

**МІНІСТЕРСТВО ВНУТРІШНІХ СПРАВ УКРАЇНИ  
ХАРКІВСЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ ВНУТРІШНІХ СПРАВ**

**Навчально-науковий інститут №3**

**Кафедра психології, соціології та педагогіки**

## **ТЕКСТ ЛЕКЦІЇ**

**з навчальної дисципліни Юридична психологія  
обов'язкових компонент  
освітньої програми першого (бакалаврського) рівня вищої освіти  
галузь знань 08 «Право», 081 «Право» (поліцейські)**

**за темою – ПСИХОЛОГІЯ ОСОБИСТОСТІ. ПРАВОВА СОЦІАЛІЗАЦІЯ  
ОСОБИСТОСТІ.**

**Харків 2024**

## **ЗАТВЕРДЖЕНО**

Науково-методичною радою  
Харківського національного  
університету внутрішніх справ  
Протокол від 8 від 14.08.2024

## **СХВАЛЕНО**

Вченою радою ННІ № 3  
Протокол від 09.08.2024 № 8

## **ПОГОДЖЕНО**

Секцією науково-методичної ради  
з гуманітарних та соціально-  
економічних дисциплін ХНУВС  
Протокол від 13.08.2024 № 7

Розглянуто на засіданні кафедри психології, соціології та педагогіки (Протокол від 08.07.2024 № 13)

### ***Розробники:***

доцент кафедри психології, соціології та педагогіки ННІ № 3, кандидат соціологічних наук, доцент **Ольга МЕДВЕДЄВА**

доцент кафедри психології, соціології та педагогіки ННІ № 3, кандидат психологічних наук, доцент **Оксана ЛЯСКА**

### ***Рецензент:***

доцент кафедри психології, соціології та педагогіки ННІ № 3, кандидат психологічних наук, доцент **Вікторія ДОЦЕНКО**

### **План лекції:**

1. Поняття «індивід» та «особистість» в психології
2. Загальна характеристика психічних процесів людини.
3. Емоційно-вольова сфера особистості. Сутність емоцій та почуттів, їх функції та фізіологічні основи.
4. Психічні стани, що мають значення для розгляду кримінальних і цивільних справ у суді.

### **Рекомендована література (основна, допоміжна), інформаційні ресурси в інтернеті**

#### **Рекомендована література (основна, допоміжна)**

##### **Основна:**

1. Професійно-психологічна підготовка працівників слідчих підрозділів : навч. посіб. / І.В. Жданова, П.В. Макаренко, Н.Е. Мілорадова та ін. ; за заг. ред. І.В. Жданової ; МВС України, Харків. нац. ун-т внутр. справ. – Харків : ХНУВС, 2014. 516 с.
2. Юридична психологія : підручник / Д.О. Александров, В.Г. Андросюк, Л.І. Казміренко [та ін.] ; заг. ред. Л.І. Казміренко, Є.М. Моїсєєва. Вид. 2-е, доопр. та доп. Київ : КНТ, 2018. 352 с.
3. Юридична психологія : підручник / за заг. редакцією О.М. Бандурки; Харк. нац. ун-т внутр. справ. Харків : Майдан, 2018. 684 с.
4. Юридична психологія в Україні: здобутки та перспективи: матеріали наук.-практ. конф. (Київ, 24 квіт. 2015 р.). К.: Нац. акад. внутр. справ, 2015. 252 с.

##### **Допоміжна**

1. Александров Д.О. Становлення особистості працівника органів внутрішніх справ: монографія / Д.О. Александров. – К.: Вадекс, 2014. – 307 с.
2. Бишевец О. В. Тактико-психологічні засади пред'явлення для впізнання. Форум права, 2015. № 1. С. 24–31. [http://www.irbis-nbuv.gov.ua/cgi-bin/irbis\\_nbuv/cgiirbis\\_64.exe?I21DBN=LINK&P21DBN=UJRN&Z21ID=&S21REF=10&S21CNR=20&S21S](http://www.irbis-nbuv.gov.ua/cgi-bin/irbis_nbuv/cgiirbis_64.exe?I21DBN=LINK&P21DBN=UJRN&Z21ID=&S21REF=10&S21CNR=20&S21S)
3. Гошовська Ю. Допит неповнолітніх у кримінальному провадженні на стадії досудового розслідування. Jurnalul juridic național: teorie și practică = National law journal: theory and practice. 2016. Nr. 2/1 (18). С. 130133. URL: [http://jurnaluljuridic.in.ua/archive/2016/2/part\\_1/30.pdf](http://jurnaluljuridic.in.ua/archive/2016/2/part_1/30.pdf)
4. Криміналістика: підручник / В.В. Пяковський, Ю.М. Чорноус, А.В. Іщенко, О.О. Алексєєв та ін. К.: «Центр учбової літератури», 2015. 544 с.

## Текст лекції:

*Хто для інших закони складає, нехай тих законів  
першим йдотримується.  
Джефрі Чосер*

### 1. Поняття «індивід» та «особистість» в психології

Людина народжується *індивідом*. Вона має певний *генотип*, *морфологічні особливості* (ріст, вага, статура, колір очей), *стать*, *тип нервової системи* тощо.

Особистість – це якісно нове утворення, що формується впродовж життя людини у суспільстві. Поняття особистості різноманітне. Дослідники в це поняття вкладають різний зміст. Однак можна виділити два основних підходи:

- 1) людину розглядають як особистість, тобто конкретного носія свідомості;
- 2) акцентується увага на соціальній властивості індивіда як на «сукупності інтегрованих у нього соціально значущих рис, що утворилися в процесі прямої і непрямої взаємодії цієї особи з іншими людьми та що роблять його, у свою чергу, суб'єктом праці, пізнання й спілкування».

Обидва підходи наголошують на змістовності поняття «особистість», яке поєднує в собі індивідуально значущі та соціально типові риси і якості.

✓ **Особистість** – стійка система соціально значущих рис, що характеризують особу як члена того чи іншого суспільства або спільноти. Особистість – системна ознака людини, ознака її цілісності, що об'єднує найважливіші соціально значущі особливості, які проявляються впродовж усієї життєдіяльності.

### Що означає особистість в юриспруденції?

У юриспруденції особистість – це дієздатна людина, суб'єкт правових відносин, що свідомо приймає рішення, несе відповідальність за свої вчинки.

Проблема особистості – одна з найважливіших проблем і у сфері права, і в діяльності юридичних органів. Високих результатів можуть домогтися тільки ті люди, хто мають відповідну психологічну підготовку. Такі особистості повинні вирізнятися високою культурою, потреба ми в інтелектуальному розвитку, працьовитістю, здатністю до життя й праці в умовах сучасної цивілізації, демократії й загальнолюдських цінностей; поважати права й волю інших людей та бути спроможними правильно використовувати свої знання.

Працівник не буде професіоналом, якщо він володіє тільки знаннями, навичками, уміннями, але не розвинений у загальному та індивідуальному відношенні.

Весь досвід життя вчить, що люди, які вважали себе професіоналами й іменувалися «технократами», але слабо розвинені в особистісному й соціальному аспектах, навіть небезпечні на роботі, особливо на державній.

**Внутрішній світ особистості має три основні психологічні сфери (підструктури, підсистеми, угруповання психологічних елементів):**

- ☒ мотиваційно-потребнісна підструктура (спрямованість);
- ☒ операційна підструктура;
- ☒ модуляційна підструктура.

✓ **Мотиваційно-потребнісна сфера юриста (поліцейського) як особистості містить у собі:**

- ☒ її погляди, переконання, ідеали (захист прав та свобод людини, принцип справедливості, дотримання закону, побудова право-вої держави);
- ☒ мотиви самоповаги та самореалізації тощо.

Психологічні компоненти цієї сфери визначають вибіркиму направленість активності й стосунків особистості.

Цій сфері належить системоутворююча, пріоритетна роль у психології особистості.

✓ **Операційна підструктура юриста (поліцейського) як особистості включає психологічні елементи, що відіграють роль способів і засобів досягнення мети, обумовлених сферою спрямованості.**

У цю підструктуру входять такі компоненти як морально-ділові (відповідальність, чесність, порядність, працьовитість, колективізм, організованість, завзятість, сміливість, знання, навички, уміння, здібності тощо).

✓ **Модуляційна (психофізіологічна) підструктура** спрямовує динамічний вплив на інші сфери особистості і їхнього прояву.

Це виявляється в різній силі, рухливості, урівноваженості, швидкості, погодженості, емоційному розфарбуванню проявів інших психічних особливостей, у тому числі й тих, що відносяться до сфер спрямованості та операційної сфери.

Отже, вивчати особистість треба обов'язково різнобічно. Професійна спрямованість юриста (поліцейського) – особлива система його спонукань до застосування всіх своїх сил, здібностей у зміцненні законності й правопорядку в країні. Характеризується відношенням спів-робітника до закону як до вищої соціальної й життєвої цінності, до боротьби за законність. Усяка професійна спрямованість базується на загальній спрямованості особистості, що відображає загальнолюдські позиції, розуміння нею сенсу життя, свого місця в ньому, особливості світогляду, життєвих ідеалів, потреб, прагнень, планів на сьогодення й майбутнє.

Особистість – це феномен суспільного розвитку, конкретна жива людина, як суб'єкт соціальних відносин і свідомої діяльності.

Приклад відсутності формування особистості – Діти-Мауглі

Суб'єктивно, для індивіда, особистість виступає як його Я, як система уявлень про себе, яка формується в процесі діяльності та спілкування і виявляє себе в самооцінці, почутті самоповаги, рівні вимог тощо.

Однією з проблем структури особистості людини є співвідношення біологічного й соціального. Людина - істота біологічна, вид *Homo sapiens*. Це означає, що вона має певну біологічну організацію: анатомічну будову, фізіологічні функції, генний апарат, ендокринну систему і т. ін. Уся сукупність біологічних особливостей складає підґрунтя формування індивідуально - психологічних особливостей.

**Темперамент** – це індивідуальна характеристика з боку динамічних особливостей психічної діяльності людини: інтенсивності, швидкості, темпу,

ритму психічних процесів і станів.

Виділяються три сфери прояви темпераменту: загальна активність, особливості моторної сфери та емоційність.

*Загальна активність* у різних людей проявляється по-різному. Можна відзначити дві крайнощі: з одного боку, млявість, інертність, пасивність, а з іншого - велика енергія, активність, пристрасність і стрімкість у діяльності.

*Рухова, або моторна, активність* показує стан активності рухового й мовленнєвого апарату. Виражається в швидкості, силі, різкості, інтенсивності м'язових рухів і мови людини, його зовнішньої рухливості (чи, навпаки, стриманості), балакучості (чи мовчазності).

*Емоційність* виражається в емоційній вразливості (сприйнятливості і чуйності до емоційних впливів), імпульсивності, емоційній рухливості (швидкість зміни емоційних станів, початок і припинення їх).

Темперамент завжди пов'язували з фізіологічними особливостями організму. Так, Гіппократ (V ст. до н. Е.) описує чотири типи темпераменту:

- Якщо в організмі переважає кров – перед нами сангвістичний темперамент (від лат. «Сангвіс» - кров);
- змішання, при якому переважає лімфа - флегматичний темперамент (від грец. «флегма» - слиз);
- змішання з переважанням жовтої жовчі було названо холеричним темпераментом (грец. «холе» - жовч);
- змішання з переважанням чорної жовчі отримало назву меланхолійного темпераменту.

Ці назви темпераменту збереглися до цих пір.

Найбільш серйозна спроба підвести фізіологічну основу під темперамент пов'язана з ім'ям фізіолога І.П. Павлова. Ним було розроблено вчення про типи нервової системи. І. П. Павлов виділив три основні властивості нервової системи: силу, врівноваженість і рухливість нервових процесів.

*Сила нервової системи* – найважливіший показник типу нервової системи. Від цієї властивості залежить працездатність клітин кори, їх витривалість.

*Врівноваженість нервової системи* – це ступінь врівноваженості між двома видами процесів: гальмівним і збудливим.

*Рухливість нервових процесів* проявляється в швидкості, з якою відбувається зміна одного нервового процесу іншим.

Те чи інше поєднання зазначених властивостей і становить тип нервової системи. Згідно з розробленим вченням, І.П. Павлов виявив, що кожному типу нервової системи може відповідати один з темпераментів. Вийшла наступна схема:

Тип темпераменту	Сила нервової системи	Врівноваженість нервової системи	Рухливість нервових процесів	Тип нервової системи
Сангвінік	З і Г сильні	врівноважений	швидкий	Сильний
		З=Г		
Флегматик	З і Г сильні	Врівноважений З=Г	повільний	Спокійний (інертний)

Холерик	З і Г сильні	Неврівноважений $Z > G$	дуже швидкий	Нестримний
Меланхолік	З і Г слабкі	Неврівноважений $Z < G$	дуже повільний	Слабкий

### **Сангвінік – «живий» - сильний**

Сангвінік швидко сходиться з людьми, життєрадісний, легко перемикається з одного виду діяльності на інший, але не любить одноманітної роботи. Він легко контролює свої емоції, швидко освоюється в новій обстановці, активно вступає в контакти з людьми. Його мова голосна, швидка, виразна й супроводжується виразними мімікою й жестами. Але цей темперамент характеризується деякою подвійністю. Якщо ж впливи тривалі й одноманітні, то вони не підтримують стани активності, збудження й сангвінік втрачає інтерес до справи, у нього з'являється байдужність, нудьга, млявість.

У сангвініка швидко виникають почуття радості, горя, прихильності й недоброзичливості, але всі ці прояви його почуттів нестійкі, не відрізняються тривалістю й глибиною. Вони швидко виникають і можуть так само швидко зникнути або навіть замінитися протилежними.

Настрій сангвініка швидко міняється, але, як правило, переважає гарний настрій.

### **Флегматик – «спокійний» - сильний**

Людина цього темпераменту повільна, спокійна, некваплива, урівноважена. У діяльності проявляє обґрунтованість, продуманість, завзятість. Він, як правило, доводить почате до кінця. Всі психічні процеси у флегматика протікають як би уповільнено. Почуття флегматика зовні виражаються слабо, вони звичайно невиразні. Причина цього - урівноваженість і слабка рухливість нервових процесів. У відносинах з людьми флегматик завжди рівний, спокійний, у міру товариський, настрій у нього стійкий. Флегматика нелегко вивести із себе й зачепити емоційно. У людини флегматичного темпераменту легко виробити витримку, холонокровність, спокій. Іноді в людини цього темпераменту може розвинути байдуже відношення до праці, до навколишнього життя, до людей і навіть до самого себе.

### **Холерик – «невтримний» - сильний**

Люди цього темпераменту швидкі, надмірно рухливі, неврівноважені, збудливі, всі психічні процеси протікають у них швидко, інтенсивно. Перевага збудження над гальмуванням, властива цьому типу нервової діяльності, яскраво проявляється в нестриманості, поривчастості, запальності, дратівливості холерика. Звідси й виразна міміка, кваплива мова, різкі жести, нестримані рухи. Почуття людини холеричного темпераменту сильні, звичайно яскраво проявляються, швидко виникають; настрій іноді різко міняється. Неврівноваженість, властива холерикові, яскраво позначається й у його діяльності: він зі збільшенням і навіть пристрастю береться до роботи, показуючи при цьому поривчастість і швидкість рухів, працює з підйомом, переборюючи труднощі. Але в людини з холеричним темпераментом запас нервової енергії може швидко виснажитися в процесі роботи, і тоді може наступити різкий спад діяльності: підйом і насагу зникають, настрій різко падає. У спілкуванні з людьми холерик допускає різкість, дратівливість, емоційну нестриманість, що часто не дає йому можливості об'єктивно оцінювати вчинки людей, і на цьому ґрунті він створює конфліктні ситуації в колективі. Зайва прямолінійність, запальність, різкість, нетерпимість часом роблять важким і неприємним перебування в колективі таких людей.

### **Меланхолік – «інертний» - слабкий**

У меланхоліків повільно протікають психічні процеси, вони із працею реагують на сильні подразники; тривала й сильна напруга викликає в людей цього темпераменту вповільнену діяльність, а потім і припинення її. У роботі меланхоліки звичайно пасивні, часто мало зацікавлені (адже зацікавленість завжди пов'язана із сильною нервовою напругою).



Почуття й емоційні стани в людей меланхолійного темпераменту виникають повільно, але відрізняються глибиною, великою силою й тривалістю; меланхоліки легкоуязвимі, важко переносять образи, прикrostі, хоча зовні всі ці переживання в них виражаються слабо. Представники меланхолійного темпераменту схильні до замкнутості й самотності, уникають спілкування з малознайомими, новими людьми, часто бентежаться, проявляють більшу незручність у новій обстановці. Все нове, незвичайне викликає в меланхоліків гальмівний стан. Але у звичній і спокійній обстановці люди з таким темпераментом почувають себе спокійно й працюють дуже продуктивно. У меланхоліків легко розвивати й удосконалювати властиву їм глибину й стійкість почуттів, підвищену сприйнятливість до зовнішніх впливів.

**Характер** – сукупність психічних особливостей людини, що проявляється в її діях, поведінці, емоційних реакціях.

У психологічній літературі існує кілька визначень характеру:

- характер – це спосіб поведінки (А. Адлер);
- спосіб реагування (А. Лоуен);
- сукупність властивостей, рис і особливостей особистості;
- сукупність спрямованості і волі;
- сукупність реакцій (В. Райх);
- сукупність потягів (З. Фрейд) і ін.

Найбільш цікаві описи характеру (відомі як «типології характеру») виникли на стику психології і психіатрії (К. Юнга, Е. Кречмера, П. Б. Ганнушкіна, К. Леонгарда, А.Е. Личко).

К. Юнг виділяє два типи: екстравертований (спрямованість на світ зовнішніх впливів) і інтровертірований (спрямованість на власний внутрішній світ).

Е. Кречмер також описує два типи характеру: циклоїдний (чергування фаз гарного і поганого настрою) і шизофренік (замкнутість і недолік інтуїції в спілкуванні).

Згодом число типів характеру збільшується, і у П.Б. Ганнушкіна ми знаходимо сім типів, а у А.Е. Личко – одинадцять. Характер буває виражений в різному ступені. Якщо уявити вісь координат, то на ній можна позначити три зони:

- зона абсолютно нормальних характерів;
- зона виражених характерів (акцентуації);
- зона сильних відхилень характерів (психопатії).

Перші дві зони можна вважати психологічною нормою, а зона психопатій є патологією.

**Акцентуація характеру** – перебільшений розвиток окремих властивостей характеру на шкоду іншим, у результаті чого погіршується взаємодія з оточуючими людьми. Виявленість акцентуації може бути різноманітною – від легкої, помітної лише найближчому оточенню, до крайніх варіантів, коли треба замислюватися, чи немає хвороби – психопатії.

## **2. Загальна характеристика психічних процесів людини.**

**Психіка** – це здатність мозку відбивати об'єктивну дійсність світу у формі відчуттів, уявлень, думок та інших суб'єктивних образів об'єктивного світу і регуляції на цьому підґрунті поведінки та діяльності.

*Психічні явища особистості розділяють на 4 групи:*

- 1) психічні процеси – це різні форми суб'єктивного відображення об'єктивної дійсності (пізнавальні, емоційні, вольові);
- 2) психічні властивості особистості – це індивідуально-психологічні властивості особистості, що відрізняють людей один від одного, визначають їх типологічні та індивідуальні відмінності (спрямованість, темперамент, характер, здібності, потреби, мотивація);
- 3) психічні утворення (знання, уміння, навички, звички);
- 4) психічні стани (стан піднесення, робочий стан, пригнічений стан).

### Структура психічних процесів

1. Пізнавальні процеси (відчуття, сприйняття, уява, увага, мислення, пам'ять, мовлення)
2. Емоційні процеси
3. Вольові процеси

**Відчуття** – психічний процес відображення окремих властивостей предметів і явищ діяльності, а також внутрішніх станів організму при безпосередньому впливі подразників на відповідні рецептори.

Це відчуття світла, кольору, запаху, смаку, дотику, шуму, вібрації, рівності або шорсткості, вологи, тепла чи холоду, болі, положення тіла в просторі тощо. Це елементарний чуттєвий – сенсорний образ. Але це ґрунт, на якому будується образ світу, чуттєва тканина свідомості індивіда. Втрата здатності відчувати – це втрата каналів зв'язку людини зі світом.

Фізіологічним механізмом відчуттів є діяльність різних аналізаторів: зовнішніх (зорові, слухові, дотикові, смакові, нюхові) і внутрішніх (сигналізують про голод, спрагу, рівновагу і т. д.).

*Кожен аналізатор складається з трьох елементів:*

- а) рецептора у вигляді органів почуття (око, вухо, ніс, рот, шкіра і рецептори, закладені у внутрішніх органах і м'язах тіла). Рецептори реагують на зовнішні чи внутрішні подразники;
- б) аферентних і еферентних нервових волокон, які проводять нервеве збудження від рецептора до центрів спинного чи головного мозку (аферентні) і назад (еферентні);
- в) кори головного мозку, де відбувається управління процесом взаємодії людського організму з навколишнім середовищем.

Аналізатор не пасивно реагує на подразники, а змінює функціональний стан рецепторів під впливом отриманих із відділів мозку сигналів.

Розрізняють зорові, слухові, нюхові, смакові, шкірні і органічні відчуття.

Для юриста-практика важливо знати, що відчуття характеризуються такими показниками, як чуттєвість і пороги.

**Чуттєвість** — це здатність людини відчувати слабкі подразнення (абсолютна чуттєвість) і здатність відчувати слабкі відмінності між подразниками

(чуттєвість до розрізнення).

*Абсолютним порогом* відчуття є мінімальна величина подразника, при якій вперше виникають відчуття. Наприклад, відстань, з якої людина починає чути тикання наручного годинника, що знаходиться в іншому кінці кімнати.

**Адаптація** – зміна активності до зовнішніх умов. В основі тренування відчуттів лежить така властивість організму і кожного з його аналізаторів, як *адаптація* (приспособування).

**Сенсибілізація** – підвищення чуттєвості аналізатора за рахунок внутрішніх факторів: очікування, досвід дегустаторів, вітамін А – вплив на зір (компенсаторна сенсибілізація у сліпих).

**Контраст відчуттів** – підвищення чутливості до одних властивостей під впливом інших протилежних властивостей дійсності (квадрат на сірому та чорному).

**Сінестезія** – від грец. сумісне відчуття – асоціативне (фантомне) відчуття, супутнє реальному. Вигляд жовтого лимону викликає відчуття кислого.

**Сприйняття** – форма цілісного відображення предметів і явищ об'єктивного світу при їхньому безпосередньому впливі в даний момент на органи відчуттів. Сприйняття є результатом діяльності системи аналізаторів.

На відміну від відчуттів, у процесі сприйняття формується цілісний образ предмета, явища, ситуації. Дивлячись на знаряддя вбивства, наприклад сокиру, слідчий сприймає її як цілісний предмет; у той же час органи почуттів інформують його про окремі властивості сокири (форма, величина, ступінь гостроти леза та ін.).

Основні види сприйняття:

а) залежно від ведучого аналізатора, який бере участь у побудові образу, традиційно виділяють зорове, слухове, дотикове (тактильне), смакове, нюхове сприйняття;

б) залежно від об'єкта сприйняття розрізняють сприйняття матеріальних предметів, простору, часу, руху, швидкості, основних соціальних життєвих явищ і т. п.

### **Класифікація сприймання.**

1) У залежності від виду аналізаторів сприйняття бувають зорові, слухові, кінестетичні, нюхові, смакові.

2) У залежності від форми існування матерії розрізняють сприйняття простору, напрямку, величини.

3) Сприйняття розділяють і в залежності від міри складності, розгорнення самого процесу – миттєве і відносно розчленоване на мікроетапи,

4) Залежно від міри упізнання – довільне й мимовільне.

### **Властивості сприймання:**

**Предметність** сприйняття полягає в тому, що отримані із зовнішнього світу враження людина завжди відносить до тих чи інших предметів явищ. Вона чує не просто звуки, але звуки людського голосу, оркестру, птаха і т. п. У разі коли джерело вражень людині не відоме, вона намагається його визначити хоча б за допомогою догадок.

**Цілісність** сприйняття виражається в тому, що образи сприйняття

представляють собою цілісні, закінчені предмети. Цілісність предмета визначається його функціональним призначенням в діяльності чи житті людини.

*Осмысленість* сприйняття фіксує його зв'язок з мисленням і пам'яттю. Річ у тім, що сприйняття — це не просте механічне відображення мозком людини того, що знаходиться перед її очима, чи того, що чує її вухо. Сприйняття завжди пов'язане з минулим досвідом людини, з осмисленням і усвідомленням предмета чи явища. Зокрема, велику роль у процесі сприйняття відіграє упізнавання: людина нібито накладає образ попередніх сприйнятих, які зберігає її пам'ять.

*Суб'єктивність* сприйняття виявляється у тому, що різні люди в залежності від свого інтересу, схильностей, здібностей одну й ту саму інформацію сприймають по-різному.

Від точного сприйняття предметів і явищ потрібно відрізнити *ілюзії*. *Ілюзії* — це викривлені сприйняття. Вони використовуються й у декоративному мистецтві, і в маскуванні, коли потрібно створити ілюзію неіснуючих об'єктів і замаскувати дійсні. Ілюзії використовуються й у повсякденному житті.

Але якщо наші сприйняття можуть бути помилковими, чи можна стверджувати, що ми вірно відбиваємо явища зовнішнього світу? Щоб правильно відповісти на це питання, потрібно насамперед відзначити, що ілюзії є виключенням, а не правилом. Якби органи почуттів давали невірне уявлення про дійсність, живі організми були б знищені у процесі природного добору. Аналізатори, як правило, вірно відбивають навколишній світ, але вони, як і інші органи, лише відносно пристосовані до виконання своїх

**Пам'ять** - психічний процес запам'ятовування, збереження і відтворення минулого досвіду.

Пам'ять буває *генетична* (спадкоємна) і *прижиттєва*.

*Спадкоємна пам'ять* зберігає інформацію, що визначає анатомічну й фізіологічну будову організму в процесі розвитку, й уроджені форми видової поведінки (інстинкти). Інформація в спадкоємній пам'яті зберігається в молекулах ДНК.

*Прижиттєва пам'ять* — це сховище інформації, одержаної з моменту народження і до кінця життя людини.

**Основними процесами пам'яті є:**

— *запам'ятовування* — процес пам'яті, внаслідок якого забезпечується закріплення нового матеріалу. Воно може бути мимовільним або довільним, механічним або смисловим, безпосереднім або опосередкованим (підкорене контролю з боку свідомості індивіда);

— *збереження* — пасивне утримання або активна переробка, систематизація, узагальнення зафіксованої інформації, процес пам'яті, що забезпечує утримування результатів запам'ятовування впродовж більш чи менш тривалого часу;

— *відтворення* — процес пам'яті, якій полягає у відновленні матеріалу, що зберігається. Складовими відтворення є *впізнавання* (при безпосередньому зіткненні з предметом), *власне відтворення* (мимовільне або довільне відновлення предмета запам'ятовування), *пригадування* (активна форма відтворення, що залежить від мети, упорядкованості й способів збереження інформації в ДП) і

згадування (спогад) (відтворення індивідом емоційно забарвлених образів свого життєвого шляху при відсутності сприйманого об'єкту);

– забування (виборча втрата частини інформації, яку було запам'ятовано раніше, чи її повна редукція).

За характером психічної активності виділяють:

*Рухова пам'ять* – це запам'ятовування, збереження і відтворення різних рухів та їх системи.

*Емоційна пам'ять* – це пам'ять на почуття. Пережиті й збережені в пам'яті почуття виступають як сигнали, що спонукують до дії, або утримують від них.

*Образна пам'ять* (зорова, слухова, тактильна, нюхова, смакова) – це пам'ять на уявлення, звуки, запахи.

*Словесно-логічна пам'ять* – це пам'ять на вербальну, значеннєву, знакову інформацію (наші думки).

*Ейдетизм* – фотографічна пам'ять.

За характером цілей діяльності: мимовільну, довільну;

За тривалістю закріплення й збереження інформації: *миттєву, короткочасну (КП), довгострокову (ДП) й оперативну.*

*Миттєва (сенсорна) пам'ять* – це процес, здійснюваний на рівні рецепторів протягом секунди, в ході якого зважується питання, чи піде далі інформація у відділи головного мозку. Завдяки сенсорній пам'яті індивід отримує можливість розпізнавати образи ще в процесі їх формування і відразу ж «зчитувати» необхідну інформацію.

*Короткочасна пам'ять (КП)* – зберігає інформацію до 30 секунд, і якщо дана інформація не вводиться повторно, чи «не прокручується в пам'яті», то по закінченні цього періоду вона зникає. Обсяг КП – 7 одиниць  $\pm 2$ .

*Довгострокова пам'ять (ДП)* – своєрідний «архів», обсяг і тривалість збереження якого безмежні. Усе залежить тільки від ступеня важливості даної інформації, а також способів кодування, систематизації й відтворення, що використовуються особистістю.

**Увага** – це спрямованість і зосередженість свідомості людини на визначених об'єктах при одночасному відволіканні від інших. Складність пояснення феномену уваги викликана тим, що вона не проявляється в «чистому вигляді», функціонуючи завжди як «увага до чого-небудь». Увагу варто розглядати як психофізіологічний процес, стан, що характеризує динамічні особливості пізнавальних процесів. Увага зумовлює вибірковість, свідомий чи напівсвідомий добір інформації, що надходить через органи почуттів.

**Функції уваги:**

- добір значимих впливів, що відповідають потребам даної діяльності;
- ігнорування інших несуттєвих конкуруючих впливів;
- регуляція й контроль діяльності.

**Види Уваги:**

*Мимовільна* – виникає сама по собі під впливом сильного подразника. Наприклад, запеклий уболівальник ніколи не пройде повз афішу, що інформує про футбольний матч, тоді як багато інших людей її просто не помітять. Коли людина знемагає від спраги, вона зосереджуватиметься на всьому, що могло б її

втамувати і т. ін. Отже, мимовільна увага є формою зв'язку між потребою та предметом, що їй відповідає.

До зовнішніх факторів, що залучають мимовільну увагу, відносяться: новизна, інтенсивність та інші фізичні характеристики сигналів, а до внутрішніх – актуальність для даної людини й відповідність її потребам й емоційному настрою.

*Довільна* – свідоме зосередження на визначеній інформації, що вимагає вольового зусилля. Є результатом усвідомлюваної спрямованості індивіда на певний об'єкт і цим принципово відрізняється від мимовільної. Виконуючи функцію контролю, довільна увага обслуговує процес досягнення мети.

Розвиток довільної уваги – процес соціально детермінований і проявляється в підпорядкуванні поведінки мовній інструкції. На початку розвитку довільної уваги в дитини визначальною виступає чужа інструкція, а пізніше – своя. Згодом, опанувавши мову, людина сама формулює для себе словесні завдання і керується ними.

*Післядовільна* (зберігається цілеспрямованість при зниженні напруги). Залежно від форми діяльності увага може бути *зовнішньою* та *внутрішньою*.

Це той випадок, коли людина захоплюється якоюсь, спершу непривабливою справою, а потім продовжує її, вже не докладаючи зусиль. Увага начебто з довільної стає мимовільною. Проте це і не те, і не інше. З довільною увагою її зближує навмисний характер, а з мимовільною – відсутність вольових зусиль та зв'язок з потребами індивіда.

Увагу відрізняє коло *властивостей*, що мають індивідуальний характер:

- *стійкість* – тривалість зосередження уваги на об'єкті (від 15 – до 30 хв);
- *обсяг* – кількість об'єктів, що можуть бути охоплені увагою одночасно ( $7 \pm 2$ );
- *концентрація* – ступінь зосередженості індивіда на певному об'єкті;
- *переключення* – властивість уваги, що виявляється при довільному переході індивіда від однієї дії до іншої (протягом сек. увагу можна переключити 3-4 рази);
- *розподіл* – можливість утримувати у сфері уваги одночасно кілька різнорідних об'єктів.

**Уява** – це психічний процес, що полягає в створенні нових образів шляхом переробки матеріалу сприйняття й уявлень, одержаних у попередньому досвіді.

Уява буває *пасивною* (сновидіння, фантазування) та *активною*. За ступенем новизни зображень уява розділяється на *відтворюючу* (репродуктивну) і *творчу* (конструктивну).

На основі репродуктивної уяви створюється багато творів мистецтва, у яких відтворюється колись бачене або чути з більшою чи меншою точністю. Творча уява дозволяє створювати нові образи на основі комбінації колишніх уявлень, нові наукові теорії на основі раніше висловлених гіпотез і т. ін.

**Мислення** – це найважливіша форма відображення дійсності нашим мозком. Від елементарного аналізу, доступного на рівні сприйняття та відчуттів, мислення відрізняється більш серйозним і глибоким узагальненням, умінням порівнювати й зіставляти явища, досліджувати їхні причинно-наслідкові зв'язки і робити логічні висновки. Якщо відчуття відбиває окремі властивості предмета, а

сприйняття – предмет у цілому, то мислення намагається охопити те загальне, що притаманне всім однорідним предметам чи явищам. У результаті такого словесного узагальнення формуються поняття.

*Мислення як процес здійснюється за допомогою основних операцій:*

- *аналізу* (процес поділу на складові частини того, що сприймається, тобто вже осмисленого предмета чи явища),
- *синтезу* (процес мисленого з'єднання в одне ціле окремих частин предмета, явища),
- *узагальнення* (виникає в процесі набуття досвіду та в результаті процесу порівняння, коли з розрізнених частин, деталей виділяють головне, загальне, що може бути характерним для певного предмета, явища, об'єкта, ситуації),
- *абстрагування* (виділення одних властивостей об'єкта мислення серед інших),
- *конкретизації* (допомагає зв'язати теорію і практику, глибше розкрити окремі положення на прикладі справді існуючого в об'єктивному світі предмета, явища),
- *порівняння* (дає змогу встановити подібні і відмітні ознаки аналізованих об'єктів).

*Основні види мислення:*

- *наочно-дієве* (спирається на безпосереднє сприйняття предмета),
- *наочно-образне* (опора на уявлення й образи),
- *словесно-логічне* (за допомогою логічних операцій з поняттями).

Розумовим здібностям ми навчаємося так само, як і мовному спілкуванню. Спочатку, оперуючи реальними предметами, на власному досвіді переконуємося, що між предметами і явищами є об'єктивні зв'язки. Здобуваючи поняття і будуючи перші фрази, навчаємося заміняти ними реальні дії з предметами, передбачати, що може вийти в результаті дії. Особиста практика, а також ставлення інших людей до дії та її наслідків учать критично підходити до оцінки результатів свого мислення, перевіряти їх на практиці. Разом із мовою засвоюються елементи логіки, формуються навички правильного мислення.

*Фактори, що сприяють продуктивності мислення:*

- самоорганізація, усвідомлення прийомів і правил розумової діяльності;
- уміння керувати етапами мислення (постановка задачі, створення оптимальної мотивації, регулювання спрямованості мимовільних асоціацій, включення образних, символічних компонентів. Використання переваг понятійного мислення, зниження критичності при оцінюванні результату);
- захопленість, інтерес до проблеми, оптимальна мотивація.

*Фактори, що перешкоджають успішному розумовому процесу:*

- відсталість, стереотипність мислення;
- зайва прихильність до використання звичних методів рішення;
- страхи (страх помилки, страх критики, страх «виявитися дурним») і зайва критичність до своїх рішень;
- психічна та м'язова напруженість.

*Інтелект* (від лат. intellectus – розуміння, збагнення) у широкому розумінні

- це відносно стійка структура розумових здібностей, що являє собою сплав

досвіду, знань, накладених на такі природні якості, як спостережливість, винахідливість, кмітливість;

це здатність особистості до аналізу, синтезу, порівняння, зіставлення, класифікації; це уміння творчо застосовувати одержані знання, ефективно включатися в соціокультурне життя, успішно пристосовуючись до навколишнього середовища і життєвих обставин.

У *структурі інтелекту* виділяють такі фактори, як словниковий запас, розуміння слова, багатство мови, легкість оперування інформацією, просторова орієнтація, асоціативна пам'ять, швидкість сприйняття, логічне мислення.

На природу інтелекту впливають як генетичні фактори, так і середовище існування.

### **3. Емоційно-вольова сфера особистості**

Емоції – різні форми відображення реального світу. На відміну від пізнавальних процесів, які відображають навколишню дійсність у відчуттях, образах, уявленнях, поняттях, думках, емоції відображають об'єктивну реальність у переживаннях. В них виражається суб'єктивне ставлення людини до предметів і явищ довкілля. Одні предмети, явища, речі радують людину, вона захоплюється ними, інші — засмучують чи викликають огиду, треті — залишають байдужими.

Різноманітні позитивні емоції (задоволення, радість і т. ін.) виникають при задоволенні потреб людини, і навпаки, негативні емоції (розчарування, сум та ін.) виникають при незадоволенні потреб особистості. Якщо предмети і явища не пов'язані з цілями і задоволенням потреб людини, то вони не викликають її емоційного ставлення, є байдужими для неї.

Як відзначав О. Леонтьєв, “особливість емоцій полягає в тому, що вони відображають зв'язки між мотивами (потребами) і успіхом чи можливістю успішної реалізації діяльності суб'єкта, яка відповідає їм”

Отже, емоції — це особливий клас психічних процесів, пов'язаних із потребами і мотивами, які відображають у формі безпосередньочуттєвих переживань значущість впливу на людину явищ і ситуацій.

Базові емоції по Екману: огида, гнів, радість, страх, смуток, здивування

Функції емоцій та почуттів:

Емоції, виконуючи функцію **оцінки**, безпосередньо через переживання оцінюють і виражають значущість предметів, явищ і ситуацій для досягнення цілей і задоволення потреб людини.

З оцінки того, що відбувається, витікає друга функція емоцій — **спонування до дії**. Залежно від знака оцінки (позитивного чи негативного) дія може бути спрямована чи на привласнення, оволодіння потрібною, чи на припинення неуспішної дії, чи на вибір іншої.

Емоції виконують **регулювальну** функцію, впливаючи на спрямування і здійснення людиною відповідної діяльності. Регуляція дій здійснюється як через емоційну оцінку певних подій, так і через актуалізацію індивідуального досвіду. Минулий досвід успішних чи неуспішних дій і вчинків людини визначає відповідний вибір у конкретній ситуації.

**Експресія** як функція емоцій пов'язана з тим, що переживання дуже часто супроводжуються органічними змінами (почервонінням, зблідненням,



почастішанням дихання, серцебиттям і т. п.), проявляється в так званих експресивних (виразних) рухах. До останніх відносяться міміка — рухи обличчя, пантоміміка — рухи всього тіла, вокалізація — зміна інтонації і тембру голосу. Не лише в повсякденному житті, а й в діловій обстановці за виразними рухами можна досить точно оцінити зміни в психологічному стані людей.

Емоції розрізняються за змістом, спрямованістю, а також за силою, тривалістю, глибиною, швидкістю виникнення і дієвістю. Виходячи з цього, емоції можуть проявлятися у формі дуже рухомих емоційних процесів і більш стійких емоційних станів.

Емоції бувають:

- позитивні — задоволення, радість, піднесеність, гордість, захоплення, симпатія, полегшення та ін.;
- негативні — незадоволення, горе, журба, сум, туга, відчай, засмучення, тривога, переляк, страх, жалість, співчуття, розчарування, презирство тощо.

Емоції сприяють або мобілізації, або гальмуванню внутрішньої і зовнішньої діяльності; в т.ч. вони впливають на зміст і динаміку пізнавальних психічних процесів: сприйняття, уваги, уяви, пам'яті, мислення (напр., страх перед вчителем не сприяє досягненням учня).

Поряд з терміном «емоції» у психології вживається також термін «почуття». Емоції і почуття в широкому значенні — це синоніми.

У вузькому значенні емоції — це переживання, що виникають у певний, конкретний момент, у певній ситуації. Почуття виникають як результат узагальнення багатьох емоцій, пов'язаних з тим чи іншим об'єктом.

Існує різноманіття емоцій (емоційних переживань), що зумовлено не тільки властивостями впливів, а й суб'єктивними особливостями самого індивіда, його індивідуально-психологічними особливостями, станом здоров'я, потребами, прагненнями, бажаннями тощо.

Є три класи емоцій:

1) настрої — стійкі переживання будь-яких емоцій. Вони є найбільш поширеним видом емоційних станів людини. Їхні характерні риси: а) слабка інтенсивність; б) значна тривалість; в) невизначеність, «неусвідомленість»; г) своєрідний дифузійний характер (вони накладають відбиток на всі думки і дії людини в конкретний момент);

2) афекти — переживання, що вирізняються різко вираженою інтенсивністю і відносною короткочасністю. Характерні риси: а) бурхливий зовнішній прояв; б) короткочасність; в) певна «неусвідомленість» переживання; г) різко виражений дифузійний характер. Слід зазначити, що сильні афекти захоплюють особистість повністю;

3) почуття — переживання, що характеризуються відносною стійкістю і виділяють ті чи інші явища, що мають стабільну мотиваційну значущість. Характерні риси: а) виразність і визначеність переживання; б) обмежена тривалість (почуття тривають не так довго, як настрої; їхня тривалість обмежена часом дії причини); в) усвідомлений характер; г) предметність (зв'язок

переживання з конкретними діями, обставинами). Почуття не мають дифузійного характеру.

**Почуття** у свою чергу можуть бути поділені на нижчі (пов'язані переважно з біологічними процесами, задоволенням чи незадоволенням природних потреб людини) і вищі (виникають у зв'язку з задоволенням чи незадоволенням суспільних потреб).

Існують три види вищих почуттів:

1) моральні (відображається ставлення індивідуума до вимог моралі): почуття обов'язку, дружби, людської гідності тощо;

2) інтелектуальні (пов'язані з пізнавальною сферою діяльності людини): почуття здогадки, упевненості, сумніву, подиву тощо;

3) естетичні (викликані красою чи потворністю явищ або об'єктів, що сприймаються).

**Воля** – здатність людини досягати поставлених цілей в умовах подолання перешкод, здатність до вибору діяльності і до внутрішніх зусиль, необхідних для її здійснення. Зусиллям волі можна стримати зовнішній прояв емоцій або навіть показати абсолютно протилежні.

Розвиток волі у дитини починається з придбання здатності керувати власними рухами, що здійснюється в оточенні дорослих і під їх керівництвом.

До кінця дошкільного – початку шкільного віку дитина вже свідомо намагається ставити перед собою завдання і цілеспрямовано їх виконувати. Поступово в результаті навчання і виховання на основі мимовільної уваги, пам'яті, імпульсних дій і т.п. формуються довільна увага, пам'ять, цілеспрямоване мислення, довільні дії.

Таким чином, воля направляє або стримує дії людини, а також організовує психічну діяльність, виходячи з наявних завдань і вимог.

У якості основних *функцій* волі виділяють:

- 1) вибір мотивів і цілей;
- 2) регуляція спонукань до дій – при недостатній або надмірній їх мотивації;
- 3) організація психічних процесів – адекватну виконуваний діяльності;
- 4) мобілізація фізичних і психічних можливостей – при подоланні перешкод до досягнення поставленої мети.

*Структуру вольової дії:*

I етап	1) усвідомлення мети; 2) боротьба мотивів; 3) визначення способу дії; 4) прийняття рішення;
II етап	5) виконання рішення;
III етап	6) оцінка досягнутого.

*Вольова регуляція* поведінки і дій – це довільна регуляція активності, що формується і розвивається під впливом контролю за поведінкою з боку суспільства, а потім – самоконтролю особистості.

Розвиток вольової регуляції перш за все пов'язаний з формуванням: багатой мотиваційно-сислової сфери; стійкого світогляду і переконань; здібності до

вольових зусиль в особливих ситуаціях дії.

Таким чином, вольове регулювання включає наступні *компоненти*:

- 1) когнітивний;
- 2) емоційний;
- 3) поведінковий (діяльний).

Закріплені вольові властивості позначаються спеціальними термінами, такими як цілеспрямованість, витримка, наполегливість. Потрібну вольову властивість можна сформувати і проявити далеко не при всіх обставинах; понад те, ці властивості своєрідно залежать від характеру справ, де виявляються.

Воля виникає, коли людина здібна до рефлексії власних ваблень, може якось віднести до них. Воля нерозривно пов'язана з наявним планом дій. За допомогою вольової дії людина планово здійснює ту, що стоїть перед ним мету, підпорядковувавши свої імпульси свідомому контролю і змінюючи навколишню дійсність відповідно до свого задуму.

#### **4. Психічні стани відображають об'єктивну реальність у процесі взаємодії особистості і суспільства.**

До психічних станів відносять:

- 1) Прояви почуттів: настрої, афекти, ейфорія, тривога, фрустрація
- 2) Прояв уваги – зосередженість, неуважність
- 3) Прояви волі – рішучість, розгубленість, зібраність
- 4) Прояви мислення – сумніви
- 5) Прояви уяви – мрії

**Настрій** – психічний стан, у якому відбивається загальний емоційний тонус людини, що утримується більш-менш тривалий час.

**Афект** – короткочасний, максимальний за інтенсивністю емоційний стан (лють, жах, відчай, екстаз) під час якого зміщуються ступінь самовладання. Розвивається в критичних ситуаціях при нездатності суб'єкта знайти вихід з несподіваної ситуації. Характерне звуження свідомості, що може призвести до нездатності пригадати окремі епізоди події.

**Стрес** (від англ. *stress* — тиск, напруга) — стан людини, що виникає у відповідь на різноманітні екстремальні впливи (стресори).

Стрес виникає при небезпеці, фізичних чи розумових перевантаженнях, у разі необхідності приймати відповідальні рішення.

У психології розрізняють фізіологічні та психологічні стресори. До фізіологічних стресорів відносять фізичне перевантаження, стимули болю, дію високої (чи низької) температури тощо. До психологічних стресорів включають наявність небезпеки, погроз, образ та ін.

Очевидець (свідок) чи жертва тяжкого злочину перебуває в стані стресу (напруження). Його стан характеризується тим, що всі процеси нібито «пригальмовані»: людина погано розуміє, чує, неадекватно сприймає свої рухи тощо. Рівень напруження в тих або інших людей може бути різним. У стані стресу перебуває й особа, яка вчиняє злочин, і це пов'язано з небезпеками, погрозами, ризиками.

**Фрустрація** (від лат. *frustratio* — обман, розлад, руйнування планів) — психічний стан переживання невдачі, який виникає при наявності реальних чи мнимих нездоланих перешкод на шляху до певної мети.

Фрустрацію можна розглядати як одну з форм психологічного стресу. Розрізняють: фрустратор — причину, яка викликає стан фрустрації, фрустраційну ситуацію та фрустраційну реакцію.

Фрустрація супроводжується в основному негативними емоціями: гнівом, роздратуванням, почуттям вини, безвихідності. Виникнення стану фрустрації в багатьох випадках характерне для посткримінального періоду, коли після вчиненого злочину людина (злочинець чи жертва) не бачить виходу із ситуації, що виникла. У деяких випадках такі особи схильні до суїцидальної поведінки (самогубства).

Екстремальні ситуації породжують страх у людини. У психології **страх** визначають як емоцію, що виникає в ситуаціях загрози біологічному чи соціальному існуванню людини. Цей стан варіює в досить широкому діапазоні відтінків (побоювання, страх, переляк, жах та ін.).

Види страху:

1. Страх реальний — раціональне вираження інстинкту самозбереження як нормальна реакція на сприйняття зовнішньої небезпеки
2. Страх невротичний — різноманітні «безцільні страхи» невротиків (спонтанні напади страху, істерії, фобії)

У патологічних випадках йдеться про фобії (нездоланий нав'язливий страх перед певним предметом чи явищем).

Страх може сприяти гіперболізації того, що сприймається (перебільшенню). Зокрема, якщо нападників при вчиненні злочину було четверо, особа, яка перебуває в стані страху, може вказувати, що їх було шість чи сім. Якщо нападала одна особа, то людина в стані страху може говорити про косий сажень плечей, високий зріст, зле і страшне обличчя злочинця тощо.

**СТРАХ** - внутрішній стан, що обумовлений загрозою реального або передбачуваного лиха. **Що робити?**

- Покладіть руку потерпілого собі на зап'ястя для відчуття вашого спокійного пульсу, що є сигналом: «Я зараз поруч, ти не один»! Також можна постійно підтримувати фізичний контакт із людиною.
- Підтримка зорового контакту.
- Пояснення потерпілому чіткого плану дій. “Ми будемо робити наступне”, “Ми знаєм, що робити, не хвилюйтесь”
- Дихайте глибоко і рівно, спонукайте потерпілого дихати в одному з вами ритмі.
- Якщо потерпілий говорить, слухайте його, виявляйте зацікавленість, розуміння, співчуття.
- Легкий масаж найбільш напружених м'язів тіла.

**АПАТІЯ** (байдужість) — хворобливий стан, байдуже ставлення до навколишнього, зникненням зовнішніх проявів емоційних реакцій.

**Як виглядає?** Людина занурена у себе, слабо реагує або не реагує на зовнішні подразники. **Що робити?**

- Постійно тримати в полі зору, щоб він не заподіяв собі шкоди.
- Намагатись привернути увагу і змусити взаємодіяти з Вами.
- Задавати прості питання: “Як тебе звати?” “Хочеш їсти?”
- Відвести від місця події, допомогти зручно влаштуватися.
- Утримувати фізичних контакт.
- Якщо немає можливості відпочити (подія на вулиці, в громадському транспорті), то більше розмовляйте з потерпілим, залучайте його до будь-якої спільної діяльності

**СТУПОР** - стан нечутливості, отупіння, нерухомості в людини, який виникає при психічних захворюваннях, отруєннях, травматичних ушкодженнях мозку і т. ін.

**Як виглядає?** Людина занурена у себе, слабо реагує або не реагує на зовнішні подразники. Людина може “застрягати” у дивних позах, та зберігати їх тривалий час. **Що робити?**

- Долоню вільної руки покладіть на груди потерпілого і керуйте його диханням.
- Людина, знаходячись в ступорі, може чути і бачити. Тому необхідно будь-якими засобами досягти реакції потерпілого, вивести його із заціпеніння, наприклад, говорити йому на вухо тихо, повільно і чітко те, що може викликати сильні емоції (можна негативні).
- Постійно розмовляйте з людиною. Наполягайте на тому, щоб вона виконувала прості дії (стискала вашу долоню, кивала, згинала руки, відповідала на прості питання).
- Легкий масаж плечей, потилиці, стискання рук потерпілого

## **НЕКОНТРОЛЬОВАНА РУХОВА АКТИВНІСТЬ**

**Як виглядає?** Людина знаходиться у стані крайнього збудження, постійно рухається, може поводитись агресивно.

### **Що робити?**

- Ізолюйте потерпілого від оточення.
- Говоріть спокійним голосом про почуття, які він переживає («Тобі хочеться, щоб це припинилося? Ти хочеш втекти, сховатися від того, що відбувається?»)
- Не сперечайтесь з потерпілим, не ставте питань, у розмові уникайте фраз з часткою «не» ( «Не біжи», «Не вимахуй руками», «Не кричи»).
- Пам'ятайте, що потерпілий може завдати шкоди собі і іншим.
- Рухове збудження зазвичай триває недовго і може змінитися нервовим тремтінням, плачем, а також агресивною поведінкою.

**АГРЕСІЯ** - (лат. aggressio — напад) — це фізична або словесна поведінка людини, спрямована на пошкодження або зруйнування.

### **Що робити?**

- Максимально обмежте кількість оточуючих.

- Дайте потерпілому можливість «випустити пару» (виговоритися, розбити непотрібний предмет).
- Доручіть йому роботу, пов'язану з високим фізичним навантаженням.
- Демонструйте доброзичливість. Навіть якщо ви не згодні з потерпілим, не звинувачуйте його самого, а висловлюйтеся з приводу його дій. Інакше агресивна поведінка буде спрямована на вас.
- Намагайтеся розрядити обстановку коментарями або діями.
- Якщо не надати допомогу розлюченій людині, це приведе до небезпечних наслідків: із-за зниження контролю за своїми діями людина здійснюватиме необдумані вчинки, може нанести каліцтва собі і іншим.

## **ПЛАЧ**

### **Що робити?**

- Не залишайте потерпілого наодинці.
- Встановіть фізичний контакт з потерпілим (візьміть за руку, покладіть руку йому на плече або спину, погладьте по голові), дайте відчуття, що ви поруч.
- Застосовуйте прийоми «активного слухання»: періодично вимовляйте «ага», «так», кивайте головою, підтверджуйте, що слухаєте і співчуваєте; повторюйте за потерпілим уривки фраз, в яких він висловлює свої почуття.
- Не намагайтеся заспокоїти потерпілого. Дайте йому можливість виплакати і виговоритися, «виплеснути» з себе горе, страх, образи.
- Не ставте питань, не давайте порад. Ваше завдання - вислухати.
- Запропонуйте потерпілому води.

**ІСТЕРИКА** – демонстративна поведінка, що виражає активний протест, власні страждання та неможливість адекватної реакції

**Як виглядає?** Потерпілий кричить, робить слабоконтрольовані рухи, може впасти на землю, або спричинити собі шкоди, розбити голову або долоні

### **Що робити?**

- Видаліть глядачів, створіть спокійну обстановку. Залиштеся з потерпілим наодинці, якщо це не небезпечно для вас.
- Несподівано зробіть дещо, що може сильно здивувати (плеснути в обличчя водою, з гуркотом впустити предмет, різко крикнути на потерпілого).
- Говоріть з потерпілим короткими фразами, упевненим тоном («Випий води», «Вмивайся»).
- Після істерики настає знесилення. Вкладіть потерпілого. До прибуття фахівця спостерігайте за його станом. Не потурайте бажанням потерпілого.
- При загрозі здоров'ю потерпілого можлива фіксація голови та самого потерпілого заради його безпеки.