка характеризується необоротністю хімічних змін у клітинах, вважається механізмом довготривалої пам'яті.

Прихильники хімічної теорії пам'яті вважають, що специфічні зміни, які відбуваються в нервових клітинах під впливом зовнішніх подразників, і є механізмами процесів закріплення, збереження і відтворення слідів одержаних вражень.

Різновиди пам'яті

Залежно від того, що запам'ятовується і відтворюється, розрізняють за змістом чотири різновиди пам'яті, а саме: образну, словесно-логічну, рухову та емоційну.

Образна пам'ять виявляється в запам'ятовуванні образів, уявлень конкретних предметів, явищ, їх властивостей, наочно даних зв'язків і відносин між ними.

Залежно від того, якими аналізаторами сприймаються об'єкти при їх запам'ятовуванні, образна пам'ять буває зоровою, слуховою, тактильною, нюховою тощо.

Фізіологічною основою образної пам'яті є тимчасові нервові зв'язки першосигнального характеру. Проте в ній бере участь і друга сигнальна система. Мова є засобом усвідомлення людиною її чуттєвого досвіду.

Зміст словесно-логічної пам'яті – це думки, поняття, судження, умовиводи, які відображають предмети та явища в їх істотних зв'язках і відносинах, у загальних властивостях. Думки не існують

без мови, тому така пам'ять і називається словесно-логічною. Цей різновид пам'яті ґрунтується на спільній діяльності першої та другої сигнальних систем.

Словесно-логічна пам'ять – специфічно людська пам'ять, на відміну від образної, рухової та емоційної, яка є і у тварин.

Рухова пам'ять виявляється в запам'ятовуванні та відтворенні людиною своїх рухів. Виявляється вона в різних видах ігрової, трудової, виробничої діяльності, в праці художника, балерини, друкарки тощо. Вона є основою створення різних умінь і навичок, засвоєння усної та письмової мови.

Емоційна пам'ять виявляється у запам'ятовуванні та відтворенні людиною своїх емоцій та почуттів. Запам'ятовуються не стільки самі по собі емоції, скільки предмети та явища, що їх викликають. Наприклад, почуття ностальгії при спогадах про країну, в якій людина виросла, але з якихось причин залишила її.

Залежно від характеру перебігу процесів пам'яті останню поділяють на *мимовільну* та *довільну*. Про мимовільну пам'ять говорять тоді, коли ми щось запам'ятовуємо та відтворюємо, не ставлячи перед собою спеціальної мети щось запам'ятати або відтворити. У тих випадках, коли ми ставимо собі за мету щось запам'ятати або пригадати, говорять про довільну пам'ять.

Мимовільна і довільна пам'ять є щаблями розвитку пам'яті людини в онтогенезі. Пам'ять поділяють також на *короткочасну*, *довготривалу* та *оперативну*.

Короткочасною називають пам'ять, яка характеризується швидким запам'ятовуванням матеріалу, його відтворенням і нетривалим зберіганням. Вона, як правило, обслуговує актуальні потреби діяльності і має обмежений обсяг.

Довготривала пам'ять виявляється в процесі набування й закріплення знань, умінь і навичок, розрахованих на їх тривале збереження та наступне використання в діяльності людини.

Оперативною називається пам'ять, яка забезпечує запам'ятовування і відтворення оперативної інформації, потрібної для використання в поточній діяльності. Наприклад, утримання в думці проміжних числових результатів при виконанні складних обчислювальних дій. Виконавши свою функцію, така інформація може забуватися.

Запам'ятовування та його різновиди

Запам'ятовування – один із головних процесів пам'яті. Засадовими стосовно нього є утворення й закріплення тимчасових нервових зв'язків. Чим складніший матеріал, тим складніші й ті тимчасові зв'язки, які утворюють підґрунтя запам'ятовування.

Запам'ятовування, як і інші психічні процеси, буває *мимовільним і довільним*.

Мимовільне запам'ятовування здійснюється без спеціально поставленої мети запам'ятати. На мимовільне запам'ятовування впливають яскравість, емоційна забарвленість предметів. Усе, що емоційно сильно впливає на нас, запам'ятовується незалежно від нашого наміру запам'ятати.

Мимовільному запам'ятовуванню сприяє також наявність інтересу. Усе, що цікавить, запам'ятовується значно легше й утримується в нашій свідомості протягом тривалішого часу, ніж нецікаве. Мимовільні форми запам'ятовування мають місце в тих випадках, коли будь-яке явище постає контрастно на загальному тлі.

Предмети, схожі на вже відомі нам раніше, мимовільно запам'ятовуються легше. Мимовільне запам'ятовування має велике значення в житті людини. Воно сприяє збагаченню її життєвого досвіду. Велику роль мимовільне запам'ятовування відіграє і у навчальній діяльності.

Довільне запам'ятовування відрізняється від мимовільного рівнем волевого зусилля, наявністю завдання та мотиву. Воно має цілеспрямований характер, у ньому використовуються спеціальні засоби та прийоми запам'ятовування.

Умовами успішного запам'ятовування є:

- багаторазове, розумно організоване й систематичне повторення, а не механічне, що визначається лише кількістю повторень;
- розбивка матеріалу на частини, виокремлення в ньому смислових одиниць;
- розуміння тощо.

Залежно від міри розуміння запам'ятовуваного матеріалу довільне запам'ятовування буває механічним і смисловим (логічним).

Механічним є таке запам'ятовування, яке здійснюється без розуміння суті. Воно призводить до формального засвоєння знань.

Смислове (логічне) запам'ятовування спирається на розуміння матеріалу в процесі дії з ним, оскільки лише діючи з матеріалом, ми запам'ятовуємо його.

Умовами успіху довільного запам'ятовування є дієвий характер засвоєння знань, інтерес до матеріалу, його важливість, установка на запам'ятовування тощо.

Відтворення та його різновиди

Відтворення – один із головних процесів пам'яті. Воно є показником міцності запам'ятовування і водночас наслідком цього процесу.

Засадовою для відтворення є активізація раніше утворених тимчасових нервових зв'язків у корі великих півкуль головного мозку.

Найпростіша форма відтворення – *впізнавання*. Впізнавання – це відтворення, що виникає при повторному сприйманні предметів. Впізнавання буває повним і неповним.

При повному впізнаванні повторно сприйнятій предмет відразу ототожнюється з раніше відомим, повністю відновлюються час, місце та інші деталі попереднього ознайомлення з ним. Повне впізнавання має місце, наприклад, при зустрічі з добре знайомою людиною або коли йдемо добре відомими вулицями тощо.

Неповне впізнавання характеризується невизначеністю, труднощами співвіднесення об'єкта, що сприймається, з тим, що вже мав місце в попередньому досвіді. Так, почувши мелодію, людина може переживати почуття знайомого, проте буде неспроможна ототожнити її з конкретним музичним твором.

Складнішою формою відтворення є *згадування*. Особливість згадування полягає в тому, що воно відбувається без повторного сприймання того, що відтворюється.

Згадування може бути довільним, коли воно зумовлюється актуальною потребою відтворити потрібну інформацію (наприклад, пригадати правило при написанні слова або речення, відповісти на запитання), або мимовільним, коли образи або відомості спливають у свідомості без будь-яких усвідомлених мотивів.

Таке явище називається *персеверацією*. Під персеверацією розуміють уявлення, які мають нав'язливий характер. З'являються образні персеверації після багаторазового сприймання певних предметів

або явищ, або коли має місце сильний емоційний вплив на особистість.

До мимовільного відтворення належить явище *ремінісценції*, або “виринання” у свідомості того, що неможливо було згадати відразу після його запам’ятовування.

Ремінісценція – наслідок зняття втоми нервових клітин, яке настає після виконання складного мнемонічного завдання. З часом ця втома зникає і продуктивність відтворення зростає.

Особливою формою довільного відтворення запам’ятованого матеріалу є *пригадування*. Потреба в пригадуванні виникає тоді, коли в потрібний момент не вдається згадати те, що необхідно. У цій ситуації людина докладает певних зусиль, щоб подолати об’єктивні та суб’єктивні труднощі, пов’язані з неможливістю згадати, напружує волю, вдається до пошуку шляхів активізації попередніх вражень, до різних мнемонічних дій.

Пригадування може бути складною розумовою діяльністю, яка включає в себе поетапне відтворення всіх обставин та умов, за яких відбувається процес запам’ятовування предмета або явища. Від уміння пригадувати залежить ефективність використання набутих знань, розвиток пам’яті як психічного процесу взагалі. К. Д. Ушинський одну з головних причин “поганої пам’яті” вбачав саме в лінощах пригадувати.

Одним із різновидів довільного відтворення є *спогади*. Спогади – це локалізовані в часі та просторі відтворення образів нашого минулого. У спогадах етапи життя людини співвідносяться нею із суспільними подіями, з важливими в особистому житті датами. Специфічним змістом цього відтворення є факти життєвого шляху людини в контексті історичних умов певного періоду, до яких вона так чи інакше була причетна безпосередньо. Це зумовлює насиченість спогадів різноманітними емоціями, які збагачують і поглиблюють зміст відтворення.

Забування та його причини

Усе, що людина запам’ятовує, з часом поступово забувається. *Забування – процес, зворотний запам’ятовуванню*. Забування виявляється в тому, що втрачається чіткість запам’ятованого, зменшується його обсяг, виникають помилки у відтворенні, воно стає неможливим і, нарешті, унеможлиблюється впізнання.

Забування – функція часу. Забування – це згасання тимчасових нервових зв'язків, що впродовж тривалого часу не підкріплювалися. Якщо набуті знання протягом тривалого часу не використовуються і не повторюються, то вони поступово забуваються. Другою причиною забування є недостатня міцність запам'ятовування. Щоб запобігти забуванню, потрібно добре заучувати матеріал.

Забування залежить також від змісту діяльності, її організації та умов, за яких вона відбувається. Причиною, яка погіршує запам'ятовування, може бути негативна *індукція*, зумовлена змістом матеріалу. Схожий, складний матеріал попереднього заняття ускладнює утворення нових тимчасових нервових зв'язків, знижує ефективність запам'ятовування.

Негативний вплив раніше запам'ятованого матеріалу на засвоєння нового характеризується як *проактивна* (така, що діє наперед) *інтерференція*. З погляду психології недоцільно після математики вивчати фізику або хімію. Негативний вплив наступної діяльності на зв'язки, вироблені в попередній діяльності, має назву *ретроактивної* (такої, що діє зворотно) *інтерференції*.

Тимчасовою причиною труднощів відтворення може бути сильний імпульс – бажання пригадати, яке індукує гальмування. Прикладом може бути стан студента на іспиті, коли він намагається відразу пригадати відповіді на запитання в білеті й через хвилювання не може цього зробити. Гальмування знімається шляхом переведення думки на інші об'єкти.

Забування – процес поступовий, засадовим для нього є послаблення і порушення раніше утворених умовних зв'язків. Чим менше вони закріплені, тим швидше згасають і забуваються.

Як показують дослідження пам'яті (П. І. Зінченко, А. А. Смирнов та ін.), швидше забувається та інформація, якій належить *другорядна роль* у змісті діяльності. Протягом набагато тривалішого часу утримується інформація, що несе в діяльності *головне смислове навантаження*.

Найвищі темпи забування мають місце відразу після заучування матеріалу.

Для тривалого утримання в пам'яті інформації важливо від самого початку забезпечити міцне її запам'ятовування і закріплення шляхом повторення в перші дні після того, як вона була отримана.

Важлива умова продуктивного запам'ятовування – осмисленість, розуміння того, що є його предметом.

Індивідуальні особливості пам'яті

Кожна особистість має індивідуальні відмінності пам'яті, які виявляються в різних сферах її мнемічної діяльності.

У процесах пам'яті індивідуальні відмінності виявляються у *швидкості, точності, міцності запам'ятовування та готовності до відтворення*.

Швидкість запам'ятовування визначається кількістю повторень, потрібних людині для запам'ятовування нового матеріалу.

Точність запам'ятовування характеризується відповідністю відтвореного тому, що запам'ятовувалося, та кількістю допущених помилок.

Міцність запам'ятовування виявляється в тривалості збереження завченого матеріалу (або в повільності його забування).

Готовність до відтворення виявляється в тому, як швидко та легко в потрібний момент людина може пригадати потрібні їй відомості.

Індивідуальні відмінності пам'яті можуть бути зумовлені типом вищої нервової діяльності. Швидкість утворення тимчасових нервових зв'язків пов'язана з силою процесів забування та гальмування, що зумовлює точність і міцність запам'ятовування.

При сильному, але недосить рухливому гальмуванні диференціація вражень відбувається повільно, що може позначатися на точності запам'ятовування. Якщо в людини сформовані раціональні способи мнемонічної діяльності, вироблені відповідні звички – акуратність, точність, відповідальність, – то негативні прояви, зумовлені типологічними особливостями нервової системи, можуть коригуватися.

Індивідуальні відмінності пам'яті виявляються і в тому, який матеріал краще запам'ятовується – образний, словесний чи в однаковій мірі продуктивно той і той.

У зв'язку з цим у психології розрізняють наочно-образний, словесно-абстрактний, змішаний, або проміжний, типи пам'яті. Ці типи зумовлені частково співвідношенням першої та другої сигнальних систем у вищій нервовій діяльності людини, але головним чином – умовами життя та вимогами професійної діяльності.

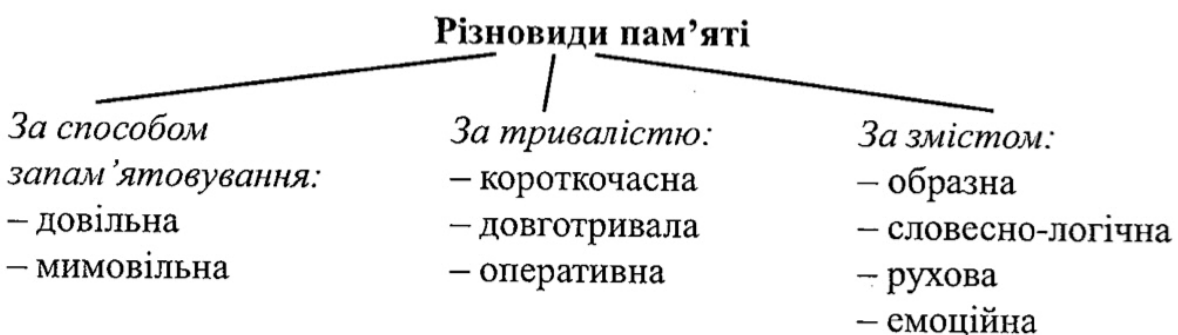
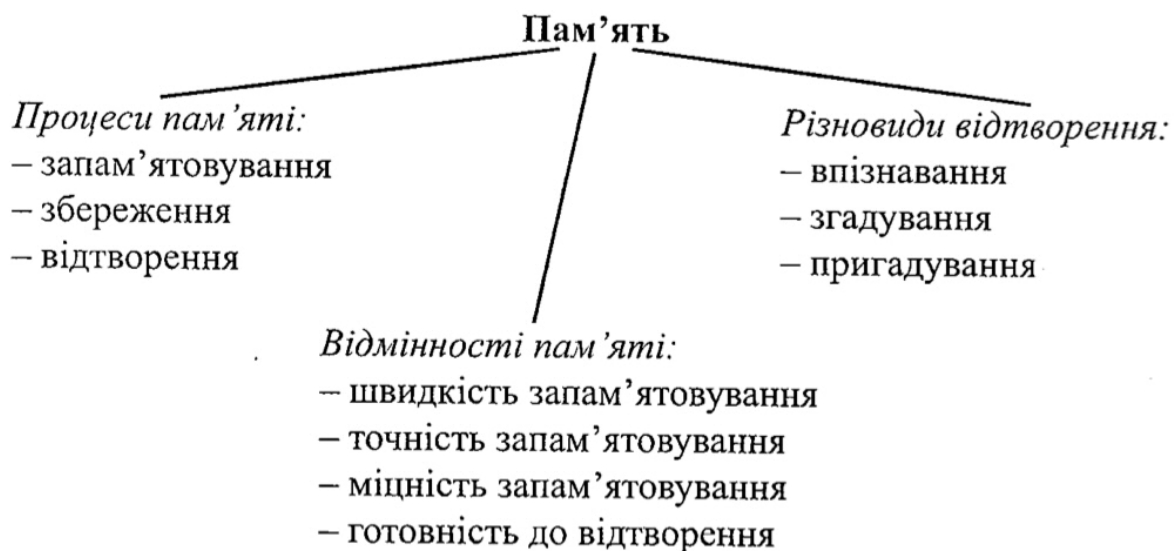
Так, наочно-образний тип пам'яті частіше зустрічається у художників, письменників, музикантів, словесно-абстрактний – у вчених, філософів. Змішаний тип пам'яті має місце в людей, у діяльності яких не спостерігаються помітні переваги наочно-образного або словесно-абстрактного типу.

Враховувати індивідуальні відмінності пам'яті важливо у навчальній роботі, щоб максимально продуктивно використовувати потенційні можливості кожного учня та всебічно розвивати його пам'ять.

Формалізована структура змісту теми

Пізнавальна функція пам'яті: нагромадження життєвого досвіду.

Фізіологічний механізм: здатність відображати і зберігати враження від впливів довкілля.



Запитання і завдання для самостійної роботи

1. Охарактеризуйте найважливіші особливості пам'яті як пізнавального процесу.

2. Яка роль пам'яті у психічному житті людини?
3. Яка природа асоціацій і яке їх значення в процесах пам'яті?
4. За якими принципами пам'ять поділяють на різновиди?
5. У чому полягає відмінність між короткочасною та оперативною пам'яттю?
6. Які головні умови продуктивного запам'ятовування?
7. Як можна пояснити явище ремінісценції?
8. У чому виявляється головна відмінність образів та уявлень пам'яті від образів сприймання?
9. У чому виявляються індивідуальні відмінності пам'яті?

Альтернативно-тестові завдання для самоконтролю

1. Чи є пам'ять психічним процесом, який можна віднести до абстрактного пізнання?
2. Чи можна стверджувати, що функція пам'яті вичерпується процесами фіксації та відтворення одержаних вражень?
3. Чи правильно визначені принципи поділу пам'яті на різновиди: залежно від участі волі в процесах запам'ятовування, залежно від тривалості утримання інформації в пам'яті, залежно від змісту запам'ятовуваного?
4. Чи всі різновиди пам'яті названі: довільна, мимовільна, образна, рухова, словесно-логічна, емоційна, довготривала, короткочасна?
5. Чи є принципова різниця в механізмах мимовільного відтворення та персеверації?
6. Чи всі умови продуктивного запам'ятовування названі: мета запам'ятовування, позитивне ставлення до заучуваного, осмисленість інформації, повторення?
7. Чи всі названі особливості пам'яті характеризують її індивідуальні відмінності: швидкість запам'ятовування, готовність до відтворення, тривалість зберігання, персеверація?

Завдання та проблемні ситуації

1. З досвіду відомо, що, хвилюючись, людина може забувати раніше запам'ятоване. Яке фізіологічне пояснення можна дати цьому явищу?
2. Багато людей для кращого запам'ятовування вдаються до коротких занотувань. Чому такий прийом сприяє кращому запам'ятовуванню матеріалу?
3. В одному експерименті піддослідним було запропоновано розв'язати п'ять задач. У другому – через 15 хвилин їм же потрі-

бно було скласти п'ять аналогічних задач. Після цього на вимогу експериментатора вони повинні були відтворити числа з усіх десяти задач. В якому випадку піддослідні краще запам'ятали цифри і чому?

4. Трапляється так, що тривала робота по запам'ятовуванню навчального матеріалу виявляється неефективною. Чим пояснити, що, по-перше, матеріал погано запам'ятовується, по-друге, створюється ілюзія його запам'ятовування?
5. Як психологічно та фізіологічно обґрунтувати положення К. Д. Ушинського про те, що “погана пам'ять” – це результат лінощів пригадувати?

Література

1. *Загальна психологія* / За ред. С. Д. Максименка. – К.: Форум, 2000.
2. *Максименко С. Д.* Основи генетичної психології: Навч. посібник. – К.: НПЦ “Перспектива”, 1998.
3. *Максименко С. Д.* Розвиток психіки в онтогенезі: У 2 т., Т.1. Теоретико-методологічні проблеми генетичної психології. – К.: Форум, 2002.
4. *Максименко С. Д.* Розвиток психіки в онтогенезі: У 2 т., Т. 2. Моделювання психологічних новоутворень. – К.: Форум, 2002
5. *Основи загальної психології* / За ред. С. Д. Максименка. – К.: НПЦ “Перспектива”, 1998.
6. *Психологія* / За ред. Г. С. Костюка. – К.: Рад. школа, 1968.
7. *Хомуленко Т. Б.* Развитие высших форм памяти. – Харьков, 1998.
8. Максименко С.Д., Я.В. Руденко, А.М. Кушнерьова, В.М. Невмержицький. Психічне здоров'я особистості: посібник для вищих навчальних закладів. Київ: “Видавництво Людмила”, 2021. 438 с.
9. Максименко С.Д., Яланська С.П. Генетико-креативний підхід: діяльнісне опосередкування особистісного розвитку: монографія. Київ: “Видавництво Людмила”, 2021. 508 с.
10. Диференційна психологія. Видання 2-ге, перероблене і доповнене: підручник/ за загальною редакцією академіка С.Д. Максименка. Київ: «Видавництво Людмила», 2024. 572 с.

Частина четверта

МЕХАНІЗМИ ПРОЕКТУВАННЯ МАЙБУТНЬОГО

12. Увага

Ключові поняття теми:

увага, уважність, осередок оптимального збудження, домінанта, орієнтувальний рефлекс, взаємна індукція, мимовільна увага, довільна увага, післядовільна увага, зовнішня увага, внутрішня увага, обсяг уваги, стійкість уваги, розподіл уваги, переключення уваги, коливання уваги, розсіяність уваги

Поняття про увагу

Особистість, перебуваючи в бадьорому стані, активно, по-дійовому ставиться до предметів та явищ навколишньої дійсності, до власних переживань: щось сприймає, запам'ятовує, пригадує, про щось думає. У таких випадках вона зосереджує свою свідомість на тому, що сприймає, запам'ятовує, переживає, тобто вона буває до чогось уважною.

Отже, увага – це особлива форма психічної діяльності, яка виявляється у спрямованості і зосередженості свідомості на вагомих для особистості предметах, явищах навколишньої дійсності або власних переживаннях.

Важливою закономірністю уваги є її *вибірковість*, яка виявляється в тому, що людина, зосереджуючись на одному, не помічає іншого. Уважно вслухаючись або вдивляючись у щось, вона не чує, що до неї звертаються, не помічає перешкод на дорозі.

Вибірковість уваги пояснюється більш вираженою гальмівною дією вагомих для особистості предметів і переживань щодо менш значущих, які в цей час на неї діють. За такого стану предмети уваги яскравіше відображаються нашою свідомістю.

Увага потрібна в усіх різновидах *сенсорної, інтелектуальної та рухової діяльності*. Увагу порівнюють з термометром, який дає змогу робити висновки про переваги методів навчання та правильність його організації.

Увагу зумовлюють не лише зовнішні подразники, а й здатність людини довільно спрямовувати її на ті чи інші об'єкти. Цю здатність називають *уважністю*. Вона являє собою характерологічну властивість особистості, завдяки якій людина володіє своєю увагою, а тому своєчасно й активно зосереджується, скеровує увагу.

Недостатній розвиток уважності виявляється в розосередженості та відволіканні, нездатності без зовнішніх спонук спрямовувати й підтримувати свою увагу в процесі діяльності внутрішніми засобами.

Сутність уваги, її природу психологи пояснюють по-різному.

Прибічники *волюнтаристської теорії* вбачають сутність уваги виключно у волі, хоча мимовільна увага не може бути пояснена волевою діяльністю. Прибічники інших теорій вважають, що у виявах уваги провідну роль відіграють почуття, хоча довільна увага виявляється всупереч почуттям. Шукали пояснення виникнення уваги також і в зміні змісту самих уявлень, не враховуючи спрямованості особистості.

Насправді увага значною мірою зумовлена взаємовпливами між спрямованістю діяльності, до виконання якої залучена людина, та спрямованістю її психічних процесів. Увага є там, де напрям діяльності орієнтує спрямованість думок, гадок.

Отже, увага виражає специфічну особливість процесів, спрямованість яких регулюється діяльністю, в яку вони включені.

Оскільки увага виявляє ставлення особистості до предмета, на який спрямована свідомість, то вагомість предметів, явищ для людини відіграє велику роль при зосередженні на них уваги.

Саме цим пояснюється те, що людина, зосередившись на якомусь предметі, не звертає уваги навіть на сильні подразники, які не мають стосунку до того, чим вона займається, або не мають для людини ніякого значення. Усе, що особистість вважає вагомим, стає предметом її уваги.

Природа уваги в психології розглядалася представниками різних психологічних напрямів і шкіл залежно від їх поглядів на психіку взагалі.

Представники англійської *асоціативної психології* поняття “увага” не включали в систему психології як науки. Зосередженість вони тлумачили як асоціацію уявлень.

Представники *інтроспективної психології* (Гербарт, В. Вундт, Е. Тітченер) вивчали лише внутрішню суб'єктивну сторону уваги як

явища. Увага, на їх погляд, – це стан свідомості, що характеризується ясністю, чіткістю, інтенсивністю наявного в ній змісту або перебігу процесів. Виходячи з такого розуміння, В. Вундт, наприклад, обстоював апперцептивно-волюнтаристську теорію уваги.

Увага – це фіксована точка свідомості, найясніше поле її діяльності, зумовлене переходом змісту свідомості із зони перцепції до зони апперцепції, яка, на думку В. Вундта, являє собою особливу психологічну активність, що є виявом не відомої нам внутрішньої сили.

Американський психолог Е. Тітченер розумів увагу як сенсорну якість, яка визначає особливий стан відчуття в свідомості. Більш яскраве відчуття панує над іншими й набуває самостійності, виокремлюється серед них, підпорядковує собі менш яскраві відчуття. Він вважав, що яскравість відчуття зумовлюється нервовими схильностями, але не розкривав, що являють собою ці нервові схильності.

Представник *фізіологічного напрямку* в психології Т. Ціген пояснював увагу не суб'єктивними станами, а боротьбою відчуттів і неусвідомлених уявлень за фіксовану точку свідомості. Уявлення, що перемагає, стає усвідомленим, домінуючим.

Отже, увага – це стан усвідомлення уявлення. Зміна уявлень є перехід уваги з одного уявлення на інше. Акт зосередження виникає в результаті асоціативних імпульсів відчуттів, які залежать від інтенсивності, ясності, сили супровідного емоційного тону.

Французький психолог Т. Рібо, слідом за І. М. Сеченовим, вважав, що уваги без її фізичного виявлення не існує. У зв'язку з цим він висунув *теорію рухової уваги*. Увага, стверджував він, це не духовний акт, що діє таємничо, її механізм – руховий, тобто такий, що впливає на м'язи у формі затримки. На думку Т. Рібо, людина, яка не вміє керувати м'язами, не здатна зосереджувати увагу.

Представники *біхевіоризму*, розглядаючи психологію як науку про поведінку, у своїй психологічній системі визначають увагу лише як орієнтацію поведінки, як установку організму щодо зовнішніх стимулів.

Наведені дані про розуміння уваги свідчать про складність з'ясування сутності уваги та особливостей її виявлення у діяльності.

Фізіологічні основи уваги

Увага, як показали дослідження, детермінується співвідношенням збуджень у корі великих півкуль головного мозку, зумовлених под-

разниками, що впливають на чуття організму, і внутрішніми установками та психічними станами. Ідеї І. П. Павлова про орієнтувальну-рефлекторну діяльність організму, пізніше поглиблені нейрофізіологічними дослідженнями, з'ясовують фізіологічне підґрунтя уваги.

І. П. Павлов під орієнтувальними рефлексамі розумів активні реакції тварин на зміни навколишнього середовища, які зумовлюють загальне поживлення й низку вибіркової реакцій, спрямованих на ознайомлення із змінами ситуації.

Орієнтувальний рефлекс забезпечує живим істотам змогу пристосуватися до різноманітних зовнішніх впливів на організм. Він виявляється в активному настановленні аналізаторів на краще сприймання подразників, що впливають на організм.

І. П. Павлов писав: “Щохвилини кожний новий подразник, який діє на нас, викликає відповідні рухи з нашого боку, щоб краще, повнійте довідатися про цей подразник. Ми придивляємося до предмета, що з'явився, прислухаємося до звуків, що виникають, посилено втягуємо запах, який приходить до нас. І, якщо предмет поблизу, намагаємося доторкнутися до нього, і взагалі прагнемо охопити або пізнати кожне нове явище або предмет відповідними сприймальними поверхнями, відповідними органами чуттів”.

Отже, фізіологічним підґрунтям уваги є збудження, що виникає в корі великих півкуль головного мозку під впливом подразнень, які на нас діють.

У процесі діяльності під впливом зовнішніх і внутрішніх подразнень у відповідних ділянках кори великих півкуль головного мозку виникають більш або менш стійкі осередки оптимального збудження. Ці оптимальні збудження стають домінуючими і викликають гальмування слабших збуджень, що виникають в інших ділянках кори великих півкуль.

У зв'язку зі зміною характеру та сили подразнень, які діють на нас іззовні або зсередини організму, осередок оптимального збудження може переміщуватися з одних ділянок кори великих півкуль головного мозку до інших. У таких випадках змінюється і спрямованість уваги. У

загальмованих ділянках кори головного мозку виникає збудження, а ділянки, що перебували в стані збудження, гальмуються.

З цього приводу І. П. Павлов писав: “Якби можна було бачити крізь черепну коробку і якби місце великих півкуль з оптимальною

збудливістю світилося, то ми побачили б у свідомої людини, що розмірковує, як по її великих півкулях постійно пересувається химерно-неправильних обрисів світла пляма, що раз у раз змінюється у формі та за величиною, оточена по решті півкулі більш або менш значною тінню”.

Значний внесок у з’ясування фізіологічного підґрунтя уваги зробив О. О. Ухтомський своїм ученням про домінанту. Домінанта – це панівна ділянка, яка приваблює до себе хвилі збудження з найрізноманітніших джерел. “Домінанта – це достатнє джерело збудження, яке досягає центру в певний момент, набуває значення панівного чинника в роботі інших центрів, нагромаджує збудження з окремих джерел, але гальмує здатність інших центрів реагувати на імпульси, які мають до них безпосередній стосунок”.

Серед багатьох збуджень, що виникають одночасно в корі головного мозку, одне є домінуючим. Воно і служить фізіологічним підґрунтям свідомих процесів, уваги. Інші збудження при цьому гальмуються.

Загальмовані відносно слабші збудження (порівняно з домінуючими) О. О. Ухтомський називав субдомінантними. Своїми дослідженнями він показав, що домінанта не лише гальмує субдомінантні збудження, а й посилюється за їх рахунок. У зв’язку з цим домінанта стає сильнішою.

Між домінантою та субдомінантами ведеться боротьба. Домінантне збудження залишається домінуючим доти, поки якась субдомінанта не набуде більшої інтенсивності, ніж сила домінанти. Тоді субдомінанта стає домінантою, а домінанта – субдомінантою.

О. О. Ухтомський вважав, що в діяльності нервової системи важко уявити цілком бездомінантний стан. Людина завжди буває до чогось уважною.

Виразом домінанти, за О. О. Ухтомським, є робоча поза організму. У стані уваги людина відповідно напружує м’язи, має своєрідний вираз обличчя, особливі рухи, в органах чуттів при цьому виникає сенсibilізація, тобто підвищується чутливість до зовнішніх подразників або ж знижується чутливість до зовнішніх подразників, якщо ми зосереджуємося на внутрішній діяльності, на власних психічних станах. При цьому змінюються вегетативні процеси, серцебиття, кровообіг. Отже, за цими зовнішніми змінами, за виразними рухами можна дійти висновку про стан уваги особистості.

Виникнення уваги та відволікання пояснюються впливом взаємної індукції збудження та гальмування. У разі, коли увага до якоїсь ознаки або дії виявляється інтенсивною, спостерігається зниження чутливості до інших подразнень.

Взаємна індукція збудження та гальмування є фізіологічним підґрунтям найрізноманітніших виявів уваги: її стійкості, інтенсивності, відволікання, переведення уваги тощо.

Взаємодія процесів збудження та гальмування в корі великих півкуль головного мозку пояснює ряд властивостей уваги. Так, обсяг уваги можна пояснити ширшим або вузьким осередком оптимального збудження ділянок кори великих півкуль.

Розподіл уваги, тобто здатність бути уважним до кількох об'єктів або дій водночас, пояснюється тим, що звична діяльність може здійснюватися й тими ділянками кори, що певною мірою перебувають у стані гальмування. Переведення уваги з одного об'єкта на другий пояснюється переміщенням оптимального збудження з однієї ділянки кори в іншу у зв'язку з виникненням нового подразнення.

Швидкість переведення уваги у різних людей буває різною. Це залежить від типу нервової системи організму. Збудливий тип швидше переводить увагу з одного об'єкта на другий, ніж організм з інертним типом нервової системи.

Сучасні нейрофізіологічні дослідження переконують, що процеси уваги пов'язані не лише з корою великих півкуль головного мозку, а й з підкорковими його утвореннями. Вибірковий характер уваги забезпечується станом бадьорості кори головного мозку, який підтримується висхідними імпульсами ретикулярної формації. Але стан бадьорості кори забезпечується не лише висхідною активуючою ретикулярною системою, а й низхідною системою.

Якщо висхідна ретикулярна система, яка несе імпульси до кори головного мозку, є біологічно зумовленою формою активації (обмінні процеси, елементарні потяги організму), то низхідна ретикулярна система викликає активуючий вплив імпульсів, що виникають у корі головного мозку, на підкоркові утворення й цим самим забезпечує вищі форми вибіркової активації, пов'язані із складними завданнями свідомої діяльності.

Серед мозкових механізмів уваги велику роль відіграють лобові ділянки головного мозку. Вони беруть безпосередню участь у підвищенні рівня бадьорості відповідно до тих завдань, які людина по-

винна розв'язати, і таким чином забезпечують вияви вищих довільних форм уваги.

Показники нейрофізіологічних досліджень доводять, що активацію лобових ділянок головного мозку людини зумовлює мовна діяльність, мовна інструкція організації дій.

Різновиди і форми уваги

У психології розрізняють мимовільну, довільну та післядовільну увагу.

Усі різновиди уваги тісно пов'язані між собою і за певних умов переходять одні в одних.

Мимовільна увага виникає несподівано, незалежно від свідомості, непередбачено, за умов діяльності або відпочинку, на дозвіллі під впливом найрізноманітніших подразників, які впливають на той чи інший аналізатор організму. Вона властива і людині, і тваринам, хоча виникнення її у людини якісно відрізняється від мимовільної уваги тварин.

Людина, на відміну від тварини, може опанувати свою мимовільну увагу, предмет мимовільного зосередження може стати предметом свідомого зосередження.

Фізіологічним підґрунтям мимовільної уваги є безумовно-рефлекторна орієнтувальна діяльність мозку. Нейрофізіологічним її механізмом є збудження, що надходять до кори з підкоркових ділянок великих півкуль головного мозку.

Мимовільна увага виникає за умови, коли сила впливу сторонніх подразників перевищує силу впливу усвідомлюваних діючих збуджень, коли субдомінанти збудження, за певних обставин, стають інтенсивнішими порівняно з тими, що домінують у цей момент.

Збуджувачами мимовільної уваги можуть бути не лише зовнішні предмети, обставини, а й внутрішні потреби, емоційні стани, наші прагнення – все те, що чомусь хвилює нас. Найчастіше мимовільна увага виникає тоді, коли людина стомлена, через несприятливі умови праці (спекотно, холодно, забруднене повітря в приміщенні) або коли діяльність, якою людина займається, її не цікавить, не потребує інтенсивної розумової активності.

Мимовільна увага короткочасна, але за певних умов, залежно від сили впливу сторонніх подразників, що впливають на нас, вона може виникати досить часто, заважаючи основній діяльності.

Довільна увага – це свідомо спрямоване зосередження особистості на предметах і явищах навколишньої дійсності, на внутрішній психічній діяльності. Довільна увага своїм головним компонентом має волю. Силою волі людина здатна мобілізувати й зосередити свою свідомість на потрібній діяльності протягом досить тривалого часу.

Характерними особливостями довільної уваги є цілеспрямованість, організованість діяльності, усвідомлення послідовності дій, дисциплінованість розумової діяльності, здатність боротися із сторонніми відволіканнями.

Довільна увага своїм фізіологічним підґрунтям має умовно-рефлекторну діяльність головного мозку, здатність гальмувати непотрібні рухи та дії. Позитивна індукція нервових процесів – одна з головних фізіологічних підвалин довільної уваги. Є всі підстави вважати, що одним із головних нейрофізіологічних механізмів довільної уваги є робота лобових ділянок кори великих півкуль головного мозку, які багато дослідників функцій головного мозку вважають механізмом розумової діяльності, а отже, й довільної уваги.

У довільній увазі провідним є вибір предмета зосередження, засобів дій, який супроводжується боротьбою мотивів. Усвідомлення процесу дій, кожного його етапу – головне, що викликає зосередження на кожному етапі діяльності й готує до зосередженості на наступному її етапі. Цей динамічний бік довільної уваги потребує вміння розподіляти увагу між усією діяльністю – від початку до кінця та між окремими її етапами.

Головним збуджувачем довільної уваги є усвідомлювані потреби та обов'язки, інтереси людини, мета та засоби діяльності.

Чим віддаленіша в часі мета і чим складніші умови та способи її досягнення, чим менше приваблює людину сама діяльність, тим більшого напруження свідомості та волі, а отже, й довільної уваги, вона потребує. Така діяльність, а саме такою є навчальна і трудова діяльність, вимагає належного зосередження уваги та її спрямування.

Післядовільна увага, як переконає досвід і спеціальні дослідження, виникає в результаті свідомого зосередження на предметах та явищах у процесі довільної уваги. Долаючи труднощі під час довільного зосередження, людина звикає до них, сама діяльність зумовлює появу певного інтересу, а часом і захоплює її виконавця, і увага набуває рис мимовільного зосередження.

Тому післядовільну увагу називають ще й *вторинною мимовільною увагою*. У післядовільній увазі напруження волі слабшає, а інтенсивність уваги не зменшується, залишаючись на рівні довільної уваги. Хоча в післядовільній увазі свідоме зосередження на об'єкті діяльності та його окремих етапах і зменшується, проте цей різновид уваги, як і довільна увага, є свідомо контрольованим. Завдяки тому, що інтенсивність напруження в післядовільній увазі зменшується, а інтерес до діяльності зростає, вона стає більш тривалою та продуктивною. Тому важливо в процесі діяльності – навчальної, трудової – засобами її організації та методами праці *сприяти переходу уваги від довільної до післядовільної*.

У навчальній діяльності дуже важливо сприяти появі в учнів післядовільної уваги. Навчання, як відомо, є важкою діяльністю і порівняно швидко стомлює, особливо тоді, коли зміст уроку не зацікавлює. Тому післядовільна увага на уроці сприяє успішному виконанню учнями навчальних завдань і зменшенню суб'єктивного відчуття втоми.

Залежно від змісту діяльності увага спрямовується або на зовнішні, безпосередньо дані предмети, явища та рухи власного тіла, які є об'єктом наших відчуттів і сприймань, або на внутрішню, психічну діяльність. У зв'язку з цим виокремлюють *зовнішню, або сенсорну, та рухову (шторну) увагу і внутрішню, інтелектуальну увагу*. Поділ уваги на зовнішню та внутрішню, звичайно, умовний, але ці форми вияву уваги мають свої особливості, на які потрібно зважати, організовуючи й керуючи навчальною, трудовою та спортивною діяльністю людини. Зовнішня увага відіграє провідну роль у спостереженні предметів і явищ навколишньої дійсності та їх відображенні нашою свідомістю. Вона виявляється в активній установці, у спрямуванні органів чуття на об'єкт сприймання і спостереження, в зосередженні на діючих органах тіла – руках, ногах, на їх напруженні.

Зовнішня увага (сенсорна, рухова) яскраво виявляється у своєрідних рухах очей, голови, виразах обличчя, в мімічних та пантомімічних виразах і рухах, у своєрідній готовності здійснювати ті чи інші трудові, навчальні, спортивні завдання.

Зосередження на предметах і явищах дійсності сприяє підвищенню чутливості, тобто сенсibiлізації органів чуттів – зору, слуху, нюху, смаку, дотику, а також темпераменту, статичних і кінестетичних станів організму та його органів.

Сенсибілізація органів чуттів сприяє чіткішому вибірково му сприйманню предметів та явищ, їх елементів.

У зовнішній увазі виокремлюють зосередження на очікуваних предметах і явищах – сигналах до дії і рухів, як це буває в трудовій і спортивній діяльності. Увагу до очікуваних предметів та явищ називають пресенсорною та преоторною увагою.

Внутрішня, або інтелектуальна, увага спрямовується на аналіз діяльності психічних процесів (сприйняття, пам'яті, уяви, мислення), психічних органів і переживань. Вона яскраво виявляється, наприклад, під час розв'язування завдань подумки, у пригадуванні, у міркуванні подумки. Художник Богданов-Бельський вдало зобразив вияви внутрішньої уваги учнів у своїй картині “Усна лічба”, а художник Перов яскраво передав переживання мисливців у картині “Мисливці на спочинку”.

Здатність зосереджуватися на внутрішній, психічній діяльності має велике практичне значення. Таке зосередження пов'язане із здатністю уявляти предмети та процес дії, подумки аналізувати їх. При цьому важливе значення має внутрішнє мовлення. Самосвідомість неможлива без зосередження на внутрішніх, суб'єктивних станах та індивідуальних особливостях психічної діяльності особистості.

У стані внутрішньої уваги чутливість органів чуттів знижується, людина не помічає знайомих, не чує, коли до неї звертаються, відволікається від діяльності, яку виконує. Тому в будь-якій діяльності – трудовій, навчальній, спортивній – недоцільно одночасно завантажувати і зовнішню, і внутрішню увагу.

Наприклад, недоцільно давати учням завдання розв'язувати подумки задачу або пригадувати формулу, дату, назву і в цей час демонструвати наочні засоби навчання: сприймати написане на дошці, спостерігати географічну карту, стежити за роботою приладу. Для цього потрібна досить розвинена здатність розподіляти увагу між зовнішньою та внутрішньою діяльністю.

Властивості уваги

В увазі виокремлюють такі її характерні властивості: зосередженість, або концентрація уваги, стійкість, переключення, розподілення та обсяг.

Ці властивості є головною передумовою продуктивності праці, навчання, спортивної та іншої діяльності особистості. У практиці ці властивості виявляються по-різному.

Зосередження уваги – це головна її особливість. Вона виявляється в мірі інтенсивності зосередженості на предметі розумової або фізичної діяльності. Заглиблюючись у предмет, людина не помічає впливу на неї сторонніх подразників, того, що відбувається навколо. Фізіологічним підґрунтям зосередженості є позитивна індукція нервових процесів збудження та гальмування.

Зосередженість, тобто концентрація уваги, залежить від змісту діяльності, міри зацікавленості до неї і особливо від індивідуальних особливостей людини – її вміння, звички зосереджуватися, підґрунтям чого є активність і стійкість збуджень в активних ділянках кори великих півкуль головного мозку.

Ньютон на запитання, завдяки чому йому вдалося відкрити закон всесвітнього тяжіння, відповів: “Завдяки тому, що я невпинно думав про це питання”. Але при цьому важливу роль відіграють методи роботи, від яких значною мірою залежить підтримка інтенсивності збудження протягом потрібного часу.

Зосередження уваги тісно пов’язане зі стійкістю уваги.

Стійкість уваги характеризується тривалістю зосередження на об’єктах діяльності. Стійкість, як і зосередженість, залежить від сили або інтенсивності збудження, що забезпечується і силою впливу об’єктів діяльності, і індивідуальними можливостями особистості, важливістю для її діяльності, зацікавленням нею.

Сила уваги зменшується за несприятливих умов діяльності (галас, несприятлива температура, несвіже повітря) та залежно від міри втоми, стану здоров’я.

Про силу уваги можна робити висновки за частотою і тривалістю відволікань, які є мимовільними реагуваннями на різні випадкові подразники зовнішнього і внутрішнього походження. Стійкість уваги буває тривалішою за сприятливих умов діяльності, при усвідомленні важливості завдання та терміновості його виконання, якщо організації та методам праці властиві елементи, які активізують розумову діяльність.

Зосередженість уваги та її стійкість у процесі діяльності можуть порушуватися: сила і тривалість зменшуються, увага слабшає, людина відволікається від об’єкта діяльності. Відволікання настає тоді,

коли відсутні чинники, які сприяють зосередженості та стійкості уваги, про що йшлося вище.

Несприятливі умови діяльності, важкі за своїм змістом і способом виконання завдання, нецікаві завдання, відсутність інтересу до змісту діяльності, вмінь та навичок працювати прискорюють втому і відвертають увагу від об'єктів діяльності.

Особливо помітно відволікання уваги виявляється у неуважних людей. Розосередженість – це негативна особливість уваги, яка зумовлюється послабленням сили зосередженості. Фізіологічним підґрунтям її є слабкість збудження у ділянках кори головного мозку.

Люди, а особливо діти, яким властива слабкість уваги, постійно відволікаються, їхня увага швидко переходить з предмета на предмет, не затримуючись на жодному, їм важко зосередитися на чомусь одному більш-менш тривалий час. Такі люди, головним чином учні, потребують, щоб їхню розумову діяльність підтримували засобами унаочнення, активізували збудженням інтересу до завдань, не затримували на одноманітному матеріалі, навантажуючи лише один різновид сприймання – зоровий або слуховий.

Чергування зорового, слухового та рухового різновидів сприймання сприяє подоланню розосередженості.

Розосередженість уваги спостерігається під час інтенсивного зосередження на чомусь. Але це пояснюється глибиною зосередження, а не його слабкістю та поверховістю.

Рівень зосередженості уваги в процесі праці та навчання коливається. Ці коливання виявляються в періодичному зниженні та підвищенні зосередження. Такі періоди коливань, як показали дослідження вітчизняного психолога М. М. Ланге, становлять від 2–3 до 12 секунд. Коливання пояснюють зниженням і підвищенням працездатності клітин кори великих півкуль головного мозку, яке залежить не лише від внутрішніх умов (втома, живлення мозку киснем тощо), а й від зовнішніх умов – одноманітності подразників, яка знижує силу збудження клітин аналізатора в корі великих півкуль головного мозку.

Але за інтенсивних умов праці, її змістовності, позитивного ставлення до неї періоди коливання набагато збільшуються.

Відволікання уваги не слід плутати з її переключенням.

Переключення уваги – це навмисне перенесення уваги з одного предмета на інший, якщо цього вимагає діяльність. Фізіологічним

підґрунтям переключення уваги є гальмування оптимального збудження в одних ділянках мозку і виникнення його в інших.

Переключення уваги з одних предметів на інші потребує належного опанування своєю увагою, усвідомлення послідовності дій та операцій з предметами, яких вимагає праця, вміння керувати своєю увагою, що здобувається в процесі діяльності.

Переключення уваги відбувається з різною швидкістю. Це залежить від змісту діяльності та від індивідуальних особливостей. Існують різновиди діяльності, в яких швидкість переключення є вирішальною для праці, наприклад, це потрібно для праці пілота, водія, оператора, особливо в аварійних умовах.

Люди із збудливим типом нервової системи швидше переключають свою увагу, ніж люди гальмівного типу. Швидкість переключення уваги, як показали дослідження, становить 0,2–0,3 секунди, тобто цього часу вистачає, щоб подолати інертність, яка настає в процесі праці, і переключитися на інший об'єкт.

Вправляючись у швидкості переключення уваги, можна домогтися зменшення інертності нервових процесів мозку і поліпшити швидкість переключення для виконання інших дій та операцій.

Концентрація уваги може бути вузькою та ширшою, коли людина зосереджується не на одному, а на кількох об'єктах. За більш широкої концентрації уваги відбувається розподіл уваги. Він виявляється в тому, що людина одночасно виконує кілька різновидів діяльності.

Можна, наприклад, слухати пояснення вчителя і занотовувати їх, виконувати певне завдання та слухати радіо. Передумовою такого переключення є те, що одна дія звична, виконується автоматично, а друга – свідомо. Розподіляючи увагу, слід враховувати, що певна діяльність пов'язана з осередком оптимальної збудженості ділянки кори великих півкуль головного мозку, а інша, яка вимагає меншої уваги, здійснюється ділянками мозку меншої збудливості.

Здатність розподіляти свою увагу властива всім людям, але вона має індивідуальні риси.

Є люди, яким буває важко зосереджуватися на двох різновидах діяльності, і є такі, котрі здатні одночасно виконувати кілька різновидів діяльності. Кажуть, нібито Юлій Цезар, Наполеон були здатні одночасно писати одне, читати друге, слухати третє, говорити про четверте. Здатність розподіляти увагу не викликає сумнівів. Мабуть,

вони володіли умінням дуже швидко переключати свою увагу з одного об'єкта на другий, а також досягали високої автоматизації у використанні звичних окремих компонентів тих чи інших дій, які вони виконували. Саме це могло справляти враження одночасності їх виконання.

Обсяг уваги. Увага людини буває неоднакова за своїм обсягом. Обсяг уваги – це така кількість об'єктів, які можуть бути охоплені увагою і сприйняті в найкоротший час. За цією ознакою увага може бути вузькою та широкою.

Широта обсягу уваги залежить від спорідненості матеріалу, який сприймається, а також від вікових особливостей людини. Якщо цей матеріал легко асоціюється, тобто пов'язується, то обсяг уваги зростає. Дослідженнями встановлено, що обсяг уваги дорослої людини під час сприймання не зв'язаного за змістом матеріалу (незрозумілі сполучення літер, фігури, окремі літери) дорівнює 4–6 об'єктам, що сприймаються впродовж однієї-двох десятих секунди.

Обсяг уваги дітей при сприйманні такого самого матеріалу і за такої самої швидкості експозиції дорівнює 2–3 об'єктам. Попереднє ознайомлення з матеріалом збільшує обсяг уваги.

Особливості виявлення властивостей уваги залежать від стану, інтенсивності, спрямованості та мотивації як пізнавальної, так і емоційно-вольової діяльності.

Властивості уваги виявляються в різний спосіб. Найдоступніший метод дослідження уваги – це спостереження за діяльністю особистості. Воно дає змогу спостерігати інтенсивність і тривалість зосередження, відволікання. Кількість і тривалість відволікань протягом певного часу (наприклад, уроку) є показником інтенсивності зосередження.

Для дослідження обсягу і розподілу уваги широко використовують тахістоскоп – прилад, за допомогою якого можна експонувати матеріал протягом нетривалого часу. Кількість сприйнятого матеріалу – одноманітного або різного за змістом та формою, наданого одночасно, – показник обсягу або розподілу уваги.

Використання тесту Бурдона (метод коректурної проби), який полягає у викреслюванні певних літер серед неорганізованого тексту або певних фігур серед багатьох фігур, дає можливість дослідити і зосередженість, і розподіл, і переключення уваги.

Формалізована структура змісту теми

Функції уваги: зосередження свідомості на предметі діяльності.

Фізіологічний механізм уваги: взаємна індукція процесів збудження та гальмування, виникнення в корі півкуль головного мозку осередку оптимального збудження (І. П. Павлов), домінанти (О. О. Ухтомський).



Запитання для самостійної роботи

1. У чому виявляється увага?
2. Який фізіологічний механізм уваги?
3. Що таке осередок оптимального збудження?
4. Що таке домінанта?
5. Що є джерелом уваги особистості в її діяльності?
6. Чим зумовлені різні погляди психологів на природу уваги?
7. Яка структура уваги?
8. Який механізм відволікання та розосередженості уваги?
9. Як пов'язані між собою увага і діяльність людини?

Альтернативно-тестові завдання для самоконтролю

1. Чи можлива психічна активність без уваги?
2. Чи можлива діяльність без уваги?
3. Чи завжди довільна увага зумовлена свідомою метою?
4. Чи згодні ви з думкою, що увага виявляється тільки в діяльності і підтримується виключно нею?
5. Чи згодні ви з твердженням, що зовнішня увага виникає пізніше, ніж внутрішня?
6. Чи завжди виникнення інтересу до діяльності зумовлює

перехід довільної уваги в післядовільну?

7. Чи вважаєте ви, що пояснення фізіологічної суті механізмів уваги як осередку оптимального збудження та як домінанти принципово відмінні?

8. Чи можливий розподіл уваги між такими різновидами діяльності: переписування тексту, слухання музики, періодичні відповіді на запитання іншої особи?

9. Чи завжди розосередженість уваги є показником невміння особистості зосереджуватися на об'єкті діяльності?

10. Чи згодні ви з думкою, що висока концентрація уваги на об'єкті діяльності завжди пов'язана із сприятливими умовами та відсутністю відволікаючих сторонніх подразників?

11. Чи всі названі характеристики діяльності вимагають від людини більше зусиль на підтримування уваги: віддалена мета, складність, нецікавий зміст, невеликий обсяг роботи?

Завдання та проблемні ситуації

1. Які об'єктивні та суб'єктивні чинники можуть позитивно впливати на виявлення уваги особистості?
2. Які об'єктивні, предметні та суб'єктивні чинники можуть негативно впливати на виявлення уваги особистості?
3. Чому у світловій рекламі світло періодично вимикається? З якою метою це роблять?
4. Ньютон мав звичку варити яйце на спиртівці за робочим столом, щоб зайвий раз не відволікатися від роботи. Одного разу в момент напруженої розумової праці замість яйця він вкинув у каструлю свій годинник. Як можна пояснити цей факт?
5. Яку людину можна назвати уважнішою:
 - ту, яка, займаючись справами, перебуває в стані глибокої зосередженості й не помічає нічого навколо;
 - ту, яка за коротку мить здатна помітити всі деталі ситуації і не випускати з поля зору жодної дрібниці;
 - ту, яка незалежно від того, що вона робить, здатна бачити й чути все, що так чи інакше стосується її діяльності?
6. Хижак може впродовж тривалого часу вистежувати свою здобич. Чи можна його увагу охарактеризувати як довільну?

Література

1. *Загальна психологія* / За ред. С. Д. Максименка. – К.: Форум, 2000.

2. *Максименко С. Д.* Основи генетичної психології: Навч. посібник. – К.: НПЦ “Перспектива”, 1998.
3. *Максименко С. Д.* Розвиток психіки в онтогенезі: [У 2-х т.] Т.1. Теоретико-методологічні проблеми генетичної психології. – К.: Форум, 2002.
4. *Максименко С. Д.* Розвиток психіки в онтогенезі: [У 2-х т.] Т. 2. Моделювання психологічних новоутворень. – К.: Форум, 2002.
5. *Мілерян Є. О.* Увага і її виховання у дітей. – К.: Рідна школа, 1955.
6. *Основи загальної психології / За ред. С. Д. Максименка.* – К.: НПЦ “Перспектива”, 1998.
7. *Психологія / За ред. Г. С. Костюка.* – К.: Рад. школа, 1968.
8. *Общая психология / Под ред. С. Д. Максименко.* – М.: Рефл-бук; – К.: Ваклер, 1999.
9. Максименко С.Д., Ірхін Ю.Б., Деркач Л.М., Марусинець М.М., Касинець М.М. Психологічна організація модульного формування когнітивних здібностей: генетико-креативний підхід: навчальний посібник. Том 1. Київ: «Видавництво Людмила», 2023. 384 с.
10. Максименко С.Д., Ірхін Ю.Б., Деркач Л.М., Марусинець М.М., Касинець М.М. Психологічна організація модульного формування когнітивних здібностей: генетико-креативний підхід: навчальний посібник. Том 2. Київ: «Видавництво Людмила», 2023. 356 с.
11. Максименко С.Д. Медична психологія: підручник / за редакцією академіка С. Д. Максименка. Том І. Київ: «Видавництво Людмила», 2023. 458 с.
12. Максименко С.Д. Медична психологія: підручник / за редакцією академіка С. Д. Максименка. Том 2. Київ: «Видавництво Людмила», 2023. 520 с.
13. Maksymenko S.D., Lunov, Vitalii , Matiash, Mykhailo and Subbota, Spartak and Tolstoukhov, Anatolii, Ukrainian Syndrome: How Ukrainian Youth Understands the New Norm of Life and Relates to Learning in face to 2022- Full-Scale Russian/ SSRN. –2023–№1(January 15, 2023). –P. 1-10

13. Емоції і почуття

Ключові поняття теми:

почуття, емоції, стеничні почуття, астеничні почуття, чуттєвий тон, настрої, афекти, пристрасті, стреси, фрустрація, моральні почуття, інтелектуальні почуття, естетичні почуття, праксичні почуття

Поняття про емоції і почуття

Діяльність людини, її поведінка завжди зумовлюють появу певних **емоцій і почуттів** – позитивне або негативне ставлення до неї. Ставлення до дійсності відображається в мозку і переживається як задоволення або незадоволення, радість, сум, гнів, сором. Такі переживання називають емоціями, почуттями.

Емоції і почуття здійснюють сигнальну та регулювальну функції, спонукають людину до знань, праці, вчинків або утримують її від негативних вчинків.

Людські емоції і почуття найяскравіше виражають духовні запити і прагнення людини, її ставлення до дійсності. К. Д. Ушинський писав, що “ні слова, ні думки, навіть вчинки наші не виражають так почуття нас самих і наше ставлення до світу, як наші почування”.

Емоції і почуття органічно пов’язані між собою, але за своїм змістом і формою переживання вони не тотожні.

Емоція – це загальна активна форма переживання організмом своєї життєдіяльності.

Розрізняють прості та складні емоції. Переживання задоволення від їжі, бадьорості, втоми, болю – це прості емоції. Вони властиві і людям, і тваринам. Прості емоції в людському житті перетворилися на складні емоції і почуття. Характерною ознакою складних емоцій є те, що вони – результат усвідомлення об’єкта, що зумовив їх появу, розуміння їхнього життєвого значення, наприклад, переживання задоволення при сприйманні музики, пейзажу.

Почуття – це специфічно людські, узагальнені переживання ставлення до потреб, задоволення або незадоволення яких зумовлює позитивні або негативні емоції – радість, любов, гордість, сум, гнів, сором тощо.

Емоції і почуття характеризуються: якістю та полярністю, активністю та інтенсивністю.

У почуттях виявляється ставлення особистості до праці, подій, інших людей, до самої себе. За якістю переживань вирізняють одні емоції і почуття з-поміж інших, наприклад, радість і гнів, сором, обурення, любов тощо.

Емоціям і почуттям властива полярність. Вона виявляється в тому, що кожна емоція, кожне почуття за різних обставин можуть мати протилежний вияв: “радість – горе”, “любов – ненависть”, “симпатія – антипатія”, “задоволення – незадоволення”. Полярні переживання мають яскраво виражений позитивний або негативний відтінок. Умови життя та діяльності викликають почуття різного рівня активності.

Розрізняють стенічні емоції і почуття – ті, що посилюють активність, спонукають до діяльності, і астенічні – ті, що пригнічують людину, послаблюють її активність, демобілізують.

Залежно від індивідуальних особливостей особистості, її стану і ставлення до ситуації та об’єктів, що зумовлюють переживання, емоції і почуття виявляються більш або менш інтенсивно, бувають *довготривалими* або *короткочасними*.

Характерною особливістю емоцій і почуттів є те, що вони охоплюють особистість повністю. Здійснюючи майже блискавичну інтеграцію, тобто об’єднання в єдине ціле всіх функцій організму, емоції і почуття *сигналізують про корисні або шкідливі впливи на організм*. Завдяки цьому вони мають універсальне значення для життя організму.

Охоплюючи всі різновиди переживань людини – від глибоко травмуючих страждань до високих форм радості та соціального відчуття життя, емоції можуть стати як позитивним чинником життєдіяльності, посилюючи активність організму, так і негативним, пригнічуючи всі його функції.

Відомий фізіолог П. К. Анохін встановив, що емоції, саме довготривалі негативні емоції (страх, переживання болю тощо), відіграють вирішальну роль у розвитку так званих неврогенних захворювань.

Природа емоцій і почуттів органічно пов’язана з потребами. Потреба як потрібність у чомусь завжди супроводжується позитивними або негативними переживаннями в різноманітних їх варіаціях. Характер переживань зумовлюється ставленням особистості до потреб і обставин, які сприяють або не сприяють їх задоволенню.

Потреби людини і тварини відрізняються за своїм змістом, інтенсивністю та способом їх задоволення. Це зумовлює відмінність емоцій людей і тварин, навіть таких, які є спільними для людей та тварин – гнів, страх, радість, сум тощо. Людські емоції докорінно змінилися в процесі історичного розвитку людини, вони набули суто людських рис, своєрідних особливостей. Голод, наприклад, переживається людиною не так, як твариною. Людина залежно від обставин може стримувати свій голод, відмовлятися від їжі.

У людини як суспільної істоти виникли вищі, духовні потреби, а з ними й вищі почуття – *моральні, естетичні, пізнавальні*, які не властиві тварині. Тваринні емоції залишилися на рівні інстинктивних форм життєдіяльності. Почуття сорому, вказував Ч. Дарвін, властиве лише людині.

Емоції та почуття людини взаємопов'язані з її діяльністю: діяльність викликає різноманітні переживання у зв'язку із ставленням до неї та її результатів, а емоції і почуття також стимулюють людину до діяльності, додають їй сили, стають внутрішньою спонукою, її мотивами.

Почуття збагачують життя людини. Ідеї без почуттів – холодні, “світять, та не гріють”, позбавлені життєвості та енергії, не здатні до втілення.

Переконаність без почуттів неможлива.

Фізіологічні основи емоцій і почуттів

Емоції і почуття являють собою складну реакцію організму, в якій беруть участь майже всі відділи нервової системи. Емоції і почуття, як і всі інші психічні процеси, мають рефлекторне походження.

Фізіологічним механізмом емоцій є діяльність підкоркових нервових центрів – гіпоталамуса, лімбічної системи, ретикулярної формації. Але кора великих півкуль головного мозку відіграє провідну роль у виявах емоцій і почуттів, здійснюючи регульовальну функцію стосовно підкоркових процесів, спрямовуючи їхню діяльність відповідно до усвідомлення людиною своїх переживань.

Між корою та підкорковими центрами нервової системи постійно відбувається взаємодія. Підкірка, вважає І. П. Павлов, позитивно впливає на кору великих півкуль як джерело їхньої сили, тонізує кору мозку, надсилаючи до неї потужні потоки подразнень. Кора регу-

лює збудження, що йдуть з підкорки, і під її впливом одні з цих збуджень реалізуються в діяльності та поведінці, а інші гальмуються залежно від обставин і станів особистості. Підтримка або порушення стійкості нервових зв'язків зумовлюють виникання різноманітних емоцій і почуттів.

Один із фізіологічних механізмів почуттів – динамічні стереотипи, тобто утворені протягом життя системи тимчасових нервових зв'язків. Тут виникають почуття важкості і легкості, бадьорості та втоми, задоволення і прикрості, радості, торжества, відчаю тощо. “Мені здається, що такі почуття через зміни звичайного способу життя, припинення звичайних занять, втрату близьких людей... мають своє фізіологічне підґрунтя значною мірою саме в зміні, в порушенні старого динамічного стереотипу і в складності становлення нового” (І. П. Павлов).

У виникненні та русі почуттів велику роль відіграє друга сигнальна система в її взаємодії з першою. Слово змінює наші настрої, викликає захоплення, глибокі переживання. Найкращим показником цього є почуття, які викликають поетичні твори. Усвідомлюючи ситуацію, яка викликає певні почуття, та самі почуття, ми можемо зменшити силу переживання, стримувати, регулювати їх, але зовнішній вияв емоцій, внутрішній емоційний і почуттєвий стан при цьому зберігаються.

Вияв емоцій і почуттів

Переживання емоційних станів – радості, любові, дружби, симпатії, прихильності чи болю, суму, страху, ненависті, презирства, огиди тощо – завжди мають певний зовнішній або внутрішній вияв. Тількино виникає емоційне збудження, як негайно залучається весь організм. Зовні емоції та почуття виражають рухи, пози, рухова та вокальна міміка, інтонації мовлення, рухи очей тощо. Внутрішні, або вісцеральні, переживання яскраво виявляє ритм серцебиття, дихання, кров'яний тиск, зміна в ендокринних залозах, органах травлення та виведення.

Ці внутрішні переживання бувають астенічними або стенічними, тобто виявляються в пригніченні або збудженні.

Зовнішнє, або експресивне, вираження емоцій і почуттів помітне навіть у немовлят. Але в них воно ще мало диференційоване. З досвідом, особливо із засвоєнням дитиною мовлення, експресивне ви-

раження емоцій і почуттів набуває різноманітних відтінків. Багатство їх настільки велике, що в мові існує близько 5000–6000 слів, якими здебільшого передаються ті чи інші переживання.

У процесі набування досвіду і розвитку мовлення дитина поступово оволодіває експресивними способами висловлення емоцій і почуттів, певною мірою стримує їх, але це не означає, що таким чином гальмується емоція. П. К. Анохін вважає, що в таких випадках пригнічуються лише ті чи інші периферійні компоненти емоцій – рухи, міміка; сама ж емоція, якщо вона вже виникла, неминуче поширюється на інші, головним чином на вісцеральні, компоненти.

Проте виховання витримки у дітей позитивно позначається на їх життєдіяльності та стосунках у колективі.

З опануванням експресивними засобами передавання емоцій і почуттів формується здатність сприймати й розуміти різноманітні форми та відтінки виявлення переживань, уміння їх розпізнавати.

Поряд з тим розвивається уміння використовувати їх з метою впливати на інших. Ця здатність потрібна артисту, а особливо педагогу, який, розпізнавши завдяки спостережливості внутрішні стани та переживання учня, може керувати ними з метою виховання, впливати на інших власними експресивно виявленими почуттями.

Залежно від обставин і стану організму, його підготовленості до переживань емоції і почуття можуть бути виражені по-різному. Почуття страху, наприклад, може зумовити або астенічну реакцію – скутість, шок, або ж реакцію стеничну. Горе може викликати апатію, бездіяльність, розгубленість або відповідні енергійні дії.

Форми та інтенсивність вияву емоцій і почуттів значною мірою залежать від вихованості, рівня культури особистості, традицій та звичаїв. Це особливо позначається на виявленні їх за допомогою зовнішніх засобів – мімічних та пантомімічних виразних рухів. Внутрішній їх вияв (серцебиття, дихання, дія ендокринної системи) відбувається відносно незалежно від соціальних чинників.

Форми переживання емоцій і почуттів

Емоційні стани та форми їх виявлення детермінуються здебільшого соціальними чинниками, але, з'ясовуючи природу їх виникнення, не можна ігнорувати й деякі природжені особливості людини. Багатство емоційних станів виявляється у формі *настроїв, афектів, стресів, фрустрацій, пристрастей*.

Настрій – це загальний емоційний стан, який надає своєрідного забарвлення на певний час діяльності людини, характеризує її життєвий тонус. Розрізняють позитивні настрої, які виявляються у бадьорості і високому тонусі, і негативні, які пригнічують, демобілізують, спричинюють пасивність.

Настрій – такий загальний емоційний стан, який не спрямований на щось конкретне. Причини настроїв найрізноманітніші: невідповідність до діяльності, страх перед очікуваною невдачею, хворобливі стани, приємні звістки тощо. Особливе місце серед причин, що зумовлюють той чи інший настрій, посідає марновірство. Віра в прикмети, особливо негативні, спричинює пасивність, страх, розлад психічної діяльності особистості.

Міра підпадання під вплив настроїв має індивідуальний характер. Особи, яким властиве самовладання, не підпадають під вплив настрою, не занепадають духом навіть у тих випадках, коли для цього є певні підстави, а, навпаки, переборюють труднощі. Легкодухі швидко піддаються настроям. Вони потребують підтримки колективу.

Афекти – це сильне короткочасне збудження, яке виникає раптово, оволодіває людиною такою мірою, що вона втрачає здатність контролювати свої дії та вчинки. Прикладом афекту може бути несподіване переживання великої радості, вибуху гніву, страху.

У стані афекту порушується саморегуляція організму, яка здійснюється ендокринною системою. У цьому стані послаблюються процеси гальмування в корі великих півкуль головного мозку. І. П. Павлов, аналізуючи афективний стан, зазначав, що людина в стані афекту, який перевантажує гальмівну функцію кори, говорить і робить те, чого вона не дозволяє собі в спокійному стані і про що шкодує, коли мине вплив афекту.

Особливо різко виявляється афективний стан при сп'янінні, за якого гальмівні процеси значно послаблюються. Афекти зумовлені несподіваними гострими життєвими ситуаціями, в які потрапляє людина. Афект, як і настрій, залежить певною мірою від індивідуальних особливостей людини – її темпераменту, характеру, вихованості.

Афективні люди часто спалахують без будь-яких на те причин. Афекти викликають глибокі зміни психічного життя людини, виснажують її. Людина, яка виробила здатність опановувати себе, контролювати свої емоції, може скеровувати свої афективні реакції.

Разом з тим усім людям більшою або меншою мірою властиве афективне життя, без якого вони, як слушно зауважила Л. І. Божович, перетворилися б на пасивних, безликих істот.

Стрес де в чому нагадує афект. Він, як і афект, виникає за умов напруженого життя та діяльності, у небезпечних ситуаціях, що виявляються несподівано й потребують негайних заходів для їх подолання.

У стресовому стані поведінка людини значною мірою дезорганізується, спостерігаються безладні рухи, порушення мовлення, помилки в переведенні уваги, у сприйманні, пам'яті та мисленні, виявляються неадекватні емоції. Лише твердо засвоєні вміння та навички в стані стресу можуть залишатися сталими. Практичний досвід доводить, що дисциплінованість, організованість та самовладання запобігають дезорганізації поведінки за умов стресу.

Фрустрація являє собою своєрідний емоційний стан, характерною ознакою якого є дезорганізація свідомості та діяльності і за якою людина опиняється в стані безнадійності, втрати перспективи.

М. Д. Левітов виділяє такі різновиди фрустрації: *агресивність, діяльність за інерцією, депресивні стани*, для яких характерними є *сум, невпевненість, безсилля, відчай*.

Фрустрація виникає внаслідок конфліктів особистості з оточуючими, особливо в колективі, в якому людина не має підтримки, співчуття. Негативна соціальна оцінка людини, яка зачіпає її індивідуальність – її вартісність, стосунки, загрожує престижу, принижує людську гідність, – спричиняє стан фрустрації. Він виникає у людей з підвищеною збудливістю, з недостатньо розвиненими гальмівними процесами, у невихованих, розбещених дітей.

Пристрасті – це сильні, стійкі, довготривалі почуття, які захоплюють людину, керують нею і виявляються в орієнтації всіх прагнень особистості в одному напрямі, в зосередженні їх на одній меті.

Пристрасть – це велика сила людини, яка активно прямує до своєї мети. Вона породжує в людини неослабну енергію в прагненні до мети. Пристрасть виявляється в найрізноманітніших сферах людського життя та діяльності – в праці, навчанні, науці, спорті, мистецтві.

Вона має вибірковий характер і виявляється не лише в емоційній, а й у пізнавальній, вольовій сферах, у наполегливості.

Пристрасті бувають позитивні та негативні. Навіть позитивна пристрасть, якщо вона заважає діяльності, навчанню, стає негативною. Коли учень, захоплюючись читанням або спортом, пропускає

уроки, недосипає, то саме по собі позитивне заняття – читання книжок – перетворюється на негативне. Пристрасть до алкоголю, паління тощо згубно позначається на праці та житті людини.

Позитивні пристрасті – захоплення працею, навчанням – є тією силою особистості, яка породжує велику енергію в діяльності, сприяє продуктивності праці. І. П. Павлов закликав молодь бути пристращеною в роботі та наукових шуканнях. “Пам’ятайте, – писав він, – що наука вимагає від людини великого напруження і великої пристрасті”.

Вищі почуття

У пізнавальній сфері людини особливе місце посідають вищі почуття. Вони являють собою відображення переживання людиною свого ставлення до явищ соціальної дійсності. За змістом вищі почуття поділяють на моральні, естетичні, інтелектуальні та праксичні.

Рівень духовного розвитку людини оцінюють за тим, у якій мірі їй властиві ці почуття. У вищих почуттях яскраво виявляються їх інтелектуальні, емоційні та вольові компоненти.

Вищі почуття є не лише особистим переживанням, а й засобом виховного впливу на оточуючих.

Моральні почуття – це почуття, в яких виявляється стійке ставлення людини до суспільних подій, до інших людей, до самої себе; їх джерелом є спільне життя людей, їхні взаємини, боротьба за досягнення суспільно важливої мети.

Моральні почуття людини сформувались у суспільно-історичному житті людей, в процесі їх спілкування і стали важливим засобом оцінки вчинків і поведінки, регулювання взаємин особистості.

Естетичні почуття – це відчуття краси явищ природи, праці, гармонії барв, звуків, рухів і форм. Гармонійне поєднання предметів, цілого та частин, ритм, консонанс, симетрія викликають відчуття приємного, насолоду, яка глибоко переживається та є натхненням для душі. Ці почуття викликають появу творів мистецтва. Не тільки в мисленні, а й почуттями людина утверджує себе у світі речей.

Залежно від рівня загальної та мистецької культури люди по-різному реагують на красу. Одні захоплюються гармонійними ритмами і римами, переходами та взаємопереходами кольорів, звуків, форм та рухів, інші не відчують цієї гармонії й захоплюються гру-

бими, різкими звуками, безладними рухами, випадковим поєднанням кольорів.

Естетичні почуття тісно пов'язані з моральними почуттями. Вони надихають особистість високими прагненнями, утримують від негативних вчинків. Отже, естетичні почуття є істотними чинниками формування моральності.

Вищі рівні розвитку естетичного почуття виявляються в почуттях високого, піднесеного, трагічного, комічного. Ці різновиди естетичних почуттів органічно пов'язані з моральними почуттями і є важливим засобом їх формування.

Інтелектуальні почуття являють собою емоційний відгук, ставлення особистості до пізнавальної діяльності в широкому її розумінні. Ці почуття виявляються в допитливості, чутті нового, здивуванні, впевненості або сумніві. Інтелектуальні почуття яскраво виявляють пізнавальні зацікавлення, любов до знань, навчальні і наукові уподобання.

Пізнавальні почуття залежно від умов життя, навчання та виховання мають різні рівні розвитку. Такими його рівнями є *цікавість, допитливість, цілеспрямованість, стійкий інтерес* до певної галузі знань, *захоплення пізнавальною діяльністю*. Пізнавальні почуття своїм механізмом мають природжений орієнтувальний рефлекс, але його зміст цілком залежить від навчання, виховання, навколишньої дійсності, умов життя.

Праксичні почуття – це переживання людиною свого ставлення до діяльності. Людина реагує на різні види діяльності – трудову, навчальну, спортивну. Це виявляється в захопленні, задоволенні діяльністю, у творчому підході, в радості від успіхів або незадоволенні, в байдужому ставленні до неї.

Праксичні почуття виникають у діяльності. Яскраве уявлення про зміст і форми діяльності, її процес і результат, громадську цінність – головна передумова виникнення і розвитку праксичних почуттів.

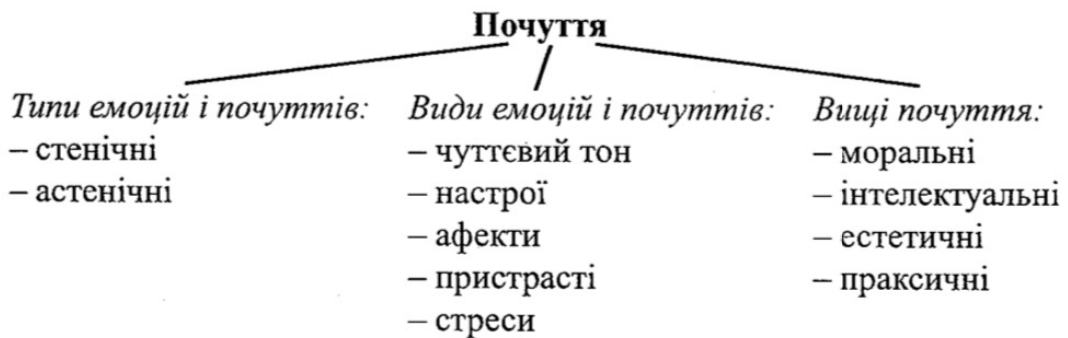
Праксичні почуття розвиваються або згасають залежно від організації та умов діяльності. Вони особливо успішно розвиваються і стають постійними тоді, коли діяльність відповідає інтересам, нахилам і здібностям людини, коли в діяльності виявляються елементи творчості, окреслюються перспективи її розвитку.

Праксичні почуття стають багатшими, якщо поєднуються з моральними почуттями. Праця як справа честі, гуманістичне ставлення до діяльності роблять праксичні почуття важливим чинником боротьби за високу продуктивність та якість праці.

Формалізована структура змісту теми

Функції емоцій і почуттів: переживання людиною свого ставлення до дійсності.

Фізіологічний механізм: взаємодія підкоркових центрів з корою великих півкуль головного мозку при їх провідній ролі.



Запитання для самостійної роботи

1. Як відбувається відображення дійсності почуттями і чим воно відрізняється від відображення у пізнанні?
2. У чому полягає відмінність між емоціями та почуттями?
3. За якими ознаками можна констатувати, що людина перебуває в стані емоційного збудження?
4. Які об'єктивні та суб'єктивні чинники можуть впливати на настрої?
5. Якими є головні ознаки афекту?
6. Які ознаки характеризують пристрасті як форму переживання почуттів?
7. У чому полягають відмінності емоцій людини від емоцій тварини?
8. Чому моральні, інтелектуальні, естетичні та праксичні почуття належать до вищих почуттів?

Альтернативно-тестові завдання для самоконтролю

1. Чи згодні ви з думкою, що відмінності між емоціями та почуттями мають здебільшого кількісний характер?
2. Чи згодні ви з твердженням, що фізіологічним підґрунтям

вищих почуттів є кора та підкоркова зона?

3. Чи можна вважати, що експресивні рухи – єдиний вияв емоційних станів людини?

4. Чи є настрій результатом кількісної переваги позитивних або негативних емоцій?

5. Чи згодні ви з твердженням, що змістовність емоційного життя людини залежить тільки від змістовності її контактів з об'єктивним світом?

6. Чи завжди в стані афекту людина втрачає контроль над своєю поведінкою?

7. Чи завжди страх невідомого викликає в людини стресовий стан?

8. Чи можна стверджувати, що поняття “моральні почуття” та “моральні переконання” в принципі є тотожними?

9. Чи можна стверджувати, що механізми виникнення стресу та фрустрації принципово відмінні?

Завдання та проблемні ситуації

1. Чим можна пояснити, що тривале розлучення близьких людей завжди супроводжується стійкими негативними переживаннями?

2. Чим можна пояснити, що іноді емоційні реакції не відповідають об'єктивним впливам?

3. Чому людина в горі відчуває себе легше, коли виплачеться?

4. Чи може регулювання емоціями на рівні підкоркової зони не бути пов'язаним із свідомістю?

5. Під впливом яких чинників виявляються моральні почуття особистості?

Література

1. *Загальна психологія* / За ред. С. Д. Максименка. – К.: Форум, 2000.

2. *Максименко С. Д.* Основи генетичної психології: Навч. посібник. – К.: НПЦ “Перспектива”, 1998.

3. *Максименко С. Д.* Розвиток психіки в онтогенезі: [У 2-х т.] Т.1. Теоретико-методологічні проблеми генетичної психології. – К.: Форум, 2002.

4. *Максименко С. Д.* Розвиток психіки в онтогенезі: [У 2-х т.] Т. 2. Моделювання психологічних новоутворень. – К.: Форум, 2002.

5. *Основи загальної психології* / За ред. С. Д. Максименка – К.: НПЦ “Перспектива”, 1998.

6. *Психологія* / За ред. Г. С. Костюка. – К.: Рад. школа, 1968.
7. Додонов Б. И. В мире эмоций. – К.: Политиздат України, 1987.
8. *Общая психология* / Под ред. С. Д. Максименко. – М.: Рефл-бук; – К.: Ваклер, 1999.
9. Maksimenko S.D. Principles of website design for professional psychological diagnosis in different specialities. *Information Technologies and Learning Tools / Institute of Information Technologies and Learning Tools of NAES of Ukraine.* –2019. – Vol. 73. , № 5. – P. 284-294.
10. Максименко С.Д., Костюк О.В., Максименко К.С., Немеш О.М., Луньов В.Є. Мультилінгвістичний дискурс невротизації майбутніх лікарів: монографія. Київ: “Видавництво Людмила”, 2020. 171 с
11. Максименко С.Д. Психологічні особливості розуміння студентами Інтернет-текстів, *Psycholinguistics.*–2020. – Vol. 28(1) ,– P. 95-105.
12. Maksymenko, S.D.(2021) Genetic principles of creative personality confident as a propulsion of mental development. Ottawa: Accent Graphics Communications and Publishing. Glasgow: Society for the support of publishing initiatives and scientific mobility Limited. 615 p
13. Максименко С.Д., Руденко Я.В., Кушнерьова А.М., Невмержицький В.М. Психічне здоров'я особистості: посібник для вищих навчальних закладів. Київ: “Видавництво Людмила”, 2021. 438 с.
14. Максименко С.Д., Яланська С.П. Генетико-креативний підхід: діяльнісне опосередкування особистісного розвитку: монографія. Київ: “Видавництво Людмила”, 2021. 508 с.
15. Генеза сучасної інформаційно-когнітивної (гібридної) війни в українському контексті та глобальному вимірі: наукове дослідження/ С.Д. Максименко, Л.М. Деркач. Київ: «Видавництво Людмила», 2024. 128 с.
16. Максименко С.Д. Ірхін Ю.Б., Деркач Л.М., Марусинець М.М., Касинець М.М., Психологічна організація модульного формування когнітивних здібностей: генетико-креативний підхід: навчальний посібник. Том 1. Київ: «Видавництво Людмила», 2023. 384 с.

14. Уява

Ключові поняття теми:

уява, довільна уява, мимовільна уява, випереджальне відображення, репродуктивна уява, творча уява, мрія, дисоціація, аглютинація, акцентування, гіперболізація, схематизація, типізація

Поняття про уяву

Відображаючи дійсність, людина не лише сприймає те, що на неї впливає певної миті, а й уявляє те, що на неї впливало раніше. Життя вимагає від людини створення образів і таких предметів, яких вона ще не сприймала, уявлення подій, свідком яких вона не була, передбачення наслідків своїх дій та вчинків, програмування своєї діяльності тощо.

Уява – це специфічно людський психічний процес, що виник і сформувався під час праці. Будь-який акт діяльності обов'язково включає уяву. Не уявивши результат праці, не можна приступити до роботи. Саме в цьому й полягає важлива функція уяви як специфічно людської форми випереджального відображення дійсності

Перш ніж щось робити, людина уявляє кінцевий результат своєї діяльності й ті шляхи, якими його буде досягнуто. Ще до того як виготовити певну річ, вона подумки створює її образ у своїй уяві.

У житті людина створює образи таких предметів, яких у природі не було, немає й бути не може. Такими витворами людської уяви є фантастичні казкові образи русалки, килима-самольота, Змія-Горинича, в яких неприродно поєднані ознаки різних предметів. Проте якими б дивовижними не здавалися продукти людської уяви, в усіх випадках підґрунтям для їх появи є попередній досвід людини, ті враження, що зберігаються в її свідомості.

Уява – це процес створення людиною на основі досвіду образів предметів, яких вона ніколи не сприймала.

До створення нових образів людину спонукають різноманітні потреби, які постійно породжує діяльність, які з'являються з розвитком знань, ускладненням суспільних умов життя, потребою прогнозувати майбутнє.

Створення образів уяви завжди пов'язане з певним відхиленням від реальності, виходом за її межі. Це значно розширює пізнавальні

можливості людини, забезпечуючи їй здатність передбачувати та витворювати новий світ як середовище свого існування.

Діяльність уяви тісно пов'язана з мисленням.

Орієнтуючи людину під час діяльності, уява створює психічну модель кінцевого та проміжних результатів праці і таким чином сприяє втіленню ідеального образу в матеріальний або ідеальний витвір.

Вибір способу дій, комбінування елементів в образах уяви здійснюються шляхом логічних міркувань, виконання різних розумових операцій, завдяки чому зберігається зв'язок між продуктами людської фантазії і дійсністю, їх дійовий характер. Специфічність випереджального відображення реальності в процесі діяльності уяви виявляється в конкретно-образній формі як яскраві уявлення.

Мислення цю функцію здійснює шляхом оперування поняттями, внаслідок чого в образах уяви забезпечується опосередковане та узагальнене відображення дійсності, що й робить їх реалістичними, життєвими.

Цінність образів уяви полягає в тому, що уява допомагає людині орієнтуватися в проблемних ситуаціях, приймати правильні рішення, передбачати результат своїх дій за умов, коли наявних знань виявляється недостатньо для безпосередньої реалізації потреби пізнання.

Завдяки уяві стають можливими результативна поведінка і діяльність особистості за умов отримання неповної або непевної інформації.

Зв'язок уяви з об'єктивною дійсністю

В уяві людини завжди є певний відхід за межі безпосередньо даного, певне "відходження" від дійсності. Проте як би далеко не сягало це "відходження", у ньому завжди зберігається зв'язок з реальністю. Немає фантазії, основою якої не було б реальності. Зв'язок з дійсністю можна легко зрозуміти, проаналізувавши різноманітні витвори уяви.

Уявляючи, наприклад, свого майбутнього героя, письменник наділяє його рисами людей, яких він сприймав колись, синтезуючи ці риси в новий образ. Таке саме використання попередніх вражень трапляється й тоді, коли людина уявляє собі описані іншими людьми краєвиди або події, свідком яких вона не була.

За висловом І. М. Сеченова, “витвори уяви – це небачені в світі сполучення бачених вражень”. Так, І. Котляревський у своїй “Енеїді” опис пекла подає через предмети і явища, взяті з дійсності (кипляча смола, вогонь, юрбища людей). Небаченим тут є лише сполучування цих елементів.

Без потрібного чуттєвого досвіду, зафіксованого пам’яттю, створення нових образів неможливе.

Чим різноманітніші сприйняття людини, чим багатший її життєвий досвід, тим яскравішими, повнішими й точнішими бувають витворені нею уявлення про предмети, які вона безпосередньо не сприймає.

Важливим у зв’язку уяви з дійсністю є те, що *витвори уяви – це не довільна комбінація окремих елементів, взятих з досвіду*. Створюючи з цих елементів образи нових об’єктів, людина зважає на відомі закономірні зв’язки між предметами. Так, прогножуючи розвиток подій на підставі аналізу соціальної ситуації, політик враховує логіку та зв’язок чинників, що взаємодіють між собою, об’єктивні тенденції, які вони виявляють.

Створювані письменником персонажі діють так, як вони діяли б і в житті за тих обставин, в які їх поставив автор.

Фантазія, позбавлена рис реальної дійсності, стає безсилою, продукти такої фантазії перетворюються на порожні мрії, прожектерство і можуть завдати шкоди.

Перевтілення образів уяви в дійсність залежить від реальних потреб, спромог та соціального запиту суспільства, що їх потребує. Наявність потрібних умов прискорює втілення образів уяви в життя. Прикладом цього може бути потреба в постійному вдосконаленні засобів обміну інформацією між країнами, континентами, що зумовило появу Інтернету – світової комп’ютерної мережі.

Важливу роль для реалізації образів уяви відіграє те, правдиво чи спотворено відображається дійсність у свідомості людини, в її переконаннях, вольових якостях. Уява тісно пов’язана з практичною діяльністю людей, з їх працею. Співвідносячи витвори своєї фантазії з дійсністю, особистість має можливість пересвідчитися в їх реалістичності, при потребі вдосконалити, зробити чіткішими, збагатити новими рисами.

Практика завжди є критерієм правильності та суспільної значущості продуктів людської уяви.

Отже, уява – це своєрідна форма відображення людиною дійсності, в якій виявляється активний випереджальний характер пізнання нею предметного світу.

Уява і органічні процеси

Як і всі інші психічні процеси, уява – це функція кори великих півкуль головного мозку. Фізіологічним підґрунтям уяви є утворення нових сполучень тих нервових зв'язків, які виникали раніше в процесі відображення людиною об'єктивної дійсності.

Для виникнення нового образу потрібно:

1) щоб раніше утворені системи зв'язків, їх структура були детерміновані характером раніше сприйнятих предметів;

2) щоб вони розпалися (дисоціація) і утворили нові сполучення відповідно до нових потреб, що актуалізуються в діяльності людини.

Багатство образів фантазії залежить від оригінальності поєднання в новому її продукті рис відомих об'єктів, новизни, нестандартності цих поєднань.

Діяльність уяви тісно пов'язана з емоціями, невіддільними від творення нового образу. Це дає підстави припустити, що механізми процесу уяви відбиваються не лише в корі великих півкуль головного мозку, а і в підкоркових центрах, зокрема в гіпоталамо-лімбічній системі, ушкодження якої призводить до порушення регулятивної функції психіки, пов'язаної з програмуванням поведінки людини.

Експериментально доведено, що імпульси, які надходять з підкоркових відділів мозку, активізують діяльність кори великих півкуль, сприяють створенню плану та програми дій, що має важливе значення для створення нових образів предметів.

Створюючи образи предметів, які виявляються безпосередньо пов'язаними з емоційною сферою особистості, її почуттями, людський мозок може справляти регулювальний вплив на периферійні частини організму, змінювати їх функціонування.

Ще в стародавні часи було помічено, що у деяких людей, переважно в тих, що страждають на істерію, після роздумів про муки, яких за євангельськими текстами зазнав Христос, з'являлися “знаки розп'яття” на долонях, ступнях ніг у вигляді кривавих плям, виразок. Такі сліди мають назву “стигма” (у перекладі з грецької “рубець”, “знак”).

Відомі випадки, коли люди, маючи яскраву фантазію, могли змінювати температуру руки, усього тіла, уявляючи в ній (на ньому) кригу або розпечений предмет. Необережно сказане лікарем слово може викликати у вразливого пацієнта реальне відчуття хворобливого стану і вияв відповідних симптомів захворювання.

Хвороби такого походження називаються “ятрогенія”. Нетактовне слово вчителя травмує психіку учня, породжує фантастичні страхи, іноді може викликати нервові розлади – дидактогенії.

Специфічним виявом впливу образів уяви на рухову сферу особистості є *ідеомоторні акти*. Дослідження доводять, що коли людина уявляє рух якоїсь частини свого тіла (руки, ноги, тулуба), але не виконує самої дії, то в м’язах, які повинні цей рух здійснити, фіксуються слабкі імпульси, аналогічні тим, які реєструються при реальному виконанні рухів.

На принципі розшифрування ідеомоторних актів ґрунтується ефект “читання думок”, коли завдяки надзвичайно тонкій чутливості деякі люди здатні, перебуваючи в контакті з іншою людиною, сприймати слабкі сигнали її ідеомоторних актів і “вгадувати”, який предмет та в кого з присутніх сховав реципієнт. Ідеомоторними актами як засобами ідеального моделювання дій, які належить виконати, широко користуються спортсмени, танцюристи та інші.

Тренери рекомендують своїм вихованцям перед виконанням справи виконати її подумки, уявивши її від початку до кінця. Таке “програмування” поліпшує результати її реального виконання.

Регулювальний вплив мозку на всі органи людського тіла є закономірним явищем. Образи уяви, що формуються в процесі діяльності людини, можуть посилювати цей вплив. У випадках патології мозкової діяльності спостерігаються зміни функції уяви.

Найчастіше такі зміни виявляються в *галюцинаціях*, коли хворий бачить неіснуючий предмет. При цьому образ, який виникає, є настільки яскравим, що людина абсолютно впевнена, що він насправді існує.

Тимчасовий стан галюцинацій викликають наркотики. Надмірне вживання алкоголю може викликати хворобливий стан – *білу гарячку*, коли в людини починаються фантастичні марення, що не узгоджуються з будь-якою життєвою логікою.

Процес створення образів уяви

Створення людиною образів нових об'єктів зумовлене потребами її життя та діяльності. Залежно від завдань, що постають перед нею, активізуються деякі залишки попередніх вражень і утворюються нові комбінації асоційованих зв'язків. Цей процес набуває різної складності залежно від мети, змісту та попереднього досвіду людини.

Найбільш елементарною формою синтезування нових образів є *агломунація* (від латинського *aglutinare* – “склеювання”). Це створення образу шляхом поєднання якостей, властивостей або частин різних об'єктів. Такими є, наприклад, казкові образи русалки – напівжінки, напівриби; кентавра – напівчоловіка, напівконя; у технічній творчості це тролейбус – сполучення рис трамвая та автомобіля, танк-амфібія, що поєднує риси танка і човна, тощо.

Прийомам створення нових образів є *аналогія*.

Суть прийому аналогії полягає в тому, що новостворений образ, який вибудовується, схожий на реально існуючий предмет, але в ньому проектується принципово нова модель явища або факту.

На основі принципу аналогії виникла нова галузь інженерної справи – *біоніка*. Біоніка виокремлює деякі властивості живих організмів, які стають засадовими при конструюванні нових технічних систем. Так було створено багато різноманітних приладів – локатор, “електронне око” тощо.

Нові образи можуть створюватися за допомогою наголошування – акцентування. Цей прийом полягає в навмисному посилюванні в об'єкті певних ознак, які виявляються домінуючими на фоні інших. Малюючи дружній шарж або карикатуру, художник віднаходить у характері або зовнішності людини щось неповторне, притаманне тільки їй, і наголошує на цьому художніми засобами.

Створення нових образів може бути досягнуте шляхом перебільшення (або *применшення*) усіх характеристик предмета. Цей прийом широко використовується в казках, народній творчості, коли герої наділяються надприродною силою (Микита Кожум'яка, Котигорошко) і здійснюють подвиги.

Найскладнішим способом утворення образів уяви є створення типових образів. Цей спосіб вимагає тривалої творчої роботи. Художник створює попередні ескізи, письменник – варіанти твору. Так, ма-

люючи картину “З’явлення Христа народів”, художник Іванов зробив близько 200 ескізів.

Уяву в художній творчості можна проілюструвати висловлюванням К. Паустовського: “Кожна хвилина, кожне кинуте мимохіть слово та погляд, кожна глибока або жартівлива думка, кожний непомітний рух людського серця, так само як і літаючий пух тополі або вогонь зірки в нічній воді, – все це крихти золотого пилу. Ми, літератори, видобуваємо їх протягом десятиріч, ці мільйони крихт, збираємо непомітно для самих себе, перетворюємо на сплав і потім із цього сплаву виковуємо свою “Золоту троянду” – повість, роман або поему”.

Творчий процес пов’язаний з виникненням багатьох асоціацій, їх актуалізація підпорядкована меті, потребам і мотивам, які домінують в актах творчості.

Великий вплив на створення образів уяви чинить практична діяльність. Доки створений образ існує тільки “в голові”, він не завжди зрозумілий до кінця. Втілюючи цей образ у малюнок або модель, людина перевіряє реальність його існування.

Засадовою щодо створення образів уяви є взаємодія двох сигнальних систем. Співвідношення чуттєвого та мовного, образу та слова набуває різного характеру в різних видах уяви, залежно від конкретного змісту діяльності, в яку включається створення образів.

Різновиди уяви

Діяльність уяви може бути охарактеризована з огляду на участь у цьому процесі спеціальної вольової регуляції, залежно від характеру діяльності людини та від змісту створюваних нею образів. Залежно від участі волі в роботі уяви її поділяють на **мимовільну та довільну**.

Мимовільною є така уява, коли створення нових образів не спрямовується спеціальною метою уявити певні предмети або події. Потреба в мимовільному створенні образів постійно актуалізується різними видами діяльності, до яких залучається особистість.

У процесі спілкування співрозмовники уявляють ситуації, події, про які йдеться. Читаючи художню або історичну літературу, людина мимоволі спостерігає реальні картини, які породжує її уява під впливом прочитаного. Мимовільне виникання уявлень тісно пов’язане з почуттями людини. Почуття є потужним генератором яс-

кравих образів уяви в тих випадках, коли вона стривожена через невизначеність очікуваних подій або, навпаки, переживає емоційне піднесення через участь в урочистих подіях, що мають життєво важливе значення для неї.

Почуваючи страх, тривогу за близьких для неї людей, людина малює собі образи небезпечних ситуацій, а готуючись до приємної події, уявляє атмосферу доброзичливості, пошани з боку колег, присутніх.

Прикладом мимовільного виникнення образів уяви є сновидіння. У стані сну, коли свідомий контроль за психічною діяльністю відсутній, залишки різноманітних вражень, що зберігаються в мозку, легко розгальмовуються і можуть сполучатися неприродно і невизначено.

Процес уяви може тривати *довільно*, коли він спрямовується спеціальною метою створити образ певного об'єкта, можливої ситуації, уявити або передбачити сценарій розвитку подій.

Залучення довільної уяви до процесу пізнання зумовлене потребою свідомої регуляції побудови образу відповідно до завдання та характеру виконуваної діяльності. Довільне створення образів має місце головним чином у творчій діяльності людини.

Залежно від характеру діяльності людини її уяву поділяють на творчу та репродуктивну.

Уява, яка супроводжує творчу діяльність і допомагає людині створювати нові оригінальні образи, називається творчою.

Уява, яка супроводжує процес засвоєння вже створеного та описаного іншими людьми, називається **відтворювальною, або репродуктивною.**

Так, у конструктора-винахідника, який створює нову машину, уява – творча, а в інженера, який згідно з усним описом або кресленням створює образ цієї машини, уява репродуктивна.

Творча уява активізується там, де людина віднаходить щось нове – нові способи діяльності, створює нові, оригінальні, вартісні для суспільства матеріальні та духовні витвори.

Продукти творчої уяви, їх багатство і суспільна значущість безпосередньо залежать від знань і життєвого досвіду особистості, її ставлення до діяльності, її соціальної позиції тощо. Важливу роль для творчої уяви відіграє мова, яка є засобом усвідомлення творчого задуму та інструментом аналітико-синтетичної діяльності.

Репродуктивна уява – це процес створення людиною образів нових речей на підставі їх усного опису або графічного зображення.

Потреба в репродукуванні образів дійсності – постійна і актуальна в житті та діяльності людини як свідомої суспільної істоти. Дуже важлива роль репродуктивної уяви для спілкування людей, яке значною мірою зумовило її розвиток. Мовне описування явищ завжди вимагає від людини створення відповідних образів.

Репродуктивна уява потрібна під час читання художньої літератури, роботи з підручниками з географії, біології, анатомії тощо. Образи предметів формуються також на підставі їх графічного опису, наприклад, в інженерній справі, при користуванні схемами, картами. Творча уява і репродуктивна уява тісно пов'язані між собою, постійно взаємодіють і переходять одна в одну. Цей зв'язок виявляється в тому, що творча уява завжди ґрунтується на репродуктивній уяві, включає її елементи. З другого боку, складні форми репродуктивної уяви містять елементи творчої. Наприклад, у праці актора втілення сценічного образу є результатом діяльності творчої і водночас репродуктивної уяви.

Залежно від змісту діяльності уява поділяється на **технічну, наукову, художню** та інші різновиди, зумовлені характером праці людини.

Художня уява має переважно чуттєві (зорові, слухові, дотикові та інші) образи – надзвичайно яскраві та детальні. Так, І. Рєпін, малюючи картину “Запорожці пишуть листа турецькому султану”, писав: “Голова обертом іде від їхнього гумору та галасу”. Флобер говорив, що він гостро відчував у себе в роті присмак миш'яку, коли описував сцену самогубства мадам Боварі. Художнику, письменнику завдяки яскравості чуттєвих образів здається, що вони безпосередньо сприймають те, що зображують у своїх творах.

Для *технічної уяви* характерні є створення образів просторових відношень у вигляді геометричних фігур і побудов, їх легке дисоціювання та об'єднання в нові сполучення, уявне перенесення їх у різні ситуації. Образи технічної уяви найчастіше об'єднуються у кресленнях, схемах, на підставі яких потім створюються нові машини, нові предмети.

Наукова уява знаходить свій вияв під час створення гіпотез, проведення експериментів, узагальнень для створення понять. Фантазія відіграє важливу роль під час планування наукового дослідження,

побудови експериментальної ситуації, передбачення ходу експерименту. При побудові наукової системи уява потрібна, щоб доповнити відсутні, не визначені ще ланки в ланцюжку фактів.

Фантазія має велике значення для плідної творчої діяльності вченого. Без фантазії його праця може перетворитися на нагромадження наукових фактів, акумулювання своїх і чужих думок, а не на реальний поступ до нових винаходів, ідей, створення принципово нового в науці.

Особливою формою уяви є *мрія*.

Мрія – це процес створення людиною образів бажаного майбутнього.

Мрія – необхідна умова втілення творчих задумів, коли образи уяви не можуть бути реалізовані негайно з об'єктивних або суб'єктивних причин. За таких обставин мрія стає реальною спонуккою, мотивом діяльності, завдяки яким стає можливим завершення розпочатої справи. Без мрії, зауважував Д. І. Писарєв, неможливо було б зрозуміти, яка спонукальна сила змушує людину започатковувати і доводити до кінця великі і виснажливі за обсягом роботи в галузі мистецтва, науки та практичного життя.

Мрія є елементом наукового передбачення, прогнозу та планування діяльності. Ця її функція переконливо виявляється в художній, творчій діяльності, державотворенні, розвитку суспільства. Яскравою ілюстрацією цього є твори Жуля Верна, в яких він геніально передбачив витвори майбутньої технічної думки – підводний човен, гелікоптер.

Мрії можуть бути реальними, дієвими та нереальними, безплідними. Дієвість мрії – потрібна умова втілення творчих задумів людини, спрямованих на реальне перетворення дійсності. Такі мрії в певному розумінні є рушійною силою дій та вчинків людини, надають їй більшої цілеспрямованості в житті, допомагають боротися з труднощами, протистояти несприятливим впливам.

Мрії можуть бути пустопорожніми, безплідними, “маніловськими”. Тоді вони дезорієнтують людину, позбавляють її бачення реальних життєвих перспектив, штовхають на шлях примарного задоволення своїх мрійницьких уподобань, роблять нездатною протистояти негараздам реального буття.

Позитивний вплив на життя людини чинить лише активна, творча мрія, вона збагачує життя людини, робить його яскравішим і цікавішим.

Уява і особистість

Діяльність уяви залежить від загальної спрямованості особистості, від усього її психічного життя. Особлива роль у створенні образів уяви належить зацікавленню, потребам, світогляду особистості, що наповнюють її духовний світ. З діяльністю уяви пов'язане формування ряду морально-психологічних якостей особистості – гуманності, чуйності, почуття обов'язку тощо. Зрозуміло, що виявити чуйність може лише людина, яка, знаючи життя та особливості рис характеру іншої людини, здатна уявити її душевний стан у певний момент.

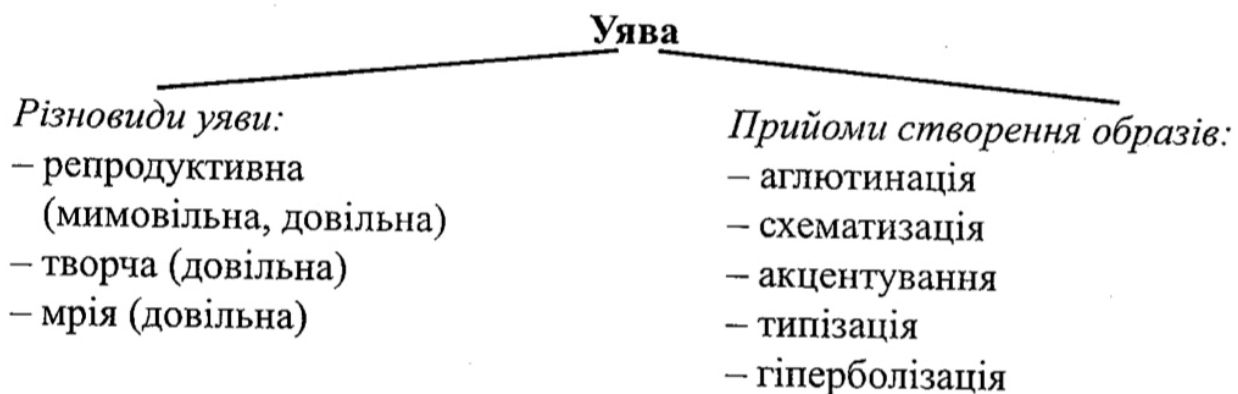
У потужності та яскравості образів уяви виявляються типологічні особливості вищої нервової діяльності. Уява – один із показників, за якими І. П. Павлов поділяв людей на художній або мислительний типи. Художник має справу з образами (зоровими, руховими, слуховими тощо), що свідчить про переважання в його діяльності першої сигнальної системи, образного відображення світу.

Отже, уява не лише впливає на хід психічного життя людини, а й зумовлює формування важливих якостей її особистості.

Формалізована структура змісту теми

Функція уяви: створення образів нових об'єктів – випереджальне відображення реальності.

Механізм уяви: дисоціація життєвих вражень та об'єднання виокремлених елементів у нові комбінації.



Запитання для самостійної роботи

1. У чому полягає специфічність відображення дійсності в процесах уяви?
2. Чим зумовлена діяльність людської уяви?
3. Від чого залежить багатство створюваних людиною образів уяви?
4. У чому полягає принципова різниця образів репродуктивної та продуктивної уяви?
5. У чому полягають особливості мрії як різновиду творчої уяви?
6. У чому виявляється зв'язок процесів чуттєвого пізнання і мислення з уявою?
7. Яким є механізм впливу образів уяви на фізіологічні процеси людини?
8. Як пов'язана уява з емоційно-вольовою сферою особистості?

Альтернативно-тестові завдання для самоконтролю

1. Чи згодні ви з твердженням, що без уяви неможлива будь-яка практична діяльність людини?
2. Чи завжди уява є частиною діяльності мислення?
3. Чи є уява у тварини?
4. Чи є принципова різниця між уявленнями творчої уяви та галюцинаціями?
5. Чи може яскравість уяви негативно позначитися на психічному житті людини?
6. Чи погодитесь ви з думкою, що мрія – це створення образів уяви, у справдженні яких людина впевнена?
7. Чи може бути уява дитини багатшою, ніж уява дорослої людини?

Завдання та проблемні ситуації

1. Поясніть, у чому полягають головні відмінності уяви від уявлень пам'яті. За якими ознаками це можна встановити?
2. Визначте, які прийоми створення образів уяви використані: винахідником – при конструюванні дирижабля, гідролітака; письменником – при створенні літературного персонажа; художником-карикатуристом – при створенні дружнього шаржу.
3. Поясніть, чому деякі люди, не обізнані з медициною, прочитавши опис того чи іншого захворювання, схильні уявляти, що й вони захворіли саме на цю хворобу, що й у них виявляються симптоми цієї хвороби.

Література

1. *Загальна психологія* / За ред. С. Д. Максименка. – К.: Форум, 2000.
2. *Максименко С. Д.* Розвиток психіки в онтогенезі: [У 2-х т.] Т.1. Теоретико-методологічні проблеми генетичної психології. – К.: Форум, 2002.
3. *Максименко С. Д.* Розвиток психіки в онтогенезі: [У 2-х т.] Т. 2. Моделювання психологічних новоутворень. – К.: Форум, 2002.
4. *Психологія* / За ред. Г. С. Костюка. – К.: Рад. школа, 1968.
5. *Общая психология* / Под ред. С. Д. Максименко. – М.: Рефлбук; – К.: Ваклер, 1999.
6. *Maxymenko, S.D.(2021)* Genetic principles of creative personality confident as a propulsion of mental development. Ottawa: Accent Graphics Communications and Publishing. Glasgow: Society for the support of publishing initiatives and scientific mobility Limited.-615 p.

15. Воля

Ключові поняття теми:

воля, мимовільна дія, довільна дія, вольове зусилля, вольова дія, затримка, бажання, потяг, водіння, боротьба мотивів, прийняте рішення, сила волі, безвілля, абулія

Поняття про волю

Воля – психічний процес свідомої і цілеспрямованої регуляції людиною своєї діяльності та поведінки з метою досягнення бажаної мети.

У вольових діях людина здійснює свою свідому мету. Свідома діяльність – це довільна діяльність. Довільне напруження фізичних сил, довільне сприймання, запам'ятовування, довільна увага тощо – це свідомі регуляції, свідоме спрямування фізичних і розумових сил на досягнення свідомо поставленої мети.

Отже, воля є однією з найважливіших умов людської діяльності. Воля людини виробилася в процесі її суспільно-історичного розвитку, в трудовій діяльності. Живучи й працюючи, люди поступово навчилися ставити собі певну мету і свідомо досягати її здійснення.

У боротьбі за існування, долаючи труднощі, напружуючи свої сили чи опановуючи себе, людина виробила в собі різні якості волі. Чим важливішими були ті завдання, які мали виконати люди в житті, і чим більше вони їх усвідомлювали, тим активніше вони домагалися їх вирішення.

Вольову діяльність не можна зводити до активності організму й ототожнювати з нею. Активність властива і тваринам. Вони, задовольняючи свої біологічні потреби, пристосовуючись до умов життя, чинять тривалий вплив на навколишню природу, але це відбувається без будь-якого наміру з їхнього боку.

Воля виявляється в зусиллі, у внутрішньому напруженні, яке долає людина, переборюючи внутрішні та зовнішні труднощі, прагнучи діяти або стримуючи себе.

Воля є детермінованим процесом. Детерміністичне розуміння волі підтверджують фізіологічні дослідження І. М. Сеченова і І. П. Павлова. І. М. Сеченов у своїй праці “Рефлекси головного мозку” вказував, що вольові дії причинно зумовлені зовнішніми подразниками. Усі довільні рухи є відображальними, тобто рефлексорними.

Воля – діяльний бік розуму і морального почуття. І. П. Павлов зазначав, що весь механізм вольового руху – це умовний, асоціативний процес, який підпорядковується всім описаним законам вищої нервової діяльності. Він дійшов висновку, що довільні дії, які виникають внаслідок внутрішнього зусилля, зумовлюються тим, що рухова ділянка кори головного мозку водночас є і сенсорною ділянкою, подібно до зорової, слухової тощо.

Сліди, що залишаються в руховій ділянці кори головного мозку внаслідок впливу попередніх подразників, активізуються і можуть стати умовними подразниками для вольових рухів. Механізмом довільних рухів є збудження, що надходять від кори великих півкуль головного мозку.

Кінестетичні клітини кори, вважав І. П. Павлов, пов'язуються з усіма клітинами кори, вони є представниками як зовнішніх впливів, так і внутрішніх процесів організму. Це і стає підставою для довільних рухів.

Довільні дії детерміновані, як і всі інші дії людини, але оскільки вони зумовлені слідами попередніх подразнень у корі головного мозку, то іноді здається, що вони виникають самостійно, без будь-якої причини.

Те, що рухова ділянка кори великих півкуль головного мозку є одночасно і сенсорною ділянкою, відіграє важливу роль у регуляції вольових дій. П. К. Анохін вказував, що під час виконання вольових дій від виконавчого апарату до кори головного мозку надходить інформація про характер дій (зворотна аферентація), де вона порівнюється з уявленням про заплановану дію, випереджаючи її. Таке порівняння виконуваної дії з уявленням про її виконання, яке П. К. Анохін назвав *акцептором дії*, сприяє уточненню рефлексорного акту відповідно до того, чого прагне людина.

Довільні дії та їх особливості

У вольовій діяльності розрізняють довільні та мимовільні дії.

Дія – одна із складових діяльності людини, яка нею умотивовується і відповідає певній меті. Дія завжди спрямована на досягнення певної мети. Цілісна дія (за теорією П. Я. Гальперіна) складається з трьох частин: орієнтувальної основи, процесу виконання і процесу контролю.

Дія – структурна одиниця поведінки, діяльності людини, яка забезпечує її взаємодію з предметним світом. За психологічною будовою дія включає мету, спосіб і умови виконання. За допомогою мети попередньо очікується той результат, якого досягаємо наприкінці дії.

Способи дії служать тому перетворенню предмета, яке приводить до досягнення мети. Умови виконання дії становлять неспецифічні особливості предмета дії і особливості стану людини в момент виконання дії. За структурою психічної регуляції дія складається з двох основних частин: а) регуляційної, б) виконавчої. Усі дії людина опановує в процесі навчання.

Проблемні ситуації в навчанні розрізняються залежно від того, який компонент дії невідомий.

Мимовільними діями називають неусвідомлювані дії та рухи. Це насамперед безумовно-рефлекторні рухи, спричинені безумовними подразниками і керовані підкорковими відділами центральної нервової системи. Вони пов'язані із захистом організму від ушкоджень або із задоволенням його органічних потреб.

Мимовільні рухи можуть бути не тільки безумовно-рефлекторними, а й умовно-рефлекторними. Мимовільні рухи не усвідомлюються, а отже, й не контролюються. Найчастіше це буває тоді, коли подразники впливають зненацька, несподівано.

Довільні дії та рухи завжди свідомі. Вони характеризуються цілеспрямованістю та відповідною організованістю. У процесі свідомого виконання завдання рухи контролюються, стають довольними. Навіть мимовільні безумовно-рефлекторні рухи, наприклад, кліпання очима, кашель, дихання та інші, можна довольню регулювати.

У житті людина користується здебільшого не окремими довольними рухами, а довольними діями, що складаються з рухів, пов'язаних у певну систему. Навчаючись читати, писати, грати на музичному інструменті, людина здійснює безліч довольних рухів і дій.

Довільні рухи складніші, ніж мимовільні. Проте, як показали дослідження І. М. Сеченова і І. П. Павлова, принципової різниці в механізмі їх здійснення немає. Довільні рухи, як і мимовільні, мають рефлекторний характер. Довільні дії людини виникають умовно-рефлекторним шляхом з мимовільних рухів. У маленьких дітей усі рухи мимовільні. Але в результаті навчання та виховання діти пос-

тупово оволодівають ними, навчаються свідомо контролювати свої рухи і скеровувати їх.

Коли мимовільний рух, що усвідомлюється, здійснюється цілеспрямовано, то він стає довільним. Такі рухи, як постукування пальцями по столу, можуть бути мимовільними, неусвідомлюваними рухами, але вони можуть стати й довільними, якщо це робиться навмисно, з певною метою, наприклад, щоб відбивати такт, співаючи або навчаючись музики.

З другого боку, кожний довільний рух в результаті багаторазового повторення стає настільки звичним, що ми виконуємо його автоматично, не зосереджуючи на ньому уваги навмисно. Наприклад, навчаючись письму чи музиці, людина кожний порух рукою виконує свідомо, а навчившись писати або грати на музичному інструменті, вона робить ці рухи вже автоматично, мимовільно.

Рухи і дії зумовлюються зовнішніми подразниками. Внаслідок операцій з предметами в корі великих півкуль головного мозку людини виникають уявлення не лише про речі зовнішнього світу, а й про оперування ними, про рухи власного тіла. Активізація слідів рухових уявлень неминуче приводить до рухів тих чи інших органів тіла.

Отже, рух і діяльність цих органів зумовлені не тільки зовнішніми подразниками, що впливають на нас безпосередньо, а й викликаються збудженням в корі великих півкуль головного мозку внаслідок залишків попередніх зовнішніх подразнень, які є основою уявлень, думок, переконань тощо.

У процесі розвитку людина навчилася не тільки *довільно діяти, а й довільно припиняти свої дії.*

Довільно діючи і довільно припиняючи свої дії, людина таким чином регулює свою власну діяльність і поведінку.

Важливу роль у здійсненні вольових актів відіграє мовлення. І. П. Павлов зазначав, що слова нашої мови пов'язані з усіма зовнішніми подразненнями, які надходять до кори великих півкуль головного мозку. Саме тому мова може спричинювати всі ті дії організму, що їх зумовлюють ці подразнення. Слово, замінюючи конкретні подразники, відіграє таку саму роль, як і сигнали першої сигнальної системи, зумовлюючи потрібні рухи та дії. Таким чином, здійснення вольових рухів та дій ґрунтується на взаємодії першої та другої сигнальних систем.

Друга сигнальна система, мовлення, у складній вольовій діяльності відіграє провідну роль. Вона є основою свідомого керування людиною своєю діяльністю.

Але мовленнєві сигнали стають засобом довільної діяльності не тоді, коли слово просто виконує роль зовнішнього подразника, а тоді, коли воно стає засобом внутрішнього аналізування цього подразника. У таких випадках аналіз стає предметом внутрішнього мовлення. Унаслідок такого аналізу подразника внутрішнє мовлення, або, за висловлюванням І. П. Павлова, мовлення “наодинці з собою”, виконує роль внутрішнього, центрального “пускового сигналу” для вольових дій, тобто дій, “що надходять з кори великих півкуль головного мозку”.

Слово як сигнал зумовлює цілеспрямовані дії: одні з них затримуються, гальмуються, а другі спрямовуються на досягнення мети. Мовлення є важливим чинником розвитку довільних рухів і дій.

Аналіз складної вольової діяльності

Вольову діяльність людини визначає свідомо сформульована мета.

Діючи, людина ставить завдання, планує його виконання, добирає засоби його розв’язання. Щоб успішно навчатися, людина повинна усвідомлювати мету навчання, свої шкільні завдання, вміти організувати їх виконання, бути наполегливою.

Кожна вольова дія чимось мотивується.

Мотив – це рушійна сила, яка спонукає людину до діяльності, до боротьби за досягнення мети. Мотивами діяльності є людські потреби, почуття, інтереси, усвідомлення необхідності діяти.

Чіткість мети, розуміння справи, усвідомлення завдання, його важливість завжди породжують силу, енергію і рішучість дій. Чим більшого суспільного значення набуває завдання, тим більшу енергію та завзяття люди докладатимуть до його здійснення. Пристрасне захоплення своєю справою спонукає людей до творчої праці.

Вольова діяльність буває **простою та складною**.

Проста вольова діяльність – це діяльність, яка для свого здійснення не вимагає особливого напруження сил і спеціальної її організації. Вона характеризується безпосереднім переходом бажання в рішення і здійснення цього рішення.

Наприклад, захотівши пити, людина відразу наливає води в склянку і п'є; якщо їй холодно, вона вдягає пальто тощо. Ці дії не вимагають складних засобів для їх виконання.

Складна вольова діяльність вимагає значного напруження сил, терплячості, наполегливості, вміння спрямувати себе на виконання дії. Так, людина, розв'язуючи математичні задачі, щоб досягти бажаного успіху, повинна здійснювати низку вольових дій.

Складність вольової діяльності залежить від складності завдання, на виконання якого вона спрямована.

Воля людини виявляється в подоланні не лише зовнішніх труднощів, що неодмінно виникають у процесі виконання різних видів діяльності, а й внутрішніх, спричинених, наприклад, бажаннями, які суперечать поставленим завданням, втому тощо. Подолання внутрішніх труднощів вимагає самоопанування та усвідомлення необхідності виконати те чи інше завдання.

Прагнення людини іноді виявляється у формі потягів.

Як правило, потяги бувають невиразними, малоусвідомленими. Людина кудись поривається, але чого саме їй забажалося, вона чітко не усвідомлює. Наявність прагнень, що виявляються лише у формі потягів, – недостатня умова для цілеспрямованої вольової діяльності.

Усвідомлюючи свої потяги, людина в такий спосіб перетворює їх на бажання. Бажаючи чогось, людина вже має більш або менш чітке уявлення про мету свого прагнення, напрям своєї діяльності.

Проте, усвідомивши мету своєї діяльності, людина може ще не бачити того шляху, яким треба йти, щоб успішно її здійснити, не маючи засобів для її досягнення. Накреслюючи потрібні шляхи та засоби, людина глибше усвідомлює свої прагнення. Глибоко усвідомлене прагнення дає змогу людині виразніше уявити не тільки мету діяльності, а й шляхи та засоби її завершення, зумовлює БОЛІННЯ, активне бажання.

Боління передуює власне дії, яка завершує вольовий акт.

Однак так трапляється не завжди. Іноді людина вагається: діяти чи ні. У такому випадку має місце той особливий, проміжний стан у розвитку вольового акту, який називається *боротьбою мотивів*. Цей стан виникає тоді, коли в людини є суперечливі бажання – одні спонукають її до певної дії, а другі перешкоджають їй.

Наприклад, людину роздирають суперечливі бажання: взятися за виконання завдання чи піти в кіно. Під час цієї боротьби мотивів

людина приймає певне рішення. Воно є наміром діяти або наміром відмовитися від виконання дії.

Рішення, що є глибоко усвідомленим, перетворюється на дію.

Виконання дії починається з її планування, з організації засобів, потрібних для здійснення завдання, і закінчується її завершенням. Так, людина, вирішивши сконструювати радіоприймач, вивчає структуру радіоприймачів, креслить схему, дістає потрібні для радіоприймача деталі й нарешті монтує його. Так закінчується прийняте рішення.

Успіх вольового акту залежить від вольових якостей людини, глибини усвідомлення завдання, інтересу, а також від знань, умінь і навичок діяти, без яких успішне досягнення мети неможливе. Уміння, звичні дії роблять вольові дії чіткішими та більш організованими, сприяють швидкому та успішному їх виконанню.

Будь-яка дія має успіх, якщо стає звичною. Навички та звички сприяють легшому подоланню труднощів та успішному завершенню дії.

Головні якості волі

Цілеспрямованість – одна з найважливіших вольових якостей особистості. Вона визначається принциповістю та переконанням людини і виявляється в глибокому усвідомленні нею своїх завдань і необхідності їх здійснювати. Цілеспрямованість виявляється в умінні людини керуватись у своїх діях не випадковими прагненнями, а постійними переконаннями, принципами.

Цілеспрямованість і принциповість особистості – підґрунтя її сильної волі.

Люди без чіткої цілеспрямованості, котрі не мають міцних переконань, сталих принципів, якими б вони керувалися у своїй діяльності, часто-густо залежать від випадкових бажань, підпадають під вплив інших людей. Поведінка нецілеспрямованих і непринципових людей характеризується слабкою волею. Без стійкого переконання та принципової спрямованості поведінки в людини не може бути й сильної волі.

Важлива вольова якість людини – її ініціативність, тобто здатність самостійно ставити перед собою завдання і без нагадувань та спонукань інших здійснювати їх.

Ініціативність людини характеризується дійовою активністю. Замало виявити ініціативу, беручись за виконання завдання; треба його розв'язати, закінчити. Це можливо лише за належної активності дій.

Істотними рисами волі людини є також рішучість, витриманість і наполегливість. Ці якості виявляються в умінні своєчасно та свідомо приймати рішення, особливо в складних обставинах, у гальмуванні негативних прагнень і дій, у здатності людини перемагати труднощі, що виникають на шляху до досягнення мети. Ці риси людини допомагають їй доводити до кінця кожен розпочату справу, долаючи всі перешкоди, які трапляються впродовж її виконання.

Великі справи, визначні наукові винаходи можливі лише за умови наявності цих рис.

Наполегливість людини слід відрізнити від такої її риси, яка називається *впертістю*.

Впертість – це необґрунтований, нічим не виправданий вияв волі, коли людина наполягає на своєму недоцільному бажанні, незважаючи на обставини. Упертість є виявом не сили, а певніше слабкості волі. Приймаючи рішення, вперта людина заперечує розумні докази, не зважає на інтереси інших, суспільні інтереси і своїми діями часто-густо завдає їм шкоди.

Упертість – негативна риса людини, тому треба вживати заходів щодо її усунення.

Важливою вольовою якістю людини є й *самостійність*. Самостійність волі виявляється в здатності людини критично ставитися до вчинків і дій, як своїх власних, так і сторонніх, не підпадати під негативний вплив інших.

Самостійність – це результат високої принциповості людини, її ідейності та моральної витримки.

Навіюваність – це якість людини, протилежна самостійності. Навіюваність виявляється в тому, що людина легко підпадає під вплив інших людей. Навіюваність притаманна тим людям, які не мають власної думки, непорушних принципів, їх переконання постійно змінюються. Вони некритично наслідують інших, вагаються між суперечливими твердженнями, легко сприймають чужі погляди, але згодом і ці погляди змінюють на інші.

Люди, які легко піддаються навіюванню та самонавіюванню, – це люди із слабкою волею.

Важливою вольовою рисою людини є самовладання. Воно виявляється в здатності людини себе опановувати, скеровувати свою поведінку та свою діяльність.

Самовладання – важлива риса особистості, яку ми називаємо *мужністю*. Володіючи собою, людина сміливо береться за виконання відповідального завдання, навіть коли знає, що його виконання пов'язане з небезпекою для неї або навіть загрожує її життю. Самовладання – одна з умов дисциплінованої людини.

Відсутність самовладання робить людину нестриманою, імпульсивною. Люди, які не здатні себе опановувати, легко підпадають під вплив почуттів, часто порушують дисципліну, пасують перед труднощами, впадають у розпач.

Своєрідним виявом відсутності волі особистості є *конформізм*. Суть його в тому, що людина хоча і має власну думку, але легко її змінює під тиском групи, виявляє свою залежність від стороннього впливу, не обстоює своїх переконань.

Як показали дослідження, конформним особам властиві негнучкість психічних процесів, бідність ідей, знижена здатність володіти собою, поверхове уявлення про себе, їм бракує віри в себе, вони виявляють більшу пасивність, навіюваність і залежність від інших.

Сукупність позитивних якостей волі, властивих людині, зумовлює її силу волі. Як позитивні, так і негативні якості волі не є вродженими. Вони розвиваються протягом життя та діяльності.

Слабка воля, причини цього і шляхи подолання

Відсутність волі так чи інакше виявляють різноманітні фізичні та розумові дії. Характерними її ознаками є зниження рівня загальної активності, психічна млявість, вагання в тих випадках, коли необхідно діяти.

Люди, воля яких слабка, здебільшого не закінчують розпочатої справи, нездатні долати навіть незначні труднощі, відкладають справу надалі. Вони легко відволікаються від важливої діяльності, беруться за дрібні, непотрібні завдання. Вони не мають постійних зацікавлень, цілеспрямованих інтересів, самостійності і критичного ставлення до себе та оточення.

Ці люди не мають власної думки, легко підпадають під вплив інших, легко піддаються навіюванню та самонавіюванню, внаслідок чого не впевнені у своїх діях. Вони здебільшого не виявляють ініціа-

тиви, хоча і певною мірою компетентні. Вони не здатні стримувати свої бажання, долати власні емоційні стани – гнів, страх, афекти.

В екстремальних обставинах вони розгублюються, стають безпорадними. Вони мрійники, і хоча часом подають цікаві пропозиції, проте не реалізують їх.

Слабка воля – це ознака конформності особистості, яка схильна уникати самостійних рішень, пасивно сприймає погляди інших, пристосовується до певних стандартів поведінки.

Випадки хворобливо слабкої волі мають назву “абулія”.

Ослаблення волі зумовлюється багатьма причинами. У деяких випадках його спричиняють органічні або функціональні порушення діяльності кори великих півкуль головного мозку, особливо лобових його ділянок, що виявляється в дисоціації, роз’єднаності образів дії та рухів, пасивності ідей, уявлень.

Причиною цього є різні хвороби і особливо вживання алкоголю, наркотиків, які є причиною пасивності розумової діяльності, порушення гальмівної функції кори великих півкуль головного мозку, внаслідок чого активізуються підкоркові процеси, зокрема емоції.

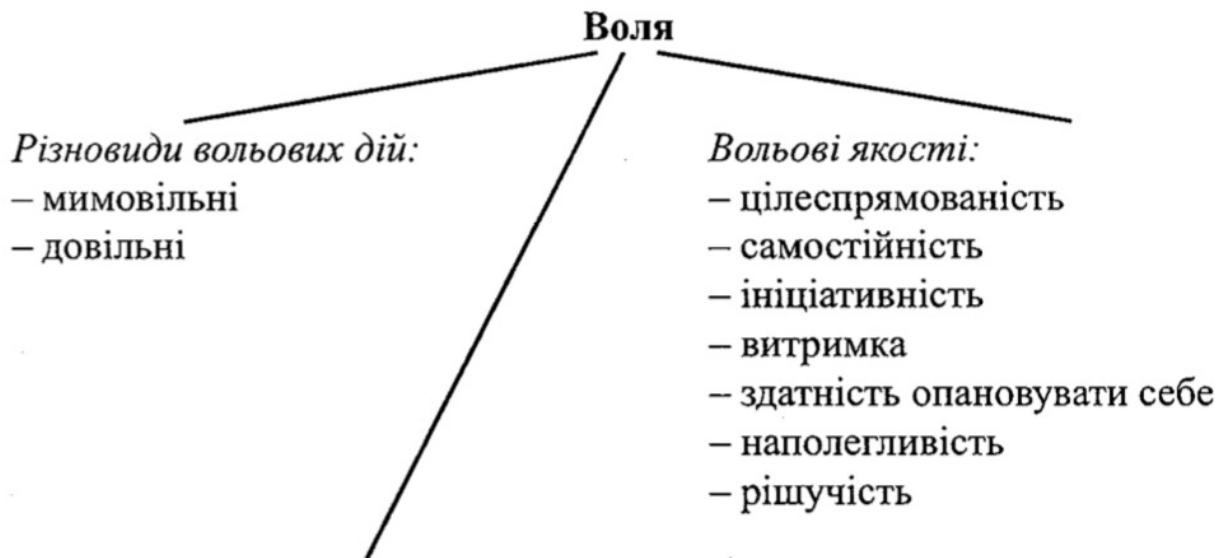
Але слабкість волі типу класичної “обломовщини”, “маніловщини” зумовлена здебільшого вихованням. Обмеженість рухів і діяльності дітей, прагнення в усьому їм допомагати виховують їх пасивними. Надмірне опікування приводить дитину до того, що пасивність стає її звичкою, яку важко здолати у старшому віці.

Формування у дітей працьовитості, залучення до праці, спонукання закінчувати розпочату справу є найважливішими засобами подолання слабкої волі. Фізичне виховання, спорт, різноманітні види змагання значною мірою сприяють розвиткові активності, самовладання, сильної волі.

Формалізована структура змісту теми

Функція волі: свідома регуляція психічної активності особистості.

Механізм волі: зумовленість свідомою метою регулювати рухи, дії, вчинки і діяльність.



Структура складної вольової дії:

- потяг (неусвідомлене бажання)
- бажання (усвідомлене прагнення до предмета)
- воління (усвідомлене прагнення до предмета, коли того вимагає мета і засоби її досягнення)
- боротьба мотивів (зіткнення суперечливих спонук при добиранні мети і способів дії)
- прийняття рішення дія (реалізація рішення, подолання об'єктивних і суб'єктивних труднощів)

Запитання для самостійної роботи

1. У чому виявляються головні функції волі?
2. У чому полягає істотна відмінність між довільною та мимовільною дією?
3. Що таке вольове зусилля та якими чинниками воно зумовлюється?
4. Що таке сила волі і чим вона зумовлюється?
5. Якими є головні етапи розвитку складної вольової дії?
6. Чим у психологічному значенні відрізняються поняття «бажання» та «воління»?
7. Які причини можуть викликати боротьбу мотивів?
8. Що може впливати на прийняття людиною рішення?
9. Які чинники, на вашу думку, справляють найбільший вплив на розвиток волі людини?
10. У чому полягає слабкість волі і які її причини?

Альтернативно-тестові завдання для самоконтролю

1. Чи є будь-яка свідома дія вольовою?
2. Чи завжди довільна дія потребує вольового зусилля?
3. Чи завжди дія-затримка може бути характеристикою сильної волі?
4. Чи є закономірний зв'язок між високою свідомістю особистості та силою її волі?
5. Чи завжди реальна ситуація діяльності вимагає наявності всіх етапів складної вольової дії?
6. Чи можна стверджувати, що боротьба мотивів як етап вольової дії зумовлена впливом як суб'єктивних, так і об'єктивних чинників?
7. Чи можна стверджувати, що праця людини була головним джерелом формування її волі?
8. Чи є впертість ознакою сильної волі?

Завдання та проблемні ситуації

1. У житті трапляється так, що в людини, яка прийняла рішення, виникають сумніви в його правильності, і вона не виконує його. Чим пояснити виникнення таких протиріч? Про які особливості волі особистості це свідчить?
2. Добре відомо, що коли людині, котра навчається їздити на велосипеді, сказати, що зараз вона впаде, то вона й справді падає. Які механізми волі спрацьовують у цьому випадку?
3. Іноді дорослі, спілкуючись з дітьми, вживають такі висловлювання: "У тебе, як завжди, в голові тільки дурниці", "Я нічого доброго від тебе і не чекав". Чи завжди такі зауваження можуть дати позитивний ефект? На формування яких якостей дитини це впливає?
4. В яких випадках оцінювання вчинків людини може стимулювати її волю?
5. Які прийоми роботи над собою можуть сприяти формуванню вольових якостей?

Література

1. *Загальна психологія* / За ред. С. Д. Максименка. – К.: Форум, 2000.
2. *Максименко С. Д.* Розвиток психіки в онтогенезі: [У 2-х т.] Т.1.

Теоретико-методологічні проблеми генетичної психології. – К.: Форум, 2002.

3. *Максименко С. Д.* Розвиток психіки в онтогенезі: [У 2-х т.] Т. 2. Моделювання психологічних новоутворень. – К. : Форум, 2002

4. *Основи загальної психології / За ред. С. Д. Максименка.* – К.: НПЦ “Перспектива”, 1998.

5. *Психологія / За ред. Г. С. Костюка.* – К.: Рад. школа, 1968.

6. *Котирло В. К.* Развитие волевого поведения дошкольников. – К.: Рад. школа, 1971.

7. Максименко С.Д., Ірхін Ю.Б., Деркач Л.М., Марусинець М.М., Касинець М.М. Психологічна організація модульного формування когнітивних здібностей: генетико-креативний підхід: навчальний посібник. Том 1. Київ: «Видавництво Людмила», 2023. 384 с.

16. Темперамент

Ключові поняття теми:

темперамент, тип вищої нервової діяльності, сила нервових процесів, рухливість нервових процесів, урівноваженість нервових процесів, екстравертність, інтровертність, сенситивність, реактивність, пластичність, ригідність, резистентність

Поняття про темперамент

На фоні загальнолюдських фізичних і психічних особливостей у кожної людини помітно вирізняються притаманні лише їй індивідуальні особливості, які впливають на її життя, поведінку, діяльність.

Індивідуальні особливості будови тіла – це конституція організму, його фізіологічні процеси: гуморальні, ендокринні, нервові. У кожному окремому організмі ці процеси відбуваються своєрідно, хоча здебільшого у всіх людей вони мають багато спільного, що зумовлене антропогенезом, тобто походженням і розвитком людини.

Психічні індивідуальні особливості – темперамент людини – виявляються в різній швидкості реакцій, у порогах чутливості, властивостях уваги, пам'яті, у спостережливості, кмітливості, інтересах. Особливо яскраво відрізняються люди за своїми індивідуальними здібностями – музичними, образотворчими, спортивними, художньо-літературними.

Індивідуально-психологічні особливості – це неповторна своєрідність психіки кожної людини. Природною передумовою індивідуальних особливостей людини є передусім спадкові та вроджені біологічні особливості будови та функцій організму.

Дитина народжується з властивими їй конкретними задатками, на ґрунті яких протягом життя залежно від умов виховання розвиваються й формуються притаманні певному індивіду будова та функції організму, власне психічне буття.

Проте вроджені біологічні особливості не визначають фатально індивідуальні якості особистості. Багатьма спеціальними психологічними та фізіологічними дослідженнями доведено, що вроджене здатне змінюватися залежно від умов життя і виховання.

І. П. Павлов у відомій “Відповіді фізіолога психологам” підкреслював, що завдяки надзвичайно великій пластичності вищої нервової діяльності ніщо в ній не залишається незмінним, непіддатливим, а все завжди може бути досягнуте, замінене на краще, аби тільки були створені відповідні умови.

Індивідуальні особливості людини слід відрізнити від вікових особливостей, яких людина набуває впродовж дозрівання або старіння організму. Індивідуальні якості, наприклад швидкість реакцій, міра активності, вразливості тощо, виявляються незалежно від віку без особливих змін.

Водночас з віком під впливом умов життя та виховання індивідуальне досить своєрідно, яскраво виявляється в пізнавальній діяльності, емоційно-вольовій активності, рисах характеру, інтересах, що дає підстави вважати людину більш або менш здібною, емоційно вразливою чи “товстошкірою”, вольовою чи слабкою, сміливою чи боязливою.

На деяких етапах вікового розвитку, наприклад у підлітковому віці, трапляється так, що вікові та індивідуальні особливості людини важко диференціювати. Імпульсивність, нестриманість, вразливість підлітків, якщо не зважати на обставини, в яких вони виявляються, легко витлумачити як вияв індивідуальних рис і вікових особливостей.

У навчально-виховній роботі важливо відрізнити вікові особливості від індивідуальних, щоб правильно визначити необхідні виховні заходи.

Індивідуальні особливості особистості найяскравіше виявляються в темпераменті, характері та здібностях, пізнавальній, емоційно-вольовій діяльності, потребах та інтересах. Особливості їх вияву залежать від виховання дитини. Індивідуальні риси характеру, як свідчать дослідження, досить яскраво виявляються вже в дошкільному віці.

У навчально-виховній роботі особливо важливим є індивідуальне ставлення до дітей. А. С. Макаренко радив вихователям завжди пам’ятати, що люди являють собою дуже різноманітний матеріал для виховання, і було б неймовірним верхоглядством намагатися “втиснути” його в загальний для всіх еталон.

Індивідуальні відмінності між людьми вивчає диференційна психологія. Психологія праці, мистецтва, навчання та виховання, засто-

сування психологічних закономірностей завжди вимагають попереднього пізнання індивідуальних відмінностей між людьми. Без таких знань неможливо готувати молодь до праці, до свідомого обирання професії.

Діяльність і поведінку людини зумовлюють не лише соціальні умови життя, а й індивідуальні особливості її психофізичної будови. Це виразно виявляє і темперамент особистості.

Темперамент (від лат. *tempera* – змішувати в належних співвідношеннях, підігрівати, охолоджувати, уповільнювати, керувати) **характеризує динамічний бік психічних реакцій людини – їх темп, швидкість, ритм, інтенсивність.**

Однакові за змістом і метою дії кожна людина виконує по-своєму, індивідуально. Одні реагують активно, жваво, глибоко емоційно, довго переживають вплив подразника, а другі – спокійно, повільно, швидко забуваючи про те, що на них впливало.

Є люди, які надмірно афективно реагують на події, на ставлення до них – спалахують гнівом, діють агресивно, а другі в таких випадках виявляють боязкість, не чинять жодного опору тоді, коли цього вимагає ситуація.

Темперамент – індивідуальна особливість людини, що виявляється в її збудливості, емоційній вразливості, врівноваженості та швидкості перебігу психічної діяльності.

Індивідуальні особливості реагування на різноманітні обставини дали підстави поділити людей на кілька груп, вирізнити за типами їх темпераменту.

Вчення про темперамент започатковане видатним давньогрецьким лікарем і філософом Гіппократом. Він та його послідовники (римський лікар Гален та ін.) обстоювали гуморальну теорію (від лат. *humor* – рідина, соки організму, кров, флегма, жовч), згідно з якою ознаки темпераменту зумовлює переважання в організмі певної рідини. Гіппократ вважав, що життєдіяльність організму визначається співвідношенням крові, жовчі та слизу (лімфи, флегми).

На підставі цих припущень сформувалося вчення про чотири типи темпераменту: сангвінічний (від лат. *sanguis* – кров, перевага в організмі крові), флегматичний (від грецьк. *phlegma* – слиз, перевага в організмі слизу), холеричний (від грецьк. *chole* – жовч, перевага в

організмі жовчі) та меланхолійний (від грецьк. *melas* – чорний, похмурий та *chole* – жовч, перевага в організмі чорної жовчі).

Сьогодні це вчення цікаве тільки з історичної точки зору. Але характерні риси темпераменту, описані Гіппократом, досить точно визначають особливості окремих типів темпераменту. І. П. Павлов, розглядаючи проблему темпераменту, писав, що геніальний спостерігач людини Гіппократ, класифікуючи темпераменти, підійшов до істини найближче.

Німецький філософ І. Кант, поділяючи погляди на темперамент представників гуморальної теорії, вперше дав своєрідну психологічну характеристику темпераментів. Він вважав, що флегматикам властиві недостатньо розвинені моральні почуття, а меланхолікам – справжня добротність; у холериків найбільш розвинене почуття честі, а в сангвініків – почуття прекрасного. Але Кант, тлумачачи темперамент, плував його з рисами характеру.

Вчений, лікар і педагог П. Ф. Лесгафт пояснював темперамент особливостями кровообігу, які залежать від діаметра отвору, товщини й гнучкості стінок судин. Калібр судин і товщина їхніх стінок, на думку Лесгафта, зумовлюють швидкість і силу кровообігу. Невеликому діаметру судин, вважав Лесгафт, відповідає сангвінічний темперамент, а великому отвору та товстим його стінкам – меланхолійний; флегматичний темперамент зумовлюється великим отвором і тонкими стінками судин.

Німецький психіатр Е. Кречмер обстоював залежність психічної будови особистості від будови (конституції) тіла. Він запропонував класифікацію типів конституції (пікнічний, астеничний, атлетичний, дисплатичний) і вважав, що кожному з них властивий свій темперамент.

Гуморальна та морфологічна теорії темпераменту мають серйозні недоліки. Вони обстоюють як першооснову темпераменту фізіологічні системи організму, які не мають для цього необхідних властивостей.

Крім того, ці теорії *не враховують відмінностей темпераменту здорового та хворого організму*, пояснюють відмінності темпераменту лише дією біологічних чинників, а тому не все виявляють в його сутності. Але цілком ігнорувати ці теорії в поясненні виявів темпераменту не можна.

Відомо, що порушення функції гуморальної та ендокринної систем організму зумовлюють розвиток деяких видів психопатії, що впливають на особливості типів темпераменту. Це, зокрема, шизофренічні, маніакально-депресивні психози, невмотивовані настрої, психастенії та ін.

Типи темпераментів

У сучасній психології користуються гіпократівською класифікацією типів темпераменту: сангвінік, холерик, флегматик і меланхолік. Кожному з цих типів властиві своєрідні психологічні особливості.

Сангвініку притаманні досить висока нервово-психічна активність, багатство міміки та рухів, емоційність, вразливість, лабільність. Разом з тим емоційні переживання сангвініка здебільшого неглибокі, а його рухливість при незадовільних виховних впливах є причиною недостатньої зосередженості, похапливості, а то й поверховості.

Для холерика характерний високий рівень нервово-психічної активності та енергії дій, різкість і стрімкість рухів, сильна імпульсивність та яскравість емоційних переживань. Недостатня емоційна і рухова врівноваженість холерика може виявитися, за умови відсутності належного виховання, в нестриманості, запальності, нездатності контролювати себе в емоціогенних обставинах.

Флегматик характеризується порівняно низьким рівнем активності поведінки, ускладненням переключення, уповільненістю і спокійністю дій, міміки і мовлення, рівністю, постійністю та глибиною почуттів і настроїв.

Невдале виховання може сприяти формуванню у флегматика таких негативних рис, як млявість, збідненість і слабкість емоцій, схильність до виконання лише звичних дій.

Меланхоліку властивий низький рівень нервово-психічної активності, стриманість і приглушеність моторики та мовлення, значна емоційна реактивність, глибина і постійність почуттів, але слабкий їх зовнішній вияв. За умови недостатньої вихованості у меланхоліка можуть розвинути такі негативні риси, як хвороблива емоційна вразливість, замкнутість, відчуженість, схильність до тяжких внутрішніх переживань, які виявляються і за неістотних життєвих обставин.

Зв'язок типів темпераменту та типів вищої нервової діяльності стисло можна подати у вигляді таблиці.

Таблиця 16.1

Зв'язок типів темпераменту та типів вищої нервової діяльності

Тип темпераменту	Сила	Врівноваженість	Вид нервової діяльності
Холерик	Сильний	Неврівноважений	Рухливий
Сангвінік	Сильний	Врівноважений	Рухливий
Флегматик	Сильний	Врівноважений	Малорухливий
Меланхолік	Слабкий	Неврівноважений	Інертний

Головні властивості темпераменту

Темперамент як динамічна характеристика психічної діяльності особистості має свої властивості, які позитивно або негативно впливають на його поведінку. Розрізняють такі головні властивості темпераменту, як *сенситивність, реактивність, пластичність, ригідність, резистентність, екстравертність та інтровертність.*

Сенситивність – міра чутливості до явищ дійсності, що мають відношення до особистості. Незадоволення потреб, конфлікти, соціальні події в одних людей спричинюють яскраві реакції, страждання, а другі ставляться до них спокійно, байдуже.

Відомий психолог Б. Г. Ананьєв вважав, що сенситивність пов'язана з орієнтувальною рефлексорною діяльністю і є складовою структури темпераменту. Є підстави вважати, що існують не лише окремі різновиди чутливості як потенційні властивості окремих аналізаторів, а й загальний для певної людини спосіб чутливості, що є властивістю сенсорної організації людини загалом.

Сенситивність, на його думку, являє собою загальну, порівняно постійну особливість особистості, яка є характерною ознакою типу нервової системи людини і яка впливає на схильність людини до різних видів діяльності.

Реактивність – це особливість реагування особистості на різноманітні подразники, що впливає на темп, силу та форму відповіді, а найяскравіше – на емоційну вразливість, і відбивається на ставленні особистості до навколишньої дійсності та до самої себе. Бурхливі реагування на успіх або невдачі в будь-якій діяльності позначаються на різних особливостях темпераменту.

Реактивність як особливість темпераменту яскраво виявляється при психічних травмах – у реактивній депресії (пригніченість, загальмованість рухів та мовлення), в афективно-шокових реакціях (реагування на катастрофи, аварії, паніка), характерними для яких є або безладна рухова активність, або повна загальмованість, ступор.

Пластичність виявляється в здатності швидко пристосовуватися до обставин, що постійно змінюються. Певні сторони психічної діяльності перебудовуються або компенсуються завдяки пластичності вищої нервової діяльності. Слабкість, неврівноваженість або недостатня рухливість типу нервової системи за належних умов життя та виховання набувають позитивних якостей.

Ригідність – особливість, протилежна пластичності, це складність або нездатність перебудовуватися при виконанні завдань, якщо цього вимагають обставини. У пізнавальній діяльності ригідність виявляється в повільній зміні уявлень при зміні умов життя, діяльності; в емоційному житті – в загальмованості, млявості, нерухливості почуттів; у поведінці – в негнучкості, інертності мотивів поведінки та морально-етичних вчинків за всієї очевидності їх недоцільності.

Резистентність – міра здатності чинити опір негативним або несприятливим обставинам. Досить яскраво ця особливість виявляється в умовах стресу, при значній напруженості в діяльності. Одні люди здатні чинити опір найскладнішим умовам діяльності або обставинам, що несподівано склалися (аварії, конфлікти, асоціальна бравада), а другі розгублюються, легко відступають, не здатні продовжувати роботу, хоча за звичайних умов з ними цього не трапляється, незважаючи на втому, на важкі умови праці.

Екстравертність та інтровертність. Спрямованість реакцій та діяльності особистості назовні, на інших, – це екстравертність, а на самого себе, на свої внутрішні стани, переживання, уявлення – інтровертність. Вважають, що екстраверсія та інтроверсія як властивості темпераменту – це вияви динамічних, а не змістовних сторін особистості.

Екстравертованим типам властива сила і рухливість нервових процесів і у зв'язку з цим імпульсивність, гнучкість поведінки, ініціативність. У інтровертованого типу переважають слабкість та інертність нервових процесів, замкнутість, схильність до самоаналізу, тому вони мають проблеми щодо соціальної адаптації.

Фізіологічні основи темпераменту

Вчення І. П. Павлова про типи нервової системи та вищої нервової діяльності спричинило істотні зміни наукового тлумачення темпераменту. Поєднання різної міри вияву сили, врівноваженості та рухливості процесів збудження та гальмування дало підставу виокремити чотири головні типи нервової системи, а саме:

Сильний, врівноважений, але рухливий – жвавий тип.

Сильний, врівноважений, інертний – спокійний, але малорухливий тип.

Сильний, неврівноважений тип з переважанням збудження над гальмуванням – збудливий, нестриманий тип.

Слабкий тип.

Цю типологію нервової системи І. П. Павлов пов'язував з темпераментом. Вживаючи термінологію Гіппократа щодо темпераментів, він писав, що сангвінік – палкий, врівноважений, продуктивний тип, але лише тоді, коли в нього є багато цікавих справ, які його збуджують.

Флегматик – врівноважений, наполегливий, продуктивний працівник.

Холерик – яскраво бойовий тип, задерикуватий, легко й швидко збуджується.

Меланхолік – помітно загальмований тип нервової системи. Для нього кожне явище в житті стає гальмівним агентом, він недовірливий, в усьому бачить погане, небезпечне.

Холеричний і меланхолійний темпераменти І. П. Павлов розглядав як крайні, в яких несприятливі ситуації та умови життя можуть викликати психопатологічні вияви – неврастенію у холерика та істерію у меланхоліка. У золотій середині, за висловом Павлова, перебувають сангвінічний та флегматичний темпераменти – їх врівноваженість є виявом здорової, по-справжньому життєздатної нервової системи.

Але пояснювати природу темпераменту з позицій типологічних особливостей нервової системи недостатньо.

Центральна нервова система функціонує у взаємозв'язку з ендокринною та гуморальною системами організму. Гіпофункція щитовидної залози, наприклад, спричиняє млявість, монотонність рухів, а гіперфункція мозкового придатка спричиняє зниження імпульсивно-

сті, вповільнення рухової реакції. Діяльність статевих залоз – статеве дозрівання, старіння, кастрація – помітно позначається на функціях усього організму, в тому числі й на особливостях темпераменту. Невмотивовані вчинки підлітків – це динамічні вияви темпераменту під впливом статевого дозрівання.

Вплив темпераменту на діяльність людини

Діяльність (трудова, навчальна, ігрова) вимагає не лише певного рівня знань і рівня розумового та емоційно-вольового розвитку людини, а й наявності певних типологічних особливостей нервової системи, а отже, й темпераменту.

Залежно від змісту та умов діяльності сила, врівноваженість і рухливість нервової системи (темпераменту) людини виявляються по-різному, відіграють позитивну або негативну роль. Коли необхідна значна працездатність, витривалість, краще виявляє себе сильний тип нервової системи, а де потрібно виявити співчутливість, лагідність, там краще впорається слабкий тип нервової системи.

Неврівноваженість холерика йому шкодить, коли потрібні витриманість, терплячість. Надмірно повільний темп рухів, повільне, монотонне мовлення флегматика не сприяє успіху діяльності, яка вимагає значної рухливості, швидкості впливу на інших.

Слабкість збудливості та загальмовані дії, властиві меланхоліку, призводять до боязкості, нерішучості, порушують контактність з іншими. Схильність сангвініка захоплюватися новим, його нудьгування впродовж одноманітної, хоча й важливої діяльності зменшує активність діяльності, постійно спричиняє потяг до нового, модного.

Дослідженнями Б. М. Теплова, В. Д. Небиліцина, Е. А. Голубевої доведено, що на ґрунті однакових властивостей вищої нервової діяльності можна сформувати істотно різні динамічні особливості особистості: у слабого типу нервової діяльності – силу дій, у неврівноваженого – врівноваженість, у інертного – жвавість, рухливість. Такі зміни можливі під впливом змістовного аспекту діяльності.

Вправи допомагають досягти певного рівня гальмування, слабкості, інертності або нестриманості рухів, але перетворені в такий спосіб позитивні дії (сила, врівноваженість, рухливість) не усувають вродженої слабкості, неврівноваженості або інертності нервової діяльності.

За екстремальних умов звичне здебільшого втрачає свою силу і вступають у дію природні особливості типу нервової системи, притаманної людині – слабкість, гальмівність, збудливість, які виявляються в розгубленості, стопорному стані, беспорядності, надмірній збудливості, втраті самовладання.

Стиль діяльності кожної людини значною мірою залежить від типу вищої нервової діяльності, що є складовою структури її темпераменту. Отже, у професійній орієнтації та підготовці до праці молоді потрібно зважати на особливості темпераменту.

Формалізована структура змісту теми

Компоненти темпераменту: загальна психічна активність, моторика, емоційність.

Механізми темпераменту: тип вищої нервової діяльності.



Запитання для самостійної роботи

1. Якими властивостями психічної діяльності характеризується темперамент?
2. Яке поєднання властивостей вищої нервової діяльності і П. Павлов зробив засадовим при поділі темпераменту на типи?
3. У чому виявляються особливості поведінки екстраверта?
4. У чому виявляються особливості поведінки інтроверта?

5. Як може позначатися темперамент на формуванні рис особистості?
6. У чому полягає виховання темпераменту?
7. Яку роль у діяльності фахівця в системі суб'єктних відносин відіграє знання темпераменту людини?
8. У чому може виявлятися врахування вчителем, лікарем особливостей темпераменту учня або пацієнта?

Альтернативно-тестові завдання для самоконтролю

1. Чи тотожні поняття “тип вищої нервової діяльності” та “темперамент”? Аргументуйте свою відповідь.
2. Чи можна стверджувати, що властивості темпераменту є природженими?
3. Чи завжди динаміка поведінки людини адекватно характеризує її темперамент?
4. Чи є екстравертність або інтровертність особистості закономірним виявом певного типу темпераменту?
5. Чи може темперамент людини зазнавати істотних змін упродовж життя?
6. Чи можна стверджувати, що темперамент безпосередньо впливає на формування рис характеру людини?

Завдання та проблемні ситуації

1. Чи можна дійти висновку про темперамент особистості за яскравими, але епізодичними виявами її поведінки? В яких життєвих ситуаціях темперамент виявляється найповніше?
2. Залежно від станів людини в неї можуть змінюватися темп мовлення, емоційна збудливість. Чи завжди ці особливості належать до темпераменту? Визначіть ті особливості, які належать до темпераменту, і ті, що зумовлені мотиваційним чинником. За якими ознаками це можна встановити?
3. Чи завжди індивідуально-психологічні властивості людини, що виявляються в ранньому дитинстві, зберігаються в подальшому її житті? Чим це можна пояснити?
4. Які поєднання типів темпераменту найчастіше зустрічаються? Чим це можна пояснити психологічно?

Література

1. *Загальна психологія* / За ред. С. Д. Максименка. – К.: Форум, 2000.
2. *Максименко С. Д.* Розвиток психіки в онтогенезі: [У 2-х т.] Т.1. Теоретико-методологічні проблеми генетичної психології. – К.: Форум, 2002.
3. *Максименко С. Д.* Розвиток психіки в онтогенезі: [У 2-х т.] Т. 2. Моделювання психологічних новоутворень. – К.: Форум, 2002.
4. *Основи загальної психології* / За ред. С. Д. Максименка. – К.: НПЦ “Перспектива”, 1998.
5. *Психологія* / За ред. Г. С. Костюка. – К.: Рад. Школа, 1968.
6. *Общая психология* / Под ред. С. Д. Максименко. – М.: Рефл-бук; – К.: Ваклер, 1999.
7. *Медична психологія: підручник* / за редакцією академіка С. Д. Максименка. Том II. Київ: «Видавництво Людмила», 2023. 520 с.
8. *Медична психологія: підручник* / за редакцією академіка С. Д. Максименка. Том I. Київ: «Видавництво Людмила», 2023. 458 с.
9. *Психологія когнітивних процесів: науковий посібник* / Національна академія педагогічних наук України, Інститут психології імені Г.С. Костюка. Київ: «Видавництво Людмила» 2022. 420 с.

17. Здібності

Ключові поняття теми:

здібності, структура здібностей, загальні здібності, спеціальні здібності, задатки, обдарованість, талант, геніальність

Поняття про здібності

Здібності людини є її істотними властивостями.

Здібності і діяльність, особливо праця, органічно взаємопов'язані. Людські здібності виникли і розвинулися в процесі праці. **Здібності людини виявляються в діяльності, в праці.** Здібності як рушійна сила мали вирішальне, значення для розвитку науки і техніки, створення матеріальних і духовних надбань, суспільного прогресу.

З розвитком праці та суспільного життя людські здібності розвивалися, зазнавали змін їх зміст і структура, виникли й розвинулися загальні та спеціальні здібності.

Здібності – це своєрідні властивості людини, її інтелекту, що виявляються в навчальній, трудовій, особливо науковій та іншій діяльності і є необхідною умовою її успіху.

Кожна людина виявляє власні здібності в певній діяльності. Поза діяльністю цю властивість людини не можна виявити, описати та схарактеризувати. Тому ми й робимо висновки про здібності людини за її працею та за результатами її діяльності.

Характеризуючи здібності людини, ми робимо висновки про них, керуючись тими вимогами, які ставить перед людиною навчальна, виробнича, наукова та будь-яка інша діяльність, оцінюємо її як активного діяча, творця матеріальних і духовних цінностей. Ця характеристика включає й оцінку людини, яка готується до майбутньої трудової, творчої діяльності, засвоюючи людські надбання в певній галузі пізнання.

Успіх виконання людиною певної діяльності залежить, безперечно, не тільки від здібностей, а й від інших якостей. Наприклад, двоє друзів вступають до інституту. Один складає іспити, другий зазнає невдачі. Чи свідчить це про те, що один з них більш здібний? На це запитання не можна дати відповіді, доки не буде встановлено, скільки часу витратив на підготовку кожен із них.

Таким чином, одним фактом успіху, набуттям знань здібності ще не визначаються.

Кожна здібність людини – це її складна властивість, внутрішня здатність відповідати тим вимогам, які ставить перед нею діяльність, вона спирається на багато інших властивостей. До них належать, насамперед, життєвий досвід людини, надбані нею знання, вміння та навички.

Відомо, що чим багатший життєвий досвід, тим легше людині досягти успіху в діяльності. Досвідчена, науково обізнана людина ширше й глибше усвідомлює завдання, які суспільство ставить перед нею, і успішніше їх розв'язує, ніж людина, яка не має таких знань.

Істотну роль при цьому відіграє не лише наявність самих знань, а й уміння застосовувати їх до розв'язання нових навчальних, практичних, наукових та інших завдань.

Тому не можна розглядати здібності людини як властивості, незалежні від її знань, умінь і навичок.

Здібності людини спираються на наявні в неї знання, вміння та навички, на ті системи тимчасових нервових зв'язків, що формуються й розвиваються в процесі набування людиною нових знань, умінь і навичок.

Проте це не означає, що здібності людини – це лише її вміння, знання і навички. Якби це було так, то за відповіддю біля дошки або за вдало виконаною роботою ми робили б остаточний висновок про здібності людини.

А насправді, як свідчать дані спеціальних психологічних досліджень, окремі люди, які спочатку не можуть виконувати якусь роботу, після спеціального навчання починають опановувати певні вміння та навички й навіть досягають високого рівня майстерності.

Отже, здібності не тотожні знанням, вмінням та навичкам.

Здібності – це такі психологічні особливості людини, від яких залежить опанування знань, умінь та навичок, але які, проте, не є знаннями, вміннями або навичками.

Стосовно знань, умінь і навичок здібності являють собою певну можливість. Як кинуте в землю зерно ще не є колоском, а тільки має можливість для розвитку залежно від складу, вологості ґрунту, погоди тощо, так і здібності людини є лише можливістю для опанування знань, умінь, навичок. А те, чи перетворяться ці можливості на здібності, залежатиме від багатьох чинників – форм і методів навчання та виховання, спокою в родині тощо.

Психологія, заперечуючи тотожність здібностей та важливих компонентів діяльності – знань, умінь і навичок, наголошує на їх єдності.

Тільки після спеціального навчання можна встановити, чи має людина здібності до певної діяльності. Помилкою педагога є віднесення до нездібних тих учнів, у яких немає знань. Ігнорування відмінностей між здібностями та знаннями в певний момент навчання часто призводило до помилок в оцінюванні можливостей.

Так, М. В. Гоголя – геніального письменника – було оцінено свого часу як людину з посередніми здібностями. Молодий Суриков не був зарахований до Академії мистецтв як людина з посередніми художніми здібностями. Його ще недосконалі малюнки були приводом до цього. За три місяці Суриков опанував техніку малюнка, набув необхідних вмінь і був зрештою зарахований до Академії мистецтв.

Таким чином, здібності та знання тісно і складно взаємопов'язані. Здібності залежать від знань, але здібності визначають швидкість та якість опанування цих знань. Щодо знань, умінь і навичок здібності скоріше виявляються не в їх наявності, а в динаміці опанування ними, тобто в тому, наскільки за однакових умов людина швидко, глибоко, легко і міцно опановує знання та вміння. Тому можна дати точніше визначення здібностей.

Здібності – це індивідуально-психологічні особливості особистості, які є умовою успішного здійснення певної діяльності і які визначають відмінності в оволодінні необхідними знаннями, вміннями та навичками.

Структура здібностей

Здібності виявляються у всіх сферах діяльності людини.

Вони поділяються за змістом і характером діяльності. Так, вирізняють здібності до навчання, малювання, музики, спорту, науки, організації, до конструювання, артистичні, педагогічні здібності тощо. У різних сферах діяльності здібності мають багато спільного і разом з тим мають специфічні риси.

Кожна здібність (наприклад, до малювання, музики, техніки, науки тощо) – це синтетична властивість людини, яка включає цілу низку загальних і часткових властивостей у певному їх поєднанні.

Структура синтетичної сукупності психічних якостей, що постають як здібності, визначається конкретною діяльністю і є різною для

різних видів діяльності. Стверджувати, що певну (окрему) якість можна розглядати як “еквівалент” здібностей, неправомірно.

Вивчаючи конкретно-психологічну характеристику різних здібностей, можна виокремити в них більш **загальні здібності** (здатність виконувати не лише певний вид діяльності, а й певні її різновиди) та **спеціальні** (здатність виконувати певну, спеціальну діяльність); ці якості не слід протиставляти.

Загальними називаються здібності, які певною мірою виявляються в усіх різновидах діяльності – навчанні, праці, грі, розумовій діяльності тощо. Люди, що мають загальні здібності, легко переходять від одного різновиду діяльності до другого, використовуючи наявні засоби для їх виконання. В учнів загальні здібності виявляються в успішному опануванні різних навчальних дисциплін.

Спеціальні здібності виявляються в спеціальних різновидах діяльності. Наявність певних властивостей є підґрунтям спеціальних здібностей. Так, уява – важлива ознака літературних здібностей, музичний слух – підґрунтя музичних здібностей. Загальні та спеціальні здібності взаємопов’язані, вони доповнюють одні одних.

Серед видатних діячів було багато людей, які у своїй діяльності поєднували високий рівень розвитку загальних і спеціальних здібностей (М. В. Ломоносов, Т. Г. Шевченко, М. Ю. Бородин та ін.).

До загальних властивостей особистості, які в умовах діяльності постають як здібності, належать індивідуально-психологічні якості, що характеризують належність (за І. П. Павловим) людини до одного з трьох типів: *“художнього”*, *“мислительного”* та *“середнього”*.

Ця класифікація ґрунтується на відносному переважанні функціонування першої чи другої сигнальних систем. Відносне переважання першої сигнальної системи в психічній діяльності людини характеризує “художній” тип, другої – “мислительний”. Рівновага обох систем дає “середній” тип.

Властивістю “художнього” типу є яскравість образів, вразливість, емоційність. Такі люди мають схильність до діяльності художника, скульптора, музиканта, актора тощо.

Людина “мислительного” типу виявляє вміння оперувати абстрактними поняттями, математичними залежностями.

Проте слід зазначити, що наявність поділу людей на “художній” та “мислительний” типи не означає невисокий рівень інтелектуальної

діяльності в “художнього” або, навпаки, слабкості конкретних вражень у “мислительного” типу. Ідеться про відносне переважання.

При цьому треба зауважити, що в людини діяльність другої сигнальної системи є провідною, вона абсолютно переважає першу сигнальну систему.

До часткових властивостей, які, поєднуючись певним чином, складають структуру здібностей, належать:

а) уважність людини, її здатність тривалий час постійно зосереджуватися на завданні, об’єкті своєї діяльності – чим складніше завдання, тим більшої зосередженості воно вимагає;

б) чутливість до зовнішніх вражень, спостережливість.

Так, у здатності до малювання важливу роль відіграє чутливість до кольорів, до їх відтінків і поєднань, здатність охоплювати й передавати пропорції.

У структурі музичних здібностей необхідним компонентом є музичний слух, який включає, передусім, чутливість до різноманітних змін частоти звуків. Психолог Б. М. Теплов, який спеціально досліджував музичні здібності, встановив, що важливими складовими музичних здібностей є:

а) почуття ритму;

б) мелодійний слух (що виявляється в особливому сприйманні мелодії);

в) чутливість до інтонацій;

г) гармонійний слух (що виявляється в сприйманні акордів).

Кожна здібність передбачає наявність певних якостей пам’яті людини: швидкості, міри вияву, повноти запам’ятовування та відтворення.

Особливо важливу роль у структурі здібностей відіграє здатність людини мислити, виявляти не помітні безпосередньо зв’язки та відношення. Важливе значення тут мають такі якості мислення, як широта, глибина, якість, послідовність, самостійність, критичність, гнучкість. Наприклад, дослідження В. А. Крутецьким здібностей школярів до математики виявили важливу роль таких компонентів, як здатність до:

а) швидкого узагальнення великого обсягу математичного матеріалу (узагальнення без попереднього тренування);

б) швидкого згортання, скорочення процесу міркування впродовж розв’язування математичних задач;

в) швидкого переключення напряму думки від прямого до зворотного під час вивчення математичного матеріалу.

Якості мислення та пов'язаного з ним мовлення посідають важливе місце в структурі здібностей.

Здібності включають не тільки різноманітні пізнавальні, а й емоційні властивості. Музичні здібності ґрунтуються на особливості емоційної реакції, музичному враженні (Б. М. Теплов); здібностям до наукової діяльності також властива висока емоційність. І. П. Павлов казав: “Будьте пристрасні у вашій роботі, у ваших шуканнях”.

Існує тісний зв'язок здібностей з вольовими якостями – ініціативністю, рішучістю, наполегливістю, вмінням володіти собою, перемогти труднощі. П. І. Чайковський писав: “Весь секрет у тому, що я працюю щоденно й акуратно. Стосовно цього я маю залізну волю і, коли немає особливої наснаги до занять, завжди вмію змусити себе і захопитися”.

Тому здібності як властивість мають складну структуру. Це своєрідне й відносно постійне поєднання низки психічних властивостей людини, що зумовлює можливість успішного виконання певної діяльності. Недостатній розвиток окремих властивостей може компенсуватися.

Наприклад, люди, в яких відсутній слух і зір, компенсують це посиленою тактильною, нюховою, вібраційною чутливістю.

Здібності людей – продукт їх суспільно-історичного розвитку. Вони виникли й розвинулися в процесі історичного розвитку і життя людей під впливом його вимог.

Праця виявляла здібності людей, у праці вони розвивалися і формувалися. Здібності є умовою і продуктом праці.

Кожному етапу історичного розвитку людства відповідає певний рівень розвитку здібностей.

У процесі діяльності люди здобувають знання, опановують уміння, навички, що є необхідною умовою розвитку їх здібностей. В умовах науково-технічного прогресу здібності змінюються, з'являються нові їх різновиди.

Формування здібностей залежить від рівня розвитку культури суспільства. Поділ праці зумовлює диференціацію, спеціалізацію здібностей. Розвиток здібностей особистості цілком залежить від попиту, на який, у свою чергу, впливає поділ праці, що зумовило спеціалізацію освіти людей.

Відмінності у здібностях та їх природа

Спостереження за діяльністю людей доводять, що в їхніх здібностях є певні відмінності.

Здібності – це загальнолюдські властивості, їх мають усі люди. Людина може те, чого не зможе найбільш організована тварина. Разом з тим здібності виявляють і індивідуальну своєрідність кожної людини.

Індивідуальні відмінності здібностей людини характеризуються специфікою і мірою її здатності. Вони виявляються в тій діяльності, до якої особливо схильна людина, і свідчать, якою мірою ця діяльність виявляє її здібності. Так, одна людина здібна до музики, друга – до технічної діяльності, третя – до наукової роботи, четверта – до малювання і таке ін.

Здібності людини мають різний рівень вияву – *низький, середній, високий*.

Чим зумовлюються такі відмінності? Вони не є природженими, хоча ми іноді чуємо, наприклад, що “ця дитина здібна” або “нездібна” від природи.

Як і всі інші індивідуально-психологічні особливості, здібності не даються людині відразу, не є природною властивістю.

Здібності кожної людини, її індивідуальні особливості є результатом її розвитку. Обстоювати такий погляд необхідно, оскільки існували різні тлумачення впливу спадковості на формування людських здібностей.

Так, ще Платон стверджував, що здібності є природженими, і всі знання, які застосовує людина, – це її спогади про перебування в ідеальному світі “абсолютних знань”. Декарт дотримувався переконання про природжене походження здібностей (його вчення про здібності відоме як вчення про природжені ідеї).

На думку Галля, рівень розвитку психічних якостей пов’язаний із розміром окремих частин мозку, і якщо кістки черепа повністю відповідають вигинам та западинам у мозку, то за формою черепа людини можна визначити її здібності. Галль склав навіть так звану френологічну карту (від грецьк. *Phrenos* (розум), де поверхня черепа розбивається на 27 частин, кожна з яких відповідає за розвиток певних психічних здібностей).

Із плином часу неправильно виявилася гіпотеза і про залежність здібностей від маси мозку. Відомо, що мозок дорослої людини важить приблизно 1400–1600 г. Мозок І. С. Тургенєва важив 2012 г, А. Франса – 1017 г, Лібіха (відомого хіміка) – 1362 г. Але всі вони були видатними людьми з високим рівнем розвитку здібностей.

Найбільш правильною є гіпотеза про зв'язок задатків з мікроструктурою мозку та органів чуттів, залежно від чого і здійснюється функціонування клітин, а також з диференційними особливостями нервових процесів (сила, врівноваженість, рухливість нервової системи, а також її тип). Розвитку здібностей сприяє спадковість, соціальні умови життя. Так, у родині Баха було 57 музикантів, з яких 20 – видатні.

Заперечуючи фатальну природженість здібностей, сучасна психологія не заперечує вроджені диференційні особливості, що закладені в мозку й можуть стати передумовою успішного виконання будь-якої діяльності.

Природжені передумови розвитку здібностей називаються задатками. Задатки – це природжені можливості розвитку здібностей.

Вони зумовлені будовою мозку, кори його великих півкуль та її функціональними властивостями. Ці відмінності зумовлені не лише спадковістю розвитку організму, а й утробним і позаутробним розвитком.

Таким чином, задатки – це не здібності, а тільки передумови до розвитку здібностей.

Усі люди здатні опанувати мову, але не всі опановують однакову кількість мов і неоднаково опановують рідну мову. Тварина, не маючи задатків до мовного спілкування, ніколи не навчається говорити. Природні задатки до розвитку здібностей у різних людей неоднакові. Цим частково і зумовлений напрям розвитку здібностей, а також тим, чи вчасно виявлено здібності, задатки і чи є умови для їх реалізації.

Провідну роль у розвитку здібностей відіграють не задатки, а умови життя, навчання людей, їх освіта та виховання. Між здібностями і задатками існує не простий, а багатозначний зв'язок. Задатки є багатозначними. Які саме здібності сформується на ґрунті задатків, залежатиме не від задатків, а від умов життя, виховання та навчання.

На ґрунті одних і тих самих задатків можуть розвинутиися різні здібності.

Не всі вроджені задатки людини обов'язково перетворюються на здібності. Задатки, коли бракує відповідних умов для переростання їх у здібності, так і залишаються нерозвиненими. Від задатків не залежить зміст тих психічних властивостей, які містить кожна здібність. Ці властивості формуються у взаємодії індивіда із зовнішнім світом.

Раннє виявлення задатків – один із показників наявності природних даних, що сприяють розвиткові здібностей. Біографії визначних осіб свідчать, наприклад, про раннє виявлення здібностей до музики, літератури, поезії. У Римського-Корсакова схильність до музики виявили вже у дворічному віці, у Моцарта – в три роки, Олександр Пушкін перший власний твір написав у дев'ять років, Михайло Лермонтов – у десять, Леся Українка – в тринадцять.

Іноді умови не сприяють раннім виявам здібностей. Але при появі умов здібності можуть виявитися й пізніше. Аксаков опублікував свою першу книгу в 56 років, Крилов першу байку – в 40 років.

У розвитку здібностей важливу роль відіграє опанування знань, умінь, досвіду.

Індивідуальні здібності в одній або кількох галузях діяльності називають талантом, а таких людей – талановитими.

У талановитих людей здібності виявляються в творчій діяльності, у творчому розв'язанні складних практичних, теоретичних і художніх завдань.

Найвищий рівень розвитку здібностей, що виявляються у творчій діяльності, результати якої мають історичне значення для суспільства, розвитку науки, літератури, мистецтва, називають геніальністю.

Геній виражає найбільш передові тенденції прогресу свого часу.

Геній відрізняється від талановитості суспільною важливістю тих завдань, які він розв'язує. Індивідуальні особливості здібностей виявляються в різнобічності або однобічності їх розвитку. Різнобічні здібності мали М. В. Ломоносов, Д. І. Менделєєв, М. Ю. Бородин, Тарас Шевченко та інші.

Індивідуальні особливості здібностей кожної людини є результатом її розвитку. Тому для розвитку здібностей потрібні відповідні соціальні умови, активна включеність особистості в діяльність.

По 16 годин на добу працював Едісон, який на запитання про причину його геніальності відповідав, що вона є результатом 99 відсотків поту та 1 відсотка таланту.

Формалізована структура змісту теми

Задатки – анатомо-фізіологічне підґрунтя здібностей.

Умови перетворення задатків у здібності: діяльність, активна взаємодія з навколишньою дійсністю, навчання та виховання.

Здібності – реалізовані в діяльності потенційні можливості особистості.



Запитання для самостійної роботи

1. У чому виявляються здібності особистості?
2. Якими є головні компоненти здібностей?
3. Як пов'язані між собою здібності та задатки?
4. Які психічні властивості людини сприяють розвиткові здібностей?
5. У чому виявляються якісні відмінності у здібностях людей?
6. Що є показником добрих здібностей?
7. Що зумовлює розвиток здібностей особистості?
8. Що є вирішальною умовою розвитку здібностей?

Альтернативно-тестові завдання для самоконтролю

1. Чи згодні ви з твердженням, що швидкість виконання діяльності є показником добрих здібностей?
2. Чи згодні ви з твердженням, що показником добрих здібностей є темп опанування новою діяльністю?
3. Чи можна стверджувати, що добрі задатки завжди визначають високий рівень розвитку здібностей?
4. Чи вважаєте ви задатки обов'язковою передумовою розвитку здібностей?

5. Чи можна стверджувати, що відмінності здібностей людей мають переважно кількісний характер?
6. Чи поділяєте ви думку, що вирішальною умовою розвитку здібностей є діяльність?
7. Чи є здібності спадковими?
8. Чи вважаєте ви, що є певні властивості людини, без яких неможливий високий розвиток спеціальних здібностей?

Завдання та проблемні ситуації

1. Доведіть, що здібності як властивість особистості є продуктом суспільного розвитку.
2. Чому не можна розглядати високий рівень розвитку знань, умінь і навичок особистості як найважливіший показник її здібностей?
3. Які психічні якості особистості є обов'язковою умовою успішного розвитку здібностей? Розкрийте та обґрунтуйте їх.
4. Чи можна фактичний успіх у певній діяльності розглядати як вияв здібностей до неї? Чому?
5. Доведіть неправомірність твердження про вроджену природу здібностей.
6. Чим можна пояснити помилки при оцінці здібностей до певної діяльності на ранніх етапах розвитку особистості, як, наприклад, у Ейнштейна та Клеро – до математики, у Сурикова – до живопису?
7. Життя має багато прецедентів, коли люди, що мали добрі задатки до розвитку певних здібностей, не реалізували їх. Які причини найчастіше перешкоджають їх розвитку?
8. Що дає можливість людині нижчого рівня здібностей до певної діяльності виконувати її краще, ніж людині більш здібній? Які психічні якості особистості роблять це можливим?
9. Чи можливий високий рівень розвитку спеціальних здібностей в інтелектуальній сфері на фоні низького рівня розвитку загальних здібностей? Який зв'язок існує між спеціальними та загальними здібностями?

Література

1. *Загальна психологія* / За ред. С. Д. Максименка. – К.: Форум, 2000.
2. *Максименко С. Д. Розвиток психіки в онтогенезі: [У 2-х т.]*
Т. 1. Теоретико-методологічні проблеми генетичної психології, – К.:

Форум, 2002.

3. *Максименко С. Д.* Розвиток психіки в онтогенезі: [У 2-х т.] Т. 2. Моделювання психологічних новоутворень. – К. : Форум, 2002.

4. *Основи загальної психології / За ред. С. Д. Максименка.* – К.: НПЦ “Перспектива”, 1998.

5. *Психологія / За ред. Г. С. Костюка.* – К.: Рад. школа, 1968.

6. *Общая психология / Под ред. С. Д. Максименко.* – М.: Рефл-бук; – К.: Ваклер, 1999.

7. *Теоретико-психологічні детермінанти та практичні складові російсько-української гібридної війни : монографія / С.Д. Максименко, Л.М. Деркач, Ю.Б. Ірхін.* Київ: Видавництво Людмила, 2024. 384 с.

8. *Інформаційно-психологічні засади ментального протистояння російській агресії в гібридній війні : науково-експериментальне дослідження/ С. Максименко, М. Назар* Київ: Видавництво Людмила, 2024. 165 с.

9. *Генетико-креативний підхід: діяльнісне опосередкування особистісного розвитку. Монографія / за ред. С.Д. Максименка, С.П. Яланської–Полтава: «Київ: «Людмила», 2021. –С.382.»*, 2021.

10. Максименко С.Д., Деркач Л.М. Оборона і стратегія. університет оборони БРНО. Випуск: Том 23, №1 (червень 2023) С.126-148

18. Характер

Ключові поняття теми:

характер, структура характеру, тип характеру, акцентуація, акцентуація застрявання, акцентуація педантизму, акцентуація демонстрування, акцентуація тривожності, риси характеру, моральні риси характеру, вольові риси характеру

Поняття про характер

Термін “характер” – грецького походження, він означає “риса”, “ознака”, “відбиток”. Введений він для визначення властивостей людини колегою Аристотеля Теофрастом. У “Характеристиках” він описав з погляду мораліста 31 тип людських характерів – людей хвалькуватих, балакучих, нещирих, нудних, улесливих тощо.

Пізніше філософи і психологи, пояснюючи і класифікуючи людські характери, головними чинниками їх формування вважали особливості будови тіла, функції людського організму, моральні засади людських стосунків або їх розумові здібності і досвід.

Кожній людині, крім динаміки дій, що виявляється в темпераменті, притаманні істотні особливості, які впливають на її діяльність та поведінку. Про одних кажуть, що вони працьовиті, дисципліновані, скромні, чесні, сміливі, колективісти, а про інших – ліниві, хвалькуваті, неорганізовані, честолюбні, самовпевнені, нечесні, егоїсти, боягузи.

Ці й подібні риси виявляються настільки яскраво і постійно, що визначають собою типовий різновид особистості, індивідуальний стиль її соціальної поведінки.

Такі психологічні особливості особистості називають рисами характеру. Ці риси характеризують і мету, до якої прагне людина, і способи досягнення мети. Знати це важливо, оскільки особистість характеризується не тільки тим, що вона робить, а й тим, як вона це робить.

Сукупність постійних рис становить характер особистості.

Характер – це сукупність постійних індивідуально-психологічних властивостей людини, які виявляються в її діяльності та суспільній поведінці, ставленні до колективу, інших людей, праці, навколишньої дійсності та до самої себе.

Характер найтісніше пов'язаний з темпераментом, що, як відомо, визначає зовнішню, динамічну форму вираження сутності людини.

Характер людини можна зрозуміти тільки в її суспільній діяльності, суспільних відносинах.

Про характер людини робимо висновок і по тому, як вона мислить і поводить себе за різних обставин, якої думки вона про інших людей і про саму себе, в який спосіб здебільшого поводить себе.

Знати характер людини дуже важливо. Це дає можливість передбачати, як людина буде себе поводити за певних умов, чого від неї можна чекати, як вона виконуватиме дані їй доручення.

Художня література дає прекрасні описи поведінки людей з різними характерами. Історія знає багатьох політичних, громадських і військових діячів, які завдяки силі позитивних рис свого характеру сприяли прогресу суспільства, тоді як особи з негативними рисами характеру або зі слабким характером призводили до його занепаду.

Структура характеру;

Характер як одна з істотних особливостей психічного складу особистості є цілісним утворенням, що характеризує людське "Я" як єдність. Розуміння характеру як єдності його рис не виключає виокремлення в ньому деяких ланцюгів з метою глибшого пізнання його сутності. І. П. Павлов, не заперечуючи цілісності характеру, обстоював необхідність виокремлення його структурних компонентів.

Якщо ви аналізуєте людину, – писав він, – ви повинні сказати, що за такими ось рисами її можна характеризувати як тиху, спокійну, химерну, ніжну тощо. Отже, без визначення окремих рис нічого не розбереш. Але якщо окремі риси уявити відокремлено, не розглядаючи їх у взаємозв'язку, то характеру людини, звичайно, визначити не можна.

Потрібно брати систему рис і в цій системі аналізувати, які риси вирізняються передусім, а які ледве виявляються, вуалюються.

Визначити структуру характеру означає виокремити в ньому головні компоненти, без яких цілісність характеру уявити не можна.

У структурі характеру потрібно виокремлювати зміст і форму. Зміст характеру особистості визначають суспільні умови життя та виховання. Вчинки людини завжди чимось мотивуються, на щось або на когось спрямовуються.

Але за формою наміри, прагнення реалізуються по-різному. Це залежить і від обставин, ситуацій, в яких перебуває людина, і від властивостей її характеру, особливо від темпераменту.

У структурі характеру виокремлюють такі його компоненти:

1. спрямованість;
2. переконання;
3. розумові риси;
4. емоції;
5. волю;
6. темперамент;
7. повноту;
8. цілісність;
9. визначеність;
10. силу.

Спрямованість є головною складовою структури характеру особистості. Вона виявляється у вибіркового позитивному або негативному оцінному ставленні особистості до вчинків і діяльності людей і до самої себе. Залежно від домінуючих матеріальних або духовних потреб, ціннісних установок особистості, інтересів і вподобань життя одних людей наповнене корисною діяльністю, вони невтомно працюють та виконують громадський обов'язок. Рушієм їх вчинків є гуманність, оптимізм, контактність.

Такі риси характеру притаманні всім передовим людям.

Але є й такі люди, у котрих на першому плані – власний добробут, задоволення своїх егоїстичних потреб. Це міщани, які стають рабами речей. У побуті, вчинках та діяльності таких людей панують індивідуалізм, скупість, жадібність, заздрість, самозакоханість, мізантропія.

Ці особливості характеру зумовлюють убогість духовного життя особистості.

Переконання – це знання, ідеї, погляди, що є мотивами поведінки людини, стають рисами її характеру й визначають ставлення до дійсності, вчинки, поведінку. Переконання виявляються в принциповості, непідкупності, правдивості, вимогливості до себе.

Людина з непохитними переконаннями спроможна докласти максимум зусиль для досягнення мети, віддати, коли потрібно, своє життя заради суспільних справ. Непринциповим людям, кар'єристам ці риси характеру не властиві.

Розумові риси характеру виявляються в розсудливості, спостережливості, поміркованості. Спостережливість і розсудливість сприяють швидкій орієнтації в обставинах. Нерозсудливі люди легко хапаються за будь-яку справу, діють під впливом імпульсу. Розумова інертність, навпаки, виявляється в пасивності, байдужості, повільності, коли потрібно прийняти рішення, або у поверховому ставленні до справи без урахування її важливості.

Емоції стають підґрунтям таких рис характеру, як гарячковість, запальність, надмірна або вдавана співчутливість, всепрощення або брутальність, грубість, “товстошкірість”, нечутливість до страждань інших, нездатність співчувати.

Моральні, естетичні, пізнавальні, практичні почуття завдяки наявності в них емоцій можуть виявлятися або в екзальтованості, або в спокійному, поміркованому ставленні до явищ природи, мистецтва, вчинків людей.

Воля як складова структури характеру зумовлює його силу, непохитність. Отже, воля, як вважають, являє собою стрижневий компонент сформованого характеру. Сильна воля робить характер самостійним, стійким, непохитним, мужнім, людина з таким характером здатна досягати бажаної мети.

Люди із слабкою волею – слабохарактерні. Навіть маючи багато знань і значний досвід, вони не здатні наполягати на справедливості і виявляють нерішучість, страх.

Темперамент як складова структури характеру є динамічною формою його вияву.

Характер – це єдність типологічного та набутого життєвого досвіду.

Особливості умов життя, навчання та виховання формують різне за змістом індивідуальне ставлення до явищ навколишньої дійсності, але форма вияву цього ставлення, динаміка реакцій особистості визначаються її темпераментом.

Одні й ті самі переконання, погляди, знання люди з різним темпераментом виявляють своєрідно з точки зору сили, врівноваженості та рухливості дій.

Виокремлюючи в характері його структурні компоненти, треба мати на увазі, що характер – це сукупність усіх його структурних компонентів. Кожний компонент характеру – спрямованість, інтелект, емоції, воля, темперамент – має певною мірою інтегративний

вияв у кожній рисі характеру, як і в характері загалом. Тому не можна вести мову про світоглядні, інтелектуальні, емоційні, вольові риси характеру.

Характер як своєрідне, постійне, цілісне ставлення особистості до різних аспектів дійсності може бути стійким або нестійким, повним, цілісним, визначеним або невиразним.

Повнота характеру – це всебічний розвиток головних його структурних компонентів – розумових, моральних, емоційно-вольових. Розсудливість такої людини завжди узгоджена з емоційною рівноваженістю та самовладанням.

Внутрішня єдність рис характеру визначає його цілісність. Вона виявляється в єдності слова й діла або її відсутності у вчинках.

У людей без характеру помітні розбіжність у поглядах, відсутність цілеспрямованості рис характеру, випадковість їх виявлення, залежність їх виявлення від обставин, а не від внутрішніх установок особистості.

Особливо важливою рисою характеру є його визначеність. Сила і незалежність особистості, що виявляються в її прагненнях і переконаннях, у боротьбі за досягнення поставленої мети свідчать про визначеність її характеру.

Визначеність характеру людини як суб'єкта діяльності позначається на принциповості та сумлінності дій незалежно від важливості доручення. На людину з визначеним характером можна покладатися, доручаючи їй важливі справи, – вона виконає доручення відповідно до його мети, змісту справи та способів виконання.

Про людей з невизначеним характером важко сказати, добрі вони чи погані. Це люди безпринципні, без чітких позицій у політичному, трудовому житті, у побуті.

Сила характеру виявляється в енергійних діях, завзятті та активній діяльності, боротьбі за доведення справи до завершення, незважаючи на жодні перешкоди. Такі люди не бояться труднощів, уміють їх подолати. Це новатори в праці, ентузіасти, ініціатори.

Справжню людину – активного діяча, колективіста, патріота, гуманіста – характеризує єдність усіх компонентів її характеру. Проте єдність характеру не виключає того, що за різних обставин у тієї самої людини по-різному виявляються зазначені компоненти та риси характеру. Одночасно людина може бути поблажливою і надмірно вимогливою, непохитною і поступливою, щедрою і скупюю. При

цьому єдність компонентів характеру залишається, і саме в цьому вона виявляється.

Головні риси типового характеру

Людина – носій характеру. Риси її характеру впливають на діяльність, стосунки, способи дій у найширшому їх розумінні – в родині, трудовому колективі, в управлінні виробництвом, державою.

Типове та індивідуальне в характері існують в єдності. Типове створює фон для індивідуальних виявів рис характеру, і вияв невласливих більшості членів певної соціальної групи рис характеру викликає заперечення, осуд.

Особливості типового характеру виявляють позитивне або негативне ставлення: 1) до праці, 2) до інших людей, 3) до самої себе, 4) до предметів та явищ дійсності.

Ставлення до праці є однією з найістотніших рис характеру людини. Його виявляє повага до праці, працелюбність або ж зневага до праці та працівників. Важливі риси ставлення до праці – акуратність, сумлінність, дисциплінованість, організованість.

Ставлення до інших людей виникає в контактах між особистостями і зумовлюється суспільними умовами життя, які складаються історично і виявляються в колективі. Рисам характеру, які виявляють ставлення особистості до інших людей, властиві значна варіативність змісту і форми, залежність від рівня культурного розвитку народу та духовного багатства особистості.

Ставлення до інших людей має оцінний характер, в якому інтелектуальне оцінювання залежить від емоційного ставлення до рис характеру, що виявляються в суспільних контактах. Оцінне ставлення до людей виражається в різному змісті рис характеру та різній формі їх вияву. Схвалення й осуд, підтримка і заперечення можуть бути висловлені у ввічливій, тактовній, доброзичливій формі або ж формально, улесливо, а то й брутально, грубо, іронічно, саркастично, образливо.

Ставлення до інших людей виявляється залежно від обставин і характеру оцінювання вчинків як в позитивних, так і в негативних рисах характеру. Серед позитивних рис характеру, притаманних культурній людині, є справедливість, дотримання слова, щедрість, доброзичливість, чесність, принциповість. В їх основі лежать гумані-

стичні моральні якості людей, ідейні переконання, прогресивні прагнення.

До негативних рис характеру належать відчуженість, замкнутість, заздрість, скупість, зневага до інших, хвалькуватість, гордість, схильність до безпідставного кепкування та глузування, прискіпливість, схильність до пустопорожніх суперечок, заперечення істини, дріб'язковість, мізантропія. Негативні риси характеру дуже шкодять позитивному спілкуванню людей, їхньому прагненню до спільної боротьби з несправедливістю, спілкуванню в праці.

Так чи інакше ставлячись до вчинків і поведінки інших, людина формує власні риси характеру за аналогією або протиставленням.

Ставлення до самої себе – позитивне або негативне – залежить від рівня розвитку самосвідомості, здатності оцінювати себе. Такі риси характеру, як скромність, почуття власної гідності, вимогливість до себе, відповідальність за справу, схильність віддавати всі свої сили колективу, державі, свідчать про високий рівень розвитку самосвідомості особистості.

Разом з тим деяким людям у ставленні до себе притаманні негативні риси – нескромність, хвалькуватість, кар'єризм, гордіня, самовпевненість, безпринципна покора, безпідставна зневага або знецінювання себе.

Серед рис характеру особливо помітні ті, які визначають ставлення людей до речей, до природи. Ощадливість, дбайливість, акуратність, бережливість, дбайливе ставлення до природи підносять особистість.

Типові риси характеру за своєю інтенсивністю виявляються по-різному, індивідуально. У деяких людей окремі риси їхнього характеру виявляються настільки яскраво і своєрідно, що це робить їх оригінальними. Загостреність таких рис виявляється спонтанно, як тільки людина потрапляє в адекватні цим рисам умови. Такі умови провокують вияв загостреної реакції особистості. Крайню інтенсивність певних рис людини називають їх акцентуацією.

Хоча акцентуація певних рис особистості за своєю загостреністю та своєрідністю вияву виходить за межі звичайного, їх не можна вважати патологічними. Проте надмірно складні умови, які викликають акцентованість рис особистості, частота їх повторення можуть спричинити невротичні, істеричні та інші патологічні реакції.

Акцентованість рис характеру виявляється лише за певних умов. За інших умов люди з такими рисами діють спокійно, без напруження.

Акцентованість рис характеру виробляється за суспільних умов життя під впливом інтересів, специфіки контактів у колективі, проте, як свідчать дослідження, засадовими стосовно них є своєрідні вроджені індивідуальні особливості, що й створюють ґрунт для виникнення акцентуації за відповідних соціальних умов.

Розглянемо найбільш характерні вияви акцентуації.

Застрявання в стані збудження, що свідчить про впертість, недовірливість, нетерпимість до заперечень у дискусіях. У спокійному стані такі люди виявляють відповідальність і розсудливість у веденні справ.

Педантизм виявляється в крайньому, нічим не виправданому формалізмі при виконанні справи, в дотриманні “букви”, хоча це й шкодить справі, у міркуванні типу “як би чогось не сталося”.

Демонстративні характери виявляють себе нестримно, викручуються там, де потрібно погодитися, заперечують очевидне: “це неможливо”, “я цього не розумію”, хоча нічого “неможливого” та “незрозумілого” немає. За звичних умов такі особи здатні погоджуватися, досягати значних творчих успіхів.

Екзальтовані особистості надмірно захоплюються, вихваляють те, що не варте уваги, легко збуджуються в радощах або сумують аж до розпачу, їхні реакції на власні вчинки або вчинки інших людей є загострено емоційними, афективними.

Тривожні характери в усьому очікують на небезпеку, виявляють підвищену боязливість, соромливість, розгубленість, здатні сховатися від небезпечного, поступитися навіть слабшому, уникати його, якщо він погрожує.

Інтровертні особистості замкнуті, свої думки та переживання спрямовують на самих себе, на свій внутрішній світ, уникають контактів з іншими, не пристосовані до обставин. Вважають, що аутизм підлітків більше властивий інтровертним особистостям.

Екстравертні особистості прагнуть до спілкування, контактів з іншими, багато говорять про себе, хвалькуваті, зосереджуються здебільшого на зовнішніх явищах, а не на собі „схильні погоджуватися з усім, що їм пропонують.

Природа характеру

Психічні властивості людини – це специфічний вияв вищої нервової діяльності, підґрунтям якої є природжені особливості нервової системи, своєрідні сполучення яких (сила, врівноваженість, рухливість) виявляють типи темпераменту. Але слід пам'ятати, що природжений тип нервової системи з перших днів життя перебуває під впливом суспільних умов життя, виховання, які накладають відбиток на його функціонування.

Протягом життя у людини утворюються динамічні стереотипи, тобто системи нервових зв'язків у корі великих півкуль головного мозку, які виникають під впливом різноманітних подразнень, що діють у певній послідовності та певній системі. Багаторазові повторення таких подразнень спричиняють утворення міцних нервових зв'язків, які потім виявляються дедалі легше та автоматичніше, без особливого нервового напруження.

Утворення та перетворення динамічних стереотипів вимагають значної, часом важкої роботи нервової системи. Динамічні стереотипи утворюють фундамент звичних дій, рис характеру, які, як уже зазначалося, здебільшого виявляються мимоволі.

Отже, характер особистості є складним синтезом типу нервової діяльності та життєвих вражень, умов життя, виховання. “Жива істота, – писав І. П. Павлов, – від дня народження зазнає найрізноманітніших впливів навколишнього середовища, на які вона неминуче повинна відповідати певною діяльністю, що часто закріплюється на все життя і виявляється в певних рисах характеру”. Отже, характер, вважав Павлов, “є сплав рис типу і змін, зумовлених середовищем”.

У вченні про характер були спроби пов'язати характер людини з будовою тіла, з особливостями дії залоз внутрішньої секреції, проте ці спроби були неспроможні розкрити сутність характеру. Зазнали краху і ті теорії, що розглядали характер як природжену психічну властивість.

Люди народжуються з різними особливостями функціонування головного мозку, що зумовлюється типом нервової системи, але ці фізіологічні відмінності людей є лише передумовою формування протягом життя різних морально-психологічних якостей і, зокрема, відмінностей характеру.

Те, що в одній родині за схожих умов виростають діти з різними рисами характеру, не може бути доказом природженості рис характеру. Адже однакових умов виховання дітей не буває.

Багатогранність спілкування, обставин, в які потрапляють діти, їхніх переживань створює надзвичайно різноманітні умови життя та виховання дітей. Саме це, відбиваючись у мозку дитини, зумовлює найрізноманітніші індивідуальні способи реагування, які поступово стають у кожної дитини своїми, властивими лише їй, звичними рисами характеру.

Саме те, що моральні норми життя і вимоги до дітей у процесі їх виховання (вказівки, санкції) здебільшого бувають типовими, найбільш зумовлює вияви типових рис характеру, спільних для багатьох людей.

Формування характеру

Формування характеру – це тривале становлення постійних психологічних утворень під впливом об'єктивних і спеціально створених для цього умов, коли дії та вчинки внаслідок їх багаторазового повторення стають звичними і визначають типову модель поведінки людини.

Характер людини формується в процесі її індивідуального життя під провідним впливом суспільних умов. Особливо важливе значення для виховання характеру має активна діяльність людини і передусім праця як середовище її суспільного буття, спілкування як необхідна умова її самопізнання та самореалізації.

У процесі праці виявляються моральні, інтелектуальні, вольові та інші якості особистості, які, закріплюючись під впливом певних умов життя, набувають значення рис характеру.

Трансформації, що відбуваються в сучасному суспільстві, поява нових ідеалів і цінностей, зумовлених входженням у систему ринкових відносин, створюють передумови для формування рис характеру нової ділової людини.

Серед чинників, які мають для людини життєве значення і впливають на формування її характеру, особлива роль належить вихованню.

Виховання організовує обставини життя і спрямовує в потрібному напрямі життєві впливи, підкріплює їх, створює відповідне ставлення до навколишньої дійсності особистості, що формується.

Разом з тим воно гальмує негативні впливи, перешкоджає засвоєнню небажаних звичок і рис поведінки людини.

На високому рівні розвитку людина починає здійснювати самовиховання і саморегулювання, становлення свого характеру. Сформовані в процесі виховання потреби, ідеали, установки особистості стають підґрунтям її вимог як до зовнішніх умов життя, так і до самої себе. Вона сама починає влаштовувати своє життя і виховувати себе, керуючись при цьому як власними, так і суспільними цінностями.

Повною мірою здатність до самовиховання характеру виявляється тоді, коли особистість набуває життєвого досвіду, опановує засади психологічної культури, коли в неї формується світогляд і остаточно складаються ідеали, відповідно до яких вона починає свідомо планувати своє життя і визначати в ньому своє місце.

Відмінності в характері помітні вже у дітей молодшого дошкільного віку. У цьому віці, як переконує досвід виховання в дитячих садках, досить виразно виявляються такі риси: товариськість, колективізм, ласкавість, сміливість, соромливість, замкнутість, охайність, точність, терплячість або примхливість, впертість, рвучкість та ін.

Вияви рис характеру в цьому віці стосуються і темпераменту. А. С. Макаренко звертав увагу на наявність у дітей таких негативних типів характеру, як “тихоні”, “ісусики”, “нагромаджувані”, “пристосуванці”, “тави”, “роззяви”, “кокетки”, “нахлібники”, “мізантропи”, “мрійники”, “зубрили”, яких ми ніколи не помічаємо, оскільки вони нам не заважають. Але діти з такими характерами часто-густо виростають неприємними людьми.

Особливого значення набуває виховання характеру в підлітковому віці. Підліток уже не дитина, у нього гострий інтерес до навколишньої дійсності, дуже велика активність, прагнення до праці – фізичної та розумової. Потрібно навчитися організовувати цю активність, навчити підлітків діяти дружно, займатися громадською роботою, працювати організовано.

Треба мати на увазі й те, що неврахування у вихованні вікових особливостей підлітків дуже часто зумовлює негативізм, браваду, неслухняність, нестриманість, невмотивовані вчинки. Разом з тим підлітки чутливі до думки колективу. Вони цінують оцінку колективом їхньої трудової, навчальної та спортивної діяльності, керуються

нею у своїй поведінці, і це має величезне значення для формування їхнього характеру.

Юнаки та дівчата старшого шкільного віку вже досягають фізичної зрілості і здатні виявляти в поведінці, праці та навчанні достатньо сформовані риси характеру: відповідальність, дисциплінованість, цілеспрямовану наполегливість, принциповість, самостійність.

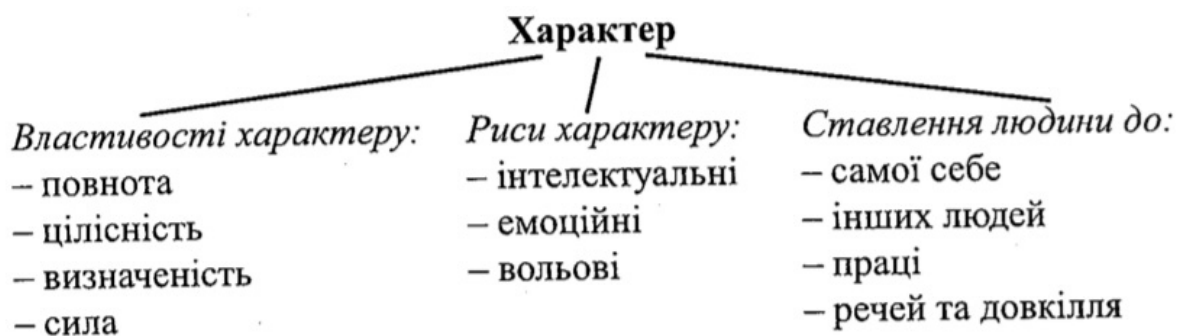
Дослідження формування характеру показали, що особливо дійовими чинниками є самостійність і самостійна діяльність у праці, навчанні. При цьому потрібно створити юнакові або дівчині такі умови, за яких вони могли б виявити колективізм, мужність, витримку, працьовитість. Але буде великою помилкою, якщо виховання в колективі нівелюватиме індивідуальні якості особистості.

У колективі потрібно виявляти і зміцнювати кращі риси характеру кожного члена колективу, формувати яскраву індивідуальність.

Успішне формування рис характеру вимагає єдності виховних заходів родини, школи та соціального середовища, громадськості.

Формалізована структура змісту теми

Характер – індивідуальне, своєрідне сполучення постійних істотних властивостей особистості, що виявляються в її поведінці.



Запитання для самостійної роботи

1. Які риси особистості поєднуються в характері?
2. В яких стосунках між людьми найповніше виявляється характер особистості?
3. Які компоненти можна виокремити в структурі характеру?
4. Які риси характеру особистості є типовими, а які – нетиповими?
5. У чому виявляється акцентуація характеру особистості?

6. Як поєднуються в характері природні та соціальні чинники?
7. Яким є механізм формування властивостей характеру?
8. Як пов'язані між собою характер і темперамент?
9. Якими є умови формування характеру?

Альтернативно-тестові завдання для самоконтролю

1. Чи згодні ви з думкою, що фізіологічним підґрунтям для виховання характеру є динамічні стереотипи?
2. Чи може виникати невідповідність між змістом і формою характеру?
3. Чи можна стверджувати, що акцентуація певних рис характеру особистості зумовлюється тільки обставинами її життя?
4. Чи всі постійні риси поведінки особистості входять до структури її характеру?
5. Чи всі властивості характеру можуть свідчити про його сформованість?
6. Чи може характер впливати на особливості вияву темпераменту?
7. Чи можна вважати, що соціальний чинник справляє вирішальний вплив на формування характеру?
8. Чи можна погодитися з твердженням, що деякі риси характеру можуть передаватися спадково?

Завдання та проблемні ситуації

1. У чому може виявлятися вплив характеру на темперамент? В якому напрямі та за яких умов цей вплив може мати місце?
2. Які риси поведінки людини свідчать про силу її характеру? Якими є психологічні умови формування сильного характеру?
3. Чим пояснити, що найповніше характер людини виявляється у складних, критичних ситуаціях?
4. Чи має рацію з погляду психології твердження: “характер гартується в боротьбі”? Аргументуйте свою думку.

Література

1. *Загальна психологія* / За ред. С. Д. Максименка. – К.: Форум, 2000.
2. *Максименко С. Д.* Розвиток психіки в онтогенезі: [У 2-х

т.] Т.1. Теоретико-методологічні проблеми генетичної психології. – К.: Форум, 2002.

3. Максименко С. Д. Розвиток психіки в онтогенезі: [У 2-х т.] Т. 2. Моделювання психологічних новоутворень. – К.: Форум, 2002.

4. *Основи загальної психології* / За ред. С. Д. Максименка. – К.: НПЦ “Перспектива”, 1998.

5. *Психологія I* За ред. Г. С. Костюка. – К.: Рад. школа, 1968.

6. Леонгард К. Акцентуированные личности, – К.: Вища школа, 1982.

7. *Общая психология* / Под ред. С. Д. Максименко. – М.: Рефл-бук; К.: Ваклер, 1999.

Частина п'ята

МЕХАНІЗМИ ОПРЕДМЕТНЕННЯ ПСИХІЧНИХ УТВОРЕНЬ

19. Психологічний аналіз діяльності

Ключові поняття теми:

активність, поведінка, діяльність, мотив, мета, інтеріоризація, екстеріоризація, зворотна аферентація, дія, рух, уміння, навичка, управління, автоматизація навички, перенесення навички, інтерференція, гра, навчання, праця

Поняття про діяльність

Живим істотам від природи властива активність, яка забезпечує життєво важливі зв'язки організму з середовищем. Джерелом активності живих істот є потреби, що спонукають її до відповідних реакцій, дій.

Діяльність – одна з головних категорій психологічної науки. Предметом психології є сама цілісна діяльність людини в різних її формах і видах, у її філогенетичному, історичному і онтогенетичному розвитку. Діяльність – специфічно людська форма ставлення до навколишнього світу, змістом якої є доцільні зміни і перетворення речей і явищ залежно від людських потреб; вона – необхідна умова існування суспільства.

Діяльність включає мету, засоби, результат і сам процес. Треба спиратися на цілісне розуміння діяльності як органічної єдності її почуттєво-практичної і теоретичної форми.

Діяльність включає дії і операції як складові, які співвідносяться з потребами, мотивами і цілями.

Потреба – це стан живої істоти, в якому виявляється залежність людини від конкретних умов існування. Але активність тварин і діяльність людини суттєво відрізняються за своїми психологічними аспектами.

Активність тварин – поведінка. Вона обмежується інстинктивними та умовно-рефлекторними діями, спрямованими на пристосуван-

ня до умов життя і задоволення різноманітних біологічних потреб в їжі, розмножуванні, захисті. Предмет потреб тварини – безпосередній стимул активності, що визначає сам спосіб задоволення потреби.

Людська діяльність за своєю сутністю є соціальною. Вона сформувалася історично, в процесі праці. Людина не лише пристосовується до умов життя, а й активно змінює їх відповідно до своїх людських потреб, що виникли й розвинулися історично. Діяльність людини свідомо та цілеспрямована.

Особистість як суб'єкт діяльності, задовольняючи власні потреби, взаємодіє з середовищем, ставить перед собою певну мету, мотивує її, добирає засоби для її здійснення, виявляє фізичну й розумову активність, досягаючи поставленої мети.

Свідомий характер людської діяльності виявляється в її плануванні, в передбаченні результатів, регуляції дій, у прагненні до її вдосконалення.

Отже, діяльність людини – це свідомо активність, яка виявляється системою дій, спрямованих на досягнення мети.

Мета і мотиви діяльності

Мета – це те, до чого прагне людина, для чого вона працює, за що бореться, чого хоче досягти у своїй діяльності. Без мети не може бути свідомої діяльності.

Цілі людської діяльності виникли й розвивалися історично, в процесі праці, їх зумовлюють суспільне життя, умови, в яких живе людина. Вони залежать від ролей, які виконує людина, суспільних доручень, від її розвитку та індивідуальних особливостей.

Цілі бувають близькі та віддалені. Віддалена мета реалізується в низці ближчих, часткових цілей, які крок за кроком ведуть до здійснення віддаленої мети в перспективі.

Суспільно важлива, змістовна мета стає джерелом активності особистості. Тільки велика мета народжує велику енергію. Така мета викликає єдність розумової, емоційної та вольової діяльності, цілеспрямовану зосередженість свідомості на поставлених цілях. “Рефлекс мети”, писав І. П. Павлов, має величезне життєве значення, він є головною формою життєвої енергії людини.

Життя тільки в того красиве й сильне, хто весь час прагне до певної мети. Як тільки зникає мета, воно стає безбарвним, непривабливим.

Мотив – це внутрішній рушій, що спонукає людину до діяльності.

Мотиви діяльності та поведінки людини генетично пов'язані з її органічними та культурними потребами, в яких людина відчуває необхідність. Потреби породжують інтереси, тобто спрямованість особистості на певні об'єкти з метою пізнати і опанувати їх.

Спонуками до діяльності можуть бути матеріальні потреби (потреби в їжі, одязі, житлі) і духовні, культурні потреби (пізнавальні, суспільно-політичні, естетичні).

Мотивація діяльності буває **близька** (здійснити бажане в найближчий час) та **віддалена** (здійснення бажаного планується на тривалий час).

Розрізняють мотиви і за рівнем усвідомлення. Бувають яскраво й чітко усвідомлені мотиви – обов'язки перед колективом, відповідальність, дисциплінованість та ін. Але в багатьох випадках діють неусвідомлювані спонуки, наприклад звички, упереджене ставлення до певних фактів життя, людей тощо. Проте незалежно від ступеня усвідомлення мотиву діяльності він є вирішальним чинником у досягненні поставленої мети.

Цілі та мотиви діяльності людини визначаються суспільними умовами життя, виробничими, навчальними, ігровими стосунками. Між цілями та мотивами діяльності людей існує певний зв'язок. З одного боку, мета та мотиви спонукають кожну людину до діяльності, визначають її зміст і способи виконання, а з другого – вони й формуються під час діяльності, під впливом умов, за яких вона відбувається.

У процесі діяльності виникають і розвиваються нові потреби та інтереси, ідеали та переконання – виробничі, розумові, естетичні, спортивні.

Структура діяльності

В усіх різновидах діяльності люди користуються природженими (безумовно-рефлекторними) та набутими (умовно-рефлекторними) рухами. Безумовно-рефлекторні рухи протягом життя, в результаті набування досвіду, навчання та виховання перебудовуються відповідно до умов життя, культури трудових стосунків та поведінки.

Рухи, пов'язані з обробкою матеріалів, грою на музичному інструменті (ходінням, мовленням, писанням, читанням) під впливом

навчання та виховання настільки змінюються, що в них важко розпізнати первинний, природжений характер.

Залежно від мети та змісту діяльності, матеріалу та способів його обробки рухи об'єднуються в різні комплекси і системи.

Систему рухів, спрямованих на привласнення предмета або його змісту, називають **діями**.

Розрізняють предметні, або психомоторні, та розумові дії.

Психомоторні, або зовнішні, дії спрямовані на опанування предметів, на контакти з людьми, з тваринами, рослинами тощо. Розумові дії виявляються у сприйманні, діяльності пам'яті, мислення та ін. Розумові дії утворюються на ґрунті зовнішніх, предметних дій.

Психомоторні дії в результаті інтеріоризації, тобто перенесення у внутрішній психічний простір людини, стають змістом розумової діяльності. На перших етапах набування досвіду діти і дорослі оперують конкретними предметами, порівнюють, розкладають та об'єднують їх, відшуковують причинні залежності та взаємодію між ними.

Потім, у результаті інтеріоризації цих зовнішніх дій з предметами, людина починає оперувати образами цих предметів, зв'язками та залежностями між ними. На ще вищому етапі розвитку ці операції здійснюються за допомогою понять, виражених у слові.

Інтеріоризований зовнішній досвід переробляється в мисленні, набуває логічного оформлення, вплітається в систему знань і попереднього досвіду людини й реалізується в діяльності у вигляді тих чи інших дій.

Винесення внутрішніх, розумових дій назовні називають екстеріоризацією.

Важливу роль у діяльності відіграє її регуляція. При опануванні знань і досвіду, як показали дослідження П. К. Анохіна, у свідомості людини утворюється **образ рухів і дій** здійснюваної діяльності, або акцептор дії, з яким порівнюється дія, і який в разі його відхилення від окресленого способу її виконання коригується відповідно до поставленої мети.

Сукупність цілеспрямованих, усвідомлюваних дій являє собою діяльність. Свідома діяльність людини характеризується не тільки цілями та мотивами, а й певними засобами, за допомогою яких вона здійснюється.

Успішне виконання будь-якої діяльності вимагає від людини опанування потрібних для її здійснення засобів. Воно потребує вироблення в людини вмінь і навичок, щоб користуватися ними для досягнення поставленої мети.

Способи діяльності, процес їх опанування

Поняття про вміння. Успіх будь-якої діяльності залежить від уміння її виконувати. Це стосується кожної виробничої роботи, письма, читання, гри на музичному інструменті, педагогічної, спортивної діяльності тощо.

Уміння інколи зводять до знання якої-небудь справи, розуміння того, як вона робиться, ознайомлення з порядком її виконання. Проте це ще не є вміння, а тільки одна з його потрібних передумов.

Людина може, наприклад, знати правила керування автомобілем, але робить це настільки недосконало, що їй ніхто не дасть дозволу його водити. Учень може знати, як треба скласти план оповідання, але досить простежити за виконанням ним цього завдання, щоб сказати, що потрібне вміння в нього ще не сформувалося.

Уміння є там, де знання певної справи поєднується з вправністю під час виконання тих дій, з яких складається ця діяльність. Уміє водити автомашину той, хто, керуючись відомими йому правилами, робить це вправно, чітко й бездоганно, той, хто має навички в цій справі. Уміє скласти план та людина, в якій виробили певні навички опрацювання тексту.

Так само і вміння грати на будь-якому інструменті, малювати, виконувати фізичні та інші завдання спирається на певні навички.

Отже, вміння – це готовність людини, що ґрунтується на знаннях і навичках, успішно виконувати певну діяльність.

Діяльність людини часто складається з цілої низки різних дій. Тому вміння її виконувати також складається з низки часткових умінь. Так, вміння водити автомашину включає такі складові, як вміння завести мотор, регулювати його роботу, керувати рухом, стежити за ближчим і віддаленим полем дороги, за роботою машини.

Уміння учня навчатися включає: вміння планувати свою навчальну домашню роботу, братися в певні години за її виконання раціональними способами, заучувати заданий текст, виконувати письмові завдання, контролювати результат їх виконання. Комплекс часткових умінь, тісно пов'язаних між собою, становить усе те, що називають

умінням: водити машину, навчатися, грати на музичному інструменті, малювати тощо.

Уміння – проміжний етап опанування нового способу дії, відповідно до певних правил (знань). Уміння співвідноситься з тим рівнем, який на початковому етапі виражається в формі опанованого знання (правила, теореми, визначення), яке зрозуміле учневі і може бути довільно відтворене. Під час використання цього знання воно набуває деяких операційних характеристик, має форму правильно виконуваних дій, що регулюються цим правилом. У разі виникнення труднощів учень звертається до правила з метою контролю над діями або перевірки допущених помилок.

На етапі уміння опанований спосіб дії регулюється знанням. У процесі тренування, яке включає розв'язання нових завдань у нових умовах, досягається перетворення вміння на навичку. При цьому відбувається зміна регуляційно-орієнтувальної основи дії, а сама дія виконується правильно, без співвіднесення з правилом (знанням).

Процес виконання дії здійснюється у формі автоматизованої (не-усвідомлюваної) психічної регуляції. А звернення до знання відбувається лише у випадках утруднень у дії.

Типи дій, засновані на використанні різноманітних знань і включенні їх до тих чи інших видів діяльності (читання, письмо, лічба тощо), мають специфічні особливості як на шляху від знання до уміння, так і на шляху від уміння до навички.

Загальними умовами, що сприяють найбільшій ефективності формування уміння, є: а) розуміння людиною узагальненого правила; б) зворотний зв'язок у процесі розв'язання нових завдань.

Поняття про навички. Повторюючи ту чи іншу дію, людина вправляється, виконуючи її. Внаслідок цього вдосконалюється виконання нею цієї дії. Дія виконується дедалі швидше, легше, вільніше, вимагає меншого напруження, зусиль і вольового контролю, кількість помилкових рухів зменшується.

Людина усвідомлює мету дії, шлях досягнення цієї мети, техніка її досягнення функціонує сама по собі, більш або менш *автоматично, без участі свідомості.*

Отже, вдосконалені шляхом багаторазового вправляння компоненти вмінь, що виявляються в автоматизованому виконанні дій, називаються навичками.

Наявність таких навичок значно полегшує людині виконання її свідомих завдань. За свідомістю залишається можливість починати, регулювати й закінчувати дію – сам же рух відбувається без будь-якого подальшого втручання волі, будучи реальним повторенням того, що вже робилося тисячі разів (І. М. Сеченов).

Людина може усвідомлювати й автоматизовані компоненти дії, тобто рухи, з яких складається певна діяльність. У разі потреби вона може спрямовувати свою увагу на саму техніку написання літер з метою, наприклад, вивести їх каліграфічно, красиво.

Можуть усвідомлюватися рухи артикуляційних органів під час вимовляння звуків мови, звичні рухи пальців при грі на музичному інструменті з метою її проконтролювати або змінити характер гри. Рухи усвідомлюються в разі труднощів, перешкод у процесі їх виконання.

Процес формування вмінь і навичок. Уміння і навички формуються в людини у процесі її навчання. У цьому процесі виокремлюють три головні його фази.

Перша фаза – *усвідомлення завдання та способів його виконання*. Так, досвідчений майстер з'ясовує і показує новачкові, як виконувати ті чи інші виробничі операції, а останній ознайомлюється з ними. Навчаючи учнів писати, їх теж ознайомлюють з тим, як треба виводити кожну літеру. Потім ті, хто навчається, намагаються застосувати ці пояснення на практиці, тобто виконувати відповідні дії.

На підставі пояснень, зорового сприймання, демонстрування дії утворюється перше, ще загальне, схематичне зорове уявлення про просторові і часові особливості дії – про напрямок та амплітуду рухів, їх швидкість, погодження та послідовність. Вправлення супроводжується значним вольовим зусиллям і почуттям упевненості, віри в свої сили або сумнівом, нерішучістю, боязкістю.

Ці переживання позначаються на ефективності вправлення, сприяючи йому або затримуючи його.

У процесі подальших вправ, тобто багаторазового повторення певних дій з метою їх закріплення та вдосконалення, поступово послідовність рухів стає більш злагодженою, дії – чіткішими та більш погодженими.

Друга фаза – *вправність стає досконалістю, майстерністю*. Її фізіологічним підґрунтям є зміцнення в корі великих півкуль головного мозку тимчасових нервових зв'язків, їх спеціалізація, вироб-

лення певної їх системи, тобто утворення відповідного динамічного стереотипу.

Внаслідок тренування дії прискорюються і полегшуються. Усуваються зайві рухи і зменшується напруження під час їх виконання. Це означає, що іррадіація збудження, яка мала місце на початку і зумовлювала велику кількість зайвих рухів, змінюється його концентрацією. Зайві рухи, які не мають ділового підкріплення, поступово гальмуються як такі, що не відповідають певній ситуації. Рухи, що відповідають ситуації, стають економнішими, чіткішими, точнішими.

У процесі вдосконалення виконання дії змінюється співвідношення аналізаторів, що беруть участь у цьому процесі.

Ця зміна виявляється, зокрема, в тому, що зменшується роль зорових і збільшується роль рухових відчуттів у регуляції дії. Це можна спостерігати під час формування виробничих, спортивних умінь і навичок, умінь грати на музичному інструменті і багатьох інших.

Вирішальне значення у формуванні вмінь і навичок має регулювання рухів на підставі *самоконтролю*. Самоконтроль сприяє виробленню тонких зорових, слухових і рухових диференційованих дій, а це веде до точності дій.

Під час зростання вправності зоровий контроль за ходом дії, що має провідне значення на початку вправлення, поступово зменшується, поступаючись руховому контролю, тобто контролю дії тими самими органами, якими вона здійснюється.

Залежно від того, як рухи автоматизуються, змінюється роль зорового сприймання під час виконання дії. Спершу зорове сприймання і дія збігаються, наприклад сприймання літери поєднується з її вимовою. Таке поєднання неминуче й потрібне, але воно дуже вповільнює виконання завдання. Внаслідок вправлення сприймання починає дедалі більше випереджати дію.

Так, при швидкому, виразному читанні вимова прочитаного випереджає сприймання не лише окремих складів, а й цілих слів, що стоять за тим словом, яке вимовляється. Сприймані наступні елементи тексту підготовляють подальші рухи й таким чином забезпечують швидкий темп і вищу ефективність виконання дії.

Кожна дія складається з більшої або меншої кількості рухів. Уміле її виконання потребує поєднання цих рухів в єдиний цілісний акт, а цих актів – у ще складнішу дію.

Наприклад, пілот, літаючи по замкнутому колу, за 5–6 хвилин повинен виконати 200 окремих рухів. Успішно впоратися з цим завданням можна, лише поєднавши їх у складніші цілісні дії.

Фізіологічним підґрунтям поєднання рухів в єдину цілісну дію є утворення “асоціації асоціацій”, тобто ланцюга тимчасових нервових зв’язків, певної їх системи. Закріплюючись, останні стають стереотипними. Ця стереотипія і є підґрунтям автоматизованого виконання дії.

Тому вольове зусилля набагато зменшується, довільне зосередження уваги на рухах переходить у стан післядовільної уваги, рухи стають впевненішими і точнішими, полегшується свідомий контроль за всім ходом виконуваної дії.

Третя фаза вправності – *дії стають завченими, що дає можливість удосконалювати їх, досягати певного рівня майстерності*. Такий рівень розвитку навички є характерним для майстрів високого класу, віртуозів опанування рухів і дій.

Умови формування вмінь і навичок. Як уже зазначалося, формування вмінь і навичок починається звичайно із словесних пояснень і засвоєння правил дії. Оцінка виконаних дій, усвідомлення їх результатів так само здебільшого здійснюються за допомогою слова. Слово, включаючись у процес формування вмінь і навичок, сприяє виробленню чіткої послідовності, темпу і ритму рухів, їх системи.

Проте, якою б звичною, автоматизованою не була дія, свідоме її контролювання ніколи не припиняється. Ми відразу усвідомлюємо відхилення від потрібного правила або способу виконання дії. Ми помічаємо, наприклад, неправильний рух руки при письмі, неправильну вимову слова, помилку у виробничій операції, в рухах при керуванні автомашиною тощо і вносимо корективи в наші дії.

Отже, хоча дія здійснюється тут автоматично, вона все-таки є свідомо контрольованою дією.

Головні умови успішного формування вмінь і навичок – *усвідомлення мети завдання і розуміння його змісту та способів виконання*. Цього досягають через пояснення завдання, демонстрування кращих зразків виконуваного завдання та саме виконання дії.

Успіх формування вмінь і навичок найбільше залежить від свідомого ставлення, готовності особистості до опанування вмінь і навичок, зацікавленості в кращому виконанні дій, пов’язаних із виконанням завдання.

У ході формування вмінь і навичок важливо враховувати індивідуальні особливості: тип нервової системи, попередній досвід, теоретичні знання, нахили та здібності.

Не менш важливу роль в опановуванні вмінь і навичок відіграють умови навчання, правильна організація процесу вправління: послідовність засвоєння дій, поступовий перехід від простішого до складного завдання, від повільного до швидкого темпу їх виконання.

При вправлянні потрібно враховувати і те, що тривале, без перерв, вправління, як і тривалі перерви в ньому (наприклад, заняття з музики, спортивні тренування, трудові операції проводяться один раз на тиждень) не сприяють успішному формуванню вмінь і навичок. Тривалі інтервали між вправами ведуть до згасання утворених умінь і навичок.

Різновиди вмінь і навичок. Уміння і навички – складові будь-якої діяльності людини, їх поділяють на різновиди залежно від змісту цієї діяльності та тих потреб людини, які вона має задовольняти. Відповідно до цього розрізняють вміння і навички самообслуговування, виробничі, мовленнєві, розумові, мистецькі, спортивні тощо.

Найбільшу групу становлять виробничі вміння і навички людини, які диференціюються за окремими різновидами виробничої праці.

Дослідження формування виробничих умінь показують, що їх можна поділити на такі три групи:

конструктивні вміння, пов'язані з уявленнями про продукти праці, з конструюванням їх за малюнками, моделями, описами та з виявом цих уявлень у словах, моделях, проектах, робочих рухах;

організаційно-технологічні вміння, пов'язані з добором потрібних знарядь праці та матеріалів, з визначенням способів їх обробки, з плануванням і контролем самої праці;

операційні вміння, пов'язані із застосуванням знарядь праці та матеріалів для виготовлення певного продукту праці, з виконанням потрібних для цього виробничих операцій.

Особливу групу складають мовленнєві вміння та навички, які є складовими мовлення людини, спрямованими на задоволення її потреби в спілкуванні з іншими людьми, в обміні думками. Вони включають навички як усного, так і письмового мовлення.

Розумові вміння та навички виявляються у виконанні різних видів розумової діяльності (наприклад, запам'ятовуванні певного матеріалу, розв'язанні арифметичних та інших задач, виконанні розумо-

вих операцій, дослідних завдань, теоретичній роботі в тій чи іншій галузі і т. д.). Широке коло різноманітних умінь і навичок об'єднується також під назвою мистецьких, спортивних та інших їх різновидів.

Окремі різновиди умінь і навичок тісно взаємопов'язані. Так, розумові вміння завжди тісно пов'язані з умінням володіти усним та письмовим мовленням.

Складні виробничі вміння завжди включають розумові компоненти. З другого боку, вміння проводити, наприклад, дослідну експериментальну роботу в тій чи іншій галузі спирається на навички практичного оперування потрібними для неї вимірювальними приладами та іншими знаряддями одержання інформації.

Уміння та навички відіграють дуже важливу роль у діяльності людини. Вони дають їй змогу успішно досягати поставлених перед собою завдань. Наявність у людини великої кількості умінь і навичок є підґрунтям володіння нею своїми силами, що дозволяє їй зберігати ці сили, доцільно їх використовувати, збільшувати продуктивність діяльності, запобігати втомі.

Вироблення динамічних стереотипів у корі головного мозку прискорює надбані реакції, звільняє кору для нових індивідуальних пристосувань і створює можливість для розвитку в корі паралельних процесів.

Внаслідок автоматичності в корі великих півкуль головного мозку утворюються умови, за яких одночасно з автоматичним актом може здійснюватися ще й інша, аналітико-синтетична діяльність.

Автоматизація набутих реакцій заощаджує роботу кори головного мозку як цілого й дає змогу переміщувати фокус її активності на актуальні процеси.

Усі вміння та навички, наявні в людини, – це її позитивне надбання. Тому вправних людей так цінують. Чим краще людина опановує вміння та навички в якійсь галузі діяльності, тим більшим майстром своєї справи вона є.

Особливо велике значення мають уміння та навички в творчій діяльності людини. Наявність умінь і навичок є необхідною умовою свідомої творчої діяльності людини. Вони є частиною творчої діяльності, використовуються під час її виконання і таким чином вдосконалюються.

Уміння та навички сприяють розгортанню творчої діяльності людини і, отже, стають одним із найважливіших чинників її загального розумового розвитку. Якби людина не мала можливості набувати навички, вона не могла б просунутися на жодний щабель розвитку, на її шляху невпинно виникали б незліченні труднощі.

Перенесення та інтерференція дій

Навички, яких людина набуває, певною мірою спираються на раніше набуті навички. Це означає, що новоутворювані динамічні стереотипи накладаються в корі великих півкуль головного мозку на раніше утворені стереотипи, що не тільки співіснують з ними, а й взаємодіють. Раніше утворені навички можуть сприяти створенню нових навичок або ж гальмувати, затримувати цей процес.

У багатьох випадках раніше утворені навички сприяють опануванню нових навичок, полегшуючи цей процес.

Так, навички ліпити та малювати допомагають дитині опанувати навичку писати. Навичка гри на одному інструменті полегшує опанування техніки гри на інших музичних інструментах. Тому, хто грає на піаніно, легше навчитися друкувати на машинці. Такий позитивний вплив раніше утворених навичок на процес формування нових навичок називається перенесенням.

Явище перенесення зумовлюється наявністю схожих і тотожних рис у старій та новій навичках, спільних прийомів виконання відповідних дій. Елементи старої навички включаються при цьому до структури новоутворюваної навички і тим полегшують процес оволодіння нею.

Отже, тут має місце застосування раніше вироблених тимчасових нервових зв'язків, певних їх груп до нових випадків, у нових ситуаціях, їх узагальнення.

Перенесення виявляється також у тому, що, навчившись виконувати певну дію одним органом (наприклад, писати правою рукою), людина може без спеціальної вправи виконати цю дію (щоправда, менш досконало) й іншим органом, наприклад лівою рукою або ногою.

Раніше утворені навички іноді справляють негативний, гальмівний вплив на утворення нових навичок, що виявляється в зниженні продуктивності дій, виникненні помилок тощо.

Таке явище називається **інтерференцією** навичок. В інтерференції виявляється суперництво, що буває між деякими старими та утвореними новими стереотипами.

Інтерференція трапляється в тих випадках, коли на один подразник виробляється дві або кілька різних реакцій. Так, при вивченні іноземної мови трапляються помилки у вимові літер, однакових за своєю графемою з літерами рідної мови, але різних за вимовою (“с”, “х”, “р”, “у” та ін.).

Аналогічне трапляється під час користування шифрувальним кодом, в якому замінено значення умовних знаків. В одному експерименті досліджувані завчили один код, в якому кожна літера позначала певну цифру (наприклад “К-5”, “С-2” тощо). Коли вони впоралися з цією роботою, їм запропонували завчити інший код, в якому ті самі літери означали вже інші цифри (наприклад “К-3”, “С-8” тощо).

Виявилось, що для оволодіння другим кодом їм треба було виконати значно більше вправ, ніж для оволодіння першим. Інтерференція тут пояснюється недостатнім гальмуванням звичних дій, вироблених раніше.

Інтерференція виявляється тоді, коли раніше вироблені прийоми дії застосовуються в новій ситуації без урахування її відмінностей від попередньої. Так буває, наприклад, коли оператор переходить на роботу з приладу старої конструкції на прилад нової конструкції, в роботі з яким змінено послідовність операцій.

Загалом інтерференція виникає, як бачимо, за певних умов. Знаючи ці умови і передбачаючи їх дію в тій чи іншій конкретній ситуації, можна запобігти інтерференції навичок і тим полегшити оволодіння новими навичками.

Вироблені в людини навички перебувають на належному рівні досконалості, якщо вони використовуються.

Коли ж навички в процесі певного часу не застосовуються, вони послаблюються. Системи тимчасових нервових зв'язків, що є їх фізіологічним підґрунтям, починають гальмуватися. Виконання відповідних дій уповільнюється, знижується їх якість.

Так, велика перерва в керуванні автомашиною, у виробничій, музичній, спортивній діяльності призводить до зниження досконалості, погіршення якості виконання відповідних дій. Тому спеціалістам у будь-якій галузі діяльності доводиться постійно тренуватися, щоб підтримувати свої навички на належному рівні досконалості.

Навички тим швидше послаблюються, чим менше вони сформовані, закріплені. А послаблення їх виявляється в деавтоматизації виконуваних дій.

Сильне хвилювання та втома людини нерідко спричиняють порушення її звичайних дій. У такому разі потрібно мати значне самовладання, щоб виконувати дію у звичному темпі і не припускатися помилок. Порушення звичних дій трапляється і тоді, коли людині доводиться діяти в нових для неї умовах, які зумовлюють її невпевненість у своїх силах.

Це свідчить про те, що вироблені системи умовних рефлексів зберігають характер коркового автоматизму лише доти, поки існує певна постійність зовнішніх і внутрішніх умов його вироблення, тобто поки перебувають в єдності зовнішній та внутрішній стереотипи.

Порушення, розлади навичок спричинені патологічними змінами роботи мозку. При патологічних змінах звичайно руйнуються спочатку складніші і пізніше утворені, а потім – простіші і раніше утворені навички.

Види діяльності

Людська діяльність різноманітна й багатогранна. Залежно від мети, змісту та форм розрізняють три головних різновиди діяльності: гру, учіння та працю. Людині, незалежно від віку, властиві всі три різновиди діяльності, а в різні періоди життя вони виявляються по-різному за своєю метою, змістом, формою та значенням.

У дошкільному віці провідним різновидом діяльності є гра, в шкільному – навчання, а в зрілому віці головною діяльністю людини виступає праця.

Гра та учіння властиві і людям, і тваринам. Але у тварин ці різновиди діяльності ґрунтуються на інстинктах, а в людини вони зумовлені соціальними умовами життя, якісно відмінні, набагато складніші та багатші за своїм змістом і формою.

Праця за своєю природою та змістом – суспільно-історична категорія. У процесі праці виникла й розвинулася людина як свідомо соціальна істота. Характерною особливістю всіх різновидів людської діяльності є те, що вони найчастіше пов'язані з мовленнєвою діяльністю. Мовленнєва діяльність сприяє розвитку змісту та форм усіх різновидів діяльності, їх цілеспрямованості та мотивації.

Ігрова діяльність. Будучи головною формою вияву активності дитини дошкільного віку, вона є водночас головним засобом пізнання зовнішнього світу, відображення його у формі відчуттів, сприймання, уявлень та ін. Але вона відрізняється від навчання та праці.

Гра – нібито непродуктивна діяльність. У грі дитина захоплюється здебільшого процесом гри, який поглинає повністю, викликає задоволення. Як тільки інтерес до гри зникає, дитина припиняє гратися.

В іграх маленьких дітей цілі не бувають стійкими. Це виявляється в тому, що маленькі діти втрачають мету гри й легко переключаються з однієї гри на другу. Але в процесі розвитку та виховання цілеспрямованість ігрової діяльності дітей зростає, цілі ігор набувають стійкішого характеру.

Гра – школа думки, почуттів і волі. В іграх не тільки виявляються, а й формуються всі психічні процеси та властивості дітей, їх спостережливість, уважність, вдумливість, наполегливість, сміливість, рішучість, уміння, навички, здібності.

В ігровій діяльності відбувається не лише психічний, а й фізичний розвиток дітей, розвиваються фізична сила, спритність, швидкість і точність рухів. В іграх формуються всі якості особистості дитини, зокрема такі моральні якості, як колективізм, дружба, товаришування, правдивість, чесність тощо. Тому ігри дошкільнят – важлива умова їх підготовки до школи, дошкільного навчання.

У шкільному віці гра має складніший і цілеспрямованіший характер. У школярів переважають дидактичні ігри, в яких яскраво постає їх мета: успішно провести гру, перемогти свого партнера, розвинути в собі відповідні фізичні та розумові якості.

У підлітковому та юнацькому віці можуть виникнути шкідливі звички, наприклад, до азартних ігор. Залучення дітей до занять спортом, до цікавих справ стане важливим засобом попередження захоплення шкідливими іграми.

Навчальна діяльність. Навчання – це головний різновид діяльності дітей шкільного віку. Воно являє собою активну, свідому й цілеспрямовану діяльність, яка полягає в опановуванні знань, яких набуло людство, з метою підготовки дітей до майбутньої самостійної трудової діяльності.

Навчання не обмежується шкільним віком. Людина навчається все життя. До цього її спонукають розвиток науки і техніки, суспіль-

ного життя. Науково-технічний і соціальний прогрес потребує значного поповнення та перебудови систем загальноосвітніх і спеціальних професійних знань, здобутих у середній школі та професійно-технічних навчальних закладах.

У процесі навчання його цілі поступово ускладнюються, але разом з тим вони й диференціюються.

Поряд із загальноосвітніми завданнями з'являються практичні – підготовка дітей до життя, опанування практичних знань, умінь і навичок. На ґрунті загальноосвітніх знань здійснюються політехнічне навчання та професійна освіта. Загальна освіта (знання мови, математики, фізики, хімії, біології, історії) стає дедалі потрібнішою для професійної освіти, для підготовки творчих спеціалістів.

Успіх навчання дітей у школі значною мірою залежить від усвідомлення мети навчання і тих мотивів, якими вони керуються. У навчанні помітно виявляється соціальна та пізнавальна мотивація.

Соціальна мотивація виявляється в усвідомленні значення та необхідності знань для життя та праці, пізнавальна мотивація – у ставленні до змісту знань, в інтересі до них. Мотиви навчання тісно пов'язані з працею.

Трудова діяльність, праця потребує знань, вона формує загальні та спеціальні здібності людини. Суспільна мотивація навчання найбільше сприяє глибокому опануванню знань.

Важливою умовою успішного опанування знань є готовність і рівень підготовленості людини до навчання. Готовність учня до навчання полягає в його психологічній готовності до навчання, в бажанні та вмінні навчатися, в наявності у нього необхідного для цього розвитку.

Уміння навчатися виявляється в тому, що учень розуміє пояснення вчителя й керується ними, виконуючи завдання, самостійно виконує їх, контролює себе відповідно до вказівок учителя та правил, а не орієнтується на те, як виконав завдання товариш.

Учні, які виявляють самостійність у навчанні, краще опановують знання й успішніше розвиваються.

Підготовленість учня до навчання виявляється в конкретних знаннях, уміннях і навичках, потрібних для опанування навчального матеріалу. Тому важливо готувати дітей старшого дошкільного віку до навчання в школі не тільки психологічно, а й з конкретних різновидів знань: лічби, мови, уявлень про природу та суспільство.

Навчання в школі вимагає від учня організованості і дисципліни, щоденної систематичної роботи. Цим навчальна діяльність школяра відрізняється від ігрової діяльності дошкільняти й наближається до трудової діяльності.

Опанування знань залежить від активності учня в навчанні. Навчання взаємопов'язане з розвитком особистості.

Навчаючись, людина розвивається, а розвиваючись – здобуває нові можливості навчання: розуміти і засвоювати складніші знання. Успішніше розвивається дитина тоді, коли у процесі навчання активізується навчальна самостійність дитини, коли вона стає суб'єктом, а не лише об'єктом навчання, тобто вміє усвідомлювати і самостійно формулювати навчальні завдання і намагається успішно виконувати їх.

У розвитку особистості особливо важливу роль відіграє активізація діяльності мислення, а не тільки уваги, сприймання, пам'яті, уяви. Як показали дослідження проблем навчання, евристична та програмувана побудова процесу навчання, коментування змісту навчальних завдань, розв'язування навчальних завдань з кожного предмета, докази сприяють подоланню конкретності розумової діяльності та успішному розумовому розвитку.

Праця – свідомо діяльність людини, спрямована на створення матеріальних і духовних благ. Вона є необхідною умовою існування та розвитку людини.

Людина, приводячи в рух наявні у неї природні органи і сили, виготовляє знаряддя праці і за їх допомогою перетворює матеріал природи, надає йому форму, придатну для її власного життя, для задоволення її різноманітних потреб.

Від покоління до покоління праця ставала дедалі різноманітнішою, досконалішою, різнобічнішою. До полювання та скотарства додалося землеробство, потім прядіння, ткацтво, обробка металів, гончарство, судноплавство.

Праця – це єдність фізичного та психічного. У процесі праці активізуються й виявляються різноманітні фізичні та психічні властивості людини. Залежно від змісту праці психічні її компоненти набувають своїх особливостей. Діяльність слюсаря, тракториста, вчителя або композитора потребує своїх специфічних психічних якостей. Але є психічні якості особистості, спільні для всіх різновидів трудової

діяльності, хоча вони й виявляються в кожному її різновиді по-різному.

Перша й необхідна умова будь-якої праці – наявність мети створити певний продукт. Характерною рисою праці є те, що людина передбачає її результати, уявляє собі необхідний для цього матеріал, окреслює способи та послідовність своїх дій. Цим її трудові дії відрізняються від інстинктивних дій тварин. Перш ніж щось будувати, вона подумки уявляє те, що робитиме. Наприкінці процесу праці отримуємо результат, який ще до його початку існував в уявленні людини. Чим складніше трудове завдання, тим вищі вимоги ставляться до його виконання, до психіки людини.

Праця вимагає відповідної підготовки. Знання, вміння та навички працювати набуваються протягом навчання та попередньої праці. Складніші різновиди праці потребують тривалого навчання. Щоб опанувати спеціальності лікаря, педагога, інженера, потрібно після закінчення середньої школи навчатись у вищій школі. Багато часу потрібно також для опанування виробничих спеціальностей високої кваліфікації.

Праця людини виявляє її уважність, спостережливість, уяву та мислення. Особливо важливі ці якості тоді, коли людина стикається з новим для неї завданням, коли вона шукає нових, досконаліших способів його виконання.

Праця потребує напруження фізичних і розумових сил, подолання труднощів, самовладання та інших вольових якостей. Цілеспрямована воля потрібна як у фізичній, так і в розумовій праці в процесі усього часу її виконання. Особливо вона потрібна тоді, коли праця не захоплює своїм змістом або способами, якими вона здійснюється.

Праця є джерелом різноманітних емоцій людини. У процесі праці людина переживає свої успіхи та невдачі. За умови позитивного ставлення до праці ці переживання спонукають її до ще більшого напруження.

Успіх праці людини залежить від чіткості мети, яку людина має, від зрілості мотивів, що спонукають її працювати, та пов'язаного з ними ставлення людини до своїх трудових обов'язків, від відповідності її здібностей, загальної та спеціальної підготовки вимогам праці. Дуже важливу роль у праці мають такі індивідуально-психологічні якості людини, як її акуратність і дисциплінованість.

У процесі суспільно-історичного розвитку людського суспільства виникла величезна кількість різних видів праці.

Усю різноманітність видів людської праці поділяють на працю фізичну і працю розумову.

До фізичної праці належать різні види виробничої, технічної діяльності. Предметом її є матеріал, який дає природа і який обробляють за допомогою різноманітних знарядь. Фізична праця потребує певного докладання фізичних сил людини, напруження її м'язової системи. Результат її – матеріальні продукти, потрібні для задоволення потреб людини. Результат розумової праці – образи, думки, ідеї, проекти, знання, втілені в матеріальні форми (літературні та музичні твори, малюнки, різьблення та ін.).

Поділ праці на фізичну та розумову виник у процесі історичного розвитку суспільного життя людей. Фізична і розумова праця включає багато різноманітних професій та спеціальностей. Кількість їх постійно збільшується в ході розвитку економічного та культурного життя суспільства.

Психологічний опис і аналіз професій (професіографія) та умов праці дає можливість виявити вимоги деяких професій і спеціальностей до особистості працівника, розкрити особливості та структуру професійних здібностей і психологічні передумови раціоналізації праці.

Вивчення професій та умов праці має важливе значення для професійної орієнтації молоді, навчання й виховання кадрів спеціалістів, для раціональної організації праці, завданням якої є підвищення працездатності, продуктивності праці, зменшення втомленості працівників, усунення причин виробничого травматизму та браку продукції.

Важливе місце серед різних видів розумової діяльності посідає праця викладача. Вона складна й багатогранна. Специфічні її особливості зумовлені передусім її завданням та об'єктом. Завдання праці вчителя полягає в тому, щоб озброїти людину міцними та глибокими знаннями основ наук, всебічно розвинути її здібності.

Звідси випливають і ті вимоги, які ставить педагогічна діяльність до її виконавця. Учителю потрібно передусім самому ґрунтовно опанувати ті знання та вміння, які він має передати своїм учням, постійно збагачуючи і поповнюючи свої знання. Він повинен знати своїх учнів, вікові та індивідуальні особливості їх розвитку, повинен уміти

передавати учням наявні в нього знання, відповідно організовувати їх пізнавальну і трудову діяльність.

Особливо велике значення мають такі якості особистості вчителя, як впливовість і контактність, освіченість, культура мовлення, переконаність, принциповість та інші позитивні риси його характеру, любов до свого фаху, любов до дітей, вимогливість і чуйне ставлення до них, педагогічний такт. Вони ґрунтуються на правильному психологічному розумінні конкретної ситуації, в якій йому доводиться діяти, ініціативі в опрацюванні нових прийомів навчально-виховної роботи, невпинному прагненні до вдосконалення своєї педагогічної майстерності.

Творчість

Будь-яка праця, фізична і розумова, може за певних суспільних умов ставати творчою діяльністю.

У різних видах праці творчість має свої особливості, зумовлені змістом і характером діяльності, її обставинами та індивідуальними рисами працівника. Разом з тим усі види творчої діяльності мають і спільні риси.

Творча діяльність зумовлюється потребами суспільства. Усвідомлення цих потреб є джерелом різних задумів, ідей, проектів.

Починається творча діяльність з виникнення певного задуму, а саме: змінити методи, прийоми роботи в тій чи іншій галузі, створити нове знаряддя, сконструювати нову машину, здійснити певний науковий експеримент, написати якийсь художній твір, створити музичну п'єсу, намалювати картину тощо.

Для здійснення творчого задуму потрібна попередня підготовча робота, яка полягає в обмірковуванні його змісту, з'ясуванні деталей, шляхів реалізації та збиранні потрібних матеріалів. Така підготовча робота характерна для творчості конструктора-винахідника, вченого, письменника, митця. Вона часто буває довготривалою. Відомо, що Ч. Дарвін понад 30 років збирав наукові матеріали для написання своєї праці "Походження видів".

Після підготовчої роботи відбувається сама реалізація творчого задуму, яка теж може тривати протягом різного часу залежно від змісту завдання, рівня його складності, підготовки особистості та умов творчої праці.

Здійснення творчого задуму являє собою велику й напружену працю, яка потребує участі та піднесення всіх сил людини. Вона вимагає максимальної зосередженості свідомості людини на предметі творчості. Ця зосередженість буває настільки значною, що працівник, захоплений своїм завданням, не помічає, що діється навколо нього. Вона потребує докладання пізнавальних і вольових зусиль людини. “Я зрозумів, – писав К. Станіславський про творчу роботу артиста, – що творчість – це насамперед повна зосередженість всієї духовної і фізичної природи”, що “вона охоплює не тільки зір і слух і всі п’ять чуттів людини”, вона охоплює “розум і почуття, волю і пам’ять, уяву”.

Систематична, наполеглива і напружена праця є головною умовою успіху в творчості. За цієї умови частіше виникають ті миті творчого піднесення, які називають натхненням і за яких особливо успішно з’являються нові способи розв’язання завдань, з’являються нові і продуктивні ідеї, створюються центральні образи художніх творів тощо.

Натхнення характеризується напруженням усіх сил працівника, яке виявляється в емоційному захопленні предметом творчості та продуктивному оперуванні ним. Воно виникає під час самої роботи як певний її наслідок, а не перед нею. Звідси випливає, що для успішного досягнення мети треба систематично і регулярно працювати, а не чекати натхнення. “Натхнення – це такий гість, який не любить відвідувати лінькуватих” (П. І. Чайковський). Воно виникає після наполегливої роботи.

На творчу діяльність впливає почуття новизни справи, потреба в ній сучасників. У зв’язку з цим відбуваються мобілізація духовних сил і неусвідомлена, інтуїтивна поява нових образів, способів дій у ході розв’язання проблеми.

Успіх творчої праці залежить від того, якою мірою опанувала людина прийоми, техніку роботи, як вона ставиться до її результатів. Творчим працівникам властиве критичне, вимогливе ставлення до своїх творів.

Воно, зокрема, характерне для видатних поетів, письменників. Бальзак по дванадцять і більше разів переробляв свої твори, часто до невпізнанності змінював їх у коректурі. Аналогічне можна сказати про інженерів, наукових працівників.

Чим більше людина захоплюється самою працею, тим легше вона долає труднощі, з якими стикається, тим більше успіхів вона досягає в ній і тим більше задоволення дістає.

Творчий підхід до справи є необхідною умовою продуктивної діяльності, соціального і науково-технічного прогресу суспільства.

Формалізована структура змісту теми

Психологічна функція діяльності: специфічно людська форма активності, спрямована на задоволення її різноманітних потреб.

Характеристика діяльності: регульованість свідомою метою, суспільна природа, спрямованість на перетворення життєвого середовища.



Запитання для самостійної роботи

1. Чим зумовлена активність біологічних індивідів?
2. Що характеризує поведінку тварин як специфічну форму активності?
3. Що характеризує діяльність як специфічну форму людської активності?
4. У чому полягає докорінна відмінність між поведінкою тварин і діяльністю людини?
5. Якими є головні компоненти діяльності?
6. Як забезпечується контроль за процесом виконання діяльності?
7. У чому полягає механізм зворотної аферентації при виконанні дії?
8. У чому полягає суть процесу екстеріоризації дії?

9. У чому полягає суть процесу інтеріоризації дії?
10. Якою є послідовність етапів формування навички?
11. Що є показником досконалості навички?
12. Якими є характерні ознаки гри як різновиду діяльності?
13. Якими є характерні ознаки навчання як різновиду діяльності?
14. Якими є характерні ознаки праці як різновиду діяльності?
15. Що за своєю сутністю означає для людини процес оволодіння діяльністю?

Альтернативно-тестові завдання для самоконтролю

1. Чи можна стверджувати, що різні види діяльності – це продукти суспільного буття людей?
2. Чи можлива діяльність без чіткого уявлення про її мету?
3. Чи завжди людська діяльність опосередковується суспільним досвідом?
4. Чи відповідає наведена послідовність компонентів діяльності реальній логіці її розгортання: актуалізація потреби, усвідомлення мети, формування програми дій, визначення способу дій, реальне виконання дій, коригування дій, результат?
5. Чи правильно вказана послідовність формування навички: демонстрація дії та пояснення її елементів, спроби виконання дії, багаторазове повторення дії – вправляння, коригування дії, автоматизація дії?
6. Чи можна стверджувати, що фізіологічний механізм явищ перенесення та інтерференції пов'язаний із стереотипізацією діяльності?
7. Чи завжди соціальний досвід є необхідною умовою виконання діяльності?
8. Чи можна стверджувати, що принципова відмінність між різними видами діяльності полягає в характері її результатів?

Завдання та проблемні ситуації

1. У наведених нижче прикладах визначте, що належить до руху, а що – до дії:
 - а) щоб зупинити машину, водій збавляє газ, відключає зчеплення і натискає на гальма;

б) щоб зменшити швидкість, водій так само зменшує газ і натискає на педаль зчеплення.

2. В яких прикладах ідеться про вміння, навички, звички:

а) недосвідчений кранівник послідовно переміщує вантаж, працюючи по черзі кожним важелем. Вантаж рухається ніби стрибками і по ламаній лінії, зупиняючись і змінюючи напрямок руху;

б) людина, що опанувала грамоту, швидко, не втрачаючи часу на визначення типу речення, безпомилково ставить розділові знаки;

в) переходячи дорогу із світлофором, людина кидає погляд на нього навіть тоді, коли рух транспорту відсутній.

3. Який зв'язок психіки та діяльності виявляється в описаній нижче ситуації?

Вивчення людей похилого віку та довгожителів показує, що активний зв'язок з навколишнім життям, посильна праця сприяють збереженню життєвого тону особистості упродовж багатьох років. Якщо людина з тих чи інших причин припиняє професійну і громадську діяльність, звільняється від будь-яких обов'язків і виконання пов'язаних із цим функцій, то це призводить до занепаду сил, прискорює старіння і спричинює глибинні зміни в структурі особистості.

4. Які об'єктивні та суб'єктивні чинники сприяють продуктивності формування навичок?

5. У чому виявляються і чим характеризуються втома та перевтома? Як їм можна запобігти або зменшити їх?

Література

1. *Загальна психологія* / За ред. С. Д. Максименка. – К.: Форум, 2000.

2. *Корольчук М. С.* Психофізіологія діяльності. – К.: Ельга Ніка-центр, 2003.

3. *Максименко С. Д.* Розвиток психіки в онтогенезі: [У 2-х т.] Т.1. Теоретико-методологічні проблеми генетичної психології. – К.: Форум, 2002.

4. *Максименко С. Д.* Розвиток психіки в онтогенезі: У [2-х т.] Т. 2. Моделювання психологічних новоутворень. -К.: Форум, 2002.

5. *Основи загальної психології* / За ред. С. Д. Максименка. – К.: НППЦ “Перспектива”, 1998.

6. *Психологія* / За ред. Г. С. Костюка. – К.: Рад. школа, 1968.
7. *Машбиц Е. И.* Психологические основы управления учебной деятельностью. – К.: Вища школа, 1997.
8. *Моляко В. А.* Психология конструкторской деятельности. – М.: Машиностроение, 1983.
9. *Москвичов С. Г.* Мотивация, деятельность и управление. – Киев- Сан-Франциско, 2003.
10. *Общая психология* / Под ред. С. Д. Максименко. – М.: Рефл-бук; – К.: Баклер, 1999.
11. *Швалб Ю. М.* Психологические модели целеполагания. – К.: Стилос, 1997.

20. Психомоторика

Ключові поняття:

ідеомоторика, сенсорика, функції дії, регуляція рухів, регуляція дій, регуляція вчинку, сенсорні корекції, спритність, функціональні органи, почування, образ, думка, символ

Поняття про психомоторику

Виникає запитання: який людський орган обслуговує механізми емоцій, почуттів, думок, образів, рухів, пам'яті? їх обслуговує психомоторика. Психомоторика – механізм, система, функція, які, зливаючись у цілісність, утворюють *функціональний орган*.

Психомоторика – дійовий орган людини. Це орган людини, а не тіла.

Протягом майже всієї історії діяльності людей психомоторика і її функції були і залишаються нині здебільшого засобом створення другої природи людини – культури. У тому числі і таких предметів, які є носіями духовних надбань людства, – живописних полотен, скульптур, архітектури, техніки, технологій тощо.

Лише в дії індивідуальність людини стає дійсною. Те, що людина зробила, створила, вчинила, є її характерною ознакою – її мірою.

Ідея про універсальність структурно-анатомічних функцій людського тіла переконливо доведена Р. Декартом: душа і тіло людини – дві особливі субстанції – дві незмінні основи людини.

Що ж ми маємо? 1. Безтілесну душу. Тіло – місце, де перебуває душа. 2. Бездушне тіло: що душа накаже, те тіло й робить; вони різні і навіть до акту “з'єднання” існують окремо одне від одного.

З того часу парадигма Р. Декарта оволоділа умами не лише філософів, а й психологів майже всіх напрямів. Ось що значить сила авторитету. Цьому повірили всі, крім Б. Спінози.

На відміну від Р. Декарта, захопленого методом аналізу, Б. Спіноза підійшов до цієї проблеми з другого боку – користувався принципом цілісності і всюди відшукував її знаки – гармонію. Аналіз без синтезу властивостей у цілісність він не визнавав. Тіло без душі – це мертв'як.

Жива людина – не просто одухотворене тіло, вона – вершина розвитку природи. Через людину природа не тільки мислить сама себе.

Найголовніше: людина – це інструмент, яким природа перетворює себе у досконаліші форми, гармонізує себе.

Звідси випливає: *мислення* як властивість душі і *живий рух* як властивість тіла – це не дві різні субстанції (за Р. Декартом), а два атрибути, тобто дві властивості притаманних людині душі і мислячого тіла. Отже, у будь-якому живому русі з одного боку – мислення і з другого – рух людини злиті в одну неподільну єдність.

Майже через два з половиною століття І. М. Сеченов назвав цю цілісність душі і тіла психомоторикою. Він зазначив, що життєвими потребами (дискомфортом) зумовлюється виникнення бажань – думки, яка і викликає рух. І підкреслив: *бажання* буде тоді *мотивом* – дієвою думкою, або метою, а *рух* – *дією*, або *засобом досягнення мети*, коли людина здійснює довільний рух.

Живий, доцільний рух відбувається слідом за бажанням разом з відомостями про уявні наслідки цього руху. Без бажання або імпульсу – думки – рух був би взагалі безглуздим. І. М. Сеченов висловив гіпотезу, яка тепер підтверджена експериментально і покладена в основу теорії психічної регуляції рухів: у рухах дітей коріняться елементи думки.

Відмітною особливістю людських рухів і дій, як ми вже знаємо, є їх свідомий і цілеспрямований характер. *Діючи, людина пізнає світ, а пізнаючи його – теж діє.*

Багато елементарних форм рухів рук, ніг, голови і тулуба, а також комбінованих систем рухових дій людина заучує в дитинстві.

Історично склалося так, що рухи, рухові дії, психомоторна творчість людини і її механізми – психомоторика – випали з поля зору психології. Для багатьох було цілком зрозумілим: рухи – суто механічне явище, і вони перебувають за рубежами психології, обмеженої внутрішнім світом суб'єктивних фактів.

Єдність думки і руху

Враження, що психомоторика = думка + рух, помилкове. Бо все починається з рухів. Тому що живий рух – головний регулятор нашої **енергетики**. Позбавити людину рухової активності – значить провокувати виникнення у неї феномена “сплутаної енергії”; простіше кажучи, приректи її на загибель.

Будова мислячого тіла людини – *унікальна*. Психомоторика не має в собі бар'єрів, що відокремлюють людину від світу речей, а навпаки – її універсальність дає змогу зрозуміти мислення як:

- 1) функцію зовнішньої, предметної дії;
- 2) спосіб дії мислячого тіла;
- 3) бездіяльне живе тіло вже не є мислячим, воно тоді просто звичайне “тіло”.

Отже, психомоторні процеси об'єднують в єдину і неподільну цілісність три компоненти: 1) мисляче тіло, 2) предмет, 3) психомоторні процеси, що забезпечують можливість обміну енергією і інформацією між мислячим тілом і предметом.

Людина, виконуючи дії над предметом, одухотворяє його, наділяє його своїми властивостями – *втілює* в нього стан власної душі – *олюднює предмет*. Але предмет виявляє і зворотну дію на людину.

Предмет стає активним і збуджує в людині дивне явище: *сприяє відкриттю в собі здатності до дій, пізнанню себе самої*.

У кожному предметі міститься майже нескінченна кількість якостей. Це – істина. Людина, діючи з предметом, відкриває його властивості. А відкриваючи для себе ці властивості, перетворює свої задатки на *дійові стани – здатності – на умови кращих наступних дій*.

У процесі дії людина створює здатності не тільки знати властивості предметного світу, а й – і це найголовніше – використовувати їх силу в перетворенні того самого предмета чи речовини в нові форми, щоб задовольняти суто людські потреби. Дією вона втілює свої здатності у предмети, щоб вони набули цінності, виробляє блага. Це два – прямий і зворотний – процеси психомоторики.

Думка із живих рухів: а) **виростає**, б) **розвивається**, в) у процесі руху думка **матеріалізується** в предметах, процесах, явищах, г) **набуває** в цьому самому процесі **досконалості** і, нарешті, д) **стає міркою** в створенні предметів і явищ – **мірою людини**.

Головна ж властивість живого руху полягає в тому, що в процесі його виконання людина не просто рухається, виконує дії, вона:

- 1) оволодіває простором дії;
- 2) підкоряє собі час;
- 3) свідомо долає зовнішні і внутрішні сили, що чинять опір.

Фізичне тіло рухається відповідно до законів механіки. *Живим рухом людина розв'язує задачі або проблеми*. Розв'язанням задачі живий рух істотно відрізняється, з одного боку, від суто *механічного*

руху, а з другого – від простої *реакції* (дія – завжди акція, спрямована на майбутній продукт або подразник).

Судіть самі. Аби побудувати правильні рухи, треба:

- 1) підкорити своїй волі найскладнішу біомеханіку власного тіла;
- 2) зробити своє тіло слухняним;
- 3) відповідними рухами вести своє тіло до мети.

Складністю своїх рухових задач, майстерним виконанням рухових дій вражають нас юнаки і дівчата в балеті, цирку, спорті. Особливо на стадіонах і в спортивних залах, коли вони в змаганнях встановлюють світові рекорди, не передбачені навіть найсміливішими прогнозами.

Отже, чим більше спритних психомоторних дій може виконувати людина, тим досконалішим є її мислення, тіш більше відповідних предметів, явищ, думок, почуттів і образів міститься в душі людини.

Але ж іще півтори сотні років тому І. М. Сеченов довів: психомоторика є неподільний зв'язок рухів душевних і тілесних (прямих і зворотних). Йому б зробити ще один крок уперед і сказати: психомоторика – це орган людини, і величезна кількість проблем з'ясувалась би, багато що стало б на свої місця.

У чому відмінність психомоторики – органа людини – від інших органів тіла?

Універсальність психомоторики

Психомоторика працює поза тілом. З природою і ноосферою. У неї три основні функції:

1) інструмента для “зовнішніх робіт”, завдяки якому а) *людина-виконавець* ліпить раковину (як ластівка ліпить гніздо з власної жуйки); б) *людина-ерудит* насолоджується збиранням гармонійно побудованих предметів і явищ; в) *творець*, долаючи дискомфорт, робить відкриття, винаходи, створює художні образи того, чого ще не було;

2) інструмента для створення інформації (сировину для інформації людина бере поза тілом, а переробляє її механізмами душі: *виконавець* на почуття відгукується стереотипом, *ерудит-споживач* – об'єднанням-почуттям, *творець* почуття перетворює в думку);

3) інструмента для гармонізації самої себе (людина наближається до власної гармонії: *виконавець* – до спокійної, нечутливої совісті;

ерудит – до енциклопедичної пам'яті, коли дістає задоволення вже не від самої гармонії, а від впізнавання її: “так, бачили-чули, читали, їли, мали... – ми і це!..”; *творець* відчуває свою спорідненість з будь-яким проявом природи і творить, як сама природа).

Психомоторика – орган людини, його механізм дій і мистецтво їх регуляції. Психомоторика здійснює психічну регуляцію живих рухів, дій і вчинків, вона – дзеркало мислення, почуттів і уяви.

Отже, якщо психомоторика дисгармонійна, недосконала або розхитана, якість роботи механізму творчості низька, то людина стає в діяльності *аварійною*.

Психомоторика працює, коли виникає взаємодія в системі “мисляче тіло – предмет”. Мисляче тіло людини здатне до нескінченної кількості дій, що ніяк не можна передбачати заздалегідь, і в тому числі – тілесно запрограмованих інстинктів.

Що це означає?

Психомоторика – робочий орган, єдність рухів з образом, думкою, почуттями – еталонами, мірками, відповідно до яких регулюються рухи. Точність мислення, глибина почуттів і дійсність уяви – точність рухів.

На відміну від технічних вимірювальних еталонів людина створює сенсорні, перцептивні, мнемічні – почуттєві еталони, а *метрика* технічних і живих еталонів однакова. Досить людині надати своєму чуттєвому змісту *міру і число*, і тоді вона, вимірюючи рухи, може набагато підвищити їх точність.

Основними проявами психомоторики є такі класи рухів і дій:

– *рухи*, які забезпечують підтримку й зміни положення тіла людини в просторі;

– *стани і пози нашого тіла* – це граціозність фігури, постава, апломб і стійкість додержання вертикальної лінії (від голови до п'ят), і навпаки – кривляка, позер, удавальник тощо;

– *локомоції* – рухи, пов'язані з переміщенням людиною власного тіла: їх особливості виявляються в ходінні, бігу, стрибках, плаванні тощо; сюди входять і балістичні рухи: ловлення і схоплювання предмета, який летить або переміщується, силові і ударні рухи, метання предметів з установкою на влучність, дальність тощо;

– *виразні рухи обличчя*, всього тіла (міміка і пантоміміка) – безпосередні прояви емоцій і почуттів, семантичні рухи – носії смислу,

знаків, значення, які людина передає іншим людям, наприклад хореографічні рухи, рухи, які імітують дії з відсутніми предметами;

– *робочі рухи і дії*, які є засобами трудової діяльності і становлять основу професійної майстерності, забезпечують ефективність праці, економію витрат сили і сприяють досконалій реалізації задумів людини. Кількість цих рухів і дій майже безмежна: і тих, що вже відомі й засвоєні, і тих, які ще будуть знайдені.

Ось чому психомоторика людини універсальна – всеосяжна і різнобічна. З її допомогою людина спроможна розв'язувати різноманітні життєво важливі задачі. Бо дійсне буття людини – це її *дія, діяльність*, а не рабська залежність від обставин.

Щоб краще зрозуміти універсальність живого руху, порівняємо функціонування психомоторики і машини – неживого тіла.

Механізми психомоторики щоразу *будуються під час рухової дії*. Механізми машини *незмінні і запрограмовані* на певні, раз і назавжди визначені траєкторії руху деталей. Живий рух здатний на стільки форм траєкторій у просторі, скільки існує в природі форм предметів, з якими людина має можливість взаємодіяти.

Форма руху машини заздалегідь визначена конструкцією її будови, структурно і функціонально, вона *діє за схемою своєї будови* і тільки так, а не по-іншому. Живий рух, навпаки, *визначається формою того предмета, з яким взаємодіє людина*.

Завдяки універсальності функцій мисляче тіло активно будує траєкторію свого руху відповідно до форми оточуючих тіл із складними конфігураціями і просторовими координатами. Якщо психомоторика стикається з перешкодою, яку не може подолати, то людина зупиняється для роздуму, тобто перебудови схеми дії.

У ситуації зіткнення фізичне тіло руйнує себе або перешкоду. Можливість узгоджувати форму руху мислячого тіла, тобто рухової дії, з формою іншого предмета свідчить про те, що **структурно-анатомічна будова психомоторики не запрограмована до якогось одного або кількох способів дій**, і саме тому людина здатна до будь-якої за складністю рухової дії.

Ідея про універсальність структурно-анатомічних функцій людського тіла була висловлена ще Аристотелем. Його висновок: *рука людини – інструмент для багатьох інструментів*.

А Б. Спіноза довів, що спосіб дії мислячого тіла визначається не ним самим, самовільно, а воно активно будує свій рух, дію відповідно до форми (образу, ідеї, схеми) будь-якого іншого предмета.

Г. Гегель називає людську руку “одухотвореним ковалем людського щастя”. Рука є те, що людина робить, адже в ній як у діяльному органі свого самоздійснення людина існує як “одухотворене начало”, що формує її долю.

Діючи, людина здатна: а) спостерігати за своєю дією, б) контролювати її зсередини себе, в) обертати її продукт у власну сутність – систему здібностей. Під час дії людина нібито веде діалог сама з собою, будує і перебудовує реальний плин рухів згідно зі своїм бажаним.

Мислячи – ми діємо, діючи – мислимо.

Психомоторика – майже єдиний засіб, знаряддя людини, завдяки якому вона має практичну можливість втручатися в довкілля, змінювати його, створюючи нові предмети і явища власними силами – “золотими руками”.

Звідси випливає: психомоторна дія – дійовий механізм розвитку душі й тіла. Адже діючи, людина мислить, а мислячи – діє, діє навіть тоді, коли предметів руками не торкається.

Будова психомоторики

Психомоторика – жива система. До її складу входять такі відносно самостійні, але спеціалізовані складові:

- 1) ідеомоторика;
- 2) сенсомоторні процеси;
- 3) довільні моторні процеси – дії.

Ідеомоторні процеси виникають при уявленні бажаних рухів і дій або лише при наявності однієї думки про них. Ідеомоторний означає те, що образ, почуття або думка передаються назовні засобами моторики. Хоча процеси ідеомоторики не завжди помітні і виявляються тільки спеціальними приладами, все-таки їх роль у житті і діяльності людини важко переоцінити.

Чому? Вони здійснюють важливі функції психомоторики – готують і налагоджують майбутній рух, забезпечують здійснення і регулюють процес його виконання.

Сенсомоторні процеси забезпечують: ту чи іншу швидкість, точність і доцільність реагування (воно – реагування – не є дією, або не

розв'язує задачу, а тільки змінює ситуацію) на впливи, що надходять до людини ззовні і вимагають відповідного захисту себе від небезпеки; регулювання сили зовнішніх впливів у технічних системах або для збереження власного життя.

Довільні моторні процеси психомоторики характеризують людину, визначаючи її вміння діяти, естетичність і майстерність її рухів, а також здатність до психомоторної творчості.

Ідеомоторика

Згадайте ваші почування, якщо ви стояли на краю прірви або на балконі десятого чи двадцять шостого поверху. Хіба не правда, що якась сила, до того ж цілком реальна сила, тягла вас униз? Реальність цієї сили безперечна. Те саме ви переживаєте, коли йдете вздовж потяга, який рухається: вас так і тягне під колеса (коли ви стоїте, ефект не такий відчутний: тілу треба подолати власну інерцію, тобто витратити більшу енергію).

Боротьба з цією силою “тяги” – справді важке для вас випробування, і тут не до жартів. До речі, не такі вже й рідкісні випадки, коли люди не можуть справитися з ситуацією, яка вважається простою, – і падають з круч, балконів, потрапляють під колеса потяга.

Як це відбувається?

Коли ви стоїте над прірвою або йдете вздовж потяга, який рухається, виникає *образ і думка*, що ви можете впасти вниз, потрапити під колеса. Цей *образ падіння мимовільний*, не залежить прямо від вас, від вашої свідомості. Якщо *синтез образу почуттів і думки* працює нормально, миттєво оцінюється ситуація (почуття безпеки) і включається воля (коректор психомоторики), вольова думка придушить уявний образ (падіння під колеса або з висоти), перебудовуючи образ і почуття безпеки на нову думку про необхідність триматися подалі від фатальної ризику.

Ви сидите в кінотеатрі, а на екрані автомобіль мчить карколомними віражами гірської дорога або човен бореться в океані з величезними хвилями. Якщо це знято не збоку (середнім або дальнім планом), а крупно, тобто так, ніби ви бачите все це на власні очі, то ви відхиляєтеся під час поворотів машини або вчепитесь руками в бильця крісла, коли човен летить вниз, або втягуєте голову в плечі, коли на неї набігає хвиля.

Ви дивитесь на стадіоні футбол. Якщо перед вами не просто важка робота з біганиною або перекиданням м'яча навмання, а справжня, красива гра (створення гармонійного предмета споглядання і уболівання), – ви заражаєтеся тим, що відбувається на полі.

Що означає *заражаєтеся!* Ви входите в контакт з грою і стаєте на деякий час часткою її процесу. І коли гравець обводить суперника, ви разом з ним (у нього ви перевтілюєтеся і дієте разом) повторюєте всі його рухи, і коли він б'є – ви б'єте по м'ячу разом з ним. І коли він добивається успіху або коли його спіткає невдача і він її переживає, ви радієте і переживаєте разом з ним. Не лише в душі, а й усім тілом.

Ви зустрічаєте людину, котра вам приємна, подобається, дорога. Звернули увагу? Вас так і тягне до неї. Причому тягне до контакту не умовного – вас тягне буквально потриматися за неї. (Так само з неприємною людиною – ви фізично намагаєтесь уникнути контакту, ухиляєтеся, чините опір при зближенні, переходите на протилежний бік вулиці, знаходите пристойний привід, щоб не опинитися в одному з нею місці.) Ось чому доброму знайомому ви із задоволенням подаєте руку, з другом – обнімаєтесь, з рідними і любимими – цілуєтесь.

Усі ці почуття виражені живими вашими рухами.

Усе це – ідеомоторика. Образ уяви і думка – неподільна на частини цілісність. Дія – це продовження процесу образу і думки. Отож, впасти під колеса навіть природніше, ніж примусити себе утриматися від цього кроку.

Хто ж тоді в реальному житті падає з висоти, над ким панує ідеомоторика – механізм уяви?

1. Люди з мізерним енергопотенціалом. Енергії так мало, що нічим контролювати уяву, нічим зупинити згубну для себе думку. І тому будь-який ідеомоторний образ і думка, що виникають спонтанно в тумані мізерної енергії, стають доміантними, керують діями. Домінанта тягне на себе останні краплі енергії; ось чому вольовому процесу, що гальмує дію, народитися ні з чого.

2. Люди, гранично занурені в себе, що живуть у світі марень та ілюзій. Ви вже, певно, зрозуміли, що це самоув'язнення вимушене: бракує сил жити у світі реального. Отож, знову першопричина – в ущербній енергії. Мрійник нібито тут, з нами, він нібито такий, як всі. Але це не так: всі його справи вершить уява. Світ реальний для

нього нудний, бляклий, досадний, оскільки час від часу наїжджає на його штучний світ уяви як асфальтовий коток.

Але це випробування його не бентежить і не лякає; його душа недоторканна, вона живе у своєму вигаданому світі, у якомусь четвертому вимірі – що їй наші дріб'язкові труди і турботи. Примарні прекрасні образи тісняться в душі мрійника, легко переливаючись один в одного, плинуть, плинуть...

Про те, щоб хоча б один образ, одне почуття перетворилися на думку і матеріалізувалися в зробленому предметі, – не може бути й мови! – нічим. Бракує енергії. І зненацька – екстремальна ситуація; підкреслимо – неусвідомлювано екстремальна ситуація: наш мрійник опиняється над прірвою. Мисляче тіло реагує поза свідомістю: збираючи рештки енергії, воно з образу створює думку про можливість падіння.

Зупинити цю думку нічим – вона відразу перебігає в дію, і наш мрійник лише в останню миттєвість ніби прокидається від сну і усвідомлює те, що вже відбувається. Перетворення уявного образу або почуття на думку викликає почуттєвий вибух, який спалює всю енергію без залишку; навіть якби енергія й уціліла, людині навряд чи вдалося б вижити. Недарма люди кажуть: ще до того, як розбився, він умер у польоті від розриву серця.

3. Люди, гранично зосереджені на важких роздумах. Наприклад, на довгому математичному розрахунку, на вираховуванні шахового варіанта, на пошуку в банку пам'яті відповіді на запитання, на обмірковуванні чогось невідомого тощо. Уся енергія використовується на утримання домінанти міркувань: думка про можливе падіння поряд з нею мізерно мала, так що людина навіть не помічає її; але на відміну від домінанти, що реалізується в знаки і символи, ця маленька думка реалізується в дію – і математик, зовсім не усвідомлюючи, як це відбулося, опиняється під колесами.

Уявний образ – регулятор моторної дії формується лише при зниженій енергії. Якщо людина перебуває в оптимальному стані, то синтез образу, думки і почуттів включить волю поза свідомістю, так що вона тільки відмітить між іншим: ти дивися, як тягне під колеса.

Між трьома варіантами ідеомоторних рухів розходжень немає.

Отож, чим менше енергії, тим нижча наша здатність бачити світ у реальну величину і правильно оцінювати все, що відбувається у до-вкіллі й у нас всередині.

Неконтрольована свобода уяви при першому-ліпшому випадку породжує процес самознищення. Природа побудована мудро: вона зберігає те, що влаштовано гармонійно і здатне до самовдосконалення; каліцтво і ущербність відкидаються без співчуття.

До речі, коли відбирають людей для роботи на висоті, їх перевіряють не на почуття страху висоти (хоча перевіряючі думають саме так), а на величину енергії. Адже людина з високим рівнем енергії відразу – і легко – руйнує образ і думку про можливість упасти і працює на висоті, як ми з вами в себе вдома.

Сенсомоторна культура

Рухи людини, її дії несуть свідомості сенсорне відображення самих себе. Але не всі рухи в процесі їх засвоєння відповідають критеріям гармонії, оптимальні за будовою і функціями. Будувати потрібно сенсомоторну культуру: оптимальну, гармонійну.

А яка вона? Її треба впізнати серед безлічі можливих, всередині себе – сенсорно – у формі почувань. Пошуку гармонії рухів допомагають органи чуттів (сенсорні системи): вони здатні розрізняти предмети або явища залежно від організації їх структури; перевага надається тим, які *ближче до гармонійної цілісності*. Вони викликають задоволення і навіть втіху, привертають до себе увагу, думки, діяльну сторону розуму, притягують наче магніт, змушують знову і знову повертатися до себе.

Складність сенсорного пошуку гармонії рухів ще і в тому, що їх неможливо побачити ні на кому іншому. І механізму психомоторики доводиться розв'язувати складну задачу:

- а) навпомацки, методом проб і помилок;
- б) з установкою тільки на фізичні властивості рухів, наприклад на силу;
- в) проявляти рухову винахідливість – знаходити лінію найменшого опору рухам, підкоряючись приваблювчій силі гармонії.

Спритність – пошук способу розв'язання моторної задачі почуттям “найменшого опору” дії.

Щоб виконати оптимальну рухову дію, треба витратити найменшу кількість енергії з усіх можливих варіантів, які завжди більші від неї.

У цьому правилі поєднані дозволені й заборонені природою форми дії. Дозволена – найбільш гармонійна, продуктивна форма дії, а решта – теж можливих форм рухів – крок у бік заборонених, малопродуктивних, позбавлених гармонії будови рухів. І варіанти дисгармонійних рухів можуть працювати, але прогрес від них обмежений, вони мають низький ККД і надто великі витрати енергії на недоцільну роботу; а діяльність людини від цього стає аварійною.

Парова машина, двигун внутрішнього згоряння і електричний двигун можуть використовувати одну й ту саму кількість енергії, але кількість роботи одержимо різну. І скільки не вдосконалюй, наприклад, паротяг, він може підвищити ККД на один – максимум два відсотки. Більше не допустять неминучі втрати – розсіювання енергії.

З відчуттям лінії найменшого опору в дії пов'язані динамічно стійкі форми рухів. Якщо людина оволоділа такою формою рухів, то це значить, що в дії максимально повно використовується сила інерції тіла – дарова сила і енергія людини.

Для вирішення нових рухових задач треба з високою точністю *відчувати* рухи, вміти пристосуватись, щоб *вловити момент вільного ходу в рухах*, при звичаїтись їх використовувати, у складних ситуаціях *виявити кмітливість* і майстерне використання своїх рухових можливостей. Для досконалого володіння рухами обов'язково треба випробувувати їх у нових умовах, в різних варіантах і намагатися максимально повно з ними узгодити дію.

Спритність – опанування рухами в екстремальних ситуаціях.

Цей вид спритності полягає в тому, що людині треба миттєво подолати перешкоду, яка заважає успішному вирішенню рухової задачі. Це вже інший спосіб регуляції рухів: використанням навички це зробити неможливо, потрібна нова організація рухів – дія.

У чому ж тут складність, проблема?

Виконання автоматизованої навички у звичних умовах не вимагає спритності. Вона опанована на початкових етапах її формування. Це відноситься і до пластичності, яка характеризує естетичність і виразність рухів. Володіння рухами власного тіла дуже часто ускладню-

ється перешкодами, і особливо тими, що виникають раптово в ході розв'язання рухових задач.

Чим більше ускладнюються задачі (в математичному розумінні), тим вищий попит на сенсорні корекції рухів.

Отже, для подолання перешкод треба: а) оцінити ситуацію; б) підібрати рухи, адекватні цій ситуації; в) випередити думками процес подолання перешкод.

Спритність, як опанування рухами в екстремальних ситуаціях, відрізняється від інших рухів тим, що час на підготовку дії – відображення ситуації і створення образу рухів – зведений до мінімуму, він мізерний. Перемагає в єдиноборстві той, хто чітко і тонко підкоряє себе ситуації, випереджає задум суперника не роздумами, а безпосередньою дією, що підказана мисленням. У мисленні, в його результаті і полягає спритність і пластичність рухів людини.

Спритність – розв'язання нових рухових завдань.

Це – спосіб дії мислячого тіла, через який невідоме перетворюється на відоме, опановане в рухах. Спритність і пластичність рухів проявляються не лише при розв'язанні нових рухових задач. Зрозуміло, нові задачі характерні для новачків. Але це не зовсім так. Якщо розглядати рухову навичку як затверділу, раз і назавжди незмінну систему рухів, то про спритність не може бути й мови. Для цього треба зруйнувати стереотип навички, вийти за його межі, знайти в рухах резерви і перетворити їх на свідомо керовані елементи дії.

У дійсності, як було зазначено раніше, автоматизована дія – рухова навичка – зберігає в собі певну гнучкість, пластичність. Коли в ході тренування збільшується енергія, набувається досвід і майстерність, тоді стара форма рухів стає неадекватною можливостям людини. Треба їх узгодити, знайти нову, відповідну можливостям форму. Ось у такому випадку і виникає потреба в спритності – знайти новий спосіб розв'язання нової задачі.

Спритність особливо потрібна і цінна тоді, коли виникає потреба *перевчитись*, створити нові системи рухів. Ці особливості належать до функції діяльного мислення, і його не можна компенсувати, хоча б частково, за рахунок активності образного і символічного мислення (вони ведуть тільки планувальну роботу, створюють образи рухів).

Дійове мислення веде технічну роботу з реалізації образу в матеріальну конструкцію рухів.

Справедливим є ствердження, що в **образі будується наступна дія.**

Усе це являє собою сенсомоторну культуру – мистецтво досягати гармонійного розвитку за допомогою вправ, організованих у певну систему. Крім того, опанування цим мистецтвом сприяє розв'язанню ряду задач:

а) через психомоторну дію збагнути розумом ідеї добра, істини й краси, які живуть у кожній людині, перетворити їх **душевні блага** – моральні, пізнавальні та естетичні, а значить, сформуванати **творчу культуру людини;**

б) майстерно засвоєні психомоторні дії дозволяють раціонально заповнити **дозвілля**, приємно проводити час, сприяти відновленню сил для творчої праці;

в) психомоторна дія очищує душу, приводить почуття і думки в гармонію з предметом дії.

Цим сенсомоторна культура людини відрізняється від інших культур: людина створює її для себе, і потрібна тільки безперервна праця над собою протягом усього життя.

Ось функції психомоторики:

- 1) служити генератором енергії;
- 2) зароджувати наші думки і образи;
- 3) бути мірою наших можливостей у просторі і часі.

Названі три функції психомоторики відповідають: 1) механізму енергопотенціалу; 2) психомоториці; 3) механізмам душі: мисленню, почуттям і уяві – критичності людини.

Дія – засіб діяльності

Функції дії

З чого складається психомоторна дія?

Дія – живий морфологічний орган. Людина, діючи, розгортає рухи в часі в системі координат XYZ. Тобто цей морфологічний орган не існує повністю в кожен конкретний момент.

Перше в цьому органі – ***тіло***, друге – ***предмет дії***, а третє – ***почування*** – відображення і тіла, і предмета разом у живому русі. Тіло – орган відображення, предмет – джерело відчуттів, а почування

– продукти синтезу образу і мотиву дії з предметом – регулятор рухів.

Єдність системи “тіло – предмет – почування” існує до того часу, поки здійснюється розв’язання задачі. Задача розв’язана – зникають почування, і система рухів згортається у звичну стійку фігуру тіла.

Цілі реалізуються за допомогою засобів. Система засобів, яка включає в себе все те, що своєю силою викликає рух у механізмі творчості, перехід від одного стану до іншого, перетворення його на інший, виникнення нових властивостей тощо – і забезпечує безперервний розвиток людини.

Дія людини – її дійсне буття. У процесі дії індивідуальність людини виявляється, вдосконалюється і виражається зовні в продуктах, створених її діяльністю.

Дія людини – генетично вихідна одиниця аналізу психічного, психічної реальності.

Про важливість поняття цілісності говорив І. М. Сеченов: “Предметом психології є цілісні акти, які обов’язково включають у свою структуру поряд зі “свідомими компонентами” зовнішнє подразнення (сигнал) і руховий м’язовий компонент”.

Проблема зародження думки, почуттів та уяви є проблемою походження і розвитку чутливості та відчуттів, сприймання та мислення.

Рух людського тіла й мислення в діях людини – це одне й те саме. Тому рух не тільки і не стільки переміщення в просторі, часі та в силовому полі своєї дії, скільки оволодіння своїми почуттями, думкою, поняттям цього простору, часу, силового поля рухів, процес підпорядкування їх своїй наперед заданій меті.

Якщо проаналізувати будь-який вид психомоторних дій – від елементарних до найскладніших (системи дій), то з’ясуємо, що вони визначаються: 1) задачею; 2) смислом, який треба досягнути; 3) цінністю продукту дій, передбаченого уявою. Тому живі рухи і дії – майже єдина форма життєдіяльності, якою людина не лише взаємодіє з довкіллям, а й активно його змінює в бажаному напрямі.

Рух і мислення з плином часу не залишаються в якихось постійних застиглих формах.

За О. О. Ухтомським, дія – **єдиний функціональний орган**, що має свою почуттєву біодинамічну тканину. З плином часу і зростанням темпів розвитку він змінюється у своїх суттєвих характеристиках.

Операційна структура психомоторної дії

Психомоторна дія розглядається як сукупність і послідовність розумових і моторних операцій, що забезпечують успішне розв'язання рухової задачі.

Період підготовки дії

Психологічний зміст періоду підготовки психомоторної дії має деякі схожі моменти, як і реакція людини на стимул. Але дія і реакція – поняття не тотожні. Між ними більше розбіжностей, ніж подібностей: *дія* – *акція людини*, яка умотивовується внутрішніми чинниками, зокрема дискомфортом, задачею і потребою діяти так, а не інакше; *реакція* – *відповідь* людини на фактори, що діють зовні і вимагають подолання.

У періоді підготовки дії зароджуються процеси настройки нервової системи: змінюється збудливість моторного апарату; відбувається функціональна мобілізація рухових одиниць м'язів, яка забезпечує наступну розгорнуту психомоторну активність.

У цей період здійснюється: 1) уточнення образу дії; 2) пошук задачі психомоторної дії, адекватної природній логіці живих рухів; 3) усвідомлення формули дії, яка символізує процес розв'язання задачі рухами, і стає моделлю, що породжує гармонійні рухи.

Механізми регуляції дії

Психічна регуляція активності. Діяльність – механізм життя, а активність людини – здатність до дії, до діяльності.

Активність психомоторики – можлива умова діяльності, ставлення до предмета, який створюється або перетворюється на досконалу гармонію. Вона – властивість психічного відображення, що забезпечує точність образу, адекватність його предмету і регулюючі функції. Активність існує у певних формах.

Сенсорна активність – реакція сенсорних систем на впливи ззовні енергії та інформації за рахунок внутрішньої збудливості – відображає і моделює структуру впливу і перетворює його у психічний стан людини.

Перцептивна активність дає змогу будувати образи, уточнювати їх, переходячи від образів з меншим ступенем структурованості до образів з більшим ступенем структурованості.

Установка – готовність до дії, схильність діяти так, а не інакше; спонука, яка орієнтує людину в певному напрямі: мислити, сприймати, виконувати рухи і дії, поводитися тощо. Установка дає змогу прискорювати плин психічних процесів, але в той же час схильна до “інерції”, яка визначає подальші дії, при зміні обставин і невідповідності її меті.

Активність відображення визначається характером діяльності, її задачами, метою, передбачає, які властивості або стосунки треба сприйняти, усвідомити і регулювати. Тут уже йдеться про активність у практичній взаємодії, не тільки в розбудові образів, а й про перетворюючу активність – активність, яка породжує образ наступної дії. Рівень активності не може бути визначальним фактором успіху, так само як і незначна за ступенем вияву активність.

Активність психічної взаємодії (відображення, проектування і регуляція живих рухів) розгортається у двох планах:

а) взаємодія людини і предмета – створення системи “людина – предмет”;

б) взаємодія з соціумом – акти міжособистісних стосунків, спілкування, де людина виступає як особистість, а її дія стає вчинком.

У психічній регуляції в системі “людина – предмет” предметом є передусім власне тіло – робоче знаряддя дії. Це властивості власних живих рухів, які треба узгоджувати між собою, керувати і досягати наперед заданою метою форми або якості. І все це відбувається в межах власного тіла, в його просторі і з фізичними силами, які треба приборкувати.

Виконуючи дію, людина спрямовує активність на саму себе, на своє “Я”. Причому це відбувається незалежно від того, що вона змінює або перетворює поза собою: рухи, місце свого тіла, матеріального предмета, опір сировини її діям.

Психомоторна дія створює два продукти: а) зміни поза собою – у довкіллі, б) зміни в собі, розвиток здібностей або інших психічних функцій. Здібності, як і будь-який робочий інструмент, здатні самозагострюватися під час роботи.

У дії людина нібито роздвоюється, відокремлює себе від власних рухів, дивиться на них збоку, протистоїть їм, як чужій силі. Відокре-

млення себе від своїх рухів, боротьбу з ними, пошук досконалого способу впорядкування тощо можна визначити поняттям “аутокомунікація” або розуміти як діалог з власними рухами.

Смисл регуляції рухів полягає в тому, що образ – їх безпосередній регулятор – створюється дією. Образ – форма рухів, продукт дії і ставлення до цієї дії.

Із матеріальної конструкції тіла в ході рухів утворюється різноманітність поз, які в цілому стають сутністю рухів. Рухами “ліпляться” пози тіла, здійснюється пересування в просторі, в часі, що й утворює просторову структуру дії. Рух існує стільки, скільки триває тілорух. Образ майбутніх рухів виступає як особливий предмет, створений у згоді з вимогами завдання, яке виникло. А якщо до цього додати, що рухи регулюються почуваннями, думкою, почуттями та символами, то регуляція становить задачу неймовірної складності. Але, незважаючи на це, люди виучуються регулювати рухи з мікронною точністю і створювати найдивовижніші форми речей, на що не здатні машини.

Фізіологічна регуляція рухів. Вона здійснюється в системі “організм – середовище” процесами енергозабезпечення, метаболізму, функціонуванням органів чуттів у діях тощо.

Антиентропійна регуляція – властивість людського тіла, яка дає змогу через упорядкування інформаційно-енергетичних процесів досягати високого рівня гомеостазу внутрішнього середовища і бути незалежним від довкілля. Це вже саморегуляція життєвими константами повноцінного життя: стан “свіжості” людини – його критерій. Вона має і надлишок енергії – вільної енергії – умови ефективною дії.

Чим більше вільної енергії, тим більш точно і активно вона відображає предмети дій, і навпаки, ентропія – розпорошення енергії та інформації – викликає негативні зміни, втрату точності образу, витривалості і продуктивності дій.

Ентропійний стан – втома, перетренування, зниження здатності до дії і зупинка процесів розвитку.

Під фізіологічною регуляцією розуміють зміни в організмі, викликані подразниками, до яких він змушений пластично пристосовуватись, змінюючи свій стан. А фізіологічна активність полягає в тому, що рухами і діями людина активно впливає на середовище, перебудовує його відповідно до своєї мети. В активності процеси регуля-

ції – адаптація і пристосування – доповнюються процесами переборення, перебудови, відновлення.

Виділяються три групи регуляції.

Енергетична регуляція. Вона – відповідь на механічні (біодинамічні) впливи на сенсорну – м'язову систему; ця сила породжує однакову або більшу за величиною і зворотну за напрямом протидію. Наприклад, такого виду регуляції можна спостерігати на колінному рефлексі; у складних варіантах – це відштовхування в багатьох локомоціях і особливо при виконанні рухів балістичного типу (перехід від замаху до кидання м'яча, удари тощо).

Інформаційна регуляція. Тут домінуючу роль відіграє образ – організатор і координатор активності. Відтворення образу в рухах відбувається через включення в роботу програм, які викликають зміни і розрядку енергії м'язової системи. Це – рухи стискання (або розтягування) динамометра для визначення сили тієї чи іншої групи м'язів, у складному випадку – піднімання важких предметів і т. п., рухи, коли щось тягнуть і штовхають, де ініціатором активності є намір, образ майбутнього. Тут розрядка енергії перевищує енергію сигналу, який включає цей тип регулювання.

Інформаційно-енергетична регуляція, змішана. Серед багатьох дій важко знайти “чисті” форми регуляції. Більшість психомоторних дій будуються на змішаній регуляції. У цих діях вони узгоджуються: інформаційна регуляція здійснює змістову корекцію рухів; а енергетична – регуляцію елементів рухів за рахунок зовнішніх сил і енергії, на механізмі рекуперації енергії м'язовими синергіями.

Біодинамічна регуляція рухів і дій. Біодинамічні процеси, які відбуваються паралельно з рухами, пов'язані з процесами регуляції і саморегуляції. Але, на відміну від фізіологічних, біодинамічні процеси доступні для реєстрації і наступного точного аналізу того, що відбувалося в процесі виконання дії.

Дослідженнями М. О. Бернштейна знайдено в рухах людини більш глибокий зміст, ніж у зовнішньому вигляді психомоторної дії. Живі рухи людини стали індикаторами станів, інтимних процесів регуляції і контролю рухів. Цілісність рухів має особливу властивість – здатність до розвитку та інволюції.

Завдання управління рухами не можуть розв'язуватися лише імпульсами зсередини тіла, а вирішуються на основі оцінки аферентації, яка надходить ззовні – від рухів. На основі оцінки вносяться “се-

нсорні корекції” – поправки в рухи. *Принцип сенсорних корекцій – це регуляції (управління) зворотного зв’язку: рухи регулюються величиною їх відхилення від запрограмованого.* “Почування” всюди відіграє роль регуляторів рухів, викликає їх зміну, напрям і силу.

Сутність імпульсивності біодинамічної регуляції полягає в тому, що організм здатен у **кожну десятку частку секунди** сприймати імпульси ззовні і надсилати їх до м’язів. Інтервал порівняння: 1) образу рухів зі “свіжим слідом” – образом пам’яті; 2) образу рухів з думкою, яка випереджає дійсний рух, становить 0,1 с. Ця частота – 8–16 герц – збігається з альфа-ритмом електричної активності мозку. Така частота є порогом при розрізненні звуків і злитті світлових подразників. Тому думка працює зі швидкістю близько 10 операцій за секунду.

У системі біомеханічної регуляції тіло – система кінематичних ланцюгів з великою кількістю ступенів волі рухів у межах тіла. Воно стає не одноманітним механізмом, а **множиною машин і механізмів**, які калейдоскопічно змінюють одні одних, пристосовуючись до умов роботи в кожен момент дії.

Механізм дії – об’єднання ланцюгів тіла – створює універсальну регуляцію рухів:

- 1) будовою і функцією органів рухів – кінематичними ланцюгами;
- 2) умовами дії; її задачею і предметом, на який вона спрямована;
- 3) правильним управлінням м’язовою системою, без тертя і гальмувань – інтерференцій, що руйнують регуляцію рухів або предмет дії.

Якісна психомоторна дія відрізняється від неякісної ступенем **засвоєння, автоматизацією, усвідомленням і доцільністю рухів.**

Свобода рухів – свідчення їх гармонійності. Вони відбуваються, як вимагає природа тіла: вільно, без стискування, поза впливом “чужої волі”, невимушено і без опору. “Свобода рухів” – це не свавілля людини, а сваволя дії.

Отже, психомоторна дія в стані гармонії відповідає двом умовам:

- 1) максимум корисного використання енергетично-інформаційного потенціалу;
- 2) будова дії, склад елементів і зв’язок між ними: гармонійні – спільномірні.

У стані гармонії психомоторна дія природна. А ідея гармонії – умова і відповідно мета розвитку психомоторики.

Поняття про динамічно усталену систему рухів розробив М. О. Бернштейн. Організм знаходить форми рухів, коли найменше відхилення від правильної траєкторії відразу викликає реактивні – протилежно спрямовані – сили, які прагнуть повернути орган на залишену ним траєкторію. Це – саморегуляція за принципом зворотного зв'язку: відхилення автоматично організує протидію, щоб нормалізувати розв'язання рухової задачі.

Чим вищий рівень чутливості сенсорних систем, тим швидше і точніше буде помічене відхилення і тим з меншою витратою енергії здійснюватиметься корекція. У динамічно усталеній системі рухів протягом великих відрізків простору і часу немає потреби гасити реактивні сили і відхилення. Рухи виходять потужними і точними, швидкими, що має значення для багатьох професій.

“Функціональні органи”, фізіологічні механізми динамічно усталеної дії є стабілізаторами дії. Вони набувають спеціалізації і оснащені вміннями стосовно до певних умов дії; якщо умови змінюються, то дія втрачає цілісність і руйнується.

Внутрішня “чорнова” робота механізму психомоторики майже не відображається, і людина навіть не підозрює, що і як там здійснюється. Вона усвідомлює лише активні м'язові зусилля і смислові корекції для пришвидшення або уповільнення рухів, аби зробити щось не так, застосувати іншу схему тощо. Динаміка сил відображається скупо і загально: людина відчуває дію, як щось приємне або неприємне, але позбавлене предметності – “щось таке”.

Приємне переживання дії свідчить, що активних м'язових зусиль людина витрачає саме стільки, скільки треба, дія виконується динамічно, стійко, легко, пластично, координовано; все це справляє враження, ніби рухи відбуваються самі собою, без втручання зсередини або ззовні.

Константність сприйняття дії – теж фактор її стабілізації. Регуляція “захищається” тим, що константність вилучає з образу надлишкову сенсорну інформацію, а при її нестачі людина заповнює інформаційний вакуум, домислює невідоме. Так зберігається цілісність, долається сенсорний хаос у дії.

У дії людина роздвоюється і протистоїть своїм рухам як зовнішньому собі, як предмету, який сама для себе створює, розв'язує задачу у двобічному енергетично-інформаційному зв'язку. Дія – прояв єдності протилежного, в якій кожна із сторін обумовлює другу. Вони

взаємно відображаються одна в одній: образ будує систему рухів і навпаки – рухи створюють образ, суб'єкт перетворюється на об'єкт – і зворотно в діалогічному зв'язку, обміні енергією та інформацією, у гармонізації системи рухів.

Порівняння і оцінки – діалогічні відносини в дії

Людина в дії “роздвоюється”: одна її частина здійснює регуляцію рухів, а друга – спостерігає за правильністю дії і забезпечує випереджачі рухи відображення ходу дії; цю активність, слідуючи за М. М. Бахтіним, можна назвати **діалогічною активністю**.

Існує три види порівнянь і оцінок у процесі дії.

Порівняння і оцінки при мікрорегуляції рухів. У живому людському русі існує попередня настройка і випередження їх думкою. Передбачення руху неможливе без моторної уяви його траєкторії в просторі, ритму, зусиль, швидкості тощо. Якщо рух відбувається відповідно до наміру і природи живого руху, то дійове мислення виконує функцію стеження за розв'язанням задачі.

За вузької порогової зони мікрорегуляція рухів розгортається на результаті порівнянь і оцінок інформації від рухів, що відбуваються, і до інтервалу часу вперед на 0,04–0,12 с., а також інтервалу часу збереження “свіжого сліду” пам'яті. Ці корекції спостерігаються в психомоторних діях з установкою на: а) екстраполяцію чергової фази рухів; б) врахування “свіжого сліду” пам'яті для тонкої регуляції рухів з мікронною точністю.

Порівняння і оцінки виконаної дії з наміром. Порівняння і оцінки складають діалогічні взаємини між образом і дією. Визначено діалогічні відносини: 1) однорідних дій – визначають їх схожість, розбіжність, ступінь подібності; 2) порівняння однієї дії, яка виконується в різних станах, – відношення протилежних сторін дії; 3) цілісної дії з її елементами; 4) при порівнянні і оцінці елементів дії.

Можливі порівняння і оцінки не тільки дій, а й образів, думок і почуттів. При порівнянні вони стають предметом думки. Коло діалогічних відносин ще збільшиться в процесі виконання дії, а функція думки зводиться до регуляції, контролю, прийняття рішення і корекції дії.

Порівняння і оцінки дії з її гармонійним станом. Діалогічні відносини дії з її ідеалом – гармонією – складні; адже оригінали системи рухів – стан гармонії – створюються протягом тривалого часу.

Свідомі порівняння і оцінки неповні і неспроможні проникнути в сутність дії. Це може зробити поняття “гармонія системи рухів”. Діалог у дії програмує зв’язки і відношення в психіці, психомоториці або свідомості, і не треба очікувати “освянення” – стрибка в розвитку.

На механізмі діалогу порівняння і оцінки співіснують форми відображення: *минулих* – образів пам’яті, *поточного* – почуттєвого; *майбутніх* – уявних конструкцій дії, які контролюються свідомими намірами. Відповідно розгортаються порівняння і оцінки: *при мікрорегуляції рухів*, які відбуваються протягом сотих і десятих часток секунди; *виконаної дії з попереднім наміром* – визначаються хвилинами і годинами; *порівняння і оцінки* рівня розвитку дії з її ідеалом – гармонією, що треба засвоїти не лише в найближчий час, а й на місяці і роки вперед.

Отже, дія містить: а) період підготовки; б) процеси психічного, фізіологічного та біодинамічного регулювання під час її виконання; в) період порівнянь і оцінок, зокрема при мікрорегуляції рухів, виконаної дії з наміром і стратегічні порівняння і оцінка сучасного стану дії з її ідеалом.

Дія – мікроетап розвитку

У процесі виконання дії: 1) витрачається енергія, 2) переробляється інформація, 3) збільшується потужність її механізму.

Після завершення дії людина збагачується досвідом розв’язаної задачі. Із слідів пам’яті, що залишилися, як з нібито навислої хмари образів, почуттів та думок, синтезується майбутня дія.

Процес дії – програмування розвитку

Створення образу майбутнього починається після завершення дії. Інформація, що була здобута в дії, переводиться в довгострокову пам’ять, і там завершується її реконструкція, вона доповнюється елементами, яких бракувало в минулому для утворення цілісності.

Ця робота пам’яті відбувається без контролю з боку свідомості і може регулюватися лише енергетикою людини: чим вона більша, тим швидше відбувається відновлення витраченої енергії, пильніше почуття і глибше мислення.

Під час відпочинку між діями розгортається найактивніша робота механізму інтуїції.

Витрачена в процесі виконання дії енергія не лише відновлюється (регенерується) до вихідного рівня, а й зростає в певних кількостях. Значить, енергетичні ресурси людини збільшуються, а вона набуває можливості діяти більш продуктивно.

У людському тілі на відновлення і нагромадження енергії працює дивовижний механізм енергопотенціалу, який забезпечує **індукцію надлишкового анаболізму**, або інакше – механізм примноження енергетичного резерву людини.

Відновлення енергії з надлишком – захисна функція організму. Прогнозуючи можливість майбутніх енергетичних витрат, що перевищують попередні, тіло чинить дуже мудро – прагне нагромадити більше енергії, ніж витрачено, тобто запасає енергію, щоб бути готовим подолати ще більше напруження, залишаючись при цьому в гармонії з самим собою.

Не вдаючись до подробиць механізму обміну енергії- мудрості тіла, – зазначимо лише, що **індукція надмірного анаболізму** найяскравіше помітна у дітей. Вона має дві форми:

забезпечує розвиток і збільшення розмірів тіла, що потребує величезних енергетичних витрат;

забезпечує енергією психомоторну активність, роботу мислення, почуттів, уяви та інших психічних функцій і здібностей.

Механізм індукції надлишкового анаболізму ще мало вивчений, але відомо, що завдяки його активності (більшій або меншій) створюються органічні речовини. Завдяки дії сукупності хімічних процесів (що нагадують асиміляцію) ці речовини нагромаджуються в клітинах і тканинах живого організму.

Індукція надмірного анаболізму речовин – захисна функція організму людини. І вона може бути доцільно використана для відновлення і нагромадження енергії з надлишком.

Отже, людина, яка прагне активно діяти і витратити багато енергії, сама стає каталізатором механізмів індукції надлишкового анаболізму.

Щоб керувати індукцією надмірного анаболізму речовин у собі, слід додержувати законів:

1) закону мінімальної дії: щоб отримати позитивну – надмірну – зміну (щонайменшу) в кількості енергії, треба виконати найменшу роботу із всіх можливих;

2) закону максимальної дії: щоб виконати максимальну дію, треба витратити мінімальну кількість енергії із всіх можливих варіантів. Отже, у всіх інших випадках витрати енергії будуть значно більшими і непродуктивними;

3) закону мінімального приросту потужності механізму творчості: кожна дія повинна приводити до позитивних змін хоча б в одному із механізмів за рахунок індукції надмірного анаболізму. Тому в заняттях систематично повинні бути:

а) максимальні дії;

б) мінімальні прирости потужності окремих механізмів;

в) оптимальний час відпочинку для набуття готовності до наступної дії з не меншою потужністю.

Мінімальна дія – розв’язання задачі мінімальної трудності – дає малий приріст потужності механізму творчості: повільніше їдеш – далі будеш. Це забезпечує: а) стабільність розвитку; б) уникнення перевантажень і втоми; в) постійний стан свіжості людини – готовність і бажання діяти.

Максимальна дія – розв’язання надзадачі. Воно створює умови для розширення діапазонів коливань хвилі енергії, швидкості мислення, глибини і сили почуттів і уяви.

У наведених законах враховано те, що **дозволене природою** (доцільне і гармонійне, яке несе в собі позитивні внутрішні зміни), і те, що нею заборонене – руйнівне щодо тіла й душі.

Отже, всі інші дії характеризуються більшими витратами енергії, ніж її треба, – непродуктивними, неекономічними – з низьким ККД. Витрати, більші за необхідні, призводять до вичерпання енергії, уповільнення розвитку механізму творчості у дітей, а в дорослих – до спаду його потужності.

Мінімальний постійний приріст енергії та інформації – умова розвитку механізму творчості.

Зупинка, “тупцювання на місці”, а тим більше відступ, свідчать про порушення законів дії, про помилки в технології діяльності. Коли ж можливий прогресивний хід уперед? У тому разі, коли він поступовий. Перенапруження, натаскування, гонитва за результатом руйнують внутрішню гармонію людини, негативно позначаються на успішності дій і стані її здоров’я.

Поступовість позитивних змін – продукт активності індукції надмірного анаболізму – має аналог і в природі. Так діють рослини: во-

ни використовують найменші із всіх можливих кількостей енергії для своїх мінімальних просторових змін.

Яскравим прикладом цього може бути проростання трави і пагонів дерева крізь асфальт, яке можливе саме завдяки поступовості росту тоненького стебельця і відсутності пружності твердого покриття тротуарів.

Дія – засіб розвитку

Кожна людина в навчанні повинна пройти школу дійового мислення, яка і створює “золоті руки”.

Чому ми наполягаємо на навчанні ручній дії?

Існує в житті людини період – “вік грації” – пік психомоторики. Знехтувати ним – груба помилка батьків і особливо системи освіти; помилку пізніше виправити майже неможливо: психомоторика людини залишиться недорозвиненою. Але найбільші втрати – у здатностях мислення, почуттів та уяви.

У дії з предметом людська рука закономірно включається в систему рухів, що визначаються функціями та законами знаряддя виробництва. Тобто **виробнича логіка рухів**, що виготовляють предмет, **підкоряє собі природну логіку живих рухів** і вчить людину **природній грі розумових і психомоторних сил**.

Знаряддя і засоби дії є продовженням наших органів рухів, їх видовженням і доповненням.

Коли дитина працює, користуючись знаряддями та інструментами, то вона не просто включає додатковий засіб у власний засіб – живий рух, а створює систему – “живий рух – інструмент – предмет”. Система її рухів стає:

а) частиною системи рухів інструмента, яким обробляється предмет;

б) частиною матеріалу, що вбирає в себе продукти думки, образи і почуття діяча;

в) властивістю виробленого предмета – відображенням міри людини.

Таким чином, живий рух перетворюється на предметно організовану дію.

Живий рух, як компонент робочої дії, починає виконувати функції дуже складних психічних явищ – сприйняття ситуації, розуміння логіки матеріалу і рухів, що його перетворюють на іншу форму, пе-

редбачення наслідків дій тощо. У дію залучаються всі складові механізму творчості, хоча перевага і домінанта на боці психомоторики.

З розвитком дії механізм творчості переходить від моторної роботи до семантичної, до перетворення смислового змісту дії на її продукт – певний виріб.

Дитина, залучена до ручної і точної роботи з матеріалом у періоді “віку грації”, на 3–5 років випереджає в розумовому розвитку своїх ровесників. Зокрема, вона рано оволодіває здатністю осмислювати предмет дії, не торкаючись до нього руками, мислити образами, збагачувати їх творчою уявою. Думка в неї стає не лише відображенням предмета, а перетворює інформацію на енергію, смислову одиницю мови – на силу, яка використовується для продуктивної розумової роботи. Людина навчається переводити думку в почуття, а образ – у регулятор діяльності.

Дія – естетичне явище і атлетика. Вдумаємося в знайоме поняття “фізична культура”. Що таке фізична культура? Чия вона? Це культура тіла кожної конкретної людини. Культура психомоторики, культура рухів, культура дій, поведінки і трудової діяльності.

Загальний результат – культура думки, почуттів та уяви, які виражаються зовні психомоторикою – органом людини, а забезпечуються енергією.

Стародавні греки вважали, що атлет – це людина, яка володіє мистецтвом через психомоторні вправи підтримувати гармонію свого тіла і душі.

Уже тоді атлетика (наша фізична культура, а не спорт, але й не культуризм!) вивчалася нарівні з філософією і точними науками. Людей, які нехтували атлетикою, Платон називав кульгавими, тому що й тіло, і живий рух, і дія – це естетичні властивості людини.

Краса тіла і живого руху людини, так само як і твори літератури та мистецтва, впливає на почуття і розум. Вони виявляють, зміцнюють і вдосконалюють передусім естетичні почуття, тренують мислення, шліфують уяву.

Слід підкреслити (спеціально для вчителів фізичної культури і тренерів): якщо заняття проведене під камертон естетичних почуттів – гармонії, симетрії, ритму, – то воно дасть найкращі результати як для здоров’я, так і для психомоторного (розумового, морального та естетичного) розвитку людини.

Отже, урок атлетики повинен стати уроком прикладної естетики, дійового мислення, почуттів та уяви. Для цього треба змінити існуючу мету. Зробити розвиток культури тіла, культури живих рухів, культури дій бажанням, мотивом і метою кожної людини. Адже в розвитку – джерело позитивних почуттів і потреба вдосконалювати себе.

Отже, критерії атлетизму – не секундомір, не рулетка, не кілограми. В основі занять з прикладної естетики повинна стояти краса, а мірою успіху має стати **м'язова радість** – особлива насолода психомоторними діями.

Заняття атлетикою дасть змогу:

набути мистецтва за допомогою вправ оволодівати своїми психомоторними можливостями;

зберігати і зміцнювати природну гармонію душі і тіла;

нарощувати здатність до максимальної дії: розумової, моральної, естетичної та вчинку.

А результат (маємо на увазі спортивний результат дій, який став чомусь критерієм фізичної культури)... Результат зростатиме нібито між іншим, практично безупинно, але яким би він не був високим, він ніколи не буде критерієм істини.

Дія і тілесні блага. Між зовнішніми тілесними потребами і духовними благами існує органічний зв'язок: вони підсилюють одні одних і розширюють діяльний потенціал людини. Задоволення життєвих потреб зберігає і підтримує життя і життєві явища в оптимальному стані. Для цього людина повинна повною мірою оволодіти мистецтвом за допомогою фізичних вправ досягати гармонійного розвитку тіла.

Споживання духовних благ, засвоєння чужого і власного досвіду створює необхідні умови для високопродуктивної дії, свідомого використання в ній знань, добутих геніями і талантами.

У той же час незадоволення тілесних потреб являє загрозу фізичному існуванню людини.

Причини, які породжують потреби людини в тілесних благах, полягають ось у чому. Науково-технічний прогрес суспільства ставить перед людиною дилему, систематично і свідомо через фізичне навантаження підтримувати (або цілеспрямовано розвивати) тілесні блага, оптимальний рівень життєдіяльності – чи пасивно пристосовува-

тися до нікчемно малих м'язових навантажень – **гіподинамії**. А вона, як відомо, справляє на організм людини руйнівний вплив.

Психічне навантаження сучасного виробництва досягає рівнів стресу і має тенденцію до все більшого зростання.

Досить згадати наслідки загальновідомої хвороби століття – гіподинамії. Вона зумовлена прогресуючим зниженням рухової активності людини внаслідок технізації суспільства.

Щоб попередити цю хворобу, недостатньо сьогодні не тільки загальних закликів, засобів наукового просвітительства (хоч і важливого, але не єдиного засобу в цій боротьбі), а й традиційних форм і методик виховання в людині фізичної культури. Через гіподинамію з кожним роком зменшується кількість людей, у яких сформовано нормальне відношення між масою тіла і ростом (статистика свідчить: надмірну вагу серед школярів і студентів мають до 30 %).

Унаслідок гіподинамії знижуються функції захисних механізмів людського тіла: а) люди частіше хворіють; б) передчасно старіють; в) суспільство втрачає величезні продуктивні сили. Незважаючи на безперервний прогрес медицини, на збільшення її лікувального та профілактичного потенціалу, на великі матеріальні затрати суспільства, гіподинамія продовжує чинити свій руйнівний вплив.

Причини виникнення нової соціальної ситуації, нового цілеспрямовання людини, що ґрунтується на **нормах тілесних потреб**, обумовлені не тільки ситуативними, а й світоглядними функціями.

Необхідність актуалізації тілесних потреб має глибокі природні і соціальні корені, базується на закономірностях суспільного та науково-технічного прогресу.

Розглядаючи їх сучасну динаміку, зазирнемо, наскільки це можливо, в майбутнє:

1) причиною гіподинамії є не тільки науково-технічний прогрес, а й недовраховання її позитивних і негативних наслідків: в результаті – прорахунки, відставання від вимог ним же створеного середовища існування людини;

2) наслідком цього стало цілеспрямоване формування потреб у фізичній культурі людини, тобто нагромадження нею тілесних благ.

Отже, гіподинамія є негативним продуктом науково-технічного прогресу – матеріалізованого продукту людської творчості. І якщо ці прорахунки так виразно позначаються саме на *фізичній культурі наших людей*, то на неї повинна бути спрямована підсилена увага. Бо

вона не тільки підмога в дії, а й раціональний елемент її оптимальної організації. Фізична культура – умова збереження здоров'я, гармонійного розвитку людини.

Невідповідність між тілесними потребами в моторній активності і фактичним їх задоволенням традиційно і справедливо розглядається тільки в кількісному відношенні – бажаних і дійсних витрат – у формі фізичного навантаження організму людини.

Однак цього ще мало для повноцінного формування потреби відповідного роду активності.

Саме фізичне тренування стомливе і переживається тільки в початкові моменти як задоволення, а при подальшому виконанні вправ настає протилежний йому стан – страждання.

А психомоторна, атлетична активність – це розвага заради дії, відпочинок для **відновлення сил** людини; дозвілля – для **примноження** енергії людини.

Немає сенсу доводити істину, що суть не тільки в тому, скільки часу людина перебуває в активному стані, а й в тому, як вона це робить: механічно чи творчо.

Тут уже йдеться про зв'язок фізичної культури людини і її творчих здатностей.

Який зв'язок між ними? Кожен дасть свою відповідь на запитання. Більшість, очевидно, зазначить, що її просто немає. Буде значно менше відповідей, де звертатиметься увага на те, що краса гармонійних рухів людини – продукт її психомоторної творчості. І вже мало хто скаже, що рухова дія – естетичне явище. Дія дає змогу одночасно вдосконалювати фізичну і творчу культуру людини, нагромаджувати в ній тілесні і душевні блага.

Тут ми стикаємося з парадоксом: те, що є одним із необхідних, закономірних засобів створення продуктів, матеріальних і душевних благ – психомоторна дія, – як акт творчості не вивчається. Хіба це не свідчення значних резервів людини і суспільства? І хіба вивчення і активізація цих резервів не пов'язані з актуальною сьогодні проблемою розвитку потенціалу людини?

Дія – засіб дозвілля. Дозвілля – не відпочинок, а навпаки – розумна активність людини, яка сприяє нагромадженню потенціалу мислення, почуттів, уяви і дієздатності психомоторики за рахунок індукції надлишкового анаболізму. А людина живе відповідно до формули: *робота – відпочинок – дозвілля.*

Функції психомоторики

Психомоторика – орган рухів

Традиційно існувала думка, що живий рух мислячого тіла людини – суто механічне явище: просто фізична робота. І більше нічого. Що мускули? Звичайні двигуни – органи людини, які витрачають енергію, служать для пересування себе або предметів у просторі і часі. Тяглова сила.

Доведено, що **в психомоторній дії дітей коріняться елементи думки**, а діти, обмежені в руховій активності, відстають від ровесників у розумовому розвитку. А період від 5 до 8–10 років від народження – сенситивний психомоторний вік. Це – “вік грації”, коли дитина особливо чутлива до витонченості рухових дій, їх чарівності і вишуканості, а постать набуває гармонійної стрункості.

Сила дійового мислення і граціозність рухів – їх гармонія – свідчать не лише про зародження елементів думки, як це було раніше, а й про те, що почуття гармонії стає безпосереднім регулятором і рухів, і думки.

Дитина мислить рухами і діями з предметом, чим і започатковується основа психомоторної творчості. Згодом ці процеси мислення і живі рухи відокремлюються, і отрок стає здатним осмислювати власні рухи і дії з предметами, не торкаючись їх руками, мислити образами, почуттями або використовувати лише думки.

Занедбання психомоторного періоду розвитку дитини завдає їй великої шкоди – вона втрачає головну умову створення “золотих рук” і від цього страждає і “світлість голови”.

А чи можна це потім компенсувати? Можна. Але для цього треба виконати величезну роботу над собою, повернутися в минуле і почати все, так би мовити, з нульового циклу. Але не кожна людина здатна на таку роботу, і тому так багато людей з мало розвиненою психомоторикою. І не лише психомоторикою.

Традиційна думка про однобічність психомоторики як системи двигунів, спроможних виконувати лише механічну роботу, спотворено відображає дійсність.

За зовнішньою картиною живого руху криється неосяжна глибина змісту, непомітна здоровому глузду. Помилкова думка про живий рух як механічну роботу створила слідом за собою ряд шкідливих життєвих формул, хибних традицій.

Думка обивателя: будь-яка **активність, робота – шкідливі** (скорочують життя); бо життя, ніби шагренева шкіра, з кожною витратою енергії скорочується, тому що вичерпується запас життєвих сил. Неусвідомлена соціальна установка на бездіяльність працює безвідмовно.

Насправді ж моторика людини і її живі рухи – найдосконаліший механізм, машина, яку може створити тільки природа. На її основі можлива нескінченна кількість окремих функціональних органів і інструментів праці.

А мускул – двигун цих машин і механізмів – побудований майже ідеально: в ньому немає нічого зайвого, все – найдосконаліше, і все працює. І реакція на вплив зовнішніх сил, і продукти спалювання енергетичного матеріалу використовуються в наступному енергетичному процесі – все застосовується до кінця. Для біоніків моторика і мускульний рух – недосяжна мета, мрія, до якої вони прагнуть, наслідуючи і намагаючись відтворити логіку механізмів у металі, технічних системах.

Унікальність моторики в тому, що технічна машина сама себе не відчуває: виконує лише одну функцію – перетворює енергію з одного на інший вид.

Мускул – сенсоризована система, сама себе відображає, і все те, що на неї впливає, вона долає або перетворює.

До цього ще й зберігає відображене деякий час у засіках пам'яті.

З моторикою людини психологія пов'язує проблему походження чутливості, відчуття, думок і почуттів. Живий рух мислячого тіла вважається головним інструментом, який їх розбуджує для виховання і вдосконалює ще в дитинстві.

Чому так відбувається? Бо живий рух і мислення – дві властивості мислячого тіла людини. Унікальність цих властивостей у тому, що:

а) завдяки живому руху людина здатна в уяві будувати траєкторію свого пересування в просторі і часі – створювати **хронотоп – цілісність із простору і часу дії;**

б) відтворювати живим рухом конфігурацію предметів, що перебувають у контакті з ним, незалежно від їх складності.

А як мускул пізнає? Під час роботи, рухаючись разом з тілом або кінцівками, він витрачає енергію, акумульовану в ньому, пізнає і

зберігає в образі, який живе ще деякий час після завершення дії, виконаного руху.

Діючи, людина долає опір предмета рухами, відображає предмет, щоб оволодіти ним. А оволодіння предметом складається з п'яти послідовних етапів: **а) сприймання; б) порівняння; в) оцінка; г) прийняття рішення; д) живий рух, дія.**

Отже, досить дослідити ці п'ять операцій, і ми отримаємо ключ до розв'язання багатьох типових задач – загальну технологію розвитку механізмів творчості.

Пізнання – це особливе, суто людське. Тварина теж пересувається в просторі і часі, але ми, пересуваючись у хронотопі (просторово-часовий континуум дії), оволодіваємо цим простором, часом і силами, які там виникають. Ці сили відразу не підкоряються, і ми оволодіваємо середовищем, щоб його засвоїти.

У психомоторній дії дитини коріняться перші елементи її власної думки, з живого руху вони виростають, набирають сили, щоб охопити нею інші світи на життєвому шляху: живий рух вчить дитину думати, мислити абстрактними предметами.

Щоб засвоїти рухи, людина свій **предмет засвоєння або регуляції** – психомоторну дію або систему дій – має розкласти на складові, окремі почуття живих рухів. Але їй треба насамперед навчитися не лише розкладати, а й групувати їх, бо вона має справу з особливим відображенням предмета дії – “темним м'язовим почуттям”.

Людина створює “карту” своїх відчуттів власних рухів у роботі з майбутнім предметом, а тепер – із сировиною. У новачка на цій карті поки що багато білих плям і зовсім абрисно розміщені материки – властивості сировини або матеріалу дій. Але ці “материки” м'язових почуттів ми можемо назвати. Цих почуттів відображається сім.

Поки малюк у дитинстві бігає, стрибає, оволодіває предметами, а потім і живими рухами, він пізнає:

- чотири види сил (гравітації, інерції, активних і реактивних м'язових зусиль), що утворюють динаміку рухів;
- два види простору (простір, на якому розгортається дія; простір “схеми тіла”, власних людських поз та постави), у яких живуть сили;
- час живого руху.

Час – пам'ять і перехід сучасного в майбутнє. Нам постійно тлумачили, що пам'ять – це досвід минулого життя, що зберігається в

мозку. Що минуло – того вже немає, і лише закарбоване в мільярдах клітин сірої речовини воно існує.

Усе так – та не зовсім. Тому що в цьому шкільному уявленні врахований лише узор – багатоколірні хрестики, що фіксують пережиті думки, почуття, образи. І чомусь ніхто не замислився, на якому полотні вишиті цими хрестиками узори.

Зрозуміло, це полотно – час. Пам'ять поза часом – це ж нонсенс. А якщо поміркувати і зробити ще одне зусилля і згадати, що час так само матеріальний, як стілець, як зубний біль, то і пам'ять на цьому полотні розповзається. Коли ви думаєте про майбутнє – мрієте або визначаєте варіанти розв'язання задачі, – що працює при цьому? Думка.

Думка, що летить у майбутнє на полотні часу, малює свій фантастичний узор разом з уявою або методом проб і помилок перевіряється зазор між вашим знанням і незнанням. Думка там, попереду; у мозку лише відображення її.

Відображення це особливе. Якщо дзеркало, відображаючи, розташовує відображене позаду себе, то мозок це відображення має попереду себе, там, де воно, це відображене, справді існує. Тому ми відображаємо особливим способом. За допомогою мозку ми здійснюємо такі розумові операції:

- 1) відображаємо;
- 2) фіксуємо в пам'яті це відображення;
- 3) фіксацію здійснюємо в часових координатах: лише завдяки цьому “кадрики” не наповзають один на одного...

У пам'яті той самий механізм – тільки навпаки. Застиглі в минулому часі образи, почуття і думки ми відтворюємо і фіксуємо в сучасному.

Отже, кожен із семи “материків” треба знайти в своїх рухах і співвіднести його із властивостями предмета дії, щоб оволодіти ним, ставши повновладним господарем цієї почуттєвої і предметної території, на якій розгортається процес дії.

Як бачимо, між людиною, її робочими рухами і предметом, над яким вона, працюючи, вчиться працювати, існують складні зв'язки.

А що може побачити сторонній, спостерігаючи психомоторну дію?

Тільки зовнішній малюнок мислення, а не таємничі процеси мислення, почуттів та уяви. Малюнок рухів, котрий ми спостерігаємо,

має далеко не достатню інформацію про хід психічних явищ, викликаних і активно залучених у роботу з предметом.

Але все-таки вже із цього зовнішнього малюнка дії можна визначити такі її властивості: **ритм, симетрію, гармонійність** у різноманітних формах їх існування в робочих діях. І людина повинна бути здатна на це: розрізняти стани рухів від зародження до вищого рівня розвитку цих властивостей – до стану досконалої гармонії. Ці явища можна звести до трьох послідовних психічних процесів:

- 1) порівняння;
- 2) оцінки рухів і стану перетворюваного предмета;
- 3) прийняття рішення діяти з предметом так, а не інакше. Досить дослідити ці три процеси – і ми одержимо ключ до розв'язання учнем будь-якого типу психомоторних або розумових задач: навчання і дії.

Три типи процесів – **порівняння, оцінки і прийняття рішення** – можуть здатися очевидними. І тут ми знову можемо і повинні допомогти тому, хто навчається усвідомлювати свої переживання роботи з предметом і над предметом.

Чим? Назвати ці переживання.

Зокрема, **почуття краси** – переживання процесу роботи, через яку створюється гармонійність у предметі, і цей процес подобається людині, вона дістає насолоду, натхнення.

Кінетична мелодія рухів – відображення часового ритму; почуття простору, почуття сили рухів і відповідних їм ритмів. У свою чергу вони породжують переживання, які поділяються на позитивні і негативні почуття. Коли дії і вироблюваний предмет відповідають законам гармонії, зокрема закону “золотого перерізу” – метричному її інваріанту, – людина переживає гаму позитивних почуттів, а коли гармонія рухів і предмета руйнується – гаму протилежних, негативних.

М'язова радість – найпростіша і найточніша інформація про те, що робота виконується під контролем позитивних почуттів. М'язова радість – емоція, яка може перетворитися на почуття. Порівняйте багатство переживань м'язової радості зі станом натхнення, яке породжується почуттям краси, піднесеного. Ці почуття викликає неповторна новизна, що захоплює і дивує не лише того, хто працює, а й усіх інших людей, а іноді сприймається з деяким острахом.

Чому це пізнання особливе?

Дитина ще не володіє мовою, не читає підручників з фізики, біомеханіки тощо. Звідки вона про це все може дізнатися? За посередництвом чуттєвого відображення власних живих рухів. Що ж дається їй у живому відображенні? Рухи несуть у собі своєрідну гаму барв відчуттів: кожна фізична властивість руху має свою забарвленість.

Відображення властивостей рухів дії – складові свідомості – образ, почуття, дійова думка. Вони і набувають у дитини властивості безпосередніх регуляторів дії. І чим образ, почуття і думка точніше побудовані, тим спритніші дії та рухи дитини, тим більш розвинена її психомоторика.

У рухливості і змінності гами відчуттів, їх калейдоскопічності – рушійна сила розвитку дитини. У дії відбуваються порівняння, оцінка і вибір кращого варіанта при прийнятті рішень щодо її організації. А якщо до цього додати, що почування рухів дитиною дуже важко виразити у формі смислів, передати іншому, розповісти про зміст, то стане зрозумілою та гігантська розумова робота, яку виконує дитина кожного дня, пізнаючи в рухових діях себе і все навколишнє.

Пізнати себе в психомоторній дії, зрозуміти себе і свої можливості, виховати в собі здібності – завдання, яке кожен повинен виконати самотужки. Це робота, яку неможливо перекласти на чужі плечі і не можна довірити нікому іншому. І тільки сумлінна праця над собою, тобто вільна психомоторна активність дитини – її перші кроки до себе самої, до талановитої роботи в майбутньому.

Багатьох (дітей і дорослих) робота над собою лякає труднощами, для інших – вона **радість самопізнання.**

Підкреслимо: самопізнання не в спогляданні, а навпаки – в подоланні себе в пізнанні і діях. У нагороду за цю титанічну роботу природа подарує вам невичерпне джерело позитивних почуттів; у такому пізнанні ви не будете помічати ні напруження, ні труднощів, які долаєте. Отже, лише у подоланні розвивається воля і характер: **дитина, обмежена в рухах, відстає в розумовому розвитку.**

Ось чому в життєдіяльності людини живий рух її мислячого тіла, психомоторні дії посідають провідне місце: вони – необхідний компонент способу існування розумного буття людини.

Психомоторика – орган пізнання

Вислів “виміряти не означає пізнати” справедливий скрізь – тільки не в психомоторній активності. Вимірний рух створює цілісний

образ – вузлик на пам'ять. Це зліпок, модель рухів, їх суб'єктивний еталон.

Як це відбувається? Діючи, людина вимірює. Вимірюючи – діє. Тут вимірювальний прилад – мисляче тіло людини. А орган відчуттів – найдосконаліша обчислювальна машина, яка працює на **прийом, переробку та інтеграцію відображеного**. Живим рухом людина вимірює і проявляє здатність сприймати і перетворювати світ. Тобто “вихід” для всіх ЕОМ один – живий рух.

Вимірюючи, ми діємо на кожному кроці. Ми йдемо життям, обережно обмацуємо перед собою незримий тонкий лід, щоб не провалитися. Усі наші органи чуттів служать розв'язанню цієї задачі, усі наші сили, усі наші дії підпорядковані виконанню вимірювання і прогнозування майбутніх дій, вчинків.

Що це означає? На відміну від технічних вимірювальних еталонів, людина створює почуттєві мірки майбутніх предметів: сенсорні, перцептивні, мнемічні тощо, а метрика цих еталонів однакова. Досить людині подати в образі, почутті, смислі міру і число дії, і тоді вона може з високою точністю, виконуючи рухи, вимірювати їх.

Отже, пізнання неможливе без вимірювання. Дитина, діючи, зайнята тонкою роботою: схоплює на льоту відбитки дії і зовнішнього середовища в його чуттєвому змісті, щоб безпомилково розрахувати точність і спритність рухів і дій, бо помилка загрожує гулею на лобі, розбитим носом, подряпанними колінами, всілякими прикрощами – болем.

Органи відчуттів – швидкодіючі в межах тисячних часток секунди, що надточно регулюють рухи – в міліметрах простору, міліграмах сили.

Розглянемо один приклад. Людина на льоду посковзнулася, її тіло почало падати. Миттєвість величезного напруження з нібито хаотичних рухів, щось невловиме, якась сила організувала їх – тіло знайшло опору, і людина не впала. Те саме відбувається, коли людина спіткнеться або оступиться. Або помилиться в дозуванні рухів. Рухи при цьому збиваються зі своєї траєкторії. Глядач вважає: все... Але вона якимось дивним способом викручується із скрутного становища і доводить справу до успішного завершення.

Що допомогло? Що дало змогу подолати перешкоди і досягти наміченого?

Сенсорний контроль рухів, їх всеосяжна інформація.

Механізм контролю рухів – величезна сенсорна система тіла з 10 мільярдів каналів, які його з'єднують з фізичним довкіллям. Кожен із цих десяти мільярдів каналів настроєний на прийом певних сигналів. Вони фіксують усю інформацію, виявляють неточності. Тут же миттєво виконуються всі розрахунки, і рухом тіла в ту саму миттєвість прокладається новий відредагований маршрут: людина не впала, спортсмен добився успішного результату.

Ось чому психомоторна система – універсальний вимірювальний прилад людини.

Технічні засоби вимірювання спеціалізовані в основному на **одному показнику** властивостей предметів, явищ або процесів. Психомоторна система, живий рух, що розгортається в координатах простору і часу – універсальна здатність вимірювати:

– **час** – від тисячних часток секунди до десятків годин, – і тому вона виконує роль біологічного годинника;

– **простір** – від ледь помітних для ока мікронного розміру речей до декількох кілометрів, і тому вона – мікромметр, зразковий вимірювальний прилад і навіть – теодоліт;

– **силу взаємодій** – зусилля в межах кількох грамів до сотень кілограмів – і тому вона виконує роль універсальних ваг.

Мускули можуть виміряти й інші похідні від часу, простору, зусиль:

– **швидкість, прискорення, темп рухів** – кількісні величини; **ритм** (просторовий, часовий, динамічний), **координованість рухів, пластичність, спритність, м'якість, граціозність** психомоторної дії тощо – якісні показники психомоторної дії.

Але цими вимірюваннями мускулатура не обмежується.

Існують у ній досконаліші засоби вимірювання – надання числа і міри власним рухам, які майже недосяжні технічним вимірювальним приладам. **Це – вимірювання почуттям гармонії і доцільності будови предметів і явищ, власних рухів.**

Як цю здатність розуміти?

Людина може навчитися:

- 1) слухати себе, своє тіло у психомоторній дії;
- 2) розуміти власні рухи тієї самої дії;
- 3) давати оцінку всій дії.

Цей порядок умінь не випадковий. Він продиктований логікою самопізнання і технологією самовтілення. Далі. Що людина чула,

прислухаючись до мелодії рухів? Стан гармонійності мелодії, яку сприймала, виконуючи дію – першоджерело для розуміння і оцінки. Діючи, вона порівнювала сприйнятий предмет з еталоном гармонії, який зберігається в пам'яті. Система таких еталонів дає їй змогу користуватися ними як зразковими мірами:

- 1) зароджуваної гармонії;
- 2) досконалої гармонії;
- 3) досконалої гармонії, яка почала руйнуватися.

Насправді вона розрізняє значно більше станів гармонії системи рухів. Але не в цьому її сила.

Найважливіше те, що завдяки добре розвиненому почуттю гармонії, людина здатна в кожному конкретному випадку не лише оцінювати стан рухів, а й бачити тенденцію розвитку до стану більшої досконалості, до вершини їх гармонійності. Вона спроможна визначати напрям вправління, який і стає змістом прагнення.

Ми вже говорили, що людські органи чуттів (сенсорні системи) здатні розрізняти предмети або явища залежно від того, як ці предмети організовані структурно. Перевага надається тим предметам і явищам, які за своєю будовою наближаються до гармонійної цілісності. Гармонія приваблює і притягує до себе увагу, збуджує інтерес, думки і почуття – діяльну сторону розуму.

Існує і метричний еквівалент гармонії – “золотий переріз”. Його можна розглядати як метричний закон зв'язку елементів у систему рухів. Закон відомий учням старших класів у вигляді зворотних послідовностей чисел, гармонічної прогресії або чисел Фібоначчі. Але це знання **знакове – як закон чисел**, а не почуттєве, хоча дію цього закону переживав кожний, хто мав можливість переживати почуття м'язової радості.

Системи рухів, дій, предметів та явищ, побудованих (неусвідомлено – або свідомо, що набагато краще!) на законі “золотого перерізу”, найбільш повно сприяють реалізації:

- 1) процесів передбачення того, що може відбуватися;
- 2) почуття гармонії, яке відшукує джерела енергії для наступної дії;
- 3) творчих процесів, які створюють гармонію в природі, техніці, мистецтві і в самому собі.

Головне ж у дії – охопити почуттям гармонію (реальну або уявну – байдуже), як більш досконале. Як тільки одного разу це вдалося

(наприклад, досить один раз поїхати на велосипеді, попливти – і це закарбовується миттєво і на все життя), уміння стійко зберігається і полегшує регуляцію рухів, дій – сприяє майстерності.

Розвиток психомоторики, як органа пізнання, сприяє вихованню таких творчих здатностей.

1. У психомоторній дії коріняться елементи думки дитини: діти, обмежені в цьому виді активності, відстають від ровесників і в розумовому розвитку.

2. Природа людині виділила певний період життя (від 5 до 8–10 років) для вдосконалення психомоторики (“вік грації”), коли рухи дитини набувають витонченості і чарівності, стрункості і вишуканості, відображають гармонію дитячої душі.

3. Чутливість до гармонії, її свідомий розвиток у “віці грації” закладають підвалини для розрізнення міри гармонійності будови предметів і явищ поза дитиною, сприяють використанню почуття гармонії як інструмента творчості.

Занедбання розвитку чутливості – обмеження творчих здатностей. Зрозуміло, їх можна дещо компенсувати і довести до оптимального рівня, започаткованого природою. Але ця компенсація дістається великою ціною. Для цього треба виконати величезну за обсягом і напруженістю роботу. Не кожен здатний наздогнати втрачений час цього сенситивного періоду.

4. Систематичний розвиток почуття гармонії у “віці грації” засобами психомоторних дій з установкою на розрізнення якостей і стану гармонії рухів відкриває дитині можливість розвинути такі здатності:

а) оцінювати досконалість гармонії і її частин, вимірювати їх якість і оцінювати той чи інший стан за еталонами, зразковими мірками, які зберігаються в пам’яті;

б) усвідомлено визначати напрям розвитку гармонії – до вершини її досконалості, випереджати уявою, почуттями та мисленням дійсність буття потенційної гармонії в предметах і явищах;

в) користуватися “шкалою станів гармонії” і визначати засоби (розумові і психомоторні), які ведуть від прихованої в предметах і явищах існуючої гармонії; створювати механізм здатності – **всім відомі задачі розв’язувати оригінальним способом.**

5. Розвинута в дитинстві здібність створювати гармонійні рухи дає:

а) можливість використовувати закон переносу властивостей гармонії на інші предмети і явища;

б) можливість дитині, підлітку, юнакові на підставі уявлення про окреме – гармонію живого руху – оцінювати і створювати гармонії в сполученнях слів, звуків, кольорів і природних речовин і виховувати в собі творця.

Ще раз нагадаємо: діти, отроки і юнаки, обмежені в психомоторній активності, відстають від своїх ровесників у розумовому та почуттєвому розвитку.

Треба добре пам'ятати: продуктом нашого живого руху є своєрідна психомоторна структура – **аналог умовиводу – розумова мірка предмета**, який людина опанувала; система думок. І ця розумова мірка прикладається до предмета, щоб відповідно до неї його переробити в досконалу форму. Дії над новими, невідомими предметами потребують вироблення відповідних мірок, щоб із знанням справи працювати і перетворювати звичайну працю на творчий процес.

Важливість і цінність нормальної психомоторної активності дітей полягають у тому, що вони, ще не володіючи мовою, мають можливість розвивати в собі ту ділянку мислення, яка створює **судження**. Це судження будується на почуттєвому матеріалі, на перетворенні його розумовими операціями і рухами в матеріалізовану цілісність.

З часом таким самим способом, але на іншому – понятійному матеріалі – дитина, а потім підліток, створюватиме мовні конструкції – **умовиводи та судження**. Але першу школу виучки здатності до творчості людина в дитинстві здійснює (усвідомлено або неусвідомлено) через психомоторику.

Понятійна думка теж зароджується в живому русі, але вже тоді, коли отрок або юнак навчиться користуватися **словом, поняттям або символами**.

Рівень розвитку психомоторики – міра наших можливостей в оволодінні простором і часом. Бо все: мислення, почуття і уява в дитини (у дорослого – так само) – починається з руху. Живий рух – єдиний засіб, який матеріалізує рухи думки, почуттів та уяви. До того ж живі наші рухи, психомоторика – головні регулятори не лише наших дій і вчинків, а й нашої енергетики.

Обмежити в людини психомоторні рухи – значить провокувати в ній прояви феномена сплутаної енергії; простіше кажучи, прирікати

її на гіподинамію – хворобу нашого віку. А ліки від неї одні – живі рухи і оптимальний обсяг навантаження психомоторики.

Психомоторика – корсет тіла

Що надає людській фігурі стрункості?

Гармонійно розвинена мускулатура, яка висвічує енергію життя, красу і багатство душі, створюючи джерело зовнішньої привабливості. А що це значить для людини, говорити не треба.

Людина має бути красивою тілесно. Отже, психомоторика, статура, краса тіла стають засобом впливу на інших людей, засобом усвідомлення себе самодостатньою і впевненою в собі людиною.

Який дивовижний механізм – мірка людини, що дає змогу так точно все вимірювати і за посередництвом рухів і дій створювати шедеври духовності! Згадаймо про чутливість шевця, сталевара, механіка, спортсмена, художника, актора та ін.

Це стає можливим завдяки почуттю гармонії. Гармонії власного тіла і душі. Почуття особистого стану в кожний конкретний момент, кожний проміжок часу.

Як цей процес розуміти?

Розшифровується це просто: якщо наше тіло гармонійне – а це так! – воно обов'язково повинно породжувати гармонійні рухи. Тобто рухи, засновані на принципі гармонії, яка в формі образу живе в кожній здоровій людині.

В тому, що наше тіло побудоване природою гармонійно, не треба нікого переконувати. Але вам, певно, цікаво дізнатися про декілька фактів, що підтверджують це.

Довжина гомілки дорівнює довжині стегна.

Довжина передпліччя – довжині ступні (до речі, це було відомо ще стародавнім: “лікоть” і “стопа” були мірами довжини; не випадково ж фут як міра живе до цього часу: вони послужили не лише засобами вимірювання, а й засобами пізнання).

Висота від перенісся до маківки голови дорівнює висоті від центра гомілковостопного суглоба до опори ногою на землю. Цей ряд можна продовжувати і далі.

У нашому тілі існують і інші ряди чисел, які відображають його природну гармонію. Їх три:

– метричний ряд – 7–7–7–7–7,

– ряд чисел арифметичної прогресії – 5–10–15;

– і пропорції “золотого перерізу” (Божественна пропорція, за Леонардо да Вінчі) – 7–11–18.

Ряд Фібоначчі виражається числами – 1–1–2–3–5–8–13–21–34 і т. д., тобто сума двох попередніх чисел дорівнює наступному числу цього дивовижного ряду. Відношення суміжних чисел у ряді Фібоначчі дорівнює 1,618, або 0,618, коли процес або явища змінюються у зворотному порядку, зменшують інтенсивність.

Використання цих прогресій у технічних системах, в архітектурі або будівництві навряд чи когось здивує. Але ці ряди чисел характеризують і розміри людського тіла. На це звернули увагу ще стародавні греки, а, можливо, й шумери або єгиптяни (жезл або канон Хесіри, який жив у XXVII ст. до нашої ери (!!!), містить у собі всю систему точок “золотого перерізу”).

Антична скульптура випробувала на собі вплив такого уявлення про гармонію. За її канонами створювалися шедеври класичної грецької пластики, у мертву матерію втілювалися пропорції людського тіла. Гармонія, яка так яскраво і наочно проявляється у творах мистецтва, має своє приховане об’єктивне, математичне відтворення, яке переживається людиною в формі естетичних почуттів.

З далеких часів в архітектурі, живопису, музиці “золотий переріз” довжин і інтервалів брав участь у створенні шедеврів.

Висновок: дотепер ще не можна точно сказати, що було домінуючим інструментом у творчості:

1) **свідоме використання законів гармонії** – і її метричного інваріанту “золотого перерізу”, а також відповідні **математичні розрахунки** відношень розмірів предмета,

2) чи **природа людських почуттів, мислення та уяви** диктувала митцям свої умови, підштовхувала інтуїцію творців до пропорцій “золотого перерізу” і оптимальних рішень.

Імовірний третій варіант – використовувались обидва способи: властивості природи і міра стану тіла і душі. Художники за цими мірками (**інтуїтивними або свідомо математично врахуваними**) втілювали проекти в дійсність і використовували гармонію природи для перебудови самої природи.

Якщо психомоторика дисгармонійна, розладнана або недосконала, то якість роботи механізму творчості низька, а людина в такому стані аварійна: працюючи, припускається помилок або травмує себе.

Психомоторика – живий акумулятор енергії

Сучасна психологія розглядає мускул (і психомоторику в цілому) як **шостий орган чуттів**. Винятковість і універсальність його полягають у тому, що мускул оперує в діях усією тріадою: **енергією, мисленням, почуттями**.

Усі інші органи чуттів працюють лише на сприйняття енергії та інформації, бо вони мінімально моторизовані, позбавлені природою власного моторного апарату і тому не можуть виконувати іншої продуктивної роботи, крім **пізнання** – відображення енергії і інформації, що надходить ззовні.

Мускульна система – своєрідний біологічний пристрій у нашому тілі, здатний нагромаджувати в собі енергію. Ця здатність – прояв мудрості тіла.

Мудрість тіла, як ви вже знаєте, – комплекс механізмів, створених досвідом життя на землі, що призначений для збереження внутрішньої рівноваги – гомеостазу – гармонії внутрішнього біологічного середовища.

Як працює ця функція мудрості тіла?

На вплив, на витрачання енергії тіло відгукується протидією більшої сили – із запасом; на той випадок, якщо цей вплив наступного разу обрушиться на нас зі ще більшою силою. Воно здатне здійснювати не лише захист, а й нагромаджувати прибуткову енергію та інформацію. Таким самим способом захищається шкіра ноги від черевика, що муляє палець – збільшенням товщини шкіри – мозолем.

Нагромадження енергії та її концентрація відбуваються в тих органах і системах тіла, які більше від інших зазнають навантаження. Але психомоторика, мускульна система не є монополістом енергії. За умови наявності оптимальної кількості енергії людина може використовувати її всіма механізмами тіла і душі.

Жива енергія – універсальна умова здатності людини діяти, стверджувати себе у створеному.

От і прийшла черга відповісти на питання.

Гіподинамія руйнує психомоторну систему – систему, яка складається з 600 мускулів і близько 200 кісток. Вона руйнує:

1. Орган мозку, створений у процесі еволюції людини.
2. Механізм, на базі якого будуються системи психомоторних дій: тих, що вже відомі і опановані людством, і тих, які будуть відкриті в майбутньому.

3. М'язову систему – орган, який становить понад 40 % маси тіла, – найбільший із найбільш активної матерії людини...

За умови оптимальної активності психомоторика виконує такі енергетичні функції:

– генератора енергії, яку виробляє психомоторика і для себе, і для потреб інших органів нашого тіла;

– трансформації одних видів енергії в інші – і тим самим забезпечує здоров'я і життя людини;

– формувача наших думок, образів і почуттів – безпосередніх регуляторів наших дій, поведінки і діяльності.

Психомоторика – орган дійового мислення

Отже, за психомоторикою ми бачимо всю людину, її здатність активно впливати на довкілля, підкоряти його собі.

Психомоторика компактна і не виходить за межі тіла (її радіус – це відстань, на яку ми можемо простягнути руку, щось дістати, рухати ногами, головою).

Як же нам впливати на навколишній світ? Як себе виражати? Чим донести інформацію у сферу психомоторики? І як перетворену в горнілі психомоторики інформацію втілити індивідуальною печаткою в матеріал, інакше кажучи, самовтілитися?

Класична психологія не знає поняття **самовтілення**. Заглиблюючись у людину, розщеплюючи її, диференціюючи, психологія знайшла такі процеси (і відповідно до них – почуття), як відчуття, сприймання, уявлення, пам'ять, мислення, мотивація та інші; їх традиційно розглядали нарізно. Але справа в тому, що всі вони можуть бути зведені до спільного знаменника. Як?

Кожен із цих процесів складається з трьох послідовних етапів:

- 1) відображення енергії і інформації;
- 2) проектування наступних дій;
- 3) породження діями продуктів діяльності.

Досить дослідити ці три дії, і ми матимемо ключ до розкриття секрету якого завгодно із названих процесів. Ми одержимо одну загальну технологію для розв'язання типових задач.

Хоча всі три дії – відображення, проектування і породження продукту – можуть здаватися очевидними, проілюструємо це на прикладах.

Перша дія – **відображення енергії та інформації**. Кожний з нас розрізняє 2–3 відтінки чорного кольору. Маляр – 40. При переході від червоного до жовтого кольору ми розрізняємо не більше 25 відтінків. Сталевари – 200. Досвідчений льотчик за висотою тону на слух визначить число обертів двигуна. Наприклад, він може назвати число 1340 за хвилину (а не приблизно 1300) – і не помилиться, що недоступно “нормальному” слуху.

Знаменитий фінський бігун Пааво Нурмі пробігав 400-метрові відрізки дистанції на замовлення глядачів з точністю до 0,1 с. Що можна додати до можливостей відображення? Хрестоматійний нюх бджоли, температурна чутливість змії, зіркість орла тощо перебувають у межах людських можливостей.

Які процеси забезпечують відображення енергії та інформації?

1. Сприймання енергії і інформації зовнішніх впливів.
2. Порівняння і оцінка сприйнятого із здобутками пам'яті.
3. Прийняття рішення – сформульовано думку, визначено предметність почуттів, створено сталий образ (уявний або дійсний).

Відображення – це розрізняльна здатність наших органів чуттів. Порівняння і оцінка – розрізняльна здатність нашого мислення, розуму.

За цією схемою можна розібрати і психологію прийняття рішень. Поки що ми не будемо занурюватися в його технологію. Лише накреслимо межі цієї розумової дії: від першого кроку дитини до гамлетівського “бути чи не бути”. Важливо зазначити, що будь-яке рішення – думка, почуття, образ дії – ґрунтується на моральних критеріях, якими користується людина.

Прийняття рішення – це розрізняльна здатність морального почуття.

До речі, проектування – найбільш людська із всіх наших здатностей.

Аби підсилити здатність до відображення – можливості наших органів відчуттів, – людство створило багато приладів з дивовижною розрізняльною здатністю: від лінзи Левенгука до космічних кораблів.

Щоб підсилити потужність м'язів для здійснення ними можливостей діяти, людство створило другу природу: від колеса, молотка і важеля до ядерної енергетики, і тільки здатність до **проектування** поки що не підсилена нічим.

Можна гадати, що вже перший крок у цьому напрямі стане початком нової наукової революції. Вона звільнить людину від необхідності напружено думати, своєю думкою проникати в таємниці природи, розсекречувати їх.

Що тоді залишиться на долю людини? Відображення себе, проектування і породження себе самої. *Самовдосконалення і самовтілення – теж шлях до себе.* На Дельфійському храмі було начертано: “Пізнай самого себе”. Дивовижна формула життя і корисна порада кожному, але, на жаль, стародавні мудреці не обтяжили себе тим, щоб указати засоби і шляхи практичного використання цієї формули.

Потім людина пізнала себе, і коли побачила, яка вона недосконала, то всі філософи і всі релігії почали вимагати: “Подолай самого себе”. Але все це, як ми з вами знаємо, не розв’язало проблеми. Про що це свідчить? Про безпорадність людини перед природою і перед самою собою.

Отже, від гармонії внутрішнього стану до гармонії рухів і дій – один крок. Інакше і не може бути. Гармонія породжує гармонію. Дисонансам там немає місця.

Ось чому поняття “гармонія” – основа розуміння і філософського осягнення нашого тіла і душі.

Регулятори і продукти психомоторики

Механізм роботи мислення і живого руху надзвичайно складний.

Чому? Тому що орган руху і орган пізнання зосереджені в одній і тій самій конструкції мислячого тіла. Коли ви, наприклад, біжите, виконуєте живі рухи, то в дії беруть участь майже всі 600 м’язів, 200 кісток рухаються одна відносно одної – працює увесь опорно-руховий апарат. Усе тіло має понад 100 ступенів свободи.

Наприклад, циркуль має лише один ступінь свободи; вказівний палець вашої руки, як і трамвай, – теж один, два – автомашина. Якщо їм надати ще й третій ступінь свободи, то вони перестануть бути керованими системами. Далі. Уся рука з пальцями до лопатки має 22 ступені свободи – невичерпний банк для можливих траєкторій руху.

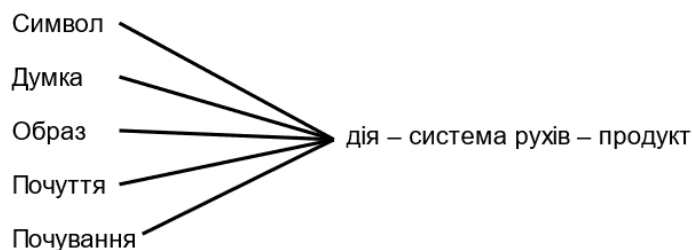
Уявіть собі, яка робота мислення, почуттів та уяви необхідна для гармонізації і синхронізації цього величезного оркестру психомоторики: щоб цей оркестр грав без збоїв і затримки. Або, наприклад, щоб при письмі рухи були красивими і приносили радість.

Отже, думка про здатність людини до майже **нескінченної кількості систем** рухів спростовує міф про незмінність рухів у дії, про те, що рухи виробляються, закарбовуються і локалізуються в мозкові завдяки багаторазовому повторенню, тривалому вправлянню.

Отже, одна і та сама психомоторна дія, залежно від:

- а) передбачення її результату або продукту, що майже те саме;
- б) смислу психомоторної задачі, – спрямовується і коригується принаймні **п'ятьма** відносно самостійними регуляторами.

Комплекс регуляторів психомоторної дії можна уявити, користуючись такою схемою:



А що ж відображають поняття “регулятор” і “продукт дії”?

Цими поняттями ми вже користувалися, але не давали їм психологічного визначення.

Будь-який регулятор, як і регулятор рухів у дії, – пристрій, що:

- а) підтримує незмінність параметрів процесу розв’язання рухової задачі;

б) або змінює його за певними законами;

в) спрямовує розвиток психомоторної дії в бажаному напрямку.

Отже, **символ і думка** – регулятори, утворені на матеріалі знакових систем – засобів спілкування між людьми з культурною спадщиною. За допомогою символів і думок людина може користуватися чужим досвідом, щоб збагатити свій.

Почування, почуття, образ, думка – власний досвід розв’язання психомоторних задач.

Ці регулятори вносять в дію порядок, систему. Тут людина користується здебільшого почуттям гармонії, щоб узгодити складові нашої “машини”, так би мовити, “чорнову” роботу. Регулювання дії здійснюється так, щоб задачу було розв’язано, а мети – досягнуто. Почування, почуття, образ, думка – **регулятори тактичного призначення**. Вони визначають засоби розв’язання задачі, форми боротьби з руйнівними впливами, які виникають у конкретних умовах дії і за певних обставин.

Символ і думка – регулятори стратегічного призначення і тому спрямовують розвиток психомоторної дії в діапазоні “незграбність – гармонійність”, тобто ведуть до вершини її досконалості.

Але це не значить, що між ними існує суперечність. У правильно побудованому процесі засвоєння психомоторної дії вони разом забезпечують **стратегічний успіх**, одну лінію розвитку.

Який смисл вкладатимемо в поняття **“продукт дії”**?

Розглянемо на прикладах. Ходьба, біг, стрибки і тому подібні локомоції є способами дій мислячого тіла людини. А продуктом буде: пройдена відстань, що залишається позаду, подоланий простір або швидкість пересування. Простір, на який перенесемо вантаж, кинутий м'яч або якийсь інший предмет; висота, на яку піднята штанга над головою тощо, зміни в довкіллі.

Продуктами дії будуть і тонкі зміни всередині тіла людини. Стани теж безпосередньо відображаються в способі дії, у змісті розв'язуваної задачі – в мисленні.

Мислення неможливо вважати продуктом дії, воно само існує як дія. Продукт дії міститься не в ній самій, а в тому, що створює людина. А людина разом з дією створює і себе своїми силами.

Продуктом мислення є думка, хід думок – шлях, яким воно пройшло, щоб знайти прихований смисл.

До списку продукту дії входять:

- а) стани органів чуттів – сенсibiliзація і синестезія;
- б) послідовні рухові образи, стійкість яких залежить, як ви вже знаєте, від рівня енергії;
- в) ремінісценції образів рухів;
- г) позитивний перенос якостей і способів виконання дій;
- д) мінімальні зміни у всій психомоториці, які і ведуть її розвиток до досконалості.

А шлях від незграбності до гармонійності рухів – це водночас і піднесення до рівня роботи творця, який працює з речовиною природи і вкладає в неї свою душу. І тому продукт його дій – друга природа людини – культура.

Рух – це думка, реалізована в дії. Зверніть увагу: на першому місці стоїть думка; з неї все починається. Навіть тоді, коли людина страждає від свавільного байдикування. І тоді, коли її мисляче тіло працює з повним навантаженням. Але людина цього не помічає, бо в

живому русі думка і дія практично злиті в єдність. Міркуючи – ви дієте, а коли дієте – мислите.

Щоб ясніше уявити собі механізм психомоторики, розглянемо її функції у творчому процесі. Для творчого акту необхідні:

1) суб'єкт дії – людина, той, хто діє;

2) природні речовини (матеріали або знакові системи), над якими здійснюються дії, які перетворюють речовину на бажані форми або смисли;

3) продукт дій – те, що створено у процесі діяльності діяча. Значить, ідеться про діяча і дію. Не про дію взагалі, а про дію, яку діяч не виконує заради самої дії (Сізіфова праця), а навпаки, про дію, коли творець вершить – і згодом виникають великі діла. Діяч діє тут навмисне, з певним наміром, оскільки дія є обов'язковою умовою створення нового предмета, втілення в нього своєї мети.

Щоб намір було втілено, діячеві треба діяти максимально точно.

Рука скульптора оживляє мармур – він нібито дихає, він стає прозорим, він руйнує нашу самотність. Тією самою рукою з бездушного інструмента викликаються звуки, повні життя і пристрастей, які примушують плакати, очищають душу, вчать доброти. Досконалість руху видатної балерини дає уроки естетики, а спортсмена – мужності.

Але досить однієї-однісінької помилки, неточності руху руки скульптора – і мармур гасне, припиняє “світитись”, вмирає, – і глядач оцінює тільки мертвий камінь, що мало нагадує про життя. Досить скрипалеві один раз сфальшивити – і слухач миттєво, як за чудодійним велінням, повертається із своєї уяви до концертної зали, де все сіреньке і похмуре.

Хто бував на змаганнях легкоатлетів, той часто бачив, як спортсмен, метнувши списа, раптом хапається за плече, руку або попереk і вже не бере участі в боротьбі – травма. Метальники гранати навіть у кидку самі собі переламують кістки, а не лише травмують м'язи.

Що ламає кістки? Звичайна точка зору: кістки ламає сила. Нічого подібного! Їх ламає дисгармонія рухів.

Наскільки такі дії далекі від гармонійності і безглузді, стане зрозумілим із такого порівняння: ви можете собі уявити скрипаля, який на кожному концерті ламає свою скрипку?! Адже гармонія і точність рухів у скрипаля – і в кожній діючій психомоторній людини – повинна бути однаково досконалою.

Удалася дія – вона цільність, а в рухах виникає нова властивість – гармонія. Якщо ж вона вдалася не зовсім, значить її гармонія десь зруйнована. Звідти і йде інформація про негаразди, “закріпачення” або інтерференції, гальма, які вклинюються в струнку систему і руйнують рухи.

У дії, яка вдалася, мисляче тіло забуває самотійності, саме знаходить свою гармонію, виконують рухи в оптимальному режимі.

Виходить: розум безсилий проти мислячого тіла? Узагалі – це так. Тіло, правда, не наполягає на своєму пріоритеті, але спробуйте його примусити зробити те, чого воно не вміє, не може. Поставлене на межу дозволеного йому природою – у **ситуацію краю** – тіло взагалі відмовиться слухати розум, а в стані крайньої втоми, скільки не наказуй своїм рукам, вони однаково будуть нездатні до виконання роботи.

До речі, своєрідну неслухняність мисляче тіло проявляє і в тому випадку, коли рухи набули гармонії – і виконуються в оптимальному режимі. По лінії найменшого собі опору. Тут рухи плинуть нібито самі по собі – *саморегулюються*. Вони здійснюються, плинуть нібито як по маслу, без внутрішнього опору або “тертя”. Втручання в їх плинність зайве, а значить, і шкідливе.

Гармонія рухів – продукт дії. Вона сприймається нашим внутрішнім “приймачем” – душею. І тільки зустріч з дисгармонією здатна “вимкнути” насолоду рухами і співпереживання глядача. Отож, досить однієї помилки, неточного руху, щоб він “вимкнувся”, а позитивні почуття змінили свій знак на протилежний: задоволення на огиду. Цього досить, щоб приймач замовк, адже він налаштований на сприйняття гармонії.

А хто ж “передавач” цих гармоній?

Творець, людина, яка діє точно, в предметі відтворює живими рухами стан своєї душі – гармонію. Він вкладає свою душу в продукт своєї праці.

Тепер вже неважко визначити і головні віхи шляху від незграбного до гармонійного руху, тобто до психомоторної творчості.

1. Робота над собою – психомоторика.
2. Робота психомоторними діями над предметом.
3. Творчий акт, створення самодостатнього і оригінального предмета.

Ось чому будь-яка діяльність передбачає розвиток і того, хто творить – регуляторів дій, і створюваного – продукту дій.

Механізми регуляції психомоторної дії

Регуляція рухів почуваннями

Щоб навчитися плавати, треба лізти у воду. Чому?

Навчитися плавати, лише спостерігаючи рухи плавця, не можна. Учитися за підручником – нічого не досягнеш. Учитися плавати на суші, опановуючи форми рухів, подібних плавальним, – результат той самий. Людина, яка опинилася на глибокій воді, неминуче тоне.

Отже, пильне спостереження рухів іншої людини, навченість на суші рухам і ніг, і рук – і навіть найдосконаліше – як виявляється, мало що значить. Тому, окрім навіть найточнішого уявлення дії, треба мати ще “дещо”. А про нього можна дізнатися, лише діючи.

Нікому це “дещо” не дається з першого разу. Людина пробує – відшукує ключ, зв’язок, місце з’єднання, спосіб гармонізації тіла і середовища, щоб попливти, поїхати, пройти по канату. І ось зненацька це “дещо” з’явилося. І людина вже володіє ситуацією. Виникає сталий діловий зв’язок, взаємодія, узгодженість дій: людина відчуває себе як риба у воді. Це “дещо” і є почуванням.

Виникає почування у взаємодії тіла і предмета, а потім вони втілюються одне в одне, перетворюючись на цілісність. Це “дещо” розташовується в місці контакту двох взаємодіючих сторін. Яскравість і точність почування (“дещо”) залежить від щільності прилягання одного до другого, що у свою чергу залежить від стану тіла і душі – пристроїв, які забезпечують це узгодження.

Почування – зачаток регулятора рухів дії, умова її розвитку. **Почування – зародок: а) почуттів, б) образу рухів, в) мотиву дії.** Людині діючій почуття підказують: приємне треба підтримувати і продовжувати, а неприємного в рухах треба уникати. У виникненні почуттів треба бачити перехід від імпульсивних рухів – **реакції на подразнення до дії, акції** – свідомого розв’язання рухової задачі.

Підкреслимо: у дії ініціатива її виконання йде від людини і нею вона оцінюється, а реакція – провокація руху ззовні.

Почуття мають тенденцію перетворюватися на образ рухів. Згодом виникає нове утворення – **почування-образ**. У чому його сила? Наявність почування-образу – передумова виникнення елементів думки: людина стає спроможною виконувати мислительні операції з

образом, перетворюючи його відповідно до мети, поза практичною дією, у розумовому плані. Завдяки цьому образ рухів набуває певної самостійності: він стає образом пам'яті і зберігається як живий досвід.

Отже, образ відокремлюється від почування і стає суверенним, відображає стан тіла людини, а інша частина почувань – систему рухів. Аналогічні перетворення відбуваються і з третім компонентом: **почуванням –мотивом дії**. Відокремлюючись від почувань, мотив вилучається із неусвідомлених потягів, підтриманих позитивними почуттями. Причому зміст почування – мотиву спочатку безпредметний: людину спонукає до продовження дій бажання вдовольнити себе руховою активністю, подолати внутрішній дискомфорт. Із часом мотив сповниться розумовим, моральним та естетичним змістом – усвідомленою потребою...

Ще раз повернемося до почування. Ми вже знаємо, що воно – відображення системи рухів: *морфологічного об'єкта*. З чого воно складається? Склад системи рухів людина відчуває, але не знає його змісту і будови. Ми з вами маємо перевагу – і тому назвемо основні джерела інформації почування.

Представлення цих джерел дасть змогу людині їх засвоїти, їх впізнавати в почуванні, а отже, і регулювати відповідно до свого наміру. Вона навіть може кожному з фізичних властивостей рухів перетворити на відносно самостійну цілісність – предмет сприйняття і розуміння – відповідну здатність.

Почування можна порівняти з географічною картою. У новачка, певно, тут поки що багато білих плям (їх буде усувати вдосконалення) і не зовсім точно розташовані материки. Ми можемо назвати ці джерела: **їх сім**.

Це **чотири види сил** – гравітації, інерції, реактивні (сили віддачі), активні м'язові сили під час рухів. **Два види простору** – схема тіла рухів і простір дії – від початку до завершення. **І час** живого руху.

Кожний із семи материків людина може знайти у своїх рухах і назвати, дати йому ім'я, аби оволодіти ним, стати господарем цієї території.

Зазирнути в цей атлас нікому не дано. Для цього є лише один спосіб: розв'язати задачу, яка вимагає точності регуляції тієї чи іншої з названих властивостей, або материка у почуванні.

Регуляція рухів предметом

Розглянемо особливості цієї регуляції рухів на прикладах.

Уявіть собі, ви – новачок – стаєте в футбольні ворота, по яких починають бити м'ячем. А якщо ви там стояли, то уявіть свої дії. Як ви діяли в ситуації, коли треба впіймати м'яч.

Щоб ваші дії були успішними, у вашому розпорядженні – від моменту удару до зупинки м'яча – повинно бути не менше 0,35 с. (без переміщення в просторі воріт). Досвідченому любителю треба буде для цього 0,25 с, а майстру – 0,15 с.

Ознайомившись з такими показниками часу, які потрібні для успішних дій, фізіолог скаже: це неможливо! Оскільки розрізняльна здатність мозку людини – 10 операцій за секунду, тобто по 0,1 с на одну розумову операцію!

Адже воротар повинен у цей короткий проміжок часу здійснити значно більше операцій. Ось вони: а) побачити м'яч; б) прийняти вихідну позу; в) простягти руки в напрямку м'яча; г) розрахувати приблизну силу удару, щоб бути в змозі її погасити і, нарешті; д) схопити м'яч руками.

У найбільш грубому наближенні – 5 складних операцій, що вимагають дуже тонких і точних розрахунків часу, вимірювання простору, випередження думкою польоту м'яча, стеження за його змінною траєкторією тощо.

Мозку треба витратити в крайньому разі 0,5 с, аби відреагувати. А воротар бере м'ячі... Притому, так трапляється, що й “мертві” м'ячі – в упор, страшною сили. І – всупереч своїй фізіології – йде з поля “сухим”...

Ще один приклад регуляції рухів предметом. Але вже не через динамічну ситуацію, де щомиті вона змінюється і вимагає перебудови рухів, а через статичну. Тобто треба провести не лише попередні розрахунки, щоб побудувати точні рухи, а й, спираючись на образ, точно діяти, розв'язувати задачу.

Це приклад гри в більярд. З точки зору фізіології майстер гри в більярд не може, як би не старався, попасти кулею в лузу. За цю заяву майстер гри підніме фізіолога на сміх.

Навряд чи і ви в це повірите, тому що кожен із вас якщо й не пробував сам, то, принаймні, бачив, як більярдисти попадають, до того ж не один раз, і не випадково, а багато разів підряд.

А проте докази фізіолога досить обґрунтовані. Фізіолог має рацію.

Судіть самі, чи можна це справді зробити. Задача, яка стоїть перед більярдистом, проста: наприклад, треба забити в лузу кулю, розташовану від неї на відстані в 1 метр. Як відомо, розмір лузи перебільшує діаметр кулі на 1 міліметр. Нескладний розрахунок показує, що помилка точності рухів руки при ударі не повинна перевищувати *кутову секунду*.

Одну кутову секунду! У той же час розрізняльна здатність ока на порядок нижча – воно може розрізняти предмети, розмір яких не менше *кутової хвилини*. Ось вам і чудо! У випадку гри в більярд виходить, що око за своїми можливостями розрахунків і оцінки майбутніх рухів – справді безпорадне.

А якщо врахувати втрати точності рухів руки від незручного положення тулуба, в замаху при ударі, помилка в оцінці напрямку і величини сили, що прикладається до кулі, руху кия тощо – то завдання видається людині нерозв'язним.

А куля – у лузі. І друга. І третя...

Хто ж у цих ситуаціях дійові особи і виконавці? Предмет, який розташований поза нами: м'яч, куля. Траєкторії пересування предмета в просторі (напрямок, швидкість, сила). А гра в більярд і будь-яка гра здійснюється за межею сучасного, минуле лише умова, а не регулятор дій.

Вони разом, у цілісності – образ ситуації.

Образ ситуації – це і мотив, імпульс, який спонукає до дії. До того умови ситуації варіативні, тому дуже важко або майже неможливо практично підготувати заздалегідь схеми рухів і дій на всі випадки.

Отже, за допомогою навички важко розв'язати продуктивно такого типу задачі. Бо *навичка – дія, в якій рухи виконуються автоматично*, завжди з фіксованими формами і способом повторення, набутими при розв'язанні попередніх задач. Навичка – минулий досвід.

У непередбачених умовах психомоторної дії ситуація за посередництвом образу майбутніх рухів організує і регулює рухи відповідно до мети.

Образ рухів у дії, як і всі інші образи, підпорядковується всім законам, притаманним образу: **предметності** – результатом співвіднесення сприйняття з властивостями оригіналу, **цілісності**, **структур-**

ності, усвідомленості, константності і метричності – продукту виміральної функції м'язів як органа пізнання.

Завдяки вимірвальній функції м'язів організується пошукова активність, регуляція і оцінка рухів у той час, коли відбувається дія.

Регуляція рухів образом

Порівняно недавно стало зрозумілим, що проблема виникнення чутливості, відчуттів, образу, душі – світової загадки – може бути розв'язана шляхом вивчення живого руху людини. Таким шляхом можна розв'язати і проблему мислення – теж у живому русі людини.

Відчуття, сприйняття, уявлення, образ, ідея, інформація та інші назви відображеного змісту в людині самі собою ні про що не говорять. Усі ці феномени є не що інше, як продукти одного і того самого – живого руху людини і роботи душі.

Тому душа – це образ світу, який ми розбудовуємо в собі (або вигадуємо), щоб: 1) жити із задоволенням, 2) уникати страждань і 3) привести свій світ до стану комфорту.

Наша душа не розташована у просторі нашого тіла. Вас це повинно було переконати (принаймні, підштовхнути, щоб замислитися), що душа охоплює величезну територію в часі і просторі. Територію, освоєну щупальцями (за І. М. Сеченовим) – мисленням, почуттями, уявою, діями, які живить енергія – здатність до дії.

У кожному з нас живе незліченна кількість образів: вони не лише зберігаються у пам'яті з написом “до запитання”, а й, найголовніше, – виконують функції регуляторів рухів, дій, поведінки.

Зупинимось лише на: 1) образі ситуації, 2) образі пам'яті, 3) образі уяви.

Образ ситуації виникає в безпосередньому контакті з довкіллям, яким треба оволодіти. *Образ пам'яті* – відтворення минулих вражень із засіків пам'яті у предметну дію. А третій – *образ уяви* – це продукт перебудови образів для створення нових рухів, що відповідають наявній ситуації.

Психомоторна дія – джерело зародження елементів власної думки. І тому **психомоторна дія – перша школа мислення**. Чому ми на цьому особливо наголошуємо? Адже можна користуватися і чужими думками, діяти за чужими схемами, інструкціями, вказівками – і жити із задоволенням. Але треба вчитися самотійно мислити.

Людина, яка навчилася мислити ще в дитинстві, пройшла добру школу мислення в психомоторній, вмiє не лише засвоювати власний і чужий досвід, а робить усе набагато краще, ніж звичайні споживачі; може власні думки продуктивно втілювати у свою справу.

Вона творець, бо навчилася:

1) слухати себе: зосереджувати увагу на явищах у собі і поза собою, створювати власну картину світу і себе в ній;

2) розуміти себе: спостерігати і аналізувати факти внутрішнього і зовнішнього світу, порівнювати їх між собою і робити висновки – створювати думки;

3) приймати рішення: узагальнювати результати аналізу і порівнянь, дошукуватися причин тих чи інших явищ – і діяти так, а не інакше.

Порядок цих операцій не випадковий. Він продиктований логікою мислення і технологією створення думки. Пізнанням і самовивом людини.

Особливий наголос на створенні власної думки ми робимо тому, що тут ідеться про механізм психомоторики і важливо не пропустити момент, коли він може природно розвиватися.

Механізм психомоторики розвивається двома шляхами:

1) роботою над собою через розвиток психомоторних дій, в яких зміцнюються пізнавальні, моральні та естетичні почуття, що набувають активної форми ще в дитинстві;

2) роботою з матеріалами культури людства і розв'язанням задач, в яких на розумові операції припадає не лише відтворення набутого, а й створення того, чого ще не існувало, нового і самодостатнього.

Доцільно побудована робота розвиває механізми психомоторики. А творчість, як ви добре знаєте, видимих меж не має.

А що ми пізнаємо в собі?

Почування, почуття і образи? Свій внутрішній світ – шляхом самозаглиблення в нього і самоаналізу?

Почування, почуття, образи і думки – відображення довкілля. Отже, пізнаючи себе, пізнаєте і довкілля завдяки відображенню, яке створюєте в собі.

Мета відображення – точність відображеного. А мета творчості – оригінальність, самодостатність створеного предмета або відкриття таємниці в світі. Але творчість без точності, зрозуміло, існувати не може.

Значить, тільки у психомоторній дії акти самопізнання дійсні. Ось чому самопізнання – це не просто процес самозаглиблення і розкладання себе на складові частини.

Пізнати себе – це задача, яку не можна доручити іншому, це робота, яку кожний мусить виконувати самотужки.

Як це робити, ви вже знаєте. Нагадаємо, треба вміти: а) слухати себе, б) розуміти себе в дії і в) приймати рішення діяти так, а не інакше.

Якщо навіть ви досконало навчитеся за допомогою мови переповідати себе, розкривати свій внутрішній світ, то це нічого не змінить у вас самих. Якщо ви словами намалюєте живописну картину себе, то це буде лише модель вашого світу, що існує всередині вас.

А щоб ваша словесна модель була абсолютно точною – один до одного, то ви повинні не просто переповісти себе, а втілити свої почування, образи і почуття в слова, у ланцюг конкретних мовних актів. Але таке неможливо зробити, реально ми одержимо лише приблизну модель себе. Ось чому в кожному живе неповторна душа.

Робота над собою – через психомоторику – виражається такими критеріями: а) точністю рухів у дії та б) якістю створених предметів. Відповідно мета психомоторних дій

- **дитинство** – точність рухів, дій,
- **отроцтво** – якість предметів, що виробляються,
- **юність** – естетичність, гармонійність створюваних предметів,
- **дорослість** – оригінальність, самодостатність творінь.

Отже, дитинство – розвиток психомоторики **самої по собі**, отроцтво – психомоторне **наслідування** кращим зразкам культури; юність – **самовияв** психомоторними діями, втілення здобутків душі і тіла в продукти праці; дорослість – **психомоторна творчість** – одухотворення або укладання душі в неживу речовину природи – робота майстра.

Для розуміння смислу роботи над собою не завадить згадати знамениту тезу Протагора: “Людина – міра всіх речей...” Отже, має сенс не те, що людина розповідає про себе, а те, що вона зробила власними силами. Зроблене людиною і треба вивчати, щоб знати, з ким ми маємо справу...

У зробленому предметі, створеній речі людина виявляє зовні своє істинне буття, а в продуктах дій – свою сутність. А якщо продовжити думку, то стане ще зрозумілішою сутність символу – *міра людини*, як

і наголошує Протагор: “... міра речей, які існують тому, що вони існують; і речей неіснуючих тому, що вони не існують...”

Що це означає? Людина – міра існуючих речей, нею зроблених. Тут робиться акцент і на те, якими можуть бути ті речі, які ще не існують. Якими ж вони будуть? Відповідні мірі людини, за зразком якої вони будуть створені. Якщо предмет добре зроблений, то що ми можемо сказати про людину? Зрозуміло, це добра людина, гармонійна.

Дисгармонійна людина за своєю міркою (дисгармонійною) виробляє і вироблятиме спотворені речі. На більше вона не здатна, доки не відновить у собі природний свій стан – гармонійний.

А гармонійна людина-творець буде створювати щоразу тільки досконалі речі.

Точність образу – внутрішнього світу – перевіряється точністю рухів дії – відповідності здійсненого попередньому намірові. Точність почуттів тією самою дією.

Хибний образ породжує і незграбну дію. Негативне почуття – спотворену дію, яка замість блага коїть зло. Більше того, недорозвинена психомоторика спотворює який завгодно точний образ, найдосконаліше почуття і величезну енергію – зводить в ніщо, сировину переробляє на брак.

Точність дії – індикатор досконалості образу і почуття рухів дії. Зроблений предмет відповідає наміру.

Цілісний образ рухів породжує дію, яка вся світиться красою, доцільністю. Коли почуття набрало сили, то це значить, що знайдено контакт із властивостями рухів: часом рухів, пропорцією, гармонією – з ними встановлені певні відношення.

Які? Ми про них поки що не говоримо – позитивні чи негативні, головне – зв’язок існує і ми можемо впливати на хід подій у рухах: вони стають керованими; людина володіє собою – пізнала себе, точно діє над предметом.

Регуляція дії думкою

Всяка думка, взята окремо від предмета, фіксує пізнане і засвоєне, стає розумною – дійовою, – коли працює регулятором: а) дій розумових і психомоторних; б) вчинків, створюючи моральні чи матеріальні цінності; в) механічної роботи і творчості.

Думка і її смисл розвиваються, матеріалізуючись у предметах і явищах, створених людиною, і набувають функцій: а) смислу; б) властивостей мети, в) засобу діяльності, тобто перетворюються у цілеспрямований акт, а людина розумно діє, творить.

Думка – це продукт розв’язаної задачі; відображення ходів мислення у просторі невідомого; схема минулих дій з образом, почуттями і з предметом. Отже, думка – це:

- 1) інформаційна структура дії, яка її охоплює своїм змістом;
- 2) енергетична структура дії, яка відображає стан гармонійності, пропорції, ритму, які притаманні розв’язанню задачі;
- 3) схема і майбутньої дії, її прогностична модель.

Де виникає думка? У тому ж самому місці, де зароджуються образ і почуття, – на межі відомого і невідомого, безпосередньо у системі “живий її рух – предмет”. У тому місці, де пізнавальні почуття фіксують неупорядкованість системи; естетичні – наявність елементів дисгармонійного; а моральні почуття – засікають і оцінюють дію – виконану і майбутню – за критеріями “добро – зло”.

Для успішного використання змісту понять – системи суджень про дію, виражену дискурсивно-логічними засобами – текстом, потрібно зробити ряд перетворень наукового знання. Завдяки цьому перетворенню воно впровадиться в дію, туди, звідки воно вичерпане науковими методами дослідження.

Перетворення думок, що започатковані у науковому понятті – дискурсивно-логічному відображенні на регулятор дій і вчинків людини – забезпечується послідовним перекладом:

- 1) змісту поняття – системи суджень на логічну схему дії над предметом;
- 2) логічну схему – в значеннєву структуру рухів думки, почуттів та уяви;
- 3) значеннєву структуру її рухів – в образ предмета дії;
- 4) образ предмета у матеріальну конструкцію майбутніх пізнавальних, моральних або естетичних дій;
- 5) реалізація образу як наміру зробити так, а не інакше.

У цьому процесі перетворення поняття на чуттєво-інтуїтивний регулятор дії виявляється діяльна сторона розуму людини. Разом з цим процесом, за умови спеціально заданої задачі здійснюється і створення або уточнення дискурсивно-логічних конструкцій свідомості. Воно здійснюється за такою схемою:

- 1) із змісту чуттєвого відображення
- 2) викристалізовується образ предмета дії,
- 3) смислова схема предмета дій утворюється з синтезу способу дії та її мети як образу бажаного майбутнього;
- 4) узагальнення чуттєво-інтуїтивних регуляторів утворює логічну схему предмета дії – систему суджень;
- 5) поняття дії утворюється згортанням системи суджень, що відображають сутність предмета дії.

Отже, психічне відображення – це регулятор у двосторонньому процесі формування змісту чуттєво-інтуїтивного відображення, і зворотний – утілення психічного факту в енергію і структури рухів. Треба думати, що прогрес можливий за умови активізації, як значеннєвої переробки перцепції, глибинних психічних явищ, так і створення образу-символу за законами будови і функцій психічних явищ.

Описування чуттєво-інтуїтивного та дискурсивно-логічного відображення – це розшифровування, “перекладання” мовою науки вилучену для аналізу первинну інформацію – почування людиною предметної сторони її дій. Таке відображення продуктів активності людини обов’язково несе у собі всі теоретичні моменти, що розкриваються в дії. Опис завжди здійснюється системно, інакше він стане вільним від гіпотез і теоретичних елементів, тобто перетвориться на звичайне оповідання про події, що спостерігалися, – безстороннім текстом.

Повернемося до психомоторної дії людини.

Талановита людина розв’язує задачі оригінально, геній – найскладніші проблеми – просто.

Як людина створює думки з відчуттів, як відображає ходи думки в лабіринтах розв’язування задачі? А перетворює матеріал почувань на думку так:

1) одягає свою думку – розв’язану задачу – в одягу слова або знімає з неї шапку-невидимку, щоб думка стала видимою і відчутною, зрозумілою;

2) знаходить аналог думки, завдяки чому думка не лише відображає свій шлях, а й стає дієвою – наприклад, клубком ниток Аріадни, який врятував життя Персею;

3) пропонує і технологію користування думками – так само, як радив Дедал: розмотуй клубок, ідучи до Мінотавра, а зворотний шлях покаже та сама нитка-думка.

Ось чому кожна людина може користуватися чужими думками.

Думка зароджується у двох зустрічних процесах, які вплетені в живу тканину рухів з предметом. Тут мова йде лише про один тип психомоторних дій, творчих дій (**підтримуючі і руйнівні дії** до цього не мають ніякого стосунку).

Отже, у дії з предметом змінюється той, хто діє, – людина, і те, над чим вона діє – предмет, що змінює форму або властивості.

Виходить, людина одночасно розв'язує дві відносно самостійні задачі: 1) створення предмета, 2) зворотний вплив створюваного предмета на її творця.

Людина, що створює предмет, у той же час створює і себе. Створення предмета – процес усвідомлений: має мету, засоби і умови, які ведуть до створення бажаного предмета.

Зворотний вплив предмета на діяча – процес неусвідомлений. Це неминуче і закономірно.

Втілення своїх здатностей у формі або властивостях предмета – перший процес; другий, зворотний – **відкриття властивостей і сутності створюваного**, а в собі – започаткування розвитку здатностей.

Втілення відбувається в напрямку від людини в предмет, а другий процес – **відкриття**, навпаки: людина добуває з предмета невідоме і створює думку про нього. Ми ж розділяємо ці два процеси лише умовно, з метою дослідження; а в дійсності вони неподільні і цілісні, як і сама дія.

Втілення своїх здатностей у предмет, який ми виробляємо, – це перетворення здобутків душі в його властивості. Діючи, ви перетворюєте і свої психічні стани (гармонії або дисгармонії), почуття і образи, підсилені думкою, у властивості предмета.

Ось чому людина здатна із бездушного музичного інструмента викликати звуки, сповнені життя і пристрастей; ось чому під рукою скульптора оживає мармур, починає дихати, набуває властивостей живої істоти.

Регуляція дій символом

Символ – модель, що породжує поведінку

Символ заряджений майже нескінченною енергією і інформацією.

Символ не лише відображає (це добре робиться і словом, і поняттям та іншими знаковими системами) предмети і явища, а й несе в собі – у згорнутому вигляді – всі можливі конкретизації проявів того, що символізує.

Цим символ відкриває людині багатозначну смислову перспективу предметів і я: діяльності. Дає людині ключ для впливу на довкілля з метою його перебудови у більш досконалі і гармонійні форми.

Приваблююча, захоплююча і породжуюча сила символу в тому, що він є:

1) образом, який сполучає в собі переживання творця і риси, взяті і перетворені в ньому з багатьох людей або подій;

2) каналом зв'язку між думкою і почуттям предмета, що пізнається; каналом перетворення думки про предмет або явище в дещо відмінне від них – в ідею;

3) ідеєю – смислом і закликком до дій у певному напрямі;

4) закликком, який починається з прислуховування до стану душі, де звучить в далеких її глибинах кінетична музика наступних дій, шлях до нових мелодій і ще не народжених можливостей;

5) кодом, що викликає музику душі, а в ній міститься, як у зерні, майбутня індивідуальність, нове знання.

Привабливість символу ще і в тому, що він – особливий образ, в якому почуттєво започаткований потяг до порівняння образу, який він нам несе, з життям. Наслідок порівняння виражається не прямо (словами або формами матеріальних конструкцій), а тільки відчувається людиною, припускається як таємниця.

Тому символ примушує думати про таємницю – задачу і викликає прагнення збагнути її потаємний смисл. Він вимагає активності, щоб його пережити. Необхідно душею почути символічний смисл, а психомоторикою його матеріалізувати.

Символ впливає не стільки на почуття і уяву людини (читача або глядача), скільки на мислення, на її проникливість, він дає натяк на можливість, яка існує потенційно, але ще не має чіткого вираження.

Тому символ – багатозначна мовна цілісність. Він може означати для автора – одне, для читача – друге, і третє – для глядача, і кожен із них намагатиметься в ньому зрозуміти щось інше, своє. Ось чому символ не може рухати мислення, почуття та уяву різних людей в одному раз і назавжди заданому напрямі: він відчиняє простір руху в нескінченність.

А чому це так? Тому, що символ – особлива, опосередкована форма відображення: в ньому ніколи предмети не називаються власними іменами.

Навпаки, символ подає нашим почуттям відображення предметів у завуальованій формі (вони першими захоплюються енергією із символу): одні сторони – докладно розкриває, а інші – теж невідомі – покриває завісою, яка знижує контрастність зображеного і робить його таємницею. **Символ дає людині завдання: в його будові треба знайти передусім задачу дії.** І в той же час символ – маяк, освітлює нам шлях до майбутнього, бо задає спосіб розв'язання закодованої в собі задачі. Символ – принцип побудови діяльності.

Отже, символ – і джерело насолоди для душі, і установка мислення, і вихователь почуттів, чим і спрямовує характер, спосіб дій на досягнення бажаного майбутнього.

Значить, символ вчить нас у знакових або почуттєвих образах бачити і впізнавати прихований, глибший смисл, у підвалинах якого залягає не видиме оком і не вимовне словом.

А чому вчить? Наводити думку і мислення на те, що предмети, явища нашого оточення пов'язані між собою іншими, позарозумовими зв'язками, одна річ може слугувати образом другої; і всі вони можуть повідомляти людині про зв'язки, недосяжні логічному пізнанню.

Другий приклад дії сили символу – математичний.

Це – добування квадратного кореня із чисел 2 і 3. Математичні дії можуть тут тривати нескінченно, але точного результату не можна досягти, бо тут ідеться про нескінченність і символу, і кількості дій.

І головне: чим більше дій, тим точніше розв'язання задачі. Відтак, кожна дія приносить з собою дещо нове – точність результату.

Потенційна нескінченність обмежується необхідною мірою точності.

У символі задача дій не пропонується в повній формулі, а лише задана, тобто задачу кожному треба знайти – і усвідомити, щоб користуватися діями для її розв'язання. Чому так?

Структура символу спрямовує організацію душі таким чином, щоб людина стала спроможною крізь поодинокі явище бачити цілісний образ світу.

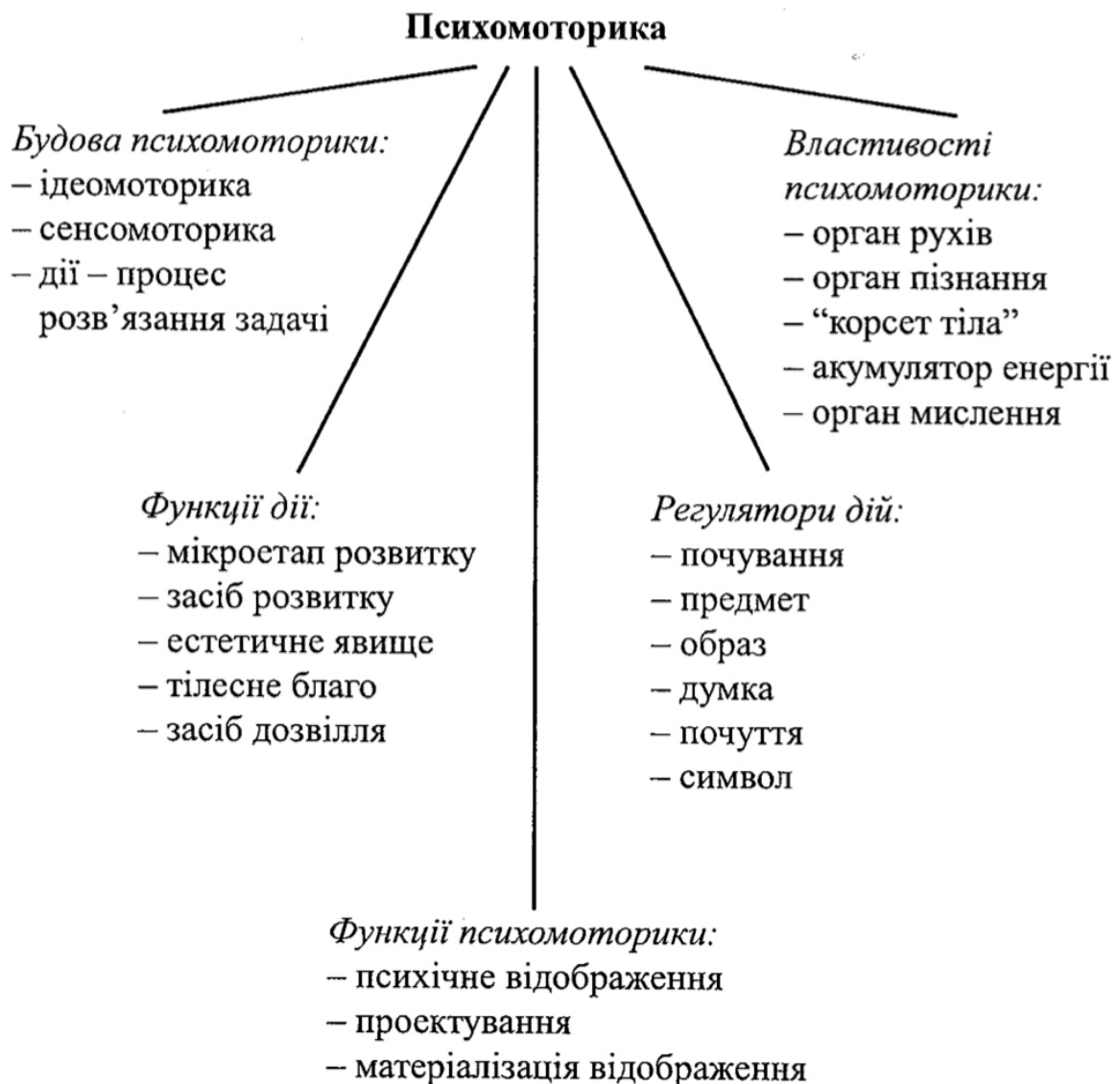
Символи, створені геніями і талантами, можна сприймати почуваннями, потім – перетворювати на ідею, потім – зрозуміти; нарешті,

відчути в собі й у природі. Чому? Бо всі можливі **символи вже живуть у кожному з нас** і в атмосфері, в якій ми діємо і дихаємо. Ми, на жаль, про них не знаємо.

Між іншим, ми впізнаємо предмети і явища завжди за їх символами, коли вони з'являються перед нами. Та мало людей усвідомлює силу символів.

Формалізована структура теми

Механізми психомоторики: перетворення енергії і інформації у психічні факти, регулятори активності, дій, вчинків людини.



Запитання і завдання для самостійної роботи

1. Які функції виконує психомоторика в діяльності і житті людини?

2. Що включає в себе будова психомоторики?
3. Які можливості відкриває людині її ідеомоторика?
4. У чому виявляється сенсомоторна культура людини?
5. Чому психомоторика – орган людини, а не організму?
6. Чому психомоторика – функціональний орган рухів?
7. Як здійснюється пізнання світу через психомоторику?
8. Які критерії гармонії тіла і рухів людини?
9. Які функції виконує м'язова система, крім рухів?
10. Як і чому в рухах людини кореняться елементи думки?
11. Які фізичні властивості рухів найбільш усвідомлювані?
12. Як влаштована регуляція рухів, дій і вчинків людини?
13. Схарактеризуйте склад почування і його функції в регуляції рухів.
14. Чому предмет, процес і явище стають регуляторами рухів?
15. Як пов'язані між собою точність образу і спритність рухів?
16. Що треба зробити, щоб перейти від регуляції рухів образом до регуляції їх думкою?

Альтернативно-тестові завдання для самоконтролю

1. Чи згодні ви з тим, що психомоторика – засіб для механічної роботи?
2. Чи згодні ви з тим, що психомоторика працює незалежно від свідомості?
3. Чи можна сказати, що ідеомоторика – засіб розвитку мислення?
4. Чи згодні ви з тим, що сенсомоторна культура людини – основа її професії?
5. Чи згодні ви з думкою, що психомоторика – орган людини, а не організму?
6. Як ви думаєте, чому психомоторна дія – функціональний орган людини?
7. Як ви вважаєте, чи можливо пізнання невідчутних властивостей світу психомоторикою?
8. Чи можна вважати відхилення розмірів тіла від природних пропорцій патологією?
9. Чи згодні ви з тим, що завдяки м'язовій системі людина во-

лодіє можливістю оцінювати тривалість часу в тисячних частках секунди, протяжність простору – в мікронах?

10. Чи можна навчитися лічбі, користуючись осмисленням психомоторної дії?

11. Яким механізмом здійснюється оцінка швидкості рухів?

12. Чи можна, тренуючись у розвитку регуляції рухів і розвитку сили, бути готовим до вчинку?

13. Чим можна замінити почування, щоб зберегти його функції в регуляції рухів?

14. Як ви вважаєте, в якому випадку буде продуктивніший розвиток – коли дія предметна чи коли вона побудована на повторенні?

15. Як ви вважаєте, чи існує залежність точності образу і спритності руху від потенціалу енергії людини?

16. Чи згодні ви з тим, що одна й та сама дія може бути успішною при використанні людиною багатьох регуляторів рухів?

Література

1. *Загальна психологія* / За ред. С. Д. Максименка. – К.: Форум, 2000.

2. *Клименко В. В.* Механізми психомоторики людини. – К., 1997.

3. *Максименко С. Д.* Розвиток психіки в онтогенезі: [У 2-х т.] Т.1. Теоретико-методологічні проблеми генетичної психології. – К.: Форум, 2002.

4. *Максименко С. Д.* Розвиток психіки в онтогенезі: [У 2-х т.] Т. 2. Моделювання психологічних новоутворень. – К.: Форум, 2002.

5. *Малхазов О. Р.* Психологія та психофізіологія управління руховою діяльністю. – К.: Євролінія, 2002.

6. *Клименко В. В.* Психомоторные способности спортсмена. – К.: Здоровье, 1987.

7. *Клименко В. В.* Как воспитать вундеркинда. – Харьков: Фолио, 1996.

8. *Общая психология* / Под ред. С. Д. Максименко. – М.: Рефл-бук; – К.: Ваклер, 1999.

9. *Озеров В. П.* Психомоторное развитие спортсменов. – Кинешин: Штиинца, 1983.

21. Засоби розвитку психіки

Ключові поняття теми:

розвиток, види активності, структура праці, дія-праця, дія-учіння, дія-гра, засоби дій, предмет дій, продукт праці, будова уміння, дії наслідування

Активність і розвиток

Активність – загальна характеристика людини, динаміка діяльності і джерело перетворення і підтримання життєво значущих зв'язків із світом людей і ноосфери. Активність – самостійна сила дій, розвитку і стан людини. Вона – **саморушне діяння** людини, що прискорюється і поширюється, протилежність йому – пасивність.

Активність – динамічна умова становлення, реалізації і змін кожного виду діяльності, властивість її власного руху. Енергійність – внутрішній стан людини в процесі дії, що включає довільність і цілепокладання. Надситуативність – можливість виходу за межі вихідних цілей та її тривалість у процесі розв'язання задач, що ведуть до створення продукту дій.

Продукти активності підсилюють дійові властивості механізмів психіки людини. За умови комплексного впливу на механізми вони набувають велику кількість нескінченно малих приростів здібностей, і цим підтримується тенденція гармонійного розвитку людини. Синтез засобів-дій – учіння, гри і праці – в одну неподільну цілісність є не самоціллю, а способом регуляції активності людини.

Тут ми розглянемо критерії єдності і розбіжності дії-гри, дії-учіння і дії-праці, оскільки вони є:

- 1) засобом розвитку;
- 2) предметом контролю;
- 3) прогнозуванням станів людини.

Це дасть можливість намітити шляхи їх синтезу.

Людські можливості майже не мають меж розвитку. Іноді дитина може рости, але її розвиток зупиняється надовго, а то й на все життя. Тут ріст – збільшення організму або окремих органів, збільшення їх у розмірах, а знань, умінь та навичок – у кількості. Розвиток тут – інший процес, хоча і пов'язаний з ростом.

Розвиток – процес надбання: 1) безповоротних, 2) спрямованих і 3) закономірних змін у психіці і свідомості людини. Продукт розвит-

ку – якісно нові утворення в людині, і в тому числі механізми творчості. І тільки одночасно діючи, всі три властивості виділяють процеси розвитку з-поміж інших видів змін.

Унаслідок росту виникають кількісні зміни. У процесі розвитку відбуваються якісні трансформації: зміни структури, складу і функцій діючих органів та інструментів людини.

В учінні, грі, праці як засобах розвитку психіки найбільше навантаження припадає на психомоторику – орган людини. Цей орган служить для розвитку на його основі багатьох робочих органів праці, переробки сировини або матеріалів.

Дії праці

Дії праці – процес створення продуктів з речовини природи або знакових систем: текстів, формул, живописних полотен тощо, які мають об'єктивну цінність. Праця вимагає від людини великих енергетичних витрат при втіленні своїх здібностей – мислення, почуттів і уяви, психомоторних здібностей при створюванні речей.

Мета праці – створити бажаний продукт, виконати завдання, змінити стан і розташування предметів у навколишньому середовищі. Від конкретного трудового процесу, крім остаточного продукту, нічого не вимагається. Метою цього процесу ніколи не стає розвиток душевних або психомоторних сил; адже працюють не заради розвитку своїх продуктивних сил, а задля вироблення продукту.

Створення уявлення про структуру праці

Аристотель, мабуть, був першим з мислителів, хто намітив основні контури структури праці. Він виділив чотири причини: а) матеріальну, б) формальну, в) діючу і г) цільову.

Діалектичне перетворення будь-якої речі з можливості на дійсність становить структуру праці людини. Щоб пояснити цю структуру, Аристотель використовує як приклад роботу скульптора.

У діяльності скульптора є: 1) матеріал – мармур; 2) форма – уява – образ (Бога або людини); 3) сам скульптор виступає в ролі джерела активності, або діючої причини; 4) створення скульптури – мета праці.

Щоб виникла необхідна річ, предмет, явище, людині потрібні: а) матеріал, сировина, тобто матерія взагалі; б) форми, за допомогою яких оформляється матерія; в) причина, агент, що приводить до руху

матерію і форму; г) ентелехія – цілеспрямованість і обумовленість цілого, що й утворює діяльність людини.

Через багато віків І. М. Сеченов на прикладі вивчення ремісничого або художнього ручного виробництва вивів структуру цих діяльностей. Для них потрібно, щоб:

- 1) рука мала рухливість у всіх суглобах;
- 2) рука слухалась у всіх рухах ока, тому що всі рухи рук заучуються під контролем ока;
- 3) людина вміла наслідувати форму руху, яку їй показують;
- 4) уміла відрізнити правильний результат правильного руху від поганого результату неправильного руху;
- 5) якомога більше вправлялась під контролем для досягнення нормального результату.

У Аристотеля і у І. М. Сеченова визначені всі моменти діяльності:

- а) суб'єкт праці – скульптор, людина ручного виробництва;
- б) мета діяльності – форма, образ, форма руху, яким він повинен уміти точно слідувати і втілювати в матеріальні конструкції;
- в) предмет діяльності – мармур, ремісниче або художнє виробництво предмета;
- г) засіб діяльності – агент, який приводить до руху матерію і форму, – тренувана рука людини, що контролюється оком, здатна відрізнити правильний рух від неправильного та вправлятися під контролем нормального результату;
- д) продукт діяльності – скульптура Бога або людини, правильний результат.

Гегель свого часу розробив свою структуру діяльності. Вона містить у собі і такі елементи: **мета, засіб і результат.**

Однобокість її полягає в тому, що в ній відсутній суб'єкт. У Гегеля суб'єкт діяльності зведено до **свідомості і самосвідомості.** Ставлення до людини, до світу не враховує основні положення предметно-практичної діяльності. У дійсності ж суб'єкт реально існуючий, мислячий, свідомий, перетворює себе і навколишній світ – це діяч, творець.

Психологія визначила декілька структур діяльності:

- 1) “діяльність – дія – операція”,
- 2) “мотив – мета – умова”.

У першій і в другій концепції суб'єкт діяльності відсутній. Хоча вже давно відомо: людина стає особистістю в діяльності і формується завдяки своїй діяльності.

Отже, у цих концепціях суб'єкт діяльності тільки маємо на увазі, передбачається, він десь на другому плані в науковій картині активності.

Ми ж скористаємося теорією праці, яка має велику пояснювальну силу. Чому? Тому що вона охоплює все розмаїття видів людської діяльності, фіксує в них суттєві сторони структури і визначає її архітектуру – всю цілісність. Різні діяльності породжені працею людини і мають з нею генетичні та функціональні зв'язки.

Отже, головними компонентами праці і відповідно діяльності є:

- а) людина як суб'єкт праці і учіння;
- б) доцільна діяльність або сама праця – її процес;
- в) предмет праці;
- г) засоби – здібності людини, сполучені з машинами і технологіями праці;
- д) продукти праці – ступінь розвитку психіки, свідомості і виробу, створені в матеріальному і духовному виробництві – ноосфері.

Людина – суб'єкт дії

Ви вже ознайомилися з типологією людей, які розрізняються за спрямованістю стосовно пізнавальної активності в діяльності. Зараз надійшла черга розглянути особливості людини – суб'єкта праці.

Суб'єкт праці – теж феномен “білої плями” в психології. Наприклад, у Аристотеля “суб'єкт” – носій властивостей, станів і дій. Він є деякою субстанцією, що підлягає, протистоїть об'єкту – предмету, з яким взаємодіє. У взаємодії суб'єкт не пасивний, він не тільки сприймає зовнішні впливи і переробляє інформацію та енергію, не тільки похідний від “природи”, а й створює цю природу.

Людина – епіцентр активності в діяльності, животворний вогонь, що її підтримує і скеровує в бажаному напрямі. Вона володіє нею, долає опір, супроводжує її і знаходиться над нею. У діяльності суб'єкт виявляє здібності, вдосконалює їх, розвиває свій талант.

Зовнішній вигляд людини, її образ (непримітний або яскравий) відомі всім: але щоб побачити справжню творчу сутність у кожній людині, треба бути готовим до цього; треба не лише бажати, а й бути

здатним робити справу. Щоб побачити у звичайному неймовірно, потрібна величезна попередня робота:

- 1) слід усвідомити задачу і правильно її формулювати;
- 2) треба уявити собі дійсний предмет – механізм творчості;
- 3) нагромадити в собі достатню енергію, щоб подолати пасивність свого сприймання (шаблони і стереотипи мислення), утримати його на одній точці і, нарешті, виявити в собі приховане дотепер, не видиме нікому.

Тут треба говорити про людину як про особистість, носія здобутків ноосфери – сфери розуму, створеної свідомими та інтуїтивними відкриттями законів природи, винаходами і художніми образами – про творця свого власного життя.

У ставленні до праці, виробництва, до продуктів праці, до самої себе і природи коріниться сутність особистості, її цінність визначається кількістю і якістю відносин з оточенням, які вона створює за власним бажанням або внаслідок об'єктивних тенденцій власного розвитку. Серед людських ознак, які відрізняють її від братів наших менших – тварин, головною є здатність до творчості.

Людина, спираючись на образи, думки, почуття та створені знакові системи, може матеріалізувати їх практичними діями – психомоторикою.

Спочатку створюються моделі можливих ситуацій – образи майбутнього, а потім вони матеріалізуються в форму речовини або знакових систем.

Роль організатора дії відіграє поняттєва форма мислення; але процес свідомості не зводиться повністю до мислення і понять, знань і навичок. Свідомість охоплює собою продукти мислення, почуттів та уяви, психомоторні надбання і енергопотенціал, напрацьовані людиною.

У процесі вростання в ноосферу, засвоєння культури і поєднання чужого досвіду з власним, в людині створюється особливий механізм – механізм для здійснення:

- а) **самоконтролю**;
- б) **самооцінки** – позитивної або негативної – своїх дій і вчинків;
- в) **самосуду** – схвалення або несхвалення себе діючої – і винесення собі вироку.

Завдяки самосвідомості людина має змогу вольовими зусиллями регулювати не лише саму себе в діяльності, а й широке коло своїх біологічних проявів.

Самосвідомість – це і свідоме регулювання своїх потреб, поведінки, мотивів, переживань і думок. Тому кожна людина є неповторною індивідуальністю і носієм родової сутності: вона стає особистістю, коли набуває самосвідомості, розуміє і виконує своє природне і суспільне призначення – бути творцем.

Коли йдеться про свободу творчості, свободу дій, свободу поведінки, свободу діяльності, то треба мати на увазі те, що природа свободи не має нічого спільного зі сваволею, необґрунтованістю, безпідставністю. Навпаки, свобода – здатність людини діяти відповідно до усвідомленої необхідності, згідно із законами життєдіяльності свого тіла, психіки, свідомості – законами природи, у рамках яких відбувається діяльність.

Звідси і випливає мета життя людини – пізнати природні закони (своєї сутності і матеріального світу), співвідносячи їх з певними цілями, навчитися передбачати наслідки праці, приймати правильні рішення, розуміти, що праця – джерело найвищої насолоди.

Предмети праці

Поняття “предмет” визначає цілісність, виділену для практичної або духовної праці.

У найширшому розумінні, поняття предмет – те, що має певну цінність, цілісність, виділену з оточуючого середовища. Це річ, зроблена в процесі практичної або духовної праці. Тобто предмет або комплекс предметів – те, на що людина може впливати в процесі їх виробництва знаряддями дії з метою створення матеріальних або духовних благ.

До предмета дії або процесу розвитку належить все те, що протистоїть людині, бажане для неї, але в дії з нею чинить їй опір. Подолання цього опору вимагає певних розумових і психомоторних дій. Ці дії людина має спочатку засвоїти, оволодіти ними або навчитися застосовувати їх у роботі з матеріалом, виробляючи з нього бажаний предмет.

Предмети праці бувають таких типів.

Предмети в самих собі. У цьому випадку праця спрямована, так би мовити, на *самого себе*: *пізнати і подолати себе*, щоб досягти стану гармонії – здатності до творчості.

“Пізнай самого себе” – висловлювання, яке було викарбувано на колоні при вході в храм Аполлона в Дельфах. Це – заклик до кожного, хто входив у храм. Заклик став відповіддю на запитання: що найкраще для людини? Не будемо вдаватися до подробиць і зупинимось лише на смислі заклику. “Пізнай самого себе” – заклик до самоконтролю, пізнання своєї моральної сутності і її наступної реалізації. Пізнай, хто ти є, і стань тим, ким бажаєш стати, і тоді досягнеш щастя.

У подоланні самого себе можна виділити:

а) предмет дії – те, що треба виробляти з самої себе;

б) предмет навчання – здібності, здатності і механізми дій.

Предмет навчання – це процес створення живих засобів дії, приведення психомоторики до гармонійного стану, що породжує особливий хист, а людину називають – “золоті руки”. Тут ідеться про розвиток сукупності живих засобів дії – психомоторних здібностей. Людина здатна продуктивно впливати на предмети дії:

1) засобами власних живих рухів, що підсилюються інструментами;

2) засобами психомоторики, озброєної механізмами і машинами, долаючи опір матеріалу і переробляючи його на досконаліші форми відповідно до мети дії;

3) силами механізму дій відкриває нове у природі, втілює його в форму знакових систем або створює художні образи – твори мистецтва.

Предмети праці в формі знакових систем. Це – наукові поняття, правила і формули, концептуальні і художні образи.

Праця, пов’язана з перетворенням предмета, – це і *відкриття властивостей* предметів, явищ і процесів. У взаємодії з предметом людина відкриває – підкреслимо: почуттєво! – в предметі і своїх рухах їх властивості (фізичні, фізіологічні, біомеханічні тощо). У собі формує з почуттєвого матеріалу образи, почуття і думки про ці властивості, які стають безпосередніми регуляторами психомоторних і розумових дій відповідно до мети і визначаються здібностями людини. І чим точніші образи, почуття і думки, створювані людиною, тим вища радість її оволодіння предметом, влади над ним.

Матеріальні предмети праці – предмети, над якими людина працює, змінює форми або зміст.

З точки зору психології робота над матеріальними предметами органічно поєднує в собі:

а) розвиток творчих здібностей і механізму дій, які забезпечують набування мистецтва керування механізмами і машинами;

б) процес створення ремісничих предметів, машинних виробів та мистецьких творів з речовини природи; оволодіння працею-ремеслом, машинною працею.

Робота з предметом – втілення здібностей, перетворення діями психомоторних або розумових здібностей людини на форму і зміст створюваного предмета.

Завдяки цьому процесу предмет набуває соціально-культурної цінності і стає мірою якості діючої людини.

Разом з цим втілення здібностей виходить далеко за межі предмета, з яким працює людина. Психомоторна або розумова дія втілюється:

1) у психічних станах людини, розширюючи діапазони: витрачання енергії, відновлення і її нагромадження, в результаті чого збільшується енергія – здатність до дії;

2) у розвитку мислення, почуттів та уяви – умов підвищення продуктивності праці;

3) у збагаченні досвідом розв'язаних задач, який відкриває можливість впевнитися в правильності і доцільності своїх дій, визначити рівень своїх здібностей і без стороннього втручання оцінити їх.

Якщо **втілення** здібностей правомірно визначити як перетворення предмета на інший, більш гармонійний, так би мовити, силовим шляхом, то процес відкриття властивостей можна розглядати як занурення мисленням, почуттями, уявою та психомоторикою в хід дії з предметом з метою їх пізнання, виявлення.

Предмет праці – деяка цілісність: речі, якими треба оволодіти; властивості, відношення, зв'язки, які треба виділити і засвоїти, навчаючись; або сама дія, спрямована на розвиток тих чи інших психічних і психомоторних функцій – механізму творчості; а також опанування самої себе і самовдосконалення.

Мета праці – прогнози і проекти

Діяльність обов'язково передбачає формування мети у формі суб'єктивного образу бажаного продукту.

Причому цілі і засоби праці зумовлюють, заперечують одні одних і міняються місцями:

1) створення засобів – здібностей і механізму регуляції дій стає найближчою метою;

2) реалізована мета перетворюється на засіб, спонукаючи до постановки і реалізації іншої мети – вироблення предметів або створення деякої предметності у формі знакових систем.

Говорячи про прогнозування і проектування праці та її мету, зупинимося на внутрішніх силах людини, що спонукають її до створення бажаного продукту.

Мета – образ наперед визначеного стану продукту.

Зміст мети включає і розвиток, і створення того, що вона передбачає. Для людини вони – безпосередній мотив, що спонукає до цілездійснення.

Ми вже говорили, що в дії відбувається поляризація на суб'єкт і предмет, на який спрямовуються певні дії. А цей предмет вплітається в розумову або психомоторну дію так само, як і суб'єкт “вплітається” своїми механізмами психіки, своєю свідомістю в той самий предмет дії.

Поняття мети необхідне тоді, коли треба вибрати один із багатьох шляхів і варіантів розв'язання задач. Цей єдиний варіант і становить зміст мети – модель потрібного шляху до продукту, до здійсненої мети.

Мета на перших порах формується у вигляді мети-наміру, який передбачає, що і як людина буде робити; а це вже спроба зазирнути у своє майбутнє. Очевидно і те, що тут образ майбутнього ще мало визначений і розпливчатий, а засоби свого цілездійснення невідомі.

У процесі цілепокладання не повинно бути нічого довільного. Орієнтація людини на розвиток, оптимізацію способів розв'язання задач і створення самодостатніх предметів дії – найважливіші критерії цілеспрямованості і доцільності майбутніх дій.

Управління процесами діяльності – це цілеспрямоване застосування доцільних розумових і психомоторних дій – “світлої голови” і “золотих рук”.

Крім цього, мета передбачає як необхідне оволодіння, так би мовити, технічними діями: пізнавальними, моральними, естетичними і репродуктивними для набуття майстерності і активності дій.

Мета пізнання міститься в кожній дії. Бо знання і незнання – парні протилежності: чим більше людина знає, тим більший простір незнання вона відкриває для себе. Одна розв'язана задача

відчиняє двері до багатьох невідомих; тому процес пізнання практично не має меж. Репродуктивні цілі реалізуються відомими засобами.

Ось чому задача – чужа або власна, усвідомлена – в процесі навчання посідає ключове місце. І не має значення, яка вона: розумова чи психомоторна. Головне, щоб була задача, а засоби її розв'язання людина знаходитиме сама, відповідаючи на запитання, діючи з предметом, а то і роблячи все це разом.

Ми з вами визначили два полюси дії: **задача і мета**. Творчі функції мети виражаються тим, що людина розв'язує задачі, діє і створює якісно нові структури думок (зрозуміло, поки що для себе, а далі, коли поталанить – і для всіх), відкриває нові властивості предметів і явищ, психічні стани тощо – творчі предмети.

Творча дія – це не тільки досягнення точності, що було метою репродуктивної роботи, не лише досягнення відповідності ходу чужих думок, переживань почуттів і образів власним здобуткам роботи, а, передусім, впізнавання власних думок, почуттів і образів у творах талантів і геніїв.

Мірою якості процесу творчості є новизна створеного, оригінальність і самодостатність.

Задача дії – розумової або психомоторної – точність відображення і точність у розв'язанні задачі. При розв'язанні задачі знаходять: 1) у відомому предметі – невідоме; 2) у моральному – аморальне – зло; 3) у красі – порушену гармонію, тобто вміння бачити задачі, які викликають дискомфорт.

Для того щоб звільнитися від дискомфорту, у людини існує єдиний спосіб – розв'язати задачу: перетворити невідоме на відоме, попередити дію аморальних сил, створити досконалу гармонію в собі або в оточуючому середовищі. Тільки в такому разі діяльність відкриває можливість розвивати творчі здібності – механізм творчості.

Ось чому процеси відкриття і винаходу відбуваються в дії, в ході розв'язання задач і проблем. Розумова і психомоторна дія – основний засіб розвитку творчого ставлення до діяльності і розвитку механізму, завдяки якому людина вчиться спочатку всім відомі задачі розв'язувати оригінальним способом, а потім – і проблеми, які до неї ніхто не розв'язував – простим способом.

Засоби розвитку механізму творчості

Засоби і цілі. Система засобів розвитку включає в себе все те, що своєю силою викликає в людині рух механізму творчості, перехід від одного стану до іншого, а перетворення його на інший, виникнення нових властивостей тощо – і забезпечує безперервний розвиток людини.

Система засобів праці – це сукупність:

- 1) людських можливостей – здібностей і механізмів психіки;
- 2) духовних продуктів діяльності людства – ноосфери, на яких загострюються і вдосконалюються можливості продуктивної діяльності людини;
- 3) методик викладання, вправління і змагання, узгоджених з віковими можливостями людини; їх оснащення інструментами, механізмами, машинами, якими людина оволодіває, щоб доцільно користуватися ними в навчанні, а потім і в праці.

Засоби обираються відповідно до мети. Усі вади засобу або невраховані його властивості переносяться і на продукт дії, надаючи йому непередбаченого змісту і якостей: недосконалий засіб псує матеріал, а мету робить недосяжною.

До засобів праці належать і духовні продукти. **Це – засоби – думки**, укладені в слова, поняття або теорії, що відкривають можливість усвідомлювати зв'язки між предметами і явищами дійсності – з одного боку, а з другого – стати інструментами діяльності. Думка, образ, почуття, пережиті людиною, стають дійовими засобами, тому що перетворюються на енергію, здатну виконувати роботу.

Третю групу засобів розвитку механізму творчості становлять методики викладання, вправління і змагання, які стають дійовою умовою реалізації мети. Зміст методик передбачає, за допомогою яких засобів, факторів і способів дій людина досягає бажаного розвитку механізму творчості і виробляє ті чи інші предмети.

Методика викладання – спосіб пізнання, самооцінки і перетворення невідомого в задачі на відоме – знання, предмет, процес, явище тощо. Це здійснюється шляхом демонстрації розв'язання суперечностей у типових задачах, формулюванні завдань для розвитку здібностей із задатків, оскільки всі майбутні перетворення навчального матеріалу і здібностей містяться в прихованій формі в меті навчання,

що, як ми вже зазначали, визначає характер і спосіб дій, організує волю людини.

Методика навчання споріднена з пізнанням через дослідження невідомого. Але навчальне дослідження відбувається в штучних умовах і на матеріалі, опрацьованому відповідно до педагогічних принципів.

Методики визначають шлях через тернії невідомого до бажаної мети. Тут буде доречно згадати Ф. Бекона, який порівняв метод зі світильником, а дії людини – з мандрівником. Коли метод навчання освітлює шлях людині, то навіть кульгавий випередить того, хто біжить бездоріжжям.

Навчальна проблема. Навчальна проблема – складне теоретичне або практичне завдання, для розв'язання якого недостатньо знань, застосовуваних раніше; в ньому бракує методу, правила, формули – нових засобів порівняно з тими, які застосовувалися раніше для здобуття нині відомого. Треба спочатку створити метод розв'язання задачі, а потім скористатися ним для досягнення мети.

Проблема конкретизується рядом задач, їх системою, що передбачають різноманітні розумові або психомоторні дії:

- 1) вивчення;
- 2) дослідження;
- 3) вирішення, які лише і гарантують вихід людини за межі відомого.

Знову до більш складного невідомого!

Навчальна задача вказує, що є відоме і невідоме, а ви маєте знайти шлях, яким треба пройти, аби перетворити невідоме на відоме.

Засіб реалізує мету. Засіб – втілена єдність відображення предмета і предмета дії, на який спрямована активність людини. Тому засіб втілюється в предмет дій – його мету (кінцевий продукт).

Усі невраховані властивості засобу (позитивні, а ще гірше – негативні) переносяться і на продукт дій, надаючи йому непередбачених доповнень змісту і якостей. У реалізованій меті – предметі – є дещо більше, ніж у тому, що передбачалося; а цей додаток і є роботою засобів.

Продукти праці – здобутки ноосфери

Поняття духовності. Ми з вами причетні одночасно до трьох основних сфер буття:

- 1) природи і суспільства;
- 2) світу духовної і матеріальної культури – ноосфери;
- 3) власного духовного світу.

Засвоєння смислу цих сфер буття – завдання кожної людини, яке вона приречена розв'язувати все своє життя. І чим більше вона буде діяти, розв'язуючи цю задачу, тим більшим і світлішим буде її духовний світ.

Перші дві сфери буття людини мають нескінченний зміст, а можливості людини обмежені часом життя, швидкістю переробки інформації, потребами, і тому вона спроможна захопити лише певну ділянку природи, світу культури і перетворити їх на зміст свого духовного світу.

Кожна сфера нашого буття відображається одна в одній, а всі вони разом – неподільна цілісність. Зміст сфер перетікає з одної в одну, збагачуючи одна одну, а якщо людина стане спроможною розв'язувати задачі і проблеми – стане творцем, то світ природи і суспільства, світ духовної і матеріальної культури збагачуватиметься плодами її роботи.

Чим же треба володіти людині, щоб увійти в ці сфери свого буття і створити свій духовний світ – логос?

Для цього треба розвивати свої творчі сили – творчі здібності – і доцільно ними користуватися. Користуватися, щоб створювати продукти нові, оригінальні і самодостатні.

Як це розуміти? Розшифровується це так:

- а) щоб розбудувати свій духовний світ, треба мати здібності;
- б) щоб створити в собі духовний світ, треба добре мислити, переживати глибокі почуття, давати волю польотам уяви і мати досконалу психомоторику, забезпечену достатньою енергією;
- в) щоб творити духовність у духовному світі, треба користуватися своїми творчими здібностями.

Творчість, мислення і розуміння породжують особливий світ – духовність. І лише в цьому світі людина може відчувати задоволення, а якщо в ньому їй буде не зовсім зручно, то нехай розбудовує нові поверхи духовної або матеріальної культури.

Що ж міститься у понятті “духовність”? Буквально: вона означає те, що віє, дмухає, як щось невидиме; найтонкіше повітря, дихання, духмяність, запашність тощо. Духовність – це сила, яка впливає на душу людини, хвилює її, захоплює і надихає на активність.

Найпотужніші шари духовності містять у собі твори мистецтва, втілені в речовині, мові і в продуктах праці людей на культурній і виробничій нивах.

Конкретно: духовність – продукти роботи самого духу – найбільш розвиненої **поетичної душі** людини, яка розлита по всьому тілі; мислячий дух, втілений у природні матеріали, здатний повертатися до людей у тих самих кількостях і якостях енергії та інформації – бути невичерпним джерелом, довічно рівним самому собі.

Духовність діяльна; вона дає енергію та інформацію кожній людині, закликає людину до безпосередньої дії, до творчого процесу, а не тільки до переживання почуттів, як це поширено думати в наш час. І найголовніше – до розвитку в кожній людині механізмів психіки.

Ноосфера – сфера розуму. До продуктів праці людини можна віднести все те, що вона зробила власними руками або силою свого розуму. Зокрема, це:

а) предмети з речовини, результати дії роботи, що мають споживчу вартість;

б) відкриття, винаходи, художні твори;

в) здібності людини, стан активності механізму психіки;

г) натхнення – особливий психічний стан, який характеризується піднесенням сил і активізацією всіх душевних та психомоторних функцій.

Поняття душі (психе) і логосу – продукти глибоких міркувань мудреців-філософів – надбання античного типу культури. На жаль, вони випали із наукового і повсякденного вжитку. Чому так сталося – предмет іншої розмови. Але ці поняття треба відроджувати, зрозуміло, на рівні досягнень сучасної науки про людину. Чому відроджувати? Щоб наблизити наукову і побутову культуру людей до світового рівня, в якому ці поняття є ключовими в розумінні глибинних смислів ноосфери.

Поняття ноосфера – зовсім молоде: йому трохи більше 100 років. Але воно, як і стародавні поняття науки, має величезну здатність породжувати сили пізнання і праці.

Ноосфера – поняття, створене з двох старогрецьких понять – розум і сфера (куля). Автор поняття В. І. Вернадський – перший президент Академії наук України. На його думку, ноосфера – вища стадія розвитку біосфери, “мисляча оболонка Землі”.

Вже на початку ХХ століття поняття ноосфери в розбудові своїх теорій використовували П. Тейяр де Шарден і Е. Леруа. Трохи пізніше М. М. Камшилов "мислячу оболонку Землі" назве – *ноогенікою*; польські біосферики – *созологією*. У наш час поняття ноосфери набуває великого значення не лише у справі розв'язання глобальних проблем екології і демографії, а й у розбудові змісту освітньої системи.

Що ж описується поняттям *ноосфера*?

Культурна оболонка Землі: вже пізнаний, засвоєний і культивованим логос – система законів природи. Сутність ноосфери – інформаційно-енергетична. Енергія її доступна всім, будь-якій людині, зрозуміло, залежно від рівня розвитку її душі (психе). Ця енергія та інформація, замкнені в гармонійні форми, зберігають у собі нестаріючу (раніше говорили – нетлінну), нерозпорошену інформацію і енергію людського духу – духовність.

Ноосфера містить у собі велетенський духовний потенціал, смислове поле якого практично не має меж. У ноосфері є дуже чудодійна властивість – вона має здатність до безмежного зростання. Треба наголосити і на ще одній властивості ноосфери: вона завжди спрямована в майбутнє.

Прорив у майбутнє – її тенденція. Це – третя ознака ноосфери.

Якщо продукти ноосфери – частина логосу, якою оволоділи і використовують люди, то яка ж роль людини і її розуму в цьому планетарному процесі?

Душа людини знаходиться між логосом і ноосферою. А між природою і душею двобічний зв'язок здійснюється психомоторикою.

Людина збирає плоди і на ниві логосу, і на ниві природи, щоб нагромаджувати їх у засіках ноосфери, завдяки чому культура людства – на відміну від людини – практично невмируща.

Ноосфера, зароджена на планеті Земля, має тенденцію до постійного розширення і стає структурним елементом космосу. І ніхто не думає інакше. Відтак, задача кожної людини – і старих, і малих – ще більше уточнюється: діяти розумно, зберігаючи природу і себе в її лоні; використовувати і розширювати доцільно ноосферу; і – найголовніше – діяти думки: "чим людина може стати".

У ноосфері зосереджені всі шляхи, якими йшло людство до істини, добра й краси. Зосереджені всі продукти мислення, почуттів та уяви, роботи психомоторики і енергопотенціалу. Вони не лише гото-

ві результати – знання і матеріальні утворення, а – найголовніше – і те, як вони зароджувалися з нульового стану і розвивалися до вершин досконалості.

Ноосфера містить у собі історію – знахідок і помилок – тисячолітньої творчості людства.

Перед людиною цей зміст постає як дещо дане. Він для нас минуле, яке не має координат ні простору, ні часу. Цей матеріал не для здобуття ерудиції і не для “критики”, яка довго панувала над деякими, найбільш цінними прошарками ноосфери. Продукти ноосфери не є матеріалом для завантаження пам’яті і для переживання насолоди: хоча і цей шлях не зовсім поганий.

Перевагу треба віддати іншому. Учитися творчості на матеріалі:

а) чужого мислення, яке вело до думок найвищої точності – до істини;

б) чужих почуттів, які породжують приховані в людині почуття, сповнені не меншою силою, ніж у талантів і геніїв;

в) чужої уяви, розвиваючи свою уяву, здатну в *очевидному бачити неймовірне*.

У взаєминах з ноосферою людина вростає в культуру, поєднуючи чужий досвід з особистим – проходить уже відомі шляхи мислення, почуттів та уяви до істини, добра і краси, які прокладали найвидатніші уми людства.

У творах талантів і геніїв втілені думки і почуття у формах гармонії, яку вони побачили, відчули в природі. Коли людина має взаємини з гармонійними предметами або явищами, то переживає стан піднесення, відчуває подив, зацікавленість, вдоволення.

Звідки все це? Творці наситили їх як інформацією, так і енергією, втілили в них свої душі. Отже, незважаючи на простір і час, творці приходять до нас і вчать нас мислити, почувати, уявляти, щоб ми використовували свої творчі сили.

Дії учіння і саморозвиток людини

Поняття про учіння. Наші дослідження праці довели, що і діти і деякі дорослі інтуїтивно в своїй роботі одночасно користуються трьома основними видами діяльності – грою, учінням і працею.

Активність людини народжується злиттям: а) дії-гри; б) дії-учіння;

в)дії-праці. Створюючи цілісність, вони започатковують творчий процес, а людина оволодіває способами діяльності. При цьому вона здатна наймонотонніший процес перетворювати на цікаву для себе гру, глибоко пізнавати невідоме і виробляти продукти праці з особливими естетичними властивостями.

Граючи з матеріалом або сировиною, людина пізнає їх властивості, а виробляючи предмет, матеріалізує в ньому свої здібності. І в цей момент істини ми відкриваємо велич цієї людини – творця!

Учіння може бути і стихійним процесом – досвідом практики. Воно – продукт дій, які не були визначені свідомою метою, як у шкільному або інститутському навчанні. Людина діє і в цій дії самостійно виявляє своє мислення – вчиться мислити, почувати – вчиться розвивати їхню потужність, а передбачаючи кінцевий стан продукту дій, розвиває уяву, психомоторику і нарощує цими самими діями свою енергію.

При організації способів гармонізації діяльності людини треба враховувати наявність декількох самостійних, генетично пов'язаних між собою, рівнів учіння і їх продуктів – здібностей.

Сенсорна наученість людини дає змогу їй розрізняти в широкому діапазоні властивості предметів і явищ, впізнавати знайомі властивості там, де вони дійсно існують, тощо. Тобто мати високий рівень загальної чутливості.

Сенсомоторна наученість – здатність регулювати психомоторні дії і рухи, спритно і безпомилково користуватися образами сприйнятої ситуації або доцільно діяти, керуючись уявленнями.

Психомоторна наученість дає змогу об'єднувати рухи тіла і думок, почуттів і уяви в цілісні образи – регулятори доцільних дій, а також тонко і точно диференціювати, генералізувати і систематизувати інформацію і енергію для розв'язання задач. І все це відбувається безпосередньо в процесі психомоторної дії – від початку до її завершення.

Розумова наученість дає можливість подумки діяти з предметом, не торкаючись його руками.

Користуючись розумовими здібностями, людина може успішно знаходити в образі дії суттєві властивості і зв'язки між ними, виявляти оптимальні варіанти розв'язання задачі, передбачає можливі помилки до того, як вони стануть дійсними. Розумові здібності людини виявляються в точності створення найближчої і віддаленої в часі ме-

ти дій і діяльності і образу бажаного майбутнього, себе самої в майбутньому.

Розумові здібності діють також поза межами сфери дії.

Будова дій учіння

Без перебільшення можна сказати: учіння, з-поміж інших видів діяльності, ближче за сутністю до процесу праці, але не тотожне їй.

Як учіння, так і праця створюють певні продукти: учіння – у формі здобутків минулої активності – досвіду, який людина носить завжди у собі; а праця – те, що людина виробила.

Праця регулюється свідомою метою (власного або чужою), а учіння мимовільно створює продукт – способи своєї активності без спеціальної мети і зіткнення свідомих і підсвідомих смислів.

Повернемося до складових учіння, щоб засвоїти його смисл.

Навчання

Навчання – свідомий цілеспрямований процес- елемент учіння, система дій людини під керівництвом учителя і протягом багатьох років. На уроці людина одержує дозовану частину інформації в педагогічно опрацьованій формі. А зміст освіти в навчанні визначається:

- а) рівнем досягнень науки;
- б) соціальним досвідом людства;
- в) можливостями майстерності вчителя.

Отже, активна і законодавча сторона навчання – учитель.

Від учня вимагається сумлінне виконання завдань, передбачених навчальною програмою. Активність людини тут визначається складністю вимог програми і натхненням учителя, яке надихає учня опанувати максимум інформації з мінімальною енергією і в стислі строки.

Навчання займає жорстко визначений віковий період життя: від 6 до 17–18 років – загальна середня освіта, а далі – вища. Питома вага навчання – роботи людини під керівництвом учителя – на її життєвому шляху не перевищує 12–13 тис. годин. Сподівання на те, що людина, яка склала понад 20 іспитів у школі, і студент, склавши екзамени при набуванні освіти, мають повну картину світу і ноосфери – марне. Насправді вона в них – мозаїчна: білі камінці спотворюють її зображення і роблять з неї строкату суміш різнорідних частин. Не-

дарма випускнику вузу на виробництві кажуть: забудь те, чого тебе вчили, і починай спочатку.

Цілеспрямованість навчання передбачає і розв'язання задач розвитку в учневі прагнень і вмінь: самостійно без учителя і без примусу ззовні – протягом усього життя – набувати нових знань, досвіду.

Але ця частина мети навчання не завжди здійснюється.

Чому? Ми ще раз констатуємо факт: відбулася підміна мети. Учіння замінили навчанням, домінуючим стало передавання – одержання знань, умінь та навичок.

Система навчання в школі розбудувала навчально-виховний процес у формі **праці, виробництва знань, умінь та навичок**. Ніхто не скаже, що таке “виробництво” погане. Але якою ціною воно досягається?

Науку змусили обґрунтовувати практику школи: життєдіяльність людини розклали на складові: гру, учіння, працю – і кожну вивчали окремо без врахування взаємного зв'язку.

Справді, науку цікавлять питання: “що?” і “чому?”. Вона старанно їх вивчає. А процес розвитку – “як?” і “заради чого?” – залишався на другому плані науки. Водночас, педагогічна технологія запозичила в науки її метод – **аналітичний** – і побудувала на його засадах свій процес: все і вся розривалося на частини з інтуїтивним сподіванням, що синтез частин у цілісність відбудеться сам собою.

Можливо, в цьому і причина нарікань на психологію та її малу ефективність. На жаль, так сталося, що гру, учіння і працю не лише вивчали нарізно, а й розподілили за періодами онтогенетичного розвитку людини.

Знову спрацювала аналітична тенденція науки. Гра стала першою діяльністю дошкільняти. Учіння в формі навчання – дітям, підліткам і студентам. На законах навчання – *дій людини під безпосереднім керівництвом учителя* – стали будувати процес підготовки до самостійного життя. Причому в найцікавіший відрізок життєвого шляху, пов'язаний з пошуком свого покликання, ствердженням себе суверенною і самодостатньою людиною не словами, а продуктами справ.

Нарешті, дорослим залишилось останнє – лише праця.

І установка: жити у вируючих хвилях роботи, роботи, роботи... Сталося так, що з нашого життя вилучена гра і учіння: замість учіння – безперервного життєвого процесу – впроваджена короткострокова

процедура підвищення кваліфікації або удосконалення нас як спеціалістів.

А душа? А духовність? А наша тілесна культура? Отож, при переході в іншу вікову групу – дорослість – досвід і здібності, набуті в грі і учінні, припиняють своє функціонування, втрачаються, а людина позбавляється умов розвитку. Що ми, дорослі, втрачаємо, зрозуміти неважко:

1) переживання глибоких почуттів, збагачених продуктивною уявою, народжених вільною діяльністю – грою;

2) напруження почуттєвих і розумових процесів, які тренують пам'ять і створюють картину світу – учіння. А до чого веде домінантність праці – однієї праці – теж легко усвідомити. Це: а) мінімізація енергетичних витрат на дію і максимізація їх протягом дня; б) праця автоматизує навички, уміння і природно перетворює людину на виконавця;

3) творчість через створення в праці суто механічного процесу, автоматизованих робочих дій, якими вже давно розв'язані задачі виробництва.

Розподіляючи діяльність, зокрема: гру – дітям, учіння – підліткам і юнакам, працю – дорослим, ми підштовхуємо їх до спотворення потреб і разом з ними мотивів життєдіяльності.

Чому мотивів? Мотиви виникають при зустрічі з невідомим – задачею, а в навчанні переважає **передача знань, умінь та навичок** і людина прив'язується до їх **передавання-одержання** силою примусу.

Прикрощі навчання виникають тому, що із мотивації людини:

а)вилучається бажання уявляти схему наступних дій – створення системи думок, які є їх безпосередніми регуляторами;

б)зникають переживання почуттів дії і їх продукту, створеного власноручно;

в)уповільнюється забігання уявою і думками наперед дій, які виконуватимуться не лише в найближчому, а й у віддаленому майбутньому.

Отож, треба завжди пам'ятати, що природна життєдіяльність людини – неподільна на частини органічна цілісність; з неї неможливо вибірково вилучити жодного елемента. Те саме з навчального процесу – гри, учіння і праці – в протилежному разі цей процес буде спотворений, а то й зруйнований; порушення цілісності і гармонії діяльно-

стей призводить до руйнування гармонії душі не тільки дитини, а й дорослого.

Де ж вихід з такого становища? Передусім слід переглянути наукові і традиційні погляди на життєдіяльність людини; повернутися до людини і зрозуміти її як органічну цілісність, у якій вона і всі її види діяльності сплетені в один-єдиний клубок. Нарешті – дослідити і усвідомити технологію поєднання гри, учіння і праці в цілісність і будувати їх цілісно, щоб ця цілісність стала для дітей і дорослих обов'язковою умовою, невід'ємною якістю, стилем мислення.

У такому разі кожен елемент-засіб буде мати можливість природного розвитку. І для цього небагато треба:

1) підтримувати сталість потреб дитини з урахуванням потенційних сил гри, учіння і праці, спроможних розбудити і виховати, незалежно від віку, творчі можливості механізмів психіки;

2) глибоко усвідомити, що учіння – не важка і малоприємна робота над собою і навчальним предметом, а найцікавіша гра духовних і психомоторних сил людини на фоні позитивних почуттів, величезного вдоволення – розумової і м'язової радості;

3) зрозуміти, що ціле, цілісність – це сплав, в якому всі складові з'єднуються у визначеній природою пропорції; видимо існує і оптимальне сполучення, єдине, що гарантує найбільш повне самовизначення людини.

Суперечності в навчанні. Криза діяльності людини – перевантаження навчальним матеріалом. Так, учні молодших класів працюють у класі чотири – п'ять годин і вдома – стільки ж. Змагання з часом на межі можливостей організму втомлює механізми росту тіла, змінює мотиви, і людина втрачає уявлення про цінність своєї праці, радість, а від навчання зазнає лише сталих страждань...

Подивіться на цих самих хлопчаків в інших умовах – у вихідний день вони виходять надвір відразу після сніданку і ганяють м'яч до темряви. І не втомлюються. Дівчатка можуть грати в “скакалки”, чергуючи десятки фігур, вигадуючи все нові й нові, – доки їх не загонять додому. І вони не втомлюються.

Виходить: в одних умовах діяльності – навчанні – діти втомлюються і захищаються від нього всіма можливими способами і прийомами, а в грі – ні. Роботу, яку вони виконують тут і там, – важко зіставити. Але відповіді на перше питання поки що немає. Розглянемо іншу ситуацію: навчання-гру. Якщо поставити людину в умови нав-

чання-гри – зіткнемося з парадоксом. Виконуючи за сутністю одні й ті самі розумові дії, одну й ту саму роботу, якої вони уникали раніше, – у навчанні-грі працюють активно, цілеспрямовано і продуктивно. Зрозуміло, діяльність підсилюється енергією почуттів, які народжуються грою: розумовою або психомоторною. Монотонність діяльності зникає і перетворюється на поліфонічну активність, захоплюючу, приємну і радісну.

Цей парадокс-явище є повсюди. Про це свідчить такий експеримент. Учням давалось у край монотонне завдання: постаратися надзвичайно довго писати звичайні палички. Або перекладати палички з купи до коробочки поодиноці. Ось вам результати.

Одні діти швидко перенасичуються роботою і оцінюють її як нудне і безглузде заняття – і відмовляються від експерименту.

Зовсім інакше працювали діти, схильні захоплюватися, – пристрасні. Вони виконували ту саму роботу з насолодою, винахідливо і без психічного напруження.

Чому таке стається, не секрет: це безглузде завдання творча людина перетворює на смислову діяльність, усвідомлену і цілісну – привабливу для себе гру. Задана монотонність стає поліфонічною роботою.

Якого ж смислу набуло писання звичайних паличок? Незвичайного! Писання паличок стало засобом створення смислових конструкцій. Палички зображали огорожу, паркан навколо будівлі, а будівля створювалася з привабливих візерунків, які змінювали один одного в композиції. І все це з тих самих паличок! Перекладання паличок перетворювалося в уявну гігантську лісорозробку! У перевезення “велетенських дерев” фантастичними тракторами. А дії дитини ставали діями, сповненими почуттів і міркувань.

Зовнішня картина дій тут залишалась у край одноманітною, а внутрішня – стала надзвичайно багата, забарвлена розмаїтою грою думок, почуттів та уяви, які реалізовувались у створюваних конструкціях.

Научування

Научування – неусвідомлюване набуття людиною в процесі життя: а) психомоторних і сенсомоторних здібностей, б) нових форм поведінки і в) соціальних якостей.

Довільний процес у складі учіння – засвоєння. Він починається від моменту народження і різноманітними шляхами здійснюється протягом усього життя. І тому є умовою і способом розвитку душі й тіла.

Мета засвоєння змісту природи і ноосфери – в самому процесі оволодіння ними.

Але процес наукування – лише елемент більш потужного явища в житті людини – учіння. Роки учіння передують рокам майстерності. Бо учіння – це стійкі зміни діяльностей, які виникають завдяки використанню попередніх знань.

Засвоєння. Між засвоєнням і оволодінням існують відмінності.

Засвоєння – центральний процес шкільного навчання, сприймання, осмислювання і запам'ятовування навчального матеріалу. Що при цьому придбає людина? Вона знайомиться з предметом, не маючи можливості доторкнутися до нього руками, створює його загальні контури, схему дій з ним. Осмислює його на рівні слів і понять.

Головна ж мета засвоєння навчального матеріалу – точність словесного відтворення, за яке ставлять оцінку, видають атестат про рівень освіченості.

Оволодіння – здатність користуватися заученим матеріалом у практичній дії, матеріалізувати його в предметні конструкції – речові або знакові системи. Тобто в такому процесі оволодіння засвоєний матеріал стає часткою міри людини, частиною її душі; воно працює, щось продукує – і тим самим створює найцінніше в людині: прагнення до подальшого розвитку себе власними силами, тобто бажання саморозвитку.

Те саме стосується і психомоторних здібностей. Оволодіння психомоторикою виявляється в тому, що людина, незалежно від умов дії, може діяти стабільно, точно, координовано, спритно, ритмічно і з пластичними рухами.

У цих видах праця учня, його дії мотивуються зовнішніми впливами. Ініціатива діяти виходить не від нього. Проте не є винятком і такі поодинокі випадки, коли людина діє від свого імені, за власними бажаннями: “Я хочу!” Звідси і впливають задачі експериментів: визначити умови, завдяки яким зовнішня, чужа мотивація перетворюється на свою внутрішню, а людина стає спроможною діяти самостійно.

На відміну від навчання, робота учня під керівництвом учителя являє собою процес і як мета дитиною не усвідомлюється. Бо засвоєння – продукт будь-якої діяльності; воно як шлях, який залишається за спиною пішохода, – що пройшов, те і знаєш; засвоєння – живий наслідок роботи.

Зокрема, засвоєння – продукт роботи з предметами науки, мистецтва, техніки і технології, спілкування з людьми, взаємин і дій з соціумом і природою. Оволодіння передбачає наступні практичні дії. Діючи з предметами навчання або праці, людина відкриває діями в цих предметах для себе невідоме і засвоює його, робить його власним здобутком – предметом перетворення, а здібності – новоутвореннями.

Вправляння

Спеціально організовані вправляння – частина учіння. Вправляючись, людина цілеспрямовано (але не завжди доцільно) виконує ряд завдань. Тренується, набуваючи певних усталених прийомів дій, вузьколокальних навичок, рис характеру тощо. Що значить локальних?

Усі ці вправи штучні. Ними щось конкретне закріплюється, виправляються попередні помилки, які стали навичками – автоматизованими діями або операціями у складі складніших навичок і умінь. На жаль, навички стримують подальший розвиток людини, а їх матеріалізація вимагає зусиль і часу.

Сподівання на те, що вправляння – це підготовка до навчання складнішим діям – себе не виправдовує, не призводить до спроможності людини добре і швидко працювати, мати спритні руки і досконало володіти заученим матеріалом. Чому? Захоплення вправами веде до автоматизації їх як окремих і самостійних дій, а застосування їх як елементів у новій системі створює інтерференції, які і руйнують цілісність образів, системи, думок і почуттів, всередині їх точиться боротьба за домінантність.

Тут працює закон цілісності: ціле містить у собі дещо більше, ніж сума навіть найдосконаліших елементів. Здібності і механізм таланту вирощуються, а не складаються з окремих, нехай і найдосконаліших, елементів. Наприклад, перевага сил уяви над іншими механізмами робить людину бездіяльним мрійником.

Ось звідки скутість, закріпачення думок і рухів, навіть “боротьба мотивів”.

Свідома і підсвідома імітація дій, рис характеру, рухів, манер поведінки та ідеалів – далеко не повний перелік продуктів особливого елемента учіння – наслідування. Завдяки цьому механізму душі людина успадковує все навколишнє, майже не витрачаючи на цю величезну роботу свою енергію.

Моделювання

Тепер розглянемо види і зміст моделювання як досить жорсткого і регламентованого ззовні наслідування. Подивимося, як складаються ті шляхи, якими людина може вrostати в культуру людства, поєднуючи в цілісність і чужий, і власний почуттєвий досвід.

Головне в моделюванні як наслідуванні – те, що регуляторами дій, поведінки або діяльності, в тому числі дій розумових і психомоторних, стають стандартизовані і чужі: а) образи, б) почуття, в) думки, які без опору з боку людини надходять від зовнішніх зразків, продуктів творчої діяльності. Але моделювання не завжди продуктивне. Оскільки наслідування дітей і підлітків асимілятивне.

Здатність до моделювання розвиває, поширює і поглиблює можливість до самосуду і вироку не лише зовні сприйнятому взірцю, а й – що особливо цінне – власному бажанню їм наслідувати...

Іноді людині стають зрозумілими мотиви спонукання, джерела енергії для навчальних дій. Звідки виникають її потреби до навчання – зсередини себе або надходять іззовні як чужа воля; чим учень обґрунтовує свої бажання виконувати навчальні завдання; в чому сенс його діяльності і домінуюча позиція, точка зору на учіння.

Процес учіння – універсальний, всебічний, всеосяжний і загальний для людини. Бо учіння – форма засвоєння людиною здобутків минулої діяльності, стан свідомості і підсвідомого, які постійно збагачуються цілісною життєдіяльністю – її досвідом.

Учіння – механізм життєдіяльності, завдяки якому через циклічне повторення будь-яких дій, діяльності, життєвих ситуацій відбувається перетворення їх змісту на емпіричне знання, а також усього того, з чим взаємодіє людина, – у власність, придатну для подальшого користування.

Але ця чудодійність механізму учіння – універсальність його форми, – часто підмінюється однією з форм учіння – навчанням, а всі інші, не менш продуктивні, залишаються поза увагою або просто

придушуються: переважно від необізнаності в цьому механізмі психіки.

Наслідування

Наслідування – процес і продукт дій. Наслідування – універсальний спосіб засвоєння чужого досвіду, здатність мимовільно відтворювати рухи і дії, поведінку, манери діяльності. Але цим не може обмежитися наслідування. Більше того, наслідуючи навіть неусвідомлено, людина може відтворювати пережиті напливи почуттів, хід думок, збуджувати нові образи силою своєї уяви. Тобто відтворювати те, що переживали і відобразили у своїх творах таланти – і генії.

Наслідування – привілей дитячий. Особливого розвитку воно набуває в період грації. Це не означає, що дорослі не користуються наслідуванням, але воно у них стає більш усвідомленим, тобто регулюється мірками розуму.

У наслідуванні дітей зароджуються творчі потенції і паростки особистої культури. Саме культура оточуючого середовища є тим неоціненним матеріалом, що живить і виховує талант. От і уявіть собі, яку велетенську роботу виконує маленька людина, підкоряючись неусвідомленому потягу, спонуці до наслідування; як продукти наслідування збуджують внутрішню роботу душі і як усім цим керує не свідомість і воля, а безпосереднє почуттєве відображення: образи, думки, почуття. До того ж – чужі спочатку і перетворені згодом силами душі на власні здобутки.

У цілому наслідування – асимілятивний процес.

Чому наслідування асимілятивне? Воно працює не на критеріях істини, добра і краси, до яких у дитини ще довгий шлях, не на симпатії – співчуванні, інтересі, зацікавленості, а на примушуванні діяти так, а не інакше, – а стандартно. Тому і уподібнення себе іншому відбувається не у всьому тому, що викликає позитивні почуття.

Симпатія до дії створює образ дії або схему поведінки і забезпечує їх великою кількістю енергії. А ви вже знаєте, що від образу або думки один крок до дії, втілення їх у реальні способи самовизначення людини. Бо пристрасне бажання – проект дії, який без опору і навмисних зусиль реалізується в дійсність.

Біда, що діти неспроможні оцінювати якість (моральну і естетичну) взірців, яким наслідують асимілятивно, неусвідомлено.

Наслідуванням дітей треба вміло керувати, слід спрямовувати уподібнення кращим взірцям дій, поведінки, діяльності – особливо взірцям, створеним талантами і геніями людства і наповненими глибокими думками, потужними почуттями і силою уяви.

Здатність до оцінки того, що наслідують – бажаного, у дітей створюється, коли критичність мислення (після 13 років) вийде вперед інших механізмів таланту. Тоді почнеться оцінка взірця за критеріями істини, добра і краси того, що подобається, що справляє приємне враження, бо відповідає справжньому естетичному почуттю, а не є даниною моді або спотвореному смаку масової культури.

Психомоторне наслідування. У п'ятирічному віці своїми рухами діти випромінюють граціозність, красу, пластичність. Ці рухи і дії у віці грації здійснюються за взірцями, що існують у думках, почуттях та уяві. Вони – доказ того, що в людини немає бездумних рухів, що пересування в просторі – це оволодіння простором, а існування в координатах часу – оволодіння часом. Це вміння володіти собою, своїми рухами і діями, самим собою. І не просто володіти, а ще й створювати певне враження – естетичне, користуватися джерелом насолоди – **м'язовою радістю.**

Головне ж у психомоторному наслідуванні те, що рухи і дії супроводжуються, стверджуються і випереджаються образною думкою, яка, подібно штурману, прокладає шлях до мети і переживається всією системою почуттів, що народжуються власними силами людини. Процес і механізм наслідування починаються дуже рано: вже дошкільнятко – п'яти-шестирічна дитина – міцно засвоїла і може:

а) відрізнити гармонійні рухи і дії від їм протилежних – незграбних;

б) впізнавати гармонійні предмети і явища серед менш досконалих – непривабливих своїми естетичними і моральними властивостями;

в) досить точно розрізнити в психомоторних діях – своїх і чужих – ритм, темп, координованість і пластичність – їхні властивості, а також довільно змінювати їх за бажанням.

Людина дуже рано починає свідомий вибір предметів для наслідування, але й наслідує, відтворюючи чужі образи, думки (образу) і почуття – протягом всього життя – неусвідомлено.

Наслідування опредметненням почуттів. Ця форма наслідування стосується дій з неодухотвореними предметами і явищами. Дитина, граючись з лялькою, переносить свої почуття на неї і переживає їх як такі, що існують насправді і випромінюються іграшкою. Таким чином вона переживає додаткові почування, які і стають живим джерелом пізнання і усвідомлення особистих почуттів.

Діти психологізують неодухотворені предмети. Зрозуміло, одушевлення неживих предметів – продукт дитячої уяви, спосіб тренування своїх почуттів, осягнення їх розмаїття. А оскільки дитина вірить, що риси, відчуття, почуття, думки, втілені нею в ляльку, насправді існують, то в усе те, з чим дитина діє, вона вдихає душу, оживляє.

Можливо, таке наслідування – природний для людини механізм – і створило безліч антропоморфізмів.

Наслідування буквально. Це процес, система дій, що відтворюють зовнішній взірць. Дитина обмальовує живі істоти або предмети, розфарбовує їх. Малює портрети, автопортрети, особисті рухи і дії, дивлячись на себе нібито збоку, масові сценки. Про що це свідчить? Дитина прагне пізнати себе ззовні, створити стійке уявлення “тілесної схеми” себе самої, простору свого Я, почуття пропорцій, яким вона наслідує, виконуючи ці та інші дії. Особливо таке наслідування характерне періоду грації – з 5 до 8–10 років.

Пізніше буквально наслідування відбувається через копіювання дій товаришів або дорослих. Що ж людина копіює? Жести, міміку, пантоміміку, голос улюбленого співака, птахів, тварин тощо. Це свідчить про те, що підліток впевнено користується чужими образами і відповідно до них регулює свої рухи і дії. Можливо, з цього дитячого наслідування і створився імітаційний жанр естрадного мистецтва.

А те, що для людини в буквальному наслідуванні не виключається перекривляння чийось рухів, міміки мовлення, свідчить про дієвість почуттів гумору, іронії і навіть нищівного сарказму. Зображення учнем дій оточуючих людей у навмисно спотвореному, смішному вигляді тощо – моральна оцінка або відплата тому, хто вчинив йому неприємність, порушив правові норми або звичаї.

Якщо для дорослих імітаційний жанр естрадного мистецтва і карикатура нібито дозвільна, захоплива розвага пристрасних наслідувачів, то для учнів ті самі дії – перші кроки до самостійної творчості.

Спонтанне наслідування. Або відстрочене копіювання. Попередні форми наслідування відбуваються під впливом безпосереднього сприймання дій і їх причин. Вони реактивно відтворюються в тому чи іншому вигляді, а спонтанне наслідування діє тривалий час, при відсутності взірця. Іноді справляється враження, що воно довільне – наслідок внутрішніх причин.

Так чи інакше ми ототожнюємо себе, свої дії, поведінку з тими, хто поряд з нами і подобається нам. Вони і стають взірцями, еталонами, навіть кумирами для нас – особливо для отроків. Усі їхні властивості (позитивні – добре, негативні – дуже погано) реалізуються ними бездумно: почуттєве відображення з минулого керує сучасним, реалізуючи потребу, яка звільняє людину від дискомфорту.

Часто це відбувається без критичного аналізу наслідків; людина, осліплена привабливим образом, діє як сліпа, позбавлена здатності бачити, куди прямує. У неї почуття (чужі) беруть верх над мисленням, тому все виконується без урахування умов ситуації – навмання, бездумно.

Мимовільне наслідування переважно веде до негативних наслідків. Чому? Кожна окрема людина, навіть авторитетна, не може прирівнятися до рівня ідеалу – вищої досконалості, бо в ній уживаються протилежності – позитивні і негативні риси.

А діти і підлітки ще не можуть точно розрізнити їх, і тому вилучають із взірця те, що яскраве, строкате і незвичне, що полонить їхню душу і стає регулятором поведінки.

Більш цінний напрям спонтанного наслідування – примірювання. Воно – позитивне, навіть у край необхідне в процесі навчання і освітлення душі чужим досвідом. Цінність його не в тому, що запозичені образ і почуття (дій, поведінки), а в тому, що цей спосіб регуляції, проходячи крізь особисті почуття і мислення, фільтрується, осмислюється і засвоюється в позитивних формах – гармонійних утвореннях – власними силами розумового синтезу.

Тобто замість механічного, сліпого копіювання – активність сприймання, критичність мислення і дій під контролем почуттів. Це вже процес творчий. А отже – і плідний.

Розумове наслідування або опредметнення знань. Взірцем для відтворення тут є матеріал знакових систем – засобів спілкування, зокрема, символів, понять, формул або правил діяння з ними. Вони містять у собі відображення предметного світу в абстракціях: влас-

тивості або ознаки предмета – основні і найзагальніші. У результаті – спрощене відображення – схема предмета, його абрис.

Абстрактне відображення визначається переважно умовними позначеннями, які в свою чергу вимагають розумових зусиль для розшифрування знаків, що замінюють слова, словосполучення або поняття.

Засвоєння голих абстракцій мало що дає людині. Чому? Бо думки в абстрактних формах – теоретичне ставлення до предметів, а людина поки що живе в світі практичного, дійового ставлення до конкретних предметів, зв'язок з якими встановлюється образами і почуттями, тобто вона почуттєво-практична особа.

Розумове наслідування – оживлення абстрактної думки. Абстракція-думка перетворена на образ предмета і насичена енергією почуттів, спонукає втілювати її смисл у матеріальні конструкції.

Так, дитина, яка не один раз бачила, як користуються сірниками, ножем тощо, думає, що нібито усвідомила цю технологію. А взявши до рук ці предмети, опиняється в безпорадному стані: ножем врізається, вогнем обпалюється. Лише згодом, за допомогою особистого досвіду – почуттєво-образного – і знання, оволодіває ситуацією: стає спроможною спритно користуватися сірниками і ножем, не замислюючись над тим, як це робиться.

Взаємодія абстракції і дії породжує новий тип знання – почуттєво-образне. Рука і голова стають не відокремленими органами діяльності, а одним – універсальним органом; рука втілює в предмет знання, почуття і образи, які переживає людина, те, про що думає і чого бажає. Усе це впорядковується головою і стає змістом діючої людини.

Творче наслідування. Творче наслідування – особлива форма суто людського наслідування. Цей механізм починає діяти у віці отрока, особливо у вундеркіндів. У чому його сутність? У звичайному суперництві з талантами: це спроба власними силами зрозуміти, як і заради чого вони творили.

Наслідуючи процеси відкриттів і винаходів, підлітки не повторюють продукти діяльності талановитих людей – мистецькі твори, а беруть з процесу їхньої творчості ті способи, які їм до вподоби. Тому творче наслідування не є крадіжкою; навпаки, воно – студіювання майбутнього таланту.

Твори вундеркіндів зовні справді схожі на зліпок з прекрасного художнього або ремісничого твору. Але сутність твору в іншому: вундеркінд пройшов шлях розв'язання складної задачі, зрозумів процес реалізації запозиченої ідеї.

У творчому наслідуванні підліток шукає невлітими течії почуттів, думок та уяви і пропускає їх крізь свою душу, тобто переживає майже все те, що відчували їх автори. Його не минає і драма боротьби протилежних почуттів, біг думок, зіткнення ідей. Усе це його захоплює не менше, ніж сам процес творчості.

Діти, не схильні до наслідування, захоплюючись ним, мають можливість піднятися до рівня переживань, які відповідають величчю зразків прояву людського Духу у творчості.

Якщо звичайна дитина все оцінює у двоїстій системі: добре – погане, приємне – неприємне і таке інше, то вундеркінд робить те саме з більшою точністю, користуючись мірками гармонії – власним естетичним почуттям. Наведемо шкалу його мірок:

а) *переживання стану піднесеного* – активність, пов'язана з пошуком гармонії в неповторній новизні, несподіваною особливістю предмета або явища, яка вражає уяву: при цій зустрічі дитину охоплює здивування, вона захоплюється, а іноді і лякається, коли почуття предмета не зовсім виразне;

б) *переживання прекрасного* – в предметі знайдена гармонія, і він сприймається як досконалість форми, симетрії, ритму, його впорядкованості;

в) *почуття комічного* – відображення дій і вчинків людини з втраченою гармонією, але вона претендує на повноцінність і досконалість і використовує негідні засоби досягнення своєї мети;

г) *почуття трагічного* – відображення загибелі гармонійного, перемога недосконалості внаслідок конфлікту між ними;

д) *почуття потворного* – свідчення відсутності гармонії в предметах і явищах, що переживається як невдоволення, антипатія, огида.

Вундеркінд у своїх діях, користуючись мірками станів гармонії-прекрасного, піднесеного, комічного, – самотужки створює нові предмети і явища. Бере в руки інструменти (слюсарні, теслярські, музичні тощо) або перо і пензлик, співає або йде до балетної школи, займається спортом, – і все це, щоб втілити свої задуми в матеріальні

конструкції. Від процесу його роботи (а не від її продуктів) у спостерігача створюється враження, що ця дитина – творець.

Насправді ж усе це лише підготовка до творчості. Головне – потяг до творчості йде від дитини, це потреба виявити свій духовний світ, себе і створити щось важливе.

Хобі. Це – захисна від монотонності життя активність людини. Хобі неусвідомлено захоплює вас у вільний час; воно не просто захоплення або пристрасть. Це – спосіб компенсації негативних зовнішніх впливів, що заважають нормально, із задоволенням жити; а ідеал – це коли хобі і повсякденна робота стають продовженням одне одного, підсиленням, нагромадженням у вільний час додаткової енергії. Тоді це не є компенсацією і нейтралізацією стресогенних впливів, а навпаки – протидіє їм захисною силою нагромадженої енергії.

Види дій учіння – їх система повинна організовуватися в гармонійну цілісність – єдину і неподільну. Порушення гармонії дій гри, учіння і праці – обмеження їх кількості, наприклад, у дошкільнят – грою, в учнів – навчанням, а в дорослого – працею, – призводить до того, що людина потрапляє у стан монотонності життя. Воно спотворюється до невпізнання: гра перетворюється на азартне явище, дозвілля – на безтямне “вбивання” вільного часу, наслідування – на підкорення своїх бажань і дій випадковим або занадто модним для свого часу стилям поведінки.

Виходячи з уявлення про природу гармонійної цілісності, дослідимо: за яких умов гармонія створюється, чим регулюється і як вона впливає на розвиток людини, її вміння правильно жити.

Уміння і стани людини

Криза навчальної праці породжує три типи психічних станів людини: 1) виконавців, 2) ерудитів і 3) творчих людей.

Ці типи людей виявляються не лише в навчанні, а й в інших видах діяльності. Перші два типи людей діють – просто працюють, виконуючи певні завдання, треті – розв’язують задачі в умовах гармонізації (гри, учіння і праці) їхньої справи, яку вони виконують із захопленням.

Криза навчальної діяльності може тривати довгий час. Її результати позначаються змінами в механізмах психіки. Реактивність, сентиментальність, апатія і небажання працювати – лінь – стають стій-

кими рисами особистості. Такі люди стають людьми без характеру. І надовго. Іноді на все життя...

При підміні мети зароджуються:

1) тиск обов'язку працювати виключає природний потяг до новизни, до відповідей на запитання;

2) ініціатива дій блокується примусом, бажання зникають, прищеплюються зовнішньо чужі бажання та ініціативи: треба, повинен робити; виникає конфлікт *бажаного і обов'язкового*;

3) диференціація напруження визначає спрямованість людини; вона примушена вибирати діяльність, яка виконується з мінімальним напруженням, діючи по лінії найменшого опору.

Зупинимося на потерпілих від кризи.

Криза оминає учнів, спрямованих на творчість: вони залишаються сміливими в будь-яких навчальних ситуаціях і перетворюють їх на гармонійну діяльність. А відрізняються вони від інших стійким прагненням самостійно розібратися у всьому, зрозуміти, осмислити і, граючи, виконати завдання. Ініціатива діяння належить їм самим. “Я – сам!” – джерело їхньої активності щодо виконання вимог, перетворених на власні бажання.

Спосіб діяння творчої людини: пошук самостійних відповідей на всі доступні розумінню питання. Отже, працює мислення. Як правило, така людина бере для себе підсилені завдання, значить, почуття дають точну оцінку власних можливостей – безпомилково розмежовують “знаю – не знаю”. Ретельно розв'язує задачу, з натхненням, і тому майже завжди перевиконує завдання. А це означає, що вона має можливість майже постійно *переживати стан успіху*, вдоволення. Ця людина живе на фоні позитивних почуттів тому, що вміє заробляти собі додаткову енергію, збільшувати потенціал енергії – здатність до творчих дій.

Людина, схильна до ерудиції, лише інколи виявляє ініціативу, яка до того ж швидко зникає при перших труднощах. Невдача скасовує будь-яку їхню активність.

Ерудитам властива така риса, як неусвідомлена *підміна мети*. Ерудита більше цікавить не процес діяння, а навпаки – він веде боротьбу за оцінку свого розуму, знань, дій і не цікавиться, як вони досягаються: поняття про справедливість і несправедливість, мораль для нього не існують. Заради оцінки вони готові йти на все: обман,

підступність, лукавство і хитрість. Тобто ерудити діють не розумом, кмітливістю, винахідливістю, а досягненнями пам'яті.

Активність ерудитів епізодична. Якщо вона не підтримується педагогами або батьками, то мимовільно зникає. Що ж може підтримувати в них належний рівень активності? Страх. Сильна тривога, неспокій, душевне хвилювання перед загрозою.

Що ж їх лякає? Неуспіх, покарання, осуд або зауваження. Але домінуюча тенденція при цьому – будь-що зберегти внутрішній комфорт, стан спокою і життя з насолодою. Вони володіють особливим хистом: відповідальність за свої невдачі, лінь і хиби спритно перекладають на інших людей, що їх оточують, – і роблять їх винуватцями своїх бід; тому в ерудитів завжди так багато “ворогів”.

Оскільки активність і ініціатива дій не народжується зсередини ерудита, а викликається зовнішніми впливами, то хто впливав – той і винуватець; він несе відповідальність за наслідки. Так скидається вина за власні дії на плечі інших.

Виконавцям не страшні ніякі страхи. Для них не існує ні власних проблем, ні бажання взяти участь у діяльності. Усе навколо їм уявляється само собою зрозумілим, все відоме і не викликає запитань. Чому? Активність розуму ще “спить” або не мала можливості проявитися; тому вони схильні до нерухомості, неробства або метушні; цим вони зберігають мізерні запаси енергії, щоб якимось більш-менш існувати без дискомфорту і чимось скрашувати своє сіреньке життя.

Ці люди при виконанні завдань, прохань або вимог діють реактивно. Імпульсивно чинять активний опір впливам, реагують на все негативно. Зовнішня ініціатива відкидається, чужа воля нехтується і не виконується, а своя – зосереджена на вузькому колі неглибоких інтересів.

Розумова активність реактивних людей підтримується одним способом: ззовні, наказом, примусом – “Скільки б'єш, стільки їдеш!”.

Криза навчання – наслідок дисгармонійності системи навчання. Оскільки в ній:

– домінує один із елементів активності – навчання, а воно перетворене у форму праці, на монотонний процес, а рушійна сила гри та інших елементів діяльності зводиться нанівець;

– зводиться до мінімуму психомоторна активність учня, яка до школи була головним джерелом пізнання навколишнього світу, а на перший план висувається робота абстрактного мислення;

– не враховуються особливості відображення змісту навчальних предметів, перенасичених абстрактними думками і логічними конструкціями.

Дії гри

Гра – унікальне явище життя

Незважаючи на те, що гра – унікальне явище людського буття, конче необхідне як інструмент розвитку не лише дітей, а й дорослих, – вона стала серйозною проблемою психології і педагогіки. Точніше кажучи, багато хто робить вигляд, що проблеми гри не існує. Обиватель говорить: розвага, марна витрата часу, форма байдикування. Інші вважають: треба працювати, вчитися, робити щось одне.

Учені роблять очевидний висновок: для дорослих час гри вже минув, нічого займатися дитячими пустощами. Тому й лишилися нерозкритими її креативні сили, що розвивають механізми психіки.

Гра – система дій, в якій мета активності і всіх дій зосереджена в процесі її здійснення, на відміну від трудової діяльності, де мета завершується в кінцевому продукті, заради якого витрачається енергія, замислюються дії, відбувається переживання цих дій людиною. Сутність людської гри точно визначив Ф. Шиллер: “Людина грає лише тоді, коли вона в повному значенні слова людина, і вона людиною буває лише тоді, коли грає”.

Якщо навчання побудоване за схемою трудової діяльності, то тут найважливіше – кінцевий продукт – оцінка, якщо ж воно вибудовується в формі гри, то основне – суб’єктивне задоволення від самого процесу гри. А що буде наслідком так створеного навчального процесу? Зрозуміло, розвиток механізму таланту на матеріалі навчальних предметів.

Чому ми поставили на перше місце в системі праці гру? Тому що йдеться про першу активність дитини, про активність надзвичайно привабливу. А раз так, то гра повинна залишатися головною пружиною активності учнів. Потім, коли вони стануть дорослими, на перше місце вийде праця, але, якщо ми бажаємо, щоб ця праця не була тяжкою і примусовою, вона обов’язково повинна органічно включати в себе гру, і неодмінно – пізнавальний момент: учіння.

Таким чином побудована праця ніколи не набридне, кожен день її будеш чекати з радістю, працюватимеш із насолодою, натхненно. Зрозуміло і те, що в понятті гри ми розуміємо *не лише розважальний момент, а й форму дій*.

Тільки форму. А серцевина дій – завжди, у будь-якому віці – це учіння. Пізнавальна спрямованість учіння природна, і тому гра перетворюється на творчий процес.

Гра, крім виховних і пізнавальних функцій, має неоціненне значення як засіб:

- 1) відновлення потенціалу енергії після напруженої діяльності;
- 2) катарсисного, очисного впливу на душу, що приводить до належної пропорції сил механізмів почуттів, мислення та уяви людини;
- 3) набуття енергії, підготовки до робочого дня, щоб наступні дії і діяльність набували більшої продуктивності.

Креативні властивості гри

Якщо творчість відсутня, то це вже не гра, а лише захоплення новизною того, з чим зустрілася дитина. Так от, не впадайте в розпач, коли дитина швидко втратила інтерес до чергової новенької іграшки. А якщо враховувати, що дитяча жадібність до предметів з якісно новою насиченою енергією, інформацією набагато потужніша від нашої (новизна інформації, що йде від гри, і породжує позитивні почуття – пальне для продовження дій), то треба лише дивуватися, що дитина взагалі погоджується брати з наших рук деякі тиражовані промисловістю іграшки.

Можливо, дитина це робить просто із співчуття, щоб не образити нас. Дорослі іноді не розуміють, не можуть збагнути, чому малюк віддає перевагу уламкам речей і іграшок перед тиражованими виробами. Бо заводська іграшка, доки вона не зламана, придатна тільки для однієї, модельованої конструктором, ролі. А раз так, то і до мінімуму зведена можливість створення – дійсно грати.

Іграшку незвичайну, зроблену за останньою модою і з надзвичайною вигадкою, помічає кожний дорослий, кожному вона подобається відразу. А дитина деякий час погралася – і забула про іграшку. (До речі, і увагу дорослих вона б довго не затримала, але над нами панує перше враження, і іграшки для нас втратили свій первісний смисл).

Проте малюк знайшов якийсь уламок або незрозумілого призначення деталь – і забавляється ним годинами, мало того, на завтра інтерес до нього збільшується. Той самий процес ми спостерігаємо, коли батьки намагаються викинути на смітник стару зламану іграшку, що викликає в дитини рішучий протест – і іграшка повертається нею на місце.

Чому це відбувається? Новенька іграшка суворо функціональна. Вона створена для певної гри, розрахована на певні дії. Тобто її вплив обмежений, він повністю вичерпується її функціональністю. Поки дитина пізнає іграшку, доти вона викликає в неї позитивні почуття. Але по закінченню засвоєння і утилізації новизни інформації та енергії зникає привід для позитивних почуттів. Це означає, що вже почали працювати негативні почуття – і іграшка забувається.

Починається пошук нових джерел енергії та інформації – гра продовжується.

Відбувається зміна знака почуттів – позитивного на негативний. Нейтрального почуттєвого стану не існує, це лише межа переходу від одного стану до другого – від приємного до неприємного, який може викликати навіть страждання.

Потрапляючи в цей неприємний стан, людина каже собі: мені нудно, я нудьгую – і буде покійно нудитися, не усвідомлюючи, що марно витрачає енергію. А якщо це входить в систему, то починає безрадісно жити: день до вечора.

Малюкові розкіш перенапруження не дозволяє його природа (якщо дитина нудиться – вона хвора). Ледь почуття міняють знак, він відразу покине іграшку і миттєво забуде про неї. Або почне її розбирати на частини, або кидати. Або вигадуватиме їй нові ролі, щоб створювати в цьому процесі нове джерело позитивних почуттів, бо *уламок не має власного обличчя*. А це вже означає, що в нього *незліченна кількість облич* – стільки, скільки дитина може собі уявити.

Ось чому тиражована промисловістю, хоча і новенька іграшка – тісне прокрустове ложе; уламок теж помічений його печаткою, але це ложе вже в дитині – в потужності її уяви. Ось чому, граючись з уламком, дитина створює йому ролі і вигадує сценарії, в яких знаходить місце і йому і собі в ньому. Усе залежить від обсягів її уяви; вранці уламок був ненею, удень – собакою, увечері – паровиком. Уламок інформаційно і енергетично невичерпний.

Енергетична та інформаційна невичерпність гри

Отож, гра – особливий елемент нашої життєдіяльності: мета гри – у ній самій; в тому, що людина змінює, переробляє або створює; в самому процесі активності почуттів, мислення та уяви разом з психомоторикою; закінчилася гра – мета вичерпана.

У чому ж полягає приваблююча людину сила гри? У гармонійному навантаженні енергією та інформацією почуттів, уяви, мислення. Хід гри важко передбачити, ситуації майже неможливо вирахувати наперед – і тому кожна нова подія в грі викликає подив. У грі виникає безліч задач, які треба розв'язувати миттю, бо вона не може зупинитися.

Гра – це завжди зустріч з невідомим, яке атакує людину з усіх боків. У навчанні можна все прочитати в підручнику, запитати у вчителя. А в *грі все треба робити самотужки*. Тим більше, що в грі людина за своїм бажанням іде назустріч невідомому, ускладнює задачі, робить їх усе складнішими. Бо розв'язана задача своїм наслідком нагороджує людину величезним вдоволенням, платить йому радістю.

Якщо в навчанні людина боїться складних задач, лякається невідомого, то в умовах гри людина те саме робить з великою насолодою. Тому енергетичне піднесення, веселий настрій, захоплення з натхненням – обов'язкові компоненти гри.

Це все властиве грі не лише дітей, а й дорослих, які ще не розучилися грати і користуватися своєю уявою. У грі люди діють із захопленням, натхненно. Вони грають тому, що їх цікавлять непередбачені ситуації, водоспад задач, які на них навалюються одночасно.

Миттєвості, відведені на розв'язання задачі в грі, і стрімкість їх розв'язання відразу нагороджуються позитивними почуттями, припливом додаткової енергії, яка підсилює наступні дії. Здоволення дає і додатковий зміст гри, скрашує процес досягнення мети і той предмет, який обіграється, перетворюється, вивчається через ігрові дії.

Гра – найбільш вільна діяльність людини: вона починається з власної ініціативи, цікава і тому завжди бажана. Навіть дорослі і мудрі люди не можуть грати примусово, ніби виконуючи якийсь обов'язок. І навіть тоді, коли вони повною мірою усвідомлюють користь від гри.

Вільна гра відрізняється від учіння і праці. Особливо тоді, коли вона штучно вилучена із інших видів активності: треба вчитися, щоб

стати освіченим; треба працювати, щоб нормально забезпечувати життя.

Наукові дослідження як уже згадувалось, свідчать, що діти, які не вміють гратися, не мають бажання брати участь у гуртовій грі, відстають від ровесників у розумовому і психомоторному розвитку.

Отже, звідси випливає уявлення про розвивальні потенції гри:

1) гра – перша діяльність дитини, те, що робиться вперше і самостійно, за власного ініціативою;

2) у пам'яті залишаються способи мислення, почуттів, а також – розвивається блискавичність роботи уяви в розмаїтті подій;

3) у процесі гри, чого немає в жодній іншій активності, спонтанно працюють усі три механізми душі, а в психомоторних іграх – усі механізми психіки.

Гра існує і в житті дорослих. Перетворюючись у зовнішньому вигляді, вона продовжує виконувати свої функції, хоч і в завуальованому вигляді: а) продуктивної гри, яка діалектично переходить у професійну роботу і стає звичайною працею у сфері мистецтва; б) гри у формі стихійної сили азарту, який руйнує гармонію душі людини.

Природна гра і її зміст учать дитину культурі бажань і потреб, прагненню досягати мети; правила гри формують її моральність.

У процесі гри з найбільшою силою реалізується здатність до саморегуляції. Тому виховна роль гри величезна ще й тому, що в грі закладена модель виконання людиною свого призначення – творити нове, оригінальне, самобутнє. Коли діти в грі відтворюють дії і поведінку дорослих, то набувають, не навчаючись, моральних, естетичних і пізнавальних установок на все життя.

В отроцтві та юності гра вже сповнюється романтико-героїчним змістом і стає дійовим способом самовиховання. У наш час спостерігається різке зменшення питомої ваги продуктивних ігор в отроків та юнаків, що завдає їм великої шкоди. Соромлячись гратися, вони заміняють гру її ерзацами.

Гра – створення, учіння, праця

Зміст гри вчить дітей культурі бажань і потреб, культурі дій і прагненню доводити розпочату справу, виконувати мету. Правила гри – формують моральність, вдосконалюють самооцінку моральності дій і вчинків, отже, ведуть до саморегуляції поведінки.

У процесі гри дитина навіть не усвідомлює інформаційного навантаження, яке припадає на її слабенькі плечі, іде з радістю йому назустріч, сповнена творчих почувань, постійно діє. У шкільному навчанні, на уроці ця установка переорієнтовується – від пошуку навантаження на захист від інформації. Чому так трапляється?

У навчальному процесі бракує гри... Немає подолання в миттєвому досягненні мети! Якраз цю потребу і задовольняє гра. Вона дає додаткову енергію від досягнутої мети. Бо *мета гри – в ній самій*, у тому процесі, який її породжує і підтримує. Предмет гри завжди конкретний, у руках дитини. Вона ним маніпулює, уявляючи, вигадує йому ролі і разом з ним їх виконує, перетворює предмет, перебудовує його дійсно і уявно.

Продукт гри сприймається дотиком, відчутний, його можна помацати, почути, сприйняти нюхом. Бо в грі предмет, продукт і процес дій – єдина і неподільна на частини цілісність. Одночасно існуюча цілісність, сповнена почуттями, думками і образами, які перетворюються одні на одних через доцільні дії.

Так, у грі все створюється в уяві; потім перетворюється матеріал речей; а те, що дитина робить, її навчає, дає знання безпосередньо, – в цьому сумніву немає; вона набуває розумового і психомоторного досвіду, залишаючись здебільшого практиком (дорослий уже інший – духовно-практична особа).

Гра – випробування на творчість.

Гра відкриває дитині (учневі і дорослому) зону найближчого розвитку: психічного і психомоторного. Крім того, гра вчить, як говорити шахісти, “рахувати варіанти”, знаходити думкою шляхи до мети, розвивати здібності до дії. І все це відбувається в грі не на фоні тепличних умов, комфорту, а навпаки – у дійовому стані: а) хвилювання почуттів перед випробуваннями, діями; б) напруження душі, яке досягає меж її можливостей; в) володіння собою, яке вимагає точно, швидко і спритно діяти в екстремальних ситуаціях гри.

Якщо дошкільнята, підкоряючись беззаперечно своєму почуттю гармонії, будують своє життя за формулою: “*гра – учіння – праця*”, то життя учня докорінним чином перебудовується. Елементи життєдіяльності “гра” і “праця” усуваються із навчального процесу; але вони зовсім зникнути не можуть. Людина намагається самотужки вносити ці елементи в навчання; але ця ініціатива не заохочується...

Навчальний процес – це процес довільної мобілізації сил і послідовного спрямування на вивчення предметів.

Навчання змушує відмовитися від звичних інтересів і майже постійно користуватися:

1) організованим сприйманням і увагою при запам'ятовуванні навчального матеріалу;

2) довільним і напруженим заглибленням думкою в найдрібніші деталі своїх дій і вправ, оцінка яких покладається на вчителя;

3) вимогами постійного повернення від деталей до охоплення думкою цілісних частин матеріалу, який треба точно запам'ятовувати, щоб так само точно відтворювати – на оцінку.

Оскільки з кожним днем складність завдань і обсяг зумовленого матеріалу збільшуються, то людина рано чи пізно стикається з нездоланими труднощами: місткість пам'яті і чіткість відтворення заученого стають запобіжниками від “перегріву” інформацією. А сакраментальне: “Треба”, “Не лінуйся!” тощо призводять до того, що учень потрапляє в стан граничного психічного насичення.

Насичення викликає стан дискомфорту, який мало хто з дорослих помічає; перенапруження – втому; а остання набуває сили чинника, який призводить до втрати продуктивності навчання і – особливо – радощів життя. Людина страждає.

Що це за психічний стан людини? Занепад душевний і тілесний, який охоплює всі сторони людини, нівелює індивідуальність. У стані кризи людина не бездіяльна. Щоб якось уникнути внутрішнього дискомфорту, врівноважити порушену гармонію, старанно відшукує засоби компенсації. І знаходить.

Пристосовується! Пристосовується не до навчання, а до його умов, до вчителя, переписує домашні завдання, уловлює ледь чутні підказки товаришів тощо. Як це робить людина, ви добре знаєте. Але вона себе врівноважує, виробляючи дотепні прийоми взаємодії. Та з часом вона знесилюється. А проте будь-що намагається зберегти внутрішній комфорт.

Якщо домінує навчання, то людина вже на початку життя швидко і майстерно оволодіває і користується мистецтвом:

1) штучної уваги: дитина сидить і слухає вчителя, все робить так, як їй веліли, а сама перебуває в полоні уяви – десь там, поза уроком, і таким відльотом від дійсності захищає себе від “перегріву” інформацією;

2) розумової сонливості: сидить і совається, робить вигляд, що все сприймає і розуміє, розмірковує, активно діє, а насправді – існує у своїх справах, які виконує на уроці;

3) спритно і безпомилково користується підказками, списує домашні і класні завдання, хитромудре; не червоніючи, бреше і може ввести в оману навіть досвідченого вчителя тощо.

Задля чого учневі потрібна ця майстерність? Зрозуміло, щоб зберегти себе. Звідки йде до нього така ініціатива?

Завдання самозбереження надходить не від природи душі (душа завжди активна).

Ігри на програш

У цьому разі природна гра замінюється азартною грою:

1) ігри у піддавки, щоб вижити за будь-яких умов, поступаючись гідністю, честю або достоїнством;

2) ігри, які завжди прирікають гравця на програш;

3) ігри без правил або ігри за чужими правилами.

В якій грі ми маємо шанс не програти? Приречені завжди вигравати? Це ігри думками, почуттями, силою уяви, предметами та явищами, які ми бажаємо перетворювати на досконаліші форми і з новими якостями. А конкретніше! Це – ігри для себе. Ігри себе з природою. Точніше: ігри з невідомим, де наша кожна ігрова дія – здобування якоїсь частки новизни. За цим принципом робляться і невеликі відкриття і величезні витвори, а вся творчість лише цим і живе. А дітям і дорослим навіть гру намагаються перетворити на одноманітну, важку роботу.

Метою азартної гри стає не сама гра, а виграш або випробування себе ризиком. Випадковість у грі і ставка на виграш – виграш за будь-яку ціну – створюють людину-гравця. Мета гри працює вже не на благо і красу людини, а навпаки – на творіння зла собі і найближчому оточенню. Азартна гра стає патологічною домінантою, формою порушення душі, станом хворої людини: але це – компетенція медицини.

Друга крайність – підміна гри спостереженням за чужою грою, *створення болільника*. Людина-болільник не має наміру грати, її цікавить спостереження за грою інших. Самоцінність гри зникає для нього.

А чим же він живе? Переживанням чужої гри, без практичної дії; він грає у мріях без їх матеріалізації. А такі ігри, як добре відомо, безплідні.

Чому ж людина перетворюється на болільника? Перша і найголовніша причина одна – людина, яка нехтує грою, має виснажену енергію і тому здатна лише:

1) грати в уяві і брати на себе ролі, які їй тільки заманеться;

2) спостерігати дійсні події і створювати фантастичні ситуації, не ризикуючи нічим і не боячись програти, опинитися в екстремальному стані;

3) вдовольняти почуття ризику і небезпеки спогляданням, а не в реальній ситуації єдиноборства.

Болільникам можна лише співчувати...

Причина цього стану – різке зменшення питомої ваги гри в отроків і юнаків, що завдає їм великої шкоди. Вони позбавляються головного:

а) можливості брати на себе доступні уяві ролі – і діяти власноручно;

б) створювати фантастичні ситуації – і розвивати уяву;

в) уміння створювати діями образ і почуття, які вони формують з нескінченим змістом і певним смислом.

А чи можна повернути людину до її природного стану – єдності гри, уміння та праці?

Шлях існує. *Використання дитячого привілею – гри в дорослому віці з гармонійним поєднанням її з учінням і працею – відразу повертає їм втрачені здібності. А саме:*

1) граючи, розвивати швидкість, точність і пластичність ходів думки, почуттів та уяви, рахувати варіанти, як говорять шахісти, ходів думки, здійматися на гребінь хвилі почуттів і поринати в нескінченність уяви;

2) сприймати себе в уяві і виконувати практично бажану роль;

3) оцінювати миттєво ситуації, що швидко змінюються;

4) розвивати “почуття ліктя” в групових діях;

5) за власною ініціативою йти на самовідмову заради гармонійності гри і всупереч егоїстичним потягам – йти на самозречення заради гармонійності гри.

Ось чому гра дітей, дорослих і осіб похилого віку у складі праці і учіння повинна бути предметом особливого піклування. Якщо ж оп-

тимально організувати навчальний процес у школі, то, порівняно з традиційним, він має докорінно перебудуватися і набути чітких рис творчості. Кожна дія (розумова і психомоторна) народжуватиметься від трьох складових: гри, учіння і праці.

Отже, дія-гра, дія-учіння, дія-праця, зливаючись у цілісність освітнього процесу, сприяють природному розвитку механізму творчості.

Єдність і розбіжність гри і праці

Настала черга порівняти процеси цілесвідчення в грі і праці людини. Це треба зробити, щоб побачити розбіжності і те загальне, що їх об'єднує з навчанням та іншими видами учіння. З'ясувати, як вони можуть, доповнюючи одна одну, підсилювати продуктивність розвитку таланту.

Мета гри – у ній самій. У тому, що людина в цей момент робить, створює, як діє. Закінчилася гра – мета зникає. А що залишається?

Бажання продовжувати грати. У чому ж така надзвичайна привабливість гри?

Приваблива сила гри в тому, що вона насичена: а) почуттями, б) потужною роботою уяви і в) активністю дійового мислення.

Вдало розв'язана задача у грі нагороджує радістю і задоволенням: тому і не існують ігри монотонного типу. А якщо ви берете участь у грі і вона не приносить задоволення і радості, то це не гра, а звичайнісінька важка робота або примусове навчання.

Гра – це розумова і психомоторна імпровізація дій. Дії тут створюються раптово, без попередньої підготовки. Ось чому в ситуації гри навичкою нічого не вдієш, бо неможливо наперед заготовувати повну і продуктивну систему не лише навичок, а й умінь і знань.

Гра – завжди зустріч з невідомим, яке атакує людину з усіх боків, і його треба негайно перетворити на відоме. Усе не так, як у навчанні: там можна наперед все прочитати в підручнику і на уроці навіть підказувати вчителю, що і як сказати далі. У грі людина з величезним бажанням, навмисне йде назустріч невідомому; а в навчанні відчуття невідомого людину іноді лякає – і вона інстинктивно від нього ухиляється, захищається, втрачаючи віру в свої сили. І та сама

людина в грі діє навпаки – сміливо йде назустріч невідомому, з величезною радістю його долає.

Без задоволення і наснаги немає гри. А енергетичне піднесення, веселий настрій, захоплення з натхненням – обов'язкові умови і складові компоненти гри. Ці ознаки властиві будь-якій грі і незалежно від віку – будь то дитина чи людина похилого віку.

Як ви вже розумієте, гра – найбільш вільна діяльність людини; вона починається з власної ініціативи, безпосередньо цікава, завжди бажана; навіть дорослі і мудрі люди не можуть грати примусово, внаслідок обов'язку, виконання чужого бажання. А навчання та праця все-таки певною мірою – діяльність, в якій людина опиняється перед необхідністю виконувати роботу, змушена усвідомити – треба вчитися, треба працювати, щоб нормально жити.

Гра в умінні і праці

З працею тісно пов'язані інші види людської діяльності – гра та учіння. На жаль, сталося так, що вони не лише вивчаються науками окремо, а ще й розподілені за періодами онтогенетичного розвитку людини.

Тому і традиційно вважається:

- гра – перша на життєвому шляху людини діяльність – дитячий привілей;
- учіння – особливий період у житті людини, який нібито призначений для підготовки до життя (а коли ж тоді почнеться справжнє життя?);
- праця – привілей дорослої людини.

Це означає, що наука приписала дорослим жити у вируючих хвилях праці, роботи, а всі інші види активності майже повністю усуваються зі складу життя дорослого населення.

Але якщо наша активність гармонійна, то вона забезпечує повноцінний розвиток механізмів психіки, – це неподільна цілісність, з якої неможливо вилучити жодного компонента без того, щоб її не зруйнувати.

Поділ видів активності людини в онтогенезі: гра, учіння, праця і надання їм домінуючих властивостей (зрозуміло, вольовим тиском, штучно) призводить до спотворення потреб і разом з ними – мотивів людини в навчанні і вихованні. Бо мотиви здатні, відповідно до за-

конів розвитку, перетворюватися на усвідомлені задачі – створення системи знань про своє незнання.

Зустріч з незнанням вмикає і стимулює активність мислення, почуттів та уяви, примушує працювати психомоторику, що є необхідною умовою навчання заробляти і нагромаджувати в собі енергію та розвивати здібності.

У цьому процесі діє беззастережний закон: у діяльності здібності зароджуються і в ній вони вдосконалюються, але коли закон порушується – руйнується гармонія життя. Людина, залучена до однієї домінуючої активності, виробляє в собі певний *профіль здібностей*, рис характеру, життєвих установок і тенденцій. Мотиви, перетворюючись на відповідні задачі, гальмують розвиток психіки і свідомості дітей, отроків, дорослих.

Призвичаюючись до гри з раннього дитинства, людина на все життя стає гравцем, у неї зникає назавжди бажання вчитися, а працює вона лише механічно, подібно Сізіфові – без пристрасті і задоволення. Дитина, залучена з раннього дитинства лише до монотонної праці, втрачає уміння грати думками, образами, почуттями, а разом з цим обмежується в здатності до навчання.

Дитина, залучена лише до одного учіння, у кращому разі, стане ерудитом – людиною, яка широко обізнана, начитана, як кажуть, є архіваріусом фактів. Але вже в стародавні часи люди знали: **багато знання розуму не навчає!**

Наявність позитивних намірів, які визначають будову активності людини, в остаточному підсумку не гарантують доцільних результатів.

Де ж вихід з такого становища? Переглянути традиційні погляди на активність людини – і особливо дітей – і повернутися до розуміння її як органічної цілісності, де всі види дій сплетені в один-єдиний клубок. Не треба забувати: кожній складовій активності необхідно надати обов'язкових умов для продуктивного її розвитку. І для цього небагато треба:

підтримувати сталість потреб дитини, підлітка, юнака або дорослого з урахуванням креативних сил дій гри, учіння та праці, що є майже єдиними засобами, здатними розбудити в людині і виховати творчі можливості;

усвідомити, що учіння – важка і малоприємна робота, але вона може стати найцікавішим процесом життя, коли поєднуватиме в собі гру духовних і психомоторних сил;

зрозуміти істину, що ціле, цілісність активності -це пропорційний сплав, з усіх видів дій гри, учіння та праці, видимо існує і оптимальне їх поєднання, яке гарантує найбільш повне самовизначення людини.

Узагалі ж число можливих сполук дій гри, учіння та праці в життєдіяльності людини, які дають змогу розкрити в людині творчі можливості, – величезне. Чому? Бо кожна складова активності, забезпечуючи позитивні продукти розвитку людини, може існувати в певному діапазоні, і тоді вони компенсують недоліки одна одної.

Але як тільки одна із складових діяльності вийде за межі допустимого існування активності, її цілісність руйнується; мотиви і задачі, що породжуються ними, стають неадекватними обставинам – і втрачають цінність; бажання вчитися в учневі зникає. Разом з цим він втрачає останні джерела, з яких може поповнювати свою енергію і інформацію, щоб жити з задоволенням і мати наснагу.

Різноманітність активності людини можна звести до декількох загальних формул її життя:

- 1) гра,
- 2) учіння,
- 3) праця,
- 4) гра-учіння,
- 5) гра-праця,
- 6) учіння-гра,
- 7) учіння-праця,
- 8) праця-учіння,
- 9) праця-гра,
- 10) гра-учіння-праця,
- 11) гра-праця-учіння,
- 12) учіння-гра-праця,
- 13) учіння-праця-гра,
- 14) праця-гра-учіння,
- 15) праця-учіння-гра.

Наведена схема формул життя дає певне уявлення про можливість, започатковані в сутності людських діяльностей, про можливий

зміст потреб і мотивів людини, умотивовуючи саморозвиток таланту. Неважко уявити собі, якою формулою життя повинні користуватися різні вікові групи людей.

Гра-учіння-праця і гра-праця-учіння – формули виховання і розвитку дошкільнят.

Учіння-гра-праця і учіння-праця-гра – формули навчання і виховання в середній та вищій школі.

Праця-гра-учіння і праця-учіння-гра – формули життєдіяльності дорослих.

У цих формулах містяться умови для розвитку уміння правильно жити і зберігати творчий потенціал у будь-якому віці.

Синтез гри, учіння і праці в єдину цілісність не лише набуває актуальності в освітній системі, а й вимагає певних перебудов у свідомості кожної людини незалежно від її віку.

Тепер розглянемо, в чому полягає сутність єдності і розбіжностей функцій гри, учіння та праці.

Без перебільшення можна сказати, що процеси учіння ближчі, до праці ніж інші елементи активності. Учіння і праця спрямовані на виробництво певного бажаного продукту, який існує спочатку у формі образу уяви. У процесі праці бажаний продукт може бути готовим у **найближчий час**.

Продукт навчання (щоправда, він не усвідомлюється конкретно: закінчити школу, здобути освіту, захистити дисертацію тощо) **виробляється в процесі, який триває багато років**. Та й сам процес вироблення продукту мало відчутний сам по собі, людина це відчуває лише у вигляді оцінок, які не завжди забарвлені позитивними почуттями. Тому людина часто втрачає справжні мотиви навчання.

Процеси мотивації учіння та праці не збігаються: вони вимагають від людини вольового напруження, прояву граничних духовних і психомоторних сил.

Отже, людина вважає свою мету нескінченно далекою і тому живе день до вечора, тижнями, чвертями, канікулами. Поряд з учнем живуть приречені на працю дорослі, які з головою поринули в єдиний процес виробництва: працюють і щодня стверджують себе її наслідками, кількістю виконаної роботи.

Заради праці, заробітку дорослі обмежують себе у всьому, переживають втому, надриваючи сили, – і з нетерпінням чекають вихідного дня, відпустки.

Синтез засобів творчості

З'єднання функцій декількох засобів – дії-гри, дії-учіння, дії-праці в одну неподільну цілісність у людини не є самоціллю. Продукти синтезу поповнюють (а в тих, хто був пригноблений монотонною або конгломератною роботою в навчанні) і відновлюють дійові властивості механізмів психіки.

Тепер настала черга розглянути єдність і розбіжності гри, учіння та праці – елементів активності людини. Аби розібратися в цьому, намітимо шляхи компенсації недоліків одних і з'ясуємо переваги засобів розвитку психіки, зробимо спробу знайти спосіб гармонізації життя людини.

Учіння ближче за сутністю до процесу праці. Ось чому їх і отожднили. Учіння і праця спрямовані на виробництво певного продукту: праця – в кінці робочого дня, а учіння – систематичне виконання дій, продукти яких можуть з'явитися через багато років, колись, у майбутньому.

Чому синтез стосується і розвитку механізму творчості?

Гармонія засобів розвитку породжує гармонію механізмів психіки. Гра, учіння, праця, об'єднуючись у деяку інтегральну цілісність, набувають разом з цим можливостей взаємодоповнення, підсилення і навіть компенсації недоліків кожного.

Цього доводити не треба: існують люди, які живуть почуттями – одним із механізмів творчості – і не враховують доводів мислення; дехто живе продуктами мислення і уяви – двома механізмами – і нехтує активністю третього; багато людей живуть мисленням і ігнорують оцінки подій, які даються почуттями.

Можливий і такий стан: енергопотенціал, що домінує над усіма складовими механізмів психіки, примушує людину шукати і застосовувати себе всупереч моральним почуттям: сила є – розуму не треба.

Формула: **ціле містить у собі дещо більше, ніж сума частин**, з яких воно створене, – істина, яку залишили нам стародавні греки, повинна працювати всюди.

Душа людини (*психе*) і її свідомість – поліфонічні, бо людина здатна сприймати і відтворювати діями багатоголосся світу в одночасному поєднанні рівноправних мелодій життя.

Отож, чим більша багатозвучність світу, в якому живе спочатку дитина або отрок, тим більш поліфонічною стає душа дорослого. Вона і створює це “дещо”, яке приводить до руху механізм творчості. А щоб це “дещо” запрацювало, треба упорядкувати життя передусім у школі, яке забезпечило б розвиток рівноправних мелодій дій – творчих здібностей людини.

Нами виділено три види активності людини.

Монотонна активність (і навчання) нагадує спів без супроводу: звучить одна чи майже одна мелодія-дія. Одна мелодія дій із багатьох, на яку прирікали, наприклад, дитину – батьки, а учня – школа.

Двоїчна активність, або поєднання двох, але не в природній пропорції засобів, – прогресивніша: вона охоплює не одну вузьку ділянку спектру життя, а більш ширший діапазон інтересів, здібностей і дій.

Поліфонічна активність (природна) – приємна і дитині, і учневі, і дорослому: вона благозвучна, бо основана на одночасному поєднанні і розвитку системи рівноправних мелодій, які утворюються суто людськими видами потреб. Це багатоголосся, впливаючи на механізм творчості, примушує працювати всі його складові разом: мислення, почуття і уяву, психомоторику і енергопотенціал.

Оптимальний розвиток механізмів психіки забезпечує лише органічне поєднання, яке розвивається дією-грою, дією-учінням, дією-працею. Розмаїття поєднань видів дій у навчальному процесі сприяє розвиткові механізму творчості людини. Може бути величезна кількість поєднань, що ведуть людину до певного профілю особистості.

Ми вже вели мову про 15 поєднань.

Взагалі ж допустимих поєднань видів дій, працюючих видів, як неподільної цілісності, – що дають змогу розвивати творчі здібності, – величезна кількість. Чому? Кожна дія-елемент, забезпечуючи позитивні продукти, може існувати лише в деякому діапазоні. Поки ці дії в оптимальному режимі, вони можуть компенсувати недоліки одна одної.

Але як тільки один із видів праці вийде за межі допустимого – стан домінування зникне – цілісність руйнується: мотиви і цілі праці, задачі, які вони породжують, стають неадекватними потребам.

Що відбувається з людиною? Вона втрачає бажання діяти, мотиви і цілі знецінюються. Чому? Бо задачі створюються ситуаціями в праці – зустріччю з невідомим, а не діяльністю.

Людина при цьому втрачає джерела енергії і інформації, які живлять механізми психіки, дають наснагу, насолоду від життя.

Наведена схема дає уявлення про можливості, започатковані в сутності людської праці, уявлення про можливий зміст потреб, що вмотивовують активність людини.

Як же здійснювати синтез видів активності з урахуванням вікових можливостей людини?

1. Навчальний матеріал слід збагатити змістом, спроможним породжувати в людині потребу в грі, разом з нею – в учінні і праці, наслідком яких буде розвиток механізму творчості.

2. Треба розбудовувати сценарій кожного виду активності таким чином, щоб вона була насичена мисленням, почуттями та уявою, які впливають із сутності їх синтезу.

3. Слід враховувати психічний стан людини і чергувати “навантаження” механізмів психіки.

Яким чином це здійснювати в умовах навчання? – Використовувати типи уроку, побудованого з дотриманням пропорції видів активності і образу навчальних дій. Зокрема занять:

1) учіння (мислення і пам’ять) – праця (почуття і мислення) – гра (уява і почуття);

2) учіння – гра – праця;

3) праця – учіння – гра;

4) праця – гра – учіння;

5) гра – учіння – праця;

6) гра – праця – учіння.

Пропорційно навантажувати механізми психіки, що є головною умовою її розвитку:

1) елементи гри – породження яскравих образів уяви і почуттів;

2) учіння – створення розумового напруження, яке тренує мислення і є джерелом почуттєвої насолоди;

3) праця – процес створення цінностей (у собі – здібностей, для інших – предметів), який захоплює людину повністю: вона у створеному предметі, як у дзеркалі, може побачити себе, свої можливості. Відтворюючи процес свого мислення, сама знаходить помилки або неточності дій і оцінює себе.

Пропорційна активність людини (її гармонія, скріплення, струнка узгодженість гри, учіння і праці) можлива тоді, коли її елементи спільномірні і пропорційно розвинуті – перебувають в оптимальному стані.

Отож, виходячи з уявлень про природу активності людини, доходимо таких висновків:

1) кожна дія – розумова або психомоторна – має будову і виконує функції, що розвивають механізм творчості;

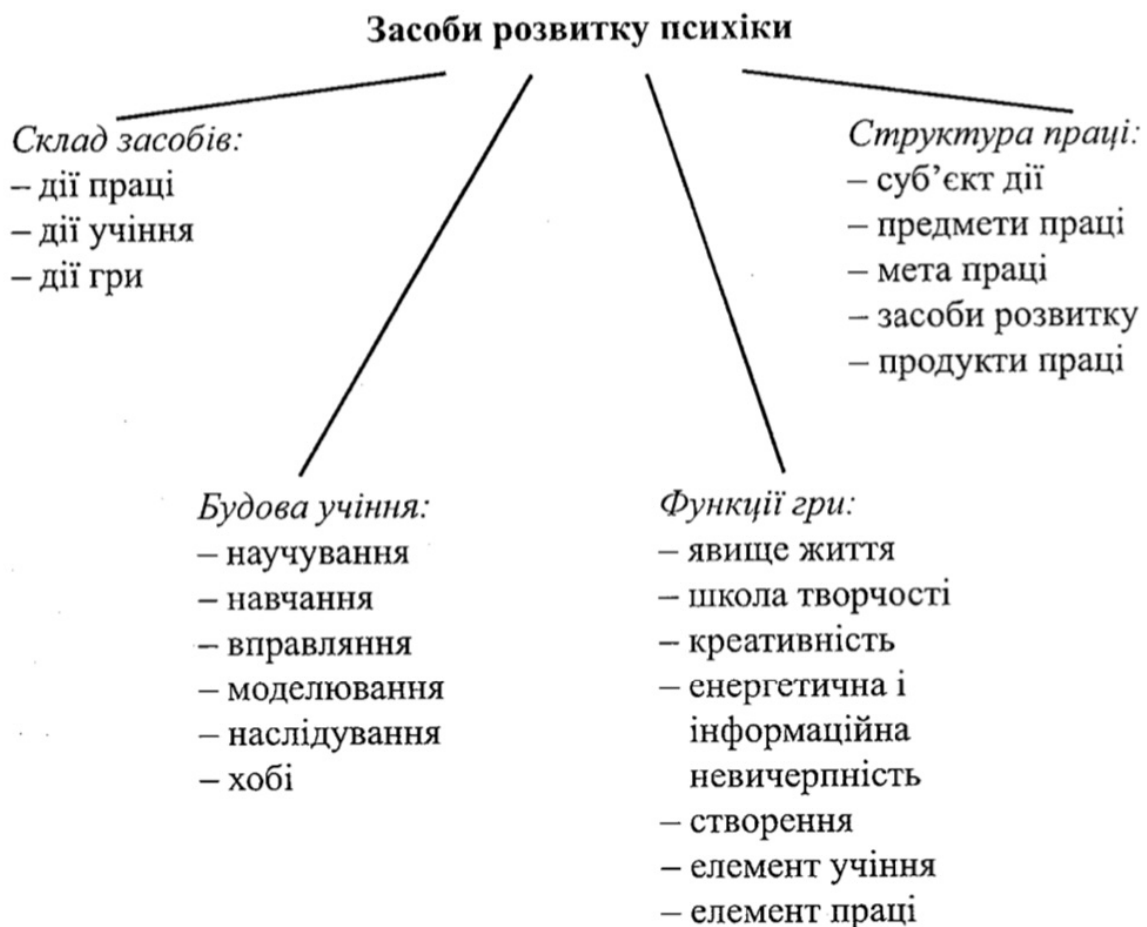
2) система дій є засобом вибіркового впливу на складові механізму творчості;

3) синтезом дій – гри, учіння та праці – можна успішно долати кризу навчання і досягати інтеграції механізму творчості.

Формалізована структура теми

Засоби розвитку психіки – сукупність ідей, предметів, знарядь і засобів дії – умови досягнення мети.

Механізми роботи засобів: перетворення предмета діями згідно з потребами, а рівень розвитку засобів – показник дієздатності людини.



Запитання і завдання для самостійної роботи

1. Як створювалися уявлення про структуру дій праці?
2. Чому людина – суб'єкт дії, а предмет – протилежне йому?
3. Що входить до складу предметів праці людини?
4. Визначте склад і функції мети трудових дій.
5. Чому засобами розвитку механізмів психіки є дії праці?
6. Що входить до складу продуктів праці?
7. Визначте зміст поняття “духовність”.
8. Коли, ким і чому було створене поняття “ноосфера” – сфера розуму?
9. Дії учіння і саморозвиток людини.
10. Які психічні явища та їх динаміка містяться в понятті “учіння”?
11. Яка будова дій учіння?
12. Назвіть дії гри.
13. Чому гра – унікальне явище життя?
14. У чому виявляються креативні сили гри?
15. Звідки виникає енергетична і інформаційна невичерпність гри?
16. Назвіть моменти, коли гра: а) створення, б) учіння і в) праця.
17. За яких обставин гра веде до програшу?
18. Назвіть єдність і відмінності дій гри і праці.
19. Що станеться, якщо в грі стануть повноправними елементами учіння і праця?
20. Чому необхідний синтез засобів розвитку психіки?

Альтернативно-тестові завдання

1. Чому не можна звести уявлення про працю до діяльності і активності людини?
2. Поясніть, чому людина – суб'єкт дії, діяльності і активності.
3. Чому головним предметом праці є сама людина, її психіка і свідомість?
4. Як може мета – модель бажаного майбутнього – впливати на сучасне?
5. Чи можете ви запропонувати альтернативні засоби розвитку психіки?
6. Чи можуть бути продуктами праці, крім ноосфери, екстрасенсорні і парапсихологічні явища?

7. Чи згодні ви з тим, що поняття “духовність” включає в себе всі віровчення і міфи?

8. Чи згодні ви з судженням: ноосфера – сфера розуму, що оволодів законами природи і суспільства?

9. Чому дії учіння є джерелом саморозвитку людини?

10. Чи можна вважати учіння лише засобом розвитку?

11. Знайдіть формулу свого розвитку з відсоткового відношення: дій учіння, навчання, наuczіння, вправляння, моделювання, наслідування і хобі – і оцініть його повноту.

12. Чи можуть дії гри стати працею?

13. Чому гру не можна назвати витратою надлишкової енергії?

14. Чому гра – унікальне явище життя, а не дитя праці?

15. Чому гра породжує креативні процеси, а не є зовнішнім виявом комплексу неповноцінності (за Адлером)?

16. Чому енергетична і інформаційна невичерпність гри є засобом дозвілля?

17. Чи є правильним судження, що гра – створення “фіктивної” ситуації і перехід до дій в уяві?

18. Чи є правильним судження, що гра – створення, учіння, праця?

19. Доведіть положення: гра заради гри – гра на програш.

20. Назвіть умови взаємного переходу гри і праці в учіння і навпаки.

21. Чи можна сказати, що гра в учінні і праці – початок творчого процесу?

Література

1. *Загальна психологія* / За ред. С. Д. Максименка. – К.: Форум, 2000.

2. *Максименко С. Д.* Розвиток психіки в онтогенезі: [У 2-х т.] Т.1. Теоретико-методологічні проблеми генетичної психології. – К.: Форум, 2002.

3. *Максименко С. Д.* Розвиток психіки в онтогенезі: [У 2-х т.] Т. 2. Моделювання психологічних новоутворень. – К.: Форум, 2002.

4. *Основи загальної психології* / За ред. С. Д. Максименка. – К.: НППЦ “Перспектива”, 1998.

5. *Психологія I* За ред. Г. С. Костюка. – К.: Рад. школа, 1968.

6. *Общая психология* / Под ред. С. Д. Максименко. – М.: Рефл-бук; – К.: Ваклер, 1999.

22. Творчий потенціал праці та інноваційні технології освіти

Ключові поняття теми:

творчість, потенціал праці, критерії новизни, суперечності освіти, технологія, функції діяльності, сфери психіки і свідомості, свобода дії та її закони

Праця традиційно розглядається як доцільна діяльність людей з метою перетворення і опанування природних і суспільних сил для задоволення своїх потреб. У цьому розумінні праця – виробництво споживчих вартостей, але разом з тим і довічна природна необхідність – один із механізмів життя.

Праця, як процес *перетворення* матеріальних речей чи предметів, опосередковано пов'язана з розвитком пізнавальних здібностей, органів чуттів, психіки і свідомості. Це стосується і виробництва засобів виробництва – знарядь праці. Вони – штучні органи людини, за допомогою яких вона силами природи діє на предмет, створюючи його.

У перетворенні матеріальних речей так само опосередковано відбувається і *опанування* сил і законів природи, без яких був би неможливий обмін інформацією та енергією між людиною і природою. Опанування суспільних форм життя і праці здійснюється в самому процесі життя.

Прогрес людства відображає не лише ускладнення знарядь праці (механізмів, машин, технологій), а й досконалість механізмів психіки, які здійснюють у праці процеси *опредметнення* і *розпредметнення*. Але ці процеси вивчені ще недостатньо і є білою плямою на карті педагогіки і психології.

У загальному вигляді *опредметнення* і *розпредметнення* здійснюються в системі “людина – предмет”, який перетворюється, чи опановуються природні і суспільні чинники для задоволення власних потреб. *Опредметнення* в цій системі на боці людини: вона, перетворюючи предмет, *втілює свої здібності* в його предметну форму – олюднює продукт праці. *Розпредметнення* – зворотний процес: властивості предмета, на який діє людина, вона розуміє, осмислює і усвідомлює, – і таким чином перетворює їх на здібності.

Існує праця і в межах осередку культури – “людина – знакова система”. Вона визначається функціями знака в нашому житті. Хоча сам знак – матеріальний предмет, але він замісник реального предмета. Тобто знак містить лише інформацію про предмет, який не можна відчутти, торкнутися до нього руками, щоб досконало його пізнати і використовувати.

Отже, ці та багато інших питань дослідження і використання творчого потенціалу праці в системі освіти не отримали повного вивчення і відповідно розробки для цього інноваційних технологій.

Суперечності освіти – витоки інноваційних її технологій

1. Система освіти має резерви для культурного і духовного відродження та підготовки фахівців, здатних до творчої праці, вартої Нобелівської премії.

Наведемо країни (варто звернути увагу на кількість населення в цих країнах та на число премій і поміркувати: чому немає нашої країни в цьому списку?), вчені яких отримали за видатні наукові досягнення Нобелівську премію (за період від 1901 до 2001 рр.):

США – 232

Великобританія – 75

Німеччина – 60

Франція – 27

Швеція – 19

Швейцарія – 15

Голландія – 14

Росія – 12

Італія – 7

Данія – 7

Канада – 6

Японія – 7

Бельгія – 4.

Видатні наукові досягнення, безперечно – продукт системи освіти, яка розвиває в людини – від малого до старого – творчі здібності. Творчість – процес створення продуктів *оригінальних, об’єктивно цінних і самодостатніх*. Отже, організацію, зародження, зростання і визрівання творчих дій у людини треба започатковувати змалечку.

2. Розширення знань, сфер пізнання, зростання числа професій – гальмо освітньої системи.

Збільшення знань набуває масштабу лавиноподібного явища, що й призводить до інформаційного “вибуху” в суспільній свідомості людей. Це висуває складні завдання – не лише питання добору стратегії розвитку людини в освітній системі, а й проблему визначення універсальних творчих сил: їх структури, функцій та способів розвитку, завдяки чому можна швидко і якісно **переучуватися**, здобуваючи нову професію.

На підставі вищенаведеного, можна умовно визначити три типи шляхів для здобуття професії:

а) *екстенсивна* освіта – розвиток людини та її інтелектуального потенціалу за рахунок *ранньої спеціалізації*;

б) *інтенсивна*, ущільнена освітня система, розбудована на інтенсивному і поглибленому вивченні навчальних предметів з метою досягнення світового рівня знань у стислі строки;

в) система освіти, що розвиває механізм творчості людини.

Зрозуміло, перші два шляхи хибні: людина може набути освіченості за рахунок здоров'я і опинитися, закінчуючи середню освіту, у стані глибокої втоми – на межі норми і патології.

Статистика свідчить: на 12 млн учнів в Україні припадає 15 млн діагнозів! (Це заданими 1988 року. Сьогодні, можливо, ще більше.) Крім екологічних і економічних факторів, на здоров'я учнівської молоді впливають:

1) перевантаження навчальною роботою в школі і вдома, яке призводить до хронічної втоми;

2) гіподинамія – хвороба віку, яка може лікуватися єдиним способом: оптимізацією рухової активності, що є дійовим засобом активного відпочинку.

Подолання руйнівного впливу перевтоми і гіподинамії сприятиме переходу до гармонійного способу життя за формулою: **робота – відпочинок – дозвілля**.

Робота – витрачання енергії, відпочинок – відновлення енергії і функцій організму до попереднього рівня, дозвілля – приємне продовження часу, сповнене веселості і розваг, які сприяють відновленню сил після напруженої роботи, приводять до належної пропорції складові механізму творчості і готують людину до роботи наступного дня.

Розвиваюча система освіти може бути розбудована на принципах спільномірності: 1) вікових можливостей; 2) змісту навчально-

виховних технологій; 3) трансформації системи засад – кількісних у якісні, – аби розвивати, починаючи з дитинства, механізм творчості людини.

Для цього необхідне визначення творчих потенцій людини, їх розвитку і ступеня оптимальних навантажень відповідно до вікових можливостей, щоб не завдати шкоди її здоров'ю.

Творчі потенції людини – *здатки* і тенденції – слід розвивати і перетворювати на *здібності*, природні, творчі сили; а здібності у свою чергу мають бути перетворені на *механізм творчості* – інструмент людини, який дозволяє їй виконувати творчу роботу, оскільки без діючого механізму творчості важко собі уявити піднесення інтелектуального та духовного потенціалу України.

Звідси випливає, що освіта має своїм завданням докорінну зміну концептуальних, структурних і організаційних засад освіти.

Разом з тим слід зазначити, що система освіти перебуває в стані боротьби старого з новим, що починає зароджуватись. Щоб зародилося нове і набрало потужності, треба звернути увагу на актуальні суперечності і способи їх розв'язання, перетворення їх з руйнівних на креативні чинники освіти.

1. Суперечності освітнього процесу

Назвемо основні суперечності в освітній системі, які виключають одна одну.

А. Суперечності розвитку: механізм творчості і зміст освітнього процесу.

Існуючий зміст освіти (штучний) і вікові перетворення психіки, свідомості та діяльності людини (природні і тому підкоряються її законам) не сумісні і не сприяють розвитку механізму творчості.

Способом управління освітнім процесом і передбачення його наслідків може бути поняття **механізму творчості**. Щоб регулювати його розвиток, треба знати, що ти регулюєш і що бажаєш створити, з чим збираєшся працювати, зокрема:

а) з розвитком механізму творчості, який складається з механізмів **мислення, почуттів, уяви, психомоторики та енергопотенціалу людини** і дає змогу людині виконувати творчу роботу – *винаходити, робити відкриття і створювати нові художні образи*;

б) з кожною складовою механізму творчості в певні періоди вікового розвитку людини, час зародження якої визначається кодами – числами Фібоначчі і “золотого перерізу”.

Поняття періодів вікового розвитку механізму творчості містить закономірності:

а) закони чисел “золотого перерізу” і ряду Фібоначчі включають в активність відповідно до віку складові механізму творчості і таким чином змінюють принцип його роботи – попереднього на наступний;

б) процес розв’язання суперечностей обміну енергією та інформацією в механізмі творчості і переробки їх у нові форми, відповідно до закономірностей саморозвитку.

Коди чисел Фібоначчі є знаками, які окреслюють часові координати життя людини, коли окремі складові механізму творчості: а) зароджуються, б) розвиваються, в) вдосконалюються.

На станах **руху, становлення та розвитку** людина набуває в кожному віковому етапі здатності розв’язувати задачі нового класу – розумові або психомоторні. У межах цих періодів відбуваються внутрішні, самодовільні (лише за наявності сприятливих умов), необхідні і закономірні перебудови механізму творчості, а людина набуває здатностей до творчості.

Зауважимо, що руйнівні фактори зовнішнього або внутрішнього походження можуть впливати на механізм творчості:

1) відхиляти дію законів вікового розвитку від природних тенденцій;

2) зупиняти розвиток механізму на досягнутому рівні і утримувати його протягом тривалого часу, доки не відбудеться випадкова або планомірна гармонізація стану механізму творчості;

3) зруйнувати механізм творчості.

Самодовільність розвитку, інакше кажучи, доцільна регуляція зростання потужності механізму творчості або його окремих складових відбувається послідовно, що є наслідками процесів розвитку і виховання людини.

Б. Протилежності – потреби держави і мотивації учіння людини

Зокрема, розбіжність між освітніми можливостями людини і змістом освіти містить суперечності: дві протилежні складові процесу, що виключають одна одну. Учень і студент добре знають, що отримують знання, якими вони ніколи не користуватимуться продуктивно в житті або в роботі. Це і призводить до руйнування особистості молодого людини, порушення цілісності її душі, що змушує її жити подвійним життям.

Отже, треба в освітньому процесі пропорційно і відповідно поєднувати дві протилежності: освітні можливості людини і сутність освіти (її зміст і форми). Тобто забезпечити єдність їх протилежностей.

В. Предметоцентричні суперечності освіти

Предметоцентричність навчання передбачає ранню спеціалізацію, вивчення базових навчальних предметів – здебільшого основ професій (фізик, хімік, біолог, математик тощо).

А система освіти, розбудована на засадах розвитку механізму творчості, має на меті формувати в людини цілісну картину світу, розвивати *духовність, культуру* особистості і *планетарне мислення*. У єдності – механізм творчості.

Система предметоцентричних суперечностей- зіткнення протилежних принципів: 1) штучної діяльності учнів і студентів і 2) природного (але неусвідомлюваного) процесу розвитку власного механізму творчості.

Отже, людина повинна нагромаджувати: 1) знання, 2) уміння, 3) навички – продукти предметоцентричного навчання. Але праця людини виходить далеко за межі системи “людина – речовий предмет”. Особливо це стосується років навчання людини, які передують рокам праці над дійсними предметами. Тут існує дещо інша цілісність: “людина – знакова система”.

Особливість цієї цілісності визначається функціями знака. Хоча сам знак – матеріальний предмет (властивість, функція, процес, подія тощо), але він заміщає якийсь інший предмет – предметно-почуттєвого утворення. Тобто знак містить лише інформацію, яку можна з нього взяти, зберігати, перетворювати або передавати, не торкаючись означуваного предмета руками.

Завдяки використанню знань у формі знакових систем спрощується нагромадження, зберігання й передавання знання. Проте надмірне застосування знакових систем, особливо в освітньому процесі, призводить до порушення живого зв'язку людини з предметно-почуттєвим світом.

Причин цього декілька. Знакові системи людина сприймає як системи *текстів* (монографії, підручники, посібники тощо). Тексти як семіотичні системи здатні акумулювати інформаційні масиви величезної потужності. Змісти текстів – відображення дійсності і форма опанування результатів пізнаного людством. Але опанування, усві-

домлення змісту текстів без перевірки практичними діями на істинність часто викликає в людини сумніви щодо його істинності. А сумнів і вагання перетворюють пізнавальний результат навчання на *гадку, гіпотезу*. Знання змінює *віра*.

Оскільки знання може розглядатися як усвідомлений текст, то його опанування передбачає не лише створення в людини припущення або віри, а й *розуміння*, яке приводить до появи в неї сталого її *переконання*.

Процес опанування знань у формі текстів – центральна частина навчання. Воно передбачає: 1) сприймання матеріалу, 2) його осмислення, 3) запам'ятовування і 4) таке опанування його, яке дає змогу вільно ним користуватися. Але в навчанні кінцева фаза – опанування та вільне використання знання залежно від різних ситуацій – веде до його відтворення знову-таки в формі тексту – знаково-мовної конструкції.

Проте знання не зводиться до мовних конструкцій.

Опанування знань у формі текстів передбачає не лише створення ймовірної гадки або віри, а й складної системи оцінок зв'язку: а) знання з досвідом людини; б) з перспективою його розширення і поглиблення; в) з соціальною цінністю; г) відомого – з потенційним змістом процесів, предметів і явищ; д) передбачення і добирання нових регуляторів дій і вчинків.

Проблема в тому, щоб здійснити синтез процесів *опредметнення* і *розпредметнення* в діях, характерних для праці, з опануванням знань у навчанні про ці та інші невідчутні властивості предметів, – в один неподільний процес *освіти і розвитку механізмів психіки людини*.

Відповідно до принципу механізму творчості передбачається розвивати: а) *задатки*, б) *здібності*, а останні перетворювати на в) *механізм творчості*, щоб набути здатності до творчої роботи при виконанні будь-якої діяльності.

Знання, уміння, навички – продукти активності механізмів психіки і свідомості. Якщо вони працюють продуктивно, то кількість надбань учня або студента їм пропорційна. Але те, чим ці змісти здобуваються, залишалось поза увагою освітньої системи.

Дослідження свідчать: знання, уміння та навички здобуваються силами пам'яті. Майже 90 % учнів і студентів надають перевагу ро-

боті сил пам'яті – їм простіше вивчити, зазубрити матеріал, ніж розуміти його сутність. Звідси три типи мотивації учіння людини:

а) вчитися, щоб мати визначений “стандарт” освіченості;

б) вчитися, щоб знати і бути здатним відтворити знання в усній або інших формах, як того вимагають заклади освіти;

в) вчитися, знати і користуватися знанням як інструментом для роботи, набутим в освітній системі.

На жаль, мотивація з усвідомленим розвитком механізму творчості властива незначній кількості людей, діяльність яких майже не пов'язана з освітою, а ще менше – вчителям та викладачам.

Г. Суперечності концепції росту і розвитку людини

Така система суперечностей – наслідок предметоцентричної орієнтації освітньої системи, яка умотивовує навчальний процес на кількісну зміну показників знань, умінь та навичок. За цих умов процеси зростання відбуваються за рахунок збільшення потужності механізмів пам'яті, тоді як усі інші складові механізму творчості мають другорядні функції – і тому не розвиваються.

Процес розвитку може будуватися за іншим принципом: головної уваги часто надають не кількісним показникам, а розвиткові оперування навчальним матеріалом – яким чином учень або студент опрацює навчальний матеріал, вдосконалюючи цю вправність.

Отже, розвиток здібностей мислення, почуттів, уяви та психомоторики, які підтримуються потужним потенціалом енергії, – *предмети мети* освітньої системи.

Спрямованість освіти на розвиток механізму творчості сприяє вдосконаленню, збільшенню його продуктивності. А чим механізм більш розвинений, тим більшу кількість знань, умінь та навичок у ті самі терміни навчання може набути людина.

Таким чином, інтелектуальні потенціали людей, здобуті впродовж зростання – **силами пам'яті і розвитком механізму творчості** – непорівнянні. Головний здобуток людей, що діють творчо, – найцінніший – здатність до безперервного розвитку механізму творчості і використання його в будь-якій роботі, яка стає процесом творчості.

Д. Суперечності способів опанування змісту освіти: рутинного і наукового

Освітній процес будується переважно на засвоєнні шаблонного матеріалу в формі знакових систем. Разом з тим спостерігається тен-

денція у навчанні, коли учні здобувають знання, застосовуючи методи наукових досліджень.

Отже, в освітній системі головне місце повинні посісти предмети, пов'язані з опануванням логіки і методології наукових методів, що вкрай необхідно для розв'язання освітніх завдань.

Е. Суперечності, що поглиблюють фемінізацію суспільства

У сучасній школі близько 90 % вчителів – жінки. Але процес навчання і виховання пов'язаний не лише зі змістом освіти, а й із взаєминами жіночих і чоловічих начал учнів і вчителів. Результати цих взаємин закріплюються в підсвідомій сфері психіки і стають несвідомими регуляторами дій, вчинків і поведінки. Адже наслідуються те, що найчастіше повторюється, воно відтворюється в голосі, вимові, жестах, у стилі мислення і діяльності. Впливи домінуючих у взаєминах статевих начал порушують внутрішню гармонію чоловічого і жіночого у дітей і підлітків.

Поняття інновації

У роботі А. І. Ракітова у найчіткішій формі висловлені такі припущення щодо визначення і формулювання поняття новизни, що можуть бути використані для її тлумачення. Зокрема, щодо винаходу, відкриття і художнього образу.

Ідеться про *списковий критерій новизни*. Наукове пізнання і процес створення технологій мають початок у часі і можуть датуватися. Тому принципово можна стверджувати, що:

- 1) усі знання, передані мовою сучасної науки, мають координати часу;
- 2) кожна одиниця знання може бути індексована;
- 3) одиниці знання можна уявити у вигляді впорядкованого певним чином списку або серії списків.

За критерієм новизни розглядається та чи інша *одиниця наукового знання*, якщо на час її створення її бракувало в списку раніше створених одиниць наукових знань. Критерій новизни застосовується і до винаходів та відкриттів: вони вважаються новими, якщо невідомі фахівцям.

Відкриття – встановлення невідомих раніше об'єктивно існуючих закономірностей, властивостей і явищ природи і суспільства, що вносять докорінні зміни в рівень пізнання.

Закономірності, властивості і явища існують у природі незалежно від волі людей. Частина цих властивостей і явищ уже встановлена, вони нам відомі і формують наше про них уявлення – систему знань. Інші закономірності і явища хоча й існують, але поки що невідомі і в процесі творчості людини вивчатимуться і відкриватимуться. Кожне відкриття вириває в природі таємницю і збільшує наші знання. Сучасні знання про закони природи і суспільства засновані на колись зроблених відкриттях.

Винахід – це продукт, відповідь на запити, потреби духовного і матеріального виробництва.

Цивілізація почалася з технічної діяльності, що спиралася на результати винаходу. Колесо, спис, вогонь, лук і стріли, плуг, ядерний реактор, космічна наукова лабораторія – все це винаходи.

Відкриття – з'ясування нових зв'язків у галузі пізнання, а винахід відносять до галузі діяльності людини. Вона використовує відкриті властивості і явища природи, винаходить нові прилади, засоби виробництва і речовини, удосконалює техніку. Більшість властивостей, явищ і закономірностей не може бути використана людиною безпосередньо без створення нових машин і процесів, що теж активізує винахідництво.

Слід розрізняти предмети винаходу: *обладнання, спосіб, речовина, винахід на застосування*. Отже, технічне вирішення, що визнається винаходом, повинне чітко відповідати одному з цих предметів. Інакше винаходу немає: це може бути або відкриття, або наукова гіпотеза, або організаційна пропозиція.

Обладнання – це щось нове, що має істотні відмінності від існуючих аналогів і дає при використанні позитивний ефект, – це спорудження, виріб або таке, що є елементом або їх сукупністю у функціонально-конструктивній єдності. Існує декілька видів приладів:

а) пристрої, інструменти, знаряддя праці, готові вироби, але ні вони самі, ні елементи, з яких вони складаються, в процесі роботи не пов'язані між собою функціонально, наприклад інструменти, деталі машин і механізмів до збірки тощо;

б) агрегати, механізми, прилади, електричні схеми – деталі, які перебувають у функціональній взаємопов'язаності.

Спосіб як предмет винаходу – це новий процес виконання взаємопов'язаних дій, який істотно відмінний від відомих, а в процесі за-

стосування у виробництві зумовлює позитивний ефект, сприяє досягненню мети.

Причому спосіб відрізняється від принципу дії машини або механізму відсутністю в ньому причинно-наслідкового зв'язку між операціями, прийомами і задачею. Спосіб – це сукупність операцій, об'єднаних у задачу, що розв'язується з його застосуванням.

Сукупність і послідовність операцій і дій, спрямованих на досягнення мети, являє собою закінчений вплив на матеріальні об'єкти з метою їх корисного перетворення – процеси обробки і переробки в готові продукти і вироби.

Розробка інноваційних технологій можлива на основі закономірностей творчої діяльності, пов'язаної з виникненням думок, почуттів і образів, а також розумовими і психомоторними діями людини, що виконуються на межі людських можливостей, в екстремальних умовах, коли творчі процеси досягають максимуму напруженості.

Продуктивним результатом (наслідком дослідної дії, що виконується при розв'язанні наукового і технологічного завдання) є позитивні зміни спочатку в головних сферах психіки:

- а) психічних процесах;
- б) психічних властивостях особистості;
- в) психічних і психомоторних функціях;
- г) психічних станах;
- д) психологічній будові дослідної діяльності.

Поняття технології

Майстерність – сукупність засобів, необхідних для виконання дії, яку розвиває людина; уміння використати прийоми і засоби управління своїми вчинками і діями в процесі діяльності, один із найважливіших елементів продуктивних сил, наприклад, хисту спортсмена.

Мистецькість – це система засобів діяльності, вимог, правил і прийомів виконання дії, що гарантують сприятливі умови розвитку і вдосконалення рухів, а також власну безпеку і безпеку оточення.

Мистецькість слід розглядати як процес. У ньому має місце зміна, становлення і – за найсприятливіших умов – розвиток. В ідеалі – на вершині досконалості технології навчання – закономірним явищем є творчість, коли всі фізичні і духовні здатності людини активні і породжують гармонійні предмети і явища.

У процесі навчання і вдосконалення дій (пізнавальних, моральних, естетичних, трудових тощо) мистецькість як процес має ряд особливостей.

По-перше, мистецькість, як сукупність оптимальних прийомів впливу на предмет, спрямовується людиною на подолання опору предмета, а свій вплив вона при цьому прагне зробити продуктивним.

По-друге, мистецькість – це ставлення до себе самого: механічний бік дії – те зовнішнє, що чинить опір, непідвладне (на початку навчання і впродовж подальшого вдосконалення дій) волі і звернене до людини як до окремого предмета. Цей предмет – його властивості, процеси, стани – мають конкретний зміст і відображаються у формі відчуттів і сприймання.

Ставлення до себе самої як до предмета і є джерелом розвитку “Я”. Ставлячись певним чином до власних переживань, відображеного змісту і станів, людина має змогу змінювати їх, перетворювати, створювати нові форми. Ставлення до власних станів і “Я” неоднакові. Активність і пріоритет на боці “Я”, яке будь-який позитивний зв’язок з предметом трансформує “для себе”, опановує і робить його змістом власної свідомості.

Розумові дії опановуються “для себе”, переборюючи опозицію, опір, непокору перетвореного предмета своєму носієві – людині діючій.

Шлях до майстерності, мистецькості, кмітливості – через технологію навчання.

Технологія – мистецтво використання законів психіки, свідомості і діяльності в процесах виробництва духовних або матеріальних цінностей.

Технологія – це і наука перетворення знання в процес навчання людини або втілення його в матеріальні конструкції, машини, механізми – системи з необхідними властивостями. Це і сукупність процесів, протягом яких планомірно відбуваються зміна засобів виробництва (від нижчого до вищого), розвиток і створення оптимальних інноваційних технологій.

Технологія – сукупність знань про людину, її психомоторику, механізми регуляції рухів, їх становлення і розвитку.

Закони побудови технологій можна пізнавати і інтуїтивно, шляхом досвіду, тобто методом проб і помилок, але при цьому можли-

вість досягнення бажаного успіху різко обмежена. Використання наукової технології знижує до мінімуму необхідність адаптації і налагоджування машин і механізмів (під час переходу від недорозвинутої системи технологій до досконалої), і підвищує ККД виробництва.

Якість технології – технологічність використання в процесі навчання і вдосконалення рухової дії найбільш ефективних, економічних і продуктивних засобів, що є обов'язковою умовою оптимізації діяльності.

Оптимальна діяльність – найкраща з усіх можливих, тоді як усі інші, в межах можливостей людини, будуть менш ефективними. Усі ці засоби діяльності можливі, проте одна серед них – **оптимальна**, має свою міру, правило, з яким треба ознайомитися. За межами можливого перебуває **сфера заборон – сфера дії законів руйнування**. Вийшовши за межі можливого, діяльність порушується, втрачає свою ефективність, а для людини вона стає небезпечною. Те саме стосується і стану людини: стан балансування на межі норми і патології – продукт діяльності, протилежний її справжній меті і потребі людини.

До технологічності відносять систему контролю, що сприяє підтриманню якості діяльності і самого технологічного процесу в межах, передбачених сферою впливу законів техніки, а для людини – психічної напруженості дії і станів у кожний конкретний момент часу в рамках технології виробництва, що розгортається. Контроль усуває ненормальний стан, прогнозує його вияв і тому стає ефективним засобом управління технічною підготовкою.

Психологічна характеристика інноваційної діяльності

Категорія діяльності має бути розгорнута як структурно, так і стосовно предмета нашого вивчення – психології інноваційних технологій розвитку творчого хисту і пристосованої до завдань психологічного аналізу самої діяльності. Так, Е. Г. Юдін виділив п'ять функцій категорії діяльності. Підкреслимо: ці функції діяльність може виконувати не тільки в науковому дослідженні, а й в організації інноваційних технологій самої діяльності, на розгляді якої ми і зупинимось.

Діяльність як предмет вивчення

Поняття *предмет вивчення* має філософсько-методологічний зміст. Воно відображає універсальну основу (або, в більш обережно-

му формулюванні, універсальну характеристику) людського світу. Діяльність як предмет вивчення певним чином розчленовується і відтворюється в теоретичній картині психології або окремої інноваційної технології. Предмет вивчення розчленовується відповідно до методологічних принципів останньої, з урахуванням специфіки її завдань і сукупності основних понять.

Принципове значення для розуміння психологічної сутності діяльності має уявлення про предметний характер діяльності людини. Це положення випливає з того, що людина не стільки пізнаюча, скільки – діюча суть у діяльності; а якщо вона діюча суть, то діє з предметами, процесами, явищами, з “не-Я”. Сенс предметності полягає в тому, що людина змінює своє оточення відповідно до своїх потреб.

Такою є вихідна позиція щодо оцінки ролі поняття предметності діяльності в психології, її відношення до теорії психології і зворотного впливу теорії на поліпшення діяльності, зокрема у створенні інноваційних технологій. Діяльність і знання про неї були б суперечливими і неузгоджуваними, якби не спиралися на загальну категоріальну структуру предметно-практичної діяльності людини не лише у промисловому виробництві, а й в освітньому процесі, де вона стає фахівцем, опановує професію – головний засіб існування в майбутньому.

Пізнання людини оперує категоріями мислення, особливою сутністю – змістом менталітету, тоді як у діяльності та сама сутність виділяється в практичні дії, дається суб’єктивно як зміст чуттєвого образу-почування. А поняття, які створює мислення, – це загальнолюдський досвід практичної діяльності, який вдруге може бути звернений на саму діяльність з метою її раціонального перетворення.

Багатьма напрямами психології людини усвідомлено або неусвідомлено створювалися свої предмети дослідження без врахування **принципу єдності свідомості і діяльності.**

Фрейдистська психологія бачила специфічну психологічну реальність у сфері мотивації і розглядала її суть на рівні підсвідомості. Біхевіоризм відкинув із психології все те, що не можна було довести експериментально, і зосередив свою увагу на параметрах поведінки. А реактивна поведінка за схемою “стимул – реакція” стала підставою для пояснення і інтеграції психологічного. На пріоритеті психічної форми головним чином наголошувала гештальт-психологія, яка ко-

ристувалася для пояснення психічних явищ їх же структурною організацією.

Включення в психологію поняття предметної діяльності відкриває і нові можливості для розуміння самої психології і тим самим визначає зовсім нові предмети її дослідження.

Це було здійснено С. Л. Рубінштейном, згодом Л. С. Виготський побудував теоретичну схему психологічного дослідження на базі поняття предметної діяльності. У результаті психіка і свідомість людини витлумачувались як специфічний орган діяльності, що і дало змогу обґрунтувати цілісність предмета діяльності. Подальший розвиток ідей інтеріоризації дав підстави М. О. Леонтьєву (1975 р.) створити дворядну психологічну структуру діяльності:

а) діяльність – дія – операція,

б) мотив – мета – умова.

Це уявлення і стало підґрунтям психологічної теорії діяльності.

Така схема діяльності розкриває ефективні способи формування психіки шляхом створення і практичного використання в освітньому процесі відповідних форм предметної діяльності. У предметній діяльності будується функціональний “орган” – психіка, а розвиток предметної діяльності, у свою чергу, приводить до розвитку психіки, що є водночас і продуктом діяльності, і її найближчим регулятором.

Таким чином, категорія предметної діяльності задає специфічну дійсність в її реальних межах і фіксує генетичний зв’язок між розвитком предмета діяльності і спрямованими на його зміну або перетворення впливами. Вони і допомагають людині створювати нові функції, за рахунок яких відбувається розвиток її психіки.

Розгорнемо категорію діяльності структурно і стосовно предмета нашого розгляду – *психології інноваційних технологій розвитку творчого хисту людини* – і щодо завдань психологічного аналізу самої діяльності і можливості створення інноваційних технологій в освіті.

У ході розвитку і розгортання предмета психології творчих здібностей людини виникає необхідність виділити утворення, що дали б змогу уявити її як логічну однорідну цілісність зі своєю системою координат, одиниць аналізу і практичного конструювання.

Виховання і розвиток людини, її інтелектуального потенціалу стали одним із важливих чинників розвитку нашого суспільства. Удосконалення духовних і душевних сил людей (особливо підростаючого покоління) має оздоровче, освітнє і виховне значення.

Досягнення людиною оптимуму розвитку творчого хисту і духовного багатства відповідно до вимог професійної діяльності – основного засобу існування в майбутньому; успішне здійснення мотивації творчого ставлення до роботи, що розвиває цей хист, – мета і критерій, що досягаються в системі утворення функціональних органів психіки.

Творча діяльність за своєю природою і соціальним призначенням – це діяльність максимальна незалежно від рівня розвитку людини, її особистого досвіду. *Вилучення творчого начала із праці позбавляє людину головного рушія розвитку психіки і свідомості і руйнує основи діяльності – перетворює її на механічну і монотонну роботу.*

Діяльність, окрім створення духовних цінностей в освіті, породжує специфічний продукт (творчий хист) в обох сторін – викладача і студента: з боку студента – зростання освіченості, а з боку викладача – досягнення досконалості. Здобутки діяльності закріплюються якісним перетворенням психічних станів, хисту, емоцій, волі, мисленням людини за екстремальних умов роботи, дій, що, зрештою, сприяє розвитку і розширенню меж творчих можливостей людини.

Розкриваючи сутність поняття праці, необхідно історично охопити розмаїття видів трудової діяльності, серед яких цей вид людської діяльності – унікальний. У міру розвитку суспільних форм праці підвищується роль творчого хисту і разом з ними і трансформація психіки і свідомості в роботі, що й сприяє гармонійному розвитку людини.

У трансформації змісту психіки і свідомості і полягає спеціальна зумовленість творчого хисту, творчої взаємодії викладача і студента в педагогічній роботі. Вона визначається ще і тим, що творчий хист викладача в роботі із студентом є найближчим аналогом людської творчості, суспільного виробництва, – праці як вищого самовияву сутності людини, – матеріалізації її хисту.

Поняття праці, що стає зрозумілим через *поняття процесу праці*, має величезні пояснювальні можливості і охоплює все розмаїття видів людської діяльності, в тому числі і педагогічної роботи, фіксує в них найістотніше: їхню цілісність.

Різноманітні види діяльності породжені працею і генетично та функціонально з нею пов'язані. Головні моменти процесу праці;

а) людина як суб'єкт трудової діяльності; б) доцільна діяльність, або сама праця; в) предмет трудової діяльності; г) засоби праці; д) продукт трудової діяльності.

У праці людина, зберігаючи і перетворюючи природу на більш гармонійні форми, створює цими діями і саму себе. Протягом творчого процесу в діяльності людина виробляє, створюючи саму себе, оволодіває своїми природними якостями і набуває соціальних властивостей.

Вони і є підґрунтям психологічної теорії діяльності. Таким чином, усвідомлена структурна схема діяльності розкриває ефективні шляхи формування психіки і свідомості шляхом створення інноваційних технологій в освіті:

1) створення і практичного використання в педагогічному процесі відповідних форм предметної діяльності, яка дає змогу людині опанувати професію – засіб її існування;

2) побудову в предметній діяльності функціональних органів, які складають цей засіб;

3) розвиток предметної діяльності сприяє розвитку психіки, що є водночас і продуктом діяльності, і найближчим регулятором здатностей до творчості в професійній роботі.

Отже, категорія діяльності задає специфічну дійсність в її реальних межах і фіксує генетичний зв'язок між розвитком діяльності і розвитком психіки.

Діяльність як предмет управління

Функція діяльності як предмета управління визначає те, що підлягає організації в систему функціонування і розвитку на основі визначених психологічних і педагогічних принципів. Предмет управління передбачає наявність або усвідомлення предмета дії – людини або колективу, безпосередньо пов'язаних з предметно-практичними перетвореннями, які дають змогу створити бажаний продукт – те, чого ще не існувало.

Наступна операція після перетворення предмета дій у діяльність – утворення її мети – процесу цілеспрямованого застосування доцільних дій (розумових і психомоторних), спрямованих на предмет дії.

Колектив може управляти діяльністю своїх членів, оскільки вони відображають у своїй свідомості і відтворюють властивості і структуру діяльності. Мірою адекватності відображення останньої є від-

повідність результату дії його передбаченню, яке склалося на основі відображення, створеного уявою. Однак не будь-який зміст відображення безпосередньо пов'язується з практичною дією.

Первинним джерелом є чуттєве відображення. Це – сфера, досяжна для сприймання – безпосередній контакт з предметом дії. Ще ширшим і глибшим джерелом відображення є дійсність – система знань, які почуттєво не сприймаються, але є при цьому предметом розумового аналізу.

Тому система знань пов'язана з практичною дією людини через посередництво “технологічних” знань про діяльність.

Ці два відображення: а) чуттєве відображення і б) система знань – виконують функцію управління діяльністю.

Поняття *управління* вимагає деякого роз'яснення. Інколи складається враження, що колективна діяльність починається з бажання однієї людини, її власної ініціативи і все відбувається так, як вона того хоче.

Насправді діяльність нічого спільного (якщо людина прагне, щоб вона була оптимальною) зі свавіллям не має. У кращому випадку вона повинна бути суворо детермінована, аби забезпечити свободу діяльності суб'єкта. Пов'язують же дії суб'єкта управління діяльністю всупереч закону або діям, що їх регулюють, і механізми розвитку, що активізуються.

Діючи відповідно до законів психіки, свідомості і діяльності, людина нібито відокремлюється від неї, підноситься над діяльністю як суверенне і вільне джерело енергії і засобів для її здійснення. Вона створює мету діяльності, але залежить від її істотних складових:

- а) законів функціонування;
- б) законів розвитку.

Між іншим, закони *функціонування* і закони *розвитку* людини – одне й те саме: в діяльності здібності людини виявляються і в ній же вони розвиваються. Тому для оптимального управління створенням інноваційних технологій необхідно користуватися поняттям *міри* функціонування і розвитку – уявленням про якісні і кількісні її характеристики в дії, щоб вони не виходили за межі мірок:

- 1) моральних;
- 2) естетичних;
- 3) гуманістичних;
- 4) демократичних;

5) ноосферних, коли технологія і діяльність залишаються без змін, зберігають свою цілісність.

Психологія, на жаль, не користується поняттям *міри*, хоча в рамках її предмета існує безліч фактів про “можливе” і “заборонене” у психіці, свідомості і діяльності.

Справа в тому, що процеси і механізми психіки продуктивно працюють лише в межах, дозволених природою людському тілу, в межах певних показників напруження. Кількісні показники цієї роботи не повинні виходити за межі міри. У протилежному разі діяльність або не може розвиватися, або порушується.

До числа істотних показників міри дозволеного природою людському тілу, психіці і діяльності можна віднести:

а) пороги чутливості (нижній і абсолютний) рецепторів-датчиків, що сигналізують про інтенсивність властивостей рухів, думки і дій, що виконуються людиною;

б) грубість порогів розрізнення (поріг розрізнення): якщо сила подразника, що впливає на рецептор, зростає в геометричній прогресії, то інтенсивність відчуттів – в арифметичній;

в) відсутність в людському тілі рецепторів-датчиків для відображення і відтворення у свідомості процесів, що здійснюються в мікроінтервалах часу (тисячні частки секунди) – з одного боку, а з другого – процесів, що тривають довгі проміжки часу (тижні, місяці, роки), що і є умовою виникнення помилкових розумових і психомоторних дій;

г) повільність, порівняно з машинами і механізмами дій і рухів думки, хоча швидкість останніх і може підвищуватися внаслідок тренування, але не настільки, щоб зрівнятися з комп'ютером;

д) природні межі швидкості мислення, обсягу сприймання, пам'яті і точності функціонування психічних процесів у цілому, що і створює непоборні труднощі (наприклад, під час роботи людини в системі “людина – машина”) під час відтворення свідомістю дійсності, що й перешкоджає здійсненню оптимального управління своєю діяльністю;

е) стомлюваність (розумова і психомоторна); продуктивність дії знижується, що й призводить до помилкових рішень та їх реалізації.

Втома – захисна реакція організму, мислячого тіла людини. Виражається вона суб'єктивно, як переживання стану втоми.

Її запобіжні сигнали свідчать, що стан людини наблизився до межі, за якою вступають у силу закони дискоординації органів і систем – порушення внутрішньої їх гармонії.

Утома з плином часу нагромаджується: її наслідки – зміни в роботі серця, печінки, нирок.

Утома людини спричинює біль у цих органах.

Утома, отже, – подвійний регулятор активності людини і колективу в цілому. З одного боку, втомою і болем організм сигналізує свідомості про негативні процеси, що починаються, а з другого – втома виконує роль своєрідного *перемикача активності* з витрачання енергії на зворотний процес – її відновлення:

- 1) відновлення енергії, яка була витрачена до вихідного рівня;
- 2) нагромадження енергії понад колишній рівень, тобто вона активізує антиентропійні механізми життя людини.

Щоб уникнути появи цих негативних явищ, викладачу і студенту потрібно мати розвинене почуття міри, знання: як і за яких умов природний стан стомленості (загалом це – приємне відчуття) переходить у втому. Слід пам'ятати, що межа між втомою і стомленістю – це межа дозволеного, яку переходити не можна;

ж) ілюзії відчуттів, сприймання, мислення, емоцій, пам'яті, почуттів і волі, коли вони, викривлені в ході відображення дійсності, втілюються в предмет діяльності, здатний до руйнування дії всупереч її законам.

В управлінні педагогічною діяльністю користуються, як видно із зазначеного, двома видами відображення:

перший – чуттєве відображення або зв'язок, досяжний для безпосереднього сприймання, спостереження і такий, що перебуває у сфері практичного впливу на дії і стани людини;

другий – понятійне відображення, що не є ані предметом сприймання, ані предметом чуттєвого впливу, а являє собою логічну схему майбутньої діяльності: людина згідно з цією логікою діє, коригує дії в технології, а якщо це необхідно, то і перебудовується відповідно до мети діяльності.

Діяльність як предмет проектування

Процес проектування діяльності – процес насичення її інноваціями, створення в її технології того, чого ще не існувало. Ці процеси можна здійснювати трьома шляхами: впливами, що трансформують

смишли свідомості; утворенням нових форм діяльності, які також своїми наслідками трансформують цю діяльність і свідомість, і найкращим третім – інноваціями діяльності і свідомості в нерозривній єдності.

Свідомість і діяльність – органічна єдність. Зміст свідомості визначається діяльністю, а відкриття нових аспектів і властивостей діяльності збагачує свідомість. Це повного мірою стосується і творчого хисту людини. В усьому, що зробила людина, виявилась її свідомість, робота її думки, почуттів, які вона вкладає в дії.

Із цього закономірно випливає уявлення про засади і напрями створення інноваційних технологій: а) ефективний розвиток психіки і свідомості людини; б) предметних форм діяльності, що створюють умови для вияву і розвитку потенційних можливостей людини; в) підвищення продуктивності її дій, завдяки творчому началу в діяльності.

У зв'язку з цим діяльність перетворюється на предмет цілеспрямованого проектування, створення таких засобів її здійснення, вдаючись до яких свідомість і діяльність стають оптимальними і розвиваються згідно з поставленими цілями.

Процес проектування інноваційних технологій діяльності практично можливий у двох основних напрямках:

а) проектування змісту свідомості, на основі знань, отриманих у результаті наукового дослідження;

б) проектування змісту діяльності, що ґрунтується на природних засобах її здійснення, які виключають помилки від перших кроків навчання і розвитку.

Перший напрям припускає збагачення свідомості людини об'єктивним змістом, знаннями, що вказують шляхи формування доцільних установок, інтересів, потреб і ідеалів, закладають раціональні засоби дій.

Другий напрям проектування передбачає таку організацію діяльності, яка відбувається згідно з законами природи людського тіла і психіки, що і дає змогу відкривати потенційні можливості в діяльності і збагачувати свідомість людини додатковим змістом.

Створення інноваційної технології включає основні етапи:

- оцінку можливостей мотивації творчої активності;
- аналіз досвіду і вивчення творчої діяльності людини;
- головні засоби організації творчого процесу;

– опрацювання алгоритмів і програм для моделювання і стимулювання творчого процесу;

– практичне застосування і експертну оцінку якості творчих результатів, сфери їх використання;

– відкриття і опанування нових галузей творчої активності. Психологія розглядає психічні явища з двох поглядів: по-перше, вивчаються процесуальні особливості психічних явищ (джерела виникнення, фізіологічні механізми, що є їх підґрунтям, певні закономірності їх розвитку, взаємозв'язки між ними і т. ін.);

по-друге, – з'ясовується їх зміст як якісно своєрідне суб'єктивне відображення дійсності (зміст сприймання, думок, почуттів, вольових виявів, що виникають у свідомості людини через ті чи інші обставини життя і діяльності).

Якщо дослідження психічних явищ як процесів дає змогу виявити закономірності кожного з них, то вивчення змісту дає можливість визначити якісні особливості, характерні для певної людини (своєрідність думок, сприймання почуттів, вольові зусилля).

Перше положення має предметом вивчення психіки як органа пізнання, а друге зосереджує увагу на тому, що психіка і свідомість людини – ще й орган діяльності з певним якісним і кількісним змістом, який, оминаючи обробку мисленням, закарбовується в підсвідомих формах, але й здатний включатися в діяльність з метою її вдосконалення.

Окрім пізнавального і діяльного ставлення до змісту дій з предметами, на людину діють і справляють істотний вплив багато потужних факторів. Серед них стрижневими будуть такі вияви, які пов'язані з мотивацією, тенденціями і її спрямуванням. Вони і створюють механізми функціонування і розвитку свідомості в діяльності.

Механізм свідомості формується через усвідомлення змісту діяльності. Через усвідомлення всього розмаїття змісту розв'язання пізнавальних завдань, які людина має розв'язати у формі почувань, або у вигляді темного м'язового почуття рухів, коли людина працює безпосередньо з предметом. Цей зміст перетворюється в ході розв'язання практичних завдань і в новому вигляді знову повертається в ту саму діяльність.

Такий вигляд має і модель усіх інноваційних технологій: вони перетворюють невідоме на відоме, доповнюють його новизною, вдосконалюють, щоб збільшити продуктивність дії людини.

У процесі реалізації функції діяльності як предмета проектування вона сама створюється на знаннях, що дають змогу ще до початку її створення врахувати природні межі можливостей людського тіла і душі. Людині їх треба всебічно усвідомити, перетворити на надбання свідомості, щоб користуватися ними для досягнення мети діяльності. Прогноз успіху за таких умов передбачає активність творчих потенцій суб'єкта дій. Вони, і тільки вони, сприяють створенню того, чого ще не було в досвіді, того, що тільки уявляється як можливе, досяжене. А цим досяжним завжди є: а) оптимальна міра предметно-практичної діяльності; б) матеріалізація людської сутності у створюваній нею дійсності.

Проектування діяльності безпосередньо пов'язане із синтезом наявного знання: воно з часом розвивається і уточнюється, наближається до більш адекватного відображення її сутності і практичного використання відображеного в єдиному неподільному процесі. Природно, що знання необхідно певним способом модифікувати і адаптувати до конкретних умов, враховувати індивідуальні особливості (сильні і слабкі) діючої людини і довести діяльність до рівня практичних приписів, або алгоритмів дії.

Спочатку проєктований продукт діяльності – системи здібностей – людині, що діє, уявляється як ідея. Адже ідея – різновид поняття, що поєднує як об'єктивне знання про усвідомлені можливості, так і загальні обриси мети, на досягнення якої спрямовується діяльність. Ідея здатна випереджати відображення дійсності і при цьому виконує конструктивну функцію завдяки тому, що спирається на закони розумових і психомоторних дій, даних у вигляді зразка.

Відтак ідея стає джерелом синтезу і систематизації знань і активізує творчу уяву. Інакше кажучи, ідея не є довільною вигадкою бездіяльного розуму, а навпаки – розумний порух думки в незвідане майбутнє, і тому вона стає матеріальною перетворюючою силою в діяльності людини.

Зміст ідеї відбиває і технологічний аспект діяльності, прийоми і засоби її реалізації, які, у свою чергу, виконують і функції контролю, відповідності досягнутого рівня майстерності належному. У цілому ж ідея діяльності тісно пов'язана з поняттям ідеалу.

Ось чому ідеал і ідея – форми уявлення в свідомості людини вищої мети і, отже, її потреб.

Ідея в проектуванні діяльності має специфічні особливості і відрізняється від поняття або її системи. Якщо останнє відбиває дійсність у всьому її розмаїтті, то ідея – форма осягнення думкою майбутнього предмета, усвідомлення мети і проекція подальшого пізнання і перетворення.

Шляхом впровадження ідеї дії набувають спрямованості на мету, яка визначає те, на чому буде зосереджена активність людини.

Тому ідея не зводиться до формування досвіду, нагромадження знань, а існує для того, щоб, використовуючи його, побудувати нове, досконаліше відображення предмета, з урахуванням законів і можливостей їх існування в тенденції розвитку. Отже, ідея є конкретним і об'єктивним відображенням дійсності, а коли вона усвідомлена людиною – виражає її готовність практично втілювати ідею в духовні або матеріальні конструкції через відповідні дії.

Проектування – синтез знання у певну цілісну систему, що відіграє роль евристичного принципу побудови практичною дією нових, ще не існуючих форм дії.

На заключному етапі проектування ідея отримує подальше опрацювання і набуває форми проекту. Він включає:

- а) тексти, що описують технологію діяльності;
- б) розрахунки, що пояснюють зміст і призначення тих чи інших елементів як технології, так і створюваного предмета;
- в) креслення, наочні схеми тощо і додаткові засоби, що нормують дії і готують людину до праці.

За допомогою цих засобів зображення ідеї вона стає більш або менш досяжною і за нею можна розгледіти майбутній предмет, а сама ідея таким чином наповнюється чуттєвим змістом, стає образом у свідомості людини.

Діяльність як цінність

Що проектує функція діяльності? Створює передусім ціннісну орієнтацію людини, яка діє. Ця орієнтація – вибіркоче ставлення до сукупності мети і ідеалів, засобів досягнення цілей і якості продукту, який створює людина. Ціннісна орієнтація характеризує структуру активності психіки людини, а разом з нею і колективу, з соціального погляду – зміст і надає перевагу тим чи іншим властивостям самої діяльності.

Наявність у людини, що діє, усталених ціннісних орієнтацій на вдосконалення процесу сприяє: а) набуванню загальної культури, б) культури розумових дій; в) розвитку творчого хисту людини, що є свідченням її зрілості.

Цінністю в найвищому сенсі є те, що слугує людині і є одним із виявів: добра або зла, істини або хибності, прекрасного або потворного, дозволеного чи забороненого, справедливого чи несправедливого, які мають для людини неабияку значущість.

Розрізняють і суб'єктивні цінності: установки, тенденції, імперативи, заборони, мету, проекти тощо, які виявляються в нормативних уявленнях; їх призначення – орієнтувати доцільність діяльності.

Цінності в структурі діяльності – її соціальні регулятори. Так чи інакше осмислені цінності дають змогу збагнути певну орієнтацію людини, що діє, слугують предметами інтересів, потреб.

Вибіркове ставлення до сукупності цілей і ідеалів, до засобів досягнення мети і якості створюваних продуктів може спричиняти протиріччя і конфлікти. Передусім у мотиваційній сфері: боротьба мотивів між обов'язком і бажанням, мотивами моральними і егоїстичними. Орієнтація колективу на суспільні цінності характеризує його членів у соціальному сенсі.

Наявність усталених ціннісних орієнтацій зміцнює характер людини, збільшує її витривалість, її переваги і спрямованість на створення цінностей – духовних і матеріальних. Свідчить про наявність у неї сформованих ціннісних орієнтацій, про гармонійний розвиток у ході “вростання” її в культуру людства, опанування і розвиток власного творчого хисту; зрештою, свідчить про зрілість людини.

У цьому сенсі ціннісна орієнтація на: а) навчання, б) гру, в) працю – домінуючі види активності підростаючого покоління – має винятково важливе значення.

Оскільки навчальна, ігрова і трудова дії – джерело розвитку чутливості, відчуттів, психіки і свідомості, то йдеться про те, що воно може стати дієвим засобом підвищення культури емоцій, почуттів і мислення, вчинків і моральності, думок, які висловлює людина, її тіла і душі.

Отже, завдання організації педагогічної діяльності якраз і полягає в тому, щоб, розв'язуючи проблеми опанування знань і навичок, розв'язувати завдання розвитку хисту, творчого потенціалу і характеру людини.

Ціннісне ставлення людини до дійсності – це гуманістичне, справді людське ставлення, що має на меті нагромадження духовних і матеріальних цінностей:

- 1) матеріальних, створених із природних речовин;
- 2) духовних – творінь розуму і почуттів.

До того продукт, що має суспільну цінність, як правило, є реалізованою потребою, втіленням творчих сил людини. У свою чергу, цей продукт слугує зразком для опанування підростаючим поколінням ціннісних орієнтацій – результату виховання.

Але оскільки цінності можуть мати і негативне значення, то орієнтування на позитивні цінності повинне мати форму:

- а) первісно – потреб;
- б) установки і націлювання на розуміння справжніх цінностей;
- в) готовності створювати нові, більш досконалі продукти діяльності.

Описані вище функції поняття діяльності безпосередньо стосуються потреб людини і тому є для неї і суспільства цінністю. У цілому ці функції і є системою цінностей, користуючись якою людина може будувати свою діяльність в оптимальних, а отже – продуктивних формах з цінними продуктами дій.

Інакше кажучи, в технології діяльності на базі психологічного знання людина повинна знати про наступні напрями мислення, мати уявлення про організацію передбачення, про майбутні здобутки свідомості і про продукти діяльності.

Для цього той, хто створює технологію, користуючись функціями діяльності, повинен відповісти на такі запитання:

- а) “Що робити?” – створити конструктивне знання, щоб мати змогу пояснювати природу діяльності і її предметну сутність;
- б) “Як робити?” – усвідомити технологічний зміст як сукупність прийомів і засобів реалізації мети, застосовуючи цілеспрямовані і оптимальні дії;
- в) “Для чого робити?” – мати уявлення про смисл діяльності в ціннісному вираженні і керуватися в ній критеріями гармонії.

Причому відповіді на ці запитання можуть бути відвертими лише стосовно системи цінностей, прийнятих людством у формі ідеалів: 1) морального, 2) естетичного, 3) гносеологічного – що виражають творче ставлення людини до дійсності і відіграють роль цільових орієнтирів.

Таким чином, людина, що діє, – колектив – епіцентр активності в діяльності: вона усвідомлює власне “Я” і діє, керуючись цим; “Я” присутнє в кожній дії, будує її, є суддею людських дій і вчинків.

У той же час дія не дорівнює “Я”, тому що є “Я”, яке може перевершити попередні свої дії, створити те, чого ще не було в індивідуальному досвіді дій.

У процесі розвитку і розгортання нового предмета психології – системи інноваційних технологій, – надто слабко опрацьованого, виникає необхідність виділити в діяльності такі утворення, які дали б змогу: а) уявити її як логічно однорідну систему з певною системою координат, б) одиницю аналізу, в) практично конструювати її з метою оптимізації.

Сфери людини – предмети інноваційних технологій розвитку

Поняття про сфери психіки і свідомості

Людина – соціальний індивід, що поєднує в собі риси суспільно значущі і індивідуально-неповторні. Розкриваючи і реалізуючи свої внутрішні властивості *під час занять, людина є щодо предметів, явищ суб’єктом свідомості і діяльності, джерелом активності, завдяки якій відбувається перетворення їх для задоволення власних і суспільних потреб.*

Людина має два види здібностей:

природні, які включають матеріально-структурні утворення в людському тілі, що дає змогу людині психічно відобразити навколишню дійсність, проектувати її і практично здійснювати свої проекти, наміри, задуми;

соціальні, яких людина набуває в процесі виховання, навчання, розвитку, що є необхідною умовою засвоєння загальних форм суспільно-історичних здібностей і культури – джерела розвитку.

Східці пізнання – живе відображення довкілля, абстрактне мислення і праця – існують як неподільна єдність, і їх можна аналізувати окремо тільки як абстракції. У процесі навчання і розвитку вони функціонують одночасно, але можуть виокремлюватися в складі дії для вдосконалення виконання конкретних смислових завдань.

У процесі навчання, розвитку і спілкування людина як носій свідомості і діяльності знає опору з боку предметів і явищ. З одного боку – це фізичний опір, який необхідно долати власними фізичними зусиллями або за допомогою підсилення їх технічними засобами, а з

другого – це вияв зусилля думки: усвідомлення сутності того, що відбувається в дії. У результаті цього людина відкриває в предметах і явищах їхні природні властивості, а в собі – здатності, завдяки цьому краще володіє собою, порухами власної думки, почуттями, уявою і діями.

У продуктах діяльності виявляється те, *що людина знає і чого не знає, що може, а чого не може зробити, тобто це визначає міру її хисту.*

Хист у практичній дії існує не окремо від мислення і сприймання, а є їхнім завершенням, продуктом дії, результатом. Саме в розвитку людина повинна опанувати історичні способи виконання дій, їх принцип, засоби перетворення сенсорної і перцептивної інформації, що потрапляють в її свідомість внаслідок її практичних дій. Людина мусить опанувати те, що створене мисленням і діями її попередників.

У дії ж людина, використовуючи свій природний хист психічного відображення, проектування і створення нового, реалізує те, що може бути здійснене, що можливе і не заборонене законами природи. Це – хист людини активно будувати свою поведінку в просторі і часі відповідно до форми предмета своєї діяльності, укладений в універсальності будови органів руху і тіла людини.

Людські органи руху здатні здійснювати в різній геометричній формі переміщення (зрозуміло, в межах анатомічної цілісності). І все завдання навчання зводиться до того, щоб той, хто навчає, вказав раціональну форму рухів, виділивши її з безлічі можливих, і вчасно попередив виникнення в того, хто навчається, дисгармонійних процесів.

Структурно-анатомічна форма мислячого тіла щодо можливих форм рухів – універсальна, і в цьому полягає кардинальна відмінність руху живого мислячого тіла людини від руху – нехай навіть найбільш розумного і вмілого – автомата, створеного людиною. Людина, роблячи відкриття, винахід, розсуває межі уявлень про можливості людини, відкриває нові шляхи їх вдосконалення.

Людина розвивається в умовах культури, що наперед визначає зміст думок, почуттів, настроїв і створює її психологічний склад. Зміна психологічного складу відбувається в процесі діяльності внаслідок впливу на людину змін в її життєдіяльності.

Серед безлічі чинників, що змінюють життєдіяльність людини і формують її, важливе місце займають засоби і методи розвитку творчих здібностей.

Перед викладачем завжди стоїть питання: які сторони психіки людини необхідно виявляти і які психологічні і педагогічні засоби слід застосовувати, щоб цілеспрямовано змінювати в кращий бік ті чи інші утворення в цілісній людині?

Існує безліч уявлень про структурні утворення в психіці і свідомості людини.

Ми зупинимося лише на аналізі форм активності людини щодо навколишнього світу, на тому, що, впливаючи на органи чуттів, породжує відображення, що перетворює енергію зовнішнього впливу на факт свідомості.

Виявлення структур свідомості в цілісній людині може справити позитивний вплив на організацію розвитку, дати своєрідну економію сил людини і дозволить успішно розв'язати завдання, які слід розв'язувати через впровадження нових навчально-виховних технологій.

Відношення людини до навколишнього світу – момент її взаємозв'язку з ним, активність щодо нього, в результаті чого забезпечуються орієнтування і регулювання поведінки і діяльності. Такі відношення можуть складатися на різних рівнях взаємного зв'язку, який створює в людині: сенсорну сферу, перцептивну сферу, сферу почуттів, сферу розуму і розсудку та менталітет людини. Вони функціонують у цілісності, забезпечуючи формування способу життя людини і образу її діяльності.

Сенсорна сфера

Відчуття себе, власних рухів і дій – сенсорика, яка завжди більш-менш тісно зв'язана з моторикою. Сенсорика – результат свідомої активності людини, пов'язаної з розподілом, або розчленуванням, відображення на безліч якісно різноманітних властивостей, що в ньому містяться.

Перцепція – теж відображення, але виконує інші функції. Вона – усвідомлення цілісності чуттєвого відображення живого руху. Тому відчуття і сприймання і розрізняються як два різних ставлення свідомості до дії: у відчутті відображаються властивості рухів, а у сприйманні – дія в цілому.

Таким чином, відчуття і сприймання і єдині, і різні: відчуття може передувати сприйманню і, навпаки – сприймання створює основу для відчуття. В останньому випадку відчуття і усвідомлення почуттєво відображеної властивості перетворюються на складну аналітичну активність; відчуття створюють абстракцію про властивості предметів, класифікують їх і порівнюють між собою в рамках цілісності.

Це вже не елементарна активність, а дуже складна теоретична робота думки над матеріалом чуттєвого відображення. Тобто процес відчуття передбачає мислення, свідому пізнавальну активність.

На цьому рівні складаються сенсорні відношення людини з навколишньою дійсністю. Сенсорна сфера є особливим знанням про цей світ, її інформація вплетена безпосередньо в чуттєву тканину рухів, дій.

Про зміст сенсорної сфери, тобто про власний досвід, людина мало що може розповісти, поділитися своїми знаннями з іншими людьми. Вона може це знання продемонструвати, виконати дії, в яких матеріалізується досвід світовідчуття, набутого в розвитку. У завершеній дії укладено головний результат – форма дієвого мислення, а його зміст виявляється прихованим від людини і їй важко висловити його словами. Само по собі дієве мислення може виконувати й інші функції, коли людина навчиться мислити змістом відображення, свіжим слідом пам'яті, що залишається після завершення дії, окремо від дії.

У процесі навчання і розвитку сенсорна сфера відіграє важливу роль, бо вона безпосередньо відображає фізичні і сенсорні властивості предметів і явищ, що впливають на органи чуттів. При цьому людина переживає притаманні предметам ознаки і може осмислювати їх не тільки самі по собі, а й у величинах інтенсивності, модальності, що і є основою для побудови образу рухів, предметів і явищ.

До того це відображення не має властивостей цілісності. Воно містить у собі тільки ознаки, найбільш яскраві прикмети, за якими людина орієнтується при виконанні дій з предметами і може досить точно судити про інтенсивність процесів, що відбуваються в навколишньому світі.

Однак існує і певний зв'язок між якістю відчуття і властивостями рухів та предметів: регулюючи інтенсивність властивостей рухів, людина може швидко навчитися регулювати свої відчуття, і навпаки, змінюючи відчуття, повинна змінювати і інтенсивність дії. В остан-

ньому випадку в хід регуляції включається процес пам'яті, що дає змогу використати результати минулих дій в інтересах майбутніх.

На відношеннях до навколишньої дійсності, що будуються на матеріалі сенсорної сфери, по суті ґрунтується практичний інтелект людини. Піаже називає його сенсомоторним інтелектом. Він порівнює цей інтелект із плівкою, отриманою при уповільненій зйомці, яка містить усі картини, але зафіксовані нарізно, і такі, що сприймаються по черзі – без одночасного, цілісного і зв'язаного бачення, необхідного для розуміння цілісності.

До того сенсомоторний інтелект працює на конкретному матеріалі і для нього недосяжне відсторонення від конкретності реального контакту з дійсністю. Світ освоюється, починаючи з властивостей простору рухів, часу, сил і предметів, і на цій базі мислення людини приводить до уявлення про картину світу в цілому, до філософсько-світоглядних проблем.

Сенсомоторний інтелект *працює* на матеріалі відчуттів, чуттєвих властивостей, отриманих через предмети і явища. Основне ж навантаження, наприклад у фізичному вихованні і ручній або ремісничій справі, припадає на ту частину сенсомоторного інтелекту, що пов'язана з інформацією, яка йде від м'язової системи. Менше навантаження, але більш значуще для організації діяльності, припадає і на інші сенсорні системи.

М'яз у ручній праці і фізичному вихованні – орган пізнання і орган руху – вимірник простору і часу, численних фізичних сил, що породжуються рухом і підлягають навмисному регулюванню.

Функціонування сенсомоторного інтелекту пов'язане з утворенням перших категорій мислення. Діти до двох років оволодівають ними практично, в ході розумового розвитку. Якщо у дітей сенсомоторний інтелект є єдиним відношенням до навколишнього світу, способом пізнання його, то в дорослої людини на сенсомоторний інтелект припадає більша частина всієї роботи дієвого мислення, яке підсилюється образним і символічним мисленням і дає змогу людині вийти далеко за межі контакту з фізичним світом, близьким простором, часом і зусиллями – заглянути в майбутнє.

Це приведе до того, що органи чуттів – всі сенсорні системи людського тіла – почнуть працювати як теоретики, прокладаючи шлях практичній дії.

Ось чому треба добре знати і правильно використовувати апарат сенсомоторного інтелекту в діяльності, знайти в собі цю форму мислення і слід задавати, спрямовувати і контролювати його роботу. Підказувати людині, як краще використати свій сенсомоторний інтелект, в якому акумульована вся моторна частина часу нашого життя.

Перцептивна сфера

Активність сприймання людини виявляється тут у тому, що вона будь-який зв'язок (із предметом сприймання і його властивостями) завжди спрямовує в площину “для себе”. Відтак активність виходить назовні і спрямовується на предмет, перетворюючи його в джерело додаткових сил і енергії для роботи механізму розуму.

Тому активність виступає і як відношення нерівноправних сторін, де ініціатором стає діюча людина, яка здійснює перетворення, необхідні “для себе”. Тому відчуття і сприймання людиною власних рухів вибіркове: їй треба з безлічі властивостей вибрати одну, з безлічі предметів виділити той, на який вона має діяти.

Найяскравіший приклад – роздивляння подвійних фігур: *профіль і ваза*. За допомогою малюнка цей механізм демонструється з незаперечною переконливістю: вдивіться в малюнок, і ви не зможете побачити водночас і профілі і вазу.

Об'єктивно вони окреслені однією і тією самою хвилястою лінією, існують і мають предметний сенс, але ви, *внаслідок вибіркової сприймання*, схоплюєте поглядом по черзі або вазу, або іншу фігуру – звернені один до одного профілі осіб, та не можете побачити їх в одномоментному охопленні зором.

Аналогічна картина розгортається і при сприйманні рухів власних і рухів поза вами, але вона набагато складніша, оскільки в них існує величезна кількість властивостей, які дають у сукупності безліч можливих образів, створюваних рухами.

При сприйманні рухів сенсорна м'язова система функціонує подібно фільтру інформації і енергії. Інформація відбирається залежно від установки і завдань, що розв'язуються людиною.

У сприйманні відображаються рухи в усій повноті їхніх властивостей. І для того щоб виявити в русі необхідну властивість, слід сприймання поділити на сенсорну фігуру і сенсорне тло.

Сенсорна фігура – необхідний для усвідомлення зміст, а сенсорне тло – все те, що не входить до змісту відображеного. Щоб витягти із

сприйнятого потрібну фігуру, людина має знати її розпізнавальні ознаки, її цінність, а оскільки вони не завжди відомі, то при цьому вона робить для себе відкриття властивості в матеріалі.

Формування сенсорної фігур" рухів у край важливе в процесі засвоєння дій, тому що вона складається при усвідомленні логічної схеми рухів. І чим точніше вона відповідає природній логіці рухів, тим більшою мірою керовані рухи, дії та вчинки людини.

Щоб перебороти стихійність у засвоєнні дії, треба користуватися такими засобами формування сенсорної фігури:

перший – смисловий, заснований на мотиві-образі із заздалегідь означеними в ньому розпізнавальними ознаками сенсорної фігури рухів;

другий – сенсорний, що є продуктом минулого досвіду, на основі якого виник відповідний еталон, що треба підказати, щоб повніше усвідомити дію;

третій – естетичний, завдяки якому сенсорна фігура відшукується на основі естетичних почуттів, чуттєвої ймовірності, гармонії рухів, цілісності, пропорційності, симетрії тощо, естетичних властивостей рухів.

Ще одне уявлення про відбір інформації для створення сенсорної фігури рухів міститься в понятті про орієнтовний рефлекс. Цей механізм будується на неузгодженості сприйнятого предмета і еталона освоєної сенсорної фігури. Помічена розбіжність гальмує думку людини і ставить перед нею запитання: “що це?”, тобто вона усвідомлює завдання, яке необхідно розв’язати.

Осмислення величини розбіжності дає інформацію для здійснення корекції або рухів, або сенсорної фігури дії, якщо остання йому неадекватна. Оцінка величини і напряму (в бік прогресу або, навпаки, регресу) визначається чутливістю сенсорної системи; чим вища чутливість, тим менші величини розбіжності помічаються, тим точніші регуляції рухів.

Чутливість сенсорної системи залежить і від ставлення людини до завдання, що вирішується, його сенсу і установки, що передувала руховій дії. Знижують чутливість утома і стомлення, певний рівень сенсорно-перцептивної активності людини.

Особливу роль у сенсорно-перцептивній активності відіграє установка.

Установка виникає завжди, коли співвідноситься потреба людини з умовами дії і можливістю її задоволення, коли необхідно створити стан, адекватний реальним умовам діяльності. Установка – стан готовності, що випереджає первинне розв’язання завдання. Упевненість в успіхові забезпечується тривалістю, послідовністю його рішення і виступає як механізм стабілізації, що сприяє збереженню спрямування людини у непередбачуваних і змінних ситуаціях діяльності.

Рішення завдання в установці не тільки створює певний рівень активності людині, а – що особливо важливо – звільняє людину від прийняття рішення про початок дії і дає змогу контролювати її при освоєнні ситуацій дії, при виконанні завчених рухів і дій.

Однак у механізмах установки є й негативні моменти: передусім установка – чинник, що зумовлює інертність і задубілість дій, якщо вони виконуються в нових і незвичайних умовах; установочні передбачення тут немовби прораховуються, і дії дезорганізуються, нашто-вхуючись на непередбачені перешкоди.

В установці психічне відображення, що випереджає процес рішення рухового завдання, знаходить своє завершення – стан готовності до дії. І не тільки в ньому: установка – це і спроможність до регулювання динаміки заучування дії, і здатність до точності її відображення.

А оскільки установка може існувати в усвідомлюваній і неусвідомлюваній формі, то адекватні їй потреби, потяги, інтереси, наміри, бажання тощо – усе те, що формує установки, так чи інакше знаходить свій вияв у характері дії.

Ось чому зовнішнє середовище, ситуації дії, різні стимули та інші впливи не є пусковими сигналами початку дії, а тільки чинниками, які активізують механізми установки, що цілком природно відбивається на продуктивності дії, але не на її організації і конструкції, розв’язанні завдань. Адже установка забезпечує готовність діяти так, а не інакше – суворо певним способом.

У стані готовності підвищується чутливість сенсорних систем, мобілізується енергетичне забезпечення і попередня настроєність їх на наступну дію. Це веде до сенсibiliзації системи регуляції рухів, що і виявляється у зменшенні проміжку часу між прийняттям рішення і його виконанням.

Залежно від того, яка інформація домінує у формуванні установок, розрізняють **сенсорні, перцептивні і смислові установки**.

Сенсорні установки, як правило, мало усвідомлюються і формуються на матеріалі субсенсорного відображення станів власного тіла, умов дії і регулюють широке коло чорнової роботи м'язової системи в рухах.

Установки перцептивні здійснюють відбір інформації з відображення, необхідної для побудови образу рухів, адекватного як заданню дії, так і умовам його виконання.

Смислові установки без безпосереднього сприймання предмета, в уявній ситуації – створюються людиною на основі осмислювання змісту понять – схем, що формують уявлення про наступну дію, виробничу логіку дії, яку треба матеріалізувати рухами або вчинками.

Перцептивна сфера – освоєне, досвід, є підставою для формування більш високого рівня ставлення до цілісних предметів. Формується і нова форма мислення – мислення образами. Але ці образи ще не конкретні, вони завжди пов'язані з дією, супроводжують її і злиті з самим рухом.

При виконанні дії її сприймання можна розглядати як послідовний прийом інформації, свого роду процес розгортання рухів від однієї фази до другої, що змінить її в часі. У сприймання входить просторове положення елементів рухів, відношення їх між собою і відношення частин до цілісності. Окрім послідовного розгортання рухів у часі, людина водночас має можливість охоплювати сприйманням і миттєві пози, в яких послідовно перебуває тіло і його ланки в просторі, ніби роблячи мультиплікаційні знімки з цілісної дії.

Психомоторна дія, як сукупність послідовних мислительних операцій, процесів контролю і виконання наміру, є мінімальною цілісністю в розвитку, основним її ядром, генетичною вихідною клітинкою, з якої виростає вся система навчальної діяльності людини.

У дії є все, що з часом у процесі розвитку розвиватиметься до досконалих форм і визначить те, як людина зможе реалізувати свої можливості, яких результатів вона здатна досягти.

Паралельно з м'язовим сприйманням здійснюється сприймання рухів всіма іншими органами чуттів. У результаті комплексного сприймання у людини утворюється система відображень, кожне з яких може певною мірою *брати* на себе регуляцію рухів або втручатися в хід їх регулювання. Однак окремі відображення можуть і

шкодити, затушовувати показання м'язового почуття – діяти наперекір поточному руху, збивати його з правильних траєкторій і дезорієнтувати регуляцію.

Відомо, що включення зорового контролю після того, як рухи автоматизувалися, призводить до порушення їх координації.

У новачка, наприклад, трудові рухи дисгармонійні, і йому потрібно пройти шлях до їх гармонії. Спочатку рухи чинять йому опір і поводяться як явище, непідвладне його волі і його бажанням. Але перш ніж ця непідвладність усвідомиться як дія всупереч закономірностям рухів, дисгармонія суб'єктивно переживається як неслухняність тіла, рухів, предмета тощо. Тоді рухи перестають коритися і виконують завдання інакше, ніж це входило в намір людини.

Переживання, що виникають у процесі дії, нагадують зіткнення з “чужою волею”, а дія виступає як процес, що розгортається в напрямі виконання “чужої мети”, всупереч ініціативі початку, що виходить від діючої людини. Вибір стає вільним і самодіяльним, коли людина оволоділа своїм хистом, освоїла управління властивостями дій і не тільки ними, а й властивостями і якостями предмета дії, зробила їх міркою мету і дістала можливість діяти за цією міркою.

Зоровий і звуковий образи (якщо вони правильні) – своєрідні лідери, що беруть на себе регуляцію дій і вчинків, і їх можна успішно уточнювати, збагачувати додатковою інформацією, яка їх упорядковує.

Руховий образ, як і всі інші образи, має такі властивості (і підкоряється їхнім законам): цілісності, константності, структурності, предметності і апперцепції. У процесі діяльності він виконує наступні функції:

а) дає змогу виділити цілісну предметність з навколишнього тла, відбиваючи за законами подібності їхню форму, структуру і властивості;

б) відображає окремі відношення, властиві дії, і основні протиріччя, що пов'язані з рухами в процесі досягнення мети;

в) виступає як модель дії, з якою мислення може здійснювати операції, необхідні для досягнення адекватності з рухами;

г) є основою для формування складних уявлень про дії, які на вершині свого розвитку досягають таких масштабів, що людина здатна охопити світ у цілому і знайти своє місце та роль у ньому, тобто піднятися до науково-філософського світогляду;

д)включає в себе і негативні явища – перцептивні викривлення і доповнення, ілюзії, що справляють дезорганізуючий вплив на всі інші форми мислення, на спосіб дії і образ життя.

Перцептивні доповнення і викривлення, які вносить людина в образ, стають особливо помітними, реально відчутними в процесі виконання дії. З одного боку, завдяки константності сприймання людина здатна зберігати постійність змісту образу, а з другого – залежно від міри втоми образ змінюється, в ньому одні елементи зникають, а інші виникають: відбувається водночас і викривлення, і доповнення, а людина просто не зважає на ці зміни.

Раз запам'ятована і осмислена структура дії тривалий час визначає зміст сприймання; структура константна, зумовлена рухом, що запам'ятався і став домінуючим. Але варто тільки змінити смисловий образ дій, інакше сформулювати завдання, і відразу буде перебудована її регуляція та іншою стане результативність дії.

Отже, зміст образу має враховувати і зміни, що можуть відбутися з часом або із зростанням майстерності в роботі.

Чи можна навчити цілісності сприймання, виробити почуття цілісності в кожного?

Виявляється, не тільки можна, а й необхідно. Адже почуття цілісності сприймання формуються слідом за сенсомоторним інтелектом: починаючи з двох років, діти живуть і діють за законами цілісності.

Сфера почуттів

Як структурний рівень ставлення до світу, сфера почуттів за природою відображення протилежна мисленню: почуття і мислення перебувають на різних полюсах дії, заперечують одно одне і в той же час переходять одно в одне. Вони різняться за функціями; розуміння – результат діяльності, її продукт, а мислення – основа, що веде і прокладає шлях у майбутнє; це те, що випереджає відображення.

Якісно змінюється при такому відношенні і саме мислення. Воно вже починає користуватися не тільки чуттєвими образами, а й сенсом – змістом категорій і понять. Людина стає здатною відокремлювати результати образного і символічного мислення в минулому від мислення дієвого і самостійно осягає *логіку засобу дії*, мислить дією поза її практичним виконанням.

Розуміння – розумовий процес, спрямований на розкриття істотних рис, зв'язків і властивостей, наявних у процесі навчання і розви-

тку. Особливістю розуміння є те, що для продуктивної роботи треба мати не тільки досить добре засвоєні знання, навички і вміння – великий досвід рухової активності, а й усвідомлювати їхню сутність, яку вони в собі містять.

Саме на основі практичного досвіду виникає можливість осмислення того, що не було раніше предметом засвоєння. Це стосується не тільки розвитку в цілому, а й явищ, які оточують людину: наприклад, засвоєння нею культури, науки, мистецтва, літератури та ін. – всього того, що стане в майбутньому досвідом і культурою людини.

У своєму віковому розвитку від 7–8 до 11–12 років діти піднімаються до стадії **конкретних операцій** – розумових дій, ще не відокремлених від дії, злитих з нею воедино, але таких, що справляють на неї регулюючий вплив.

Наступна стадія (за Ж. Піаже, 1969) характеризується тим, що з'являються нові форми мислення – формальні операції. Підлітки самі висувають положення і виводять з них логічні висновки – мислять *логікою дії*.

Наступний віковий період – від 11–12 до 14–15 років – це період включення в систематичні заняття, пов'язані з вростанням у культуру – ноосферу людства – і організовані вчителем у педагогічній роботі.

Якщо розглянемо те, що вносить процес розумового розвитку в діяльність, то з'ясуємо, що згідно з теорією Ж. Піаже, першими включаються в регуляцію дії практичні поняття, мислення дією; далі йдуть інтуїтивне мислення, поняття, уявлення; після цього утворюється конкретне логіко-математичне мислення, конкретні мисленнєві поняття; завершує розумовий розвиток абстрактне логіко-математичне мислення, абстрактні поняття.

Спочатку всі ці форми мислення включені безпосередньо в практичну дію, а далі відокремлюються від неї – утворюються поняття, здатні замінити практичні дії. Ці поняття дають змогу відволікатися від реальної дії і здійснювати над її образами необхідні операції. Саме ці операції і дають можливість виділити в дії її істотні сторони, утворити поняття і після цього, уточнюючи дію, вдосконалювати процес регуляції рухів.

На шляху до повного засвоєння своїх рухів людина переживає ряд проміжних етапів розуміння. Перше осягнення безпосередньо пов'язане з розумінням самого руху: його результат – образ рухів,

який, природно, відразу не може бути повним. Друге осягнення і розуміння стосується утворення понять про дію – процес розв’язання завдань. Адже всі поняття, тим паче наукові, функціонують як безособове утворення, і в той же час – спосіб їхнього розуміння – індивідуальний. У процесі навчання, спільної роботи і спілкування досягається спільність у розумінні цих понять.

Розкриваючи сенс понять, часто вдаються до пояснювального прийому: вказують відповідну аналогію, приклад. Інша справа, коли йдеться про наукове утворення – поняття або категорії науки.

Розуміти категорію – значить добре володіти знанням і вмінні творчо працювати, тобто використовувати категорію як знаряддя своєї діяльності, користуватися досвідом інших людей, осягати їхню культуру. Це показує, що сам термін “розуміти” містить у собі можливість відповіді на запитання “чому?”. І давати повну на нього відповідь. У віці “чомучки” діти засвоюють величезну кількість знань і розвиваються набагато швидшими темпами, ніж будь-коли у своєму житті.

Людина в діяльності має справу з рухом, з образами рухів і дій. У ході розвитку вона має піднятися до особливого, зрозуміти те загальне, що об’єднується поняттям або категорією науки в її діяльності, а в подальшому – до загального, до світогляду, що є позитивним підсумком, правильним висновком з історії пізнання світу як матеріального, так і духовного.

Отже, сфера почуттів – це образ і сенс діяльності людини і її конкретних сторін – розвитку і творчості.

В своєму розвитку людина може будувати власну діяльність, ґрунтуючись на трьох відносно самостійних типах знань:

1) на *буденному знанні*, в якому немає чіткого розмежування істинних і неправдивих положень, усвідомлення істотних, необхідних для прогнозу майбутніх процесів, які складають діяльність і розгортаються в розвитку; розвиток в цьому випадку будується на знаннях про окремі властивості психічних процесів, взятих поза цілісною діяльністю, її законів;

2) на *науковому знанні*, коли в основу мислення в дії покладені закони цієї самої діяльності;

3) на *філософському знанні*, що дає змогу людині осмислити своє ставлення до світу, в якому вона живе, крізь призму власної діяльності.

Якщо людина, і зокрема, вчитель керуються в розвитку першим типом знань, то вони діють за формулою: *“Навчай так, як навчають і виховують інші”*. Використання другого типу знань передбачає формулу: *“Роби все так, як написано в книгах”*. І тільки третій тип знання – філософське знання – створює правильні передумови для того, щоб зрозуміти і осмислити сили, що рухають творчість і розвиток психіки людини.

Сфера розуму і розсудку

Розум і розсудок – два рівні активності і переробки людиною відображеного змісту рухової дії в процесі її засвоєння.

Функції розсудку виявляються в тому, що він як відображений зміст – незв’язний і розрізнений потік відчуттів, більш-менш зв’язана цілісність сприймання та іншого чуттєвого матеріалу – упорядковує, групує, класифікує, розносить за рубриками і завдяки цьому вносить ясність у те, з чим діє людина. Вона виявляє схожості і відмінності властивостей, що відображаються від предметів, виділяє випадкові і необхідні зв’язки між ними, відкидає ілюзії і омани, що привносяться самою людиною, або які виникають внаслідок неадекватного відображення предмета.

Оскільки розсудок працює, так би мовити, всередині цілісного відображення, його функції обмежені наявним матеріалом відображення: він переробляє те, що дістає від органів чуттів і що зберігається в пам’яті.

Розсудок позбавлений гнучкості, оскільки він працює за певними суворими правилами, які й надають йому характеру заклякості і категоричності.

У тому випадку, коли діяльність обмежується операціями розсудку, вона набуває абстрактно-логічного характеру- односторонність визначення, розчленування на частини відображення, фіксація протилежностей, які уявляються відірваними від цілісності дії. Це стосується не тільки переробки чуттєвого матеріалу, а й системи понять, що є узагальненим відображенням чутливості.

Розсудкове мислення створює логічні схеми дії, створює стало і надовго, якщо не назавжди, тому воно і визначає особливу властивість сприймання – його константність, засоби уяви і характер образів рухів, стереотипи поведінки в цілому.

Розум, навпаки, – конструктивна активність, оскільки за його допомогою людина здатна виходити за межі цілісності, наявної дії або системи знань, що її відображує. Виходячи за межі досвіду і “мірил” розсудку, розум людини здатний зрозуміти найголовніше в речах, осягнути їх такими, якими вони існують в дійсності, незалежно від нас.

Розум і розсудок здійснюють свої функції на основі практичного ставлення людини до світу, до діяльності. Вони формуються як одна з найважливіших функцій психічного відображення – спроможність “виходити” назовні, сприймати і усвідомлювати предмети і явища, розташовані поза нами.

Сприймання і мислення немовби *розлиті* по предметах, які сприймаються, *обмацуються думкою*, і ми усвідомлюємо не їхній копіюючий характер, а саму предметність, предмет або явище, – що поділяються простором і часом і сприймаються як такі, що є “не-Я”. Зовсім інша справа, коли людина приступає до засвоєння змісту поняття, починає пізнавальний процес не з практики, а з живого споглядання, щоб після цього перейти до абстрактного мислення. Людина має передбачати майбутнє, споглядати те, що неможливо відобразити органами чуттів, переживати це у вигляді відчуття і сприйняти як цілісність, їй передбачливо треба проникнути в те, що пізнається, сприймати предмет не з боку того, як він відображається чуттєво, а так сприймати, щоб дивитися на його властивості крізь призму категорій, що відобразили у своєму змісті творчі сторони дії. Усе це вимагає іншого “зору” і “слуху”.

Сприймання предметів, процесів і явищ, які не мають впливу, або оминаючи органи чуттів, без безпосередньої взаємодії – є **спогляданням**. За допомогою споглядання створюється в уяві рух у його якісних, кількісних, просторових, часових та інших категоріях.

У цих категоріях відображено логічний вигляд предметів, з певними абрисами, формами. Без цієї здатності до споглядання не можна сприймати, зрозуміти і проектувати не тільки предмети і явища, а й свій спосіб життя.

Продуктом засвоєння поняття науки стає система думок, звільнена від буденного, випадкового і другорядного знання. Зафіксована в понятті система думок, відбивши в своєму змісті окремо взяті істотні властивості, стає керівним початком, кладеться в основу діяльності.

Понятійна думка обов'язково несе особливий образ – образ того, що ще має бути побудоване, створене і втілене через рухи і дії. Але думка і образ, створений на її основі, самі по собі нічого не значать. Думка залишається думкою до того часу, поки вона не реалізується в матеріалі перетвореного предмета, а разом з її реалізацією відбувається і процес творчості, творіння нового.

Поняття виступають перед людиною в певних системах, в безлічі систем, створюючи цілісну картину діяльності. До того ж, кожне з понять включає в себе сукупність конкретних категорій, в яких відображаються ознаки, властивості і відношення в системах взаємин з довкіллям. Завдяки цьому створюється власна мова і теорії, і практичної дії.

Зрозуміло, не всі властивості і ознаки предметів і навколишнього середовища ще добре і повно вивчені і представлені в мові. З цієї причини людині потрібно користуватися своєю мовою, своїми поняттями. Це значною мірою стримує прогрес у навчанні і розвитку людини; обмежує можливості створення нових ідей і втілення їх у діяльність.

Ще більших труднощів зазнають практичні працівники щодо розуміння тенденцій, можливості зародження нового, що, як правило, створюється в результаті теоретичної діяльності, проектується і лише з часом впроваджується в життя.

Сфера менталітету

Поняття “менталітет”

Менталітет – духовна основа людини: він включає в себе її суспільну самосвідомість і є засобом практично-духовного засвоєння світу. Він містить у собі не тільки суму знань про навколишню дійсність у цілому, а є істотною стороною самосвідомості і – найголовніше – внутрішньою основою продуктивної діяльності людини.

З цієї точки зору сфера менталітету є конкретною картиною світу. Вона зумовлена у своєму змісті і формі історичним рівнем розвитку практики пізнання, але в той же час сфера менталітету не зводиться до цієї картини світу.

Сфера менталітету формується як відповідь на істотні питання практичної самосвідомості людини: про природу і сенс людського буття, про місце людини в житті, про дійсні мету і засоби діяльності, про те, чим вона керуватиметься при досягненні життєвих цілей.

У найбільш узагальненому вигляді внутрішня самовизначеність людини утворюється тоді, коли будуть отримані відповіді на три запитання:

а) що я можу знати?

б) що я повинен робити?

в) на що я повинен орієнтуватися, на що можу сподіватися? Людський менталітет можна зрозуміти і спеціально формувати, коли його розглядати як засіб відображення змістів “не-Я” в системі: “несвідоме – підсвідоме – свідоме – надсвідоме”.

При цьому слід ураховувати, що увесь зміст відображеного має однакову повноту відтворення у свідомості людини.

Менталітет – за своєю природою суспільне явище, він виникає і розвивається як компонент практичної діяльності: в ній з’являється і в ній розвивається, оскільки є моментом взаємодії між людиною і предметним світом. Він спрямований на предметно-практичну діяльність, як і свідомість – на буття людини.

Свідомість та інновації

Серед безлічі функцій свідомості основними є функції пізнання, освоєння предметного світу, розкриття його сутності. Разом з тим свідомість може бути спрямована на усвідомлення людиною самої себе, на осмислювання своїх психічних станів, переживань, дій, вчинків, коротко кажучи – на життя в цілому. Вона відображає сучасне і забігає далеко в майбутнє, щоб окреслити основні напрями діяльності протягом усього життєвого шляху.

У цих процесах тісно взаємодіють свідомість і мислення людини. Свідомість і мислення, звичайно, розрізняються дуже слабко, і коли йдеться про відображення дійсності у свідомості людини, то свідомість ця розглядається як єдність свідомості і мислення. Зрозуміло, й те і те – відображення, але водночас дві сфери людини. Тому має сенс говорити про свідомість і про мислення окремо.

Людська свідомість – не тільки смислове відображення в ній певної об’єктивної реальності. Точніше, це її відтворення: людина може чітко розрізняти об’єктивну реальність поза нею і своє відтворення цієї реальності; водночас вона усвідомлює, що сама відтворила її у своїй свідомості.

Отже, людина усвідомлює, що вона сама – це одне, а те, що відноситься до об’єктивної реальності, – зовсім інше. Останнє проти-

стоїть їй як зовнішня сила, як відношення нерівноправних сторін, де ініціатором протидії цій силі стає суб'єкт, що вносить у цю реальність перетворення, необхідні “для себе”.

Важливо тут те, що людина співвідносила себе з самою собою, зрозуміла, що саме вона відтворила в свідомості (можливо, більш-менш точно, можливо, дещо викривлено, а може, й помилково) відображену реальність і усвідомила це як реальний факт. Таке відтворення треба розглядати як елемент творчості вже тому, що людина, усвідомлюючи себе як “Я”, доклала сили, діяла “для себе”, нехай хоча б і з малими зусиллями, необхідними для суб'єктивного відтворення реальності у своїй свідомості.

А проте для повного і точного відтворення реальності необхідна власна творчість.

Коли ми говоримо про людську свідомість, ми маємо зважати на відтворення в ній об'єктивної реальності. Зовсім інший процес відбувається, коли йдеться про людське мислення: воно не означає, що здійснюється просте відтворення. Мислення пов'язане з: а) розрізненням; б) ототожненням, в) входженням у протилежності і протиріччя і вирішенням їх. Тобто людина сама знаходить задачі і проблеми і намагається знайти шляхи їх розв'язання.

Адже можна відобразити дійсність і не усвідомити її, залишити відображення поза мисленням або не надати значення відображеному.

Міркувати означає не просто відтворювати дійсність у свідомості, а уміти ще й аналізувати її, розчленовуючи в думці те, з чого вона складається, відшукувати, знаходити причини і наслідки, приводити розрізнені елементи в систему, в цілісність. З цієї точки зору свідомість виступає здебільшого як хаотичне і випадкове відображення, в той час як мислення приводить цю хаотичність і випадковість, а також неусвідомлене в продуману систему.

Розумова переробка дійсності, будучи суто людським явищем, виступає в ролі знаряддя, інструмента її розуміння і засобом творчого перетворення, в основі відтворення – відображення у свідомості.

Треба підкреслити і те, що відображення не є механічним відтворенням дійсності у свідомості, не є і буквальною переносом змісту ззовні всередину людини.

Відображення дійсності в свідомості переважно є творчим відображенням. Предмет, який відобразився в людській свідомості, тут

же наражається на переробку свідомістю і мисленням, переживається, емоційно забарвлюється людськими почуттями, і в нього привноситься щось “від себе”.

У результаті цієї суб’єктивної обробки об’єктивно існуючої або передбачуваної дійсності в людини, в її думках виникає той творчий продукт, який прагне знов повернутися туди, звідки був відображений його зміст, тобто в дійсність, щоб у ній здійснити перетворення відповідно до творчого образу.

Тому, говорячи про відображення як відтворення дійсності у свідомості, не слід його розуміти як занадто механічне і буквальне відображення; воно обов’язково – творче відображення, яке аналізує, переробляє відображену дійсність у нові форми.

Існує ряд психічних явищ, коли об’єктивна реальність відображена в психіці, зафіксована і в той же час не усвідомлена, людина не усвідомлює, що відображене є її надбанням.

Ця сукупність змісту психічних процесів у психології називається **несвідомим**.

Несвідоме і потенції психічного відображення

Несвідоме – психічне відображення, не відтворене в свідомості, і людина з ним не має до певного часу відношень. Та хоч воно не виступає як предмет або явище, яке усвідомлюється, але для свідомості існує потенційно.

Якщо те, що усвідомилося, – свідоме – зливається з переживаннями людини, з її ставленням до світу, то над несвідомим вона майже не може здійснювати контроль і вільно користуватися ним у дійсності, не може його оцінювати як потенційну продуктивну людську силу.

У той же час несвідоме не можна назвати інертним, закостенілим, раз і назавжди застиглим, бездіяльним. Його активність так чи інакше проявляється в діяльності, закарбовується в безпосередньому емоційному відчутті предметів і явищ при уподібненні себе іншій людині, наслідуванні і співпричетності до спілкування людей.

Увесь зміст відображеного активний і виявляється не через посередництво логічного аналізу конкретної ситуації або особливостей спілкування, а навпаки – безпосередньо в діяльності. Причому тут несвідоме існує в такій формі, коли минуле, нинішнє і майбутнє об’єднані в єдину цілісність, а останнє за певних умов виявляється

реально – у вигляді прагнень, спрямованих на майбутнє, почуттів, що випереджають події, вчинки; причин, які не усвідомлюються людиною.

Таїна несвідомого привертала увагу філософів, психологів, соціологів та інших учених, ще починаючи з глибокої давнини.

Наприклад, загальна ідея про несвідоме, що впливає з вчення Платона про пізнання-спомин, залишалася панівною до нового часу. Декарт, який ототожнив свідоме і психічне, дав поштовх міркуванню про те, що за межами свідомості (у підсвідомості) може мати місце тільки фізіологічна, а не психічна активність.

Лейбніц уперше сформулював наукову концепцію несвідомого: воно – нижча форма душевної діяльності, яке лежить нижче порога свідомості і усвідомлюваних уявлень, що підносяться, як острови в океані темних сприйнятів, над якими височить сфера свідомості.

Кант у проблемі несвідомого бачив механізм інтуїції і пов'язував її вирішення з питанням про чуттєве пізнання: несвідоме апріорне, незалежне від досвіду, тобто є наслідком досвідного синтезу знань. Вивчення динамічної характеристики несвідомого дало змогу Гербарту дійти висновку: несумісні ідеї вступають у конфлікт, причому слабші витісняються із свідомості, але продовжують, не втрачаючи своїх динамічних властивостей, справляти на нього вплив.

Повніше властивості несвідомого виявилися у психопатології, коли з метою терапії було отримано можливість застосування на людину специфічних засобів впливу, і в першу чергу – гіпнозу. Шарко виявив відмінну від свідомої психічну діяльність патогенного характеру, не усвідомлюваного хворим. Жане тлумачив підсвідоме як явище, пов'язане з ослабленням свідомого управління поведінкою і неузгодженістю зв'язку психічних процесів.

Фрейд у несвідомому встановив, що воно виявляє свої функції у витісненні інфантильних і заборонених переживань, що зберігають свій енергетичний потенціал і виявляються у вигляді психічних порушень.

У цілому теорія несвідомого, створена Фрейдом, має характер біологічної детермінації змісту психічного життя, дії природжених інстинктивних потягів. А визнання автором вирішальної ролі несвідомого в детермінації поведінки людини, в її асоціальній природі дає йому підстави для висновку, що існує вічний антагонізм між особистістю і її соціальним оточенням.

Теорія неофрейдизму теж не змогла подолати ці омани: розірвання соціальних і природних чинників у детермінації поведінки людини для неї залишалося незмінним, хоча це суперечить дійсності, об'єктивним законам життя і діяльності людини в суспільстві, її суспільним взаєминам, через які вона тільки і може розкрити свої творчі сили.

Роль і функції несвідомого в поведінці і діяльності успішно вивчені з використанням діяльнісного підходу і теорії установки, розробленої Д. Н. Узнадзе.

Розвиток уявлень про природу несвідомого, специфіку його проявів, про механізми і закономірності регуляції життєдіяльності став умовою створення цілісної картини психічного життя особистості. Це дало змогу виділити, принаймні, такі групи проявів несвідомого:

- неусвідомлювані збудники діяльності (сміслові установки і неусвідомлені мотиви), що визначають її, виходячи з сенсу бажаного майбутнього;

- неусвідомлювані регулятори і засоби здійснення рухів, дій, діяльності, до яких належать моторні установки і стереотипи автоматизованої дії, що зумовлюються образами, неусвідомленим передбаченням подій, обумовлених минулим досвідом в аналогічних ситуаціях;

- моделі потрібного майбутнього, що будуються на основі інформації про поточну ситуацію і минулого досвіду, що, однак, не мають стереотипного характеру, бо людина завжди діє з необхідністю імовірного прогнозу і вибору оптимальних шляхів розв'язання задач, досягнення мети.

Якщо минулий досвід відноситься до програм пам'яті й отримується в результаті багаторазової участі в ситуаціях дії, то субсенсорні (що лежать нижче порога свідомості) сприймання ситуації синтезуються з першими і створюють на основі зворотного зв'язку можливість активно перебудувати моделі потрібного майбутнього не тільки перед початком дії, а й у процесі рішення задачі, тонко і точно переборюючи непередбачений опір зовнішнього середовища.

Однак ці неусвідомлювані явища можуть усвідомлюватися людиною, якщо на шляху завченої, тобто автоматизованої, дії (розумової, фізичної, моральної, естетичної) трапляється непереборна перешкода.

Те саме стосується і пізнання мотивів, афектів, спрямування особистості. Всебічне вивчення несвідомого важливе для розробки проблеми інновацій у трудовій діяльності, для процесу навчання швидкісним діям, для автоматизації творчих процесів тощо.

Несвідоме виконує стосовно свідомості підлеглу роль: самостійна активність несвідомого відіграє негативну роль, зумовлюючи звичні, машинальні дії, що знижують творчий рівень діяльності людини.

Несвідомі і свідомі змісти людини – її творчі – сили не можуть бути зрозумілі і використані в діяльності повною мірою без врахування третього компонента.

Надсвідоме – потенціали духовності

Свідоме і несвідоме належить до минулого, а надсвідоме – до майбутнього. Воно існує, але ще не було в особистому досвіді людини, відноситься до того, чого ще немає. Надсвідомі змісти духовності, або, як їх називав К. С. Станіславський, “понад-свідомість”, так само, як і несвідоме, в діяльності не усвідомлюються у формі певного змісту, віднесеного до конкретного предмета.

У цьому положенні цікавий парадокс, підмічений ще давніми людьми: “Якщо ти не знаєш, що шукаєш, то що ж ти шукаєш, а якщо ти знаєш, що шукаєш, то навіщо ж ти шукаєш?” Але це тільки на перший погляд.

Насправді людина:

1) стикається з незнанням і, спираючись на свій досвід, розсуває його межі;

2) уявляючи можливе, працює і робить його існуючим;

3) створюючи творчі предмети, вона намагається зрозуміти те, які прийоми (розумові і психомоторні) застосовувала, відповідно до якої логіки діяла;

4) вростаючи в культуру людства – надсвідомо робить її здобутком “Я”;

5) людина спрямовує свою активність на саму себе і оволодіває сама собою.

Надсвідомі явища так чи інакше включені в тканину менталітету і невіддільні від нього, як і несвідоме, а їх єдність, але не тотожність, забезпечує ефективність діяльності: її творчий характер, створення творчих продуктів.

Це означає, що на базі знань, що стали міцними переконаннями, виникають соціальні почуття – духовно-практичне утворення у сфері менталітету. Тому при формуванні творчих здібностей людини слід виділити критерії гармонійного її розвитку, що повинні враховуватися в процесі виховання:

- уміння критично осмислювати соціальну інформацію;
- творче ставлення до трудової і навчальної діяльності;
- засвоєння навичок колективного життя і норм життя;
- професійна підготовленість і професійна орієнтованість;
- висока дисципліна і самодисципліна при впровадженні навчально-виховної технології і в роботі, і за її межами;
- ступінь засвоєння культури, досвіду людства – ноосфери.

Подібно до того як наукова сфера складає менталітет – спосіб життя і діяльності людини, так і знання, виражене в системі понять, стає засобом розвитку, головним знаряддям діяльності людини. Внаслідок цього в людини виробляються діалектичне розуміння і відповідне ставлення до цієї діяльності. Саме на базі менталітету розкривається творчий хист, уміння бачити нове і створювати його в цілісній діяльності.

Творчий процес розгортається на матеріалі психічного відображення, здійснюваного на всіх структурних рівнях психіки людини. У ньому акумулюються її досвід і ставлення до світу: сенсорна і перцептивна сфери створюють моторний досвід, а сфера почуттів – уміння користуватися цим досвідом.

У той же час розширення сфери менталітету перетворює розуміння досвіду і робить актуальними можливості віднаходити основні діалектичні суперечності в діяльності. Відкриття цих суперечностей і їх розв'язання – джерело розвитку і сили, що рухають прогрес дій і діяльності людини.

Сфера розуму і розсудку передбачає доцільне використання цього досвіду.

Успіх розвитку людини і визначається тим, наскільки правильно виділені стрижневі протиріччя, як вони розв'язані і як добре використані їхні наслідки для подальшого прогресу. До того суперечності осмислюються в розумовому плані, а після цього досягається їх розв'язання через практичну дію, яка спирається на образ, створений роботою думки, що здатна перетворювати вихідний чуттєвий матеріал предметів і явищ.

Свобода дії та інноваційні технології

Свобода дії у здійсненні мети

Свобода – ємне поняття, що означає особливий рівень активності людини; в нього входять цілепокладання, здійснення цілей, коротко кажучи – всі особистісні аспекти творчої діяльності, що можуть бути використані в створенні інноваційних технологій. Чим вищий рівень творчої активності, її результативності, тим більшу свободу мають дії людини (пізнавальні, творчі, виконавчі) в діяльності.

Ступінь свободи дії як мікроетапу процесу технології визначається глибиною усвідомлення необхідних – закономірних зв'язків, що існують в активності і відповідно до яких здійснюється вибір його оптимального варіанта. А він, як відомо, забезпечує найбільшу ефективність дій при найменшій (з усіх можливих) витраті фізичних і духовних сил людини для отримання рівновеликого за якістю продукту.

Оптимальний варіант вільної дії знаходиться серед безлічі можливих, але менш результативних варіантів, вимагає більшого витрачання сил, необхідних для діяльності, ніж це потрібно при вільній дії. Ось чому дія може мати як позитивне, так і негативне спрямування або продуктивність залежно від того, яке місце воно займає в безлічі можливих, у діапазоні “руйнування – свобода”.

Використання в інноваційних технологіях поняття про безліч варіантів дії при їх актуалізації (в межах “руйнування – свобода”) може відіграти важливу роль у формуванні уявлення і про свободу дії.

Тому проблема свободи дії одержує досить повне розшифрування з боку її структури і напрямів інноваційної технології: в можливостях активного впливу людини на навколишню дійсність своєю дією, хистом, завдяки яким долаються перешкоди (причини ухиляння системи рухів у бік дії законів “руйнування”); а отже, і в поняттях меж цих можливостей і хисту.

Свобода дії та її можливості

Поняття “свобода” описує два відношення людини до предмета своєї дії – це і руйнування рухів і їх повна свобода. Вільне те, що дозволене природою людському тілу і його рухам, які так чи інакше перетворюють предмет відповідно до мети. А *спроможність* – сама дія і ступінь її свободи в момент виконання. Дія відмінна від знань про неї (її можливостей), і тому без знання про дію ні хист, ні діяль-

ність не можуть стати доцільними, тобто зробити дію і рухи вільними.

Місце дії в діапазоні “руйнування – свобода” або рівень її досконалості предметно фіксуються суб’єктивно як моменти міри – кількісної і якісної визначеності в самоздійсненні людини – і об’єктивно – з боку відповідності дії природним законам. Те, що руйнує дії, нами оцінюється як дисгармонійне і спотворене, протилежна цьому дія – вільна, гармонійна і набуває властивостей прекрасного.

Можуть бути між ними і проміжні стани дії: їх безліч – стільки, скільки здатна людина встановити відмінностей між двома, або й більше, суміжними діями. І тут завдання оптимізації технології якраз і полягає в тому, щоб установити, в якому напрямі відбувається розвиток діяльності: вона набуває або втрачає гармонію, єдність цілісності, розвиток іде в бік прогресу або регресу.

Вибір однієї з безлічі технологій – вільної – не може бути випадковим, а тим більш відданим на відкуп стихії природного процесу, не може відбуватися самопливом. Здійснюючи вибір дії, людина має погоджуватися із законами природи, які становлять основу технології.

У суб’єктивному плані процес вибору “однієї з безлічі” при засвоєнні дії переживається в двох формах:

– переживання-пристосування, в результаті якого відходять траєкторії і форми рухів, концентруються зусилля, відбувається їхній розподіл у дії так, щоб вона найбільш повно відповідала просторово-часовій будові предмета (його хронотопу) або явища, яке перетворюється дією;

– переживання як звільнення, як процес переходу від скутого, закріпаченого руху, незручної дії до дії, що виконується легко, вільно, без будь-якого зайвого напруження і пригнічення: обмеження, що заклинюють рухи, гальмують природне виконання, при цьому відсіюються, і регулювання їх спрощується.

Досить усвідомити існуючі перешкоди і осмислити можливі в майбутньому антагоністичні протиріччя в дії, в цілісності “мисляче тіло людини – предмет” і зробити їх центром уваги і свідомого зусилля, щоб перебудувати рухи в потрібні форми, а дії надати втрачену свободу.

Оскільки мета діяльності досягається через систему дій, то їх продукт створюється кожною з цих дій – мікроетапом розвитку.

Якщо дії обмежені у свободі, то перед людиною постає ряд додаткових завдань. Вони зупиняють її розвиток, і людина змушена, перш ніж досягти мети, боротися за свободу рухів. Зупинки в розвитку можуть бути досить тривалими.

Після цього, згодом, треба повернутися до розв'язання істинних задач. Тут навчальна діяльність дробиться, задачі дрібнішають, активність людини розпорошується, і вона втрачає впевненість в успіху, а мотивація діяльності, у свою чергу, слабшає. Ось чому свобода дії визначає свободу діяльності і її ефективність.

Шлях здобуття свободи дії і свободи діяльності ґрунтується на одному і тому самому механізмі. І це цілком зрозуміло, адже механізми виконання дії є водночас і механізмами розвитку діяльності; ущербність одних породжує дезорганізацію в діяльності, спрямовує її в бік, протилежний розвиткові – в бік регресивних змін.

Єдність – не тотожність – механізмів розвитку дії і діяльності очевидна. Однак дія, як клітинка діяльності в цьому процесі, є умовою її становлення і послідовного розвитку.

Свобода новоутворень

Саме в дії можливості і тенденції виникнення новоутворень – запрограмованих творчих процесів – переходить в дійсність, матеріалізується. Адже можливості мислячого тіла людини – це те, що в нинішній момент ще не існує, але внаслідок свідомого використання законів дії і діяльності вони можуть реалізуватися, стати реальністю.

Розвиток діяльності визначається тим, як точно і вчасно людина буде вільну дію, а створюючи її вільною, вона завдяки цьому створює умови існування вільної діяльності. Окрім усього іншого, вона має навчитися нейтралізувати небажані об'єктивні можливості і реалізувати бажані об'єктивні. Більше того, вона може цілеспрямовано створювати в себе нові можливості – здібності.

Питання про вільну і невольну, тобто руйнівну, діяльність людини вирішується залежно від відношення (взаємного сприяння і протидії), що складається із зовнішніми і внутрішніми умовами в діяльності. Його вирішення залежить від того, як у ній враховуються існування і практичне застосування сукупності об'єктивних, незалежних від свідомості і волі людей, закономірностей людської психіки, свідомості і діяльності. Усі інші закони виступають у ролі непереборних перешкод, якщо всупереч доцільності розгортається діяльність.

Зрозуміло, коли не діють одні закони, тоді набувають сили інші закони – *закони руйнування*, які і роблять активність людини не тільки малопродуктивною, а й недоцільною. Свобода дії, її рівень у кожному конкретному випадку визначається, зрештою, мірою пізнання і мірою використання цих законів.

У свободі дії, таким чином, виявляється можливість людини завдяки своєму живому руху виходити за межі наявного стану предметів і явищ, тобто можливість творити.

Оволодівши вільною дією, людина одержує автономію, але це зовсім не означає, що вона повністю незалежна від умов та законів діяльності і тим більше може їм не підкорятися. Навпаки, за допомогою вільної дії вона планомірно змушує закони діяти для досягнення цілей, володарює над ними і, отже, над діяльністю.

Процес пізнання і використання в діяльності його продуктів в остаточному підсумку веде до збільшення влади людини над собою. Опанування законів природи і діяльності викликає у людини позитивні емоції і почуття, а її діяльність набуває естетичного забарвлення.

Радощі пізнання і діяльності, почуття свободи в ході їх опанування народжують особливе людське почуття – почуття прекрасного, зумовлюють потребу в прекрасному. Виникнення цього почуття посилює в людини можливість створення не тільки необхідних, практично корисних, а й довершених предметів і явищ, інакше кажучи, вона починає діяти відповідно до законів краси, діяти творчо.

Діяти творчо, як буде показано нижче, означає керуватися законами відповідності, пропорційності, упорядкованості, гармонійності тощо, які і становлять матеріальну основу прекрасного.

Свобода дії і доцільність

Використання законів у цілісності веде діяльність у світ доцільності. Поза тим названі властивості діяльності – лише основа краси: вони перетворюються на продуктивну силу тоді, коли засвоюються у формі дії, стають її наскрізними властивостями, а в її будівлі – елементами органічної цілісності. І тільки за таких умов діяльність стає вільною: в ній закони краси виражаються в принципах майстерності, мистецькості і технології самоздійснення людини.

Із переживанням свободи дії тісно пов'язані, як уже зазначалося, і естетичні почуття, а скутість дії, що руйнується, – з астеничними естетичними емоціями – безпредметними переживаннями потворного, зруйнованої гармонії.

Естетичні почуття в дії існують у тісному зв'язку з уявою і мисленням, знанням і умінням. Вони є і підготовчою фазою творчості, і провідниками людини у світ доцільності, гармонії і краси її дії. Почуття, як творче начало, включається в змістовну структуру дії, а як її побічний продукт – виступають насолода, радість, милування і умова продуктивної дії.

Тому естетичне відношення (негативні емоції – позитивні почуття) людини до дії і діяльності в цілому не можна розглядати тільки як безкорисливе і незацікавлене, таке, що обслуговує інтереси почуттів і розуму. Навпаки – воно пов'язане з ними через процес здійснення діяльності, в якій естетичне почуття зароджується, виявляється і формується в міру того, як діяльність починає будуватися за законами краси.

У діяльності естетичні почуття виконують функції ініціативи, її начала, що йде зсередини людини, допитливості, прагнення до невідомого тощо, тобто – є джерелом мотивації творчої активності.

Таким чином, свобода дії – здатність свідомо її будувати, а діяльність – регулювати зі знанням справи, що одне й те саме – оволодівати собою.

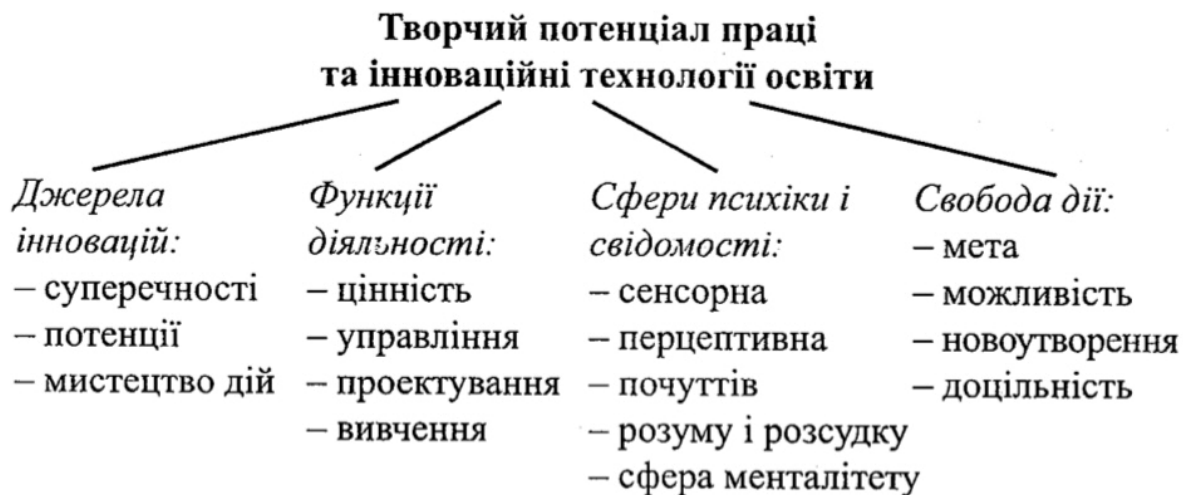
Свобода в такому розумінні не має нічого спільного зі спонтанною, безпричинною в своїх проявах творчою силою людини, зі свавіллям, не зумовленим ніякою причинністю. Людина в діяльності прагне відкрити закони – умови вільної дії – не для того, щоб їх знати, а для того, щоб використати цю свободу, передусім – у досягненні своєї мети.

Незважаючи на це, людині інколи здається, що діяльність починається з ініціативи зсередини себе.

Насправді свобода дії детермінована законами природи, дій і розвитку, і завдяки цьому зв'язує воедино людину і діяльність у процесі її самоздійснення. У той же час людина відокремлюється від діяльності, підноситься над нею як її суверенне джерело; вона її здійснює, але залежить від її істотних закономірностей, і тільки в цьому єдиному випадку вона вільна в повному розумінні цього поняття.

Формалізована структура теми

Механізм: джерело створення інноваційних технологій – творчий потенціал праці, який міститься в її суперечностях, функціях діяльності, сферах психіки і свідомості людини, а також у свободі дій, яка є наслідком узгодження її з власними законами.



Запитання і завдання для самостійної роботи

1. Чому суперечності освіти можуть стати витокami інноваційних її технологій?
2. У чому сутність поняття *інноваційна технологія* і чим воно відрізняється від знання?
3. Як пов'язані закони психіки, свідомості і діяльності з поняттям технології в освіті?
4. Визначте основні риси психологічної характеристики інноваційної діяльності.
5. Чому сфери людини можуть бути предметами інноваційних технологій?
6. Чим відрізняються сфери психіки і свідомості?
7. Із чого складається сфера менталітету людини?
8. Чому в несвідомому приховуються потенції психічного відображення?
9. Чому надсвідоме – потенціал духовності?
10. Як може визначити поняття “свобода дії” напрям розробки інноваційних технологій?
11. Назвіть явища, протилежні свободі дії, та її можливості.
12. Свобода дій і доцільність – закон оптимальної дії.

Альтернативно-тестові завдання

1. Яким чином діяльність як предмет вивчення може впливати на створення нового знання?
2. Доведіть, що діяльність – це не лише предмет управління, а й предмет саморегуляції.
3. Якщо діяльність є предметом проектування, то чи можливі новоутворення в ній поза свідомими діями проєктантів?
4. На якій підставі вважається, що будь-яка діяльність – цінність?
5. Чи згодні ви з думкою, що сенсорна сфера людини – найпотужніше інформаційне джерело?
6. Доведіть положення, що перцептивна сфера багатьох людей працює за формулою: сприймаю, що знаю.
7. Доведіть кантівську антиномію: про смаки не сперечаються – як закон дії у сфері почуттів.
8. Чи згодні ви з тим, що сфера розуму і сфера розсудку в людини можуть працювати всупереч одна одній?
9. Що включає в себе поняття менталітет, крім здобутків науки, культури, техніки і технологій?
10. Усвідомлення “свободи від чого?” і “свободи для чого?” чи можуть бути джерелом інноваційної технології?
11. Які суперечності можуть бути між свободою дій і процесом здійснення мети?
12. Доведіть, що свобода новоутворень у діяльності може бути і неусвідомленою.

Література

1. *Загальна психологія* / За ред. С. Д. Максименка. – К.: Форум, 2000.
2. *Зайчук В. О.* Економічна освіта молоді: дослідження впливу соціуму на особистість. – Луцьк: Вежа, 1999.
3. *Зайчук В. О.* Основи інноваційних технологій в освіті. – К.: Гала, 2000.
4. *Клименко В. В.* Механізми психомоторики людини. – К., 1997.
5. *Максименко С. Д.* Розвиток психіки в онтогенезі: [У 2-х т.] Т. 1. Теоретико-методологічні проблеми генетичної психології. – К.: Форум, 2002.

6. *Максименко С. Д.* Розвиток психіки в онтогенезі: [У 2-х т.] Т. 2. Моделювання психологічних новоутворень. – К.: Форум, 2002.
7. *Моляко В. О.* Психологічна готовність до творчої праці. – К.: Знання, 1998.
8. *Основи загальної психології* / За ред. С. Д. Максименка. – К.: НПЦ “Перспектива”, 1998.
9. *Психологія* / За ред. Г. С. Костюка. – К.: Рад. школа, 1968.
10. *Клименко В. В.* Психологические тесты таланта. – Харьков: Фолио, 1996.
11. *Клименко В. В.* Как воспитать вундеркинда. – Харьков: Фолио, 1996.

23. *Механізми творчості*

Ключові поняття теми:

теорії творчості, поетична душа, механізми творчості, відкриття, винахід, художній образ, види енергії, види станів, відображення невідчутного, порівняння і оцінки, відображення неіснуючого, нахнення

Поняття про творчість

Психологія, переживаючи піднесення, інтегруючи знання, зберігаючи свою цілісність, знаходячи все у всьому, прагне пояснити внутрішній світ людини *творчої*. Пояснити людину, яка виконує (або намагається виконати) своє природне покликання – стати творцем.

Людина творча – *homo creator*, людина діюча – людина, здатна творити. Оскільки здатність до творчості – головна властивість людини. Якраз здатність до творчості і відрізняє людину від тварини.

Людина може бути дуже розумною і розсудливою, обмірковувати кожний свій крок (уявляєте, скільки вона завдає роботи своєму мозкові?), – і лишатися **виконавцем**, або (якщо вам більше подобається) – *мовлячою машиною*. (За часів Платона не було поняття “машина”, тому він говорив інакше: знаряддя, яке говорить.)

Людина може читати дуже розумні книжки, насолоджуватися прекрасним, зберігати у своїй пам’яті прірву відомостей з будь-яких галузей знань, досягти вершин розвитку інтелекту, але при цьому не змінити світ навіть на крихту. Тому що вона більше *ерудит, споживач* (енергії або інформації), ніж виконавець: вона – суддя, охоронець, елемент у ланцюжку, який з’єднує людину з ноосферою – хто завгодно, тільки не творча людина.

Людина може бути малоосвіченою; вона може мати вельми туманні уявлення про загальну культуру; її пам’ять може бути “з дірками” і тому бідною на інформацію; у звичайній бесіді ви навряд чи роздивитесь її розум; та й про розсудливість їй не заважало б подбати, попрацювати над собою.

Але як тільки перед нею з’являється задача (пізнавальна, моральна або естетична) – вона не обмірковує її, не аналізує, не ходить навколо, збираючи інформацію, – вона відразу ж починає її розв’язувати – діяти.

І, уявіть собі, – виходить! Створюється нове. Тільки так! – адже вона – *творець*.

Разом з тим наука, захоплена диференціюванням, розчленувавши на елементи людину, як машину, приписала кожному органу людини певну функцію. Вуха необхідне людині, щоб чути, рука потрібна, щоб щось робити, серце – щоб штовхати кров, м'яз, щоб рухатись, і так кожний її орган.

А про орган творчості, його будову і розвиток вона нічого не говорить.

Основні теорії творчості

Ось декілька поглядів на процеси творчості.

Інтуїтивізм – знання в людини виникає без усвідомлення шляхів і умов його появи, і тому творчість розглядається як “осяння”, “бачення істини” – інсайт. Інтуїція протиставляється дискурсивному, логічному мисленню, раціональному знанню. У творчому процесі людина в стані натхнення зливається зі створюваним предметом і тоді протилежності між ними зникають.

Теорія неусвідомлюваної творчості – акти і стани людини, які є відображенням дійсності, але вона не усвідомлює цього і не може відтворити шляху творчості; надсвідоме, неусвідомлені установки і мотиви – неусвідомлювані регулятори способів дій. Дій автоматизованих, зумовлених неусвідомленими образами, субсенсорними сприйманнями, які спрямовують людину до доцільних дій.

Теорія конструктивного інтелекту – розуміння (апперцепція), осягнення як результат вияву розумових здібностей, які пов'язані: з системою розумових операцій, зі стилем і стратегією розв'язання проблем, з особливостями індивідуального підходу і осмислюванням: а) завдань,

б) задач, в) проблемних ситуацій, що вимагають пізнавальної активності і напруження розуму.

Концепція *стратегіальної* організації творчих процесів особистості, здатної застосовувати стратегії і тактики творчої діяльності (В. О. Моляко)

Теорія детермінуючих тенденцій, яка включає окремі напрями:

– *системний детермінізм* – залежність предмета в цілому від його окремих елементів і навпаки – залежність окремих елементів від властивостей цілого;

– вплив типу зворотного зв'язку – наслідок впливає на причину, яка його зумовила;

– статистичний – за однакових причин виникають різні ефекти в межах статистичних закономірностей.

Цільовий детермінізм – мета, що випереджає результат і відіграє роль закону, який визначає шлях її досягнення, а також надає інформацію про якість (кількість) предмета творчості.

Механічний детермінізм – подібне пізнається подібним, людська душа і тіло, свідомість і діяльність уподібнюються машинам, механізмам.

Психологічний детермінізм – уявлення про те, що рівень активності свідомості і творчості зумовлюється образом життя людини, діяльністю – психосоціальною активністю – як окремі механізми.

Серед них важливе місце посідають принципи:

а) зовнішні чинники діють за посередництвом внутрішніх умов (С. Л. Рубінштейн);

б) дія “внутрішнього через зовнішнє”;

в) пояснення психіки через діяльність: діючи і перетворюючи світ, людина змінює і перетворює саму себе;

г) впростання в культуру людства (за Л. С. Виготським);

д) наслідування як форма опанування суспільного досвіду, досвіду інших людей або наслідування неодухотворених предметів. Людина творить, як творить сама природа, – гасло епохи Ренесансу;

е) засвоєння – процес поєднання чужого досвіду і власних досягнень;

ж) дійова детермінація – психіка і свідомість є органами діяльності, від рівня розвитку яких залежить продукт творчості.

А тепер будемо шукати аналогії.

Душа і творчі здібності

З чого починається душа? З дій людського тіла.

У тілі є все для процесу творчості. Це “все” має безліч різноманітних механізмів. Але оскільки йдеться про механізми творчості, нам важливо зрозуміти, що кожна клітина людського тіла відчуває і як кожна клітина рухається.

А якщо є почування – це означає, що є душа (*психе*). Якщо є рух, то є й моторика.

Ми сприймаємо безліч сигналів навколишнього світу і реагуємо на них не тільки рухом тіла, а й зміною нашого внутрішнього стану, що зазвичай висловлюємо так: “добре, бо все красиво і спокійно”, “совість замучила”, “це мені нагадує...” і т. ін. Вас не треба переко-нувати, ви маєте душу; вона є, бо так все влаштоване, бо ви – люди-на. Але це не душа взагалі; це – людська душа.

З одного боку, все живе має душу. З іншого – залежно від рівня розвитку життя вона буває: 1) рослинна; 2) тваринна; 3) поетична.

Кожна з цих “душ”: 1) відчуває; 2) пам’ятає; 3) співіснує з інши-ми душами.

А в людини в оптимальному стані ця тріада перебуває в гармонії: функції всіх трьох душ працюють спільно. Чим же різняться душі – рослинна, тваринна і поетична?

Природне покликання рослинної душі – бути живою істотою.

Природа через рослинну душу здійснює досі не пізнане – *перетворення неживого на живий матеріал*. Тому буття рослинної душі – це:

- *сприймання* енергії з навколишнього енергетичного поля;
- *тропізми* – ростові рухи органів рослин (згинання “тулуба”, ко-рення, повертання листка до сонця тощо), що спричиняються однобі-чним впливом факторів навколишнього світу – світла, тепла, вологи, земного тяжіння тощо;
- *пошук їжі* і утилізація мінеральних речовин, з яких душа мурує свою будівлю;
- *виконання* родової програми;
- *боротьба за власну територію* і прагнення її приростити (ба-жано не завдавши збитків подібним собі, але за рахунок території “рослинних душ” іншого виду).

Природне покликання тваринної душі – підтримувати жит-тя власне та подібних собі в стані комфорту.

Через тваринну душу жива істота *зберігає гармонію* всього живо-го на землі.

Тваринна душа, на відміну від рослинної, не прив’язана до місця, а має змогу пересуватися. Рівновага в природі, непочування впливів природи – ось ідеал тваринного існування.

Якщо тварина сита і здорова – вона або спить, або грається. Якщо комфорт усередині неї або ззовні порушений – тварина починає ру-хатися, щоб усунути причину дискомфорту. Тварина живе за раху-

нок рослинного або іншого тваринного життя, але ніколи без крайньої потреби не зробить нічого, що порушувало б гармонію природи.

Тварина своїм буттям немовби нічого не змінює у світі, а насправді – вона виконує величезну роботу заради збереження життя на землі. Тварина не може свідомо, як людина, впливати на процеси в природі. Але тваринна душа виконує функції, які нічим не можна замінити:

1) фіксує порушення гармонії, 2) оцінює його і 3) реагує на порушення протидією, щоб гармонію вирівняти силоміць.

Природне покликання поетичної душі – творити.

Поетична, творча душа людини – суть, плід спільної роботи механізмів: 1) почуття, 2) мислення і 3) уяви.

Це означає, що поетична душа людини: 1) чутлива до найменших порушень гомеостазу (за рахунок змін навколо неї), 2) оцінює ситуацію і 3) включає моторику, щоб зберегти свою цілісність.

Щоб виникло почуття, зовсім не обов'язковими є прояви очевидної агресії або – навпаки – збільшення комфорту. Досить енергетичного або інформаційного впливу – і душа відгукується почуванням.

Людина саме через поетичну душу перетворює живе на духовне – продукт роботи почуттів, мислення і уяви.

Тваринна душа – це єдність тропізмів, інстинктів, пам'яті і емоцій.

Механізм творчості – не орган тіла, а орган людини. Але все-таки орган. І тому – як будь-який орган, без якого неможливе нормальне життя людини – він має подвійну природу.

Якщо ви вже призвичаїлися до думки, що людина живе в ноосфері, ви легко дійдете висновку: щоб жити в ноосфері, людина повинна бути їй відкрита. Задля досягнення своєї мети вона користується її здобутками, як і її тіло фізіологічне потребує повітря, води і їжі.

Аби використовувати здобутки ноосфери, людина повинна приймати енергію та інформацію, як антена. Людина бере для себе матеріал та енергію із природи, а інформацію – із ноосфери.

Якщо програма життя людини скерована на духовність, вона бере інформацію і енергію з ноосфери.

Духовність – це гармонійні форми енергії та інформації, сили людини, якими вона здатна винаходити, відкривати і створювати художні образи.

Дух створює душу. Дух – це муляр, що будує душу з цеглин ноосфери.

Отже, якщо новонароджений не має контактів з ноосферою (Мауглі, що мешкає серед звірів), у його духу не буде матеріалу для будівництва душі. Замість механізму творчості в людині розвиватиметься тваринна сутність. І головна відмінність між людиною і твариною – здатність створювати духовність – лишиться брунькою, яка не розпустилася.

Духовність – продукт роботи механізму творчості, перетворення живого, душевного на духовне.

Будова і функції механізму творчості

Поняття механізму

Механізм – сукупність інструментів, що здійснюють певні рухи, генерують думки, почуття, уяву та психомоторику для збирання, обробки інформації або виконання роботи.

Механізм творчості – орган людини. Людини, а не її тіла. Але, на відміну від анатомічних органів тіла, цей орган творчості – *морфологічний*:

– він не має постійної просторової локалізації і працює поза тілом;

– він не пов’язаний з роботою конкретних органів чуттів та інших систем тіла;

– створюється протягом життя і є прямим продуктом діяльності людини.

Він функціонує так само, як і анатомічні органи, але відрізняється від останніх тим, що для нього не існує меж дозволеного йому природою – ні фізіологічних, ні анатомічних, тому і важко передбачити межу можливостей механізму творчості.

Чим відрізняється цей орган людини – механізм творчості – від інших анатомічних утворень у тілі?

Внутрішні, анатомічні органи мають зовсім інші функції. Ви їх добре знаєте, вони:

1) підтримують гомеостаз – сталість внутрішнього середовища тіла;

2) забезпечують життєдіяльність;

3) є опорою продуктивної роботи механізму творчості.

Різниця очевидна. Але і спільність – безперечна, бо механізм творчості і органи життєзабезпечення мають подвійну – *природну* і *ноосферну* – сутність.

Механізм творчості, виконуючи суто людські функції, виходить далеко за межі тіла і його найближчого місця перебування. А саме:

1) дає людині змогу жити в *ноосфері* і користуватися її здобутками;

2) забезпечує зв'язок з *логосом*;

3) є провідною умовою *життя* – інструментом творчості.

Здобутками ноосфери більшою або меншою мірою користуються всі. А от щоб керувати – спрямовувати свою діяльність, треба вже механізм творчості залучити до дії.

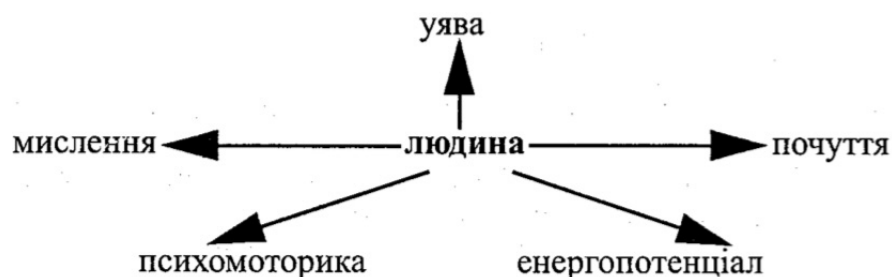
Як і будь-яка цілісність, механізм має: а) будову, яка розвивається; б) функції, які майже не мають меж для удосконалення і спрямовані на досягнення ефекту; в) продукти своєї роботи, які мають споживчі вартості, самодостатність і духовність.

Механізму творчості властива здатність користуватися і перетворювати енергію з однієї форми на іншу, що є важливим для розуміння процесів творчості людини.

Якщо механізм творчості людини в *дійовому стані*, то людина здатна сприймати і відтворювати відображене, перетворювати його на власні здобутки, опанувати його і користуватися як інструментом дій. Людина в цьому стані здатна не лише на фізичну або рутинну роботу, а й на творчу: *людина набуває здатностей – мудреця, генія або таланта*.

Ми не будемо зупинятися на питаннях: звідки з'явилися схильності до творчості, як відбувся дивовижний процес виокремлення людини із тваринного світу. Що це за набуток, завдяки якому вона оволодіває законами природи, розвиває техніку і технологію, творить і розширює сферу розуму землі – ноосферу.

Що являє собою механізм творчості, нам допоможе зрозуміти схема:



Кожне поняття на схемі – назва механізму, знак з певним смислом, а всі разом становлять цілісність. Але сталося так, що в науці кожен механізм творчості вивчався окремо. У живій діяльності все навпаки: механізм творчості – неподільна цілісність, в якій механізми можуть перебувати в трьох станах дієздатності: а) працювати разом, б) підсилювати один одного або в) виключати один одного із активності. Отже, існує три зони потужності механізму творчості:

1) гармонійний механізм працює творчо і людина (*мудрець, геній, талант*) здатна до *творчої* роботи;

2) дисгармонійний – механізм творчості втратив здатність, властиву від природи – і людина (*дилетант і ерудит*) спрямовує свої сили на збереження свого комфорту і здобутків ноосфери;

3) порушена пропорція здатностей – складових механізму творчості, що спричинює в ньому вторинні зміни, а людина стає *виконавцем*, здатним до механічної роботи або до руйнування оточуючого середовища – вона стає “аварійною”, бо перебуває на межі норми і патології душі.

Продукти творчості

Творчість – процес народження нового, що об’єктивно здійснюється в природі або в людині; у природі – *зародження, зростання, визрівання*; у людській роботі – *створення нових думок, почуттів або образів*, які стають безпосередніми регуляторами творчих дій.

Отже, *зародження, зростання і визрівання нових думок, почуттів або образів* цих регуляторів на відміну від конструювання, яке комбінує старе і відоме, – це новий принцип дій творчої людини.

І тому творчий процес має результатом продукт *оригінальний, об’єктивно цінний і самодостатній*.

Продуктами творчості бувають; *відкриття, винаходи, нові художні образи неабиякої сили, художні твори*. Суть у них одна. Різняться вони лише засобами проникнення у природу.

Відкриття – процес і результат виявлення того, що існує в природі, суспільстві або людині. Відкриття бувають: *для себе* – не знав і узнав; *для близьких* – це відкрив він; і *відкриття для людства*. Відкриття – рідкісна удача. Про кожне з них відразу дізнається увесь світ. Але можна його зробити і не помітити. Отож, аби творці могли розпізнати, що саме є відкриття, наведемо кілька прикладів:

а) у відомій речовині, предметі, процесі, явищі тощо відкриваються невідомі властивості;

б) за відомими властивостями відкриваються невідомі предмети;

в) відкривається нова речовина з невідомими властивостями тощо.

Винахід – створення нових предметів, техніки та технології (для себе, оточуючих і для людства) із природних речовин.

Якщо відкриття є продуктом реалізації творчого начала в людині, є *проривом природної необхідності*, розумної доцільності її діяльності і виходом за межі відомого, то винахід – *результат її прагматичних дій*.

Мета прагматичних дій – розв’язати задачу, яка поставлена життєвою ситуацією або в процесі діяльності.

Художній твір – створення образів, які допомагають пізнати душу іншої людини і таким чином удосконалювати свою, пережити тисячі чужих життів, щоб визначити свій життєвий шлях; а цей шлях можна пройти за посередництвом засвоєння здобутків ноосфери.

Людина має самотужки здолати декілька незалежних етапів розвитку і навчитися робити відкриття, винаходи і створювати художні образи: а) *для себе*, відкриваючи світ; б) *для найближчого оточення*, дивуючи його своїми діями, а вони оцінюють “Молодець!”; в) *для всього людства*, і вершина цих досягнень – Нобелівська премія.

Властивості гармонії

Зазвичай, коли йдеться про відкриття, винаходи або художні образи великої сили, то маємо на увазі, що вони – речі гармонійні і являють собою щось правильне за формою, відповідне меті, урівноважене з довкіллям. І, що найголовніше, – гармонійні предмети найбільшою мірою відповідають своєму призначенню – *меті діяльності людини*.

А який, наприклад, куб? Або куля? Або піраміда? Гармонійні? Ні! Вони лише правильні фігури. (Ми спеціально почали з найпростішої цілісності – геометричної форми.)

Але що вам до цих правильних геометричних форм? Так, байдуже. Ви їх бачите, навіть торкаєтесь пальцями: куб, куля, піраміда, але *енергії від них ви не отримуєте*. Ви її навіть витратите, якщо тривалий час їх споглядати: адже *нудьга – найзажерливіший енергетичний вампір*.

Ми не випадково звернули вашу увагу на поняття “гармонія”.

Не випадково гармонія і механізм творчості – провідні поняття розділу.

Гармонія – властивість створених людиною і природою речей, процесів, явищ тощо. Це властивість цілісностей, а не будь-яких матеріальних або духовних утворень. Атом, молекула, людина, машина, родина, суспільство, купа піску, ліс – усе це цілісності. Разом з тим не про кожен з них можна сказати, що вона пройнята гармонією.

Поняття “гармонія” відображає цілісність з точки зору: а) міцності скріплення її елементів; б) узгодженості їх між собою; в) рівноваги і єдності протилежностей у цілісності тощо.

Поняття гармонії передбачає також: г) наявність усвідомленої або неусвідомленої мети будь-якої цілісності; д) її практичність, тобто призначення для досягнення доцільної мети природи або людини.

Протилежне гармонії – *дисгармонія, колізія, неспільномірність* предметів і явищ, які гальмують або руйнують процес досягнення результату, спотворюють дії та діяльність, призводять до втрати здоров'я душі і тіла людини.

Отже, дисгармонія (колізія, неспільномірність, неузгодженість тощо) – це і стан людини, коли цієї найціннішої властивості – гармонії – у неї вже бракує, вона існує із зруйнованою душею або дезорганізацією механізму творчості, яка тільки-но почалась.

Вплив дисгармонійних речей і явищ нагадує враження, яке викликає зустріч із хаосом. Якщо хочете, навіть з мальовничим хаосом, а як відомо, предмет у такому стані не може продуктивно функціонувати.

Предмети гармонійні при сприйманні переживаються як *піднесене, прекрасне, краса*, а дисгармонія – як *низьке, потворне, бридке* тощо. Гармонія предметів і явищ викликає в людини позитивні почуття – і *наповнює нас своєю енергією*; дисгармонія – *“випалює” енергію нашої душі* і створює стан страждання.

Якщо гармонія в людині є, якщо вона її досягла, то це гармонія не тільки тіла, його рухів, дій, а й гармонія душі – умова гармонії з навколишнім світом. Бо від гармонійних предметів людина може отримувати необмежену кількість енергії.

Невже у гармонійних предметів є спеціальний ключик-мірка, яка відкриває таємний хід до джерел їхньої інформації та енергії? Справ-

ді, ключик-мірка існує: у кожної гармонії своя, хоча, можливо, вона одна на всіх, однак люди пізнають лише її частину, та й то не всі.

Почнемо з того, що з куба і кулі людина теж ніякої енергії чи інформації не дістане. Тому що втілена в них енергія мізерна. (Вони несуть інформацію: це геометрична фігура). Отже, гармонія предмета або явища міститься не тільки в його формі і просторових абрисах, а й у змісті, в їх енергетичному наповненні.

Але навіть і з формою, і з простором предметів не так все просто, як здається, тому що *правильність* – це зовсім не обов'язково гармонія.

У гармонійних за будовою предметах їх форма виконує особливу роль. Вона акумулює: 1) інформацію, 2) енергію, 3) утримує цілісність, визначаючи межі предмета або явища.

Визначити гармонійний предмет дуже просто: гармонія світу речей побудована за законом “золотого перерізу” – модулем 0,618. Модуль – *коефіцієнт*, або *величина*, що позначає міру відношення меншої частини цілісності до більшої.

За цією пропорцією можна побудувати паралелепіпед (довга грань 0,618, коротка 0,382), але не куб. Отож, і куб, і куля зовсім не гармонійні; вони правильні, і тільки. Ми назвали їх гармонійними, застосувавши дидактичний прийом: *рух від стереотипу – образу пам'яті – до думки, від неправдивого до істинного*. Сподіваємось, ви вже вибачили авторам цей маленький трюк.

Правда, напрошується *розгадка технології споживання енергії* від гармонійних за будовою предметів або явищ.

Кожна людина має свою власну мірку (поки що ми не говоримо, яка вона: гармонійна чи деструктивна), *вимірює нею, прикладаючи її до предметів і явищ довкілля*. Коли мірка людини і мірка предмета збігаються, виникає потяг, ваблення і предмет людину захоплює у свою владу... І знову-таки – незалежно від того, яка ця мірка – гармонійна чи дисгармонійна.

Люди-творці (*мудреці, генії, таланти*) несуть у собі мірку “золотого перерізу” і прикладають її до всього навколо, і якщо вони – *мірка людини і мірка предмета* – не збігаються, у них виникає почуття дискомфорту, незручності, скрути. Тому вони, щоб звільнитися від негативних станів, намагаються всіма силами дисгармонію перетворити на гармонійні предмети: роблять відкриття, винаходи і створюють художні образи.

У взаєминах з предметами і явищами треба враховувати не тільки інформаційну функцію гармонії, а ще й енергетичну! Саме через енергетичну функцію людина шукає гармонію, щоб збільшити свій енергопотенціал. Тут працює закон, який не має винятків: *з більшої у меншу місткість енергія перетікає, доки їхні рівні не стануть однаковими*. Значить, людині потрібна не просто правильність форм, а гармонійність предметів – ті з них, енергію та інформацію яких вона може споживати і використовувати в роботі.

Зрозуміти інформаційно-енергетичну сутність гармонії легко на прикладі модулора. Його творець, великий Корбюзьє, обчислив пропорції людського тіла з дивовижною точністю. Математична досконалість, але його естетична або енергетична цінність для глядача наближається до нуля. Чому? Тому що модулор несе тільки інформацію; енергії він позбавлений.

У чому ж відмінність динамічного, але енергетично порожнього модулора від, скажімо, статичного, але бездонного за кількістю енергії мікеланджеловського Давида, перед яким людина, милуючись, готова стояти годинами?

У модулор автор вклав тільки інформацію, знання, а в Давида Мікеланджело вклав усю силу душі. Почуття, думки, уява, майстерність психомоторики і майже нескінченний енергопотенціал – увесь механізм творчості його творця або, як прийнято говорити, все його життя.

Смисл, який намагався передати своєю роботою Мікеланджело, вимагав від нього величезної сили думки, почуттів і енергії. І всі вони, завдяки гармонії творця, виявилися зосередженими у фігурі Давида як у вічному акумуляторі енергії і інформації.

Творець вкладає у свою роботу все те, на що він здатний.

Кожна людина може взяти з його творіння лише те, що вона спроможна взяти: енергію, думки, почуття або образи – і забрати з собою. І тепер вам зрозуміло, чому людина, обожнюючи класику, надає перевагу не “найскладнішим”, надвеличним творінням (віддаючи їх фахівцям), а тим, що трохи простіші, як кажуть, “людяніші”.

Досконала гармонія предметів віддає людині свою енергію та інформацію без втрат. А людина сприймає її, не витрачаючи своєї енергії.

Людина дисгармонійна, стикаючись із досконалою гармонією, вже за хвилину-другу почне захлинатися цією енергією та інформацією – переживає дискомфорт.

І чим менш досконала гармонія, тим людині простіше впоратися з її енергією і інформацією. Вона має можливість керувати цим процесом. А якщо вона ще й зафіксує недоліки творів мистецтва – отримає чудову нагоду самоствердитись!

Досі йшлося тільки про створену людиною гармонію. Не тому, що вона всюди оточує нас (на жаль, це не так); просто рукотворна гармонія – найзручніший засіб пояснення гармонії як форми природи.

Нагадаємо відому вам класифікацію гармоній.

1. Гармонії, створені природою (кристали, квіти, ландшафт, біосфера тощо).

Гармонія – це властивість предмета, інформація, що позитивно впливає на душу людини незалежно від її волі і свідомості.

1. Гармонії, створені людиною.

Гармонія – це форма предмета, в який вклали інформацію і енергію, після чого він став інструментом, зручним у роботі.

Гармонія – акумулятор енергії та інформації, спосіб її збереження без втрат.

2. Гармонія людини (гармонія механізму творчості).

Саме цій гармонії ми й приділяємо особливу увагу. Людина потенційно може перебувати в таких станах гармонії механізму творчості: а) гармонія, що зароджується; б) гармонія, що розвивається; в) гармонія досконала; г) гармонія, що порушується; д) гармонія втрачена.

Стани механізму творчості визначають типологію людей, яких ще в античності називали: *геній, мудрець, талант, дилетант, ерудит і раб-виконавець* (раб не за соціальним статусом).

У цих станах механізму творчості немає нічого фатального: вони можуть переходити з одного в інший, утримуватися деякий час або тривалий час, стаціонарно.

Чутливість – зародок механізму творчості

Новонароджений малюк здатен отримувати, відбирати і нагромаджувати в собі енергію та інформацію і зберігати її в засіках пам'яті. Від чутливості людини до виконання її призначення – стати творцем – тривалий шлях внутрішніх перебудов. Чутливість людини – можливість, задаток, а творчість – процес матеріалізації можливостей психіки, свідомості і діяльності людини.

Але може статися і таке: *задаток залишиться чутливістю*; людина може відчувати завдання і проблеми, але не буде спроможною їх розв'язувати. Отже, перетворення чутливості на механізм творчості – предмет виховання і навчання.

У чутливості *новонародженої людинки* механізми творчості існують потенційно, у ній міститься і джерело її буття. Цей початок – чутливість – є сам процесом становлення, рухом.

Що забезпечує розвиток чутливості? Рухи рук, ніг, тулуба малюка. Рухи переважно імпульсивні, реактивні, познотонічні. А їхні наслідки – збільшення енергії та інформації – *започатковують форму здібностей – інструментів*, які надають можливість дитині робити щось нове: дитина до певного часу не тримала голову, а тепер вміє; не читала текстів, а тепер уже читає і розуміє прочитане; не володіла тілом, а тут уже виконує карколомні сальто...

Звідси впливає схема розвитку механізму творчості: ***чутливість – творчість***.

Що ж спрямовує дитину до максимуму виявів людської сутності?

Правильно! – *процес становлення*. Становлення – невинний рух чутливості – відображення. Але рух може стримуватися аж до стану нерухомості, бо в єдності “чутливість – творчість” одна із складових стає неактивною або ж розвиток набуває хибного характеру.

Відображення у формі чутливості перетворюється на збудливість живого. Збудливість стає умовою реагування тканин на зовнішні впливи, і вони реагують специфічно: тканини м'язів – скороченням або розширенням; залози – виділенням секрету; нервові клітини – виникненням і поширенням нервового імпульсу і т. п. На властивостях подразливості ґрунтується відчуття.

Треба пам'ятати: чутливість людини – зародок механізму творчості.

Чутливість малюка містить у собі величезні таємничі сили, які до певного часу існують у “сплячому стані”, дрімають. Це – мислення, почуття, уява, психомоторика та енергопотенціал безсловесної і нерозумної дитини.

Чутливість виявляється і вдосконалюється в діях, бо дитина, діючи, вчиться діями оцінювати, диференціювати, точно і вправно оперувати предметами. Із створенням нових видів чутливості виникають і нові почуття людини.

Що, крім чутливості, включає процес становлення механізму творчості? На що слід звертати увагу, щоб не втратити дивовижної властивості людини – здатності до творчості?

Отже, ідея становлення душі і чутливості полягає в тому, що всі послідовні вікові зміни людини – це невпинне її становлення, що описується формулою:

чутливість – здібність – здатність – механізм.

На цих перетвореннях ми і зупинимося.

Людина народжується безпорадною. Безвладною над собою, на відміну від дитинчат усіх інших живих істот. Тварини народжуються із наперед заданими і готовими до активності механізмами рухів, споживання і самозахисту. Тваринки відразу після народження здатні власними силами підтримувати свою життєдіяльність.

Людське ж дитячко зовсім нерухоме. Його рабське становище – в абсолютній залежності від навколишнього середовища. Справді, а що воно має у своєму активі? **Інстинкти, максимальний рівень базової енергії, задатки до розвитку майже нескінченної кількості здібностей і створення механізму творчості.**

Єдина опора і ставка дитини на природний дар – *енергопотенціал*.

Уявляєте: новонароджене маля – грудочка живої матерії, яке нічого не розуміє, подає голосок лише тоді, коли зголодніє, або коли мокрі пелюшки, або щось болить; судорожно рухає ручками і ніжками і не здатне самотійно навіть на бік повернутися; а через лічені роки буде здатне стати творцем: читатиме як відкриту книжку зображення в електронному мікроскопі, стане спроможним у словах і словосполученнях концентрувати енергію людського духу і духовності, рівну здобуткам генія.

А яка складова механізму творчості в цей період найпотужніша?

Енергопотенціал – здатність до дії

Поняття “енергія”

Запитайте в будь-кого: без чого неможливе життя людини, і вам впевнено назвуть: а) без повітря, б) без води і в) без їжі. А все інше нібито в затінку – бажане, але необов’язкове.

Очевидне ще не значить дійсне. І як не прикро порушувати тріаду (дихання, питво, їжа), але якби нам треба було відповісти на те саме

запитання, то ми б зазначили: без їжі людина може обходитися десяти днів, а без рухів довго не протягне. Уявіть собі! Хоча і вважається, що їжа куди важливіша, насправді це не так.

Саме живий людський рух – головний регулятор нашої енергетики. Позбавити людину рухів – значить, провокувати виникнення в неї феномена хаотичної енергії. Простіше кажучи – приректи її на загибель.

Отже, правильною буде відповідь: життя людини неможливе без:

а) споживання; б) обміну енергією та інформацією; в) живого руху. Живого руху, який: 1) слугує механізмом генерації енергії; 2) породжує нашу уяву, почуття і мислення; 3) є мірою наших можливостей діяти в просторі і часі – здатності до творчості.

Без енергії нам не обійтися: і щоб думати, і щоб діяти, потрібна енергія: її більше – і ми відчуваємося і розмірковуємо впевненіше; зовсім мало – думка зривається, і діємо ми неточно, бо уява заводить нас не туди, куди нам треба.

Енергопотенціал – величина нашої здатності до дії (прагматичної, пізнавальної, розумової, моральної, естетичної, тобто творчої).

Але поняття “енергія” і “енергопотенціал” поки що залишаються за межами психології, і тим більше – її практики. Ще Аристотель у трактаті “Про душу” ввів його у науковий вжиток. Його точка зору не втратила значення і сьогодні.

Енергія людини вважається вихідним матеріалом для виконання роботи. Такою самою мірою енергія повинна бути присутня на початку процесу діяльності людини. Дія відбувається завдяки енергії, потенціалу, який перебуває не лише в людині, а й поза нею – у природі або ноосфері.

У такому розумінні енергія – необхідна умова розвитку, переходу від можливості дії, уявлення про неї – до дійсності, матеріалізації образів, почуттів і думок. Тому треба розрізняти в людині наявність таких видів енергії: базового, або основного, оперативного енергопотенціалу та енергії доквілля і ноосфери.

Базовий енергопотенціал

Базовий енергопотенціал – задаток для дії, яким людину обдарувала природа.

Новонароджена дитина отримує від природи такий великий енергопотенціал, що перевищити його протягом життя майже неможливо. І цей максимум можна утримувати до глибокої старості.

А “спалити” або розтринькати його можна? Так. Для цього не треба великого розуму: за лічені роки його можна виснажити, коли, як кажуть мудреці, “палити свічку з двох кінців”.

Отже, ми можемо взяти енергію новонародженої дитини за максимум. Ви добре розумієте, що в кожній дитини енергопотенціал свій за величиною.

Основна енергія – заряд тіла, який ми отримуємо від народження, у генотипі

Оперативний енергопотенціал

Оперативний енергопотенціал – набута енергія, яку ми можемо витратити, діючи розумно або практично.

Новонароджений малюк оперативного енергопотенціалу не має. А де його взяти? Він повинен навчитися його самостійно “заробляти”. Як? Рухами ручок, ніжок, тулуба – і за допомогою дорослих, які відразу починають робити дитині масаж і займатися з нею фізкультурою.

Рухи дитини, спочатку імпульсивні, а згодом і довільні – включають природні механізми енергозабезпечення, які працюють за формулою: *витрачання – відновлення – нагромадження* енергії.

А процес нагромадження енергії за сприятливих умов життя і доцільного виховання – теоретично нескінченний: ми живемо в енергетичному полі, невіддільні від світової енергії – і тому можемо її заробити в необмеженій кількості.

Новонароджений малюк прагне “заробляти” енергію рухами, а природа йому за це “платить” насолодою – м’язовою насолодою від рухової, психомоторної активності. Те саме стосується не лише малюка, а й дорослих, які можуть таким чином нагромаджувати енергію для потреб нормального життя і творчості.

За словом “заробляти” стоїть наукова і життєва проблема.

У кожній людині існують три механізми обміну енергії:

1) механізм *витрачання* енергії, який ми можемо довільно регулювати: ми примушуємо людину працювати, підганяємо її – або вона сама себе виснажує, борючись, наприклад, за високу оцінку тощо;

2) механізм *відновлення* енергії працює поза контролем нашої волі – довільно, – і продуктивність його роботи залежить від: а) кількості і швидкості витрачання енергії; б) наявного оперативного енергопотенціалу; в) психічного стану: позитивний *почуттєвий тон* людини – умова швидкості повернення людини до стану “свіжості”;

3) механізм *нагромадження* енергії, так само як і попередній механізм, може регулюватися лише опосередковано, за посередництвом впливу на інші механізми людини.

Головними факторами нагромадження енергії є: а) час відпочинку, б) вихідна кількість енергії: чим вона більша, тим швидше відновлюється і нагромаджується витрачена енергія і в) якість дозвілля. Але нагромадження енергії починається лише після повного відновлення використаної.

Отже, витрачаючи енергію, ми здатні цією самою роботою її придбати і нагромадити в собі у великих кількостях.

Новонароджений малюк, за законом обміну енергії та інформації, прагне не лише відновлювати свій енергетичний стан до попереднього обсягу, а й за законами живого руху і руху думки, почуттів та уяви – нагромаджувати енергію з прибутком.

Щоб правильно жити і діяти, треба точно виконувати закон природи: чим більше людина витрачає енергії на творчість, тим більшу її кількість вона придбає і довше її утримає.

Щоб зрозуміти творчий ресурс – енергію людини, звернемося до міфів про “шагрєневу шкіру”, “фенікса” і поняття катарсису.

Легенда про шагрєневу шкіру прийшла до нас із пітьми віків. Сутність її в наступному: щоразу, чогось бажаючи (бажання – це думка, яка породжує дію або вчинок), *ми витрачаємо частину себе*; отже, чим більше бажань і дій, тим швидше *скорочується* наше життя. Зворотна логіка: чим *розмірніше* і *неактивно* ми живемо, тим більше в нас шансів *прожити довго*.

Цей образ із життєвої мудрості – типовий випадок, коли видиме сприймається як дійсне. Тут за точку відліку береться юнацький вік – час найбурхливіших і найнестримніших бажань. Чим більше собі “дозволив” у юності (спалював свічку з обох кінців), тим менше залишається на решту життя. І у всіх випадках життя йде на спад, “з гірки”.

Якщо цю схему розгорнути ширше – від народження до смерті – вона стає ще переконливішою. Починаючи свій шлях практично з

нічого (що таке запліднена яйцеклітина? Без мікроскопа в неї важко навіть повірити), людина розвивається, набуває енергії, досягає розквіту в юності – і потім повільно “котиться” вниз, щоб у немічній старості перетворитися практично на ніщо...

Нагадаємо: базова енергія новонародженого настільки велика, що перевищити її майже неможливо, але цей рівень можна утримувати все життя. Отож, цей максимум треба приймати за орієнтир все життя.

“Перший крок дитини – це перший крок до смерті” – думка помилкова.

Щоправда, уявлення про *життя як витрачання* себе має суперечності. Воно *суперечить* другому закону термодинаміки. У такому разі незрозуміло, звідки береться неймовірна *енергія росту*. Дитина їсть багато, і все ж енергії їжі недостатньо, щоб задовольнити і компенсувати ріст. Цю суперечність ми бачимо сьогодні, а раніше її не помічали.

Суперечність сутності бажань. Із принципу “шагреневої шкіри” випливає, що треба уникати бажань, сильних почуттів, потужних дій.

Спокій – Ідеал. Чим менше контактів, чим більш врівноважений світ внутрішній – тим краще...

Адже бажання (повторимо) – це думка, що породжує дію! Та сама дія, яка і може нагромаджувати оперативну енергію, бо здатна створювати енергетичну, так би мовити, *прибуткову вартість* і тим самим – підтримувати енергію хоча б на попередньому рівні. Тільки діючи, витрачаючи енергію, ми можемо себе зберегти. Але за таких умов: витрати оперативної енергії повинні перевищити нижню межу того, що дозволено природою, але не можна черпати її з базової, не порушної енергії.

Отже, наше завдання: **так використовувати свою енергію, так коригувати її нагромадження, щоб рівень оперативної енергії постійно зростає.**

А оскільки енергія то витрачається, то нагромаджується, ця лінія повинна нагадувати синусоїду. Синусоїду, яка коливається в межах дозволеного: верхня межа – рівень енергії, який досягається у стані натхнення, нижня межа – верхній рівень базової енергії, тобто “дно” оперативного енергопотенціалу. “Дно” синусоїди – на щастя – це не обов’язково смертельний трюк, отже, “дно” її – не нижня межа допустимого.

Якщо синусоїда хвилі енергії сягає товщі базової енергії, тоді стає нічим утримувати цілісність клітини; вона розповзається, припиняє своє існування; опускаючись все нижче й нижче, синусоїда ледь-ледь пульсує, доки лавиноподібний розпад клітин не обірве цю ниточку, яка, розчиняючись у небутті гіперголою, згасає.

Такий графік життєзабезпечення не може не викликати недовіри.

Як! У новонародженого, і в юнака в розквіті сил, і у старого – один і той самий рівень базової енергії? Уявіть собі – так. Просто енергія в різному віці по-різному втілюється. Новонародженому вона забезпечує **ріст тіла**, юнакові – **здатність до дій і вчинків**, що мають перетворювати довкілля і його самого, старому – **мудрість**. Розумове зусилля таке ж енергоємне, як і почуття молодої людини. Висота, на яку злітає юнак у пориві натхнення, доступна і старому, який, не поспішаючи, піднімається на вершину енергетичної хвилі сходинками розуму. Зрозуміло, наш старий повинен бути практично здоровим.

Фенікс. На противагу “шагреновій шкірі”, стародавні греки створили міф про “фенікса”.

Фатальна роль бажань, думок, що спричинюють дії, а людина втрачає себе, як шагренева шкіра, скорочує життя, містить суперечність. Суперечність долає символ “фенікса”: птах Фенікс кожен раз згоряв і відроджувався із попелу, щоб знову згоріти і знову стати молодим. Який смисл у цьому вічному двигуні, зрозуміти неважко. Енергія задачі і натхнення під час її розв’язування відновлює витрачену енергію. Навіть більше – ці дії створюють прибуток енергії, готовність до продуктивніших дій.

Адже натхнення – спалах енергії в ту мить, коли хвиля енергії здійснюється до максимуму. Відбувається ніби ядерний вибух. Він і осяює те, що було за межею відомого.

Катарсис – відновлення гармонії людини

Катарсис позитивних почуттів

Що відбувається з енергією, коли ви дивитесь комедію і трагедію?

Згадайте: ви в театрі – дивитесь комедію. Спочатку вас розбирає сміх. З розгортанням подій на сцені сила вашого сміху зростає – ви регочете. Ви регочете і регочете – і не можете себе зупинити. Тиск енергії всередині вас збільшується, але терпіти ще можна.

Дивлячись комедію, ви *споживаєте втілену автором у твір енергію та інформацію*. Ви їх вбираєте в себе – ваша оперативна енергія стрімко збільшується.

І, нарешті, з вами щось відбувається: *вас охоплює страх*. Про що це свідчить? Страх, як і фізичний біль, – сигнал про загрозу життю. Ваші енергетичні місткості вже повні вщерть, а енергетична хвиля все збільшується. У цьому стані ви вже ловите себе на думці: “воно” регоче, а ви вже реготати не хочете, але і не маєте сил, щоб зупинитись.

Страх виникає тому, що ви втратили контроль над собою, що вами опанувала якась сила, вам непідвладна, і ви не знаєте, чим все закінчиться. Разом з тим вам відомо, що від сміху і від лоскоту люди часто помирають. Ось цю думку в цей момент усі й пригадують: тут уже не до комедії...

Що ж відбувається, що спричинює страх?

Ви опиняєтесь на межі життя і смерті; про цей стан свідчить ваш незрозумілий страх: ваша енергетична місткість уже **повна вщерть і не витримує тиску нової енергії – і ось-ось розірветься**.

Синусоїда стикається з верхньою межею оперативної енергії.

Це стан позитивного катарсису, коли ви водночас радісні, регочете і, охоплені страхом, чекаєте того, що буде з вами далі.

Це амбівалентний – *двоїстий – психічний етап*.

Сміх катарсису благородний тим, що він значніший, ніж думають, він глибший, ніж здається на перший погляд. Він не просто знак веселості.

Сміх – свідчення сили людини, розумової чутливості. Бо вона усвідомила: замислюють люди в комедії і чинять недоладно; а щоб досягти власних цілей, користуються негідними засобами. Вона інтуїтивно відчуває: негідні засоби ведуть до егоїстичних наслідків, до фальші в людських стосунках. А комічне – ущербне, низьке, дисгармонійне – претендує на те, аби його поважали (і більше нічого), і люди оцінювали його, як досконале, підкорялися і прихилялися перед ним.

Сміх вчить: не сміятися там, де треба пережити подив.

Катарсис негативних почуттів

Ви дивитесь трагедію. Вас охоплює страх. Страх збільшується через напруження, від непокоєння за життя людини. Страждає герой – страждаєте і ви. Страх збільшується – і вас охоплює жах.

Ви здригаєтеся від переляку і втискуєтеся в крісло. Сидите ні живі, ні мертві: переживаєте, перевтілюєтесь у героя. Усі його почуття, думки переживаєте як свої; його муки і передсмертні страждання випробовуєте на собі, але без болю, однією душею. Страх напружує до межі пізнавальні, моральні та естетичні почуття і спалює енергію – *синусоїда стикається з нижньою межею базової енергії* – і вона спалюється, тане, щезає. Ви наближаєтеся до межі життя і смерті.

Хоча страх і продукт уяви, продукт наслідування, переживання чужих страждань (трапляється смерть від страху смерті), але ви відчули її дихання. Далі – ще страшніші події: вас охоплює вже жах; ви сидите ні живі ні мертві. Тут вас охоплює страх смерті. Ви – на межі життя і смерті.

Це стан катарсису негативних почуттів.

Енергію “спалили” через переживання загибелі героя. Оперативної енергії у вас залишилася мізерна кількість, вона на самому дні, вам майже немає задля чого жити. А душа через спалювання негативних домінант очистилася від афектів і відродилася з відновленими якостями.

Ось чому переживання почуттів трагічного – це переживання буйності людської сили в боротьбі проти підступного начала в діях і вчинках, щоб гармонійне в житті, природі або у взаєминах з людьми було життєдайним і несло їм щастя. Люди з підступним началом намагаються руйнівними впливами, потворним, низьким прагненням перетворити все навколо до рівня свого стану – до дисгармонії. Але ви – за перемогу гармонії, і тому болісно переживаєте руйнування – плачете. Плач у трагедії благородний тим, що він теж значніший, ніж про нього думають. Негативні почуття виражаються зовні: людина плаче, ллє сльози зворушення, болісно переживає чужий біль, чужу смерть, як свою. Вона переживає в деталях те, що раніше не викликало почуттів. Вона журиться, сумує, втрачаючи бадьорість. Мучиться і втрачає свій душевний спокій – страждає, але без болю.

У чому 1) смисл, 2) причина і 3) механізм енергетичного повороту – катарсису?

Ось чому стан катарсису – процес руйнування стереотипів і афектів на крайніх точках енергетичної хвилі.

Зокрема, впливи комічного і трагічного руйнують уявлення людини про відоме і невідоме, моральне і аморальне, гармонію і дисгармонію в собі і в навколишньому світі.

Чому це відбувається? У комедії і трагедії зображені люди і людські взаємини трьох типів: 1) люди, кращі ніж звичайні, 2) гірші, ніж є насправді, 3) такі, якими вони є навколо.

Через комедію і трагедію відбувається зіткнення в душі людини двох світів: внутрішнього і зовнішнього. Злитися в нову цілісність – із двох створити один душевний стан людини – новий, кращий, ніж її власний, через синтез своїх і чужих змістів душі:

- 1) енергетики, яка спільномірна зі станом натхнення генія;
- 2) думок відточених і точних, які відображають сутність твору;
- 3) почуттів вищого рівня, на які здатні творці.

Кожна людина змушена внаслідок впливу енергії та інформації твору цю роботу виконати самотужки, перебудувати себе на зразок генія. Людина, переживши пристрасті, доходить висновку:

1) усі минулі враження: а) позитивні – радість і щастя; б) негативні – страх і страждання – жалюгідні, незначні почуття за цінністю (і чого тоді було хвилюватися?); в) за глибиною – поверхневі, а за забарвленням – сіренькі, і на їхньому фоні відбувалися дрібненькі події;

2) минуле (приємне і неприємне), пережите із “сучасним” героїв комедії або трагедії, і переоцінене, очищаючи душу, спалює негативні моральні доміанти, афекти;

3) відсторонюється від свого минулого, стає вільною для діяльності, а нові почуття – моделі дій і поведінки – набувають незалежності.

У стані катарсису людина відчуває зміни в собі опосередковано – через сміх або плач, які очищають душу – повертають їй психічне здоров'я.

При негативному катарсисі хвиля енергії прокочується над “дном” (верхівкою базового енергопотенціалу), і торкається його, а у декого – захоплює недоторканий запас енергії для життя. Спалена негативними почуттями енергія майже миттєво відновлюється – повертає людині бадьорість. Далі, набираючи потужності, хвиля енергії стрімко здіймається і переповнює енергетичні місткості. Сповнена відновленою енергією по вінця, людина, як і при позитивному катарсисі, може користуватися нею 6-7 днів.

Почуття трагічного і комічного протилежні за впливами на душу. У трагедії *герой – гине, а глядач плаче; в комедії – герой сумний і плаче, а глядач – вмирає від сміху*. І там, і тут стверджується велич

людини: 1) через загибель гармонійної людини; 2) через викриття прихованих за маскою досконалості способів *облагороджування* зла і дій людини з дисгармонійною душею.

Звідки бере енергію людина? У творця, який вклав свою енергію у твір, а катарсис її перетворив на нашу оперативну енергію. Ось де ми беремо енергію – здатність до дії. Енергія – пальне механізму творчості, а комедія і трагедія нам її дають і тренують наші почуття почуттями геніїв.

Енергія зовнішня – це джерела, з яких ми можемо черпати її в необмежених кількостях. Ми черпаємо енергію (хоча не завжди ми усвідомлюємо – скажімо, нам часто невтямки, чому нас тягне до лісу, на луки, до річки, картинної галереї, театру тощо) із природи, творів мистецтва, спілкування з людьми.

Енергія, як і інформація, сприймається нами не завжди усвідомлено. Залежно від кількості і насиченості, зовнішня енергія усуває дефіцит нашої оперативної енергії або нагромаджує його з прибутком. Уміле користування зовнішньою енергією означає, що людина отримує прибуток, приріст енергії: таку її кількість, яка перевищує її витрати. Людина – збирач і акумулятор енергії; чим енергії більше, тим більш тривало й продуктивніше вона працюватиме, не втомлюючись і не перевтомлюючись.

Розглянемо на прикладі цю таємничу силу енергопотенціалу. Ось два спортсмени. Вони різко відрізняються за своїми психомоторними даними, але мають однаковий рівень результатів: тести це стверджують – сили їхні неоднакові. У чому ж секрет “слабшого”, який став переможцем?

Справді, енергопотенціал (сила, яку так люблять “накачувати” спортсмени) – це не найголовніше. Значно важливіше – розвинути здатність гармонійно розподіляти власну енергію. Але ще важливіше – здатність економічно, надійно, вигідно використовувати енергію.

Однаковий результат на тренуванні двох наших спортсменів і перемога нібито слабшого на змаганнях переконують, що переможець опанував себе, його енергія працювала відповідно до законів гармонії психомоторної дії, вона побудована згідно з наміром, метою. Він приборкав коня – і той йому вірно служить. Другого носив незагнуданий кінь (і скидав частенько!) – його некерована енергія.

Для приборкання енергії ми маємо прекрасний механізм перетворення – почуття гармонії. Почуття – своєрідний фільтр, який добирає

ту інформацію, яка організовує дії в гармонійну цілісність і живить необхідною для досягнення мети енергією.

Можна мати постійне джерело енергії, можна вміти витратити її поступово або всю відразу. Насправді – і це не ідеал. Вища здатність – уміння працювати за рахунок інформаційно-енергетичного потенціалу.

Ось чому приріст енергії – умова творчості, на це повинна працювати будь-яка навчально-виховна технологія.

Кількість енергії безпосередньо пов'язана з психічним станом людини. Розрізняють: 1) **перманентні** і 2) **оперативні стани**.

Перманентні стани і рівні здоров'я людини

Ці стани – довгострокові. Вони пов'язані зі станом здоров'я душі і тіла. Але сучасної класифікації ще не існує.

Людство у своєму розвитку нагромадило величезну кількість критеріїв здоров'я: а) здоровий дух у здоровому тілі (Ювенал); б) душевне здоров'я забезпечує духовний стан; в) єдність тіла і духу – критерій здоров'я; г) здоров'я – певна цінність людини; д) здоров'я – умова творчості тощо.

Звідси випливає завдання створення класифікації станів здоров'я людини. Спільні ознаки станів розподіляються так, що утворюють систему класів кожної сукупності, споріднених між собою. З цього погляду цінною є класифікація станів здоров'я Авіценни, що не втратила своєї актуальності протягом майже тисячоліття.

В основу розподілу станів покладено принцип дихотомії – поділу на дві частини, що визначаються протилежними властивостями:

1. Тіло гранично здорове.
2. Тіло здорове, але не до межі.
3. Тіло і не здорове, і не хворе.
4. Тіло хворе, але швидко набирає сили.
5. Тіло хворе, але не до межі.
6. Тіло гранично хворе.

Що з цього випливає? Останніх два стани здоров'я – компетенція закладів охорони здоров'я. А перших чотири стани здоров'я ніяку науку і практику не цікавлять, залишені напризволяще: тому вони мають стати предметом психогігієнічного дослідження і практики розвитку таланту здорової людини.

Зрозуміло, у людини з гранично можливим станом здоров'я існує особливий стан людської душі і духу. Здоровий дух – неодмінна умова благополучного існування тіла. Хвороба для людини – зло, обмеження її можливостей, спричинене захворюванням, що підсилює первинну недугу відповідним розладом психічного оптимуму. Ці істини були відомі дуже давно.

Наприклад, нідерландський філософ XVII століття Бенедикт Спіноза, розглядаючи проблему душевного здоров'я, стверджував: ті, хто керується розумом, завжди перебувають під впливом доброго настрою.

Враховуючи це, придивімося уважніше до класифікації станів здоров'я за Авіценною і спробуймо його метафоричні визначення перекласти на мову сучасної психологічної науки.

Що ж ми дістанемо? Нові назви психічних станів і їх предметне визначення. А якщо предметне, то воно відкриває можливість для психодіагностики тих чи інших елементів структури цих предметів, які, у свою чергу, складаючи цілісність єдності, мають між собою певні розбіжності. Отож, визначення розбіжностей у станах і буде критерієм якості здоров'я людини.

Наші дослідження дають підстави розглядати *рівень енергії як критерій психічного здоров'я людини*. Ми розрізняємо п'ять станів енергопотенціалу і відповідно рівнів здоров'я: 1) оптимальний, 2) стан норми, 3) стан стомленості, 4) втоми, 5) перевтоми.

Тобто перші три перманентні стани здоров'я розрізняються точно методами психодіагностики. А далі йдуть стани на межі норми і патології. Кількість енергії в її загальному розумінні визначає життєдіяльність і здоров'я людини.

Оптимальний енергопотенціал – умова, яка дає змогу виявити потенційні, приховані можливості мислення, почуттів, уяви та психомоторики і наявність достатніх сил для творчої роботи. Малюк або дорослий, які перебувають у стані “свіжості”, вранці вистрибують із ліжка, завжди перевиконують завдання і мають нестримне прагнення до перетворення невідомого на відоме.

Люди з оптимальним оперативним потенціалом трапляються рідко.

Більшість людей живуть у стані перевитрат енергії, живуть з енергетичним боргом. У них пасив оперативного енергопотенціалу – дефіцит енергетичного балансу: відновлення витраченої енергії від-

бувається повільно, оскільки здатність її “заробляти” власними розумовими або психомоторними діями втрачена внаслідок перевтоми або хвороби. Людина боїться розв’язувати задачі і долати труднощі. Працює за формулою: скільки б’єш, стільки і їдеш.

Оперативний стан відображає: а) витрачення енергії; б) відновлення і в) нагромадження енергії понад витрачену на роботу її кількість. За наявності оптимально побудованої навчально-виховної технології три стани існують у неподільній єдності, і людина може, працюючи, відновлювати і нагромаджувати свою енергію, тобто виконувати роботу невтомно: наприкінці роботи можна мати більше енергії, ніж на початку робочого дня. Вона здатна за цих умов, працюючи, отримувати додаткову енергію, збагачувати свій потенціал для творчої дії.

Процеси порівнянь і оцінки предметів

Генеza механізму почуттів людини

Ще на початку ХХ ст. професор Новоросійського (Одеського) університету М. М. Ланге дійшов висновку, що почуття посідають у психології місце Попелюшки – нелюбимої, пригніченої і повсякчас пограбованої на користь старших сестер – “розуму” і “волі”. Хоча з того часу у психології почуттів багато що зроблено, але вони і досі не стали “принцесою” – квінтесенцією процесу психічного розвитку людини. У наш час трагедія з поняттям *почуття* полягає в тому, що їх часто підмінюють поняттям *емоції*, хоча між ними існує прірва.

Процеси оцінювання предметів, явищ і прийняття рішень діяти так, а не інакше починаються дуже рано – вже у немовляти на другому півріччі його життя.

Однорічна дитина вже озброєна двома складовими механізму творчості – енергопотенціалом та почуттями. Вона починає не лише пізнавати, а й, порівнюючи предмети, процеси і явища, оцінювати і виявляти своє ставлення до навколишнього світу.

До цього часу в малюка домінували емоції. Вони мали форму страху, гніву, задоволення і радості. Трохи пізніше, у 8–9 місяців від народження, на фоні емоцій виникають почуття. Почуття симпатії, вибірковості, прихильності, доброзичливості, співчуття (не до всіх людей, у тому числі й родичів) є свідченням роботи механізму почуттів – дитина оцінює взаємодію з дорослими і речами навколо себе, зокрема іграшками.

Почуття народжуються. Щоразу народжуються, коли людина стикається з новим, невідомим, незвичним. Як народжуються? Між людиною й річчю (людиною, твариною, іграшкою) встановлюється контакт і виникає канал зв'язку. Каналом щось повинно рухатися: туди й назад, і рухається цим каналом енергія та інформація, або іншими словами, інформаційно-енергетичний потенціал.

Почуття народжуються через рух інформаційно-енергетичного потенціалу, а результатом цього руху є переживання предметів і явищ навколо нас. Це означає, що почуття – переживання порівнянь і оцінок того, що було відображене. Оцінка дихотомічно поділяє довкілля на дві частини: на позитивне і негативне.

Енергія прибуває – людині приємно, вона прагне до цього цілющого її джерела; енергія “спалюється” – її охоплює жах, їй неприємно, болісно, тому вона намагається уникати таких взаємин, які призводять до витрати енергії, зберегти свій приємний стан.

Почуття – психічні стани і процеси, які відображають:

- 1) усе, що оточує людину;
- 2) її суб'єктивне переживання подій і ставлення до них;
- 3) порівняння і оцінку довкілля: предметів, явищ, подій, людей і самих себе.

Механізм почуттів – орган людини, а не її тіла і, на відміну від анатомічних органів тіла, цей орган почуттів – морфологічний.

Цей орган:

- не має постійної просторової локалізації і працює поза тілом;
- не пов'язаний з роботою окремих органів чуттів та інших систем тіла;
- створюється при житті і є продуктом активності людини;
- функціонує так само, як і анатомічні органи, але відрізняється від останніх тим, що для нього не існує меж дозволеного йому природою – ні фізіологічних, ні анатомічних, тому і важко передбачити межу його можливостей.

Почуття зароджуються під час чуттєво-інтуїтивного відображення предметів і супроводжується переживаннями з різним їх забарвленням.

Механізм почуттів складається із системи сенсорних, перцептивних, дихотомічних, трихотомічних та комбінаторних дій, вони його утворюють і розвивають.

Почуття відповідають сенсу відображених предметів і явищ, всебічно оцінюють їх властивості, і на підставі цього людина приймає рішення діяти так чи інакше.

Раніш сенсорні, перцептивні, дихотомічні, трихотомічні та комбінаторні дії розглядалися окремо одна від одної і без зв'язків між ними. Ми ж дослідимо їх як цілісність, де всі п'ять об'єднані в одній. Вони описуються загальною формулою генезису почуттів:

людина <-> чуттєво-інтуїтивне відображення предмет

Сенсорні дії вирізняють чуттєві якості предмета з їх загалу, інформація про які надходить більше ніж через один мільярд каналів з довкілля; працюють мимовільно і здійснюють зв'язок з предметом безперервно; охоплюють предмет не цілісно і не в його неосяжності, а торкаються лише окремих властивостей предметів і явищ. Відображають сутність предметів у відношеннях з іншими предметами їх подібність або відмінність.

Оскільки властивості предметів бувають найзагальнішими, специфічними, головними і неголовними, необхідними і випадковими, зовнішніми і внутрішніми, то вони і визначають спрямованість свідомості, намір і ціль відображення. Атрибутивною властивістю предметів є їх *гармонія* – внутрішня і зовнішня упорядкованість, узгодженість частин і цілого, їх цілісність. *Інтенція* творчої людини спрямовує її на взаємини з гармонійними предметами, а у дисгармонійних схильна гармонію відновлювати. Предмети, що мають у собі пропорцію “золотого перетин”, викликають позитивні почуття. Коли предмет втрачає цю властивість, то втрачає також свою сутність, яка опосередковано її виражала, а людина переживає почуття відрази, огиди і навіть ворожнечі.

Сенсорна дія генетично первинна: працює там, де ще немає сприймання, немає усвідомлення предмета, а є лише виокремлення його властивостей. Сенсорна сфера людини дуже елементарна і забезпечує теоретичну активність людини.

Разом з тим підсвідома сфера сенсорики здатна до *операцій аналізу, ремінісценції, інтуїції і запозичує у свідомості вміння читати тексти* (парадокс 25 кадру в кінематографі з метою реклами через підсвідоме відображення певних закликів), розуміти їх, регулювати дії і вчинки. Під порогом свідомості людини у сенсорній сфері перетворюються і доповнюються деталями образи, яких бракує в

оригіналах, і таким чином з хаотично розпорошених елементів створюється цілісність.

Перцептивні дії. Перцепція – утворення інтегральних, не пов’язаних з окремим органом чуття, образів предметів і явищ. Ці образи утворюються через усвідомлення їх цілісності, структурності, предметності, константності, а також через здатність до апперцепції. Остання створює домінанти, прагнення і спонуки – образи наших дій і поведінки в майбутньому.

Безперечною реальністю є те, що відображається. Це не сума відчуттів, а деяка цілісність: предмети, явища, процеси, стани предметів, людей і стосунків між ними. А якщо до суми відчуттів додати ще й потік інформації, що відбиває стан тіла, всієї людини (до речі, в оптимальному стані сигналізація зсередини мінімальна, а зі збільшенням відхилення від норми зростає її обсяг та інтенсивність), то стає важко зрозуміти те, як усі ці образи взаємодіють і як ми не втрачаємо при цьому можливості жити і доцільно діяти.

Через перцепцію зароджуються цілісні образи предмета. Людина нібито “обмацує, обстежує і розпізнає” предмет і створює його образ. Форма з предмета, так би мовити, “вилучається”, щоб одразу ж, без зайвого зволікання, віднести створений образ до самого предмета. Предметне ж значення – зміст образу, поєднуючись із надбанням людини, порівнюється з іншими образами, що дає підстави для тлумачення – розкриття сутності предмета, щоб краще його зрозуміти. Предмет стає для нас визначеним і закріпленим у формі образу. Відтак, людина розв’язує тут ланцюжок задач:

- розкриває чуттєві властивості у предметі;
- розбудовує сукупність цих властивостей у певну цілісність – образ;
- встановлює для себе значення і сенс відображеного предмета;
- здійснює оцінювання, на підставі чого;
- приймається рішення: діяти так чи інакше.

Дихотомії образу. Питання дихотомії під час побудови образу вже давно розглядається психологами як здатність людини поза свідомістю здійснювати поділ сприйнятого на “фігуру” і “тло”. Логіка теж користується дихотомією, коли ділить одне поняття на два видових, які суперечать одне одному (поняття А ділять на поняття Б і не Б). Здатність неусвідомлено ділити на дві частини будь-яке сприй-

няття на образ предмета і його тло, тобто на дві частини, які суперечать одна одній, людина використовує постійно.

Дихотомія сприйняття пов'язана із законами структурування і усвідомлення сенсу образу. Розмежовані в образі “фігура” і “тло” відрізняються одне від одного: тло є невизначеним і нічим не обмеженим змістом; фігура ж обмежена і константна, нібито рельєфна, тому більш предметна, і насичена змістом, який має цінність для людини. Навіть величина порогу різниці на фігурі більша, ніж у тла.

Завдяки здатності до дихотомії ми бачимо предмети, а не проміжки між ними, тобто тло, – те, що їх облямовує. Але це не означає, що тло і фігура не міняються місцями: почуттєвий зміст сприйняття перебудовується відповідно до тих цілей і сенсів, які людина у них вбачає. Перебіг тла на фігуру і навпаки суттєво позначається не лише на змісті почуттів, а й на мотивації дій та вчинків людини. Осмислити сприйняття означає усвідомити предмет, який у ньому відображено, і виділено те, що не є цим предметом – тобто тлом.

Наочно дихотомія виражається геометричним символом – монадою.



Образ монади – це коло, поділене на дві частини, кожна з яких плавно переходить у свою протилежність. У площині кожної частини монади (чорної і білої) розташовані маленькі кільця протилежного до тла кольору: на білому тлі – чорне кільце, на чорному – біле. Монада – геометричний символ, що виражає дві глибокі істини – сенс добра і зла, які завжди поряд і одне без одного не існують. Що, окрім цього, ще символізує монада?

1. Вона асиметрична – у неї є правий і лівий бік – протилежності.

2. Кружечки на монаді, очевидно, нагадують, що немає зла, яке б не містило зародка добра, і що будь-яке добро має нести в собі зародок своєї протилежності – зла. Немає відомого, яке б не стикалося з невідомим, темним. Немає краси, яка була б позбавлена елементів потворного, як і не існує самотійно потворності. Треба пам'ятати,

що немає нічого абсолютного – ані білого, ані чорного, а є відтінки сірого: усе є в усьому.

3. Кожен предмет, процес, явище або їх системи – цілісності, що містять протилежності, і в кожній з них – зародок іншої протилежності. Тому вони взаємодіють, кожна справляє вплив на іншу, відображається, “висвічується” у протилежній і завдяки цьому розвивається у свою протилежність.

У саморусі і саморозвитку – суть усього, що виникає і розвивається. Почуття відображають протилежності. Зовнішні протилежності – полюси певної цілісності, які передбачають і заперечують одна одну, але існують відносно самостійно. Наприклад, система “людина – природа”, “людина – ноосфера”, “людина – людина” тощо. Кожний елемент містить свою протилежність, хоча вони і розмежовуються простором і часом.

Внутрішні протилежності, заперечуючи одна одну, перебувають у стані взаємопроникнення. Вони існують усередині людини в неподільній фізичній цілісності. Зокрема, права і ліва півкуля головного мозку – протилежні за способами перетворення інформації.

Якщо людина усвідомить протилежності у предметах і явищах, тоді вона здатна діяти у згоді з їх природними закономірностями (законами міри). Коли в людині протилежності перебувають у стані гармонії, то вона відчуває душевну і тілесну гармонію. Якщо ж закони міри хоча б однієї з протилежностей порушуються, наприклад, одна з півкуль мозку домінує, – то людина перебуває у стані напруження, переживає дискомфорт і виникає перешкода розвитку творчості. Але асиметрією мозку внутрішні суперечності не вичерпуються.

Наша мова багата словами – антонімами – знаками “роздвоєння” цілісності на протилежності. Антоніми визначають водночас і міру вияву у підметі, явищі, процесі, властивості якості або дії – зв’язок протилежностей. Ось приклад: людина може перебувати в таких граничних станах: бадьорість – перевтома, активний – пасивний, рух – спокій, розвинутий – відсталий, знавець – неук тощо, у процесах: думка – образ, думка – почуття, почуття – образ, відоме – невідоме, знання – незнання, знання – невігластво, рабство – свобода тощо; у діях: витрачати – нагромаджувати, талант – бездарність, дія – протидія, ворожнеча – спілкування, творити – руйнувати тощо. Але між граничними є безліч проміжних станів – і їх незліченна кількість.

“Роздвоєння” єдності на протилежності припускає не тільки заперечення, а й дещо третє, четверте тощо, що характеризують своїм позитивним смислом ці протилежності. Так, між станами “бадьорість – перевтома” існують і проміжні стани: “оптимум – норма – стомленість – утома – перевтома”, що не тільки заперечують один одного, а й містять свої протилежності. Стомленість людина долає двома шляхами, наближаючись або до норми, або до втоми, що дуже погано.

Людська діяльність, робота з погляду функції, дасть такий ланцюжок процесів: “робота – відпочинок – дозвілля”, а та сама дія з погляду енергії має такий вигляд: “витрачання – відновлення – нагромадження”.

Знаками роздвоєння єдності на протилежності в мові є антоніми. Вони диференціюють предмети і визначають міру вияву якостей, властивостей і функцій. Коли ми говоримо про процеси, то, природно, вони мають початок, середину і кінець. Те саме застосовується до періодів тривалості процесів, до міри якості предметів, властивостей і явищ.

Сказане нашою думкою про існування безлічі протилежностей і протиріч: гармонія і симетрія, душа і тіло, орієнтування людини на процес і на результат і т. ін. Зрештою, основою для такого протиставлення є закони природи і закони людської душі і тіла.

Задоволення і невдоволення, напруження і розрядка, збудження і заспокоєння – граничні точки шкали потужності почуттів.

Невдоволення, напруження і збудження – психічні стани, пов’язані з витратою або спалюванням енергії людини. А задоволення, розрядка і заспокоєння – з процесами отримання енергії або інформації ззовні. Тому людина, спираючись на продукти роботи своїх почуттів – результати оцінки, прагне до тих джерел, які живлять її, і, навпаки, уникає внутрішнього дискомфорту, спалювання енергії.

Враховуючи це, легко з’ясувати загадкові парадокси: чому одна людина любить певний предмет або декілька, а до інших байдужа; чому вона щось або когось ненавидить, а іншого або інше любить; чому про смаки не сперечаються тощо.

Монада – ключ до творчості й заклик – шукай:

у знанні – незнання і в ньому – новизну;

у моральному – аморальне, а в ньому – зародок блага;

у красі – елементи дисгармонії, а в ній – початок нового стану гармонії

4. Трихотомія предметності. Почуттів, які переживає людина, – нескінченна кількість. Підраховано, що в нашій мові існує декілька тисяч найменувань почуттів. Почуття – приймачі, організатори і регулятори наших дій і вчинків. Ми маємо три види вже згадуваних почуттів: пізнавальні, моральні та естетичні. Ці почуття втілені у символах: істини, добра і краси, відомих уже стародавнім грекам.

Дії трихотомії нескінченну кількість почуттів ділять на частини. Поодинці почуття не існують: вони завжди перебувають у певному синтезі усіх трьох видів. І тому ми сприймаємо світ у триколірному ореолі почуттів. Це саме стосується і думок: вони так само мають триколірне забарвлення. А в тій обставині, що почуттів дуже багато, нічого дивного немає: то діє **закон змішування почуттів**: злиття трьох головних почуттів у різних пропорціях породжує величезну кількість їхніх відтінків.

Почуття людини мають, так би мовити, триколірний ореол, ці сійва утворюють переживання інформації трьох видів:

1) пізнавальні – порівнюють, оцінюють і регулюють предметні відношення відомого і невідомого в досить широкому діапазоні та визначають новизну і оригінальність повідомлення;

2) моральні поділяють навколишній світ і особливо дії та вчинки людей на дві частини – моральне і аморальне або добро і зло; встановлюють відповідність дій людини законам природи;

3) естетичні поділяють світ так само на дві частини і оцінюють їх за шкалою: гармонійне – дисгармонійне або дають їм інтегровану оцінку, виявляють ставлення до того, що існує поза людиною, і тому є регуляторами руху потенціалу енергії: вона або нагромаджується, або “випалюється”.

Наслідки цих переживань так чи інакше втілюються в змісті символів: істини, добра, краси. Відповідно і думки, що з них народжуються, – триколірного забарвлення дій та вчинків людини. Згадаймо почуття-приймачі інформації і енергії, якими людина прослуховує світ, думки-передавачі і трансформатори почуттів. Образи, думки і почуття – безпосередні регулятори нашої діяльності.

Пізнавальні почуття. їх небагато: вони перелічуються на пальцях; досить сказати “істина” чи “омана”, “відоме” чи “невідоме” або довести протилежне – і кожний вже невразливий, бездоганий. Пізнавальні почуття ведуть пошук засобів усвідомлення та регулювання процесів вирішення пізнавальних задач і проблем, тобто пов’язані

з активністю механізму творчості та здійсненням оцінювання їх результатів, на підставі чого приймається рішення діяти так чи інакше.

Моральні почуття. Моральні почуття оцінюють наступні дії, відміряють наші дії, щоб не причинити нікому шкоди, страждань, тобто моральні почуття призначені для збереження життя і запобігання руйнуванню гармоній природних чи рукотворних. їх – уже незліченність. Ось так! – їх число наближається до нескінченності. Моральним почуттям людина відкрита всюди, перед ними вона беззахисна, людина тому і людина, що відкрила у собі здібність до цього усвідомленого почування: а) стану і переживань чужої душі, б) співчуття їй та співпереживання чужого як свого, в) почування межі, за якою дії (свої і чужі) загрожують життю взагалі.

Совість – це наше ставлення до світу, що матеріалізується в моралі. Як і думка, совість сама по собі не існує, вона виникає в момент стосунків з іншою людиною, групою, природою, суспільством. Значить, совість завжди виникає як знак прокрустового ложа, як біль у тому місці, де коїться зло. Зрозуміло, совість невіддільна від морального почуття, адже почуття – це мова совісті, її голос. Немає почуттів – совість мовчить. Але якщо існує прямий зв'язок, то повинен бути і зворотний.

Моральні почуття народжуються у місці контакту з тим, з чим ми взаємодіємо. Вступаючи у взаємодію з предметами, людьми, колективом, суспільством, вони стають регуляторами наших взаємовідносин із ними.

Отже, почуття – продукт нашої взаємодії з довкіллям. Звідси і відповідь на запитання: коли болить душа? В той самий момент, коли ми усвідомили, збагнули розумом, що, діючи, ми заподіяли зло – фізичний чи душевний біль іншій людині. Цей біль – сигнал про те, що створена загроза життю, а причиною тому – ми. Це ж стосується і колективу людей, і культури – продукту, створеного розумом багатьох поколінь.

Виходить, що “больова точка” почуттів (сумління, любові, закоханості) знаходиться не в душі, як про це звикли гадати, а поза нами. А де? Там, де ми завдали “біль” – замах на життя – і викликали страждання людей чи зруйнували гармонію в предметах і явищах. Отже, болить там, де сталася несправедна дія – аморальний учинок. Як же в такому випадку почуття залежать від совісті? Відповідь: совість – це призма, яка робить так, що почуття стають видимими; це

камертон, завдяки якому почуття набувають розмір і ім'я; це простір, в якому почуття живе і діє.

Моральне почуття – це регулятор наших дій. Почуття відміряє розмір дій, обсяг, простір, в якому вони – дії – будуть відбуватися. Відміряє дію з таким розрахунком, щоб тому, на кого дія спрямована, не було боляче (біль – сигнал зсередини тіла про початок руйнування його гармонії), щоб не створити загрозу життю. Значить, моральне почуття – це мірка наших дій і власний еталон оцінки дій і вчинків інших.

Як натхнення є вищим виявом почуттів та інтуїції, так і кохання – це вищий вияв морального почуття. Нагадаємо: почуття – це канал зв'язку нашої енергії з енергією навколишнього світу і ноосфери. У слабого почуття і канал не більше капіляра; у сильного – він широкий і вільний, і чим більший наш потенціал енергії, тим більша пропускна здатність каналу. У почуття кохання каналу немає, точніше, він не має меж: людина відкрита світові, і вся енергія, яку вона від нього візьме, належить їй.

Отже, кохання – це всеохоплююче почуття, це – вище почуття, зрештою, це – натхнення почуттів. І як творче натхнення розв'язує завдання перетворення довкілля, так і натхнення почуттів перетворює світ, зумовлює комфорт (почуття любові до всього навкруги) нашого внутрішнього світу. Воно проймає всю людину повністю. І душу і тіло її – до найменшої клітини.

Людина цього не усвідомлює: вона просто кохає. Щоправда, помічає, що світ навколо став інакшим, і сама вона нібито стала іншою, але хто над цим замислюється?

З чим же порівнюють і навіщо оцінюють предмети і явища наші почуття?

Вони порівнюються з мірками власного стану людини. Вона переживає почуття, які є критерієм спільної міри вияву її стану і стану предмета. Коли стани предметів і явищ споріднені, подібні до її стану – людина переживає позитивні почуття.

Естетичні почуття. Естетичні почуття регулюють рухи думки, образів і дій, спрямовують втілення власної гармонії у довкілля, в гармонію предметів, у красу. Їх дещо більше: піднесене, прекрасне, красиве і спотворене, трагічне і комічне; гармонії і дисгармонії тощо – рахунок уже йде на десятки, а все-таки кількість їх зліченна, тому що їх основа: міра, еталон, мелодія, ритм, що несуть у собі кінець лі-

чення. Почуття міри, почуття ритму, почуття гармонії природні для людини, як дихання.

До естетичних почуттів має безпосереднє відношення ліва півкуля мозку, яка переважно відображає і переробляє *дискурсивно-логічну* частину інформації від послідовності подій, їх змін у певному напрямі. Права півкуля мозку – навпаки, відображає і переробляє *чуттєво-інтуїтивну* частину інформації, яка міститься у потужних цілісностях. Вона працює з геометричними фігурами, доповнює частини, яких бракує у малюнків і фігур, оцінює просторові стосунки. Тобто механізм почуттів працює з цілісними відображеннями – *симультанно*, але інтуїтивними методами застосовує закони гармонії, а знакові системи йому чужі.

Психічний механізм відродження і зміцнення внутрішньої гармонії нагадує процес виникнення резонансу: явища різкого збільшення коливань енергії в коливальній системі, якою є наш організм, під впливом зовнішніх гармонійних коливань. Наш організм звучить гармонійно у відповідь на зовнішню гармонію.

Психічний резонанс – звучання психіки у відповідь на гармонійні впливи довкілля – закон розвитку механізму творчості.

Використання закону психічного резонансу відкриває шлях до виведення механізму почуттів гармонії із бездіяльного стану (він є у кожної людини, але не у всіх працює, бо перебуває приховано, у “сплячому” стані) в діяльний стан – в інструмент творчості. Згадайте, як впливають предмети і явища, що містять в собі пропорцію “золотого перетину”. Вони сприятливо впливають на душу людини. А чому? Ви уже знаєте: це діє на нас енергія гармонії. Бо гармонія – це:

1) енергія, якій надали форму, після чого предмет став приємним для ока, вуха тощо, чи інструментом, зручним у роботі;

2) досконала гармонія вільно передає свою енергію споживачеві, а він сприймає її без зусиль: енергія сама без опору входить в його пам’ять поза свідомістю;

3) економний спосіб запасатися енергією та інформацією;

4) мізерно мале в предметі, але в ньому міститься все, гармонія – скріпа цілісності, руйнування або знищення предмета: він розпорошується;

5) природний збудник для імпульсивних (бездумних) дій у людей з дисгармонійною душею (за відсутності моральних почуттів і сумління), які для них є єдиним засобом захисту від перенагріванням

надмірною енергією, укладеною в гармонійні предмети їх творцями; тому вони – герострати – і направляють свої сили на знищення гармонійності докільля – і щоб тим самим зберегти від руйнування свою цілісність.

Предмети і явища природи з пропорцією “золотого перетину” викликають почуття спокою і впевненості, створюють враження цілісності, закріпленої особливими зв’язками в собі. Ці переживання підтверджують, що образ-код і предмет впливу – спільномірні. Це виявляється найяскравіше під час слухання музики: найприємніше почуття вона викликає при поділенні інтервалів на частини, коли число співвідношень мінімальне. Саме золотий перетин” у музиці забезпечує швидке й точне сприймання; кульмінація багатьох класичних музичних мелодій припадає якраз на “золоту точку”.

Енергія прибуває до нас мимовільно під час контакту з гармонійними предметами (людьми, поглядами, звуками, кольорами і т. і.) – нам приємно. Ми витрачаємо енергію не лише на роботу, але і стикаючись з дисгармонійними предметами (людьми, поглядами, звуками, кольорами і т. п.), ми “випаюємо” енергію – і тому страждаємо.

Чому так відбувається? Нагадаємо: в гармонійних предметах, створених природою чи людиною, як в акумуляторі, міститься величезна кількість енергії та інформації: вони приречені жити довічно. Кожний із нас ними користується, але візьме їх стільки, наскільки розвинуті почуття і механізм мислення.

Наші внутрішні процеси як окремі предмети є джерелами почуттів. Почуття називають і оцінюють наші взаємовідносини з явищами. Почуття – завжди оцінка, тому почуття дають матеріал для перероблення його механізмом мислення.

Таким чином, гармонійність предметів і явищ, природних і рукотворних – це енергія та інформація, якій надали матеріальної форми, після чого створені предмети стали приємними оку, вухові, чи інструментами, зручними в роботі.

Дисгармонія дратує людину, викликаючи стан ідіосинкразії, доводить до нестями або нестримної агресії, яка нагадує стан Герострата у момент підпалювання храму Артеміди. А що людина робить у стані дискомфорту? Усіма силами намагається звільнитися від нього, або уникнути, користуючись попередженням тих же почуттів. Доведено, що порушення елементарних умов гармонії докільля порушує

функції організму, руйнує те, що тисячолітнім розвитком механізмів психіки й свідомості-творчості винайдено і сформовано.

Сприйняття гармонійних предметів відбувається з мінімальною тратом енергії, а інформація від них надходить до сховищ пам'яті без опору і поза контролем свідомості і нашими намірами. Не *лише* з витратом, але й з отриманням її від гармонійних джерел. Ці предмети добре запам'ятовуються і максимально повно відтворюються; чим гармонійніше побудований вірш, мелодія, живий рух, тим менше треба їх повторювати, щоб засвоїти; а досконала гармонія запам'ятовується майже одразу і зберігається в пам'яті назавжди...

Доведено, що предмети, побудовані за пропорцією золотого перетину:

а) викликають у людини психічний резонанс, який гармонізує механізм творчості, долає дисфункції та компенсує дефекти: *гармонія породжує гармонію;*

б) насичують енергією виснажену людину, поповнюють її енергією: *енергія із більшої місткості перетікає до меншої без опору, доки вони не вирівнюються;*

в) гармонійні предмети (в тому числі єгипетські піраміди) – *джерела психічного резонансу, що збуджують і відновлюють втрачену гармонію в людині – здатність до творчості.*

Явища психічного резонансу стосуються і людей з дисгармонійною душею (за браком моральних почуттів і сумління). Вони, потрапляючи в стан психічного резонансу, щоб зберегти себе від перегріву надлишковою енергією, яку випромінюють гармонійні предмети, повинні себе захищати. У них є два способи самозбереження: втекти від руйнівного психічного резонансу або знищити його джерело.

1. Почуття гармонії – самовідображення стану людини й предмета її дії, здійснюється безпосередня почуттєво-інтуїтивна регуляція рухів образом-кодом золотого перетину в психомоторній діяльності. Ми сприймаємо сигнали коду золотого перетину серед множини потужніших сигналів.

2. Код золотого перетину із множини впливів пропускає у свою інформаційну систему його образи, декодує їх і перетворює на сигнали регуляції сприймання та дій людини; інші сигнали, по-іншому закодовані, ця система не слухає, оскільки вони не мають для неї цінності.

3. Почуття гармонії і образ золотого перетину оптимізує діяльність людини, є джерелом відновлення її активності: чим точніше вона відтворює властивості рухів і ближче до золотого перетину, тим далі він від стану “аварійності”.

4. Почуття гармонії пов’язане з осмисленням внутрішніх сил тіла й душі, які стимулюють (чи зупиняють) активність людини: гармонійні рухи – джерело задоволення і самі спонукають її до продовження дій; дисгармонійні – викликають почуття огиди і виключають людину зі стану доцільної активності. Бо почуття гармонії – одна із складових частин до мотивації діяльності й потреби в ній.

5. Почуття гармонії – інструмент творчості.

Почуття розрізняються за функціями, а саме: 1) глибини почуттів; 2) інтенсивності і 3) тембру почуттів. Коли йдеться про глибину почуттів, то маємо на увазі діапазон впливів, на які відгукується людина; їх інтенсивність – сила звучання почуттів (від спокою до стану катарсису); а їхній тембр – забарвлення почуттів – якість, за якою почуття розрізняються за кольоровістю ореолу.

Для людини, яка позбавлена почуттів, назви цих почуттів – лише слова, беззмістовні поняття, що закривають собою порожнечу душі...

5. Дії комбінаторики. Фундатор комбінаторики Архімед запропонував для розв’язання таку задачу – *стомахіон*. Треба розділити квадрат на 11 трикутників і 3 чотирикутники, а потім з цих 14 фігур знову скласти квадрат з найбільшою кількістю варіантів. Зовсім недавно ця задача була розв’язана і налічувала 17 152 варіантів свого розв’язання.

Так само за законами комбінаторики діє і механізм почуттів: вони поєднують довільні елементи, взаємно зумовлюють розташування окремих складових почуттів. Візьмемо, наприклад, три речовини: шмат вугілля, графіт і алмаз. Функція першого – давати тепло, другого – писати, третього – кряти. Всі ці речовини являють собою – вуглець, а їх функції залежать від будови кристалічної ґратки.

Отже, функції почуттів так само залежать від активності складових у їхньому механізмі. Залежно від дієздатності окремих механізмів почуттів, слід розрізняти три групи людей:

1. **Монотонно-почуттєві люди** мають яскраво виражену спрямованість, їм властива: а) пізнавальна, б) моральна або в) естетична інтенція.

2. Люди з двоїстими почуттями мають в інтенції такі їх сполучення:

- пізнавальні – моральні;
- пізнавальні – естетичні;
- моральні – пізнавальні;
- моральні – естетичні; естетичні – пізнавальні;
- естетичні – моральні.

3. Люди з поліфонічними почуттями, яким притаманні такі їх поєднання:

- пізнавальні – моральні – естетичні;
- пізнавальні – естетичні – моральні; моральні – пізнавальні – естетичні; моральні – естетичні – пізнавальні; естетичні – пізнавальні – моральні; естетичні – моральні – пізнавальні.

Отже, механізми почуттів у декого працюють не на повну потужність і передають, перетворюють енергію й інформацію лише в окремих діапазонах, ігноруючи всі інші види інформації. Звідси – спеціалізація механізмів почуття.

Людина з монотонним механізмом почуттів спеціалізується на відображенні одноманітної й однозвучної форми інформації і пов'язаної з нею енергетики. Тобто механізм працює в обмеженому обсязі і на вузькій смузі переживань ізольованих від інших видів почуттів.

Це визначає три типи людей: 1) мислителів з домінуючими пізнавальними почуттями; 2) моралістів і 3) естетів, предметом яких є переживання почуттів у діапазоні: гармонія – дисгармонія.

У людей з двоїстими почуттями спостерігаємо у стосунках двох складових почуттів, коли перший – ведучий, другий – йому ніби підкоряється, але антагонізму між ними не буває. Вони взаємодіють, взаємопов'язані переживаннями; якщо перший – основа, то другий – фон. Люди з двоїстими почуттями не є “чистими” мислителями, моралістами чи естетами; ці люди – дещо більше, з властивими їм додатковими забарвленнями переживань.

Поліфонічність, або багатоголосся, почуттів – пізнавальних, моральних і естетичних, – ґрунтується на одночасному гармонійному поєднанні і розвитку трьох рівноправних мелодій, які сприймаються людиною і використовуються нею як регулятори її діяльності. Сполучення почуттів створюють відповідні ореоли не лише станам, а й

думкам (які у цієї людини мають теж триколірне забарвлення) – передавачам назовні змісту почуттів..

Троїстість почуттів – це і триступінчастий процес їх розвитку, завдяки якому вони не лише створюються. Як це відбувається? Домінуючий механізм почуття розбудовує перший образ, що відповідає його спеціалізації. На нього “накладається” другий, який відобразив і оцінив предмет з властивою йому міркою. Образ, синтезований з двох образів, містить у собі двобічне бачення предмета. Третій образ, накладаючись на вже синтезований, – завершує створення триколірного почуття на підставі трибічного відображення предмета.

На кожному етапі розбудови образу інформація фільтрується і в образі залишається лише те, що відповідає внутрішньому психічному стану людини, а також міркам для оцінювання предмета і прийняття рішення діяти так чи інакше..

Отже, механізм почуттів, яким людина перетворює відображене діями комбінаторики, вона знаходить майже всі сполучення властивостей предметів довкілля, користуючись заданою природою кількістю його складових: пізнавальних, моральних, естетичних, – і переживає гаму почуттів. А якщо до цього відображення примішується потік інформації негативного або позитивного самопочуття, що відбиває змінні стани тіла і душі людини, то важко скласти уявлення про справжні почуття і смаки людини.

Здогад про змішування двох потоків інформації зсередини людини і ззовні, можливо, і дав підстави І. Канту сказати: “про смаки не сперечаються”.

Отже, почуття людини – найяскравіший вираз тієї мислячої частини природи, що стала поетичною душею людини. Звідси витікає і розгадка того хвилюючого очарування, коли вона випромінює сильні й істинні почуття.

Функції почуттів

Механізм почуттів – жива ЕОМ. Вона не лише обчислює кількості енергії та інформації, яка до нас надходить, оцінює (позитивно чи негативно) відображене, вимірюючи його внутрішнім еталоном – образом-кодом “золотого перетину” – станом власної гармонії. Образ-код у механізмі почуттів виконує функції регулятора дій і діяльності людини. А на вищому розвитку почуттів у механізмі коди золотого перетину набувають властивостей інструмента творчості.

Вимірювальну функцію почуттів люди використовують дуже давно. А сучасна наука експериментально підтвердила: око людини віддає перевагу предметам симетричним, пропорційним, а хаотично розташовані, наприклад, лінії, одноманітні кольори тощо – стомлюють людину.

Але наше довкілля не всюди улаштоване гармонійними предметами і явищами. Ті, що містять у собі відчутні пропорції золотого перетину, сприймаються й оцінюються як такі, що випромінюють красу, приваблюють до себе, заряджають енергією. Наприклад, якщо кульмінація музичної мелодії потрапляє на золоту точку, то вона переживається як гармонійна, а людина отримує насолоду і енергію, а якщо ні – то охоплюють негативні почуття: музика “ріже” слух.

Найголовніше в цій ЕОМ – механізм почуттів, що працює на приймання, переробку та інтеграцію інформації. І найголовніше – на створення разом з уявою предметів і явищ – творчих продуктів.

У нього “вихід” назовні один – ***живий рух мислячого тіла***, яким матеріалізуються думки, образи-коди та продукти уяви. Якраз матеріалізація продуктів почуттів – їх вимірювальних здатностей – стають безпосередніми ***мірками стану механізму творчості***.

Почуття – джерело народження думки. Думка – це вже усвідомлене почуття, що зафіксоване словом, в ньому матеріалізувалося. Ви уже знаєте: почуття виникає при нашому контакті з явищем, процесом, предметом. Почуття – потік переживань з малоусвідомлюваним змістом; тому його важко висловити. Але коли ми даємо йому ім’я – це вже думка, матеріалізований субстрат, що виконує продуктивну роботу. Думка тут – інструмент, що перетворює відміряну в образі дію та її простір у власність людини. А простір наших дій, як ви уже знаєте, відміряється і контролюється моральним почуттям.

Думка висловлюється зовні словом, знаком, дією, закарбованою у рукотворному предметі, залишаючи в житті реальний відбиток.

А почуття – канал зв’язку, яким, незалежно від нашої волі й бажань, перетікають енергія й інформація.

Почуття – координатор взаємозв’язків мислення, уяви і дій.

Оскільки почуття і їх переживання створюють взірцеві міри істини, добра й гармонії предметів і явищ (якщо людина перебуває у стані оптимуму), почуття функціонують як зразкові вимірювальні прилади. Вони фіксують відхилення від істини, добра і гармонії і то-

му є регуляторами розумових і психомоторних дій поза свідомістю. Ось чому людина прагне перетворювати: а) недосконале на досконале, б) аморальне на моральне, в) створювати красу в собі і довкіллі.

Функції почуттів здійснюють сприймання і асиміляцію енергії та інформації для підтримування стану гармонії. Але разом із тим людина не тільки споживач (цей стан її розвитку – не рідкість), але і запрограмована природою як творець, приречений на безперервну творчість. Завдяки почуттям відбувається “боротьба мотивів”, операції над уявними образами будовою геометричних фігур тощо. Каналами почуттів до нас надходить до 90 % інформації: А інша – каналами пам’яті й мислення.

Тому почуття – не тільки регулятори дій і вчинків, а й виконують функції прогнозування успішності дій і діяльності. А розвиток почуттів (моральних, пізнавальних, прагматичних та естетичних) є питанням морального виховання.

Ставлення людини до навколишнього світу визначається:

1) станом розвитку почуттів – здатності відшукувати в хаосі джерел енергію та інформацію, що живлять людину;

2) станом гармонійності предметів, від якої залежить насиченість почуттів;

3) почуттями, які її ведуть туди, де вона радітиме і втішатиметься від напруження, збудження і періодичного невдоволення.

Маленька людина, переживаючи своє ставлення до предметів, порівнює і оцінює їх і на підставі цього обирає стратегію поведінки: подобається – не подобається, діяти так чи інакше тощо.

Згодом – у підлітковому віці – почуття почнуть тонко диференціювати і оцінювати довкілля в досить широких шкалах: 1) відоме – невідоме; 2) моральне – аморальне; 3) гармонія – дисгармонія. В юності ці порівняння і оцінки почуттями набувають не лише пізнавального, а й дійового, перетворюючого ставлення, спрямованого на гармонізацію довкілля.

Перманентні стани почуттів. Спорідненість станів людини і предмета їх зближує, об’єднує в цілісність. Людина і предмет одне одному уподібнюються.

Перманентних станів, як відомо, п’ять. І тому легко визначити умови зародження почуттів, виходячи із спорідненості – подібності мір – станів людини і предмета;

1) гармонія в стані зародження – початковий стан того, що здатне до розвитку;

2) гармонія, що розвивається – всі явища перебувають у стані становлення, розвитку, випромінюють красу і тому надзвичайно привабливі;

3) досконала гармонія – вершина розвитку – шедеври ноосфери;

4) гармонія порушується – бридке, гидке тощо;

5) порушена гармонія людини – потворне, неповноцінне морально, позбавлене природного вигляду, хаотичне тощо.

Відмінності людських почуттів за силою вияву і спрямованістю зумовлюються, з одного боку, самими предметами і явищами, серед яких людина живе, і з другого боку – перманентними станами людини, в яких вона перебуває.

Цілісність, гранична упорядкованість та узгодженість здорового тіла і душі відповідають поняттю “гармонія”. Людина в цьому стані зазнає позитивних почуттів, стикаючись із спільномірними їй предметами, що відповідають її стану, – з гармонією.

В оптимальному стані людина, її почуття чітко розрізняють у предметах і явищах: а) відоме і невідоме, б) моральне і аморальне, в) гармонійне (краса) і дисгармонійне. Невідоме, аморальне та дисгармонійне спонукають її до дії – процесів вирішення задач, наслідком чого є їх перетворення на відоме і гармонійне, попереджене аморальне у доквітлі. І саме завдяки цим діям людина спрямована на творчість.

Згодом розширюватиметься коло порівнянь і оцінок предметів, їх глибина, точність і на цій підставі визначатиметься доцільність дій і діяльності людини.

Людина, зосереджена лише на переживанні відомого, морально приємного і краси, є пасивним споживачем, або ерудитом. Протилежно вона ігнорує, робить вигляд, що його просто не існує, а якщо з ним стикається, то намагається уникати, тікати від дискомфорту, що утворюється під час зустрічі з невідомим.

Людина у стані дисгармонії, контактуючи з подібними їй стану дисгармонійними предметами (з порушеною впорядкованістю, незгодженістю, диспропорцією тощо), переживає теж, як це не парадоксально, позитивні почуття, захоплюється “насолодою” живописним хаосом. Живописний хаос впливає на творчу людину навпаки:

спричинює почуття низького, гидкого або потворного. Якщо міра дисгармонійного предмета відповідає стану людини, то вона отримує від контакту з ним задоволення, насолоджується його “красою”. У такому разі вона ошляхетнює зло і дисгармонію, де вони їй трапляються.

Зруйнована гармонія – це структурний елемент механізму творчості – породжує в людини схильність до руйнування гармонійного в навколишньому світі (згадайте Герострата, який спалив диво світу – храм Артеміди: найдосконалішу, яка тільки існувала, рукотворну гармонію), до негативних масових психічних станів, наприклад, паніки, ейфорії, масової непокори тощо.

Людина з порушеним механізмом почуттів байдужа до краси і гармонії, її почуття “працюють” рідко, бо їх замінюють емоціями. Емоції спричинюють рухи реактивні, імпульсивні, що завершуються некерованими афектами. Вчинками такої людини керує не вона сама, а зовнішні впливи, незалежно від модальності, вона прагне до знищення всього, побудованого за законами гармонії, заради єдиної мети: само-убезпечення від перегріву енергією власного “Я”. Людина-виконавець не здатна до відкриттів, винаходів і створення художніх образів.

Почуття пов’язані з емоціями та інстинктами, однак їх не можна ототожнювати. Почуття за способом перебігу, за силою переживань і психічною напруженістю поділяються на: 1) настрої, 2) пристрасті, 3) афекти та 4) катарсис.

Почуття регулюють нашими діями і вчинками: усвідомлено або несвідомо виконують функцію координаторів діяльності; містять інформацію та енергію про наше оточення і наш стан. Тому почуття – не тільки регулятори дій і вчинків, а й виконують функції прогнозування успішності дій і діяльності. А розвиток почуттів (моральних, пізнавальних, прагматичних та естетичних) є питанням морального виховання.

Отже, перероблення чуттєво-інтуїтивного відображення здійснюється: сенсорними, перцептивними, дихотомічними, трихотомічними та комбінаторними діями. Вони утворюють доміанти, прагнення і спонуки – образи і прийняття рішення щодо поведінки у майбутньому, їх іноді розглядають нарізно і без урахування зв’язків між ними. Ми ж їх дослідили як цілісність, в одній – всі п’ять дій.

Почуття, таким чином, залежно від рівня їх розвитку, підсилюють або зменшують енергію здатності людини до дій, сприяють або обмежують її творчий потенціал. А це означає: щоб регулювати почуття, треба знати їх назви і поєднувати в одну цілісність переживання. Знак почуття – це слово чи поняття, які його фіксують засобами мови, допомагають дійти до переживань двома шляхами: від самих почуттів і ззовні – від назви до їх переживання. Тому знак – це код, завдяки якому людина стає здатною відродити минулі образи і думки, пережити їх знову і знову, а також підсвідомий зміст субсенсорного відображення, інтенцію перетворити на усвідомлене переживання – регулятор дій і поведінки.

В цьому і полягає сенс чуттєво-інтуїтивного відображення – *культури почуттів як системи удачностей оцінювання предметів і прийняття рішення діяти так чи інакше.*

Психомоторика – орган творчості

У рік у дитини починає працювати механізм психомоторики (у тварин сенсомоторика) – це відбувається, коли дитина починає самостійно стояти і ходити. До цього часу малюк був прикутий до середовища як його частина; тепер він пізнає і оцінює почуттями світ, пересуваючись у просторі, а рука стає першим органом не лише рухів, пізнання, а й творчості. Тварини роблять це мордою – обнюхування, роздивляння і запам'ятовування навколишнього світу.

До половини першого року дитина живе, керуючись формулою:
енергопотенціал: витрачання – відновлення – нагромадження енергії.

Згодом у дитини починає працювати другий механізм творчості – почуття. І відповідно вона керується другою формулою життя:

почуття – енергопотенціал.

А коли їй виповнюється один рік, то набуває сили третя формула життя:

психомоторика – почуття – енергопотенціал.

Отже, за перший рік життя дитина двічі змінює формулу життєдіяльності. А переходячи до нового стану, починає вчитися користуватися психомоторикою.

Дитина, пізнаючи за допомогою психомоторики світ, опановує простір власних рухів, час тривання рухів, і сили, які діють у цьому просторі і часі і чинять їй опір. Так малюк опановує фізичний світ.

Психомоторне пізнання – величезна праця, яку кожен повинен виконати самотужки. Бо це пізнання не можна здійснити, запам'ятавши найточніші словесні формули, математичні викладки – ніщо його не замінить: цей фізичний світ треба відобразити, оцінити і вивчити за допомогою почуттів самотійно.

Що ж таке живий рух і діяльність людини? Психомоторна і розумова діяльність, як ви вже зрозуміли, – дійсне буття людини: діючи, людина стає вільною. Психомоторні дії, якщо стають досконалими здатностями, можуть бути засобами творчості.

Тільки виконуючи дії, людина *виявляє свою творчу сутність і свою індивідуальність*. А система дій (психомоторних, пізнавальних, естетичних, моральних тощо), яку опанувала людина, є простором її свідомості.

Чому? У психомоторній дії людина розрізняє себе – стан свого тіла – і рухи, усвідомлює в собі дві протилежності: “систему – Я-предмет”. І оперуючи цим Я-предметом, опановує і підпорядковує його своїй волі, скоряє, долає опір діям; мислить ними, переживає його і уявляє бажаний майбутній предмет ще до закінчення дії.

Справді, рух мислячого людського тіла – невичерпне джерело смислів і духовного змісту.

Ось де починається розвиток мислення і волі. Під час дії людина залишається вільною від плину живого руху; ця незалежність дає їй змогу керувати власними рухами згідно з метою подібно до того, як вона оперує предметом, розташованим поза нею.

Процес оперування предметом – процес вияву і розвитку здібностей мислення, почуттів і уяви; бо вони дієво виявляються під час розв'язування задачі і в цій самій роботі вони розвиваються.

Для дій мислячого тіла людини немає обмежень, коли вона розв'язує завдання, оперуючи і створюючи предмети найскладніших просторових конфігурацій і розмірів. Наприклад, вухо або око – теж органи мислячого тіла, здатні лише створювати відображення – перетворення зовнішніх та внутрішніх подразнень на психічні факти. Тому процеси творчості – відкриття, винаходи і створення художніх образів – недоступні для них.

Живий рух і дії людини регулюються її образами, почуттями, думками. У живому русі зароджуються елементи думки, виникають і працюють поза нашою свідомістю.

Отож, щоб розвивати мислення, треба навчитися: 1) дослухатися до себе, 2) розуміти “мелодію” психомоторної дії, 3) розрізняти її приховані смисли і робити їх власним здобутком.

У два роки малюк уже використовує психомоторику для вимови слів, розуміє смисл, закодований у слові, і стає здатним виконувати чужу волю. Спілкуючись з дорослими, він:

- нагромаджує для життя словниковий запас – почуттів, образів і смислів для регуляції власних дій;

- не відокремлює поки що себе від довкілля;

- тому може доцільно діяти тільки за чужою вказівкою: у цьому віці він найслухняніша (і приємна для батьків) дитина.

У три роки починає діяти на оточуючих силою слова:

- а) відокремлює себе від середовища і стає автономною цілісністю, спрямованою на пізнання – стає “чомучкою”;

- б) усвідомлює свій суверенітет – створюється особисте “Я”, і дитина починає діяти від власного імені, подає команди, просить і наказує, створюючи програми дій і перелік вимог до дорослих, щоб задовольнити свої бажання руками і силами дорослих;

- в) прагне підкорити дорослих своїй волі – робить це досить вишукано і навіть майстерно.

Відтепер для малюка його бажання – образ, почуття, думка – не просто сигнали, як крик або плач, а безпосередні регулятори його дитячої діяльності.

В оптимальному стані людина, виконуючи дію, може точно регулювати свої біодинамічні властивості, керувати: а) силою рухів, б) їх швидкістю, в) темпом і ритмом. Результатом дії буде її: координованість, точність рухів і влучність, зовнішнім виявом чого є спритність і пластичність як естетичні якості психомоторики. Ці здібності – перші кроки до психомоторної творчості.

Людина здатна керувати властивостями своєї психомоторики тільки частково і лише в діях, які добре завчені, а під час навчання діям виявляється її закріпачення, скутість рухів – вона перебуває в стані аварійності.

Дії незграбної людини втратили спритність і пластичність, у неї певною мірою порушується точність і особливо влучність рухів, натомість вони набувають скутості, порушення координації та негативних рис.

Про що це свідчить? Це свідчить про стан глибокої втоми або початок хвороби рухів.

Механізм відображення невідчутного

Коли починається мислення

З віком дії малюка, крім інших, набувають креативних властивостей; вони стають дієвим засобом поєднання минулого з сьогоденням і засобом створення майбутнього. Малюк здатен здійснювати не лише уявляючи або подумки, а практично: робить майбутнє тут і тепер – сьогодні.

Думка разом з почуттями та образами в одному пориванні дозволяє дитині робити впевнені кроки до себе самої.

І, отже, світова загадка механізмів творчості може бути розв'язана, якщо знати:

а) живий рух і думка людини – одне й те саме, але вони розглядаються з різних боків: думка – внутрішній рух, рух зовнішній – її відображення;

б) мислення і рух – властивості мислячого тіла; розвиваючи одне, ми розвиваємо і все інше в механізмі творчості;

в) індикатор якості мислення – точність і спритність живого руху, – і навпаки.

Як же здійснюються мислення і живий рух?

Будь-яка зміна всередині тіла, спричинена живим рухом, виражається зміною в способі дії і одночасно в мисленні. Виходить, щоб навчити людину мисленню, треба старанно досліджувати власний спосіб дій, передусім свого мислячого тіла.

Дитина, яка нормально розвивається, після 3-х років життя стає “чомучкою” і починає діяти за четвертою формулою:

мислення – психомоторика – почуття – енергопотенціал.

Що ж свідчить про початок роботи мислення?

Цей момент у житті дитини почувають (але не знають) усі: малюк починає ставити запитання, десятки, сотні запитань...

Що таке дитяче запитання? Малюк усвідомив, що навколо існує відоме і невідоме, тобто він став здатним зрозуміти дихотомію – поділ всього у світі на дві протилежні частини.

Невідоме викликає в ньому стан дискомфорту, незручності. Але він самотійно ще неспроможний звільнитися від дискомфорту – перетворити невідоме на відоме. Йому потрібна допомога – і малюк

звертається до дорослого зі своїм невідомим, висловленим у формі запитання.

Ставлячи запитання дорослому, 3-річний малюк поступово починає усвідомлювати невідоме через відоме, а в невідомому визначати для себе завдання.

З усвідомлення невідомого і починається мислення.

Невідоме залучає до активності мислення. І це відбувається у кожної людини незалежно від віку. Невідоме, таємниця, загадка ваблять дитину, і вона намагається перетворити їх на відоме. Щоб перетворити невідоме на відоме і опанувати його, треба мислити – розв’язувати завдання, яке містить невідоме, набувати знань, щоб ними користуватися.

Невідоме примушує мислення розв’язувати завдання: пізнавальне, моральне або естетичне.

Мислення – перетворення невідомого на відоме: мислення має початок – усвідомлення невідомого як завдання; середину – процес його розв’язання і кінець – висновок у формі знакової системи або створеного: речі, предмета.

Що активізує роботу механізму мислення?

Активатори мислення

Ми вже встановили: зустріч з невідомим, незнайомим. З тим, що вперше з’явилося перед дитиною (дорослим – теж), або з тим, що ми віднайшли вперше в добре знайомому, навіть звичному. Тобто механізм мислення вмикається в активність, *стикаючись із неймовірним в очевидному*.

Що відбувається далі? Зустріч з невідомим викликає подив, а іноді з’являється і страх. А зазвичай ми відчуваємо дискомфорт – внутрішню незручність.

Як від цього звільнитися, щоб повернутися у свій звичний прийнятний комфортний стан? Існує єдиний спосіб. Розв’язати завдання, тобто перетворити невідоме на відоме.

Для цього мислення користується своїми інструментами: думкою і системою думок – міркуваннями. За допомогою цих інструментів мислення:

– встановлює зв’язок між відомим і невідомим;

– відшуковує аналоги невідомого, створюючи новий образ, думку про нього, а якщо це не вдається зробити, то робить відкриття того, чого ще не існувало;

– отриманий продукт: образ, думку, аналог нового – перетворює на словесну, знакову систему (наприклад, математичне рівняння) або на форму створеного із природного матеріалу предмета.

Мислення – механізм перетворення невідомого на відоме. Мислення закінчує працювати, коли невідоме перетворюється на відоме, завдання або проблема розв’язані, а дискомфорт – зникає.

Але цей стан тимчасовий: кожне розв’язане завдання (пізнавальне, моральне, естетичне) породжує нові і нові завдання.

Невідоме співіснує з відомим, і так до нескінченності.

Ось чому творча людина приречена розв’язувати завдання все своє життя.

“Вік чомучки” – вік відкриттів, винаходів, створення образів для себе.

Одночасно цей вік – лінгвістичний вік. Відомо: якщо в родині розмовляють чотирма мовами і до малюка звертаються: батько – однією, мати – другою, дідусь і бабуся – третьою і т. д. – то від трьох з половиною років він вільно спілкується з усіма “їхніми” мовами. І це все без підручника, вчителя, оцінок; процес учіння відбувається невимушено, вільно, природно, чужі мови мовби вливаються в дитячу душу із мовного середовища. До того ж дитина, спеціально не навчаючись, стає поліглотом і перекладачем цих мов.

У процесі спілкування дитина не вчиться мовам, а лише діє багатьма мовами.

Мислення – інструмент людини для пізнання властивостей предметів та явищ дійсності, які неможливо відчутти, відобразити органами чуттів.

Міра всіх речей – Людина. Цю міру якості речей уже знали стародавні греки, а Протагор звів її до формули розуміння сутності людини та її творчого начала.

Правильне мислення – творіння добра; хибне, спотворене мислення – внаслідок дій залишається бруд, зло, руйнування. У людини мислення є засобом пристосування до умов праці; за певних умов воно стає інструментом творчості, або навпаки: за інших обставин – просто може виключитися з активності на тривалий час, на роки, переходячи в “сплячий” режим, простоювати без роботи.

Спочатку в малюка процеси мислення безпосередньо вплітаються у психомоторні дії, пізніше – у підлітків і юнаків – процеси мислення відокремлюються від дій, що дає змогу оперувати образами, почуттями або думкою про предмет, не торкаючись його руками.

Через усвідомлення у відомому невідомого, загадкового, таємничого виникають нові мотиви мислення (потреба зрозуміти, з'ясувати незрозуміле, розв'язати пізнавальне або практичне завдання тощо), нові його форми й засоби.

У дорослого мислення стає особливою, не лише пізнавальною, а й теоретичною діяльністю, яка полягає в утворенні понять, оперуванні ними – функції “світлої голови”, – і практичному їх застосуванні – робота “золотих рук”.

Але сподіватися, що основним засобом розвитку мислення є навчання оперуванню знаковими системами, текстами або образами – неприпустима помилка, яка в дорослому віці спричинює байдужість до розумової праці, до власного мислення і особливо до розв'язання творчих завдань.

Для чого нам потрібне мислення?

Функції мислення

1. Отримувати знання. Для дитини: навчитися читати, писати, дивитися і бачити, сприймати, набувати досвіду тощо. Разом із мисленням ці функції може виконувати пам'ять через механізми запам'ятовування, збереження і відтворення здобутого людиною.

Але між продуктами мислення і механізмами запам'ятовування існують суттєві розбіжності.

2. Здійснювати регуляцію рухів, дій та діяльності. Образи, почуття та думки є безпосередніми регуляторами всіх наших виявів активності.

3. Здійснювати дослідження – обмірковувати процеси, явища та предмети, вивчати їх властивості, робити винаходи і створювати нові художні образи. Мислимо, аби розкрити невідчутні зв'язки між властивостями предметів або між окремими предметами.

4. Здійснювати перевірку, контроль та виявляти критичне ставлення до дій (пізнавальних, моральних та естетичних), бо в мисленні можливі помилки, а усвідомлення помилок – привілей почуттів.

5. Мислення як процес створення. Разом із мисленням і процесами пам'яті треба враховувати і акти творення, акти мистецтва, техніки – майстерності, здатності створити дещо з сировини.

Тут ідеться про дії, які, за мірками думки, створюють, спричинюють створення нового.

Втілення і відкриття – процеси матеріальних перетворень, що відбуваються завдяки роботі мислення; все, що виникає, виникає через діяльність, мистецтво, техніку.

Мислення людини – активність, яка живить її енергією та інформацією, забезпечує створення і конструювання нових явищ (духовних чи матеріальних – однакове) у навколишньому світі.

Де народжується думка

Чим мислення включається в роботу? Мислення приводиться в рух впливами ззовні. Зокрема, функції вмикачів виконують:

1. *Здивування*, подив. Зустрічі людини з невідомим викликають почуття неочікуваного, поєднуються із захопленням і повагою до нього. Подив створює щось дивне, привабливе, що й викликає інтерес до себе, підкоряє своїй владі і нібито благає людину: “Пізнай, що я таке...” Але цей стан викликається лише у людей в оптимальному психічному стані; стомлена або хвора людина байдужа до всього, що її оточує, вона занурена в себе саму.

2. *Задача, ускладнення*, невизначеність умов для початку дії. Ці психічні стани спричинені впливами ззовні. Вони переживаються людиною як ускладнення певної сили, нетямущість щодо сприйнятого і розуміння подій навколо себе. Думка в такому стані потрапляє в глухий кут і крутиться, як білка в колесі, без видимого руху. Почуття фіксують стан невизначеності сприйнятого, дихотомічно поділяють його на дві частини: відоме і невідоме. Уява не знаходить точки опори і кружляє навколо невизначеності.

Іноді завдання стає джерелом страху. Тоді людина розгублюється і втрачає контроль над собою. Ось чому так часто просять: “не завдавай йому клопоту, бо він від задач впадає в розпач”. Багато хто задач боїться, уникаючи їх.

Задача містить невідоме, переплетене з відомим, а щоб розв'язати її, треба відповісти на запитання: Що? Як? Заради чого? Тому людину треба так спантеличити, щоб розв'язання завдання не виходило з

її розуму. Це той стан, коли людина не знає, як діяти. Невідоме не лише не йде їй з думки, а й спричинює стан дискомфорту.

Треба чітко розрізнити завдання і задачі. Вони різні, і між ними – прірва. При виконанні завдання – в роботі користуються відомими правилами, шаблонами або стереотипами: одним або багатьма відразу – навіть тоді, коли щоразу вони змінюються залежно від обставин і мети завдання. Робота в процесі виконання завдання тяжіє до монотонності.

Задача завжди містить невідоме, яке вимагає індивідуального підходу, нестандартного вирішення, що і створює інтерес, зацікавленість під час її розв'язання.

Розв'язана *задача* перетворюється на *знання*, які засвоюються без опору і так званого методу повторення. Чому це так, відповісти неважко: задача здатна шукати, віднаходити всі необхідні для розв'язання знання і змінювати формули руху думки, які людина ніколи не забуває.

Наслідок роботи – зміни в довкіллі, а *розв'язана задача*, крім змін, містить *зачатки процесу розвитку*, що, зрозуміло, не одне й те саме.

3. *Дискомфорт*. Найпростіший стан у діяльності людини спричинюється завданням: сказали, що і як треба робити, – і попереднє внутрішнє напруження зменшується. Складніший психічний стан у спантеличеної людини: треба спочатку усвідомити невідоме у відомому, а потім у *невідомому знайти задачу*, яку треба буде розв'язувати.

Особливий психічний стан – дискомфорт. У такому стані важко визначити, що є відоме, а що треба визначити (невідоме). Людина відчуває якусь незручність, недостатність умов, потрібних для успішної діяльності, їй щось не дає спокою, бентежить. Думка про невідоме муляє, хвилює почуття, а уява змальовує різні образи і відомого, і невідомого водночас.

Задача завжди поза нами, а її вістря – всередині нас.

Задачі ставлять і люди, і обставини, а виникнення внутрішнього дискомфорту – свідчення того, що задача виникає всередині нас, сама знайшла людину і вимагає розв'язати себе до кінця. Завдання можна ігнорувати, не помічати його, відмовитися його розв'язувати, а ось із дискомфортом складніше: від нього можна звільнитися, тільки розв'язавши задачу.

Отже, у стані дискомфорту людині треба спочатку за зовнішніми ознаками знайти задачу серед невідомого, а потім діяти.

Чим ми мислимо? Запитання не риторичне. Назвемо речі те, чим ми мислимо:

- відомими речами або їхніми властивостями, щоб запам'ятати для використання;

- у діалозі із невідомим, обмірковуючи задачу;

- відповідаємо на запитання, які ставляться один одному;

- сполученнями невідомого і відомого, щоб очистити душу від незрозумілих і невиразних уявлень, для досягнення міцного і надійного знання;

- рухом думки від відомого до невідомого, щоб перетворити його на відоме: невідоме викликає сумнів, подив, стурбованість, а третє – нове знання – вдоволення, радість, стан натхнення для наступної дії;

- носіями думки є: образи, почуття, слова, поняття та символи – знаки думки і для інших людей;

- дією, діяльністю, що розв'язують пізнавальні, моральні, естетичні, психомоторні або творчі задачі;

- можемо мислити природною логікою речей – “золотим перетином” – і явищ, будовою, складом, функціями або їх відображенням – логікою понять;

- можемо мислити і саму думку, яка завжди пов'язана з безліччю своїх продовжень: думаємо думу свою.

Що таке думка?

Думка – інструмент мислення

Думка – це вже розв'язана задача; відображення напрямів мислення в просторі невідомого; схема минулих дій з образом, почуттями і з предметом.

Отже, думка – це: 1) інформаційна структура дії, яка її охоплює своїм змістом; 2) енергетична структура дії, яка відображає стан гармонійності, пропорції, ритму; 3) логічна схема майбутньої дії, її прогностична модель.

Де виникає думка? Там, де зароджується образ і почуття, – на межі відомого і невідомого. Отже, безпосередньо в системі “людина – предмет”.

Думка виникає в тому місці, де пізнавальні почуття фіксують неупорядкованість у системі, естетичні – наявність елементів дисгар-

монійного, а моральні почуття відзначають і оцінюють дію – виконану і майбутню – за мірками або критеріями “добра – зла”. І думка створюється у точці контакту людини, її думки і предмета – з природною речовиною або в стосунках з людьми.

Раніше йшлося про дійове мислення, коли регуляція рухів здійснювалась за допомогою думки, почування, почуттів, образу і була спрямована на опанування психомоторики. Людина користувалася здебільшого інформацією від власного тіла, дійовою думкою, яка була вплетена в тканину живого руху і існувала, поки виконується дія. Метою регуляції були точність рухів, забезпечення успішності наступної дії.

Робота з предметом (сировиною й предметами культури) вимагає уміння подумати про іншу інформацію. Тут уже йдеться про відчуття предмета, почуття від нього і його образу. І з них теж створюється думка. Коли думка виникла, то це означає, що ми розв’язали задачу, отримали відоме з невідомих властивостей предмета, пізнали певну його властивість.

Предметна думка – відображення теперішнього або майбутнього: найближчого, віддаленого і в перспективі; міркування – модель дій спрямованих на створення предмета.

Отже, думка, що регулює рухи дії, – продукт мислення, погляд на дію і позиція людини в психомоторній активності. Думка – елемент знання (свого чи чужого – не має значення); вона дає змогу пізнати себе, зрозуміти і навчитися втілювати думку, образ, почуття в матерію дії.

Таким чином, думка виконує три основні функції:

1) вона є енергетичним згустком, зарядом енергії, який створюється в процесі її зародження з почуттєвого матеріалу дії: вона начебто закручена пружина;

2) вона – образ: значить, предметний зліпок, за який чіпляється почуття, щоб створити потік енергії (до предмета і від нього), думка – ключ до енергетичної пружини механізму творчості;

3) вона – смисл: містить код, в якому зосереджений досвід застосування думки – керівництво до дії.

Кожен із нас може користуватися енергетикою лише тих думок (понять і символів), які він опанував, які стали інструментами (мислення і керівництва діями), частиною його єства. Усі інші думки для нас нейтральні: вони – порожній звук, який можна відтворювати в

будь-який спосіб, або знаки китайської мови, нам не зрозумілі, бо вони не несуть нам ні енергії, ні інформації.

Завдання мислення – *точність відображення образу і думки*, а завдання творчості – *новизна відкриття, винаходу або художнього образу*. Але творчість без точності мислення неможлива.

А що вимикає мислення?

Вимикачі мислення

Більшість людей живе, застосовуючи запозичені, запам'ятовані знання: вивчив – відтворив, побачив – зробив, почув – розповів тощо. Тобто вони – звичайні транслятори чужого: знань, навичок і умінь – і ними, без переробки на свій лад, не думаючи, користуються. Живуть за принципом: **сприйняв – запам'ятав – відтворив**. Зрозуміло, тут про процеси мислення не йдеться: вистачає і сил пам'яті. Назвемо деякі з факторів, що “вимикають” із активності мислення.

Стереотипи. До них належать соціальні, професійні, побутові тощо спрощені та схематизовані уявлення про предмети і явища. Вони використовуються як зразки для механічного наслідування. Стаючи звичними, стереотипи перетворюються на навички і застосовуються несвідомо – автоматично. Сприйняття, класифікація і оцінка подій відбуваються не внаслідок розмірковування, а відповідно до наявних стереотипів.

Принципи і закони. Вони відрізняються від стереотипів тим, що передають адекватні і точні смисли систем думок, образів і законів. Вони перевірені на істинність і використовуються в навчальній, науковій та поведінковій діяльності, їх перевага над стереотипами полягає в тому, що вони зрозуміліше передають ці смисли.

Формули – означення предметів, явищ і процесів- виражають смисли словами, літерами або сукупністю чисел, які пов'язані між собою кількісно, якісно або в міру їх природної сутності.

Сентенції – положення (думки, судження), висловлені у формі пропозицій, рекомендацій, правил, які є продуктами зрілої здатності судження талантів і геніїв людства щодо морального змісту поведінки і життя людини. Тому вони мають морально-повчальний характер.

Канони – навчально-напучувальні основи життя та діяльності, які вказують людині на дещо значне, цінне і помірковане. Це система

твердих встановлених правил, норм дій і поведінки або діяльності людини. Вони виконують роль нормативного зразка для наслідування, панівної форми і моди в житті та мистецтві. Канон – “узаконений” спосіб діяння, правило і обов’язок діяти так, а не інакше. Виконувати канонічні дії – наприклад етикет, слід, безумовно, внаслідок суспільних вимог, а не внутрішніх стимулів.

Прислів’я – популярні правила, встановлені здоровим глуздом. Людина, яка користується здебільшого формами узагальненого знання, блокує своє мислення аж до припинення його роботи: навіть мислити, міркувати, коли все вже давно всім відоме. Над нею домінує чужий досвід. Користуючись ним, вона перетворюється на виконавця, здатного лише копіювати дії, навички і знання.

Неважко зрозуміти і те, чим відрізняється виконавець від людини, яка діє творчо.

Разом з тим штампи свідомості можна використати для розвитку творчих здібностей, якщо застосувати критичний метод дослідження джерел і умов створення підвалин стереотипів, що змусило людей так мислити. Бо в процесі мислення був рух думки від незнання до знання.

За предметами мислення розрізняють такі його види: мислення образами, почуттями, думками і системами думок, поняттями та символами. Схильність людини до того чи іншого типу мислення може виступати і як типологічна особливість.

Природні можливості мислення кожної людини реалізуються в процесі: а) взаємодії з невідомим; б) вивчення ходу думок талантів і геніїв у пізнанні ними предметів і явищ; в) засвоєння надбань людства (здобутків ноосфери).

В оптимальному стані людина впевнена в собі, завжди діє так, що в очевидному знаходить неймовірне. Вона знає: розв’язана задача породжує множину задач, цікавіших за попередню.

Справжнє задоволення творча людина отримує не від результату, а від процесу створення предмета, думки, образу, почуття.

Людина дослухається до себе, розуміє себе і тому користується інтуїцією. У процесі заучування матеріал спочатку осмислюється, а потім запам’ятовуються його смисли. Але все це можливо, коли вона перебуває в оптимальному стані – готовності до творчості.

Коли мислення не може знайти у відомому невідоме, а у невідомому задачу, тоді в заучуванні покладаються на кількість повторень,

на силу механізмів пам'яті. Так неусвідомлено підміняється механізм мислення роботою пам'яті, а робота думки при цьому блокується. Це – ознаки порушення єдності мислення і пам'яті, що є характерним для ерудита.

Якщо ж механізм мислення перебуває в бездіяльному стані, природний процес осмислювання підміняється механічним запам'ятовуванням, а людина всюди діє відповідно до відомих стереотипів і тому виявляється здатною лише до механічної роботи.

Відображення неіснуючого

У п'ятирічної дитини вмикається і механізм уяви – здатності поетичної душі до творчості.

Свідченням того, що механізм уяви почав працювати, є те, що дитина може вільно (зрозуміло, поки що неусвідомлено) оперувати відображенням: думками, образами, почуттями – і стає спроможною:

– розрізняти образи, почуття, думки і практичну дію, в якій вони зароджувалися і співіснували в неподільній єдності, а тепер вона здатна оперувати ними окремо;

– вивільняти образи, почуття і думки від влади над ними пам'яті, хоча ці відображення пов'язані з процесами збереження і відтворення закладеного в пам'ять генетичними ланцюгами;

– ментально змінювати образи почуття і думки про предмет, не торкаючись його руками;

– діяти з цими відображеннями, отримувати нічим не обмежену волю і свободу дій, звільнитися від стереотипів, що і веде людину від простого перетворення завченого матеріалу до творчості – втілення нових форм і якостей у предметному світі;

– за допомогою уяви створювати і руйнувати віртуальну реальність, не зачіпаючи дійсного навколишнього світу.

Неважко здогадатися, що дитина зробила в собі ще один переворот, змінила формулу життя і діяльності. Відбулася зміна структури механізму творчості і додався до активності новий, що був до цього часу другорядним, інструмент механізму творчості – уява.

П'ята формула життя набула такого вигляду:

уява – мислення – почуття – психомоторика – енергопотенціал.

Уява – психічний процес і механізм, продукт активності у створенні людиною нових образів, уявлень, думок. Уява та її дії пов'язані з абстрагуванням, яке виконується разом з мисленням та енергетичною почуттів. Завдяки уяві людина може передбачати свої майбутні дії та результати: в кінці процесу праці вона отримує продукт, який на початку був створений уявою, у формі образу, системи думок або концепції. Процеси уяви треба розглядати як дійову репетицію майбутнього.

Але уява – це інструмент руйнування стереотипів, який торує шлях до відкриття, винаходу і художнього образу.

За осмисленістю нових образів розрізняють: а) мимовільну уяву; б) довільну; в) захисну уяву, за допомогою якої людина абстрагується від руйнівних впливів і зберігає свою енергію від спалювання негативними почуттями (цей феномен відомий: учень сидить у класі, але його немає на уроці).

Уява – трансформатор нових образів

Уява та її процеси тісно пов'язані із сприйняттям, емоціями, пам'яттю, мисленням, мовою. К. Д. Ушинський зауважував: розвинена уява є приналежністю великого розуму.

Уява – це не здатність фантазувати, будувати гіпотези, а інтуїтивна можливість бачити сутність предметів – їх природну логічність. В оптимальному стані уява користується почуттями гармонії – кодами “золотого перетину”. Уява комбінує образи ще не існуючих предметів, процесів, явищ, користуючись при цьому не лише матеріалами пам'яті і почуттів. У діях уяви бере участь і мислення.

З почуттями предмети і явища нам надаються. Переживаючи їх, людина дає їм оцінку, потім залучається до роботи мислення, яке здійснює: а) перетворення невідомого на відоме; б) попередження або подолання аморального вчинку; в) перетворення дисгармонійного на форму більш досконалої гармонії.

Коли мислення, стикаючись із невідомим, моральним або руйнівним у житті або діяльності, буває безсилим у розв'язанні цих задач, на допомогу приходить уява.

Уява створює образ невідомого як образ відомого, тобто його гіпотезу – предметний зміст і сенс, в якому відбувається саморух почуттєвого і смислового начал.

Механізм уяви синтезує почуття в думку, наслідком чого є створення нового образу або судження про невідоме в задачі. І це все відбувається в розумовому, ментальному плані.

Тому уява має, природно, практичне, а не споглядальне значення. Вона – інструмент практичного цілеутворення, перетворення предметів. Уява людини – її здатність побачити, розгледіти новий предмет у його майбутньому стані і в новій формі.

Уява – ключ до створення майбутньої реальної форми і змісту бажаного, того, що треба створювати. Отже, **образ уяви – початок здійснення мети.**

Наше минуле в кожний даний момент, тобто пам'ять, існує для нас у зв'язку з нашою потребою і її спрямованістю на майбутнє. Минуле, якщо воно претендує на дієвість, а не виконує роль досвіду (позитивного і негативного), – завжди існує лише в формі майбутнього.

Як це зрозуміти? Адже в уяві бажаний предмет – мета – передбачається нами як уже існуючий, реальний. Діючи, людина трансформує предмет не просто уявно, а насправді. Причому у згоді з його природною міркою, яку в ньому визначають почуття. Зрозуміло, мірка може бути точною або помилковою, і тому під час дії зі створюваним предметом постійно визначається відповідність його властивостей певній мірці.

Уява – виявник гармонії, прихованої в сировині майбутнього предмета. Уява відшукує і уточнює разом з почуттям природні мірки – гармонії предметів і діє, користуючись ними; виробляє разом з мисленням правила роботи психомоторики зі створюваними предметами.

Продуктивна уява вперше створює предмет. Конструює в образі його до того, як він стане реальним, зробленим. Уява передбачає те, чого ще не існує. Вона допомагає робити відкриття, знаходити нові шляхи розв'язання задач і проблем. А кожному з нас – доцільно працювати.

Сказане про функції продуктивної уяви стосується і створення уявлення про свій життєвий шлях, погляду на самих себе суб'єктивно. Адже ми – центр бачення світу, сучасного і прийдешнього, і себе в ньому. Хто не бажає подивитися на себе через якийсь час і чітко побачити плани на майбутнє?

Уява – вимога людини до себе: бачити себе не тільки такою, як тепер, а й домагатися повноти і яскравості життя. Спроба бачити себе величним і найкращим – це не примха, не допитливість, не розкіш. Це – не відрив від реальності, а навпаки – кроки до самого себе, до своєї досконалості.

Уява – продукт синтезу багатьох образів в один. За змістом продукт уяви може бути в широкому діапазоні дійсності: від фантастичних мрій до творчих образів. Але так чи інакше вони як почуття, думки і поняття стають безпосередніми регуляторами:

- життєдіяльності людини на багато років вперед;
- вчинків – дій, що створюють соціально-культурні цінності;
- дій – процесу розв’язання розумових або психомоторних задач, якими людина перетворює невідоме на відоме, нове для себе і для інших.

Продукти уяви – образи, створені спільною роботою з почуттям, здатні прокладати шляхи із сучасного в майбутнє, будувати силами душі те, чого ще не було в даному місці і часі, але можливість існування якого передбачалась.

Ось чому минуле – знання, уміння та навички учня – в кожному житті повинні існувати у свідомості із спрямованістю в майбутнє.

Пам’ять, яка навантажується знаннями, уміннями та навичками, не може слугувати людині основою активності і дієвості. Пам’ять призначена бути сховищем досвіду, минулого. А творча людина спрямована на майбутнє – прагне вирватися із сучасного в майбутнє своїх створінь.

Здорова уява, не затьмарена фантазією, поза діяльністю людини просто не існує. Здорова уява завжди працює: в роботі людина трансформує предмет або сировину не просто уявно, а й насправді – за допомогою уяви людина прокладає шлях до бажаного, передбачає технологію його втілення, контролює практичне її застосування.

Уява працює разом з інтуїцією і здатна не лише створювати образ майбутнього предмета або речі, а й відшукувати природну мірку предмета – логіку його будови.

І тому людина здатна творити так, як сама природа. Так започатковуються здатність до відкриттів, здатність до розвитку техніки і технологій, способи розв’язання задач і проблем, з якими щоразу стикається людина.

Уява – сенсорна сфера та інтуїція

Ми вивчали особливості процесу становлення образу залежно від активності сфер психіки – свідомості і процесів, що здійснюються під порогом свідомості. Вивчалися свідомі і сенсорні дії – якісно відмінні психічні явища, не першорядні і другорядні, а механізми, які можуть працювати, підсилюючи один одного в розв’язанні задач творчості і життя.

Г. С. Костюк дійшов висновку, *що становлення образу предмета відбувається шляхом трансформації гіпотез про невідоме – предмет, що сприймається в ускладнених умовах.*

Досліджувані Г. С. Костюка сприймали предмет, який у темряві освітлювався спалахами імпульсної лампи. Кожний імпульс світла додавав нову інформацію, яка уточнювала гіпотезу про справжній вигляд предмета.

Вихідна умова: людина зіткнулася з *невідомим – задачею*, яка спричиняє дискомфорт. Що з людиною відбувається? Почуття оцінило ситуацію – невідоме, що й спричинило стан дискомфорту; мислення задачу сформулювало – треба повернутися до приємного стану, перетворити невідоме на відоме. Але засобів розумових дій і енергії для швидкого розв’язання задачі в людини бракує – виникає *стан мук під час втілення гіпотез*: усвідомлюється задача і відбуваються пошуки можливостей її розв’язати.

На допомогу почуттям і мисленню приходять уява і створює ряд гіпотез-образів: а) бажаного предмета – розв’язаної задачі; б) дій розумових і психомоторних, завдяки здійсненню яких вона буде розв’язана. Образ уяви порівнюється з наявною інформацією про оригінал і приймається рішення про міру їх адекватності. І цей процес продовжується, поки в людини нагромадиться достатня енергія – і тоді образ-гіпотеза і предмет стануть адекватними, що й було метою, бажаним.

Шляхом взаємодії відчуттів, почуттів, уяви та мислення людина створювала гіпотези, користуючись **минулим і сучасним** – неповним образом предмета до моменту розв’язання задачі: коли образ стане адекватним предмету. Свідома думка схильна користуватися стереотипами і пристосовує відомі способи розв’язання задач до нових умов. А щоб вийти за межі стереотипів, треба мати достатній рі-

вень енергії. Причому трансформація гіпотез може бути вербалізованою на всіх етапах становлення образу предмета.

Становлення образу предмета через трансформацію гіпотез про невідоме – предмет, що сприймається в ускладнених умовах, може розглядатися як модель творчого процесу. У моделі визначені всі механізми перетворення невідомого на відоме: здійснюються відкриття, винаходи і створюються художні образи.

Разом з тим існує механізм перетворення змісту і послідовного зорового образу.

Організація дослідження. Ми вивчали механізм створення сенсорною сферою цілісних образів із нецілісних предметів. За основу випробувань бралися деякі уявлення про механізми пам'яті – надійного “сховища” знань, досвіду, смислів. Усе минає, але все залишається в пам'яті. Розглядатимуться несвідомі способи перетворення образів, того, що оминуло фокус свідомості і мимовільно запам'яталося й залишилося у сховищах пам'яті.

Послідовний образ – феномен сенсорики – дає змогу “бачити, чути, смакувати” тощо – зміст відображеного й неусвідомлюваного. У змінах послідовного зорового образу можна “бачити” природні, незалежні від свідомості і волі, перетворення його форми і змісту, спостерігати те, що відбувається відповідно до законів психіки. Послідовні образи характерні для сенсорних систем і з енергетичної точки зору вони – *метаболичні хвости від енергії зовнішніх впливів*.

Образу натуральному кольорі – перша фаза. У ній дублюється форма блищу й джерела світла – один до одного.

Сутність цього виражається так: 1) якийсь час образ утримує свою інтенсивність, 2) потім, замість того, щоб почати гаснути, – підвищує свою яскравість, нібито бере енергію з нових джерел.

Ми маємо тут справу із спалахом послідовного образу. У цьому образі нічого дивовижного і – тим більше – страшного. Душа й тіло мають здатність боротися за збереження енергії та інформації.

Феномен спалаху образу близький до ремінісценції.

Спалах послідовного образу відбувається в лічені секунди (від 10 до 15 секунд), а ремінісценція виникає через більший проміжок часу – рахунок іде на дні.

Спалах послідовного зорового образу – явище енергетичного походження. “Осяяння” – те саме, хоча містить ще й інформаційну

складову. Людина, в якій з'являється спалах образу, має оптимальний енергетичний потенціал.

Отже, механізм інтуїції і “спалах” послідовного образу – явища споріднені: вони елементи одного механізму.

Образ із перебігами додаткових кольорів – друга його фаза. З “темряви” через деякий час – лічба ведеться на секунди – виникне послідовний образ оригіналу в додаткових кольорах. У кожній людині забарвлення образу різні.

Чому ми, сприймаючи ахроматичне світло – біле і всі відтінки до сірого й чорного – бачимо в послідовному образі хроматичні кольори предметів? Виходить, що людина, завдяки своєму органу чуття – оку, – здатна працювати як призма.

Природа дала людині здатність **аналізувати сенсорне відображення** поза її свідомістю, волею й мисленням. Сенсорика людини може розкласти на складові сонячний промінь, пропускаючи його, нібито крізь призму, у спектр із семи кольорів. Але в послідовному образі можна аналізувати лише одне – світло, а ось синтезувати – нічого, бо світло – синтез різних електромагнітних коливань.

Отож, людина приречена на творчість над матеріалом від *сенсорних образів і в тому числі від послідовних образів до абстрактних понять*, у змісті яких майже неможливо знайти чуттєві підвалини й усвідомлені зв'язки.

Негативний послідовний образ – третя його фаза. Він починається із світання, перетворення енергії і інформації на сенсорний факт із новим забарвленням образу.

Отже, наша почуттєва сфера користується знову-таки суто розумовим прийомом – *запереченням*: біле робить чорним. Прагне довести істину математичним шляхом – *доведенням від протилежного*.

Оптимальний стан людини характеризується наявністю трьох фаз послідовного зорового образу: а) у натуральному кольорі предмета,

б) у додатковому кольоровому забарвленні, в) в образі-негативі – темному на світлому фоні.

Якщо тривалість образу зростає до 2–4 хвилин і більше, виникає рухливість образу, порушується його структура, наближається або віддаляється джерело світла, повторюються одні й ті самі його фази або окремі фази відсутні тощо – усе це свідчить про надмірне навантаження і його негативні наслідки – втому.

Тривалість “бачення” образу менше ніж 25 с свідчить про енергетичне виснаження. Якщо ж образ триває менше 6 с і людина не “бачить” додаткових кольорів, то це прихований дальтонізм – несприймання кольорів.

Підсвідоме навіювання мотивів. Наприкінці 60-х – початку 70-х років психологи на матеріалі кінематографа розробили спосіб впливу на маси людей. У кінострічку з 24 кадрами за одну секунду вмонтували 25-й кадрик. У ньому був напис рекламного характеру: наприклад, “Пийте кока-колу!” або “Купуйте товари нашої фірми!” тощо. Зрозуміло, кадрик з’являвся на не вловиму свідомістю мить – 1/24 секунди. А коли фільм триває 2 години, то 25 кадриків перед очима побуває десятки тисяч разів. Але ніхто з глядачів його не побачить: око неспроможне засікати і усвідомлювати смисл тексту.

Після перегляду кінофільму глядачі, всупереч своїй волі, точно виконували заклики, запрограмовані інформацією 25 кадру. Люди купували товари, пили напої, з азартом виконували завдання. Потім отямлювалися в стані збентеженості. Аналіз вчинків, які вони чинили, не підлягав логіці: людина купувала товари, які їй не потрібні; вона виконувала чужу волю всупереч своїй. І людина доходила висновку: зі мною відбулося щось негарне, якась хвороба охопила мене, я втратила розум, бо діяла всупереч собі. Багато “глядачів” потрапили до психіатричних клінік з душевними хворобами. Міжнародна асоціація кінематографістів заборонила “25-й кадр” у кінострічках як антигуманний спосіб впливу на маси людей.

Так от, сенсорна сфера у відображенні може:

а) читати тексти, які свідомість не сприймає, перетворювати знакові системи у смислові структури – в установки, які стають регуляторами свідомих дій і вчинків;

б) синтезувати закодовані смисли в мотиви і образи дій, протилежні свідомим потребам і здоровому глузду;

в) оцінювати власні дії відповідно до навіяної програми поведінки.

Усі ці сенсорні дії відбувалися так, як і свідомі розумові дії. Сенсорне навіювання передбачає безконфліктний спосіб приймання інформації ззовні, оминаючи механізм критичності людини – її мислення, почуття та уяву, переживання навіяного як особистого надбання, спонуки до дії.

Факти створення нової інформації в сенсорній сфері. У результаті проведених досліджень сприймання незавершених оригіналів встановлено, що їх послідовний образ поступово або відразу стає замкнутим, цілісним. Краї розірваного кола “линуть”, підкоряючись якійсь невідомій силі, назустріч одне одному і зливаються в цілісну фігуру – і коло стає повним.

У трикутника без вершини, кола з розривами країв, хаотично розкиданих крапок, хаотичних ліній – існує феномен створення елементів у послідовному образі. У трикутника створюється вершина, а лінії і крапки перетворюються на замкнуті і цілісні фігури.

Сенсорна сфера людини генетично первинна: вона працює там, де немає ще сприймання, де немає усвідомлення предмета. Разом з тим сенсорика здатна до **операцій аналізу, ремінісценції, інтуїції і запозичує у свідомості** вміння читати тексти (*парадокс 25 кадру в кінематографі з метою підсвідомої реклами*), розуміти їх, регулювати дії і вчинки. Тому вона – дуже елементарна і висока теоретична активність душі, пов’язана з творчістю людини.

Сенсорна сфера здатна перетворювати і доповнювати образи деталями, яких бракує в оригіналах: із хаотично розпорошених елементів сприйняття створює цілісності. З наших дослідів випливає, що інтуїція здатна не лише допомагати людині *вгадувати дійсний стан предмета*, а й а) підсилювати, б) доповнювати і в) трансформувати послідовні образи.

Продуктом роботи інтуїції і уяви є перетворені чуттєві і почуттєві образи предметів, думки і почуття, те, чого не існувало ані в досвіді людини, ані в реальному житті, в діяльності.

Уява – процес свідомий. А от шляхи інтуїції і уяви до перетворення – різні, хоч вони користуються одним і тим самим матеріалом – образами, почуттями, думками.

Інтуїція працює самопливом, саморегулюючись і без свідомого контролю за цим процесом, без попереднього плану дій і всередині нас – підсвідомо. Завдяки цим процесам задача розв’язується мимовільно, і її результат – перетворений зміст, або смисл, або форма предмета – самочинно “впливає” у сферу свідомості. Відбувається її осяяння: неочікуваним поглядом на події, схемою наступних дій, новим образом або думкою, що відразу перебудовує людину, змінює її спрямованість, потреби, інтереси, почуття і бажання.

Уяву скеровують і контролюють наші потреби й інтереси, почуття і бажання, що викликають перетворення образів і думок – відображень умов і смислу задачі.

Отже, продуктом інтуїції і уяви є перетворені почуттєві образи, яких не існувало в досвіді, житті, діяльності.

Вони користуються одним і тим самим – матеріалами образів, почуттів, думок. А засоби перетворень інтуїцією і уявою – різні:

а) регулятори свідомих дій – *образи, почуття і думки*.

б) регулятори сенсорних процесів (ремінісценція, інтерференція, інтуїція) – *гармонія і її властивості: цілісність, гармонійність, пропорційність* тощо.

Дія сенсорних регуляторів виражається в природному прагненні тіла і душі до стану *гармонії в собі, а відтак – до всього, що оточує*.

У кожній створюваній дії, предметі, явищі ми прагнемо, не усвідомлюючи цього, до цілісності, завершеності, симетрії – гармонії.

Рука, яка пише літери з максимальною швидкістю, прагне до гармонійних рухів і змінює їх форму відповідно до того, що диктує їй почуття гармонії; око, яке розглядає найпростішу частку світу – лінію, і прагне її поділити в пропорції “золотого перерізу”; око, яке миттєво сприймає фігуру із зруйнованою формою – чинить так само: добудовує зруйноване, те, чого в ній бракує, “робить” цілісним і гармонійним; людина, стикаючись із дисгармонією поза собою, прагне перетворити її на більш гармонійне явище.

Інтуїція працює без свідомого плану і контролю за процесом, самопливом, саморегулюється мірками гармонії – підсвідомо.

Вона розв’язує задачу мимовільно, а її результатом є перетворений на відомий зміст, або смисл, або форма предмета, що самочинно впливає у сферу свідомості, її осяюючи. У результаті створюються неочікуваний погляд на події, схема дій, новий образ або думка, що перебудовує предмет дій, людину.

Інтуїція – механізм і продукт сенсорного відображення гармонії в предметах і явищах; вона – самовисловлення почуттів та уяви, які діяли разом і усвідомили гармонію в предметі, отже – знайшли з ним спільну мову, адекватність. Єдність почуттів та уяви – думка! – яка може реалізуватися зовні у слові, висловлюванні.

До виникнення думки єдність змісту почуттів та уяви – сенсорних здобутків – існувала поза свідомістю, автономно. А коли вони стають відображенням гармонійної цілісності предмета, нагрома-

джують енергію критичної маси – відбувається вибух: поріг свідомості розривається, сенсорні здобутки звільняються від стереотипу мислення і “висаджуються” у сферу свідомості суверенною цілісністю – новим образом предмета.

Так виникає нова домінанта, несумісна з попередньою – смисловою. У людині порушується рівновага. Починається внутрішня боротьба, яка нагадує зіткнення протилежних мотивів. А людина усвідомлює дискомфорт і страждає. Одне з цих страждань – муки слова.

Інтуїція – механізм людини – здатний створювати гармонійні цілісності з розпорошених елементів (сенсорних і смислових), які мислення, сила думки і логіка не можуть привести до спільного знаменника.

Відображення предмета у сфері свідомості піддається трансформації системою дій **“образ – почуття – мислення”**:

а) уява користується матеріалом: думок, образів, почуттів і може: відокремлювати їх від дії, діяти з ними; звільняти їх від влади пам’яті або ламати стереотипи та еталони свідомості і виходити за їх межі; перетворювати образи, почуття і думки про предмет, не торкаючись його руками; вона має необмежену свободу дій у створенні нових форм і якостей у предметному світі. Єдність почуттів та уяви – думка! – може реалізуватися зовні у слові, висловлюванні;

б) почуттями – переживанням подій і ставленням до них; оцінкою довкілля: предметів, явищ, подій, людей і самої себе. Задоволення і невдоволення, напруження і розрядка, збудження і заспокоєння – крайні точки шкали їхньої потужності, того, що пробудило до життя інформаційний та енергетичний потенціал людини;

в) мислення встановлює зв’язок між відомим і невідомим; знаходить аналоги невідомого, створюючи новий образ, думку про нього; отриманий продукт: образ, думку, аналог з додатками нового перетворює на словесну або іншу знакову систему (наприклад, математичне рівняння) або на форму створеного матеріального предмета.

У сфері під порогом свідомості відображення трансформується в системі **“образ – почуття – інтуїція”**:

а) сенсорний образ – форма і продукт відображення предмета, енергія і інформація зовнішнього впливу, яка не стала здобутком і фактом свідомості;

б) почуття – пристосування, своєрідна жива ЕОМ, що обчислює енергію та інформацію, яка до нас надходить, вимірює її внутрішнім

еталоном – образом-кодом “золотого перетину” – і оцінює (позитивно або негативно) відповідно до стану власної гармонії. І ці дії можливі лише за умови оптимального енергопотенціалу; у стані втоми образ-код гармонії руйнується, а почуття помиляються;

в) інтуїція – механізм і продукт сенсорного відображення гармонії (гештальту) в предметах і явищах; вона – самовисловлення почуттів та уяви, які діяли разом і усвідомили гармонію в предметі, а значить – знайшли з ним спільну мову, адекватність предмету, який був відображений.

Глибинні психічні явища і регуляція дій людини

У людини існує сфера психіки, яка не підлягає прямому контролю свідомості за перебігом психічних процесів, тобто у взаємодії **Я–не-Я** утворюються внутрішні сили, здатні поза свідомістю спрямовувати і регулювати активність людини.

Мета дослідження – визначити особливості будови, функцій підсвідомо діючих регуляторів і норми їх активності у людини.

Дихотомічний поділ об’єму поняття “психічне відображення”. Принцип дихотомії надає можливість поділу поняття на два суперечливі видових поняття: одне характеризується наявністю відомої ознаки, а друге – її відсутністю. Так поділ поняття “психічне відображення” дає дві групи його видів: “дискурсивно-логічне” і “чуттєво-інтуїтивне”.

Підставою дихотомічного поділу поняття “психічне відображення” є не змінність ознаки свідомості, а її наявність або відсутність. Ознаки “свідоме – несвідоме” повною мірою вичерпують об’єм поняття, що поділяється на дві частини. Якщо поняття “дискурсивно-логічне” розкрито за допомогою принципу єдності свідомості і діяльності, то залишається невизначеною та частина поняття, що містить у собі частку *не*.

Поділімо поняття “чуттєво-інтуїтивне” на два суперечливих поняття, що виражають дві нові групи. До першої групи входить поняття “інстинкти”, а до другої – “не-інстинкти”, які залишаються невизначеною частиною цього поняття. Вочевидь, це група психічних явищ, в яких відображається і безпосередньо виявляється чуттєве відображення **Я** і **не-Я**, але поза аналізом їх змісту засобами свідомості.

Отже, предметом нашого дослідження є своєрідні внутрішні сили людини, що надають динамічності її поведінки і спонтанно спонукають до певних дій.

Послідовний образ – феномен сенсорики – дає змогу “бачити, чути, смакувати” тощо – зміст відображеного й неусвідомлюваного, “бачити” природні перетворення форми і змісту, спостерігати те, що відбувається за законами психіки незалежно від свідомості і волі. Ці образи характерні для сенсорних систем і з енергетичної точки зору вони – *метаболичні хвости від енергії зовнішніх впливів*, які виконують функції підсвідомих регуляторів активності людини.

Інтуїція. Виявлена здатність чуттєво-інтуїтивної сфери створювати з нецілісних оригіналів цілісні образи, формулою **Я <-> не-Я**. Тестовою фігурою у дослідженні було коло із змінним розміром розриву. Піддослідні у послідовному образі, як згадувалося, спостерігають незвичайне явище – крайці розірваного кола “линуть” назустріч одне одному і зливаються у цілісну фігуру. Виникає питання: чому ми бачимо в образі завершену форму, тоді як оригінал – інша, розірвана фігура?

За показниками самозамикання розриву кола виділено три групи станів залежно від потенціалу енергії людини: чим він більший, тим більші добудови образу. Люди з оптимальною енергією більше здатні, перетворюючи невідоме на відоме, користуватися почуттям гармонії: 1) *видобувати нову інформацію із сенсорного тла*, 2) *заповнювати порожнечі в мозаїчній картині предмета або світу*, 3) *створювати предмети і явища з гармонійними структурами*.

Отже, око, яке миттєво сприймає фігуру із зруйнованою формою – чинить творчу дію: добудовує зруйноване, те, чого в ній бракує, “робить” цілісним і гармонійним; людина, стикаючись із дисгармонією поза собою, прагне перетворити її на гармонійніший предмет або явище.

Інтенції – внутрішня підсвідома активність, що підсвідомо регулює дії і поведінку за формулою **Я → не-Я**.

Нами було розроблене оригінальне випробування ступеня розвитку почуття гармонії, який визначає дієздатність механізму творчості. У випробуванні піддослідний: а) сам створює елемент навколишнього середовища; б) взаємодіючи із середовищем, випробовує себе.

До розв’язання задачі слід підготуватися: візьміть аркуш паперу; олівець, лінійку. І більше нічого не треба, крім вашого почуття гар-

монії. Предмет, який створюється, – звичайна лінія АВ, проведена від руки на папері. Рисками помічається початок і кінець лінії, довжиною від 12–15 до 20 см. Рисками помітьте початок (А) і кінець лінії (В). Таким чином розмічається лінія відповідно власному стану образу-коду гармонії. Точність поділу виявляє ступінь розвитку почуття гармонії і механізму творчості.

Треба, вдивляючись у площину аркуша, утримувати у центрі уваги лінію цілком, немов обмацуючи її очима. Коли помітите, що начебто щось гальмує рух очей і намагається його зупинити: олівцем відмітьте на лінії те місце, де з'явилася ця дивовижна світла крапка. Поставте там жирну позначку (точка С).

У цьому випробуванні почуття гармонії немає і натяку на довільність трактування результатів, бо ніщо не залежить від дослідника, який керує процесом, а сам у нього не втручається. Випробування – аналог конкретної діяльності, на відміну од тестів, а ініціатива дій, оцінювання і самооцінювання йдуть від піддослідної людини – від вас самих. Лінію-предмет дій можна принципово поділити на частини у всіх пропорціях “золотого перерізу”: точкою чистого золота – 0,618; золоточленими похідними – 0,118; 0,236; 0,382; 0,764; 0,882.

Випробуваннями рівня розвитку почуття гармонії було охоплено 1,4 тис. осіб різного віку, статі, освіченості і професій. Близько 7 % піддослідних майже точно відтворили пропорцію частин лінії і поставили точку С в зоні 0,608 – 0,630. Цей показник розвитку почуття гармонії чудовий і свідчить про те, що людина, не знаючи законів гармонії теоретично, користується ними інтуїтивно, як інструментами власних дій. Пропорцію частин цілісності визначає *інтенція, яка працює дихотомічно*, ділить її надвоє: перша – 0,618, тобто 0,5 + 0,118, а інша – 0,5 – 0,118.

Близько 25 % осіб виявилися лівшами, хоча про це знав лише кожен десятий. Вони впевнено поставили “золоту точку” ліворуч, тобто в зоні 0,618. Цей показник свідчить, що сила правої півкулі мозку – *механізму розуму* людини, яка користується образом-кодом “золотого перетину”, переважає над лівою. Люди у такому стані здатні охоплювати величезні масиви інформації, мислять переважно образами, почуттями, на відміну од праворукої більшості (вона користується *лівою півкулею мозку – механізмом розсудку*), здатної лише переважно оперувати готовими думками і логічними категоріями.

Були одержані такі результати: око, розглядаючи найпростішу частку світу – лінію, підсвідомо прагне її поділити в пропорції “золотого перетину”. Зокрема:

1. Досконале почуття гармонії – стан образу-коду “золотого перерізу” – модуль чи міра вашого стану – 1,618 для тих, хто правші, і 0,618 для тих, хто шульга, – чудовий показник.

2. Модуль образу-коду в зоні 1,608–1,630 (для ліворуких) і 0,630–0,608 (для праворуких). Хороший показник, але у вас великий резерв для подальшого розвитку механізму почуттів гармонії – сумлінно працюйте над собою.

3. Модуль почуття гармонії більш-менш виходить за межі зазначених зон – потенціал творчості ще не викликаний, образ-код ще не прокинувся.

Щоб повернутися на свій природний стан, необхідно впритул зайнятися розвитком утраченого естетичного смаку, розуму і розсудку.

Наслідування. Про види і функції наслідування йшлося у попередніх розділах. Тут ми лише визначимо його механізм.

Наслідування – це способи дій чуттєво-інтуїтивного відображення, завдяки змісту якого людина вростає в культуру людства, підсвідомо поєднуючи в одну цілісність і чужий і власний почуттєвий досвід за формулою **Я – не-Я.**

Отже, у сфері психіки разом зі свідомими існують **підсвідомі регулятори** активності людини: *послідовні образи* – так звані метаболічні та інформаційно-енергетичні хвости від впливів на органи чуттів; *наслідування* – образів, дій, поведінки; *інтенції* – спрямованості людини на предмети, які задовольняють потреби в енергії або інформації; *інтуїції* – механізму розв’язання задач і проблем поза дискурсивним аналізом, спираючись на почуття гармонії, код “золотого перетину”, самовисловлення почуттів та уяви, які усвідомили гармонію в предметі і знайшли спільну міру.

Підсвідомі регулятори дієві лише за оптимального енергопотенціалу: в стані втоми образ-код гармонії руйнується, почуття – помиляються, уява, не контрольована моральними почуттями, призводить людину до аморальних дій. До позасвідомих регуляторів належить ремінісценція, інтерференції, які підлягають нормуванню і контролюванню.

Натхнення – творчий стан

Натхнення – це дія творчих сил.

Духовність – це інструмент людини для перетворення дискомфорту заради комфорту і гармонії.

Отже, духовність – як людська властивість і як її інструмент – виявляється тільки у творчої людини. Для людини-виконавця і ця якість втрачена, тому духовність у справжній формі (безрозмірна ємність вщерть налита енергією і має форму гармонії) породжує в неї страх, а отже, блокує активне її сприймання.

Людина споживає духовність з насолодою: вона – ерудит, бо хоче все знати. Ерудит, замість справжньої духовності, для своїх “духовних” потреб використовує чужі “духовні” стереотипи. (Вибачте: ви, звичайно, знаєте, що всі стереотипи – чужі, але тут нам необхідно підкреслити саме цю обставину.)

Духовність не знецінюється, вона може вибухнути, руйнуючи замкнутий (але примарно надійний) світ людини. І в той же час без духовності людина не може жити: кожному потрібне обґрунтування “приходу” в цей світ (обивательський сенс життя).

Стан механізму творчості людині диктує спосіб життя. Людина в оптимальному стані не може жити без прирощування своєї території знань. Не від надлишку сили, не від агресивності, а тому, що за певних умов потужність її механізму творчості почне збільшуватись. Колишня територія стане тісною і вона почне руйнувати свої і чужі стереотипи, якими, як стінами, закриті межі пізнаного в предметах праці і явищах життя.

Під впливом чого ламаються стереотипи мислення, почуттів та уяви? Станом натхнення. Але, щоб зрозуміти його вплив, повернемося до будови душі. У людині злиті в цілісність три душі: рослинна, тваринна і поетична.

Людина з домінуючою рослинною душею – це велика жива клітина природи. Вона існує, виконуючи призначення, долю – бути. Якщо людина в такому стані, то чи можна назвати її людиною? Ні. Тому що це – істота; їй байдуже, що відбувається навколо – тільки б ніщо не впливало на її буття.

Чим же вона займається, які функції її рослинної душі? Вона зберігає внутрішню гармонію (гомеостаз) свого тіла, суті.

Людина з домінуючою тваринною душею живе в природі – як частина природи (за її законами), виконуючи призначення, долю – зберігати гармонію природи.

Здається, от де натхнення! І багато філософів стверджували: натхнення саме в цьому – в такому житті. *Жити в природі, як сама природа.* Чому ж людство не повернуло на цей простий, зрозумілий і доступний шлях? Тому що в кожному з нас є зерно людської, поетичної душі.

І якщо в немовляти, дитини і підлітка це зерно поетичної душі не потрапило в жорна життя, опинившись у комфорті, поетична душа народжується. І тепер, як би розум, свідомість не тягли людину назад, у блаженну царину таємничого розчинення в природі, – людське покликання (духовність) поведе її через труднощі, лиха, втрати – через дискомфорт – до творчості.

Кому це потрібно? Вам. Ми не заперечуємо: якщо опитати будь-яку сотню людей – “які три речі ви вважаєте найважливішими, найнадійнішими і найпрекраснішими у світі?”, 95 із 100 дадуть відповідь: “гроші, гроші і гроші”. Але п’ятеро назвуть іншу тріаду: “натхнення, свобода і спокій”.

Якщо ви добре подумаєте, то погодитесь, що натхнення не купиш. Хіба що за гроші вам підсунуть ерзац: несправжнє або негідне натхнення, оманливу свободу, удаваний спокій. Але відрізнити підробку від справжнього неважко.

Почуття, народжені ерзацем, мають коротке життя, як метелик-одноденка, і зникають, не залишивши в пам’яті й сліду (якщо не враховувати зарубку на душі від почуття прикrostі).

Почуття, народжені справжнім натхненням, свободою і спокоєм, живуть і плодоносять довго, і пам’ять зберігає їх, як у термосі, свіженькими все життя. Досить легенького поштовху – і ви знов переживаєте почуття, спричинені цими станами, мов заслужили їх тільки-но.

Як зазвичай розуміють натхнення? Потерпав від спраги, від алкогольного синдрому, від переповненого сечового міхура; вдовольнив бажання – і щасливий. Купив меблі, про які довго мріяв; подолавши негаразди, захистив дисертацію – і щасливий. Виграв у лотерею, поїхав відпочивати на Канарські острови; лікар сказав: “це не те, це рубець від сполучної тканини, яка розрослася...” – перераховувати можна без кінця.

Схожі ці випадки на переживання натхнення? На перший погляд – стани цілком схожі. Але якщо придивитися детальніше, то всі вони – лише способи звільнення від напруження, викликаного прагненням будь-що вдовольнити своє бажання. Чомусь і забуваються вони швидко. І в пам'яті про них залишається не почуття, а інформація.

Що відрізняє ці випадки? Щось відбувається, але нічого не змінюється. Територія людини залишається колишньою.

Натхнення – опанування властивостей природи і ноосфери.

Натхнення – це незабутні (хоча і не завжди усвідомлювані) миттєвості нашого життя. І хоча щоразу вони виняткові – в них є правила: *здатність пережити натхнення характеризує енергетику людини.*

Що ж таке натхнення? Це спалах у той момент, коли хвиля енергії здіймається до максимуму. Відбувається ніби вибух. Він осяює те, що до цього часу перебувало в темряві. Людина опиняється на висоті, про яку і не здогадувалась. І легко розв'язує задачі, які ще вчора були для неї непосильні.

Висновок: 1) натхнення не може бути безпредметним; воно пов'язане з розв'язанням задачі або проблеми; 2) отже, тільки енергія задачі або проблеми дає той імпульс, завдяки якому синусоїда енергетичної хвилі підіймається до максимально можливого рівня.

Зрозуміло, хвиля енергії у своїй найвищій точці народжує спалах, – не може ж вона котитися далі, ніби нічого не відбулося.

Спалах розриває синусоїду хвилі енергії, і вона, уже в новій якості, гіперболічно здіймається до нескінченності.

Очевидно, при цьому межі визначеного природою людині в нашому звичайному розумінні перестають існувати. Для людини у хвилини натхнення немає ні часу, ні обставин, ні напруження. Ніщо не може їй завадити, ніщо не може її спинити.

Де ж людина знаходить себе після того, як натхнення вичерпується?

На “дні” синусоїди енергетичної хвилі. І не з порожніми руками! У неї в руках розв'язана задача, яку вона збагнула, перетворила невідоме на відоме, яке, здавалося, було до цього часу на недосяжній висоті. Тепер справа за малим: розв'язану задачу треба асимілювати – навчитися користуватися новим знанням. Нове знання стає джерелом додаткової енергії, цілком достатньої, щоб повернути синусоїді форму і висоту.

Натхнення солодке. Хто його пережив хоча б один раз, – забути його не може. Але чекати натхнення, ловити його – безперспективне заняття. Навіть якщо ваш енергопотенціал достатній. Потрібна нова задача або проблема (хто на якому рівні працює), які були б енергоємні настільки, що змогли б подолати інерцію і сталість синусоїди і примусити її спружинити так, аби людина знову пробила стелю між відомим і невідомим.

Отже, натхнення – це процес. Зрозуміло, воно доступне лише тим людям, в яких працює поетична душа. Повторюємо: те, що виконавець або ерудит вважає натхненням – це умиротворення, це – можливість жити без страху наступної хвилини, години, дня. Те, що споживач вважає натхненням, – це максимальний комфорт, відчуття себе будь-якою квіткою природи.

Творча людина щаслива, коли вона діє на межі власних можливостей – зазнає натхнення.

Сенс творчого піднесення

Чи може виконавець, здатний лише до механічної роботи, переживати так само стан натхнення, як і творець?

Звичайно. Якщо енергія творчої людини виснажена, умиротворення для неї – подарунок долі. Але варто її енергії ледь-ледь відновитися і нагромадитися, як вона відчує неспокій: в душі виникне напруження, почуття затягнутої пружини, прагнення до творчої дії. Від заспокоєння не лишається й сліду. Озираючись, вона думає: та що це зі мною таке сталося? Може, я нездужала? Або щось з головою сталося?

Творча людина дискомфорту не боїться, тому в комфорті вона повністю розслаблена. Позитивну інформацію вона отримує ззовні, але споживче “натхнення” переживає всередині себе.

За рахунок чого? За рахунок нагромадження енергії. Вона відчуває те саме блаженство, ту саму ейфорію від переживання: щось нове визріває в ній, прибуває енергія, повертається втрачена душею територія ноосфери, і її “натхнення” при цьому – радісне передчуття завтрашньої дії.

Як довго творча людина задовольняється цим “натхненням”?

Доки її механізм творчості не прийде до норми. Ледве це станеться – найближчий же дискомфорт своїм уколом будить її. І творець,

навіть не встигнувши протерти як слід очі, починає діяти – розв’язувати задачі, які захопили його.

Дрібну задачу творець розв’язує мимохідь – ніби комара ляснув. Чи отримає він винагороду – переживання натхнення? Ні. Задоволення – можливо. Задачу більш масштабну – і більш енергоємну – він може розв’язувати довго, неабияк попотіє над нею. У фіналі цього процесу творець не може бути щасливим – адже він так багато вклав енергії, що йому нема чим наповнювати це грандіозне почуття.

Звідси висновок: щоб спалахнуло натхнення в процесі творчості, повинен бути залучений увесь наявний потенціал, і в кінці творчого процесу енергії повинно бути більше, ніж на початку дії.

Щоб досягнути процес переживання натхнення, потрібно відповісти на три запитання: 1) що це за дія, яка залучає до роботи всю наявну енергію людини? 2) з яких джерел надходить енергія, не тільки компенсуючи витрати, а й забезпечуючи її приріст? 3) в яких ємностях акумулюється надлишкова енергія?

Перше запитання найпростіше, відповідь на нього вам уже відома, але для тих, хто міркує (і згадує) поволі, нагадаємо: знову йдеться про механізм натхнення.

Натхнення “охоплює людину повністю”; і тільки завдяки цьому вона однією дією, приступом упорається з роботою, на яку за іншого режиму роботи можуть витратитися місяці, а то й роки, а результат однаково буде менш переконливим. Чому? Тому що натхнення гарантує найвищу якість роботи механізму творчості, якої неможливо досягти шляхом рутинної роботи, пролитим під час роботи потом.

Наша порада – неодмінно обміркуйте цю проблему.

Спробуйте це пережити. Спробуйте уявити процес натхнення, коли весь світ – і все ваше життя – потрапляє у фокус, в одну точку, і не залишається для вас нічого – ні минулого, ні майбутнього, ні навіть сьогоднішнього; ні вас самого! Ні навіть предмета, з яким ви працюєте! – тільки дія. Весь світ сфокусований у дії. Ось стан вашого справжнього буття. Це – дія!

З яких джерел надходить енергія і як здобувається її приріст?

Відповісти на це запитання вам навряд чи вдасться. Але якщо ви поміркуєте (хоча б декілька днів!), заглиблюючись в кожне слово запитання, а потім порівняєте свою відповідь з нашою, – ви відразу зрозумієте концепцію механізму творчості. Вона є: або 1) знанням,

або 2) принципом самопізнання, або 3) інструментом творчості. Тепер відповідь.

Оскільки натхнення – це процес, при якому поетична душа людини відкрита в нескінченність, то джерел енергії повинно бути три: 1) вибух, що руйнує стереотипи і породжує плоди; 2) обжинки (збирання плодів); 3) розподіл плодів по засіках – робота розуму.

Перше – натхнення; друге – опанування нової території; третє – наведення на ній ладу.

Вибух натхнення відбувається тому, що зливаються відоме і невідоме – ми і предмет. Що руйнується? Стереотип. Усе примарно відоме розривається на дві частини: відоме і справді невідоме. Ще один крок у роботі думки – і у невідомому відкривається задача.

Крізь утворений пролом ми зливаємося з предметом і обробляємо його за власного міркою (ми поки що не говоримо про її якість: гармонійна вона чи гармонія її порушена) за рахунок його енергії.

Післядія натхнення – друге джерело енергії. Через пролом у невідомому відкрилася нова територія, невідоме перетворено на відоме, межу якого ми поки що не бачимо, але відчуваємо: на обрії промайне більш потужне невідоме.

Стоячи перед проломом і оглядаючи нову територію ноосфери, ми раптом усвідомлюємо, що відчуваємося вільними! (Повторюємо: справжню свободу ми переживаємо тільки під час натхнення; саме переживання, почуття її нам не дається, тому що під час натхнення між нами і предметом немає дистанції – ми одне, а якщо немає дистанції – немає і почуття.)

У проломі між невідомими берегами нам відкривається величезна кількість інформації. Але в цю мить ми навіть не намагаємось її аналізувати. Ми живемо почуттям свободи, почуттям нової території. Ці почуття наповнюють нас енергією, роздіймають нас енергією – і ми щасливі.

Свобода – це стан душі, коли ми зруйнували стереотип мислення, дій або звички і віддалися вільній течії творчого процесу. Отже, свобода – процес.

Нова інформація, яку відкрила людина, – третє джерело енергії. Коли хвиля енергії почуттів ущухла. Це відбувається в міру того, як почуття перетворюються на міркування, що, як ви розумієте, є стереотипами – ними ми помічаємо, огороджуємо межі нової території. Ми отримуємо можливість усвідомити нову інформацію. А оскільки

цю інформацію створили ми самі, то вона відкриває нам шлях до колосальної енергії – ось де витoki третьої енергетичної хвилі!

Якщо подивимося на цей процес збоку, то виявимо обов'язкову післядію натхнення; немовби хвіст комети, ядром якої був процес розв'язання задачі – свобода як його наслідок. Всередині нас це переживається як спокій. Нам комфортно; наша енергія врівноважена з нашою територією – ламати стереотипи, шукати щось поза нами немає потреби. Але для збереження комфорту потрібно витратити енергію нової інформації.

Найпростіше і найприємніше – дати лад власному господарству. Ці дії розуму поглинуть весь надлишок енергії – і комфорт збережеться. Увесь час, доки триває цей процес, ми щасливі, переживаємо спокій.

Спокій – це стан душі, коли вона створює свою гармонію.

Натхнення, свобода і спокій – це не три окремих процеси; це три складові одного процесу, що народжені процесом розв'язання задачі або проблеми. Процес формується у свободу і завершується спокоєм. Усі три стани – це тільки післядія, тільки результат натхнення. Для натхнення потрібні: 1) задача або проблема, рівновелика вашій душі, і тому для свого розв'язання вона вимагає вас цілком, причому до вас ставляться жорсткі вимоги; 2) ваш механізм творчості повинен бути в гармонійному стані; 3) енергопотенціал – оптимальний.

Якщо ж стани: 1) спокою або 2) свободи або 3) натхнення виникають самі по собі і в довільному порядку – це всього лише ерзаци.

Спокій тут як продукт медитації або дрімотної розслабленості після відвідань лазні; свобода – як реакція на алкогольний або наркотичний вплив; або ще простіше: “нікому не винен, все є, а завтра тільки від мене залежить”; натхнення як відчуття навалюючої сили зсередини душі, як безпричинна ейфорія: “який чудовий цей світ!”.

Що народжується – нагадуємо – в результаті усунення напруження?

Ніщо не народжується!

Натхнення – акумуляція енергії та інформації.

В яких ємностях акумулюється надлишкова енергія, зароблена під час натхнення? Це дуже важливе питання. Адже якщо не акумулювати енергію натхнення, вона перегорить – і залишиться лише інформаційний і енергетичний нейтральний слід у пам'яті.

З ерзацем натхнення саме так і відбувається. З істинним натхненням – ніколи. Воно заповнює три ємності: 1) акумулюється в фокусі вершини енергетичної хвилі почуттів; 2) у новій території, яку ми скорили (у створеному предметі); 3) у структурі нашої душі – механізмі творчості.

І якщо енергетичну хвилю нерозумними витратами можна погасити, – виконавця можна примусити забути весь світ, в якому він жив, то у творця спроможність розв'язувати задачі і проблеми (структура механізму творчості) не підвладна жодним зовнішнім впливам. І часові теж. Саме тому – як би життя не давило творця, не розбещувало його – він ніколи не буде переможений. Щоб механізм творчості підняти з руїн, не потрібно спеціально накачувати його енергією. Вистачило б трохи енергії, щоб підняти віко – і розгледіти, де ти є.

Духовність, натхнення, свобода, спокій – це стани людського життя. Вони досяжні лише завдяки величезній мудрій праці, величезним терпінню і самообмеженню. Але вони варті цієї ціни, тому що навіть той, хто лише один раз побував на цих вершинах, усвідомить: не дарма жив. Що то було б за життя без цих вершин. Адже тепер ви знаєте, куди ми вас ведемо.

У принципі для розвитку механізму творчості людини меж немає. Людина відкрита природі – логосу і ноосфері, може підняти і забрати з собою стільки, скільки вистачить сил у душі. (До речі, мудрець прагне жити легко).

Логос – це не сама природа, а її закони. Закони, за якими природа живе. Закони, які не мають ані початку, ані кінця; закони, що однаково успішно працюють і в цілому світі, і в будь-якому конкретному випадку. Ми стикаємося з логосом на мізерно малому відтинку часу і простору і кожний такий дотик фіксуємо словом.

До створення слова контакт з логосом був безформним; ми знаходимося в логосі, але не відчуваємо його. Геракліт деталізував цю ситуацію: Логос звертається до кожної людини, але одні його не чують, другі – чують його сигнали, але не розуміють, про що вони, треті – чують, розуміють і керуються законами природи у своїх справах.

Щоб відбувся контакт – потрібне зусилля. Колосальне зусилля, щоб з'єднати дві сутності – нашу і сутність логосу. У момент і в точці дотику виникає спалах світла, п'ятьма на мить розступається, і людина фіксує те, що встигла розгледіти, як ви вже знаєте, словом – перетворює почуття на думку.

Логос – це закони, що упорядковують енергію природи. Де ж знаходиться логос? У душі кожного з нас. Усе є у всьому; ось чому, пізнаючи себе, ми пізнаємо логос – верховний закон природи. А що ж ноосфера?

Ноосфера – вже пізнаний, освоєний, культивований логос.

Культурна розумна оболонка Землі. Сутність ноосфери – інформаційно-енергетична. Це енергія і інформація, доступні будь-якій людині, але зрозумілі їй залежно від її розвитку. Отже, ця енергія і інформація укладені в гармонійні форми, що зберігають, як раніше говорили, невмирущу інформацію, інформацію, яка не старіє. Чому вона не старіє? Бо це інформація логосу, закону природи.

Виходять на контакт із логосом і культивують його енергію тільки генії, що в ті рідкі хвилини, коли вони працюють як генії (на найвищому злеті енергетичної хвилі), вступають із смолоскипом натхнення в непізнане, і всьому, що встигнуть розгледіти, дають імена.

Енергією ноосфери користуються всі:

виконавець, щоб будувати захисну раковину, яка оберігає його від зовнішніх впливів;

споживач-ерудит – збирає в собі інформацію і енергію гармоній, щоб жити і насолоджуватися ними;

дилетант, оцінюючи досконалість рукотворних і природних гармоній, знаходить в них елементи недосконалості і фіксує на них увагу;

творець – заряджає себе енергією ноосфери для розв'язання проблем.

Отже, людина-виконавець бере з ноосфери *стереотипи*; споживач-ерудит – *інформацію і енергію гармоній*; дилетант – *дисгармонію і виставляє їх напоказ*; творці – *задачі і проблеми* – найскладніші з них – і розв'язують просто.

Висновок: людина перебуває між логосом і ноосферою. Людина збирає на ниві логосу (робота генія) і вкладає в засіки ноосфери, завдяки чому культура – на відміну від людини – практично безсмертна.

Формалізована структура теми

Механізми творчості: сукупність функціональних органів відображення, проектування і матеріалізації людиною її психічних утворень, що є відкриттями, винаходами або художніми образами.



Запитання для самостійної роботи

1. Чим відрізняються активність, діяльність і творчість?
2. Чим відрізняються одна від одної основні теорії творчості?
3. Яка залежність між будовою і функцією психіки у створенні механізму творчості?
4. Чим відрізняються продукти роботи від продуктів творчості?
5. Чому чутливість – зародок механізму творчості?
6. Чому енергопотенціал людини визначає її спроможність до дії?
7. Що входить у поняття “енергія”?
8. Від чого залежить величина базової енергії людини?
9. Оперативний енергопотенціал. Як його можна прирощувати, збільшуючи здатність до дії?
10. Звідки людина може брати зовнішню енергію?
11. Чому перманентні стани визначають рівень здоров’я людини?
12. Як можна регулювати оперативні стани людини?
13. У чому сутність оцінки предметів і явищ і як оцінка залежить від стану людини?
14. Чому психомоторика – орган творчості?
15. Як працює механізм відображення невідчутного в предметах і явищах?

16. Як працює механізм відображення неіснуючого в природі, суспільстві?

17. Для чого потрібний синтез механізмів відображення, проектування і втілення продуктів творчості?

18. У чому психологічний сенс натхнення як творчого стану?

Альтернативно-тестові завдання для самоконтролю

1. Чи згодні ви з думкою, що розвиток і творчість мають один і той самий механізм?

2. У чому полягають недоліки наведених основних теорій творчості?

3. Чи згодні ви із структурою і функцією механізму творчості, чи вона – божественне натхнення?

4. Якими ще можуть бути явища, які можна прирівняти до продуктів творчості?

5. Що ще, крім чутливості, може стати зародком механізму творчості, чи він – надбання обраних Богом?

6. Енергопотенціал – спроможність до дії.

7. Яким чином можна користуватися енергією зовнішнього середовища?

8. Чи можна регулювати оперативні стани?

9. Як ви вважаєте: чим, якими одиницями людина оцінює предмети і явища поза собою?

10. Як працює механізм відображення невідчутного і при цьому досягає високої точності?

11. Як працює механізм відображення неіснуючого і чим людина користується, створюючи образ майбутнього?

12. Чи згодні ви з тим, що для синтезу механізмів відображення в цілісність потрібна інша система утворення?

13. Чи можна штучно створити стан натхнення, подібний до стану творчості?

Література

1. *Загальна психологія* / За ред. С. Д. Максименка. – К.: Форум, 2000.

2. *Клименко В. В.* Механізми психомоторики людини. – К., 1997.

3. *Клименко В. В.* Психологія наукової творчості. – К.: Аверс, 1998.

4. *Максименко С. Д.* Розвиток психіки в онтогенезі: [У 2-х т.] Т.1. Теоретико-методологічні проблеми генетичної психології. – К.: Форум, 2002.

5. *Максименко С. Д.* Розвиток психіки в онтогенезі: [У 2-х т.] Т. 2. Моделювання психологічних новоутворень. – К. : Форум, 2002

6. *Психологія* / Під ред. Г.С. Костюка. – К.: Рад. школа, 1968.

7. *Клименко В. В.* Психологические тесты таланта. – Харьков: Фолио, 1996.

8. *Клименко В. В.* Как воспитать вундеркинда. – Харьков: Фолио, 1996.

9. *Общая психология* / Под ред. С. Д. Максименко. – М.: Рефл-бук; – К.: Ваклер, 1999.

10. Максименко С.Д., Назар М.М. Построение проукраинских ментальных карт для обеспечения информационной безопасности граждан Украины (Часть первая). Fundamental and applied researches in practice of leading scientific schools. Issue: 4 (10): Psychology. Economics / Ed. by S. Maksymenko, V. Lunov, A. Hall. Co-pub. Publishing office: Accent Graphics Communications – Hamilton, ON, 2015. P. 88-108.

11. Максименко С.Д. Теорія і практика психолого-педагогічного дослідження. – К.: КДП, 1990. 240 с.

12. Максименко С.Д. Основи генетичної психології. – К., 1998. – 218 с.

13. Максименко С.Д. Общая психология. – М. – К.: Рефл-бук, Ваклер, 1999. 528 с.

14. Максименко С.Д. Загальна психологія. – К.: Форум, 2000. 543 с.

15. Максименко С. Д., Соловієнко В. О. Загальна психологія: навч. посібн. 2-ге вид., стереотип. Київ: МАУП, 2001. 256 с.

16. Максименко, С. Д. (2002). Розвиток психіки в онтогенезі: Теоретико-методологічні проблеми генетичної психології (Т. 1). Київ: Ваклер.

17. Максименко.С.Д. Загальна психологія. – Вінниця: Нова книга, 2004. 701 с.

18. URL : <https://psycholing-journal.com/index.php/journal/article/view/715>

19. Максименко С. Д., Максименко К. С., Папуча М. В. Психологія особистості: підручник. Київ: ТОВ «КММ», 2007. 296 с.

20. Sergiy D. Maksymenko, Mykola B. Yevtukh, Yaroslav V. Tskekhmister, Kseniia S. Maksymenko, Olena O. Lazurenko. Psychology and Pedagogics: Text-book. - K.: Publishing house 'Slovo', 2012. - 520 p.

21. Maksymenko S.D. (2015). Genesis of Personality Existence: monography. Montreal: Accent Graphics Communication

22. Максименко С.Д., Орап М. Psycholinguistic Predictors of Health (Психологічні предикатори здоров'я) // Psycholinguistics. – 2018. – №24(1) –Р. 252-268.

23. Максименко С., Ткач Б., Литвинчук Л., Онуфрієва Л. (2019). Нейропсихолінгвістичне дослідження політичних гасел із зовнішньої реклами. Психолінгвістика. Психолінгвістика. Psycholinguistics, 26 (1), 246–264. DOI 10.31470/2309-1797-2019-26-1- 246-264.

24. Maksimenko S.D., Serdiuk L. Psychological Potential of personal self-realization. Social Welfare. Interdisciplinary Approach ,6(1),93-100

25. Maksymenko , O. Lysenko Modern methods of diagnosing virtual addiction among adolescents: relevance and prospects. Монографія/ за ред. Аніти Янковської, Riga, Latvia, : IZDEVNICIBA BALTIJA PUBLISHING, 2019. С.-394-410

26. Maksimenko S.D. Principles of website design for professional psychological diagnosis in different specialities. Information Technologies and Learning Tools / Institute of Information Technologies and Learning Tools of NAES of Ukraine. –2019. – Vol. 73. № 5. – P. 284-294.

27. Максименко С.Д., Костюк О.В., Максименко К.С., Немеш О.М., Луньов В.Є. Мультилінгвістичний дискурс невротизації майбутніх лікарів: монографія. Київ: “Видавництво Людмила”, 2020. 171 с

28. Максименко С.Д. Психологічні особливості розуміння студентами Інтернет-текстів, Psycholinguistics.–2020. – Vol. 28(1) ,– P. 95-105.

29. Maksymenko, S.D.(2021) Genetic principles of creative personality confident as a propulsion of mental development. Ottawa: Accent Graphics Communications and Publishing. Glasgow: Society for the support of publishing initiatives and scientific mobility Limited.- 615 p.

30. Максименко С.Д., Я.В. Руденко, А.М. Кушнерьова, 452

В.М. Невмержицький. Психічне здоров'я особистості: посібник для вищих навчальних закладів. Київ: "Видавництво Людмила", 2021. 438 с.

31. Максименко С.Д., Яланська С.П. Генетико-креативний підхід: діяльнісне опосередкування особистісного розвитку: монографія. Київ: "Видавництво Людмила", 2021. 508 с.

32. Максименко С.Д., Піроженко Т.О., Пророк Н.В., Папуча М.В. Психологічний портрет особистості дитини: вікові періоди Київ: "Видавництво Людмила", 2021. 104 с.

33. Maksimenko S.D. Features of the components of students' psychophysiological readiness to work as teachers , Idōkan Poland Association "IDO MOVEMENT FOR CULTURE. Journal of Martial Arts Anthropology", Vol. 21, no. 2 (2021), pp. 11–18

34. Максименко С.Д., Руденко Я.В. Мультипсихологінчий дискурс вокалотерапії психосоматичних розладів особистості: монографія / С.Д. Максименко, Я.В. Руденко. Київ: «Видавництво Людмила», 2021. 904 с.

35. Максименко С., Деркач Л., Кіричевська Е., Касинець М. Психологія когнітивних процесів: науковий посібник / Національна академія педагогічних наук України, Інститут психології імені Г.С. Костюка. Київ: «Видавництво Людмила» 2022. 420 с.

36. Maksymenko S.D., Viktor Burlaka , Oleksii Serdiuk , Jun Sung Hong , Lisa A. O'Donnell , Vitalii Panok and others. Child Internalizing Problems in Ukraine: The Role of Prosocial and Antisocial Friends and Generalized Self-Efficacy/ Societies 2022, 12, 144.

37. Максименко С.Д., Ірхін Ю.Б., Деркач Л.М., Марусинець М.М., Касинець М.М. Психологічна організація модульного формування когнітивних здібностей: генетико-креативний підхід: навчальний посібник. Том 1. Київ: «Видавництво Людмила», 2023. 384 с.

38. Максименко С.Д., Ірхін Ю.Б., Деркач Л.М., Марусинець М.М., Касинець М.М. Психологічна організація модульного формування когнітивних здібностей: генетико-креативний підхід: навчальний посібник. Том 2. Київ: «Видавництво Людмила», 2023. 356 с.

39. Максименко С.Д. Медична психологія: підручник / за редакцією академіка С. Д. Максименка. Том I. Київ: «Видавництво Людмила», 2023. 458 с.

40. Максименко С.Д. Медична психологія: підручник / за редакцією академіка С. Д. Максименка. Том 2. Київ: «Видавництво Люд-

мила», 2023. 520 с.

41. Maksymenko S.D., Lunov, Vitalii , Matiash, Mykhailo and Subbota, Spartak and Tolstoukhov, Anatolii, Ukrainian Syndrome: How Ukrainian Youth Understands the New Norm of Life and Relates to Leraing in face to 2022- Full-Scale Russian/ SSRN. –2023–№1(January 15, 2023). –P. 1-10

42. Максименко С.Д., Ірхін Ю.Б., Деркач Л.М., Марусинець М.М., Касинець М.М. Психологічна організація модульного формування когнітивних здібностей: генетико-креативний підхід: навчальний посібник. Том 1. Київ: «Видавництво Людмила», 2023. 384 с.

43. Максименко С.Д., Ірхін Ю.Б., Деркач Л.М., Марусинець М.М., Касинець М.М. Психологічна організація модульного формування когнітивних здібностей: генетико-креативний підхід: навчальний посібник. Том 2. Київ: «Видавництво Людмила», 2023. 356 с.

44. Maksymenko S.D., Maksymenko K.S.,Svitlana Yalanska, Nina Atamanchuk,Valeriy Zhamardiy, Vikoriia Donchenko Psychophysiological unloading with compliance taking into accounr: aeroariphythotherapy resource. Acta Balneologica. – 2023. – № LXV (2) ,P.98-104

45. Максименко С.Д., Деркач Л.М., Розуміння сучасної когнітивної війни в глобальному вимірі, її генезис в українському контексті: огляд та напрямки майбутніх досліджень. Оборона і стратегія. університет оборони БРНО. Випуск: Том 23, №1 (червень 2023).С.126-148

46. Maksymenko S.D. The Historical Sense of Psychological Crisis: Modern Understanding of Genetical-Psychological and Integrative Approach. SSRN. –2023–№ 3 (May 9, 2023). –P. 1-10

47. Максименко С.Д., Носенко Е.Л., Експериментальна психологія: Підручник для студентів. К.: Центр учбової літератури, 2023. – 360 с.

48. Максименко С.Д., Загальна психологія. Навч. посібник для студентів вищих навч. закладів. –Вид. 2-е, перероб. та доп. – К.: Центр навч. літератури, 2023. – 272 с.

49. Maksymenko, S., Ivashkevych, E., Kharchenko, Y., Tarnavska, O., & Sinjavaska, N. Semantic and Pragmatic Meaning of Discursive Units in the Process of Communication of a Psychotherapist with a Client. PSYCHOLINGUISTICS, 34(1)2023, 129-172.

50. Максименко С.Д., Л.М. Деркач, Ю.Б. Ірхін. Диференційна

психологія. Видання 2-ге, перероблене і доповнене: підручник/ за загальною редакцією академіка С.Д. Максименка. Київ: «Видавництво Людмила», 2024. 572 с.

51. Maksymenko, Serhii, Orthobiosis in Human Development: A Genetic Psychological Perspective on Personality Traits and Their Pathologization (January 29, 2024).

52. Генеза сучасної інформаційно-когнітивної (гібридної) війни в українському контексті та глобальному вимірі: наукове дослідження/ С.Д. Максименко, Л.М. Деркач. Київ: «Видавництво Людмила», 2024. 128 с.

53. Максименко С.Д. Методологічні принципи конструювання модульного психологічного супроводу і психічного здоров'я : навчальний посібник. Том. 1 / С.Д. Максименко. Київ: Видавництво Людмила, 2024. 718 с.

54. Максименко С.Д., Гришко О.Д., Психологічний супровід і психічне здоров'я: навчальний посібник. Том. 2 / С.Д. Максименко, О.Д. Гришко. Київ: Видавництво Людмила, 2024. 468 с.

55. Теоретико-психологічні детермінанти та практичні складові російсько-української гібридної війни : монографія / С.Д. Максименко, Л.М. Деркач, Ю.Б. Ірхін. Київ: Видавництво Людмила, 2024. 384 с.

56. Інформаційно-психологічні засади ментального протистояння російській агресії в гібридній війні : науково-експериментальне дослідження/ С. Максименко, М. Назар. Київ: Видавництво Людмила, 2024. 165 с.

57. Максименко С., Матяш М., Луньов В., Павлов А., Ткач Б., Серeda С. Інтегративні засади медичної психології: номогенез, нейронауки та поведінка щодо здоров'я: підручник/ за заг. Ред.. В. Луньова. Київ: «Видавництво Людмила», 2024. 222 с.

Навчальне видання

Сергій Дмитрович Максименко,
Ксенія Сергіївна Максименко,
Ганна Володимирівна Савченко,
Віктор Васильович Клименко,
Юрій Борисович Ірхін,
Микола Васильович Папуча,
Олександр Дмитрович Гришко,
Олена Миколаївна Немеш,
Алуа Умурзаківна Єсмаханова,
Володимир Максимович Невмержицький,
Олександр Олександрович Кучеренко,
Дмитро Олексійович Мошаров

ЗАГАЛЬНА ПСИХОЛОГІЯ

Том 2

***Підручник для студентів
вищих навчальних закладів***

Підписано до друку 05.12.2024. Формат 60x84/16.
Папір офсетний. Гарнітура Таймс. Друк офсетний.
Ум. друк. арк. 27.6. Наклад 300. Зам. № 362

Надруковано в “Видавництво Людмила”.
Свідоцтво про внесення до Державного реєстру
суб’єктів видавничої справи серія ДК № 5303 від 02.03.2017.
” Видавництво Людмила “
03148, Київ, а/с 115.
Тел./факс: + 38 050 469 7485, 068 340 8332
E-mail: lesya3000@ukr.net