**МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ**

**ЗАХІДНОУКРАЇНСЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ**

**СОЦІАЛЬНО - ГУМАНІТАРНИЙ ФАКУЛЬТЕТ**

 ***Кафедра психології та соціальної роботи***

**Міждисциплінарна курсова робота**

**на тему:**

**«ПСИХІЧНІ ПРОЦЕСИ, ВЛАСТИВОСТІ, СТАНИ»**

 Студент групи ПС – 41

 **Чорноокий Д.**

 Галузь знань – 05 “Соціальні та поведінкові науки

 Спеціальність – 053 “Психологія”

 Керівник: **к. психол. н., ст. викл. Притула О. А.**

 Кількість балів \_\_ Оцінка: ECTS \_\_

 Члени комісії:

 \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

 (підпис) (прізвище та ініціали)

 \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_ \_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_\_

 (підпис) (прізвище та ініціали)

**Тернопіль – 2023**

**ЗМІСТ**

[**ВСТУП** 3](#_Toc151922579)

[**РОЗДІЛ 1.** 5](#_Toc151922580)

[ПОНЯТТЯ ТА ЗАГАЛЬНА ХАРАКТЕРИСТИКА ПСИХІЧНИХ ПРОЦЕСІВ 5](#_Toc151922581)

[1.1. Поняття та класифікація психічних процесів 5](#_Toc151922582)

[1.2. Взаємодія психічних процесів 10](#_Toc151922583)

[1.3. Фізіологія психічних процесів 12](#_Toc151922584)

[Висновки до розділу 1 17](#_Toc151922585)

[**РОЗДІЛ 2.** 19](#_Toc151922586)

[ПСИХОЛОГІЧНІ ВЛАСТИВОСТІ ОСОБИСТОСТІ 19](#_Toc151922587)

[2.1. Індивідуальні відмінності у психічних властивостях 19](#_Toc151922588)

[2.2. Розвиток у різній віковій категорії психічних властивостей 25](#_Toc151922589)

[2.3. Вплив середовища на формування психічних властивостей 29](#_Toc151922590)

[Висновки до розділу 2 30](#_Toc151922591)

[**РОЗДІЛ 3.** 33](#_Toc151922592)

[АНАЛІЗ ДОСЛІДЖЕННЯ ПСИХІЧНИХ СТАНІВ ОСОБИСТОСТІ 33](#_Toc151922593)

[3.1. Стани свідомості та їх характеристики 33](#_Toc151922594)

[3.2. Психічні розлади особистості та їх класифікація 35](#_Toc151922595)

[3.3. Корекція психічних станів та фактори, що на них впливають 37](#_Toc151922596)

[Висновки до розділу 3 39](#_Toc151922597)

[**ВИСНОВКИ** 40](#_Toc151922598)

[**СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ** 42](#_Toc151922599)

# ВСТУП

**Актуальність дослідження.** Розуміння, як індивідуальність формує психічні процеси, важливі для психології, особливо в контексті виховання та розвитку дітей. Вивчення впливу спадковості та середовища на формування особистості - це актуальне завдання для більш дієвого підходу до виховання та навчання. Розуміння психічних розладів стає місцем для забезпечення психічного здоров'я. Розвиток нових методів лікування та психотерапії, а також розуміння їх впливу на психічний стан є актуальними напрямками досліджень. Розуміння, як психічні процеси еволюціонують з розвитком особистості, від дитинства до літнього віку, важливі для визначення оптимальних стратегій виховання та догляду. Вивчення впливу природного та соціального середовища на психіку людини має значення для розробки програм підтримки та підвищення якості життя. Розвиток підходів до психічного здоров'я та його збереження залишається актуальною задачею, особливо у зв'язку зі зростанням уваги до психічного благополуччя та впливу на загальну якість його життя.

Психічні процеси, властивості та стани вивчали чимало авторів (Варій М. Й., Василенко Л., Савчин М., О. П. Сергєєнкова, Дуткевич Т., Колобич О. П., Максименко Д., Максименко С., Москалець В. , Мітіна С. В., Макушинська Г. П. та ін.).

**Об'єктом дослідження** є психічні процеси, властивості та стани людини, їх взаємозв’язки з іншими аспектами психіки, а також вплив на життєдіяльність особистості.

**Предметом дослідження** є психічні процеси, властивості та стани людини, а саме їх структура, функції, закономірності, взаємозв’язки, вплив на інші аспекти психіки та життєдіяльність особистості.

**Мета дослідження –** вивчення теоретичних основ психічних процесів, станів та індивідуальних психічних властивостей, а також розробка методів корекції психічних станів.

**Завдання дослідження:**

1. Провести категорійно-понятійний аналіз психічних процесів.

2. Провести категорійно-понятійний аналіз психічних станів.

3. Визначити закономірності розвитку індивідуальних психічних властивостей.

4. Окреслити основні шляхи та сформулювати корекцію психічних станів.

**Методи дослідження.** Вирішення завдань здійснювалося за допомогою порівняльного аналізу, теоретичного синтезу, узагальнення та систематики.

**Практичне значення одержаних результатів.** Отримані результати мають важливе практичне значення для подальших досліджень у галузі психології, а також для застосування в різних сферах життєдіяльності людини. У практичній сфері результати дослідження можуть бути використані для розробки ефективних методик навчання та виховання дітей, профілактики та корекції різних проблем психічного здоров'я, підвищення якості життя людей. Цільові категорії є психотерапевти, сімейні психологи, соціальні працівники, фахівці іншого профілю.

**Теоретичне значення дослідження** полягає в тому, що воно розширює теоретичні знання про психічні процеси, стани та індивідуальні психічні властивості. Уточнює та розвиває існуючі теоретичні моделі цих явищ. Створює передумови для подальших досліджень у галузі психології.

**Структура роботи.** Міждисциплінарна курсова робота складається з вступу, трьох розділів, висновків за розділами, загальних висновків, списку використаних джерел з двадцяти п’яти найменувань. Загальний обсяг роботи становить сорок три сторінки.

# РОЗДІЛ 1.

# ПОНЯТТЯ ТА ЗАГАЛЬНА ХАРАКТЕРИСТИКА ПСИХІЧНИХ ПРОЦЕСІВ

## 1.1. Поняття та класифікація психічних процесів

Психічні процеси – це форми пізнання світу, які здійснюються людиною. Вони складаються з різних компонентів, що взаємодіють між собою. Психічні процеси розвиваються в процесі взаємодії людини з навколишнім середовищем. Психічні процеси можна розділити на пізнавальні, емоційні та вольові процеси.

**Пізнавальні процеси** – це складний набір функцій і операцій, які відбуваються у людському мозку під час сприйняття, розуміння та оцінювання інформації. Ці процеси є основою для здобуття знань і формування світогляду. Основні пізнавальні процеси включають: відчуття, сприйняття, пам’ять, мислення, уява і увага.

**Відчуття** – це психічний процес, який дозволяє нам сприймати окремі властивості предметів та явищ навколишнього світу, а також внутрішніх станів організму. Відчуття виникають у відповідь на дію подразників на рецептори. [2, c.265]. Відчуття відіграють ключову роль у житті людини та пізнання світу. Вони є єдиним джерелом інформації про навколишнє середовище та про власне тіло [3, c.80].

Відчуття поділяють на два типи залежно від джерела їх виникнення. Перший тип – екстероцептивні відчуття – виникають під впливом подразників з навколишнього середовища. Другий тип – інтероцептивні відчуття – виникають під впливом подразників, що надходять із внутрішніх органів і тканин організму.

 У свою чергу, ***екстероцептивні*** відчуття поділяються на: контактні і дистантні. До контактних відносять такі відчуття як смакові та тактильні відчуття. Дистантні відчуття виникають за рахунок того, що рецептори сприймають енергію та молекули, які надходять від об’єктів. Ці рецептори не контактують з поверхнями об’єктів, а знаходяться на відстані від них. До дистантних відчуттів відносять зорові, слухові, нюхові відчуття.

***Інтероцептивні*** відчуття можна розділити на два типи: органічні та пропріцептивні. Органічні відчуття – це суб’єктивні переживання, які виникають внаслідок змін у внутрішніх органах і тканинах організму. Вони можуть бути різноманітними за характером та інтенсивністю, наприклад, біль, напруження, спрагу, нудоту тощо. Пропріорецептивні відчуття – це відчуття, які забезпечують сприйняття інформації про стан опорно-рухового апарату. Вони дають уявлення про рухи частин тіла, їхнє співвідношення, рівновагу та положення тіла в просторі [16, с. 182-189].

**Сприйняття** – це психічний процес, який дозволяє нам формувати образ предмета або явища на основі інформації, отриманої від органів чуття. Цей образ включає в себе всі властивості та якості предмета або явища [9, с.86].

Сприймання – це активний процес, який вимагає від людини використання її знань та досвіду. Людина спочатку виділяє з об’єкта основні ознаки, а потім співставляє їх з попередніми знаннями про цей об’єкт. Якщо отримана інформація відповідає попереднім знанням, то виникає упізнання об’єкта. Якщо ж отримана інформація не відповідає попереднім знанням, то людина продовжує пошуки рішення, поки не впізнає об’єкт або не віднесе його до якоїсь категорії [1, с. 41].

Сприйняття відбувається миттєво, без можливості перевірити його правдивість. Це створює враження, що сприйняття є реальним. Наприклад, ми бачимо об’єкт там, де він знаходиться, і можемо діяти відповідно до цього сприйняття. Якщо ж ми помилимося, то швидше за все звинуватимо себе, а не об’єкт. Люди, які не замислюються над філософськими питаннями, легко розрізняють реальні події та сенсорні артефакти, Втрата почуття реальності може виникнути внаслідок сенсорної депривації або конфлікту сенсорної інформації. У цих випадках людина може відчувати розлад, втрату орієнтації та галюцинації [2, с. 290].

**Пам’ять** – це психічний процес, який забезпечує збереження, відтворення та використання інформації про взаємодію живої системи з навколишнім середовищем. Процеси пам’яті, такі як запам’ятовування, збереження, відтворення, пригадування, пізнання та забування, завжди були предметом дослідження. Пам’ять є одним із найважливіших психічних теоріях. Пам’ять розглядається як основа свідомості, як у міфології, так і в повсякденному житті, асоціюється з божевіллям та втратою особистості [2, с. 309].

Пам’ять є основою психічного життя людини. Вона дозвляє нам набувати знання, вміння та навички, необхідні для діяльності. Пам’ять також є неодмінною умовою психічного розвитку людини. Нові досягнення в психіці завжди базуються на попередньому досвіді, який зберігається в пам’яті. Завдяки пам’яті зберігається цілісність особистості, усвідомлюється єдність її минулого та сучасного. Без пам’яті неможлива розумова діяльність, створення образів уяви та орієнтування в навколишньому середовищі. Людина, позбавлена пам’яті, була б як новонароджена дитина, вона не могла б нічого навчитися та опанувати [9, с. 112].

Види пам’яті виділяють за способом запам’ятовування: мимовільну та довільну пам’ять. За тривалістю зберігання: короткочасна, оперативна та довготривала пам’ять. За змістом виділяють: образну, словесно-логічну, рухову та емоційну пам’ять. Крім того, виділяють такі види пам’яті як: музична, сенсорна, лічбова, просторова пам’ять. Види пам’яті доповнюють один одного і взаємодіють між собою. Наприклад, образна пам’ять може використовуватися для запам’ятовування словесно-логічної інформації (наприклад, ми можемо запам’ятати складну формулу, якщо представимо її собі у вигляді картинки). А словесно-логічна пам’ять може використовуватися для запам’ятовування образної інформації (наприклад, ми можемо запам’ятати обличчя людини, якщо запишемо його основні риси).

**Мислення** – це психічний процес, який дозволяє нам розуміти дійсність у її суттєвих зв’язках та відношеннях. Воно є узагальненим і опосередкованим, тобто не залежить від безпосереднього сприйняття предметів та явищ [1, с. 79].

Мислення є основою свідомого життя людини, її інтелектуального та особистісного розвитку. Рівень його розвитку визначає, якою мірою людина здатна розуміти дійсність, діяти в ній та керувати собою. Мислення розвивається в процесі активної пізнавальної діяльності людини, і його зміст завжди залежить від загального рівня знань та досвіду, якими володіє суспільство. Це дає підстави вважати мислення продуктом суспільно-історичного розвитку. Суспільна природа мислення також проявляється в потребах суспільства та в характері тих завдань, які вирішує людина [2, с. 355].

Існують такі види мислення: за формою перебігу (словесно-логічне, наочно-дійове, наочно-образне); за характером роз’язання (теоретичне та практичне); за рівнем узагальнення (емпіричне та теоретичне); за ступенем розгорнутості (дискурсивне і інтуїтивне); за відображенням реальної дійсності (реалістичне й аутичне); за ступенем новизни і оригінальності (репродуктивне й творче); за впливом на емоційну сферу (патогенне і саногенне) [1, с. 81].

**Уява** – це здатність людини створювати нові образи на основі її знань та досвіду. Вона може бути спонтанною або цілеспрямованою. Уява завжди є усвідомленою, і людина розуміє, що її образи не є відображенням реальності [16, с. 239].

Уява є динамічним психічним процесом, який постійно перебуває в русі між свідомим і несвідомим, між різними асоціативними контекстами, між деструктивністю і конструктивністю. Це дозволяє уяві створювати широкий простір для творчого самовизначення людини.

Уяву людини можна поділити на різні види: за характером продуктивності (відтворювальну, творчу, пасивну, активну, конкретну, абстрактну, сприймаючою, творчу, пластичну, розпливчаста, містична, наукова, уява в практичному житті й механіці, уява у сфері торгівлі, уява у сфері утопії) [2, с. 406-408].

**Увага** – це унікальна форма когнітивної активності, яка виявляється у спрямованій та фокусованій увазі свідомості на конкретних об’єктах або явищах навколишньої реальності або власних внутрішніх переживаннях [3, с. 119].

Функція уваги – це спрямованість свідомості на об’єкт або явище, яке є важливим для діяльності людини. Важливою властивістю уваги є її вибірковість, яка проявляється в тому, що людина може одночасно зосередитися лише на одному об’єкті, відволікаючись від інших. Це пояснюється тим, що важливі для людини об’єкти гальмують дію інших, менш значущих. Увагу зумовлюють як зовнішні подразники, так і внутрішні процеси, зокрема, здатність людини довільно спрямовувати її на ті чи інші об’єкти. Цю здатність називають уважністю.

Виділяють такі види уваги: за активністю (мимовільна, довільна, післядовільна); за спрямованістю (зовнішня, внутрішня); за формою прояву (колективна, групова, індивідуальна).

**Емоційні процеси** – це психічні процеси, які відображають суб’єктивне ставлення людини до предметів або явищ у формі переживань. Вони можуть бути приємними або неприємними. Емоції роблять нашу психіку більш багатогранною та насиченою.

**Емоції** представляють собою специфічний вид психічних явищ, що віддзеркалює у формі миттєвого й інтенсивного переживання важливості для особи певних явищ і ситуацій, що впливають на неї. Розрізняють два типи емоцій: прості та складні. До простих відносяться відчуття задоволення від їжі, бадьорості, втоми, болю, які є загальними для людей і тварин. Ці прості емоції в подальшому можуть еволюціонувати в складні емоції та почуття. Однією з характерних рис складних емоцій є їхнє формування на основі свідомого сприйняття об’єкта, що виклав їх виникнення, розуміння їхньої життєвої важливості, наприклад, відчуття насолоди при сприйманні музики або красивого пейзажу.

**Почуття** – це складні психічні процеси, які відображають суб’єктивне ставлення людини до предметів, явищ та потреб. Вони виникають на основі емоцій і є більш стійкими та узагальненими. Основними видами почуттів є: моральні, інтелектуальні, естетичні, практичні [2, с. 437-445].

**Вольові психічні процеси** – це ментальні функції, пов’язані з управлінням і контролем над власною поведінкою та мисленням. **Воля** – це психічна функція, яка дозволяє людині свідомо керувати своєю поведінкою та вчинками. Вона виявляється в здатності людини долати труднощі та перешкоди, які виникають на шляху до досягнення поставленої мети [16, с. 518].

*Таблиця 1.1.*

|  |  |
| --- | --- |
| Пізнавальні процеси: | Відчуття, сприйняття, пам’ять, мислення, уява і увага. |
| Емоційні процеси: | Емоції, почуття. |
| Вольові процеси: | Воля |

## 1.2. Взаємодія психічних процесів

Взаємодія психічних процесів може бути різноманітною і проявлятися в різних формах. До основних форм взаємодії психічних процесів відносяться:

*Супідрядність*- це такий тип взаємодії, при якому один процес підпорядкований іншому. Наприклад, сприйняття підпорядковане мисленню, оскільки мислення використовується для осмислення того, що ми сприймаємо. Ми можемо сприйняти предмет, але не зрозуміти його призначення, якщо у нас немає відповідних знань і досвіду. Наприклад, ми можемо побачити на вулиці незнайоме дерево, але не зможемо зрозуміти, що це за дерево, якщо не знаємо, як виглядають різні види дерев.

*Паралельна взаємодія* - це такий тип взаємодії, при якому процеси відбуваються одночасно і незалежно один від одного. Наприклад, ми можемо одночасно слухати музику, читати книгу і думати про щось своє. Ми можемо їсти, дивитися телевізор і розмовляти по телефону одночасно, не замислюючись про те, що ми робимо.

*Протилежна взаємодія* - це такий тип взаємодії, при якому процеси перебувають у протиріччі один з одним. Наприклад, емоції можуть впливати на мислення, наприклад, страх може призвести до того, що ми не зможемо раціонально оцінити ситуацію. Якщо ми боїмося висоти, ми можемо не зважитися піднятися на дах будинку, навіть якщо розуміємо, що це безпечно.

Найбільш тісно взаємопов'язані пізнавальні процеси. Вони постійно взаємодіють один з одним, забезпечуючи цілісне відображення дійсності. Наприклад, сприйняття використовується для отримання інформації про навколишній світ, яка потім обробляється мисленням. Мислення дозволяє нам розуміти і аналізувати отриману інформацію, а також планувати свої дії. Пам'ять зберігає інформацію, отриману в процесі пізнання, і дозволяє нам використовувати її в майбутньому. Ми можемо побачити предмет, зрозуміти його призначення і прийняти рішення про те, як його використовувати, тільки якщо всі ці процеси взаємодіють між собою. Наприклад, ми можемо побачити на вулиці дерево, зрозуміти, що це ялина, і вирішити, що з неї можна зробити ялинку на Новий рік.

Емоційні процеси також тісно взаємопов'язані з пізнавальними. Вони впливають на наше сприйняття, мислення і поведінку. Наприклад, позитивні емоції, такі як радість і задоволення, сприяють більш ефективному пізнавальному процесу, а негативні емоції, такі як страх і гнів, можуть його ускладнювати. Якщо ми відчуваємо радість, ми будемо більш уважні і сприйнятливі до інформації, а якщо ми відчуваємо страх, ми можемо не помітити важливі деталі.

Вольові процеси також взаємодіють з усіма іншими психічними процесами. Вони забезпечують регуляцію психічної діяльності і поведінки людини. Наприклад, воля дозволяє нам концентрувати увагу на певному об'єкті, керувати своїми емоціями і приймати рішення. Щоб вивчити новий предмет, нам потрібно зосередитися на навчанні, подолати труднощі і не здаватися. Це вимагає вольових зусиль.

Взаємодія психічних процесів є ключовим аспектом розуміння функціонування людської психіки, і вона може варіювати в залежності від індивідуальних особливостей, контексту та життєвого досвіду особи.

## 1.3. Фізіологія психічних процесів

Психічні процеси тісно пов'язані з фізіологічними основами. Фізіологічні процеси в мозку є необхідною умовою для нормального функціонування психіки людини. Наприклад, пошкодження кори головного мозку може призвести до порушення різних психічних процесів, таких як сприйняття, мислення, пам'ять і емоції.

Відчуття - це психічний процес, який виникає внаслідок дії подразника на органи чуття. Органи чуття, також відомі як аналізатори, складаються з рецепторів, які перетворюють фізичну енергію подразника в нервовий імпульс. Нервовий імпульс потрапляє в центральну нервову систему, де і формується відчуття. І.П. Павлов ввів поняття аналізатора, який є складною функціональною системою, що забезпечує сприйняття і аналіз інформації з навколишнього середовища [12, с. 70-73]. Аналізатор складається з трьох частин:

* Периферичний відділ - це рецептор, який перетворює фізичну енергію подразника в нервовий імпульс.
* Провідні шляхи - це нервові волокна, які передають нервові імпульси від рецептора до центральної нервової системи.
* Центральна частина - це кора головного мозку, де відбувається аналіз і синтез нервових імпульсів.

Периферичний відділ аналізатора відповідає за сприйняття подразника. Провідні шляхи забезпечують передачу нервових імпульсів до центральної нервової системи. Центральна частина аналізатора відповідає за усвідомлення і розуміння подразника. Результати численних досліджень, проведених за допомогою штучного подразнення, дозволили встановити, що в корі головного мозку існують певні ділянки, які відповідають за різні види чутливості. Наприклад, зорова чутливість локалізується в потиличних ділянках кори, слухова чутливість - в середній частині верхньої скроневої звивини, дотиково-рухова - в задній центральній звивині.

Для виникнення відчуття необхідна робота всього аналізатора як цілого. Дія подразника на рецептор викликає появу збудження. Це збудження виникає в результаті перетворення зовнішньої енергії на нервовий процес, який проводить рецептор. Від рецептора збудження по доцентровому нерву досягає ядерної частини аналізатора. Коли збудження досягає кіркових клітин аналізатора, організм відповідає на подразнення. Ми відчуваємо світло, звук, смак або інші якості подразників. Щоб краще зрозуміти це, можна розглянути приклад зорового відчуття. Коли світлові хвилі падають на сітківку ока, вони викликають збудження фоторецепторів. Це збудження по зоровому нерву передається в зорову кору головного мозку. У зоровій корі відбувається аналіз і синтез нервових імпульсів, в результаті чого ми відчуваємо світло.

Відчуття - це суб'єктивні образи навколишнього світу, які виникають внаслідок дії подразників на органи чуття. Однак для виникнення відчуття необхідна не лише дія подразника, а й певна робота самого організму. Ця робота може виражатися у внутрішніх процесах, зовнішніх рухах або обох одночасно. Відчуття виникає в результаті перетворення енергії подразника на енергію нервових процесів. Так, зоровий аналізатор перетворює світлову енергію, слуховий - звукову енергію, смаковий і нюховий - хімічну енергію, шкірні аналізатори - теплову і механічну енергію [2, с. 267-272].

Фізіологічною основою процесу сприйняття є складна аналітично-синтетична активність кори головного мозку. Під час сприйняття аналіз стає більш деталізованим, де окремі елементи об’єктів розглядаються окремо і потім об'єднуються в складні комплекси. Це об'єднання виникає через об'єктивні просторові, часові та інші взаємозв'язки між явищами. У процесі сприйняття важливу роль відіграє друга сигнальна система, яка перетворює об’єкт сприйняття на словесний сигнал, визначає розуміння основних стимулів та надає сприйняттю характеру, пов’язаного з особистісною активністю. Ця система сприяє усвідомленню та осмисленню відображених об'єктів, регулюючи формування сприйняття. У сприйманні відображаються різноманітні властивості, якості та ознаки предметів дійсності. Взаємодія між аналізаторами може виникати при взаємодії різних подразників, таких як зорові, слухові, моторні та дотикові.

Фізіологи встановили, що пам'ять - це складний процес, який забезпечується роботою різних відділів головного мозку. Один із найважливіших відділів, який відповідає за пам'ять, - це блок приймання, обробки та зберігання інформації. Нейрони цього блоку здатні зберігати сліди збуджень, отриманих від органів чуття, і звіряти їх із параметрами нової інформації. Коли ми отримуємо нову інформацію, вона спочатку недовго циркулює в замкнених нервових колах. Потім відбувається процес запам'ятовування, який полягає в утворенні тимчасових нервових зв'язків між новою інформацією і тією, що вже була закріплена. Процес відтворення - це відновлення цих зв'язків. Забування - це гальмування нервових зв'язків, які відповідають за збережену інформацію. Тривале збереження інформації забезпечується лобовими частками головного мозку. У разі ураження цих часток процес відтворення стає безконтрольним [2, с. 312].

Мислення - це процес пізнання і розуміння навколишнього світу. Фізіологічною основою мислення є діяльність кори головного мозку, яка включає в себе взаємодію різних нейронних мереж. Наприклад, логічне мислення пов'язано з активністю лобових часток кори головного мозку, а творче мислення - з активністю гіпокампа.

Уява є результатом діяльності кори великих півкуль мозку, представляючи собою важливу функцію цього органу. Іноді відзначають уяву лише у контексті функціонування правої півкулі. Проте такий підхід, який спрощено асоціює уяву з однією півкулею, не враховує складних взаємозв'язків між обома півкулями. Для формування образів уяви необхідна сумісна робота обох півкуль, кожна з яких виконує свої унікальні функції. Характер правої півкулі полягає в тому, що вона не зачіпається деталями, не спрощує картину світу, але додає уяві цілісність, гармонію, порівняності та композиційну єдність. Функції правої півкулі тісно пов'язані з естетичними відчуттями, викликаними різними образами. Ліва півкуля організовує цю інформацію і дозволяє виражати її мовою: образ і думка завжди взаємодіють в нерозривному співвідношенні. Під час запам'ятовування матеріалу в корі головного мозку формуються системи тимчасових нервових зв'язків. У процесі уяви ці системи під впливом нових потреб можуть руйнуватися та реконструюватися в нові комбінації. Така рекомбінація стає можливою завдяки появі в корі головного мозку осередку сильного збудження, що виникає внаслідок конкретних потреб або негайних вражень [1, с. 89].

Фізіологічним підґрунтям уваги є співвідношення збуджень у корі великих півкуль головного мозку. Це співвідношення визначається як зовнішніми подразниками, що впливають на органи чуття, так і внутрішніми факторами, такими як установка та психічні стани. Ідеї І. Павлова про орієнтувально-рефлекторну діяльність організму дають розуміння того, як виникає увага. Під впливом подразників у корі великих півкуль головного мозку виникає збудження. Це збудження може бути сильним або слабким. Сильні збудження, які виникають у відповідь на важливі або цікаві подразники, стають домінуючими і зумовлюють гальмування слабших збуджень. Таким чином, увага - це результат взаємодії зовнішніх і внутрішніх факторів, які впливають на співвідношення збуджень у корі великих півкуль головного мозку [2, с. 702].

Емоції тісно пов'язані з фізіологічними процесами в організмі людини. При емоційних переживаннях виникають зміни в роботі серцево-судинної системи, дихальної системи, травної системи та інших систем. Наприклад, при радості підвищується частота серцевих скорочень, а при страху - знижується. Також при емоційних переживаннях можуть змінюватися забарвлення шкіри, вираз очей та інші фізіологічні ознаки. Емоції та почуття виникають в результаті рефлексів, тобто в результаті реакції організму на зовнішні та внутрішні подразники. Фізіологічною основою емоцій є діяльність підкоркових нервових центрів, таких як гіпоталамус, лімбічна система та ретикулярна формація. Кора великих півкуль головного мозку відіграє провідну роль у формуванні почуттів [1, с. 116-117].

Воля, як і інші психічні процеси, має фізичну основу, яка реалізується в діяльності нервової системи. Фізіологічною основою довільних рухів є діяльність пірамідних клітин, які розташовані в передній центральній звивині кори головного мозку. Ці клітини посилають імпульси до м'язів, що забезпечують виконання довільних рухів. Довільні рухи виконуються в системі цілеспрямованих дій. При ураженні ділянок мозку, розташованих позаду передньої центральної звивини, людина перестає відчувати власні рухи, що ускладнює або унеможливлює їх виконання. Плавність і безперервність дій забезпечується відділами мозку, розташованими попереду від передньої центральної звивини. При ураженні цих відділів людина втрачає навички, які мала [1, с. 175].

## Висновки до розділу 1

Психічні процеси - це складні психічні явища, які забезпечують пізнання світу, регулювання поведінки та діяльності людини. Вчення про відчуття свідчить, що предмети та їх властивості існують незалежно від людини, а відчуття виникають як результат взаємодії цих предметів та властивостей із органами чуття людини. Сприйняття - це відображення предметів та явищ у їх цілісності та різноманітності. При цьому людина виділяє з навколишнього середовища ті об'єкти, які є для неї значущими, виходячи зі свого попереднього досвіду, нахилів, інтересів, установок та потреб. Пам'ять визначається як важливий фактор у набутті знань, умінь та навичок, необхідних для активності та розвитку особистості. Різноманітні види пам'яті, такі як мимовільна, довільна, короткочасна, довготривала, образна, словесно-логічна, рухова та емоційна, взаємодіють та доповнюють один одного. Мислення визначає рівень інтелектуального та особистісного розвитку людини, розвивається в процесі активної пізнавальної діяльності та відображає суспільно-історичний контекст. Різноманітні види мислення, такі як словесно-логічне, наочно-дійове, теоретичне, емпіричне, дискурсивне та інші, розкривають багатогранність цього процесу і його вплив на різні сфери людського життя. Уява є важливою здатністю людини до творчого створення нових образів на основі знань і досвіду. Увагу визначають як зовнішні, так і внутрішні фактори, і вона може бути мимовільною, довільною, зовнішньою, внутрішньою, груповою та індивідуальною за різними параметрами. Емоційні процеси, які відображають особисті переживання, додають багатогранність і насиченість у психіку людини. Почуття, як більш стійкі та узагальнені форми психічних процесів, виникають на основі емоцій і включають моральні, інтелектуальні, естетичні та практичні аспекти. Вольові психічні процеси пов'язані з управлінням поведінкою і мисленням, а воля, яка є ключовою в цьому контексті, дозволяє свідомо керувати вчинками та подолати труднощі на шляху до досягнення мети. Взаємодія психічних процесів різноманітна і проявляється у формах супідрядності, паралельності та протиріччі. Супідрядність передбачає підпорядкованість одного процесу іншому, паралельна взаємодія дозволяє процесам відбуватися одночасно та незалежно, а протилежна взаємодія може виникати, коли процеси перебувають у протиріччі. Пізнавальні, емоційні та вольові процеси тісно взаємопов'язані, взаємодіючи між собою та забезпечуючи цілісне відображення дійсності. Ця взаємодія є ключовим аспектом розуміння функціонування людської психіки, залежить від індивідуальних особливостей, контексту та життєвого досвіду особи.

Функціонування психічних процесів тісно пов'язане з фізіологічними аспектами, і нормальна робота людського мозку визначає нормальну психічну активність. Наприклад, ураження кори головного мозку може призвести до порушень різних аспектів психіки, таких як сприйняття, мислення, пам'ять і емоції.

# РОЗДІЛ 2.

# ПСИХОЛОГІЧНІ ВЛАСТИВОСТІ ОСОБИСТОСТІ

## 2.1. Індивідуальні відмінності у психічних властивостях

Психічні індивідуальні особливості людини проявляються в різних аспектах її психічної діяльності. Наприклад, люди відрізняються швидкістю реакцій, чутливістю до зовнішніх подразників, а також особливостями уваги, пам'яті, спостережливості та кмітливості. Крім того, у людей є різні інтереси та здібності. Особливо яскраво виражені індивідуальні здібності в музичній, образотворчій, спортивній та художньо-літературній сферах. Психіка кожної людини має свою неповторну структуру та функціонування. Ці особливості обумовлені, з одного боку, спадковими факторами, а з іншого - впливом середовища та виховання. Спадкові фактори визначають особливості будови та функцій організму, які є основою для розвитку психіки. Дитина народжується з певними задатками, які можуть проявитися в різних сферах психічної діяльності. Умови виховання також впливають на розвиток психіки. Вони створюють можливості для реалізації задатків і формування особистісного психічного буття [19, c. 40-49].

**Темперамент** - це стійка індивідуальна характеристика психічної діяльності людини, що виявляється в її динаміці, тобто в швидкості, ритмі, темпі, інтенсивності, емоційній вразливості, стійкості емоцій, а також у способах регуляції діяльності [9, с. 135].

І.П. Павлов запропонував класифікацію темпераментів, засновану на типах нервової системи. Він виділив чотири основних типи темпераменту, які відрізняються силою, врівноваженістю та рухливістю нервових процесів.

1. Сангвінік - сильний, врівноважений, рухливий тип нервової системи. Люди цього типу мають швидкий темп реакцій, легко адаптуються до нових умов, емоційні та товариські.

2. Флегматик - сильний, врівноважений, інертний тип нервової системи. Люди цього типу мають повільний темп реакцій, спокійні та врівноважені, стійкі до стресів.

3. Холерик - сильний, неврівноважений, рухливий тип нервової системи. Люди цього типу мають швидкі та різкі реакції, емоційні та діяльні.

4. Меланхолік - слабкий тип нервової системи. Люди цього типу мають повільний темп реакцій, чутливі та схильні до переживання.

Люди сангвінічного типу темпераменту палкі, врівноважені та продуктивні, але лише за умови, що мають цікаву роботу, яка їх збуджує. Вони легко адаптуються до нових умов, емоційні та товариські. Люди флегматичного типу темпераменту врівноважені, наполегливі та продуктивні працівники. Вони спокійні, неквапливі та стійкі до стресів. Люди холеричного типу темпераменту яскраві, бойові та запальні. Вони легко збуджуються, але також швидко виходять з стану збудження. Вони емоційні та діяльні. Люди меланхолійного типу темпераменту помітно гальмівні. Вони недовірливі, сором'язливі та схильні до переживання. І.П. Павлов вважав, що холеричний і меланхолійний темпераменти є крайніми типами, які в несприятливих умовах можуть призвести до психічних захворювань. Сангвінік і флегматик, на його думку, є більш здоровими типами темпераменту, які характеризуються врівноваженістю нервової системи [9, с. 137-138].

Сангвінік відзначається великою активністю. Він енергійний, реагує на будь-що, що привертає його увагу, і має виразну міміку та рухи. Навіть маленький подразник може викликати в нього голосний сміх, так само як і незначний факт може викликати сильне розгнівання. Сангвінік легко виражає свої емоції та відношення через обличчя. Високий поріг чутливості дозволяє йому не помічати слабких звуків та світлових подразників. Він енергійний та працездатний, легко береться за нові справи і може працювати тривалий час без втоми. Сангвінік володіє швидким зосередженням і виявляє дисципліну. Він може контролювати свої почуття та дії, якщо це необхідно. Спостерігається швидкість рухів, гнучкість розуму, кмітливість, швидкість мовлення та легкість у включенні в нову роботу. Сангвінік легко спілкується з іншими, швидко пристосовується до нових умов та вимог. Він не тільки переключається між новими видами робіт без зусиль, але і може швидко вивчити нові навички. Зазвичай він більше реагує на зовнішні враження, ніж на власні образи та явлення про минуле і майбутнє, що робить його екстравертом.

Холерик, як і сангвінік, є енергійною і діяльною людиною. Однак він більш емоційний і імпульсивний. Холерик швидко реагує на події, часто не роздумуючи. Він нетерплячий і може бути запальним. Холерик менш пластичний, ніж сангвінік. Це означає, що він важче пристосовується до змін. У нього більш стійкі прагнення та інтереси, він наполегливіший у досягненні своїх цілей. Однак йому може бути важко переключатися з однієї справи на іншу. Холерику властива циклічність у діяльності та поведінці. Він може бути дуже активним і продуктивним, але потім може відчувати втому і втрату інтересу. У спілкуванні холерик є прямолінійним і напористим. Він любить бути в центрі уваги і часто прагне до лідерства. Холерик швидше екстраверт, ніж інтроверт.

Флегматик - це людина, яка відрізняється високою активністю, але низькою чутливістю і емоційністю. Його важко розвеселити або засмутити. Він залишається спокійним і врівноваженим у будь-якій ситуації. У флегматика бідна міміка, рухи повільні і вдумливі, а мовлення невиразне. Він важко переключається з однієї справи на іншу, але при цьому є дуже працездатним і терплячим. Флегматик добре справляється з монотонною роботою, він відповідальний і обов'язковий. Він не любить змін і важко пристосовується до них. У спілкуванні флегматик є стриманим і небагатослівним. Він погано відгукується на зовнішні враження і не любить перебувати в центрі уваги. За своєю психологічною сутністю він інтроверт.

Меланхолік - це людина, яка дуже емоційна і чутлива. Він легко засмучується і плаче, навіть через дрібниці. Він також дуже образливий і чутливий до критики. Міміка і рухи меланхоліка невиразні, а голос тихий. Він не любить активний спосіб життя, небагатослівний і не любить перебувати в центрі уваги. Меланхоліки часто є інтровертами. Вони віддають перевагу самотності і не люблять перебувати в центрі уваги [21, c. 9-13].

Дослідження показали, що темперамент не є визначальним фактором успішності діяльності людини. Однак він впливає на спосіб її виконання. Люди з переважанням збудження на початку діяльності проявляють підвищену активність, але при цьому можуть допускати помилки. Поступово вони вчаться контролювати свою активність і кількість помилок зменшується. Люди з переважанням гальмування на початку діяльності, як правило, малоактивні і їхня діяльність непродуктивна. Однак поступово вони формують свій спосіб виконання діяльності, і продуктивність їх праці різко зростає.

Німецький психолог В. Вундт вважав, що темперамент людини може впливати на її поведінку в різних ситуаціях. Він вважав, що сангвініки добре підходять для повсякденного життя, оскільки вони енергійні, товариські і легко адаптуються до змін. Під час важливих подій меланхоліки можуть бути більш ефективними, оскільки вони більш уважливі і схильні до аналізу. Холерики можуть бути корисними в ситуаціях, коли потрібна швидкість і рішучість, а флегматики можуть бути найкращими для виконання рутинних завдань [23, c. 219-225].

Властивості інтроверсії та екстраверсії є важливим фактором у дослідженні та аналізі темпераменту особистості.

Екстраверти – це люди, які орієнтовані на зовнішній світ. Вони потребують постійного стимулювання з боку оточуючих, прагнуть до нових вражень і спілкування. Екстраверти товариські, невимушені в поведінці, імпульсивні, балакучі. Вони можуть бути емоційними і не завжди здатні контролювати свої почуття.

Інтроверти – це люди, які орієнтовані на внутрішній світ. Їм не потрібно багато зовнішнього стимулювання, вони краще справляються з монотонною роботою. Інтроверти менш контактні, нетовариські, закриті, мають невелике коло друзів, але вірні їм. Вони уникають гучних компаній, планують свої дії та вчинки, добре контролюють емоції.

Амбоверти – це люди, які мають риси як екстраверсії, так і інтроверсії. Вони здатні легко адаптуватися до різних ситуацій.

Кожна людина має здібності до певного виду діяльності. Ці здібності проявляються в діяльності, і поза нею їх неможливо розпізнати, описати та охарактеризувати. Тому ми судимо про здібності людини за її роботою та результатами діяльності [4, c. 136-145].

**Здібності людини** - це її унікальні індивідуальні можливості, які проявляються в діяльності. Вони є необхідними умовами успіху в будь-якій сфері життя. Людські здібності класифікують за типом та спрямованістю діяльності, що її виявляють. Це може бути загальний або спеціалізований вид здібностей.

Загальні здібності - це таланти людини, які в певній мірі проявляються у всіх сферах її життя. Ці можливості сприяють більш легкому засвоєнню знань та успішному виконанню різноманітних завдань. Серед таких можливостей є здатність до навчання, загальні когнітивні вміння особи та її працездатність. Вони базуються на універсальних навичках, які є в будь-якій сфері діяльності, таких як здатність розуміти завдання, планувати та координувати їх виконання, використовуючи наявні ресурси та виявляючи зв’язки між елементами діяльності. Це також включає в себе здатність виявляти нові методи роботи та подолання труднощів на шляху до досягнення цілей.

До спеціальних здібностей відносяться вміння, пов'язані з практичною сферою: будівельно-технічні, управлінські, навчальні, підприємницькі та інші. Спеціальні здібності - це здібності, які чітко проявляються у вузькоспеціалізованих галузях (наприклад, у сценічній, музичній, спортивній сферах тощо). Загальні можливості виявляються у специфічних, тобто вміннях, пов’язаних з певною конкретною сферою діяльності. Спеціальні здібності - це комплекс властивостей особистості, які необхідні для успішного виконання певної діяльності. Вони формуються під впливом об'єктивних вимог, які ставляться перед людиною цією діяльністю. Розвиток спеціальних здібностей невіддільний від розвитку загальних. Високий рівень розвитку спеціальних здібностей можливий лише на основі достатнього розвитку загальних.

За іншою концепцією, здібності складаються з потенційних і актуальних можливостей. Потенційні можливості - це можливості, які є в людини, але ще не реалізовані. Вони виявляються в процесі діяльності, коли людина стикається з новими завданнями. Однак формування особистості використовує не тільки її психологічні характеристики, а також соціальні умови, в яких ці характеристики можуть чи не можуть бути виявлені. Таким чином, акцент робиться на реалізації актуальних здібностей.

Розвиток спеціальних здібностей має свої особливості. Залежно від рівня розвитку спеціальних здібностей виділяють два типи: репродуктивний і творчий. Репродуктивний тип здібностей забезпечує високе вміння засвоювати знання та володіти діяльністю. Творчий тип здібностей забезпечує створення нового, оригінального [4, c. 289-293].

Крім темпераменту, кожній людині притаманні стійкі особливості поведінки та діяльності. Про одних говорять, що вони наполегливі, відповідальні, помірні, чесні, сміливі, готові допомагати іншим, а про інших — ледачі, самозакохані, неорганізовані, амбітні, самовпевнені, нечесні, егоїсти, боягузи. Ці особливості виявляються так часто, що формують індивідуальний стиль поведінки людини в суспільстві. Такі психологічні особливості називаються рисами характеру. Вони характеризують як цілі, до яких прагне людина, так і способи їх досягнення. Знання характеру людини важливо, оскільки воно дозволяє зрозуміти, як вона діє та як реагує на різні ситуації.

**Характер** - це сукупність стійких індивідуальних особливостей людини, які визначають її поведінку та діяльність. Ці особливості проявляються в тому, як людина ставиться до себе, до інших людей, до праці, до навколишнього світу та до суспільства. Характер тісно пов'язаний з темпераментом, який визначає зовнішню, динамічну форму його прояву. Характер людини можна зрозуміти лише в її суспільній діяльності та суспільних відносинах. Про характер людини судять за її думками, поведінкою в різних обставинах, ставленням до інших людей та самої себе, а також за її манерами. Знання характеру людини є дуже важливим, оскільки воно дозволяє передбачати, як людина поводитиметься в певних умовах, чого від неї можна чекати та як вона виконуватиме дані їй завдання [8, 114-117].

## 2.2. Розвиток у різній віковій категорії психічних властивостей

У ранньому дитинстві закладаються основи всіх психічних властивостей людини. У цей період дитина починає проявляти такі якості характеру, як доброзичливість, наполегливість, відповідальність, а також такі негативні якості, як лінь, агресивність, егоїзм. У цей же період проявляються такі якості темпераменту, як активність, збудливість, врівноваженість, емоційна реактивність, а також починають проявлятися перші здібності до певних видів діяльності. У ранньому віці дитина опановує три важливі навички: ходити, грати з предметами та говорити [6, c. 7115-125]. Ці навички дозволяють їй вільно взаємодіяти з навколишнім світом. Дитина починає досліджувати світ навколо себе, пізнавати його закономірності. У ранньому віці дитина взаємодіє з дорослим, щоб дізнатися більше про світ і навчитися виконувати різні дії з предметами. Спілкування з дорослим відбувається з приводу предметних дій, і в ньому головним є не емоційний контакт, а обмін інформацією. У цей період дитина активно розвиває мову, і вона поступово починає витіснювати жести та лепет. Така форма спілкування називається ситуативно-діловою. У три роки дитина починає прагнути до самостійності. Якщо дорослі не дають їй можливості проявити свою самостійність, вона може проявляти негативні емоції та поведінкові реакції, такі як негативізм, впертість, непокірність, відсторонення від дорослого, знецінення дорослих та протест. Ці симптоми кризи трьох років є природним етапом розвитку дитини. Вона проходить зазвичай до п'яти років [15, c. 19-24].

У молодшому шкільному віці дитина стає більш свідомою та довільною у своїй поведінці. Вона поступово вчиться керувати своїми емоціями та бажаннями. Однак у цьому віці дитина ще не завжди може самостійно подолати внутрішні перешкоди, наприклад, лінь. Тому важливо, щоб дорослі допомагали їй розвивати самостійність, витримку та наполегливість. Також слід вчити дитину наслідувати позитивні приклади. Завдяки цілеспрямованому виховному впливу дорослих та власній активності молодший школяр до кінця цього періоду досягає стабільної здатності до самоконтролю. У процесі навчання та спілкування в школі дитина проявляє свій темперамент, який може позитивно або негативно впливати на її успішність. Темперамент визначає особливості поведінки та діяльності дитини, а також є основою для формування характеру. У молодшому шкільному віці всі групи рис характеру розвиваються інтенсивно. У молодшому шкільному віці дитина усвідомлює своє місце в суспільстві та приймає нову соціальну роль учня. Це є найважливішою особистісною характеристикою цього періоду, що дає підстави називати його зрілим дитинством. Початок шкільного навчання означає, що дитина починає жити за новими правилами. Вона стає учнем, а це означає, що вона повинна виконувати нові обов'язки та відповідати новим вимогам. Гра, яка була основною діяльністю дошкільника, тепер відходить на другий план, а її місце займає навчання. Навчання є важливою суспільною діяльністю, і дорослі ставляться до неї з особливою повагою. Адаптація першокласників до навчання у школі – це важливий період у житті дитини, який має значний вплив на її подальший розвиток. У цей період дитина стикається з новими вимогами та умовами, які відрізняються від дошкільного періоду. Вона повинна навчитися виконувати нові завдання, дотримуватися правил і норм поведінки, налагодити стосунки з однокласниками та вчителем. Адаптація до шкільного навчання відбувається успішно, якщо дитина має достатній рівень розвитку пізнавальних здібностей, емоційно-вольової сфери та соціальної компетентності. Процес адаптації можна розділити на два етапи: Перший етап – це період гострих адаптаційних реакцій, які можуть проявлятися у вигляді тривожності, плаксивості, неслухняності, зниження інтересу до навчання. Цей етап зазвичай триває кілька тижнів. Другий етап – це період поступової адаптації, коли дитина починає адаптуватися до нових умов і вимог. Цей етап триває кілька місяців [11, c.72-73].

У підлітковому віці відбувається перебудова психічних властивостей. У цей період підліток стає більш самостійним і критичним, у нього формуються нові цінності та життєві цілі. У цей період підліток починає усвідомлювати себе як особистість, у нього відбувається криза ідентифікації, під час якої він визначає своє місце в суспільстві та свою особистісну позицію. У підлітковому віці спілкування з однолітками стає особливо важливим [13, c. 6-7]. Це пов'язано з такими факторами, як статеве дозрівання, прагнення до емоційної незалежності від дорослих та механізм самооцінювання. Підлітки починають активно спілкуватися з ровесниками, утворювати групи, шукати друзів і компанію. Вони також починають цікавитися хобі та іншими видами діяльності, які дозволяють їм спілкуватися з однолітками. Взаємини з однолітками є важливим фактором розвитку особистості підлітка. Вони допомагають йому формувати самооцінку, вчитися спілкуватися з іншими людьми та знаходити своє місце в суспільстві. У підлітковому віці відбувається значний розвиток самосвідомості. Підліток починає усвідомлювати себе як особистість, яка має свої права та обов'язки, свої інтереси та переконання. Він починає розуміти, що є членом суспільства і повинен дотримуватися його норм і цінностей. Ці зміни в самосвідомості зумовлюють низку інших змін у структурі особистості підлітка. Він стає більш критичним до себе та інших, починає розвивати самоконтроль і самостійність. У підлітковому віці також відбувається переорієнтація з норм і цінностей дитячого світу на дорослий. Підліток починає захоплюватись дорослими, їхньою поведінкою та манерою спілкування. Він прагне бути схожим на них. Ці зміни в особистості підлітка є важливими для його розвитку. Вони допомагають йому стати самостійною і відповідальною особистістю, яка готова до дорослого життя [7; 6].

Зріла юність - це період, коли молоді люди починають самостійне життя. Вони вступають до вищого навчального закладу або починають працювати, формують власні життєві цінності та цілі, усвідомлюють свою соціальну відповідальність. У цей час юнацька дружба набуває більш глибокого значення, а дружба з особою протилежної статі може перерости в закоханість. У період зрілої юності організм людини досягає повної фізичної зрілості. У цей час молоді люди починають активно розвивати свій інтелект, здобувають нові знання та навички. Вони також стають більш емоційно стабільними та здатними до глибоких почуттів. У міжособистісних стосунках для них важливим стає спілкування з ровесниками, особливо з представниками протилежної статі. Молоді люди продовжують розвивати свою особистість та самовдосконалюватися. У період зрілої юності молоді люди починають дорослішати. Вони стають самостійними та відповідальними за своє життя. Вони починають самостійно приймати рішення, розробляти життєві плани та будувати власне майбутнє. Вони також починають активно реалізовувати себе у професійній діяльності. У період зрілої юності молоді люди починають розвивати абстрактне мислення. Вони можуть думати про можливі, але неіснуючі речі. Це допомагає їм формувати свою ідентичність, оскільки вони повинні вибирати з-поміж багатьох можливих варіантів. Ці вибори стосуються їхньої особистості, професії, сексуальності та ідеології [5, c. 243-255].

У дорослому віці психічні властивості людини характеризуються більшою стійкістю. Доросла людина має більш чітке уявлення про себе та свої цілі в житті. Зрілий дорослий вік у людини може настати з різних причин. Для одних це може бути пов'язано з тим, що діти виростають і залишають батьківський дім. Для інших це може бути пов'язано з досягненням певного успіху в кар'єрі або з усвідомленням того, що життєві плани не здійснилися. Кожна людина переживає цей віковий етап по-своєму. Одні бачать у ньому нові можливості для розвитку, інші відчувають незадоволення, збентеження і навіть депресію. На те, як людина сприймає свою зрілість, впливають різні фактори, такі як економічні умови, соціальні обставини та історичний контекст. У зрілому віці Я-концепція є основою особистості. На цьому етапі людина має чітке уявлення про себе, свої цінності та цілі. Вона розуміє своє місце в житті та своє призначення. Розвиток Я-концепції людини зрілого дорослого віку визначається її ставленням до таких життєвих завдань:

1. Становлення духовно-моральною особистістю, набуття життєвого досвіду та мудрості, відповідальність перед суспільством.
2. Забезпечення матеріального добробуту, достатнього відпочинку.
3. Допомога дітям і внукам у становленні як особистостей, усвідомленні ними власної відповідальності.
4. Взаємна підтримка і любов у подружніх стосунках.
5. Турбота про батьків у похилому віці.
6. Піклування про власне здоров'я [5, c. 272-276].

У старості психічні властивості людини можуть змінюватися. Характер може ставати більш консервативним і менш гнучким. Темперамент може сповільнюватися. Здібності можуть зберігатися на високому рівні, але вони можуть ставати більш спеціалізованими. Уявлення літньої людини про себе формується на основі її вибіркової пам'яті, яка зберігає лише ті події та спогади, які відповідають її основній самооцінці та життєвим цінностям [5, c. 337-345].

## 2.3. Вплив середовища на формування психічних властивостей

**Психіка людини формується в взаємодії з оточенням.** Це складний та багатогранний процес, який посилює взаємодією між внутрішніми вродженими факторами та зовнішнім оточенням. Середовище, у якому особа розростається та живе, займає ключову роль у формуванні та розвитку її психічних якостей. Перше середовище, що впливає на формування психіки, - це сім'я. Відносини з батьками, стиль виховання, емоційна підтримка чи відсутність її, конфлікти або гармонія в сімейному оточенні - все це впливає на формування особистості [24, c. Дитинство визначає багато аспектів психічного розвитку, формуючи стійкість до стресів, самопізнання та рівень соціальної адаптації. Наступним ключовим фактором є оточення в школі та оточення в соціумі. Взаємодія з ровесниками, вчителями, соціальними нормами та цінностями, які пропонують оточення, мають також суттєвий вплив на психіку. Вони формують самооцінку, виявлення про власну роль у суспільстві та взаємодію з іншими людьми. Культурний контекст, релігійні переконання та загальні цінності також мають важливу роль у формуванні психічних властивостей. Особливості та традиції оточуючого середовища можуть вплинути на сприйняття світу, систему цінностей та спосіб мислення особистості. Таким чином, середовище впливає на формування психічних властивостей людини через комплексну взаємодію різних факторів, починаючи від родинного оточення та припиняючи соціокультурними умовами. Розуміння цього впливу дозволяє краще розуміти і підтримувати розвиток психіки людини для створення сприятливого середовища для її самореалізації та розвитку [14, c. 38-42].

## Висновки до розділу 2

Психічні індивідуальні особливості людини - це її неповторна своєрідність, яка проявляється в різних аспектах її психічної діяльності. Ці особливості обумовлені, з одного боку, спадковими факторами, а з іншого - впливом середовища та виховання. Спадкові фактори визначають особливості будови та функцій організму, які є основою для розвитку психіки. Дитина народжується з певними задатками, які можуть проявитися в різних сферах психічної діяльності. Одним із найважливіших проявів індивідуальних психічних особливостей людини є темперамент. Темперамент - це стійка індивідуальна характеристика психічної діяльності людини, яка виявляється в її динаміці.

Здібності людини - це індивідуальні особливості психічної діяльності, які визначають успішність виконання певних видів діяльності. Вони можуть бути загальними або спеціалізованими. Загальні здібності - це таланти людини, які проявляються у всіх сферах її життя. Вони включають такі якості, як інтелект, працездатність, креативність, емоційна стійкість. Спеціальні здібності - це здібності, які чітко проявляються у вузькоспеціалізованих галузях. Вони включають такі якості, як музичний слух, художній смак, спортивні здібності.

Характер людини - це її індивідуальність, яка проявляється в типових для неї способах поведінки та діяльності. Він формується під впливом багатьох факторів, зокрема, спадковості, виховання, середовища. Знання характеру людини дозволяє зрозуміти, як вона діє та як реагує на різні ситуації. Воно також допомагає передбачити, як людина поводитиметься в певних умовах, чого від неї можна чекати та як вона виконуватиме дані їй завдання.

Психічні властивості людини формуються та розвиваються протягом усього її життя. Цей процес має свої закономірності та особливості в різних вікових періодах. У дитячому віці відбувається становлення основних психічних властивостей. Дитина пізнає світ, здобуває знання та навички, формує своє ставлення до себе та інших людей. На цей період важливий вплив має виховання та навчання. У підлітковому віці відбувається формування особистості. У підлітків формується самосвідомість, вони усвідомлюють свою індивідуальність, у них виникають власні цінності та переконання. На цьому періоді важливо створити для підлітків умови для самореалізації та самоствердження. У дорослому віці психічні властивості людини стають більш стійкими. У цей період людина досягає вершин своєї професійної та особистої реалізації. Однак у цей період також можливі зміни психічних властивостей, пов'язані з життєвими обставинами. У літньому віці відбувається поступове зниження інтенсивності психічних процесів. У літніх людей може знижуватися пам'ять, уважність, швидкість мислення. Однак у цей період також можливі позитивні зміни, пов'язані з накопиченим досвідом та мудрістю.

Середовище, в якому живе людина, має значний вплив на її психічні властивості. Воно може сприяти або перешкоджати їх розвитку, а також визначати їх характерні риси. Середовище можна розділити на два основних типи: природне і соціальне. Таким чином, середовище є важливим фактором, що впливає на формування психічних властивостей людини. Воно може сприяти або перешкоджати їх розвитку, а також визначати їх характерні риси.

# РОЗДІЛ 3.

# АНАЛІЗ ДОСЛІДЖЕННЯ ПСИХІЧНИХ СТАНІВ ОСОБИСТОСТІ

## 3.1. Стани свідомості та їх характеристики

Стани свідомості – це різні способи досвіду світу, які можуть відрізнятися за рівнем уваги, свідомістю, емоціями та поведінкою. Стани свідомості можуть виникати в результаті природних процесів, таких як сон, або в результаті штучних засобів, таких як наркотики або медитація. Стани свідомості – це різні способи досвіду світу, які можуть відрізнятися за рівнем уваги, свідомістю, емоціями та поведінкою. Стани свідомості можуть виникати в результаті природних процесів, таких як сон, або в результаті штучних засобів, таких як наркотики або медитація. Стани свідомості поділяють на нормальні та змінені [18, с. 200-201].

**Нормальні стани свідомості:**

Нормальні стани свідомості – це ті, які переживаються більшістю людей у ​​повсякденному житті.

Неспання – це стан свідомості, коли людина повністю активна та усвідомлює навколишній світ. У цьому стані людина може сприймати інформацію з навколишнього середовища, думати, відчувати емоції та контролювати свою поведінку. Неспання характеризується високою активністю мозку, у тому числі в корі головного мозку. У цьому стані людина здатна до пізнання, уваги, мислення, емоцій та поведінки.

Сон – це стан свідомості, коли людина неактивна та не усвідомлює навколишній світ. У цьому стані людина не може сприймати інформацію з навколишнього середовища, думати, відчувати емоції чи контролювати свої дії. Сон є необхідним для відпочинку та відновлення організму. Сон характеризується зниженою активністю мозку, особливо в корі головного мозку. У цьому стані людина не здатна до пізнання, уваги, мислення, емоцій та поведінки. Сон поділяється на кілька фаз, кожна з яких має свої особливості.

Глибокий сон – це стан свідомості, який характеризується найменшою активністю мозку. У цьому стані людина не сприймає інформацію з навколишнього середовища і не може контролювати свої дії. Глибокий сон відіграє важливу роль у формуванні пам'яті та навчанні. Глибокий сон характеризується дуже низькою активністю мозку, особливо в корі головного мозку. У цьому стані людина не здатна до пізнання, уваги, мислення, емоцій та поведінки.

**Змінені стани свідомості:**

Змінені стани свідомості – це стани свідомості, які відрізняються від нормальних станів свідомості. Вони можуть бути викликані природними процесами, такими як медитація, або штучними засобами, такими як наркотики або гіпноз.

Медитація – це практика, яка спрямована на зосередження уваги та свідоме сприйняття. Медитація може викликати зміни в усвідомленні, емоціях і фізіології людини. Медитація характеризується зниженням активності мозку, особливо в корі головного мозку. У цьому стані людина здатна до більш глибокого усвідомлення себе та навколишнього світу.

Гіпноз – це стан зміненої свідомості, який виникає під впливом гіпнозу. У цьому стані людина більш піддається впливу настрою та думок інших людей. Гіпноз характеризується підвищеною активністю мозку, особливо в гіпоталамусі та ретикулярній формації. У цьому стані людина може відчувати ілюзії, галюцинації та втратити контроль над своїми діями.

Транс – це стан зміненої свідомості, який характеризується глибоким розслабленням та усвідомленням. Транс може виникати в результаті медитації, гіпнозу або інших практик. Транс характеризується зниженою активністю мозку, особливо в корі головного мозку. У цьому стані людина здатна до більш глибокого усвідомлення себе та навколишнього світу.

Екстазі – це стан зміненої свідомості, який викликається наркотиками, такими як ЛСД або мескалін. Екстазі характеризується відчуттям єднання з навколишнім світом та підвищеним рівнем емоцій [20, c. 28-34].

## 3.2. Психічні розлади особистості та їх класифікація

Психічні розлади особистості - це проблеми з тим, як людина думає, поводиться та взаємодіє з іншими. Вони можуть спричинити значні труднощі в житті людини, включаючи особисте, соціальне та професійне життя. Розлади особистості часто починаються в ранньому дорослому віці, але можуть виникнути і в дитинстві або підлітковому віці. Класифікацію психічних розладів особистості поділяють на: кластер А (дивні), кластер В (драматичні), кластер С (тривожні) [10, c. 12-13].

**Кластер А (дивні)** **психічні розлади особистості:**

***Параноїдний розлад особистості*** - це хронічне психічне захворювання, яке характеризується постійним відчуттям підозри та недовіри до інших людей. Люди з параноїдним розладом особистості часто вважають, що інші люди мають намір їм заподіяти шкоду або використовувати їх. Вони можуть бути дуже чутливими до критики або образ і часто інтерпретують нейтральні або дружні дії інших як ворожі. Параноїдний розлад особистості може мати значний вплив на життя людини. Він може ускладнити утворення близьких стосунків, роботу та навчання. Люди з параноїдним розладом особистості також можуть бути більш схильні до розвитку інших психічних захворювань, таких як тривожні розлади, депресія та психоз.

***Шизоїдний розлад особистості*** - це хронічне психічне захворювання, яке характеризується відстороненням від інших людей і обмеженою здатністю виражати емоції. Люди з шизоїдним розладом особистості часто відчувають себе чужими або відстороненими від інших, і їм важко встановлювати близькі стосунки. Вони можуть бути зацікавлені в абстрактних ідеях або творчості, але можуть мати труднощі з розумінням або відповіддю на емоції інших.

***Шизотиповий розлад особистості*** - це хронічне психічне захворювання, яке характеризується дивними або незвичайними думками, поведінкою та відчуттями. Люди з шизотиповим розладом особистості часто відчувають себе чужими або відстороненими від інших, і їм може бути важко встановлювати близькі стосунки. Вони можуть бути зацікавлені в абстрактних ідеях або творчості, але можуть мати труднощі з розумінням або відповіддю на емоції інших.

**Кластер В (драматичні)** **психічні розлади особистості:**

***Пограничний розлад особистості*** – це хронічне психічне захворювання, яке характеризується нестабільністю настрою, міжособистісних стосунків і самоусвідомлення. Люди з ПРЛ часто відчувають сильні емоції, які можуть змінюватися швидко. Вони також можуть мати труднощі з формуванням і підтримкою близьких стосунків.

***Гістріонний розлад особистості*** – це хронічне психічне захворювання, яке характеризується постійним прагненням до уваги та схвалення з боку інших людей. Люди з гістріонним розладом особистості часто перебільшують свої емоції, використовують сексуальність для залучення уваги та мають труднощі з встановленням здорових стосунків.

***Нарцисичний розлад особистості*** - це психічний стан, який характеризується надмірним захопленням собою. Люди з цим розладом часто відчувають себе особливими або унікальними і вважають, що вони заслуговують на особливе ставлення. Вони також можуть бути дуже чутливими до критики та мають труднощі з розумінням почуттів інших людей.

 **Кластер С (тривожні) психічні розлади особистості:**

***Ухиляючий розлад особистості*** - це тип психічного розладу особистості, який характеризується надмірною тривогою та недовірою до інших. Люди з цим розладом часто відчувають, що їх не приймуть або не зрозуміють інші, і можуть уникати соціальних ситуацій. Вони також можуть мати низьку самооцінку і можуть бути схильні до знецінення себе.

***Залежний розлад особистості*** - це тип психічного розладу особистості, який характеризується надмірною потребою в опіці та підтримці інших. Люди з цим розладом часто відчувають, що вони не можуть самостійно впоратися з життям, і можуть бути схильні до залежності від інших у прийнятті рішень, вирішенні проблем та забезпеченні фізичної та емоційної підтримки [25].

***Обсесивно-компульсивний розлад особистості*** — це тип психічного розладу особистості, який характеризується надмірною заклопотаністю порядком, деталями, перфекціонізмом, особистісним контролем та потребою контролювати власне середовище. Люди з ОКР часто відчувають необхідність виконувати певні дії або ритуали, щоб зменшити тривогу. Ці дії або ритуали можуть бути дуже часомісткими та обмежувальними, і можуть заважати повсякденному життю [22, c. 86-87].

## 3.3. Корекція психічних станів та фактори, що на них впливають

Психічне здоров'я визнається ключовим компонентом повноцінного і задовільного життя, але, на жаль, воно часто стає предметом непокоїв та залишкової потреби в корекції. Корекція психічних станів — це складний та індивідуалізований процес, що містить у себе різноманітні підходи та стратегії для покращення психічного самопочуття та функціонування.

Одним із ключових факторів, що впливають на психічний стан, є психотерапія. Різні форми цього методу, такі як когнітивно-повідінкова терапія, психоаналіз і групова терапія, дають можливість розкрити людині та її проблеми, змінити шкідливі мисленнєві патерни та зміцнити психологічний стійкий стан.

Лікарський засіб є іншим груповим елементом корекції психічних станів. Деякі стани, такі як депресія, тривожність чи шизофренія, можуть вимагати фармакологічної підтримки. Антидепресанти, транквілізатори та інші медикаменти допомагають збалансувати хімічний склад мозку, зменшуючи симптоми та сприяючи відновленню душевного благополуччя [17, c. 24-27].

Фізична активність та здоровий спосіб життя також грають важливу роль у корекції психічних станів. Регулярна фізична активність сприяє виробленню ендорфінів, зниженню стресу та посиленню настрою. Здорове харчування, відпочинок і нормальний сон пропонує основні аспекти цього підходу, що підкреслюють взаємозв'язок між фізичним і психічним здоров'ям.

Середовище та спосіб життя також впливають на психічний стан. Соціальна підтримка, стабільність у сімейному та професійному житті, порушення токсичних чинників сприяють збереженню емоційної стійкості та психічного благополуччя.

Не менш важливою є роль саморегуляції та релаксації. Техніки релаксації, такі як медитація, глибоке дихання, йога, дозволяють знизити рівень стресу та створити внутрішній спокій. Самопізнання та саморозвиток допомагають осмислити власні думки та емоції, розвинути душевну інтелігенцію та зберегти психічну стійкість у складних ситуаціях [11, c. 86-261].

У кожної людини є своя ситуація, тому необхідно вибирати індивідуалізований підхід до корекції психічного стану. Професіоналізм психологів та психіатрів, освіченість суспільства щодо психічного здоров'я та особиста відповідальність за власний стан допомагають створити більше здоров'я та збалансоване суспільство.

## Висновки до розділу 3

Стани свідомості становлять собою різноманітний спектр досвіду світу, розділений на нормальні та змінені. Нормальні стани, такі як неспання та сон, є загальними для людей і відрізняються за активністю мозку. Глибокий сон виконує важливу роль у формуванні пам'яті та навчання. Змінені стани, такі як медитація, гіпноз, транс та екстаз, відрізняються від нормальних і можуть бути викликані природними чи штучними засобами. Ці стани характеризуються зміненою активністю мозку та впливом на свідомість, що відкриває можливості для глибокого усвідомлення себе та навколишнього світу, але також може призвести до втрати контролю над діями, особливо у випадку гіпнозу та екстазу.

З психічних розладів особистості, розділених на три кластери (дивні, драматичні, тривожні), випливає, що ці розлади відображають проблеми в мисленні, поведінці та спілкуванні людини. Кожен тип розладу має свої характеристики та впливає на різні аспекти життя, включаючи соціальні відносини та професійну діяльність. Ці розлади можуть виникати на різних етапах життя, і вони можуть ускладнювати формування близьких зв'язків та сприйняття навколишнього світу для тих, хто стикається з ними.

Психічне здоров'я важливо для повноцінного життя, а його корекція - складний процес, що включає в себе психотерапію, медицину, фізичну активність, здоровий спосіб життя, соціальну підтримку та релаксаційні засоби. Індивідуальний підхід і відповідальність за власний стан, разом із професіоналізмом фахівців, грають ключову роль у створенні здорового середовища та суспільства.

# ВИСНОВКИ

У висновках можна відзначити, що психічні процеси є складним та взаємопов’язаним аспектом людської психіки, які містять у собі різноманітні явища, такі як сприйняття, пам’ять, мислення, уява, емоції та вольові процеси. Цей процес діє шляхом, яким людина сприймає світ навколо себе, реагує на події та взаємодіє з оточуючим середовищем. Важливо відзначити, що ці психічні процеси взаємодіють між собою та взаємопов'язані з фізіологічними аспектами, зокрема, з нормальною роботою мозку. Розуміння цих взаємозв'язків відкриває можливості для подальших досліджень у галузі психології.

Крім того, можна підкреслити різноманітність та індивідуальні особливості психічних процесів, що залежать від попереднього досвіду, нахилів, інтересів та потреб кожної конкретної особистості. Це вказує на важливість розгляду психічних процесів у контексті індивідуальності кожної людини.

Також можна відзначити, що психічні процеси відіграють ключову роль у функціонуванні особистості та впливають на різні сфери людського життя, включаючи пізнавальну діяльність, міжособистісні відносини та творчість.

Таким чином, дослідження вважаються важливими для вивчення та розуміння психічних процесів для розвитку науки, психології та впливу на покращення якості життя людей.

Психічні індивідуальні особливості людини починаються спадковими факторами та впливом середовища і виховання. Темперамент, здібності та характер є ключовими аспектами цих індивідуальних особливостей. Важливо зазначити те, що ці психічні властивості формуються та розвиваються протягом всього життя людини, і їх взаємодія є складним процесом.

Дитячий вік визначений як період становлення основних психічних властивостей, де виховання та навчання грають важливу роль. У підлітковому віці відбувається формування особистості, а в дорослому віці психічні властивості залишаються більш стійкими. Однак у літньому віці зміни, пов'язані як зі зниженням інтенсивності психічних процесів, так і з позитивними аспектами, пов'язаними з накопиченим досвідом та мудрістю.

Середовище, в якому живе людина, виявляє значний вплив на її психічні властивості. Це важливий фактор, який може сприяти або перешкоджати розвитку цих властивостей, а також визначати їх характерні риси. Розрізняють природні та соціальні середовища, які взаємодіють та формують психічні особливості індивіда.

Нормальний стан людини включає зміну сну та неспання. Глибокий сон необхідний для пам'яті та навчання. Змінені стани свідомості, такі як медитація та гіпноз, можуть призвести до глибокого усвідомлення себе та світу, але також можуть призвести до втрати контролю над діями.

Психічні розлади особистості впливають на мислення, поведінку та спілкування людини. Вони можуть ускладнювати соціальні відносини та професійну діяльність, а також сприйняття навколишнього світу.

Забезпечення психічного здоров'я є важливим для повноцінного життя. Корекція психічних станів - це складний процес, який може включати різні методи, такі як психотерапія, медицина, фізична активність, здоровий спосіб життя, соціальна підтримка та релаксаційні засоби. Індивідуальний підхід та відповідальність за власний стан, а також професіоналізм фахівців, грають важливу роль у створенні здорового середовища та суспільства.

# СПИСОК ВИКОРИСТАНИХ ДЖЕРЕЛ

1. Буняк Н. А. Загальна психологія : лекції. Тернопіль : вид-во ТНТУ ім. І. Пулюя, 2017. 300 с.

2. Варій М. Й. Загальна психологія : підручник. 3-тє вид. Київ : Центр учб. літ., 2009. 1007 с.

3. Варій М. Й. Психологія : навч. посіб. 2-ге вид. Київ : Центр учб. літ., 2009. 288 с.

4. Варій М. Й. Психологія особистості : навч. посіб. Київ : Центр учб. літ., 2008. 592 с.

5. Василенко Л., Савчин М. Вікова психологія. 5-те вид. Київ : Акад., 2021. 376 с.

6. Вікова психологія / О. П. Сергєєнкова та ін. Київ : Центр навч. літ., 2020. 376 с.

7. Доброштан Н., Куліш О. Вікові особливості у дослідженнях видів і процесів пам’яті. Вісник Львівського університету. 2020. № 7. С. 37–42.

8. Дуткевич Т. Загальна психологія. Теоретичний курс. Київ : Центр навч. літ., 2019. 388 с.

9. Колобич О. П. Загальна психологія : навч. посіб. Львів : Растр-7, 2018. 172 с.

10. Кошова І. В., Литовченко Н. Ф. Психотерапія : навч. посіб. Ніжин : НДУ ім. М. Гоголя, 2022. 113 с.

11. Кузікова С. Основи психокорекції. 2-ге вид. Київ : Акад., 2021. 336 с.

12. Мазяр О. Диференціальна психологія : навч. посіб. Київ : Вид. дім «Кондор», 2017. 284 с.

13. Максименко Д. Психологічні особливості криз підлітка. Практична психологія. Київ : Центр навч. літ., 2020. 200 с.

14. Максименко С. Загальна психологія. 3-тє вид. Київ : Центр навч. літ., 2019. 272 с.

15. Мітіна С. В. Психологія особистості : навч. посіб. Київ : Ліра–К, 2020. 274 с.

16. Москалець В. Загальна психологія : підручник. Київ : Ліра–К, 2020. 564 с.

17. Мушкевич М. І., Чагарна С. Є. Основи психотерапії : навч. посіб. / ред. М. І. Мушкевич. 3-тє вид. Луцьк : Вежа-Друк, 2017. 420 с.

18. Особистість у розвитку: психологічна теорія і практика : монографія / ред.: С. Д. Максименка, В. Л. Зливкова, С. Б. Кузікової. Суми : СумДПУ ім. А.С. Макаренка, 2015. 430 с.

19. Палій А. А. Диференціальна психологія. 2-ге вид. Київ : Прикарпат. нац. ун-т ім. Василя Стефаника, 2010. 954 с.

20. Психологія : навч. посіб. / Г. П. Макушинська та ін. Запоріжжя : ЗДІА, 2017. 116 с.

21. Сосіна В. Ю. Психологічна характеристика типів темпераменту : конспект лекцій. Львів : Львів. держ. ун-т фіз. культури ім. Ів. Боб., 2019. 18 с.

22. Станчишин В. Стіни в моїй голові. Жити з тривожністю і депресією. 2-ге вид. Київ : Віхола, 2023. 208 с.

23. Столяренко О. Психологія особистості. Київ : Центр навч. літ., 2019. 280 с.

24. Шахова О. Г. Соціальна психологія особистості : навч. посіб. Харків : Контраст, 2019. 116 с.

25. Libretexts.12.5: розлади особистості. Social Sci LibreTexts. URL: [https://socialsci.libretexts.org/Sandboxes/TranslatedTexts/Книга:\_Вступ\_до\_психології/12:/12.05:](https://socialsci.libretexts.org/Sandboxes/TranslatedTexts/%D0%9A%D0%BD%D0%B8%D0%B3%D0%B0%3A_%D0%92%D1%81%D1%82%D1%83%D0%BF_%D0%B4%D0%BE_%D0%BF%D1%81%D0%B8%D1%85%D0%BE%D0%BB%D0%BE%D0%B3%D1%96%D1%97/12%3A/12.05%3A) (дата звернення: 26.11.2023).