

Тема 3. Диспозиційні та когнітивно-поведінкові теорії особистості

Карпюк Юлія Ярославівна

A decorative graphic element consisting of several horizontal lines of varying lengths and colors (teal, white, and light blue) extending from the right side of the slide towards the center.

План

1. Теорія особистості Г. Олпорта.
2. Типологія особистості І. Г. Айзенка.
3. Теорія рис особистості Р. Кеттела.
4. Погляди Ж. Піяже на розвиток особистості.
5. Особистісні конструкти Дж. Келлі.
6. Погляди К. Левіна на особистість.
7. Соціально-когнітивна теорія А. Бандури.
8. Теорія оперантного наочіння Б. Ф. Скінера.
9. Теорія соціального наочіння Д. Роттера.

Загальна характеристика диспозиційного напрямку у психології особистості

- Назва диспозиційного напрямку походить від англійського слова *disposition* – теоретичну його основу вибудовують дві основні ідеї.
- Перша полягає в тому, що люди демонструють певну стабільність у своїх вчинках, думках і емоціях, незалежно від перебігу часу, подій і життєвого досвіду.
- Друга основна ідея диспозиційного напрямку пов'язана з тією обставиною, що немає двох людей, повністю схожих між собою.

Загальна характеристика диспозиційного напрямку у психології особистості

- Гордон Оллпорт, Ганс Айзенк, Раймонд Кеттел - цих психологів об'єднують як представників диспозиційного напрямку у вивченні особистості.
- Диспозиційні психологи погоджувались у тому, що закономірною властивістю особистості є демонстрація певної постійності вчинків, думок, почуттів незалежно від плину часу, подій та життєвого досвіду.
- Суть особистості визначається тими її схильностями, які є її невід'ємним атрибутом і які вона проносить через усе життя.
- На думку диспозиційних психологів, найсуттєвіші властивості особистості пояснюються такою психологічною реальністю, як риси.

Загальна характеристика диспозиційного напрямку у психології особистості

- Риси – це фундаментальні одиниці особистості, кожна з яких є узагальненою схильністю діяти певним чином у відповідній типовій ситуації.
- Разом з тим, представники цього напрямку по-різному визначають кількість та сутність базових параметрів, необхідних для адекватного опису особистості.

- Зокрема, Гордон Оллпорт підкреслював унікальність кожної особистості і її конкретних рис. Вчений також приділяє увагу питанню, яким чином на поведінку людини впливають когнітивні і мотиваційні процеси.
- Теорія Оллпорта є поєднанням гуманістичних та індивідуальних підходів до вивчення людської поведінки.
- Так, гуманістичною є спроба вченого виявити потенціал особистісного зростання і самореалізації особистості.
- Індивідуальний підхід відбивається в прагненні Оллпорта зрозуміти і передбачити розвиток реальної, конкретної особистості. Оллпорт переконаний у тому, що поведінка людини завжди є результатом тієї або іншої конфігурації особистісних рис

- Ганс Айзенк і Раймонд Кеттел, використовуючи складну психометричну техніку факторного аналізу, намагалися показати, як базисна структура рис особистості впливає на поведінкові реакції індивіда.
- Для Айзенка в особистості надзвичайно важливі три основні параметри: інтроверсія – екстраверсія, стабільність – нейротизм, психотизм – сила суперего.
- Кеттел, на відміну від Айзенка, стверджує, що структуру особистості визначають принаймні 16 основних рис.

- Він вважає також, що для прогнозування поведінки можна виводити рівняння, ґрунтуючись на точних вимірах особистісних особливостей.
- Варто зазначити, що далеко не всі психологи погоджуються щодо стабільності особистості.
- Опоненти цього підходу доводять, що поведінка людини з перебігом часу і у різних обставинах зберігає лише незначну постійність особистісних проявів.

1. Диспозиційна теорія особистості Гордона Оллпорта

- Гордон Оллпорт (1887-1967) вважав особистість відкритою системою, розвиток якої здійснюється у взаємозв'язку з іншими людьми.
- Він виходив з того, що людина перш за все соціальна, а не біологічна істота і тому не може розвиватися без контактів з людьми, з суспільством.
- Звідси його різке неприйняття положення психоаналізу про антагоністичні, ворожі стосунки між особистістю і суспільством.
- Оллпорт вважав, що взаємини особистості з суспільством є не прагненням до адаптації, а взаємодією.

1. Диспозиційна теорія особистості Гордона Оллпорта

- Особистість, за його визначенням, динамічна організація особливих мотиваційних систем, звичок, установок і особистісних рис індивіда, які визначають унікальність його взаємодії з середовищем, передусім соціальним.
- Однак, у цих стосунках немає рівноваги між довкіллям і людиною.
- Людина повинна весь час встановлювати нові стосунки і розвивати наявні.
- Отже, постійний розвиток особистості є основною формою її існування.

1. Диспозиційна теорія особистості Гордона Оллпорта

- Оллпорт стверджував, що кожна людина неповторна і індивідуальна, оскільки вона є носієм своєрідного поєднання якостей, потреб, які він називав рисами.
- Особистісна риса – це готовність (диспозиція) поводитися схожим чином у різних ситуаціях.
- Особистісні риси визначають схожість поведінки індивіда, незважаючи на плин часу та зміну ситуацій.

1. Диспозиційна теорія особистості Гордона Оллпорта

- Зокрема, риса товаришкості означає, що людина буде спілкуватися зі знайомими і незнайомими людьми, на роботі і в колі друзів, її сприйматимуть такою друзі дитинства і співробітники.
- Відповідальність означає, що індивід буде звітувати перед іншими – і у власній родині, і на роботі, і серед пасажирів транспорту.
- Риси особистості Оллпорт поділяв на основні та інструментальні.
- Основні риси стимулюють поведінку і є природженими, генотипічними, а інструментальні – формуються в процесі життя людини, тобто є фенотипічним утворенням.

1. Диспозиційна теорія особистості Гордона Оллпорта

- Основні риси гармонійно пов'язані з інструментальними, що й сприяє формуванню особистості.
- Сукупність цих рис і складає ядро особистості, надає їй унікальності й неповторності.
- Хоча основні риси й природжені, вони можуть видозмінюватися, розвиватися протягом життя, в процесі спілкування людини з іншими людьми.
- Суспільство стимулює розвиток одних рис особистості і гальмує розвиток інших.

1. Диспозиційна теорія особистості Гордона Оллпорта

- У подальших працях Оллпорта риси отримали назву диспозицій, серед яких він виділив три типи: кардинальні, центральні й вторинні.
- Кардинальною диспозицією володіє досить небагато людей. Ця генералізована диспозиція так впливає на поведінку, що майже всі вчинки людини можна звести до її впливу.
- Особистостями з такою диспозицією є Дон Жуан, Жанна д'Арк, Альберт Швейцер.

1. Диспозиційна теорія особистості Гордона Оллпорта

- Центральні диспозиції є блоками індивідуальності і такими тенденціями у поведінці людини, які легко помітити (пунктуальність, уважність, відповідальність).
- Вторинні диспозиції – менш помітні, менш стійкі, менш узагальнені риси (манера одягатися, улюблені страви, ситуаційно обумовлені характеристики).

Пропріум: розвиток самості

Вивчаючи розвиток самості Олпорт ввів поняття «**пропріум**». На його думку пропріум являє собою позитивне, творче, що прагне до зростання і розвивається властивість людської природи. Він розглядав пропріум у значенні сталості людини щодо його диспозицій, намірів і перспективних цілей, він невід'ємний від людини як єдиного цілого.

Олпорт виділив сім різних аспектів «самості», що беруть участь у розвитку пропріуму з дитинства до зрілості.

<i>Стадія</i>	<i>Аспект</i>	<i>Визначення</i>
1	Тілесна самість	Усвідомленням тілесних відчуттів
2	Самоідентичність	Незмінність і безперервність «Я», незалежно від змін, що відбуваються
3	Самоповага	Гордість за власні досягнення
4	Розширення самості	«Я» починає охоплювати важливі аспекти соціального та фізичного оточення
5	Образ себе	В цілях і прагненнях індивіда починають відбиватися очікування інших значущих людей
6	Раціональне самоуправління	Абстрактна аргументація і застосування логіки для вирішення повсякденних проблем
7	Пропріативне прагнення	Цілісне відчуття «Я» і планування перспективних цілей

Шістнадцять вихідних рис.

<i>Позначення чинника</i>	<i>Назва фактору за Кеттелом</i>	<i>Якість, що відповідає високій оцінці за фактором</i>	<i>Якість, що відповідає низькій оцінці за фактором</i>
A	Чуйність - відчуженість	Добродушний, підприємливий, сердечний	Цинічний, жорстокий, байдужий
B	Інтелект	Кмітливий, абстрактне мислення	Дурний, конкретне мислення
C	Емоційна стійкість - емоційна нестійкість	Зрілий, реалістичний, спокійний	Нестійкий, нереалістичний, неконтрольований
E	Домінантність - підпорядкованість	Впевнений, конкурентний, впертий	Сором'язливий, скромний, покірний
F	Розсудливість - безтурботність	Серйозний, мовчазний	Безтурботний, повний ентузіазму
G	Свідомість - безвідповідальність	Відповідальний, моралістичний, стоїчний	Необачливий правилами, недбайливий, непостійний
H	Сміливість - боязкість	Завзятий, розкутий	Невпевнений, замкнутий
I	Жорстокість - м'якість	Спирається на свої сили, незалежний	Спирається на сили інших, залежний

<i>Позначення чинника</i>	<i>Назва фактору за Кеттелом</i>	<i>Якість, що відповідає високій оцінці за фактором</i>	<i>Якість, що відповідає низькій оцінці за фактором</i>
L	Довірливість - підозрливість	Приймаючий умови	Наполегливий на межі дурості
M	Мрійливість - практичність	Творчий, артистичний	Консервативний, приземлений
N	Дипломатичність - прямолінійність	Соціально досвідчений, кмітливий	Соціально незграбний
O	Схильність до побоювань - спокій	Неспокійний, заклопотаний	Спокійний, самовдоволений
Q1	Радикалізм-консерватизм	Ліберальний, з вільною думкою	Поважаючий традиційні ідеї
Q2	Самодостатність - конформізм	Віддає перевага власним рішенням	Беззаперечно повторює за іншими
Q3	Недисциплінованість - контрольованість	Слідує власним спонуканням	Пунктуальний
Q4	Розслабленість - напруженість	Стриманий, спокійний	Перевтомлений, збуджений

1. Диспозиційна теорія особистості Гордона Оллпорта

- Особистість не є сукупністю розрізнених диспозицій, вона передбачає єдність, інтеграцію всіх структурних елементів індивідуальності.
- Існує деякий принцип поєднання всіх диспозицій в єдине ціле, який Оллпорт пропонує називати пропріумом.
- Пропріум – це певна організуюча і об'єднуюча сила, призначення якої – формування унікальності людського життя.

Стадії розвитку пропріуму:

- відчуття свого тіла, яке залишається впродовж усього життя опорою для самоусвідомлення;
- відчуття самоідентичності, важливим моментом якої виступає усвідомлення себе за допомогою мовлення як певної особи, поява відчуття цілісності «Я», пов'язаного з власним іменем;

Стадії розвитку пропріуму:

- відчуття самоповаги як відчуття гордості щодо того, що деякі дії вже виконуються самостійно.
- Це найважливіше джерело підвищення самооцінки впродовж всього дитинства;
- розвиток самосвідомості, що виникає, коли діти усвідомлюють, що їм належить не лише їх фізичне тіло, але й певні значущі елементи зовнішнього світу, включаючи людей;

Стадії розвитку пропріуму:

- образ «Я», коли дитина починає орієнтуватися на очікування значущих близьких, уявляючи собі, що таке «Я хороша» і «Я погана»;
- раціональне управління собою, що є стадією розвитку конформізму, моральної і соціальної слухняності, коли дитина вчиться раціонально вирішувати життєві проблеми, догматично вважаючи, що сім'я і релігія завжди мають рацію;

Стадії розвитку пропріуму:

- пропріативне прагнення – формування перспективних життєвих цілей, поява сенсу життя.
- Відповідно до теорії Оллпорта, основною суттю людини є її відповідь на питання: «Що ти хочеш робити через п'ять років?».
- На думку вченого, особистість вільна від минулого – зв'язки з минулим історичні, а не функціональні.

- Дозрівання людини – це безперервний процес становлення, ще продовжується все життя.
- Поведінка зрілих суб'єктів, на відміну від суб'єктів невротичних, функціонально автономна і мотивована усвідомленими процесами.
- Зрілій особистості, вважає Г. Оллпорт. властиві такі риси, як активна позиція відносно дійсності; усвідомлення досвіду, тобто здатність бачити події власного життя такими, якими вони є, не застосовуючи «психологічного захисту»; самопізнання; здатність до абстракції; постійний процес індивідуалізації; функціональна автономія рис; стійкість до фрустрації.
- Невротичну особистість, за Г. Оллпортом, характеризує наявність таких рис, як пасивна позиція щодо світу; застосування різних видів психологічного захисту; обмеженість мислення.

Типологія особистості І. Г. Айзенка

- Англійський учений Ганс Айзенк (1916-1997) увійшов до історії психології як творець чотирирівневої ієрархічної моделі людської особистості.
- Як і Кеттелл, Айзенк користувався для своєї теорії математичним апаратом факторного аналізу, однак його підхід відрізнявся від підходу Кеттелла.
- По-перше, він застосовував гіпотетико-дедуктивний метод обробки матеріалу, перед тим як використовувати факторний аналіз.

Типологія особистості І. Г. Айзенка

- По-друге, вчений вважав факторний аналіз лише одним із способів знаходження відповіді на найважливіші питання, які стосуються теорії особистості.
- По-третє, він виокремлював не риси, а лише три біполярних суперфактори: екстраверсія – інтроверсія, нейротизм – стабільність, психотизм – суперего.
- Екстравертизм характеризується товариськістю й імпульсивністю; інтроверсія – пасивністю і замисленістю; невротизм – тривожністю і звичками; стабільність – відсутністю таких; психотизм – антисоціальною поведінкою; а суперего – схильністю до співпереживання і співпраці.

Типологія особистості І. Г. Айзенка

- Айзенк був глибоко переконаний у тому, що риси особистості й типи визначаються насамперед спадковістю.
- Відповідно до його теорії, вплив навколишнього середовища практично не важливий для формування особистості.
- На його думку, генетичні фактори набагато більше впливають на подальшу поведінку, ніж дитячі враження.

Типологія особистості І. Г. Айзенка

- Айзенк сформулював концепцію ієрархічної чотири рівневої моделі людської особистості.
- Нижній рівень – специфічні дії або думки, індивідуальний спосіб поведінки або думки, які можуть бути, а можуть і не бути характеристиками особистості.
- Другий рівень звичні дії або думки, які за певних умов повторюються.
- Третій рівень – риси особистості, а четвертий, вищий рівень організації поведінки, рівень типів, або суперфакторів.

- Айзенк провів детальне емпіричне дослідження психологічних особливостей екстравертів та інтровертів і в світлі його даних можна змалювати їх психологічні портрети.
- Екстраверти відкриті, привітні, легко налагоджують контакти з людьми, мають багато знайомих і друзів.
- Екстраверти постійно прагнуть нових яскравих вражень і відчуттів, зазвичай проявляють безтурботність та легко відволікаються від життєвих проблем.
- Екстраверти активні, рішучі, говорять і діють швидко, не задумуючись. Екстраверти люблять зміни, вони безтурботні й оптимістичні.
- Для них властиво діяти, а не віддаватися роздумам, вони проявляють нестриманість, можуть поводитися агресивно.

- Інтроверти уникають надто сильних вражень, контролюють свої почуття, прагнуть спокійного впорядкованого життя.
- Вони прагнуть до ситуацій, які добре знають, уникають надто різких змін, несподіванок.
- Інтроверти люблять роботу, яка вимагає від них тривалої уваги та зосередженості, їм нелегко відволікатися від своїх занять та справ.
- Довго роздумують перед тим, як щось зробити, сказати.
- Рухаються неквапливо, рухи сповільнені.
- Обережні, ризик їм не до вподоби.

Основні типи особистості

Кожна категорія, включає складові її риси, є результатом комбінації високого і низького рівня інтроверсії і екстраверсії з високим або низьким рівнем стабільності і нейротизму.

	<i>Стабільний</i>	<i>Невротичний</i>
<i>Інтроверт</i>	Спокійний, врівноважений, надійний, контрольований, миролюбний, уважний, турботливий, пасивний	Легко піддається змінам настрою, тривожний, ригідний, поміркований, песимістичний, замкнутий, нетовариський, тихий
<i>Екстраверт</i>	Лідер, безтурботний, веселий, лагідний, чуйний, балакучий, доброзичливий, комунікабельний	Ранимий, неспокійний, агресивний, збудливий, непостійний, імпульсивний, оптимістичний, активний

Айзенк доклав надзвичайно багато зусиль, щоб з'ясувати, які суттєві відмінності поведінки визначаються параметром екстраверсія-інтроверсія.

Вчений визначив такі відмінності між екстравертами та інтровертами:

1. Екстраверти досягають рівня оптимального функціонування в збуджуючих ситуаціях. Інтроверти досягають рівня оптимального функціонування за відсутності сильної стимуляції.
2. Ймовірність успішності в навчанні для інтровертів вища.

3. Екстраверти почуваються бадьорішими ввечері, а інтроверти – зранку. Екстраверти краще працюють у другій половині дня, а інтроверти – в першій.

4. Інтроверти більш терплячі до болю, ніж екстраверти, вони швидше втомлюються, збудження перешкоджає їхній діяльності. Інтроверти в роботі більше орієнтовані на точність, а не на швидкість, на відміну від екстравертів.

5. Екстраверти активніші у сфері статевих стосунків, розпочинають статеве життя в більш ранньому віці, мають більше партнерів і частіше міняють їх.

6. Екстраверти схильні порушувати правила руху, тому частіше є учасниками аварійних ситуацій, ніж інтроверти.

7. Екстраверти менш ощадливі та схильні щедро витратити гроші.

8. Екстраверти схильні до тих видів діяльності, які пов'язані: людьми (торгівля, соціальні служби). Інтроверти надають перевагу теоретичним та науковим видам діяльності (інженерна справа, хімія).

9. Екстраверти краще працюють на початку, а потім ефективність їхньої діяльності знижується. Інтроверти спочатку поступаються екстравертам в ефективності, однак згодом результативність їхньої роботи зростає.

10. Діяльність екстравертів поживається, якщо вони очікують винагороди, а інтровертів – якщо їм загрожує покарання.

- Практична цінність отриманих результатів полягає в тому, що стає зрозумілим вплив характеру стимулювання на діяльність різних людей.
- Екстраверта не вдасться мотивувати, загрожуючи покараннями (звільненнями, позбавленнями премії), а для інтроверта не мають великого значення заохочення та винагороди.
- Найважливіший висновок, до якого привели дослідження Айзенка щодо параметрів екстраверсії та інтроверсії, можна коротко подати так: екстраверсія-інтроверсія є важливим виміром особистості й визначає багато варіантів її соціальної поведінки.

3. Структурна теорія рис особистості Раймонда Кеттела

- Раймонд Кеттел (1905-1998) – один із найвпливовіших та найоригінальніших психологів, які працювали в галузі індивідуальних відмінностей, інтелекту та особистості, психометрики та генетики поведінки.
- Кеттел вважав метою психологічного дослідження особистості є встановити закони, за якими поводяться люди в усіх видах соціальних ситуацій та у типових ситуаціях середовища.
- Значну частину свого життя Раймонд Кеттелл присвятив створенню завершеної схеми певних властивостей людської особистості.

3. Структурна теорія рис особистості Раймонда Кеттелла

- Саме він уперше визначив практично вичерпний список нормальних і аномальних темпераментних та структурних рис.
- Потім Кеттелл перейшов до виміру динаміки особистості, знайшовши при цьому риси, які він назвав мотиваційними.
- На думку Кеттелла, знаючи структуру і динаміку особистості, можна успішно передбачати поведінку конкретної людини.

3. Структурна теорія рис особистості Раймонда Кеттела

- За довгі роки праці Кеттел створив оригінальну теорію особистості на основі психометричних досліджень.
- Використовуючи індуктивний метод, він збирав кількісні дані з трьох джерел: дані про реальну поведінку впродовж життя, свідчення самих людей про себе і результати об'єктивних тестів, вирахував взаємні кореляції величин і сформував кореляційні матриці.
- Вчений виділив основні структури (первинні фактори), які визначають особистість.

3. Структурна теорія рис особистості Раймонда Кеттела

- У цілому психолог визначив 35 особистісних рис першого порядку, з яких 23 риси притаманні нормальній особистості та 12 свідчать про патологію.
- У результаті повторного факторного аналізу Кеттелу вдалося визначити вісім рис другого порядку.
- Первинні і вторинні фактори в теорії Кеттела називаються «основними рисами особистості», і, відповідно, сама теорія дістала назву теорії рис.

3. Структурна теорія рис особистості Раймонда Кеттела

- Кеттел настільки захопився вивченням рис, що виявив прагнення з їх допомогою описати не тільки особистість окремої людини, а й соціальні групи, до яких вона входить.
- Кеттел зазначав, що на особистість впливають як ситуаційні чинники, так і ті групи, до яких вона належить.
- Він запропонував спеціальний термін на позначення діапазону рис, з допомогою яких може бути охарактеризована окрема група, синтальність.

3. Структурна теорія рис особистості Раймонда Кеттела

- Кеттел виявив, що порівняно з британськими студентами, американські більш екстравертовані, радикальні та мають більш виражене Суперего, тоді як британцям властивий більший консерватизм і потужніша сила Его.
- Кеттел також дійшов висновку, що американці менш емоційні, ніж інші нації.
- Можна сказати, що така фантастична спроба за допомогою емпіричних методів детально описати риси, що характеризують суспільство в цілому, була здійснена єдиним психологом – Кеттелом, що свідчить про його надзвичайну наукову сміливість.

3. Структурна теорія рис особистості Раймонда Кеттела

- Після майже шістдесятьох років роботи Кеттелл, який ставив перед собою завдання скласти повну карту особистості, досяг успіху у створенні вичерпної кваліфікації особистісних структур, а також розробив метод, що дозволяє передбачати поведінку особистості.
- Теорія Кеттела беззаперечно є найбільш комплексною системою поглядів на особистість у сучасній психології, що повністю спирається на використання точних емпіричних методів дослідження.

4. Погляди Ж. Піяже на розвиток особистості.

- У когнітивній психології психіка розглядається як система когнітивних реакцій і простежується зв'язок цих реакцій не лише із зовнішніми стимул-реакціями, але і з внутрішніми змінними, наприклад, з самосвідомістю, когнітивними стратегіями, селективністю уваги тощо.
- Головним принципом, на підставі якого розглядається когнітивна система людини, є аналогія з комп'ютером, тобто, психіка трактується як система, призначена для переробки інформації.
- Водночас, прихильники когнітивного підходу стверджують, що людина – не машина, яка сліпо реагує на внутрішні фактори чи на події зовнішнього світу.

- Когнітивна психологія не є варіантом концептуального бачення особистості.
- В когнітивній психології розробляють різноманітні підходи, спільним для яких є спрямованість на вивчення процесів пізнання та інтелекту.
- Когнітивна психологія підкреслює вплив інтелектуальних процесів на функціонування особистості, але не працює над створенням теорії особистості.
- Когнітивні психологи вивчають принципи організації пізнавальних процесів та відмінності в тому, як люди сприймають, осмислюють й організують свій досвід, оцінюють його та користуються ним.
- Особистість при цьому цікавить їх не сама по собі, а як пояснювальний принцип.

- Серед теорій, що описують інтелектуальний розвиток, найбільш впливовою в сучасній когнітивній психології є теорія Жана Піаже.
- Хоча останнім часом виникло багато альтернативних концепцій, теорія Піаже є своєрідним відправним пунктом для орієнтації у складному процесі розвитку мислення в онтогенезі.
- У концепції Піаже широко застосовуються поняття логіки і математики, а інтелектуальний розвиток подано у вигляді вчення про розвиток логічного мислення у дітей від народження до раннього юнацького віку.

- У когнітивній психології немає завершеної теорії особистості. Модель особистості, яку пропонував Дж. Келлі у своїй теорії особистісних конструктів, презентує людину як мислителя.
- Дж. Келлі писав: «Забудьмо... на якийсь час про людину як біологічний організм, як щасливу чи нещасливу, і подивімося на людину як на вченого».
- Дж. Келлі переконував, що всі люди діють як дослідники, постійно думають, теоретизують, занурюються в творчий процес, прогнозують події.
- Подібно до того, як учені провадять свої дослідження та шукають істини, кожна людина також здійснює своє дослідження в масштабах власного життєвого досвіду, обдумує свої гіпотези, прагне передбачити та контролювати події свого життя.

- Хоча зрозуміло, що між діяльністю вченого і життям конкретної людини існує велика різниця, однак спільним є те, що обидва суб'єкти намагаються зменшити невизначеність.
- Особистість є діяльною в своєму прагненні осмислити реальний світ досвіду, краще уявити собі майбутнє і творити свою долю.
- Вона формує теорії та гіпотези про себе та інших людей і може триматися своїх поглядів, подібно до багатьох учених, які часом чіпляються за свою теорію, незважаючи на те, що натрапляють на свідчення про її неспроможність.
- Теорія когнітивізму стала підґрунтям для створення відповідної гілки психотерапії особистості.

- Представники когнітивного напрямку вважають, що неправильна поведінка людини викликана перш за все ірраціональними думками.
- У задачу терапевта входить вивчити мислительні процеси пацієнта і довести до його свідомості ірраціональні моменти його думки.
- Якщо людина буде більш об'єктивно сприймати події, це призведе до пошуку нових форм поведінки, тобто модифікація думки призведе до модифікації поведінки.

- Ж. Піаже — один з найвидатніших психологів ХХ століття, який зробив кілька значних відкриттів в галузі дитячого розвитку, і основне з них — це відкриття егоцентризму дитини.
- Егоцентризм дитини проявляється в своєрідності дитячої логіки, дитячого мовлення, уявлень про світ.
- Так, наприклад, досліджуючи дитячі уявлення про світ, Піаже показав, що дитина на певній стадії розвитку розглядає речі такими, як їх дає безпосереднє сприймання. Це явище він назвав «реалізмом».

- До певного віку діти не розрізняють суб'єктивного і зовнішнього світу і лише поступово із соціальної взаємодії розвивається знання про себе.
- У системі психологічних поглядів Ж. Піаже є також поняття соціалізація.
- Соціалізація — це процес адаптації до соціального середовища, який полягає в тому, що дитина, досягаючи певного рівня розвитку, набуває здатності до співробітництва з іншими людьми завдяки розділенню та координації своєї точки зору та точок зору інших людей.
- Соціалізація обумовлює поворот в психічному розвитку дитини — перехід від егоцентричної позиції до об'єктивної (7—8 років).

Ще один важливий напрямок досліджень Ж. Піаже — це «етапи розвитку інтелекту в поведінці дитини та виділення його стадій». Під стадіями він розумів рівні розвитку, які послідовно змінюють один одного.

Процес розвитку інтелекту, згідно з Піаже, складається з трьох великих періодів, протягом яких відбувається зародження трьох основних структур:

- сенсомоторних операцій;
- конкретних операцій;
- формальних операцій.

- Розвиток він розглядає як перехід від нижчої стадії до вищої. Попередня стадія готує наступну.
- Порядок чергування стадій є незмінним, а це дає можливість зробити припущення, що він обумовлюється біологічним фактором, дозріванням організму як відкриттям можливостей розвитку, які слід реалізувати.
- Середній хронологічний вік появи тієї чи іншої стадії визначається активністю дитини, її досвідом, навчанням та культурним середовищем.

- Ж. Піаже вивчав різні психічні функції (пам'ять, сприймання, мовлення) та їх зв'язок з інтелектом і виявив, що розвиток інших психічних функцій на всіх етапах залежить від інтелекту і визначається ним, а це означає, що стадії інтелектуального розвитку, виділені ним, можна розглядати як стадії психічного розвитку в цілому.
- Він стверджував, що «мислення дитини обов'язково проходить через всі відомі фази і стадії, незалежно від того, навчається дитина чи ні».

- Швейцарський психолог Жан Піаже (1896-1980) вивчав закономірності розвитку мислення у дитини і прийшов до висновку, що когнітивний розвиток є результатом послідовних стадій розвитку особистості.
- Розвиток інтелекту дитини відбувається у постійних пошуках рівноваги між тим, що дитина знає і що прагне зрозуміти.
- Всі діти проходять ці стадії в однаковій послідовності під впливом таких факторів, як дозрівання нервової системи, накопичення досвіду, розвиток мовлення і виховання.
- Когнітивний розвиток дитини може блокуватись на певному етапі, якщо один із перерахованих факторів недостатньо представлений.

- Згідно з теорією Піаже, в розвитку інтелекту людини можна виділити чотири головні періоди: сенсомоторна стадія (від народження до 2 років), доопераційна стадія (від 2 до 7 років), стадія конкретних операцій (від 7 до 11 років) і стадія формальних операцій (від 11 до 15 років).
- Сенсомоторний інтелект – стадія розвитку інтелекту (від народження до двох років), яка розгортається до періоду інтенсивного опанування мови. На цій стадії досягається координація сприйняття та моторики, дитина взаємодіє з об'єктами, їхніми перцептивними та моторними сигналами, однак не зі знаками, символами, що репрезентують об'єкт.

- Доопераційне мислення – стадія розвитку інтелекту дитини від двох до семи років, що характеризується формуванням символічної функції, яка забезпечує розрізнення означуваного та означення і є основою розвитку уявлень.
- На цій стадії розвитку дитина орієнтується тільки на перцептивні співвідношення. Дитяче мислення на цій стадії відзначається егоцентризмом.

- Стадія конкретних операцій – форма мислення, що здійснюється на основі логічних операцій, в яких використовуються зовнішні наочні дані.
- Ця стадія розвитку властива дітям віком від 7-8 до 11-12 років.
- На цій стадії формується понятійне відображення середовища, дитина опановує прості операції класифікації, формуються поняття числа, часу, руху тощо.
- На цій стадії операції мислення ще не цілком розвинуті, вони не формалізовані, залежні від конкретного змісту, в різних предметних областях розвиваються нерівномірно, не об'єднані в цілісну систему.

- Стадія формальних операцій – стадія розвитку інтелекту, характерна для дитини віком від 11-12 до 14-15 років.
- Це система, надбудована над конкретними операціями.
- Опанувавши формальні операції, дитина може будувати власні гіпотетико-дедуктивні висновки, які ґрунтуються на самостійному висуванні гіпотез і перевірці їхніх наслідків.
- Гіпотетичне та абстрактне мислення дозволяє виходити в гіпотетичні світи, досліджувати та встановлювати суттєві закономірності.

- Розвиток операційного мислення, за теорією Піаже, знаменує завершення інтелектуального розвитку, однак не всі люди досягають стадії формальних операцій. Це властиво лише високорозвинутим в інтелектуальному плані індивідам.
- Вагомим вкладом у психологію були експерименти Піаже по дослідженню егоцентризму. Так, Піаже ставив дітям прості питання, де потрібно було розглянути ситуацію з точки зору іншої людини.
- Наприклад, він запитував дитину, скільки у неї братів і, почувши відповідь: «У мене два брати» - задавав дитині наступне питання: «А скільки братів у твого старшого брата?» Як правило, діти не могли правильно відповісти на це питання і відповідали, що у старшого брата лише один брат, забуваючи при цьому себе.

- Складнішим був наступний експеримент, у якому дітям пропонувався макет з трьома горами, на вершинах яких були розташовані різні предмети – млин, будинок, дерево.
- Дітям показували декілька фотографій макету і просили вибрати ту з них, на якій усі три гори розташовані так, як їх бачить дитина.
- Це завдання виконували навіть маленькі, 3-4*річні діти.
- Після цього, з іншого боку макету ставили ляльку, і експериментатор просив дитину вибрати ту фотографію, яка відповідає точці зору ляльки.

- З цим завданням діти вже не могли впоратися, причому, як правило, навіть 6-7-річні діти знову вибирали ту фотографію, яка відображала їх позицію перед макетом, але не позицію ляльки або іншої людини.
- Ці експерименти дозволили Піаже зробити висновок про те, що дітям дошкільного віку важко стати на чужу точку зору, тобто вони егоцентричні.
- Головне досягнення Ж. Піаже в тому, що він першим зрозумів, досліджував і виявив специфіку та якісну своєрідність дитячого мислення, показав, що мислення дитини відрізняється від мислення дорослої людини. Розроблені ним методи дослідження рівня розвитку інтелекту широко використовуються у сучасній практичній психології.

Особистісні конструкти Дж. Келлі.

- Джордж Келлі (1905-1965) – один із засновників когнітивного напрямку у психології особистості вважає, що кожна людина – дослідник, який контролює, розуміє і передбачає свою поведінку, який робить висновок, базуючись на минулому досвіді і передбачає майбутнє.
- Терміни, які люди використовують для розуміння один одного, для опису себе і своєї позиції, одержали назву особистісних конструктів.

Особистісні конструкти Дж. Келлі.

- Особистісний конструкт – це ідея або думка, яку людина використовує, щоб усвідомити, пояснити чи передбачити свою поведінку.
- Приклади особистісних конструктів, які людина використовує у повсякденному житті: «врівноважений – неврівноважений», «розумний – безглуздий», «чоловічий – жіночий», «релігійний – атеїстичний» тощо.

Особистісні конструкти Дж. Келлі.

- Таким чином, особистість – це система організованих особистих конструктів, у яких переробляється (сприймається й інтерпретується) особистий досвід людини.
- Структура особистості у рамках даного підходу розглядається як індивідуально своєрідна ієрархія конструктів.
- Тобто, система конструктів людини організується у пірамідальну структуру, де її складові (конструкти) знаходяться або у суперординатній, або у субординатній позиції.
- Наприклад, якщо зустрівши людину, ви відразу оцінюєте її з погляду того, чи є вона доброю або злою, і тільки потім – охайною або неохайною, то ваш конструкт «обрий-злий» є суперординатним, а «охайний – неохайний» - субординатним.

Особистісні конструкти Дж. Келлі.

- Кожний конструкт має «дихотомію» (два полюси): «спортивний-неспортивний», «стриманий-нестриманий» тощо.
- Людина вибирає той полюс дихотомічного конструкта, той результат, який має кращу прогностичну цінність.
- Одні конструкти придатні для використання лише у вузькому колі подій (конструкт «спортивний-неспортивний»), тоді як інші мають широкий діапазон застосування (наприклад, конструкт «добрий-злий»).

Особистісні конструкти Дж. Келлі.

- Відповідно до даної метафори, Келлі описує людей як учених, котрі формулюють гіпотези про навколишній світ у формі особистісних конструктів, потім перевіряють свої припущення на практиці.
- Якщо конструкт допомагає чітко прогнозувати поведінку, людина збереже його надалі, і навпаки.
- Отже, дієвість конструкта перевіряється з погляду його прогностичної ефективності, а поведінка людини визначається тим, як людина прогнозує майбутні події. Змінити свої конструкти дуже важко, іноді неможливо, і тому людина прагне змінити інших людей, щоб ті відповідали її конструктам.

Особистісні конструкти Дж. Келлі.

- Психічні розлади виникають у людини тоді, коли не спрацьовують особистісні конструкти – людина не може прогнозувати події, потерпає від невдач.
- Коли людина переживає труднощі у прийнятті навіть дріб'язкових рішень – виникає депресія.
- Задача терапевта допомогти людям змінити конструкти, апробувати нові гіпотези, інтерпретувати ситуацію і стати більш ефективною людиною.

Особистісні конструкти Дж. Келлі.

- Люди розрізняються за змістом і кількістю доступних їм конструктів, за складністю організації системи конструктів і тим, наскільки ці системи відкриті змінам.
- Джордж Келлі виділяє два типи особистостей: когнітивно складна (особистість, у якої є велика кількість конструктів) і когнітивно проста (з невеликою кількістю конструктів).

Особистісні конструкти Дж. Келлі.

- Когнітивно прості особистості розглядають інших людей та довколишній світ, базуючись на невеликій кількості конструктів.
- Когнітивно прості люди мають усталені погляди щодо інших людей, ігнорують інформацію, яка суперечить їхнім уявленням.
- Вони прості в спілкуванні, володіють бідним репертуаром соціальних ролей.
- Когнітивно прості суб'єкти не помічають відмінностей між собою та іншими людьми, вони прагнуть знайти підтвердження тому, що інші схожі на них, їхні соціальні прогнози неефективні.

Особистісні конструкти Дж. Келлі.

- Когнітивно складними вважають тих людей, які використовують достатньо складну і диференційовану систему конструктів.
- Вони чітко розрізняють себе та інших, розглядають людей у багатьох ракурсах, їхні уявлення про інших складні та диференційовані, вони помічають тонкі нюанси поведінки інших людей, не ігнорують різноманітні суперечності, їхні соціальні прогнози значно надійніші.

Когнітивно складна особистість, у порівнянні з когнітивно простою, відрізняється наступними характеристиками:

- 1) має краще психічне здоров'я;
- 2) краще справляється зі стресом;
- 3) має вищий рівень самооцінки;
- 4) більш адаптивна до нових ситуацій.

Згідно теорії особистісних конструктів, двоє людей схожі одне на одного настільки, наскільки схожі їх системи конструктів. Більшість людей шукають друзів і коханих серед тих, чия когнітивна складність відповідає їхнім власним показникам. З віком люди стають більш когнітивно складними, і, відповідно, з віком ускладнюється і Я-концепція особистості.

- Когнітивна складність – бажана адаптивна риса, однак вона не є єдиним критерієм адаптивної конструктної системи.
- Здоровий розвиток особистості спирається на інтеграцію різноманітних конструктів.
- Келлі заклав міцний гуманістичний фундамент своєю працею, прийнявши центральним положенням те, що люди здатні до постійного самооновлення.
- Оскільки люди конструюють зміст свого життя ще на ранніх етапах індивідуального розвитку, пізніше вони часто не усвідомлюють, що існує багато способів змінити себе і своє ставлення до світу.
- Для сприймання реальності органічно властива гнучкість.

- У ній є місце для пошуку, творчості й відновлення.
- У будь-якому віці люди можуть реконструювати сприймання реальності.
- Фактично, теорія особистісних конструктів є психологією розуміння розмаїття поглядів особистості – розуміння, завдяки якому можна допомогти людині розв'язати її проблеми.

Погляди К. Левіна на особистість.

- Курт Левін (1890-1947) – засновник психологічної теорії поля, яка становить собою метод аналізу життєвого простору як окремої людини, так і групи людей.
- Для опису психологічної реальності, побудови структури особистості і моделювання її поведінки у теорії поля використовуються засоби топології як розділу математики, що вивчає властивості і взаємне розташування геометричних фігур.

Погляди К. Левіна на особистість.

- Завдяки дослідженням Левіна та його колег такі поняття, як потреба, прагнення, когнітивна карта, намір, мотив, мета, когнітивний дисонанс, атрибуція та очікування зайняли гідне місце в психології.
- Конструкти теорії поля, які використовують у так званих діючих дослідженнях, сприяють осмисленню та розв'язанню найрізноманітніших проблем.
- Саме тому метод Левіна останнім часом часто використовують в освіті та інших сферах соціального життя.

Погляди К. Левіна на особистість.

- Життєвий простір є ключовим поняттям у теорії поля Курта Левіна.
- Зміст цього терміна містить усю множину реальних і нереальних, актуальних, минулих і майбутніх подій, які перебувають у психологічному просторі індивіда на цей момент.
- Загалом, усе, що може зумовити поведінку особистості.

Погляди К. Левіна на особистість.

- Виходячи з цього, поведінка – це функція особистості та її життєвого простору на даний момент часу.
- Левін визнавав наявність впливу непсихічних подій на поведінку людини.
- Тому навіть неусвідомлювані людиною впливи, пов'язані із соціально-економічними та фізіологічними чинниками, також включаються до аналізу її життєвого простору.
- Іноді життєвий простір називають психологічним.

Погляди К. Левіна на особистість.

- Психологічне оточення – це феноменальний світ особистості, психічна енергія, що викликається потребами, переноситься на довколишні об'єкти, які стають валентними і починають притягувати або відштовхувати особистість.
- Межа між життєвим простором і зовнішнім світом у теорії поля нагадує швидше легку мембрану, ніж кам'яну стіну. Життєвий простір і зовнішній світ тісно пов'язані.
- Зміни, що відбуваються у зовнішньому світі, впливають на стан життєвого простору, а зміни життєвого простору – на зовнішній світ.

Погляди К. Левіна на особистість.

- Регіони і кордони. Психологічний простір складається з різних секторів, регіонів, які графічно зображають розділеними кордонами.
- Кордони володіють властивістю проникливості.
- Факт життєвого простору – все, що може усвідомити людина.
- Подія – результат взаємодії декількох фактів.
- Кількість секторів визначається кількістю фактів, які є на цей момент у життєвому просторі.

Погляди К. Левіна на особистість.

- Локомодації. Зв'язок між регіонами здійснюється за допомогою локомодації.
- Локомодації (дії) можуть відбуватися і в реальному фізичному просторі, і в нереальному, уявному.
- Функція локомодації полягає в регуляції напруження у життєвому просторі людини.
- Рівень напруження одного сектора може регулюватися за рахунок здійснення локомодації в іншому секторі.
- Наприклад, мрії можуть бути ірреальними локомодаціями, пов'язаними з регуляцією напруження, спричиненого потребами, які на цей момент часу неможливо задовольнити у фізичному просторі.

Погляди К. Левіна на особистість.

- Тимчасова перспектива. Курт Левін порушив питання про існування одиниць психологічного часу різного масштабу, зумовленого масштабами життєвих ситуацій, які визначають межі «психологічного поля в цей момент».
- Це поле містить не лише реальне ставлення індивіда, а й його уявлення про своє минуле та майбутнє – бажання, страхи, мрії, плани та надії.
- Усі частини поля, попри їхню хронологічну різночасність, суб'єктивно переживаються як одночасні й однаковою мірою визначають поведінку людини.

Погляди К. Левіна на особистість.

- Валентність. Ще один конструкт, який Курт Левін використовує для аналізу психічних феноменів, це валентність.
- Під валентністю він розуміє властивість об'єкта притягати або відштовхувати.
- Тобто йдеться про цінності регіону для людини. Регіон може притягати і мати позитивну валентність, або відштовхувати і мати негативну валентність.
- Якщо людина голодна, то їжа матиме для неї позитивну валентність, а якщо сита, то – нейтральну. Якщо ж індивід з'їв занадто багато, тоді їжа викликає у нього відразу і матиме негативну валентність.

Погляди К. Левіна на особистість.

- На підставі конструкта валентності Курт Левін інтерпретує феномен внутрішньо-особистісного конфлікту.
- За його словами, конфлікт психологічно можна визначити як протидію приблизно рівних сил поля.
- Для рушійних сил (тобто для сил, пов'язаних із позитивною і негативною валентностями) він виокремлює три основних різновиди внутрішнього конфлікту:

Погляди К. Левіна на особистість.

1. Людина перебуває між двома позитивними валентностями. їй необхідно вибрати між двома привабливими об'єктами. Сумніви зумовлені тим, що після здійснення вибору, мета може виглядати набагато менш привабливо, ніж у ситуації конфлікту.
2. Зіткнення з об'єктом, який має одночасно позитивну і негативну валентності («і хочеться, і страшно»). Поведінка людини в цій ситуації має характер «човника»: наближення – віддалення від об'єкта.

Погляди К. Левіна на особистість.

3. Конфлікт між двома негативними валентностями (наприклад, між необхідністю виконання неприємної роботи та загрозою покарання). Енергетичні витрати в такому разі значно підвищуються, навіть якщо робота досить легка.

Таким чином, відповідно до теорії Левіна, поведінка людини в конфлікті пов'язана з валентністю об'єктів, розташованих у її психологічному полі

Соціально-когнітивна теорія А. Бандури.

- Одним із найвизначніших психологів сучасності є американський учений Альберт Бандура (1925).
- На відміну від радикальних біхевіористів він вважає, що особистість формують такі чинники: поведінка людини, її індивідуальні характеристики (особливо важливу роль тут грає мислення) та вплив навколишнього середовища.
- Варто зазначити, що у теорії Бандури велика увага надається здатності людини мислити та пізнавати і набагато менша факторам навколишнього середовища.

Соціально-когнітивна теорія А. Бандури.

- Людська поведінка, згідно соціально-когнітивної теорії, здебільшого засвоюється шляхом опанування певних патернів (зразків).
- На підставі численних досліджень учений прийшов до висновку, що людям не завжди потрібний для наučіння власний досвід, вони можуть учитися і на чужому досвіді.
- Научіння способом спостереження необхідне в таких ситуаціях, коли власні помилки можуть призвести до досить неприємних або навіть фатальних наслідків.
- За допомогою вербальних і образних репрезентацій особистість аналізує, моделює і зберігає чужий досвід так, щоб він міг служити орієнтиром для майбутньої поведінки.

Соціально-когнітивна теорія А. Бандури.

- Бандура виявив, що в якості зразка для наслідування, ми вибираємо людей своєї статі і приблизно того ж віку, які з успіхом вирішують проблеми, аналогічні тим, що встають перед нами.
- Було помічено, що ми більш схильні імітувати поведінку тих людей, з якими контактуємо частіше.
- Особливу роль у формуванні зразків поведінки відіграють засоби масової інформації, які поширюють символічні моделі в широкому соціальному просторі.

Соціально-когнітивна теорія А. Бандури.

- Дослідження показали, що діти, як правило, імітують спочатку дорослих, а згодом тих одноліток, чия поведінка призвела до успіху.
- Бандура також виявив, що діти іноді імітують навіть ту поведінку, яка не мала успішного наслідку, тобто вони засвоюють нові моделі поведінки «про всяк випадок».

Соціально-когнітивна теорія А. Бандури.

- Діти легко імітують також і агресивну поведінку. Так, батьки агресивних підлітків є для них зразком такої поведінки, заохочуючи їх до проявів агресії поза домівкою.
- Дослідження Бандурою причин агресивності в сім'ї продемонстрували роль імітації у формуванні певних моделей поведінки у дітей.
- При цьому, вчений прийшов до висновку про те, що разові підкріплення ефективніші (в усякому разі для розвитку агресії), ніж постійні.

Соціально-когнітивна теорія А. Бандури.

- У соціально-когнітивній теорії передбачається, що навчіння відбувається лише тоді, коли включаються детермінанти регуляції індивідуальної поведінки у формі двох видів підкріплень – «непрямого (зовнішнього) підкріплення» і «самопідкріплення».
- Непряме підкріплення виникає тоді, коли поведінка обраної «моделі» є ефективною.

Соціально-когнітивна теорія А. Бандури.

- Тобто, якщо поведінка обраної «моделі» нагороджується, а не карається, то її дії доцільно імітувати. Самопідкріплення у соціально-когнітивній теорії означає, що особистість сама себе заохочує і винагороджує, і цей процес вона здатна контролювати.
- Самопідкріплення особистість використовує кожного разу, досягаючи встановленої нею норми поведінки. Системи самопідкріплення засвоюються, на думку Бандури, на основі принципів навічіння, ідентичних тим, які відповідають за засвоєння інших типів поведінки. Вченим було сформульовано висновок про те, що значну роль у соціальному навічінні людини грають когнітивні процеси.

Соціально-когнітивна теорія А. Бандури.

- Бандура звернув увагу на два важливі чинники навколишнього середовища, яким теоретики інших напрямів не надають належної уваги, випадкові зустрічі і випадкові події.
- Вчений вважає, що деякі незаплановані і несподівані події та зустрічі мають вирішальне значення для нашого життя.

Соціально-когнітивна теорія А. Бандури.

- Важливе місце у роботах Бандури мають поняття «саморегуляція», «самоконтроль» і «самоефективність».
- Здатності до саморегуляції відводиться провідна роль у навчінні й організації поведінки особистості. Виділяються три компоненти саморегуляції поведінки: самоспостереження, самооцінка і самозвіт.
- Соціально-когнітивна теорія виділяє п'ять основних програмних рівнів процесу самоконтролю: визначення форми поведінки, на яку необхідно впливати, збір основних даних, розробку програми, виконання програми, оцінку і висновок.

Соціально-когнітивна теорія А. Бандури.

- Самоефективність особистості – це усвідомлена здатність людини впоратись із специфічними і складними ситуаціями.
- Дослідження Бандури показали, що людська поведінка мотивується і регулюється відчуттям своєї адекватності внутрішнім стандартам.
- На думку вченого, наша діяльність, як правило, більш успішна, коли ми маємо достатню впевненість у своїй спроможності її виконати.
- Люди з високою оцінкою власної ефективності легше контролюють свою поведінку і дії оточуючих, успішніші в кар'єрі й спілкуванні.
- Люди з низькою оцінкою особистої ефективності навпаки, пасивні, не можуть долати перешкоди і впливати на оточуючих.

Соціально-когнітивна теорія А. Бандури.

- У соціально-когнітивній теорії передбачається, що розвиток само-ефективності особистості забезпечується за допомогою формування когнітивних умінь будувати свою поведінку, здійснювати вербальне самонавіювання, пластично входити в стан фізичного або емоційного піднесення, що й забезпечує успіх діяльності.

Соціально-когнітивна теорія А. Бандури.

- Бандура також є автором психотерапевтичного методу, що отримав назву «Систематична десенсибілізація».
- Суть його в тому, що люди спостерігають за поведінкою «моделі» в таких ситуаціях, які здаються їм небезпечними, такими, що викликають стан напруги, тривоги (наприклад, у закритому приміщенні, у присутності змії, злого собаки тощо).
- Успішна діяльність «моделі» викликає прагнення імітувати поведінку і поступово знімає напругу у клієнта. Ці методи широко використовуються не лише в освіті та медицині, але й у бізнесі, допомагаючи людині адаптуватись до складних виробничих ситуацій.

Теорія оперантного навчіння Б. Ф. Скінера.

- Беррес Фредерік Скіннер був одним з найвідоміших психологів свого часу. Саме він стояв біля витоків напрямку, який сьогодні в науці називається біхевіоризмом. Навіть сьогодні його теорія навчіння відіграє важливу роль у психології, педагогіці, менеджменті.
- Теорія Скіннера докладно викладена в одній з його основних праць, яка носить назву «Поведінка організмів». У ній вчений викладає принципи так званого оперантного обумовлення. Простіше всього зрозуміти ці принципи, розглянувши один з найбільш типових експериментів ученого. Вагу щура знижували до 80-90 % від звичайного. Він поміщається в особливий пристрій, який носить назву скриньки. У ній надана можливість вчиняти лише ті дії, які спостерігає експериментатор може бачити і контролювати.

Теорія оперантного навчання Б. Ф. Скінера.

- У ящику є отвір, через який тварині подається їжа. Щоб отримати харчування, пацюк повинний натиснути на важіль.
- Дане натискання в теорії Скіннера називається оперантною реакцією. Як щуру вдається натиснути на цей важіль – за допомогою лапи, носа, а може бути, хвоста, – не має ніякого значення.
- Оператна реакція в експерименті залишається тією ж, так як вона викликає лише один наслідок: щур отримує їжу.
- Заохочуючи тварину їжею за певне число натисків, дослідник формує стійкі способи реагування у тварини.

Теорія оперантного навчання Б. Ф. Скінера.

- Оператна реакція в теорії Скіннера є довільною і цілеспрямованою дією. Але Скіннер визначає цю цілеспрямованість у термінах зворотного зв'язку. Іншими словами, на поведінку впливають певні наслідки тварини.
- Скіннер був згоден з поглядами вчених Уотсона і Торнадайка на двояку природу психічного розвитку. Вони вважали, що на формування психіки впливають два види факторів – соціальні та генетичні. При оперантному навчанні підкріплюються особливі операції, які здійснюються суб'єктом.
- Іншими словами, генетичні дані виступають основою, на якій вибудовується соціально обумовлена поведінка. Тому розвиток, Скіннер вважав, являє собою навчання, обумовлене певними стимулами зовнішнього середовища.

Теорія оперантного навчіння Б. Ф. Скінера.

- Скіннер вважав, що оперантне обумовлення може використовуватися не тільки для здійснення контролю за поведінкою інших суб'єктів, але і щодо власної поведінки.
- Самоконтролю можна домогтися через створення особливих умов, в яких бажана поведінка буде підкріплюватися.
- Оперантне навчіння в теорії підкріплення Скіннера базується на активних діях суб'єкта («операціях»), що здійснюються в певному середовищі.
- Якщо якась спонтанна дія стає корисною для задоволення певної потреби або досягнення мети, вона підкріплюється позитивним результатом.

Теорія оперантного навчання Б. Ф. Скінера.

- Наприклад, голуб може навчитися комплексній дії – грі в пінг-понг. Але тільки в тому випадку, якщо ця гра стає засобом отримати їжу. Заохочення в теорії Скіннера отримало назву підкріплення, оскільки саме воно підкріплює найбільш бажану поведінку.
- Але голуб не може навчитися грі в пінг-понг, якщо експериментатор не буде формувати у нього дану поведінку шляхом дискримінаційного навчання. Це означає, що окремі дії голуба підкріплюються вченим послідовно, вибірково.

Теорія оперантного навчіння Б. Ф. Скінера.

- В теорії Б. Ф. Скінера підкріплення може бути або розподіленим випадково, походячи через певні часові проміжки, або відбуватися в певних пропорціях.
- Заохочення, розподілене випадково у вигляді періодичних грошових виграшів, провокує у людей розвиток ігрової залежності.
- Заохочення, яке відбувається через певні інтервали часу – зарплата – сприяє тому, що людина залишається на певній службі.

Теорія оперантного навчання Б. Ф. Скінера.

- Пропорційне заохочення в теорії Скіннера являє собою настільки потужне підкріплення, що тварини в його експериментах практично заганяли себе до смерті, намагаючись заробити побільше смачної їжі.
- На відміну від підкріплення поведінки, покарання є негативним підкріпленням.
- За допомогою покарання неможливо навчити нової поведінкової моделі.
- Воно тільки змушує суб'єкта постійно уникати відомих операцій, за якими слідує покарання.

Теорія оперантного навчання Б. Ф. Скінера.

- Застосування покарання, як правило, має негативні побічні ефекти.
- В теорії навчання Скіннера позначені наступні наслідки покарання: високий рівень тривожності, недоброзичливість і агресивність, відхід у себе.
- Іноді покарання змушує індивіда припинити вести себе певним чином.
- Але його недолік полягає в тому, що воно не сприяє формуванню позитивної поведінки.

Теорія оперантного навчіння Б. Ф. Скінера.

- Покарання нерідко змушує суб'єкта не відмовитися від небажаної моделі поведінки, а лише трансформувати її в приховану форму, яка не піддається покаранню (наприклад, це може бути розпивання спиртних напоїв на роботі).
- Зрозуміло, є чимало випадків, коли покарання представляється єдиним методом придушення соціально небезпечної поведінки, яке загрожує життю чи здоров'ю інших людей.
- Але в звичайних ситуаціях покарання є малоефективним засобом впливу, і його необхідно по можливості уникати.

Теорія оперантного навчіння Б. Ф. Скінера.

Розглянемо основні переваги і недоліки концепції Скіннера. Її плюси полягають в наступному:

- Суворі перевірки гіпотез, контроль додаткових факторів, що впливають на експеримент.
- Визнання важливості ситуативних факторів, параметрів зовнішнього середовища.
- Прагматичний підхід, який дозволив створити ефективні психотерапевтичні процедури для перетворення поведінки.

Теорія оперантного навчання Б. Ф. Скінера.

Мінуси теорії Скіннера:

- Редукціонізм. Поведінка, демонстрована тваринами, повністю зводиться до аналізу поведінки людини.
- Низька валідність через проведення дослідів у лабораторних умовах. Результати експериментів складно перенести в умови природного середовища.
- Не приділяється увага когнітивним процесам у процесі формування певного виду поведінки.
- Теорія Скіннера не дає стабільних, стійких результатів на практиці.

Теорія оперантного навчання Б. Ф. Скінера.

- Скіннером була також створена і теорія мотивації. Її основна ідея полягає в тому, що прагнення повторити ту чи іншу дію обумовлено наслідками даної дії в минулому. Наявність певних стимулів викликає певні дії. Якщо наслідки тієї чи іншої поведінки є позитивними, то суб'єкт буде вести себе в подібній ситуації в майбутньому аналогічно.
- Її поведінка повториться. Але якщо наслідки певної стратегії від'ємні, то в майбутньому вона чи не буде реагувати на певні стимули або змінить стратегію. Теорія мотивації Скіннера зводиться до того, що багаторазові повторення певних результатів призводять до формування у суб'єкта конкретної поведінкової установки.

Теорія оперантного навчіння Б. Ф. Скінера.

- З точки зору Скіннера, особистість являє собою той досвід, який набувається індивідом протягом життя. На відміну, приміром, від Фрейда, прихильники концепції навчання не вважають за потрібне замислюватися над психічними процесами, які ховаються в розумі людини.
- Особистість у теорії Скіннера – це продукт, здебільшого сформований зовнішніми факторами. Саме соціальне оточення, а не явища внутрішнього психічного життя, визначають особистісні особливості. Людську психіку Скіннер вважав «чорним ящиком». Неможливо детально дослідити емоції, мотиви та інстинкти. Тому їх необхідно вилучити із спостережень експериментатора.

Теорія оперантного навчання Б. Ф. Скінера.

- Теорія оперантного навчання Скіннера, над якою вчений працював протягом багатьох років, повинна була підсумовувати його обширні дослідження: все, що робить людина, і чим вона є в принципі, визначено історією отриманих нею нагород і покарань.

Теорія соціального наuczіння Д. Роттера.

- Теорія Джуліана Роттера (1916-1995) базується на припущенні, що когнітивні чинники сприяють формуванню реакції людини на вплив навколишнього середовища.
- Роттер відкидає концепцію класичного біхевіоризму, відповідно якої поведінку формують безпосередні підкріплення з навколишнього середовища, і вважає, що основним чинником, який визначає характер діяльності людини, є її очікування щодо майбутнього.

Теорія соціального навчіння Д. Роттера.

- Головним внеском Роттера в сучасну психологію стали формули, на підставі яких можливо прогнозувати людську поведінку.
- Роттер стверджував, що ключем до прогнозування поведінки є наші знання, минула історія та очікування, і наполягав на тому, що людську поведінку найкраще можна передбачити, розглядаючи взаємини людини зі значущим для неї оточенням.

Теорія соціального наuczіння Д. Роттера.

- Основна формула, яку розробив Роттер, дозволяє прогнозувати цілеспрямовану поведінку в конкретній ситуації, використовуючи поняття «потенціал поведінки», «очікування», «підкріплення», «цінність підкріплення»:
- $\text{потенціал поведінки} = \text{очікування} + \text{цінність підкріплення}$.

Теорія соціального наuczіння Д. Роттера.

- Потенціал поведінки – це можливості поведінки в ситуаціях з підкріпленням. Кожна людина володіє певним потенціалом поведінкових реакцій, що сформувалися протягом життя.
- Очікування в теорії соціального наuczіння – це суб'єктивна вірогідність того, що в схожих ситуаціях у поведінці людини спостерігатиметься підкріплення.

Теорія соціального наuczіння Д. Роттера.

- Цінність підкріплення Роттер пояснює так: різні люди цінують і віддають перевагу різним підкріпленням: хтось більше цінує схвалення, пошану з боку інших, хтось – матеріальні цінності або чутливіший до покарання тощо.
- Як і очікування, цінність підкріплення базується на досвіді особистості і може змінюватись з часом, залежно від ситуації. При цьому цінність підкріплення не залежить від очікування. Вона пов'язана з мотивацією, а очікування – з пізнавальними процесами.

Теорія соціального наuczіння Д. Роттера.

Ключове поняття теорії соціального наuczіння: «локус контролю». Поняття базується на двох основних положеннях:

1. Люди розрізняються за тим, як і де вони локалізують контроль над значущими для себе подіями. Виділено два полярні типи такої локалізації – екстернальний та інтернальний.
2. Локус контролю, характерний для певної особистості, надситуативний і універсальний. Один і той же тип контролю характеризує поведінку даної особистості як під час невдач, так і в разі досягнень.

Теорія соціального наuczіння Д. Роттера.

- Для виміру локусу контролю, або, як його інколи називають, рівня суб'єктивного контролю, використовується «Шкала інтернальності – екстернальності» Роттера.
- Локус контролю визначає, чи відчуває особистість себе активним суб'єктом власної діяльності і свого життя, чи пасивним об'єктом дій інших людей і обставин.

Теорія соціального наuczіння Д. Роттера.

- Особистість з екстернальним локусом контролю вважає, що її успіхи і невдачі регулюються зовнішніми чинниками такими як доля, успіх, щасливий випадок, впливові люди і непередбачувані сили оточення. Особистість з інтернальним локусом контролю вірить у те, що успіхи і невдачі визначаються її власними діями і здібностями.
- Інтернали не лише чинять опір зовнішньому впливу, але також, коли трапляється нагода, прагнуть контролювати поведінку інших. Інтернали більш упевнені в своїй здатності вирішувати проблеми, ніж екстернали, і тому незалежні від думки інших.

Теорія соціального наuczіння Д. Роттера.

- Екстерналам властива конформна і залежна поведінка. Вони не можуть існувати без спілкування, краще працюють під контролем.
- Інтерналі, на відміну від екстерналів, не бажають бути під контролем інших та чинять опір, коли ними маніпулюють і намагаються позбавити свободи.
- Інтерналі більш ефективно працюють самостійно.

Теорія соціального наuczіння Д. Роттера.

- У екстерналів частіше виникають психологічні і психосоматичні проблеми. їм властиві тривожність і депресивність, вони більш схильні до фрустрації і стресів, до розвитку неврозів.
- Інтерналі виявляють активнішу позицію у ставленні до свого психічного і фізичного здоров'я.
- Встановлено зв'язок інтернальності з позитивною самооцінкою, з більшою узгодженістю образів реального та ідеального «Я».

Теорія соціального наuczіння Д. Роттера.

- Екстернали та інтернали розрізняються також і за способом інтерпретації соціальних ситуацій, зокрема, здобуттям інформації і механізмом їх каузального пояснення. Інтернали виявляють більшу відповідальність, обізнаність у проблемах і ситуаціях, ніж екстернали, не пояснюють поведінку емоційними і ситуативними факторами (на відміну від екстерналів).
- У цілому, теорія соціального наuczіння Дж. Роттера підкреслює значення мотиваційних і когнітивних чинників для пояснення поведінки особистості у контексті соціальних ситуацій і робить спробу виявити, як особистість навчається взаємодіяти з іншими.