

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
ОДЕСЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ імені І. І. МЕЧНИКОВА
ФАКУЛЬТЕТ ПСИХОЛОГІЇ ТА СОЦІАЛЬНОЇ РОБОТИ
КАФЕДРА ЗАГАЛЬНОЇ ПСИХОЛОГІЇ ТА ПСИХОЛОГІЇ РОЗВИТКУ ОСОБИСТОСТІ

ЗАГАЛЬНА ПСИХОЛОГІЯ

Електронні методичні рекомендації
за змістовими модулями 3 та 4
до курсу за спеціальністю 053 «Психологія»
для здобувачів першого (бакалаврського) рівня вищої освіти

ОДЕСА
ОНУ
2023

УДК 159.9 (076)
З-14

Укладач:

С. Л. Чачко, кандидат психологічних наук, доцент кафедри загальної психології та психології розвитку особистості ФПСР Одеського національного університету імені І. І. Мечникова.

Рецензенти:

З. О. Кіреєва, доктор психологічних наук, професор, завідувач кафедри загальної психології та психології розвитку особистості ФПСР Одеського національного університету імені І. І. Мечникова;

Н. В. Артюхіна, кандидат психологічних наук, доцент кафедри загальної психології та психології розвитку особистості ФПСР Одеського національного університету імені І. І. Мечникова.

*Рекомендовано вченою радою факультету
психології та соціальної роботи ОНУ імені І. І. Мечникова.
Протокол № 2 від 26 жовтня 2022 р.*

З-14 **Загальна психологія** [Електронний ресурс] : електрон. метод. рекомендації за змістовими модулями 3 та 4 до курсу за спеціальністю 053 «Психологія» для здобувачів першого (бакалавр.) рівня вищої освіти / уклад. С. Л. Чачко. – Одеса : Одес. нац. ун-т ім. І. І. Мечникова, 2023. – 30 с. – 0,8 МБ.

Методичні рекомендації призначені для студентів першого (бакалаврського) рівня вищої освіти за спеціальністю 053 «Психологія». В них послідовно і цілісно розглянуто теоретичні та емпіричні основи психології психічних процесів, представлені такі найважливіші розділи даної предметної області, як відчуття, сприйняття, уявлення, уява, пам'ять, увага.

Мета методичних рекомендацій виражається в можливості їх використання в навчальному процесі студентами для теоретичного та практичного опрацювання матеріалів курсу.

УДК 159.9 (076)

ЗМІСТ

Вступ	4
Мета та завдання навчальної дисципліни	5
Зміст навчальної дисципліни	8
Список навчальної літератури	21
Методи навчання. Форми контролю і методи оцінювання	23
Питання до підсумкового контролю	28
Теми контрольних робіт (для студентів заочної форми навчання)	32

ВСТУП

В методичних рекомендаціях за змістовими модулями 3 та 4 до курсу «Загальна психологія» для студентів першого (бакалаврського) рівня вищої освіти за спеціальністю 053 «Психологія» послідовно і цілісно викладаються теоретичні та емпіричні основи психології психічних процесів, представлений ясний, переконливий аналіз таких найважливіших розділів даної предметної області як відчуття, сприйняття, уявлення, уява, пам'ять, увага. Основна мета курсу полягає в тому, щоб ознайомити студентів з основними поняттями, теоріями і проблемами загальної психології, сформувати у студентів необхідні психологічні знання для вирішення практичних завдань в професійній діяльності і повсякденному житті.

В результаті вивчення курсу студенти повинні усвідомити сутність психічних процесів людини, знати їх основні функції, особливості та властивості, індивідуальні відмінності; самостійно працювати з науковою літературою; активізувати знання загальної психології при вивченні інших психологічних дисциплін; вступати у наукові дискусії, демонструючи як наукові знання, так і власну позицію.

Основною формою вивчення студентами курсу «Загальна психологія» є відвідування лекційних та практичних занять, які охоплюють своїм змістом сутність основних питань загальної психології, а також самостійна робота студентів по вивченню рекомендованої літератури.

МЕТА ТА ЗАВДАННЯ НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ

Мета

Навчальний курс «Загальна психологія» є одним із обов'язкових курсів циклу професійної підготовки бакалаврів за спеціальністю «Психологія» і включає сплановані та рівномірно розподілені складові теоретичної та практичної підготовки. Мета курсу – закласти фундамент психологічних знань, ознайомивши студентів з найзагальнішими поняттями, проблемами та закономірностями психічної діяльності людини. Низка проблем загальної психології далі буде деталізована в інших дисциплінах. Увесь курс створить понятійну та методологічну базу для їх засвоєння.

Завдання

- засвоїти понятійний апарат дисципліни, оволодіти такими базовими поняттями як відчуття, сприйняття, уявлення, уява, пам'ять, увага;

- сформувати здатність до аналізу теоретичних і емпіричних досліджень з проблем загальної психології в історичному контексті з метою формування комплексних уявлень про феномен в професійній свідомості студентів;

- розглянути теоретичні підходи до розуміння відчуття, сприйняття, уявлення, уяви, уваги, пам'яті як необхідної умови для розуміння причин, механізмів формування та феноменологічних особливостей явища, а також подальшого їх урахування в організації психодіагностичної та консультативної роботи практичного психолога.

Процес вивчення дисципліни спрямований на формування елементів наступних **компетентностей**.

Загальні компетентності

ЗК2. Знання та розуміння предметної області та розуміння професійної діяльності. ЗК4. Здатність вчитися і оволодівати сучасними знаннями. ЗК.12. Здатність аналізувати власну діяльність

та застосовувати методи когнітивної та емоційної регуляції власної діяльності, фізичного та психічного стану.

Спеціальні (фахові, предметні) компетентності

СК1. Здатність оперувати категоріально-понятійним апаратом психології. СК2. Здатність до ретроспективного аналізу вітчизняного та зарубіжного досвіду розуміння природи виникнення, функціонування та розвитку психічних явищ. СК7. Здатність аналізувати та систематизувати одержані результати, формулювати аргументовані висновки та рекомендації. СК12. Здатність до особистісного та професійного самовдосконалення, навчання та саморозвитку.

Програмні результати навчання (ПРН)

ПР2. Розуміти закономірності та особливості розвитку і функціонування психічних явищ в контексті професійних завдань. ПР3. Здійснювати пошук інформації з різних джерел, у т.ч. з використанням інформаційно-комунікаційних технологій, для вирішення професійних завдань. ПР5. Обирати та застосовувати валідний і надійний психодіагностичний інструментарій (тести, опитувальники, проєктивні методики тощо) психологічного дослідження та технології психологічної допомоги. ПР6. Формулювати мету, завдання дослідження, володіти навичками збору первинного матеріалу, дотримуватися процедури дослідження. ПР7. Рефлексувати та критично оцінювати достовірність одержаних результатів психологічного дослідження, формулювати аргументовані висновки. ПР13. Взаємодіяти, вступати в комунікацію, бути зрозумілим, толерантно ставитися до осіб, що мають інші культуральні чи гендерно-вікові відмінності. ПР14. Ефективно виконувати різні ролі в команді у процесі вирішення фахових завдань, у тому числі демонструвати лідерські якості. ПР15. Відповідально ставитися до професійного самовдосконалення, навчання та саморозвитку. ПР16. Знати, розуміти та дотримуватися етичних принципів професійної діяльності психолога. ПР18. Вживати

ефективних заходів щодо збереження здоров'я (власного й оточення) та за потреби визначати зміст запиту до супервізії.

У результаті вивчення навчальної дисципліни здобувач вищої освіти повинен

знати:

- роль і місце загальної психології в системі психологічної науки;
- основні категорії та поняття в загальній психології;
- основні функції психічних процесів (відчуття, сприйняття, уявлення, уява, увага, пам'ять);
- особливості та властивості психічних процесів (відчуття, сприйняття, уявлення, уява, увага, пам'ять);
- індивідуальні відмінності психічних процесів (відчуття, сприйняття, уявлення, уява, увага, пам'ять).

вміти:

- виділяти предмет та понятійні складові дисципліни «Загальна психологія»;
- експериментально продемонструвати властивості пізнавальних процесів;
- практично визначити домінуючий тип сприйняття, пам'яті та уяви;
- орієнтуватися в науковій літературі, джерелах періодики, інтернет-ресурсах з метою самостійного пошуку і відбору інформації;
- вести дискусії на задану тему, висловлювати власну точку зору і доводити власні припущення з опорою на методологічні, теоретичні, практичні дані науки.

ЗМІСТ НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ

Змістовий модуль 3. Прості пізнавальні психічні процеси

Тема 1. Відчуття

Основні питання теми

Пізнавальні психічні процеси. Відчуття як найпростіший пізнавальний психічний процес. Види відчуттів та їх особливості. Класифікації відчуттів. Загальні властивості відчуттів.

Ключові слова: *відчуття, аналізатор, модальність; інтероцептивні, пропріоцептивні, екстероцептивні відчуття; якість відчуттів, інтенсивність відчуттів, тривалість відчуттів, просторова локалізація відчуттів, ясність відчуттів, абсолютний і відносний порого чутливості; сенсорна адаптація, взаємодія відчуттів, сенсibiliзація, синестезія, контраст відчуттів.*

В процесі вивчення даної теми треба зазначити, що відчуття – це найпростіший пізнавальний психічний процес, психічне відображення ізольованих властивостей предметів об'єктивного світу, що виникає при неопосередкованому впливі на органи чуття. Студентам слід засвоїти поняття про сенсорну деривацію як тимчасове обмеження сенсорних вражень у тварини чи людини в результаті ізоляції від зовнішнього середовища. Студенти мають розуміти основні теоретичні підходи до вивчення відчуттів: теорії емпіризму, соліпсизму, специфічної енергії органів чуття та рефлексорна теорія.

Студенти повинні знати види відчуттів та їх особливості. Зорові відчуття світла та кольору: яскравість, контраст, кольоровий тон, насиченість. Феномен Пуркінє. Ахроматичний контраст (контраст яскравості), хроматичний послідовний контраст (перцептивна післядія). Трикомпонентна теорія кольорового зору (червоний, зелений, синій). Слухові відчуття тону і шуму: висота, голосність, тембр звуку. Поняття про консонанс і дисонанс. Психоакустичний

ефект. Нюхові відчуття камфорного, мускусного, квіткового, м'ятного, ефірного, їдкого та гнилого запаху. Стереохімічна теорія нюху. Смакові відчуття солодкого, гіркого, солоного, кислого. Тактильні відчуття доторку і тиску. Температурні відчуття холоду і тепла. Больові відчуття. Статичні відчуття рівноваги (вестибулярні). Кінестетичні відчуття руху і положення тіла у просторі. Дотикові відчуття: мономануальний і бімануальний дотик. Вібраційні відчуття. Органічні відчуття.

Також студенти мають розумітися в основних класифікаціях відчуттів та розрізняти види відчуттів. За розташуванням рецептивних полей: екстероцептивні, інтероцептивні та пропріоцептивні відчуття. Специфічні та неспецифічні відчуття. Мономодальні та інтермодальні відчуття. За способом дії подразника: контактні та дистантні відчуття. За часом виникнення у філогенезі: протопатичні та епікритичні відчуття.

Студентам слід знати, що загальні властивості відчуттів характеризуються: якістю – наявністю специфічних особливостей кожного виду відчуттів: зорових, слухових та ін.; інтенсивністю – яка пов'язана з силою діючого подразника і визначає пороги чутливості; тривалістю – яка пов'язана з часом дії подразника і забезпечує адаптацію, тобто зміну порогів чутливості; просторовою локалізацією – визначається місцем дії подразника, може бути конкретною – смакові відчуття або більш розмитою – больові відчуття. Закономірності відчуттів. Абсолютна чутливість (нижня та верхня); поріг абсолютної чутливості. Диференційна чутливість; поріг диференційної чутливості. Дріб Вебера. Основний психофізичний закон та його форми (логарифмічний закон Г. Фехнера, степеневий закон С. Стівенса, узагальнений психофізичний закон Ю. Забродіна). Студент має розуміти, що адаптація відчуттів – це зниження чутливості (підвищення порогу) в результаті тривалої дії подразника. А сенсibiliзація – це підвищення чутливості (зниження порогу) до тривалої дії подразника. Контраст відчуттів виникає, коли минуле відчуття впливає на наступне. Велику роль відіграє взаємодія відчуттів. Синестезія – це феномен злиття властивостей різних

сенсорних систем, коли відчуття однієї модальності з'являється під впливом стимулів іншої модальності.

Приклад тестового завдання за темою

З чим пов'язані розміри проекційних полів різних аналізаторів у корі головного мозку?

а) різні органи мають різні розміри, наприклад, рука більше носа.

б) органи, які раніше сформувалися у філогенезі, мають великі за площею проекції.

в) інформація, що йде від тих сенсорних поверхонь, які відіграють максимальну роль в адаптації, має бути перероблена найбільш ретельно.

ЛІТЕРАТУРА

1. Базыма Б. А. Цвет и психика : Психологичес. практикум. Харьков, 2001. 110 с.
2. Дика О. Генеза чутливості: філософсько-філогенетичне дослідження. Дніпропетровськ : Дніпро, 1996. 26 с.
3. Кущенко І. В. Практикум з психології : навч.-метод. матеріали з дисципліни [Електронний ресурс] / І. В. Кущенко. – К. : Навч.-наук. ін-т права та психології НАВС, 2011. – 25 с.
4. Психологія та педагогіка : збірник міні-кейсів (задачі та практичні ситуації). Навчальний посібник. / [За заг. ред. Л. А. Колесніченко]. – К. : КНЕУ, 2008. – 380 с.
5. Шайкина Е. 103 задачи по общей психологии: Сборник задач. Луганск : Изд-во «Ноулидж», 2012. 55 с.

Тема 2. Сприйняття

Основні питання теми

Загальна характеристика сприйняття. Основні теоретичні підходи до вивчення сприйняття. Види сприйняття та їх класифікація. Особливості сприйняття.

Ключові слова: *сприйняття, перцепція, аперцепція, спостережливість, гештальт, предметність сприйняття,*

цілісність сприйняття, структурність сприйняття, константність сприйняття, усвідомленість сприйняття, вибірковість сприйняття, ілюзія сприйняття; фігура, фон; простір, рух, час

Студенти мають розуміти, що на відміну від відчуттів, більш повні знання про предмет в цілому, а не про окремі його властивості дає сприйняття як результат діяльності системи аналізаторів: зорових, слухових, моторних і т. ін., які становлять перцептивну систему, що забезпечує акт сприйняття. Тобто, сприйняття (перцепція) – це цілісне відображення предметів, ситуацій та подій, що виникає при безпосередньому впливі адекватних фізичних подразників на органи чуття. Сприйняття включає руховий (моторний) компонент у вигляді обмацування предмету, рухів очей, промовляння та ін. Сприйняття передбачає виділення із комплексу властивостей, що впливають, основних і суттєвих з одночасним відволіканням від несуттєвих і співставлення того, що сприймається, з минулим досвідом. Це пов'язано з формуванням уваги і пам'яті особистості. Основні теоретичні підходи до вивчення сприйняття: теорії структуралізму, гештальтпсихології, екологічна та конструктивістська.

Студентам слід знати види сприйняття та їх класифікації. Класифікація за провідним аналізатором. Зорове, слухове та дотикове сприйняття. Мікро- та макрорухи очей та пальців. Фонематичний слух. Поняття про гаптичний образ. Класифікація за метою діяльності. Мимовільне та довільне сприйняття. Спостереження та спостережливість. Класифікація за основною формою існування матерії. Сприйняття простору: форми, величини, відстані, об'ємності та напрямку. Гострота зору. Акомодація та конвергенція. Окомір людини. Монокулярний паралакс руху. Бінокулярний та монокулярний стереоефекти. Кореспондуючі та диспаратні точки. Кінетичний ефект глибини. Закон тотожного напрямку. Бінауральне слухання. Зорові ілюзії. Сприйняття часу: тривалості, швидкості, послідовності. Фактори, що впливають на сприйняття часу. Сприйняття руху: швидкості, прискорення та напрямку. Сприйняття справжнього та ілюзорного руху. Стробоскопічний рух. Фі-феномен.

Студенти повинні розуміти особливості сприйняття. Предметність сприйняття. Феномен виділення фігури з фону. Структурність сприйняття. Цілісність сприйняття. Феномен подвійних зображень. Закони цілісного сприйняття форми. Константність сприйняття. Апперцепція сприйняття. Стійка та тимчасова апперцепція. Осмисленість та узагальненість сприйняття. Вибірковість сприйняття. Індивідуальні відмінності сприйняття. Поняття про візуалів, аудіалів та кінестетиків. Студенти мають розрізняти типи сприйняття: аналітичний та синтетичний, суб'єктивний та об'єктивний, художній та мисленнєвий.

Приклад тестового завдання за темою:

Як схеми визначають наше сприйняття?

а) за допомогою схем ми зіставляємо стимуляцію, що надходить, з минулим досвідом і класифікуємо її.

б) схеми дозволяють швидко вловити головне у потоці інформації.

в) схеми регулюють швидкість переробки інформації.

ЛІТЕРАТУРА

1. Волошина В. В. Загальна психологія: Практикум : навч. посібн. / В. В. Волошина, Л. В. Долинська, С. О. Ставицька, О. В. Темрук. – К. : Каравела, 2005. – 280 с.

2. М'ясоїд П. Загальна психологія : Навч. посіб. 3-тє вид. Київ : Вища шк., 2004. 487 с.

3. Основи загальної психології / За ред. С. Д. Максименка – К., 1998. – 256 с.

4. Пасніченко, А. Е. Психологія пізнавальної сфери особистості: відчуття, сприймання, мислення. Курс лекцій. – Чернівці: ВІЦ «Місто», 2013.

5. Шамне А. В. Збірник задач з психології : навчальний посібник . Київ : ТОВ ВНП «Інтерсервіс», 2016. – 237 с.

Змістовий модуль 4. Наскрізні психічні процеси

Тема 3. Уявлення

Основні питання теми

Загальна характеристика уявлення. Види уявлень та їх класифікація. Індивідуальні особливості уявлення і його розвиток. Первинні образи пам'яті та персеверуючі образи.

Ключові слова: *уявлення, мисленнєві образи, види уявлень, типи уявлень, індивідуальні особливості уявлень*

Студентам слід знати визначення уявлень і основні характеристики. Уявлення – це психічний процес відображення предметів чи явищ, що не сприймаються в даний момент. Уявлення можна розглядати як результат узагальнення образу. Типи уявлень: уявлення пам'яті, уявлення уяви. Механізми виникнення уявлень. Основні характеристики уявлень: наочність, фрагментарність, нестійкість, непостійність.

Студенти мають знати та розрізняти види уявлень. Класифікація уявлень за модальністю: зорові, слухові, рухові, нюхові та ін. Класифікація уявлень за змістом і за ступенем узагальнення: одиничні та загальні. Характеристики окремих видів уявлень.

Студенти мають розумітися на індивідуальних особливостях уявлення і його розвитку. Індивідуальні особливості уявлення: зоровий тип, слуховий тип, руховий тип, змішаний тип. Етапи формування уявлень у людей. Умови розвитку уявлень.

Студенти мають розрізняти первинні образи пам'яті та персеверуючі образи. Знати подібність і відмінність між образами пам'яті та персеверуючими образами. Первинні образи пам'яті – це образи об'єктів, що виникають одночасно за процесом сприйняття. Персеверуючі образи – це образи, що виникають у свідомості після тривалого та (або) сильного емоційного сприйняття об'єктів і зберігають яскравість та чіткість від кількох годин до доби.

Приклад тестового завдання за темою

Подібність уявлень із сприйняттям характеризується:

- а) яскравістю
- б) фрагментарністю
- в) нестійкістю
- г) модальністю.

ЛІТЕРАТУРА

1. Кущенко І. В. Практикум з психології : навч.-метод. матеріали з дисципліни / І.В. Кущенко. – К. : Навч.-наук. ін-т права та психології НАВС, 2011. – 25 с.
2. М'ясоїд П. Загальна психологія : Навч. посіб. 3-тє вид. Київ : Вища шк., 2004. 487 с.
3. Основи загальної психології / За ред. С. Д. Максименка – К., 1998. – 256 с.
4. Шайкина Е. 103 задачи по общей психологии: Сборник задач. Луганск: Изд-во «Ноулидж», 2012. 55 с.

Тема 4. Уява

Основні питання теми

Загальне поняття про уяву. Основні теоретичні підходи до вивчення уяви. Види уяви та їх класифікація. Прийоми створення образів уяви.

Ключові слова: *уява, види уяви, творчість, мрія, фантазія, сновидіння, галюцинація, марення, ідеомоторний акт*

В процесі вивчення даної теми треба зазначити, що уява значно розширює і поглиблює пізнання. Вона відіграє велику роль в перетворенні об'єктивного світу. Перш ніж змінити світ практично, людина міняє його у своїй уяві. В уяві здійснюється «відхід» від дійсності, щоб потім ще глибше в неї проникнути і в цьому плані творча уява виступає фантазією. В уяві виникають ідеї того, що ще лише буде створене, мисленнєве уявлення того, що в минулому не сприймалось, створення образів, предметів і явищ, з якими людина раніше не зустрічалась. Студенти мають розуміти співвідношення

понять „уява” та „фантазія”. Уява і пам’ять, уява і творче мислення, уява і творчість. Основні функції уяви.

Студенти мають знати основні теоретичні підходи до вивчення уяви: філософія раціоналізму, асоціативна психологія, психоаналіз. Психологічні механізми уяви: гіпотези рекомбінації, спроб і помилок, випадкових знахідок, впізнавання творчих ідей, синестезії.

Студенти мають розрізняти види уяви та їх класифікації. Класифікація за змістом: художня, наукова, технічна тощо. Класифікація за характером психічної активності: пасивна і активна. Класифікація за характером цілей діяльності: мимовільна і довільна. Класифікація за ступенем новизни і оригінальності: репродуктивна і творча. Класифікація за ступенем реальності: реалістична і фантастична. Класифікація за просторовими характеристиками об’єктів, що уявляються: просторова і непросторова. Класифікація за характером образів, якими оперує людина: конкретна і абстрактна. Класифікація за провідною роллю психічних процесів: інтелектуальна і емоційна. Мрія як особливий вид уяви. Роль мрій у психічному житті людини.

Студенти мають розумітися на прийомах створення образів уяви: аглютинація, доповнення, комбінування, гіперболізація, акцентування, якісне перетворення, типізація, схематизація, перенесення, аналогія та реконструювання. Індивідуальні відмінності уяви.

Приклад тестового завдання за темою

Підставою класифікації уяви на зорове та слухове є:

- а) провідний аналізатор
- б) предмет відображення
- в) форма існування матерії
- г) активність суб’єкта.

ЛІТЕРАТУРА

1. Заїка Є. В. Розвиваємо мислення, пам’ять, уяву. Тренінг мозку. – Х.: Основа, 2013. – 132 с.

2. Кузнєцов М. А., Заїка Є. В. К 76 Психологія уяви: Навчально-методичний посібник. — Харків: ХНПУ, 2013. — 151 с.

3. Практикум з курсу «Основи загальної психології» [Електронний ресурс]. — Київ-Львів-Харків. — 97 с. Режим доступу : http://www.umsa.edu.ua/lecture/psychiatry/kaf_psychiatry_praktikum.pdf

4. Психологія та педагогіка : збірник міні-кейсів (задачі та практичні ситуації). Навчальний посібник. / [За заг. ред. Л. А. Колесніченко]. — К. : КНЕУ, 2008. — 380 с.

5. Шайкіна Е. 103 задачі по общей психологии: Сборник задач. Луганск: Изд-во «Ноулидж», 2012. 55 с.

Тема 5. Пам'ять

Основні питання теми

Поняття про пам'ять та її основні функції. Основні теоретичні підходи до вивчення пам'яті. Види пам'яті та їх класифікація. Процеси пам'яті. Індивідуальні відмінності пам'яті.

Ключові слова: *пам'ять, мнемонічна діяльність, об'єм пам'яті, швидкість відтворення, точність відтворення, тривалість запам'ятовування, запам'ятовування, заучування, збереження, відтворення, забування, впізнавання, пригадування, флеш-бекі, мемуари, спогади; інтерференція, ремінісценція, амнезія; уявлення, первинні образи пам'яті, персеверуючі образи.*

В процесі вивчення даної теми треба зазначити, що існування уявлень про світ на різних рівнях когнітивної сфери психіки, зміна цих уявлень, рухливість і гнучкість когнітивної сфери неможливі без пам'яті, без збереження людиною свого досвіду. Пам'ять необхідна для накопичення знань і являється обов'язковою умовою навчання і розвитку людини, становлення її як особистості. В структурі пам'яті виділяють чотири основних компоненти: запам'ятовування інформації, яка сприймається; збереження її; відтворення того, що збереглося; забування. Відтворення може проходити або у вигляді

власне відтворення (згадування) або у вигляді впізнавання, якщо ми маємо справу з дочасно відомою інформацією.

Студенти повинні мати поняття про пам'ять та її основні функції. Основні теоретичні підходи до вивчення пам'яті: фізіологічний, біохімічний, інформаційно-кібернетичний, психологічний. Психологічні теорії пам'яті: асоціативна, гештальттеорія, біхевіоральна, психоаналітична, діяльнісна, когнітивна, синтетична. Експериментальні дослідження проблем пам'яті на теренах України.

Студенти мають розрізняти види пам'яті та знати їх класифікації. Класифікація за тривалістю закріплення та зберігання матеріалу: миттєва (сенсорна), короткотривала, довготривала. Іконічна та екоїчна пам'ять. Оперативна пам'ять. Класифікація за характером психічної активності (за змістом): рухова, емоційна, образна, вербальна (словесно-логічна). Класифікація за ступенем розуміння матеріалу: механічна, логічна. Класифікація за характером цілей діяльності: мимовільна, довільна.

Студенти мають знати процеси пам'яті. Запам'ятовування; умови успішного запам'ятовування. Одним із кількісних показників, що дозволяють оцінити продуктивність запам'ятовування, є об'єм пам'яті. Це та кількість елементів або одиниць інформації, яку людина може відтворити відразу після запам'ятовування (безпосереднє відтворення) або через деякий час (відстрочене відтворення). Об'єм пам'яті в нормі дорівнює 7 ± 2 одиниці інформації. Ефект Зейгарнік. Організація процесу заучування. Основні форми заучування: дослівне, близьке до тексту, смислове. Закон Йоста. Роль повторення у запам'ятовуванні матеріалу. Ефективна організація повторення. Збереження; умови успішного збереження. Ефект краю. Відтворення та його різновиди: впізнавання, власне відтворення, пригадування, згадування. Умови успішного пригадування. Прийоми пригадування. Забування: тривале та тимчасове. Проактивна та ретроактивна інтерференція. Теорії забування. Умови забування. Криві збереження (забування) Г. Еббінгауза та Г. П'єрона. Студенти мають усвідомлювати, що

забування це природний і необхідний процес, що звільняє пам'ять для нової інформації. В перші години після заучування матеріал забувається швидше, ніж в подальшому. Крива Еббінгауза свідчить, що через 20 хвилин забувається 59 % інформації, через 1 день 33,7 %, а через 1 місяць – 21 %. Швидше забувається беззмістовний матеріал, ніж зв'язаний за змістом. Феномен ремінісценції. Індивідуальні відмінності пам'яті. Типи образної пам'яті. Ейдетична пам'ять.

Сильний стрес призводить до порушення роботи пам'яті. Емоційно забарвлені події запам'ятовуються загалом краще, ніж нейтральні. При спонтанному спогаді деяку перевагу має інформація, пов'язана з позитивно забарвленими емоціями.

Приклад тестового завдання за темою

До якої підсистеми довгострокової пам'яті належить інформація типу «Дніпро впадає у Чорне море»?

- а) епізодична пам'ять.
- б) автобіографічна пам'ять.
- в) семантична пам'ять.

ЛІТЕРАТУРА

1. Волошина В. В. Загальна психологія: Практикум : навч. посібн. / В. В. Волошина, Л. В. Долинська, С. О. Ставицька, О. В. Темрук. – К.: Каравела, 2005. – 280 с.
2. М'ясоїд П. Загальна психологія : Навч. посіб. 3-тє вид. Київ : Вища шк., 2004. 487 с.
3. Психологія та педагогіка : збірник міні-кейсів (задачі та практичні ситуації). Навчальний посібник. / [За заг. ред. Л. А. Колесніченко]. – К. : КНЕУ, 2008. – 380 с.
4. Скрипченко О. В., Волинська Л. В., Огороднійчук З. В. Загальна психологія: Хрестоматія: навч. посібник. Київ : Каравела, 2007. 640 с.
5. Трофімов Ю. Л., Рибалка В. В., Гончарук П. А. Психологія: Підручник / ред. Ю. Л. Трофімов. Київ, 1999. 558 с.

Тема 6. Увага

Основні питання теми

Загальне поняття про увагу та її основні функції. Основні теоретичні підходи до вивчення уваги. Види уваги та їх класифікація. Основні властивості уваги.

Ключові слова: *увага, об'єм уваги, розподіл уваги, стійкість уваги, зосередженість уваги, спрямованість уваги, концентрація уваги, переключення уваги, відволікання уваги, природна увага, соціально обумовлена увага, безпосередня увага, опосередкована увага, флуктуюча увага, довільна, мимовільна, післядовільна увага, колективна, групова, індивідуальна увага; сенсорна, інтелектуальна, моторна увага; гіпертрофія уваги, атрофія уваги, неуважність*

В процесі вивчення даної теми треба зазначити, що увага – особлива форма психічної активності, яка проявляється у направленості і зосередженості свідомості на значущих для людини предметах, явищах оточуючої дійсності або власних переживаннях. Студенти повинні розуміти специфіку уваги у порівнянні з іншими пізнавальними психічними процесами. Уважність як психічний стан і як риса особистості. Причини неуважності та шляхи її подолання.

Студенти мають знати основні теоретичні підходи до вивчення уваги: моторну, апперцептивно-волюнтаристську, емоційну, фізіологічну, діяльнісну та інформаційну.

Студенти мають розрізняти види уваги та їх класифікації. Класифікація за характером цілей діяльності: мимовільна, довільна і післядовільна. Студенти повинні розуміти чинники мимовільної, довільної та післядовільної уваги. Мимовільна увага виникає раптово, незалежно від свідомості. Фізіологічною основою мимовільної уваги є умовно-рефлекторна орієнтувальна діяльність мозку. Мимовільна увага виникає при умові, що сила сторонніх подразників перебільшує силу усвідомлених впливів. Увага може привертатись рефлекторно. Потужний звук, шум, новизна подразника, емоційна забарвленість його, все що пов'язане з можливістю передбачення наслідків дії цього подразника привертають нашу увагу до предмету. Свідомо

спрямована і регульована увага, в якій суб'єкт свідомо вибирає об'єкт, на який спрямовується увага – це вже довільна увага. Її характеристиками є ціленаправленість, організованість діяльності, усвідомлення послідовності дій, здібність боротися з сторонніми відволіканнями. Післядовільна увага є результатом свідомого зосередження на предметах і явищах у процесі довільної уваги. Долаючи труднощі під час довільного зосередження, людина звикає до них, сама діяльність викликає певний інтерес, а деколи і захоплює виконавця, і увага набуває рис мимовільної. Студенти мають знати і інші класифікації уваги. Класифікація за спрямованістю: зовнішня та внутрішня. Класифікація за формою організації: індивідуальна, групова і колективна. Класифікація за ступенем соціалізації: природна і соціальна. Класифікація за ступенем регуляції: безпосередня і опосередкована. Класифікація за орієнтацією на конкретні психічні процеси: чуттєва та інтелектуальна.

Студентам слід знати основні властивості уваги: обсяг (7 ± 2), концентрація, розсіяність, розподіл, переключення, стійкість, коливання. Уявна та справжня розсіяність уваги. Зовнішнє і внутрішнє коливання уваги. Також він має розуміти особливості крайніх проявів уваги – неуважності та надмірної уваги. Бути знайомими з тілесними проявами уваги та вміти їх визначати.

Приклад тестового завдання за темою:

У чому полягає специфіка уваги порівняно з іншими регулятивними процесами психіки?

- а) у термін «увага» різні автори вкладають різний зміст;
- б) увагу важко дослідити експериментально;
- в) увага не має свого специфічного продукту.

ЛІТЕРАТУРА

1. Волошина В.В. Загальна психологія: Практикум : навч. посібн. / В. В. Волошина, Л. В. Долинська, С. О. Ставицька, О. В. Темрук. – К.: Каравела, 2005. – 280 с.

2. М'ясоїд П. Загальна психологія : Навч. посіб. 3-тє вид. Київ : Вища шк., 2004. 487 с.

3. Максименко С. Д. Загальна психологія. Київ : Центр учб. літ., 2008. 272 с.
4. Скрипченко О., Волинська Л. В., Огороднійчук З. В. Загальна психологія: Хрестоматія: навч. посібник. Київ : Каравела, 2007. 640 с.
5. Шайкина Е. 103 задачи по общей психологии: Сборник задач. Луганск: Изд-во «Ноулидж», 2012. 55 с.

СПИСОК НАВЧАЛЬНОЇ ЛІТЕРАТУРИ

Основна література

1. Максименко С. Д. Загальна психологія. – К.: Центр учбової літератури, 2017. – 272 с.
2. М'ясоїд П. А. Курс загальної психології: підруч. [для студ. ВНЗ : у 2 т.]. Т. 2 / П. А. М'ясоїд. - К.: Алерта, 2013. - 757 с.
3. Скрипченко О. В., Долинська Л. В., Огороднійчук З. В. Загальна психологія. – К.: Каравела, 2019. – 464 с.

Додаткова література

1. Загальна психологія : підручник / С. Д. Максименко та ін. ; ред. С. Д. Максименко. 2-ге вид. Вінниця : Нова Кн., 2004. 704 с.
2. Загальна психологія. Практичні заняття: навчальний посібник / Діхтяренко С. Ю., Чудаєва Н. В., Шульдик Г. О., Данилевич Л. А. – Умань : ВПЦ «Візаві», 2013. 254 с.
3. Загальна, вікова і педагогічна психологія: Збірник завдань: посіб. для пед. уч-ищ. / Казарновська Г. Б. Долинна О. П. – К.: Вища школа, 1990. 144 с.
4. Основи загальної психології / За ред. С. Д. Максименка – К., 1998. – 256 с.
5. Основи психології : підручник / ред.: О. Киричука, В. А. Роменця. 4-те вид. Київ : Либідь, 1997. 632 с.
6. Павелків Р. В. Загальна психологія. Підручник. – К., 2002. – 506 с.
7. Пасніченко А. Е. Психологія пізнавальної сфери особистості: відчуття, сприймання, мислення. : Курс лекцій. Чернівці : ВПЦ «Місто», 2013. 320 с.
8. Психологія / За ред. Г. С.Костюка. – К. «Радянська школа», 1968. 254 с.
9. Психологія / Ю. Л. Трофімов, В. В. Рибалка, П. А. Гончарук та ін.; / За ред. Ю. Л. Трофімова. -3-те вид., стереотип. –К.: Либідь, 2001. – 560 с.
- 10.Сергеев К. К. Общая психология как точная наука. – Херсон, 1995. – 237 с.
- 11.Скрипченко О. В., Волинська Л. В., Огороднійчук З. В. Загальна психологія: Хрестоматія: навч. посібник. Київ : Каравела, 2007. 640 с.

Електронні ресурси

1. НБ ОНУ імені І. І. Мечникова: <http://onu.edu.ua/>
2. Бібліотека МДУ: <http://msu.edu.ua/library/>
3. Мукачівська міська бібліотека: <http://www.muklib.mk.uz.ua>
4. Бібліотека психологічної літератури: <http://psylib.kiev.ua/>
5. Українські підручники он-лайн: <http://pidruchniki.ws/>
6. Закарпатська обласна універсальна наукова бібліотека ім. Ф. Потушняка: <http://biblioteka.uz.ua/>

МЕТОДИ НАВЧАННЯ

У процесі вивчення навчальної дисципліни використовуються наступні методи навчання:

- словесні методи: лекція, пояснення, бесіда, обговорення, дискусія;
- наочні методи: презентації, ілюстрація, демонстрація;
- методи формування практичних умінь і особистісних якостей: виконання практичних завдань, дискусії, «мозкова атака», рольові ігри, підготовка і здійснення виступів перед аудиторією.

Самостійна робота включає роботу з навчально-методичною літературою та виконання самостійних завдань: анотування, складання есе, підготовку презентацій та практичних завдань.

ФОРМИ КОНТРОЛЮ І МЕТОДИ ОЦІНЮВАННЯ

При вивченні навчальної дисципліни здійснюється поточний та підсумковий контроль.

Поточний контроль проводиться з метою вивчення рівня підготовленості студента з певних тем, розділів робочої навчальної програми, якості виконання конкретних завдань та здійснюється впродовж семестру під час проведення аудиторних занять (лекції, семінарські заняття) та при виконанні самостійної роботи.

Об'єктом поточного оцінювання є:

- програмний матеріал, який викладається на лекціях;
- питання і проблеми, що розглядаються та обговорюються на семінарських заняттях;
- програмний матеріал для самостійного вивчення, який передбачений робочою програмою та включає: анотування, складання есе, підготовку презентацій та практичних завдань.

Форма підсумкового контролю – іспит. Загальна підсумкова оцінка (сума балів) складається з оцінки поточного контролю результатів навчання впродовж семестру та оцінки результатів навчання при проведенні контрольних заходів під час підсумкового контролю (іспит).

Схема розподілу балів:

Кількість балів за поточний контроль – 60.

Максимальна кількість балів за підсумковий контроль – 40.

Критерії оцінювання поточного контролю: оцінювання знання, які виявив здобувач при роботі на семінарських заняттях та при виконанні самостійної роботи. Додаткові до поточного оцінювання бали нараховуються за індивідуальне завдання.

Здобувач допускається до підсумкового контролю (іспиту) за навчальною дисципліною, якщо він виконав усі види практичних робіт, передбачених робочою програмою незалежно від сумарної кількості балів, отриманих за результатами поточного контролю за семестр.

ПИТАННЯ ДО ПІДСУМКОВОГО КОНТРОЛЮ

1. Відчуття як найпростіший пізнавальний психічний процес.
2. Теорії відчуттів: емпіризму, соліпсизму, специфічної енергії органів чуття, рефлекторна.
3. Особливості відчуття світла та кольору. Феномен Пуркін'є. Ахроматичний та хроматичний контрасти.
4. Трикомпонентна теорія кольорового зору.
5. Особливості відчуття тону і шуму.
6. Поняття про консонанс і дисонанс. Психоакустичний ефект.
7. Нюхові відчуття. Стереохімічна теорія нюху.
8. Смакові відчуття.
9. Тактильні та дотикові відчуття.
10. Температурні та больові відчуття.
11. Статичні та кінестетичні відчуття.
12. Вібраційні та органічні відчуття.
13. Систематична класифікація відчуттів.
14. Структурно-генезисна класифікація відчуттів.
15. Загальні властивості відчуттів.
16. Абсолютна та диференційна чутливість. Пороги чутливості. Дріб Вебера.
17. Логарифмічна форма основного психофізичного закону.
18. Степенева форма основного психофізичного закону.
19. Узагальнена форма основного психофізичного закону.
20. Адаптація та взаємодія відчуттів.
21. Сенсibiliзація та синестезія. Контраст відчуттів.
22. Природа сприйняття людини. Роль мікро- і макрорухів у формуванні образу сприйняття.
23. Основні теоретичні підходи до вивчення сприйняття: структуралізм, гештальтпсихологія, екологічний підхід, конструктивістський підхід.
24. Класифікація сприйняття за провідним аналізатором.
25. Класифікація сприйняття за метою діяльності.
26. Класифікація сприйняття за основною формою існування матерії.
27. Сприйняття форми, величини та відстані об'єктів.

28. Гострота зору. Акомодація та конвергенція. Окомір людини.
29. Сприйняття об'ємності та напрямку об'єктів. Монокулярний паралакс руху. Бінокулярний та монокулярний стереоефекти. Кінетичний ефект глибини.
30. Ілюзії сприйняття.
31. Сприйняття часу.
32. Сприйняття руху. Стробоскопічний рух. Фі-феномен.
33. Предметність та структурність сприйняття.
34. Цілісність сприйняття. Закони цілісного сприймання форми.
35. Константність та апперцепція сприйняття.
36. Осмисленість, узагальненість та вибірковість сприйняття.
37. Індивідуальні відмінності сприйняття. Типи сприйняття.
38. Визначення уявлень і їх основні характеристики.
39. Типи уявлень: уявлення пам'яті, уявлення уяви.
40. Механізми виникнення уявлень.
41. Основні характеристики уявлень: наочність, фрагментарність, нестійкість, непостійність.
42. Класифікація уявлень за модальністю: зорові, слухові, рухові, нюхові та ін.
43. Класифікація уявлень за змістом і за ступенем узагальнення.
44. Класифікація уявлень за метою діяльності.
45. Індивідуальні особливості уявлення: зоровий тип, слуховий тип, руховий тип, змішаний тип.
46. Етапи формування уявлень у людей.
47. Загальне поняття про уяву. Основні функції уяви.
48. Основні теоретичні підходи до вивчення уяви: філософія раціоналізму, асоціативна психологія, психоаналіз.
49. Гіпотези щодо психологічних механізмів уяви.
50. Класифікація уяви за змістом; характером психічної активності; характером цілей діяльності.
51. Класифікація уяви за ступенем новизни і оригінальності; ступенем реальності; за просторовими характеристиками об'єктів.
52. Класифікація уяви за характером образів; провідною роллю психічних процесів.

53. Мрія як особливий вид уяви.
54. Прийоми створення образів уяви.
55. Індивідуальні відмінності уяви.
56. Загальне поняття про увагу та її основні функції.
57. Неуважність, її види та шляхи подолання.
58. Позитивні та негативні сторони уваги. Надмірна увага, її види.
59. Основні теоретичні підходи до вивчення уваги: моторний, апперцептивно-волюнтаристський, емоційний, фізіологічний, діяльнісний та інформаційний.
60. Класифікація уваги за характером цілей діяльності.
61. Чинники мимовільної, довільної та післядовільної уваги.
62. Класифікація уваги за спрямованістю.
63. Класифікація уваги за формою організації; ступенем соціалізації.
64. Класифікація уваги за ступенем регуляції; орієнтацією на конкретні психічні процеси.
65. Основні властивості уваги.
66. Поняття про пам'ять та її основні функції.
67. Основні теоретичні підходи до вивчення пам'яті: фізіологічний, біохімічний, інформаційно-кібернетичний, психологічний.
68. Психологічні теорії пам'яті: асоціативна, гештальттеорія, біхевіоральна, психоаналітична, діялісна, когнітивна, синтетична.
69. Класифікація пам'яті за тривалістю закріплення та зберігання матеріалу.
70. Класифікація пам'яті за характером психічної активності (за змістом).
71. Класифікація пам'яті за ступенем розуміння матеріалу.
72. Класифікація пам'яті за характером цілей діяльності.
73. Запам'ятовування як процес пам'яті: умови успішного запам'ятовування.
74. Організація процесу заучування. Основні форми заучування. Закон Йоста.
75. Ефективна організація повторення матеріалу.

76. Збереження як процес пам'яті: умови успішного збереження, ефект краю.
77. Різновиди відтворення як процесу пам'яті. Умови успішного пригадування. Прийоми пригадування.
78. Забування як процес пам'яті: теорії забування, умови забування. Проактивна та ретроактивна інтерференція.
79. Криві збереження (забування) Г. Еббінгауза та Г. П'єрона. Феномен ремінісценції.
80. Індивідуальні відмінності пам'яті. Типи образної пам'яті. Поняття про ейдетичну пам'ять.

ТЕМИ КОНТРОЛЬНИХ РОБІТ

(для студентів заочної форми навчання)

1. Загальна характеристика пізнавальних процесів.
2. Значення відчуттів в житті людини.
3. Види відчуттів.
4. Кількісні та якісні властивості відчуттів.
5. Значення сприйняття в житті людини.
6. Порівняльна характеристика відчуття та сприйняття.
7. Види сприйняття.
8. Властивості сприйняття.
9. Ілюзії зорового сприйняття.
10. Особливості сприйняття часу людиною.
11. Значення пам'яті в житті і діяльності людини.
12. Види пам'яті та їх особливості.
13. Процеси пам'яті.
14. Закони пам'яті.
15. Забування та його причини.
16. Формування і розвиток пам'яті.
17. Мнемотехніка та ейдетика.
18. Феномен історичної пам'яті.
19. Автобіографічна пам'ять в житті людини.
20. Функції уяви в житті людини.
21. Види уяви та їх особливості.
22. Сновидіння, галюцинації і мрії як особливі види уяви.
23. Прийоми створення образів уяви.
24. Уява і творчість.
25. Уява і наукове пізнання.
26. Особливості уваги як психічного процесу і стану людини.
27. Роль уваги у інших пізнавальних процесах.
28. Властивості уваги.
29. Причини неуважності та шляхи її подолання.
30. Уявна та справжня розсіяність уваги.
31. Розвиток уваги. Умови, що полегшують довільне зосередження уваги.
32. Спостереження та спостережливість.

Навчальне видання

ЗАГАЛЬНА ПСИХОЛОГІЯ

Електронні методичні рекомендації
за змістовими модулями 3 та 4
до курсу за спеціальністю 053 «Психологія»
для здобувачів першого (бакалаврського) рівня вищої освіти

Електронне практичне видання

Укладач

Чачко Світлана Леонідівна

В авторській редакції

Затвердж. авт. 17.04.2023. Шрифт Times New Roman.
Системні вимоги: операційна система сумісна з програмним
забезпеченням для читання файлів формату PDF.
Обсяг 0,8 МБ. Зам. № 2577.

Видавець і виготовлювач
Одеський національний університет імені І. І. Мечникова
Свідоцтво суб'єкта видавничої справи ДК № 4215 від 22.11.2011 р.
65082, м. Одеса, вул. Єлісаветинська, 12, Україна
Тел.: (048) 723 28 39, e-mail: druk@onu.edu.ua