

**МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
ЗАКЛАД ВИЩОЇ ОСВІТИ «ПОДІЛЬСЬКИЙ
ДЕРЖАВНИЙ УНІВЕРСИТЕТ»
НАВЧАЛЬНО-НАУКОВИЙ ІНСТИТУТ
ЗАОЧНОЇ І ДИСТАНЦІЙНОЇ ОСВІТИ
Кафедра права, професійної та соціально-
гуманітарної освіти**

ПРАКТИКУМ З ПСИХОЛОГІЇ

Методичні рекомендації



Кам'янець-Подільський 2025

УДК 159.9 (07)

ББК88.4 Р

Рекомендовано до опублікування методичною радою Закладу вищої освіти «Подільський державний університет» (протокол № 6 від 28.05.2025 року

Рецензенти: Віктор ФЕДОРЧУК, канд. псих. наук, доцент ка-ри соціальної роботи, психології та соціокультурної діяльності ім. Сосновської Навчально-реабілітаційного закладу вищої освіти «Камянець-Подільський державний інститут»;

Леся ЗБАРАВСЬКА канд. пед. наук, доцент, завідувач кафедри інформаційних технологій, фізико-математичних та безпекових дисциплін ЗВО «ПДУ»

Розробники :

Алла БОДНАР канд. іст. наук, доцент, завідувач кафедри права, професійної та соціально-гуманітарної освіти

Катерина ГОРАШ канд. пед. наук, доцент, доцент кафедри права, професійної та соціально-гуманітарної освіти.

Дані методичні рекомендації складені відповідно до чинної навчальної програми «Психологія» для усіх спеціальностей які будуть корисними для викладачів психології та здобувачів вищої освіти як денної так і заочної форми навчання.

©Заклад вищої освіти «Подільський державний університет», 2025

©Боднар А.М., Горащ К.В., 2025

ПЕРЕДМОВА

Психологічні знання є важливими для кожної людини на всіх етапах її життя. Насамперед вони допомагають краще пізнати себе, а також глибше розуміти інших. У процесі формування професіонала важливу роль відіграє не лише засвоєння фахових знань, умінь і навичок, а й розвиток здатності до самоорганізації, ефективного використання власного потенціалу, результативної комунікації та формування цілісного світогляду. Вивчення курсу «Психологія» спрямоване саме на те, щоб надати молодому спеціалісту знання про особливості власної психіки та її можливості.

Метою вивчення дисципліни є ознайомлення з основними психологічними питаннями, що виникають у професійній діяльності спеціаліста, а також розкриття психологічних механізмів реалізації особистістю як спадкового, так і набутого потенціалу. На основі сучасних досягнень психологічної науки передбачається формування цілісного уявлення про особистість аграрія, її структуру та прояви. Крім того, дисципліна спрямована на засвоєння знань про соціальні взаємодії та спілкування, а також на усвідомлення ролі психології в управлінській діяльності та процесах самоуправління фахівця.

Запропонована методична розробка містить різноманітні форми та методи навчальної діяльності, спрямовані на стимулювання самостійної творчої роботи студентів, їх активну участь у семінарських заняттях, формування навичок роботи з психологічними тестами та науковою літературою, а

також застосування отриманих знань у практичній діяльності. Матеріали розроблені відповідно до програми курсу психології.

Під час підготовки методичних матеріалів, окрім авторських напрацювань, було використано також адаптовані фрагменти з навчальних посібників та наукових монографій із відповідними посиланнями на джерела.

Поради щодо використання завдань практикуму

Ключовим елементом психологічної підготовки студентів є організація самостійного опанування ними психологічних знань, ознайомлення з методами вивчення власних психічних особливостей і психологічних характеристик інших людей, а також розвиток уміння застосовувати ці знання у професійній діяльності. Не менш важливою є мета сформулювати у студентів навички науково-дослідної роботи: вміння аналізувати й порівнювати інформацію, знаходити правильні рішення, інтерпретувати завдання та грамотно оформлювати результати. Усе це сприяє розвитку їх інтелектуальної активності.

Метою даного посібника є сприяння свідомому опануванню студентами закладів вищої освіти психологічних знань шляхом самостійної роботи над навчальним курсом. З цією метою посібник містить запитання, структуровані відповідно до тем, передбачених навчальною програмою, завдання на психологічний аналіз текстів і ситуацій, а також програмовані вправи, що передбачають вибір

найбільш точного або правильного варіанта відповіді серед запропонованих.

Виконання ряду завдань може проводитись як в усній так і письмовій формах.

Програмовані завдання можна використовувати і для контролю знань, і для самоконтролю.

Викладач психології розроблену систему перевірки знань може використовувати як для індивідуального так і для фронтальною опитування.

Виконання даних в посібнику завдань вимагає від студента попереднього самостійного опрацювання теоретичного матеріалу, рекомендованою літературою. Щоб спонукати студента до цього, ми подавали лише загальні орієнтуючі дані про зміст теми, після чого ставили контрольні запитання. Самостійне виконання завдань буде ефективним лише тоді, коли студент сам буде перевіряти успішність і правильність їх виконання. Викладач має бути лише консультантом. Перевірку правильності виконання завдань рекомендовано проводити за відповідними посібниками та практикумами, які подаються з кожної теми окремо, та в кінці підручника у списку літератури.

Виконання своїх завдань студент повинен фіксувати у своєму зошиті, що береться до уваги при оцінці успішності засвоєння студентом психології під час заліку.

ЗМІСТ

Передмова.....	1
РОЗДІЛ I Психологія. Психологічні характеристики особистості.....	5
ТЕМА 1 . Місце психології в системі наук про людину.....	7
ТЕМА 2 . Психологія особистості.....	17
ТЕМА 3 . Конгнітивно-афективна сфера особистості..	32
<i>Заняття 1</i> . Психічні процеси.....	33
<i>Заняття 2</i> . Емоційно-вольова сфера особистості....	53
ТЕМА 4 . Індивідуально-типологічні властивості особистості.....	73
<i>Заняття 1</i> . Темперамент. Характер.....	73
<i>Заняття 2</i> . Здібності.....	74
РОЗДІЛ II Соціально-психологічні основи життєдіяльності людини.....	91
ТЕМА 5 . Психологія діяльності і спілкування.....	91
ТЕМА 6 . Міжособистісні стосунки. Людина в колективі.....	107
ТЕМА 7 . Конфлікти та шляхи їх подолання.....	119
<i>Методичні рекомендації до написання реферату...</i>	127
<i>Орієнтовані запитання до заліку з психології.....</i>	128
<i>Тестова перевірка до розділів (орієнтовані тестові завдання).....</i>	131
<i>Методичні вказівки до виконання контрольних робіт (для студентів заочної форми навчання).....</i>	132
Термінологічний словник.....	143
Література.....	170

Розділ 1.

Психологія. Психологічні характеристики особистості

Тема 1. Місце психології в системі наук про людину

1. Передумови виникнення психології.
2. Предмет та завдання психології.
3. Принципи психологічної науки.
4. Основні напрямки і галузі.
5. Методи дослідження.
6. Загальні поняття про психіку.
7. Рефлекторна природа психічного.
8. Психіка і мозок.
9. Психіка і свідомість.

Основні поняття:

Психологія, принцип детермінізму, принцип розвитку психіки, принцип єдності свідомості і діяльності; інтроспекція, біхевіоризм, діяльнісний підхід; спостереження, експеримент. Психіка, психічне життя, умовні рефлексі, сигнальна система, рецептор, ефектор, психіка і свідомість, несвідоме, над свідоме.

Рекомендована література

основна:

1. Степанов О.М. Основи психології і педагогіки / О. М. Степанов, М. М. Фіцула - К.: Академвидав, 2003. - 504 с.
2. Петренко А. Соціальна психологія: теорія і практика : навч. посіб. / А. Петренко. – Харків: Фоліо, 2018. – 280 с.
3. Шевченко Н. Психологія професійної діяльності / Н. Шевченко. – Тернопіль : Навчальна книга – Богдан,

2022. – 198 с.

4. Максименко С.Д. Загальна психологія: Навчальний посібник / С.Д. Максименко, В.О. Соловієнко - К.:МАУП, 2001. - 257 с.

додаткова:

1. Ковальчук І. Психологія особистості: сучасний підхід : навч. посіб. / І. Ковальчук. – Львів : Світ, 2020. – 232 с.

Запитання. Завдання для самостійної роботи

I. Самоперевірка

1. З'ясуйте місце психології в системі наук.
2. Наведіть приклади психічної діяльності людини.
3. Що є предметом і які завдання виконує психологія?
4. Оскільки психіку безпосередньо спостерігати не можна, чи є підстави для твердження, що її можна пізнати?
5. В чому суть активної рефлексорної природи психіки?
6. Які недоліки інтроспекції призвели психологію до кризи в її розвитку?
7. Чим гештальтпсихологія відрізняється від генетичної психології?
8. Який напрямок розвитку розробили вітчизняні вчені- психологи? В чому його суть?
9. Що є спільним у поглядах прибічників гуманістичної психології і діяльнісного підходу?
10. У чому відмінність між спостереженням і експериментом?

11. Чому метод тестів не став основним у психологічних дослідженнях?

12. Що таке анкети? Охарактеризуйте умови їхнього наукового застосування. Наведіть приклади.

13. Які галузі науки найбільше пов'язані з вашою майбутньою діяльністю?

14. Чи погоджуєтесь ви з такою думкою філософа Платона: «Пізнай самого себе-і ти пізнаєш увесь світ»? Обґрунтуйте свою відповідь.

15. Розкажіть про значення психології в житті людини (педагога, інженера, лікаря, військового, зоотехніка). Спробуйте назвати галузь людської діяльності, де можна було б обійтися без знання психології.

1. Які форми вияву психіки спільні для людей і тварин?
2. Чим докорінно відрізняється психіка людини від психіки тварин?
3. За які психічні функції відповідають 1,2,3 блоки головного мозку?
4. Функціональна асиметрія мозку. Роль лівої та правої півкуль.
5. Поняття «свідомість» та її структурні елементи.
6. Що належить до сфери несвідомого?
7. Як розуміти вислів «Кожна психічна функція має динамічну локалізацію в мозку людини»?
8. Чому і як виникла свідомість?
9. Порівняйте зміст понять «надсвідоме» і «підсвідоме».

II. На подані нижче запитання дано по кілька відповідей. Знайдіть серед них найбільш правильну

і обґрунтуйте її.

1. *Що є основним предметом вивчення наукової психології?*

- а) будова нервової системи;
- б) збудження і гальмування у центральній нервовій системі;
- в) рефлекторна діяльність людського організму;
- г) механізми психіки та закономірності

психічного розвитку і психічної діяльності живих істот.

2. *У якій з наведених відповідей дається матеріалістичне розуміння природи психіки?*

- а) психіка - прояв безсмертної душі;
- б) психіка і матерія-тотожні;
- в) психіка - властивість матерії відображати світ;
- г) основою буття є матерія, вона первинна,

психіка - вторинна, вона є суб'єктивним образом об'єктивної дійсності;

- д) основою буття є ідея, матерія вторинна.

3. *Представники якого напрямку в психології стверджують, що предметом психологічної науки є сукупність реакцій живих істот на біологічні та соціальні подразники, що виходять із середовища або самого організму.*

- а) гештальтпсихологія;
- б) біхевіоризм;
- в) діяльнісний підхід.

4. *Розприділіть названі нижче психічні явища на групи:*

- а) психічні процеси;
- б) психічні стани;

в) психічні властивості: мислення, темперамент, сон, відчуття, спогади, переляк, характер, задоволення, сприймання, уявлення, пристрасть, здібності, уважність, відчуття, гіпноз.

5. *У якому рядку всі перелічені поняття належать до психічних явищ?*

а) Думки, спогади, мозок, розум, почуття.

б) Відчуття, травлення, мислення, інтерес, здібності.

в) Характер, забування, бажання, думки, мрії, потреби.

г) Воля, радість, уважність, апетит, пригадування, біль.

д) Зацікавленість, наполегливість, гордість, дихання.

6. *Які з наведених нижче дій є свідомими, а які несвідомими або неусвідомлюваними?*

а) Під час бою пілот був поранений і знепритомнів, але долетів до аеродрому і зробив посадку.

б) Учитель, перевіряючи зошити учнів, оцінюючи правильність виконання завдання, водночас позначає ризиками або галочками недоліки.

в) Людина, падаючи або підсковзнувшись, викидає руки вперед або в боки.

7. *В яких з нижче наведених прикладах дана характеристика неусвідомленого, безсвідомого, підсвідомого, усвідомленого:*

а) Триліони наших клітин щось засвоюють і виділяють, розщеплюються і синтезують; без нашого відому працюють не лише нирки, печінка, легені і т.д. - навіть клітини нашого мозку в більшості своїй

працюють без нашого безпосередньої участі.

б) Щось помічаємо, запам'ятовуємо, підозрюємо, мріємо; тривожимося за своє майбутнє задовго до того, як з'являються основи для переживань; хочемо і показуємо себе в кращому світлі - про всяк випадок, навіть коли це не потрібно; знаємо свою істинну начинку, можливості і цінність; інколи знаходимо виходи з складних ситуацій, вирішуємо задачі, створюємо. (І все це нічого не знаючи завчасно про кінцевий результат, хоча здогадуючись.)

в) Скрикуємо від болю, крутимося уві сні, хочемо бути щасливими, відчуваємо незручності від незадоволених потреб.

г) Отримуємо зарплатню, вдягаємося за погодою, плануємо, рахуємо, вирішуємо задачі, конструємо, робимо компліменти. Ми добре уявляємо кінцевий результат цих дій: щось купити; не замерзнути, не перегрітися; добитися поваги, визнання, прибутку, підвищення і т.д.

7. У якому з наведених нижче описів правильно характеризується метод психологічного експерименту?

а) Експериментатор не втручається в поведінку піддослідного, але бажані відомості про його психічне життя одержує завдяки апаратурі.

б) Експериментатор втручається в поведінку піддослідного, використовує апаратуру, викликає бажані прояви його психічної діяльності.

г) Проводиться в звичних умовах навчання і виховання, експериментатор не втручається в

поведінку піддослідного.

8. *Які методи психології мають на увазі? В чому сильні і слабкі сторони кожного з них?*

а) Головною перевагою даного методу є можливість «активного втручання дослідника в діяльність піддослідного... Дослідник створює умови, в яких психологічний факт може яскраво проявитися, може бути змінений в напрямку, бажаному для експериментатора, може бути неодноразово повторений для усестороннього розгляду». Дякуючи цьому він слугує основним інструментом «отримання нових психологічних фактів і об'єктивного наукового пізнання».

б) Часто використовують, тому що найбільш доступний, прийом - пізнання студентів на основі безпосереднього сприймання; пізнання, що проводиться в природних умовах. Але ця справа не проста, вона потребує точної фіксації фактів, об'єктивного відображення об'єктів, ставлень, що сприймаються. Дослідник повинен точно з'ясувати для себе цілі і програму дослідження, систематично вести щоденник і на основі зібраного матеріалу дати пояснення причинам психологічних фактів.

в) Використовується в психологічній науці також метод, коли піддослідним пропонують відповісти на певні питання: про інтереси, думки, мотиви, схильності і т. п. Письмові відповіді потім підлягають аналізу, статистичній обробці і слугують матеріалом для певних висновків. Цей метод дозволяє охопити великі групи осіб, не потребує обов'язково особистого контролю (відповіді можна переслати по пошті). Але

неможна забувати, що можна зібрати десятки тисяч відповідей, але не отримати достовірних і об'єктивних даних. Тому їх, як правило, доповнюють і зіставляють з даними, отриманими за допомогою інших методів.

г) Людину вміщують в ізольовану кабінку в спеціальному шоломі, де закріплюються прилади. З допомогою яких досліджуються біоструми мозку. Всі одержані показники фіксуються точною апаратурою (За Мерліним).

III. Розв'язіть психологічні задачі

1. Один з напрямків американської психології вважає, що при об'єктивному вивченні людини не спостерігається нічого такого, що можна було б назвати свідомістю, відчуттям, сприйняттям, уявленням, волею і т.д. Тому предметом психологічної науки, на думку представників даного напрямку, є сукупність реакцій живих істот на біологічні і соціальні подразники, що виходять із середовища та з самого організму.

В чому помилковість такого визначення?

2. Психологи-ідеалісти вважали, що психічні явища можуть пізнаватися лише за допомогою самоспостереження.

Доведіть, чому принципово неможливе пізнання психічних явищ лише за допомогою цього методу.

3. Недостатньо обґрунтовані і перевірені психологічні тести можуть стати причиною серйозних помилок, які здатні спричинити значну шкоду в педагогічній практиці, в профвідборі, при діагностуванні дефектів і часових затримок психічного розвитку.

Чи є це ознакою того, що в психологічних тестах повністю відсутня діагностична цінність? Обґрунтувати відповідь.

4. Розділити дані поняття на дві групи і обґрунтувати критерії розподілу.

Забування, принциповість, вибуховість, активність, рішучість, рефлексорність, цілеспрямованість, об'єктивність, функціональність, самостійність, змістовність.

5. З наведених понять побудувати ряд, щоб кожне попереднє поняття було родовим (більш загальним) по відношенню до наступного.

Психіка, знання, відображення, свідомість, психологічна наука, педагогічна психологія.

6. Наука прийшла до висновку, що людина помирає тоді, коли помирає її мозок. Але звідси випливає і зворотній висновок: людина живе, поки живе мозок - нехай навіть тіло його померло. Сьогодні в клініках вже є «живі трупи» - люди, чия мозкова діяльність припинилась назавжди. Але в тілі життя підтримується за допомогою штучного дихання і годування. Завтра можуть з'явитися «живі голови - мозок без тіла».

Чи означає це, що такі «живі голови» будуть володіти свідомістю? Дати розгорнуту відповідь.

7. Виписати слова, які позначають психічні явища.

Сльози, нервовий процес, мислення, пам'ять, сон, сміх, біг, інформація, дихання, воля, страх, кохання, віра, знання, сприйняття, серцебиття, інстинкт, біотопи мозку, аналізатор, слух, розум, відчуття, настрій, інтерес, біль, співчуття, заздрість, роздратованість, чутливість.

IV. Практична частина

1. Підготувати і провести опитування (анкетування) на тему: Чому ви обрали для навчання ЗВО «ПДУ»?
2. За результатами анкетування провести бесіду, зробити обробку результатів.

Теми рефератів:

1. Психологія у моєму житті.
2. Розвиток психології в Україні.
3. Психіка та її розуміння від давнини до нашого часу.
4. Психологія майбутнього.
5. Напрямки розвитку психології.
6. Взаємозв'язок принципів і методів психологічної науки.
7. Роль психології в оптимізації професійної діяльності.
8. Рефлекторна природа психіки.
9. Змінені стани свідомості: медитація, гіпноз, вплив наркотичних препаратів та ін. Можливі механізми пояснення.
10. Свідомість і її структура.

Тема 2. Психологія особистості

1. Індивід, особистість, індивідуальність.
2. Біологічне і соціальне в особистості людини.
3. Потреби і мотиви як джерело активності людини.
4. Структура особистості (за К. К. Платоновим, А. В. Петровським).
5. Самосвідомість і «Я-концепція» особистості.
6. Формування та розвиток особистості: періодизація Д. Б. Ельконіна.
7. Проблеми особистісного зростання.

Основні поняття:

Людина, індивід, особистість, індивідуальність, потреби, спрямованість, мотиви поведінки й діяльності людини суспільне середовище, спадковість, рівень домагань, самооцінка, саморегуляція, самореалізація, самоповага..

Рекомендована література

основна:

1. Бондаренко О., Петкова Т. 100 бесід із психологом : навч. посіб. / О. Бондаренко, Т. Петкова – Київ : Рідмі, 2021. – 248 с.
2. Психологічний словник / За ред. В. І. Войтка. - К.: Вища школа, 1982. -216 с.
3. Дуткевич Т.В. Збірник лекцій по психології / Т. В. Дуткевич. - Кам.-Под., 2000. - 95 с.
4. Ковальчук І. Психологія особистості: сучасний підхід : навч. посіб. / І. Ковальчук. – Львів : Світ, 2020. – 232 с.

додаткова:

1. Дуткевич ТВ. Лабораторно-практичні заняття з загальної психології / Т. В. Дуткевич, Л. П. Скорич. - Кам.-Под., 1997.- 104 с.

2. Петренко А. Соціальна психологія: теорія і практика : навч. посіб. / А. Петренко. – Харків : Фоліо, 2018. – 280 с.

3. Фрейд З. Вступ до психоаналізу / З. Фрейд ; пер. з нім. А. Рафальського. – Київ : Основи, 2001. – 512 с.

4. Юнг К. Г. Архетипи і колективне несвідоме / К. Г. Юнг ; пер. з нім. О. Сагайдак. – Львів : Літопис, 2002. – 324 с.

5. Шевченко Н. Психологія професійної діяльності / Н. Шевченко. – Тернопіль : Навчальна книга – Богдан, 2022. – 198 с.

І. Запитання. Завдання для самостійної роботи

1. У чому полягають відмінності між поняттям «людина», «індивід», «особистість», «індивідуальність»?

2. Як розуміти, що особистість неповторна в своїй індивідуальності?

3. Як у структурі особистості співвідносяться біологічне і соціальне?

4. У чому полягає активність людської особистості і чим вона відрізняється від активності тварин?

5. Що треба розуміти під мотивами поведінки? Наведіть приклади, охарактеризуйте їх.

6. Охарактеризуйте людські потреби як джерело активності особистості, їх види та значення в

житті людини.

7. Дайте характеристику інтересам. Якими є інтереси за змістом і характером?

8. Від чого залежить міцність переконань?

9. Мотиваційні регулятори життєвого шляху людини.

10. Обґрунтуйте взаємозв'язок самооцінки і рівня домагань.

11. Завдяки чому можна змінити самооцінку особистості?

12. Чим загрожує особистості неадекватний рівень її домагань?

13. Людина народжується уже людиною. Чи можна це саме сказати про особистість?

14. Назвати ознаки, що характеризують людину як особистість.

15. З якої причини поняття «особистість» не може бути ототожнено з поняттям «індивідуальність»?

16. Чи входять в структуру особистості які-небудь природні якості людини?

17. Яскрава індивідуальність, чи завжди це є добре для суспільства?

18. Розвиток і саморозвиток особистості в різних видах діяльності

II. Знайдіть серед вказаних нижче правильні відповіді.

1. Немовля є:

а) особистість; б) індивідуальність; в) індивід.

2. Які з даних особливостей характеризують

людину як особистість, а які як індивіда?

Цілеспрямованість, впертість, висока емоційність, старанність, цілісність, приємний голос, громадська активність, критичність розуму, чудова дикція, середній зріст, вибуховість, художні здібності, вихованість, низька адаптація до темноти, ригідність, працелюбність, погана просторова координація, карі очі, хороший слух, уважність, рухливість, переконання, світогляд.

3. Яким чином і як саме впливають на розвиток і прояви особистості соціальні ролі, що вона виконує, а також ролі очікування?

а) улюбленець батьків сімейний тиран, капризний і деспотичний дома, зовсім по-іншому веде себе в оточенні своїх однокласників, виявляючи виключну ввічливість і скромність.

б) Дуже серйозний, вимогливий, нетовариський в службовій обстановці чоловік в умовах далекого туристичного походу або улюбленої ним риболовлі нерідко змінюється, стає жартівником, душею компанії.

в) Дуже часто людина проявляє схожі якості в різних ситуаціях, і ролі, які вона бере на себе в сім'ї, на службі, в громадській роботі в значній мірі співпадають, немає протиріч між ними.

г) «Наш Ю.М. був абсолютно нормальним, доброзичливим хлопцем. Але вибрали його на посаду старости і – начебто підмінили... Навіть хода змінилася. Розмовляє лише наказовим тоном... На зборах на всіх кричить. Ми, звичайно, жалкуємо, що вибрали його старостою, але зараз мова не про те.

Чому таке відбувається з людьми? Буває і так: в групі боязкий, ввічливий. А вдома – деспот, або навпаки»

4. *Про яку характеристику особистості тут йдеться і якими факторами вона обумовлена?*

а) В генії те прекрасно, що він схожий на всіх, а на нього – ніхто.

б) Двоє дивляться в низ. Один бачить калюжу, інший – зірки. Що кому?!

в) Якщо я не схожий на тебе, то цим я не лише тебе не ображаю, а навпаки, збагачую тебе.

г) В кожній людині можна знайти простенький стрижень, на якому людина піднімає прапор своєї оригінальності.

5. *Які з даних властивостей людини обумовлені головним чином соціальними факторами, а які біологічними?*

Авторитет, мовлення, темперамент, світогляд, інстинкти, переконання, знання, задатки, ідеали, вік, тип нервової системи, здібності, зорові властивості, механічна пам'ять, логічна пам'ять, емоції, мислення, увага, розум, мова, музичний слух, творче ставлення до справи, байдужість, агресивність, гуманність.

6. *З перерахованих понять побудувати ряд так, щоб кожне попереднє поняття було родовим (більш загальним) по відношенню до наступного.*

Свідомість, моральний ідеал, особистість, спрямованість, світогляд.

7. *Чи погоджуєтесь ви з твердженням Гельвеція: «Виховання може все»? Обґрунтуйте свою відповідь.*

8. *Дитиною здобуто переважно за спадковістю*

від батьків:

- а) людські задатки, тип нервової системи, розум;
- б) людський мозок і його пластичність, людські задатки, риси темпераменту і характеру;
- в) людський мозок і його пластичність, тип вищої нервової діяльності, людські задатки, органічні потреби;
- г) інтереси, органи чуття, задатки, тип вищої нервової діяльності.

9. *Які наведені нижче особливості поведінки людини характеризують її лише як особистість:*

- а) старанність, правдивість, інтереси, здібності;
- б) сміливість, музичні здібності, розум, чужа дикція;
- в) чуйність, емоційна збудливість, висока сенсорна чутливість, інтерес до спорту;
- г) приємний голос, наполегливість, ідеали, красива хода.

10. *Прочитайте вислів дівчини і вкажіть, ким для неї став Павка Корчагін.*

«Незабутнє враження справив на мене телефільм «Як гартувалася сталь». Мені дуже сподобався Павка. Під впливом його життя я прикладаю багато зусиль для того, щоб виховати в собі сильну волю».

III. Практична частина.

1. Поясніть чому Айртон - герой «Таємничого острова» Жюльє Берна втратив людський образ, а Робінзон Крузо - ні, хоча опинився в більш скрутному становищі?

2. Ознайомлення з методиками вивчення проявів індивідуальності [47, С.91-102]; спрямованості;

самооцінки; виявлення „соціального-Я”
(ідентифікація, егоцентричність, сила, соціальна
зацікавленість)

*** Диференційно-діагностичний**

опитувальник (ДДО)

(Див. Н. Ф. Остапенко, Е. І. Федорчук.

Методичні рекомендації до проведення професійної
консультації школярів: На допомогу шкільному
психологу. - Кам - Под., 1997. - С. 16-17.)

Інструкція: Уявіть, що після відповідного навчання
Ви зможете виконувати будь-яку роботу. Але якби Вам
довелось вибирати із двох можливих, якій би Ви
віддали перевагу? Виберіть один із варіантів.

1а. Доглядати за тваринами.	1.б. Обслуговувати машини, прилади (слідкувати, регулювати).
2а. Допомогати хворим людям.	2.б. Складати таблиці. Схеми, програми для комп'ютерів.
3а. Слідкувати за якістю книжкових ілюстрацій, плакатів.	3.б. Слідкувати за станом, розвитком рослин.
4а. Обробляти матеріали (дерево, тканини, метал і т.п.).	4.б. Доводити товари до споживача (продавати, рекламувати).
5а. Обговорювати науково-популярні книги, статті.	5.б. Обговорювати художні книги(п'єси, концерти).
6а. Вирощувати молодняк (тварин певної породи).	6.б. Тренувати товар иш ів (або молодших).
7а. Копіювати малюнки, настроювати музичні інструменти.	7.б. Керувати яким-небудь вантажним транспортом - трактором,
8а. Повідомляти, пояснювати людям необхідну інформацію.	

9а. Ремонтувати речі, вироби, одяг, техніку, житло. 10а. Лікувати тварин. 11а. Виводити нові сорти рослин. 12а. Розбирати суперечки, конфлікти між людьми, переконувати, пояснювати, карати. 13а. Спостерігати, вивчати роботу гуртків художньої самодіяльності. 14а. Обслуговувати, налагоджувати медичні прилади, апарати. 15а. Скласти точні описи-звіти про явища, які спостерігав, про події. 16а. Робити лабораторні аналізи в лікарні. 17а. Фарбувати, розписувати стіни приміщень, поверхні виробів. 18а. Організовувати культпоходи ровесників, екскурсії і т. п. 19а. Виготовляти за кресленнями деталі та вироби (машини, одяг), будувати будинки. 20а. Вести боротьбу з	тепловозом. 8.б. Оформляти виставки, вітрини (або брати участь у оформленні вистав, п'єс, концертів). 9.б. Шукати і виправляти помилки в текстах, таблицях. Малюнках. 10.б. Виконувати обчислення, розрахунки. 11.б. Конструювати, проектувати нові промислові вироби. 12.б. Розбиратись у кресленнях, схемах (перевіряти, уточнювати, приводити в порядок). 13.б. Спостерігати, вивчати життя мікробів. 14.б. Надавати людям медичну допомогу при пораненнях. 15.б. Художньо описувати, відтворювати події (які спостерігав або уявляв). 16.б. Лікувати людей. 17.б. Здійснювати монтаж будівель або складання машин, приладів. 18.б. Грати на сцені, брати участь у концертах. 19.б. Займатись креслярством, копіювати карти, креслення.
---	--

хворобами рослин, із шкідниками лісу, саду.	20.б. Працювати на клавішних машинах (друкарській, телетайпі, набірній машині та ін.
--	--

Обробка: Слід підрахувати кількість плюсів в кожному з п'яти горизонтальних рядків і проставити відповідні суми в правих клітинах картки. Перший горизонтальний рядок відповідає професіям типу «людина-природа», другий - «людина-техніка» і т. д. Максимальні суми плюсів у рядку вказують на перевагу інтересів і нахилів до тих чи інших галузей діяльності.

1a	3б	6a			10 a	11 a	13 б	16 a			20 a		1
1б	4a		7 б	9 a		11 б	14 a		17 б	19 a			2
2a	4б	6б	8 a			12 a	14 б	16 б	18 a				3
2 б	5a			9 б	10 б	12 б	15 a			19 б	20 б		4
3a	5б	7a	8 б			13 a	15 б	17 a	18 б				5

1- людина - природа; **2-** людина-техніка; **3-** людини-людина; **4-** людина - знакова система; **5** - людина - художній образ.

*** Методика визначення самооцінки особистості**

Інструкція: Перед вами список якостей особистості, в колонці N вам потрібно проставити оцінку значимості кожної якості в ідеалі від максимальної 20 до мінімальної - 1. Кожній якості повинно відповідати одне число і - навпаки.

В колонці N в такому ж порядку оцінка дається за тим, наскільки дані якості виражені особисто у досліджуваного

№	Якості особистості	N	N ₁ ,	d	d ²
1	2	3	4	5	6
1	Поступливість				
2	Сміливість				
3	Наполегливість				
4	Нестриманість				
5	Роздратованість				
6	Терпимість				
7	Пасивність				
8	Холодність				
9	Ентузіазм				
10	Обережність				
11	Вередливість				
12	Нерішучість				
13	Енергійність				
14	Життєрадісність				
15	Впертість				
16	Тривожність				
17	Легоковажність				
18	Агресивність				
19	Сором'язливість				
20	Ввічливість				

1. Заповнюються колонки

-d різниця між числами N-N₁,

-d² - число з колонки, піднесене до квадрату.

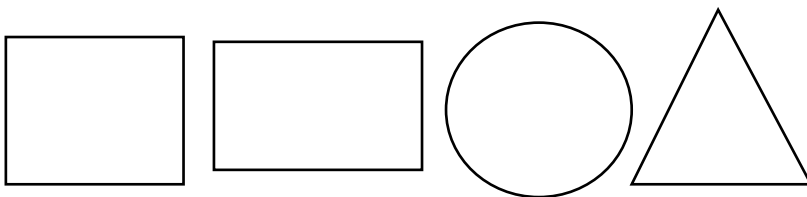
2. Знаходиться сума чисел в колонці 6².

3. Визначається коефіцієнт за формулою: $r = 1 - 0.00075 I \sigma^2$.
4. Рівень самооцінки:
- від -1 до 0.4 - занижена;
 - від 0.4 до 0.6 - адекватна;
 - від 0.6 до 1 – завищена.

Методика «Характерні особливості особистості»

Психогеометричний тест (Сьюзен Диллінгер)

Інструкція: Виберіть із п'яти фігур ту, у відношенні якої ви можете сказати: це-Я. Спробуйте відчувати свою форму! Якщо вам буде важко зробити це, то виберіть фігуру, яка першою привернула вашу увагу. Потім прорангуйте фігури, які залишилися поза вашою увагою і запишіть їхні назви під відповідними номерами. Остання фігура під номером 5, буде точно не вашою формою, тобто формою, яка підходить вам найменше.



Коротка психологічна характеристика основних «форм» особистості.

Квадрат. Якщо вашою основною формою є квадрат, то ви невтомний працівник. Працелюбність, наполегливість, потреба доводити розпочату справу

до кінця, старанність, яка дозволяє досягати завершення роботи, — це те, чим відомі істинні «люди-квадрати». Витривалість, терпіння і методичність зазвичай роблять їх висококласними спеціалістами у своїй галузі. Цьому сприяє невтомна потреба в інформації та колекціонування найнеймовірніших відомостей.

«Люди-квадрати» скоріше «вираховують» результат, аніж здогадуються про нього. Вони надзвичайно уважні до деталей, дрібниць, а також люблять раз і назавжди заведений порядок. Усі ці якості сприяють тому, що «квадрати» можуть стати відмінними адміністраторами, виконавцями, але рідко бувають хорошими розпорядниками, менеджерами. Звичайно, всі названі чесноти «людей-квадратів» мирно співіснують зі слабкими місцями.

Трикутник. Ця форма символізує лідерство, і багато «трикутників» відчують у цьому своє призначення: «Народжені, щоб бути лідерами». Найхарактернішою особливістю «людей-трикутників» є здатність концентруватися на головній меті. Вони енергійні, сильні особистості, які ставлять прозорі цілі і, як правило, досягають їх.

«Люди-трикутники» дуже впевнені в собі, хочуть бути у всьому правими. Це робить їх особистостями, які постійно конкурують з іншими. «Трикутник» - це установка на перемогу.

Із «Трикутників» виходять прекрасні менеджери найвищого рівня управління. Саме до таких висот вони і прагнуть. І допомагає їм у цьому ще одна якість - майстерність «політичної інтриги». Узагалі,

«Трикутники» дуже симпатичні, привабливі люди, які змушують все і всіх обертатися навколо себе і без яких наше життя втратило б усю гостроту відчуттів.

Прямокутник. Символізує стан переходу та змін. Це люди, незадоволені тим способом і стилем життя, який вони ведуть у даний час, а тому перебувають у пошуках кращого положення.

Найбільш характерні риси «Прямокутників» - непослідовність і непередбачуваність вчинків упродовж перехідного періоду. Тим не менш, як і у всіх людей, у «Прямокутників» виявляються і позитивні якості, що приваблюють до них оточуючих. Це, перш за все, допитливість, жвавий інтерес до всього, що відбувається, та сміливість. Правда, зворотнім боком цього явища є надмірна довірливість, навіюваність, наївність. Тому «Прямокутниками» легко маніпулювати.

Якщо ви дійсно маєте «прямокутну форму», будьте обережні і пам'ятайте, що «прямокутність» - це лише стадія. Вона мине - і ви вийдете на новий рівень особистісного розвитку та збагатитесь набутим досвідом.

Коло. «Люди-кола» - це найкращі комунікатори серед п'яти форм, насамперед тому, що вони найкращі слухачі. Вони володіють високою чутливістю, розвинутою емпатією — здатністю співпереживати, співчувати, емоційно відгукуватися на переживання іншої людини. «Людина-коло» відчуває чужу радість і відчуває чужий біль, як свій власний. «Люди-кола» відмінно «бачать» людей і, в одну мить можуть розпізнати облудника і брехуна. Вони «вболівають» за

свій колектив і високопопулярні серед колег по роботі. Але, як правило, вони слабкі менеджери і керівники у сфері бізнесу.

По-перше, «Люди-кола», через їх спрямованість скоріше на людей, ніж на справу, надто стараються догодити кожному. По-друге, «Кола» не відрізняються рішучістю. Якщо їм випадає керувати, то вони обирають демократичний стиль керівництва і намагаються обговорити практично будь-яке рішення з більшістю та заручитися їх підтримкою.

Можна сказати, що «Кола» - природжені психологи. Для того, щоб очолити серйозний бізнес, «Людем-колам» не вистачає організаторських навичок.

Зигзаг (хвилясті лінії). Ця фігура символізує креативність, творчість. Це найбільш унікальна і єдина розімкнута фігура з п'яти. Якщо ви чітко обрали хвилясту лінію як свою основну форму, то ви, скоріше за все, істинний «правопівкульний» мислитель, вільно думаюча людина.

«Зигзаги» схильні бачити світ постійно змінним. Тому для них немає нічого більш нудного, як речі, які ніколи не змінюються: постійність, шаблон, правила та інструкції; люди, які завжди з усім погоджуються або роблять вигляд, що погоджуються.

«Зигзаги» просто не можуть продуктивно працювати у добре структурованих ситуаціях, їм необхідна різноманітність, високий рівень стимуляції та незалежність від інших на своєму робочому місці.

«Зигзаг» - найзбудливіша з усіх п'яти фігур. При цьому «людині- зигзагу» не вистачає компромісності:

вона нестримана, дуже експресивна, що разом з ексцентричністю часто заважає їй втілювати свої ідеї в життя.

Темати доповідей та рефератів:

1. Загальні поняття про структуру психіки людини. Значення знань про психологічну структуру особистості для професійної діяльності.

2. Роль біологічного і соціального в розвитку і формуванні особистості.

3. Погляди психологів на джерело активності особистості.

4. Мотиви і мотивація.

5. Характеристика неусвідомлених мотивів.

6. Проблематика кібернетичного моделювання особистості.

7. Сенситивні періоди і їхні коди (числа Фібоначчі).

8. Сучасні підходи українських і російських психологів до розгляду структури особистості.

Тема 3. Когнітивно-афективна сфера особистості

Заняття 1. Психічні пізнавальні процеси..

1. Сутність і зміст основних пізнавальних процесів:

- а) відчуття;
- б) сприймання;
- в) пам'ять, уявлення;
- г) мислення, мовлення;
- д) увага;
- е) уява.

2. Умови активізації пізнавальних психічних процесів.

3. Методи вивчення рівня розвитку пізнавальних процесів.

Основні поняття:

Психічні явища, мимовільна, довільна, після довільна увага; вибірковість, спрямованість, концентрація, розподіл, об'єм, стійкість, переключення уваги.

Сенсорна ізоляція, рецептор, аналізатор, чутливість, її пороги, сенсibilізація, адаптація, апперцепція, предметність, осмисленість, цілісність, константність.

Види пам'яті (рухова, емоційна, образна, словесно-логічна, довільна, мимовільна, короткочасна, довгочасна, оперативна), процеси пам'яті. Уявлення; уявлення пам'яті, уявлення уяви.

Аналіз, синтез, порівняння, узагальнення, абстрагування, класифікація, поняття, судження. Мова, мовлення, види мовлення, функції мовлення і мови, афазія.

Гіперболізація, типізація, схематизація, аглютинація, мрія, ідеал, інсайт.

Рекомендована література основна:

1. Степанов О.М. Основи психології і педагогіки / О.М. Степанов, М.М. Фіцула. - К. і Академ. видав, 2003. - 504 с.
2. Петренко А. Соціальна психологія: теорія і практика : навч. посіб. / А. Петренко. – Харків: Фоліо, 2018. – 280 с.
3. Шевченко Н. Психологія професійної діяльності / Н. Шевченко. – Тернопіль : Навчальна книга – Богдан, 2022. – 198 с.
4. Максименко С.Д. Загальна психологія: Навчальний посібник / С. Д. Максименко, В.О. Соловієнко - К.:МАУП, 2001. - 257 с.

додаткова:

Ковальчук І. Психологія особистості: сучасний підхід : навч. посіб. / І. Ковальчук. – Львів : Світ, 2020. – 232 с.

Запитання. Завдання для самостійної роботи

I. Самоперевірка

1. Дайте загальну характеристику пізнавальних процесів. Назвіть їх. Які психічні процеси належать до пізнавальних?
2. Охарактеризуйте загальні властивості відчуттів.
3. З'ясуйте, в чому відмінність між явищами адаптації і сенсibiлізації.
4. Чи можливе сприймання часу?
5. Чим зумовлена вибірковість людської уваги?
6. Чи залежить коливання уваги від характеру діяльності?

7. Як боротися з розсіюванням уваги?
8. Розкрийте відмінності між сенсорною і короткочасною пам'яттю.
9. Чим довільне запам'ятовування відрізняється від мимовільного?
10. За допомогою яких прийомів можна сповільнити процес забування потрібного матеріалу або запобігти йому?
11. Поясніть, чому початок і кінець розмови запам'ятовується краще, ніж її середина?
12. Дайте визначення уявлення пам'яті та покажіть чим відрізняються образи уявлення від образів сприймання.
13. Розкажіть про смислове і механічне запам'ятання та їх місце і роль у засвоєнні знань.
14. З'ясуйте, в чому полягає взаємозв'язок мови і мислення.
15. Що таке мова і мовлення? їх відмінності.
16. Охарактеризуйте всі види мовлення. Наведіть приклади.
17. У чому полягає взаємозв'язок усного, письмового, внутрішнього мовлення?
18. У чому полягає відмінність уяви від інших психічних процесів?
19. Проілюструйте роль уяви у творчій діяльності людини.
20. Яка різниця між уявою і уявленням?
21. У чому проявляється суб'єктивність мислення?
22. Вкажіть, у чому виявляється робота мислення під час сприймання яблунового цвіту в саду?

II. На подані нижче запитання дано кілька відповідей.

Знайдіть серед них найбільш вірні і обґрунтуйте.

1. Увага - це:

а) зосередженість і спрямованість свідомості на певних об'єктах;

б) вибіркове сприймання об'єктів;

в) форма організації і необхідна умова психічної діяльності людини.

2. Як зветься увага, що викликається зовнішніми об'єктами без свідомого наміру людини бути уважною до них?

а) Мимовільна, б) Довільна, в) Після довільна.

3. За яких умов можливий розподіл уваги?

а) При участі в обох видах діяльності різних аналізаторів.

б) При високому рівні концентрації уваги в ході виконання обох видів діяльності.

в) При виконанні двох дій. На одній з яких увага зосереджується свідомо, а друга виконується більш чи менш автоматично.

г) При участі одних і тих самих аналізаторів.

4. Переключення уваги - це:

а) неспроможність людини тривалий час спрямовувати свою увагу на певний об'єкт;

б) свідомий перехід уваги з об'єкта на об'єкт;

в) мимовільний перехід свідомості з об'єкта на об'єкт.

5. Який психічний і процес допоміг Фаллесу в VI ст.. до н. е. виміряти висоту піраміди в такий спосіб: в той час, коли довжина його тіні

дорівнювала його зросту, він виміряв довжину тині піраміди і довідався про її висоту.

а) відчуття і сприйняття, б) уявлення і уява, в) мислення.

6. У якому рядку йдеться про сприймання?

а) Людина чує мелодію пісні, бачить знайомий пейзаж, букет квітів.

б) Людина відчуває зелений колір, смак, біль.

7. Константність - це:

а) структурна єдність частин сприйнятого;

б) розуміння суті сприйнятого об'єкта;

в) відносна постійність образу сприйнятого об'єкта.

8. У якому рядку названі лише властивості сприймання?

а) Цілісність, константність, предметність, адаптація.

б) Предметність, осмисленість, константність, цілісність.

в) Сенсibilізація, цілісність, предметність.

г) Константність, адаптація, осмисленість, синестезія.

9. Яке з наведених нижче визначень пам'яті є найточнішим та найповнішим?

Пам'ять - це:

а) збереження раніше набутих вражень;

б) основна умова набуття людського досвіду;

в) збереження, запам'ятання, відтворення раніше сприйнятого;

г) створення в голові людини образів раніше сприйнятого.

10. Які з даних явищ можна віднести до пам'яті, а які до уявлень?

Досвід, впізнання, мрія, забування, згадування, збереження, ціль, відтворення образу, сліди впливу подразника, передбачення, творчість, пригадування, узагальнений чутливий образ, запам'ятання, ілюзія, фантазія, модель майбутнього, розповідь про минуле, розповідь про майбутнє, ідеал, гіпотеза, уява, галюцинація, словесний портрет, ремінісценція.

11. У якому з поданих нижче визначень йдеться про творчу уяву?

а) самостійне створення в голові людини нових образів на основі попереднього досвіду;

б) психічна діяльність в результаті якої відбувається створення в голові людини нових думок;

в) створення в голові людини картин далекого майбутнього;

г) створення в голові людини образів нових для неї об'єктів на основі словесного опису.

12. У якому з наведених варіантів йдеться про уяву?

а) Я виразно уявив собі школу, вчителів, учнів з якими вчився понад десять років тому.

б) Підійшовши до троянди, я милуюсь її красою, малюю в своїй голові її образ.

в) Читаючи «Молоду гвардію» О. Фадєєва, я, наче живих, бачу героїв підпільної комсомольської організації.

III. Розв'яжіть психологічні задачі.

1. Поясніть висловлення про мову відомих педагогів:

«Коли зникає народна мова, народу не існує більше» (К. Д. Ушинський).

«Той, хто не знає рідної материнської мови або цурається її, засуджує себе на злиденність душі» (В. О. Сухомлинський).

2. Які особливості сприймань яскраво виявляються в поданих нижче прикладах?

а) Ми сприймаємо сніг білим і в рожевих променях вечірнього сонця, і в сутінки.

б) Слухаючи музику, сприймаємо не окремі звуки, а мелодію. Вона залишається тією самою і тоді, коли ми слухаємо симфонічний чи струнний оркестр, і тоді, коли слухаємо лише один рояль (За К. К. Платоновим).

в) Розглядаючи Місяць в телескоп, офіцер сприйняв гору за башти фортеці, пастор - за дзвіницю, а географ - за вулкан.

г) незнайома жінка серед чоловіків, зовні не різко відмінних один від одного, буде сприйнята яскравіше, ніж тоді, коли вона буде в групі жінок (за О.О. Бодальовим).

д) чому ми рідко помічаємо помилки при читанні художньої літератури?

3. Про яке сприймання за видом говорить Л. Костенко? Які його особливості яскраво передані у вірші?

Життя іде і все без коректур.

І час летить, не стишує галопу.

Давно нема маркізи Помпадур,
і ми живем уже після потопу.
Не знаю я, що буде після нас,
в які природа убереться шати.
Єдиний, хто не втомлюється, – час.
А ми живі, нам треба поспішати.
Зробити щось, лишити по собі,
а ми, нічого, – пройдемо, як тіні,
щоб тільки неба очі голубі
цю землю завжди бачили в цвітінні.
Щоб ці ліси не вимерли, як тур,
щоб ці слова не вичахли, як руди.
Життя іде і все без коректур,
і як напишеш, так уже і буде.
Але не бійся прикрого рядка.
Прозрінь не бійся, бо вони як ліки.
Не бійся правди, хоч яка гірка,
не бійся смутків, хоч вони як ріки.
Людині бійся душу ошукать,
бо в цьому схибиш – то уже навіки.

(Ліна КОСТЕНКО)

4. Чи є описаний факт курйозним випадком або проявом закономірності процесу пам'яті? Який вплив на процес запам'ятовування мають потреби, мотиви, цілі особистості?

Французький психолог Біне «був не віруючою людиною, а його дружина, навпаки, була дуже релігійною. Кожний день перед сном вона читала молитву, і того ж вимагала від чоловіка. Біне, не бажаючи ображати дружину, покірно повторював за нею слова молитви. Так продовжувалось багато років.

Але після кількох разів повторювань Біне все ж таки молитви не запам'ятав і самостійно не міг її відтворити».

5. Сліпоглуха Ольга Скороходова пише: «коли я була молодша, то часто приставала до своїх близьких, щоб вони пояснили мені різні кольори ... Спитала, якого кольору мій шарф, і дізналася, що він пісочного кольору.

- Який же він пісочний колір? - запитала я.

- Такий, як пісок. Уявляєш?

Мені дуже ясно уявлявся пісок в нашому саду, який діти розсипали лопатками і відеречками. Потім мені уявився берег річки, багато вологого і холодного піску. Нарешті знайомий пляж на березі моря з сухим гарячим піском, в який я зариваю ноги, але з уявленням про пісочний колір ... нічого не вийшло».

Чому? Що слугує матеріалом для створення уявлень? Який зв'язок уявлень з відчуттями і сприйняттями?

6. Коли ви повідомите слухачам той матеріал, який вважаєте найбільш складним або важливим: на початку, всередині, чи в кінці заняття? Чому?

7. Назвіть види відчуттів у наведених нижче прикладах.

а) Перед сходом сонця прохолода, а він босоніж, без кепки. І куртки у нього немає... Шкіра у хлопчика стала пухирчаста, губи посиніли, він щулився, намагався глибше засунути руки в кишені...(М. Дубов).

б) І в цю хвилину Юрко відчув велику спрагу, палило уста. А вода за ґратами дзюрчала і дзюрчала. Ставало нестерпно. (П. Козланюк).

в) Короткий і різкий приступ змусив Ольгу прокинутися. Щось тупе, дуже важке било зсередини по хребту, і, витерши долонями мокрий, холодний лоб, вона спробувала спустити ноги з ліжка. Новий поштовх - і вона, щоб не закричати, затримала дихання, закусила губу.. (М. Глушко).

г) Людина з закритими очима чітко розрізняє, наскільки її рука піднята чи опущена, наскільки вона зігнута в лікті; нахиляється голова прямо чи вбік. (І. М. Сеченов).

8. Поясніть про які властивості відчуттів йде мова в наведених нижче прикладах.

а) Бабуся просить Олю допомогти їй знайти окуляри, а окуляри у неї на голові.

б) Товарні та пасажирські потяги проходять близько біля нашого будинку. Знайомі, котрі заходять до нас, запитують: “Як ви можете жити при такому шумі?» А ми зовсім не помічаємо ніякого шуму.

в) Чому ми, дивлячись на зоряне небо, бачимо лише яскраві зірки, інших ми не помічаємо?

г) Під час обстеження гостроти зору повітряного спостерігача, що стояв на посту в літній час, виявилось, що обтирання обличчя водою кімнатної температури набагато поліпшує гостроту зору.

д) Сліпоглухонімі орієнтуються в просторі переважно за допомогою нюхових, рухових, вібраційних, дотикових відчуттів.

е) Чому ми, коли їмо гарячий суп, не помічаємо, солоний він чи ні?

ж) Чому говорять: «На вкус и цвет товарища нет»?

з) Дегустатори відзначаються винятковою тонкими смаковими відчуттями.

9. Які помилки допущені в реченнях: «Підїжджаючи до станції у мене злетіла шляпа» (А.П. Чехов).

«Йшов дощ і два студенти, один - у пальт о, другий - в університет»

Які причини цих помилок?

10. Які характерні особливості мислення проявляються в таких прикладах?

а) Учневі треба знайти, чому дорівнює один з кутів рівностороннього трикутника. Він міркує так: проти рівних сторін лежать однакові кути, сума всіх внутрішніх кутів трикутника дорівнює 180 градусів. Отже величина одного кута трикутника дорівнює $180:3=60$ градусів.

б) «Хоча до переднього краю вже залишалось не більше як два кілометри, розвідники продовжували йти так само обережно, обачливо, як і раніш...

Червоний телефонний шнур, який непомітно сковзнув під ногами, говорив, що десь недалеко - ворожий командний пункт або застава. Декілька зламаних осик і зім'ятий чагарник не залишали сумніву в тім, що недавно тут пройшов танк або самохідка. А легкий, що не встиг ще вивітритись, особливий, чужий запах штучного бензину і гарячого масла показував, що цей танк або самохідка були німецькими... Так розвідники повільно просувались до

своїх». (В.Катаєв)

в) Прокінувшись вранці, учень підходить до вікна і бачить, що земля, дерева, будинки вкриті снігом, а люди ходять тепло одягнені. Значить, уночі йшов сніг, а зараз надворі холодно.

11. Перед вами вислови. В яких переплутаний порядок слів. Як швидко ви зможете прочитати всі речення?

а) Важить, трьох, «Електроніка», не, телевізор, більше, кілограмів.

б) Мабуть, не, формою, людини, захоплювалась, б, сніжинок, яка, немає, чудовою, знайдеться, не.

в) Зворотно, періоду, процесу, пропорційна, частота, періодичного.

г) Забруднення, рослин, і, річок, і, морів, робить, риб, непридатними, для, їх, життя.

12. Спробуйте самостійно:

- скласти чотири трикутника з 6 сірників;

- провести через чотири крапки три прямі лінії. Не відриваючи олівця від паперу, так, щоб олівець повернувся в початкову крапку.

13. Роль уявлення в рішенні мислительної задачі.

В книжковій шафі стоять два томи зібрання творів. В першому томі 300 сторінок, а в другому томі 200 сторінок. В шафі завівся книжковий черв'як і став прогризати книги. Він прогриз від першої сторінки першого тому до останньої сторінки другого тому. Скільки сторінок прогриз книжковий черв'як?

14. У одного еміра було одинадцять коней. Помираючи він заповів, щоб його єдиний син отримав половину коней, його кохана дружина четверту частину, а його старий слуга - шосту.

Потім він помер, але нікому не вдавалось поділити спадок. Через деякий час їхав на коні тим краєм один мудрець, спадкоємці попросили в нього допомоги і він справився з поділом майна. Як йому це вдалося?

15. Подолання шаблонного мислення при розв'язанні мислительних задач.

Двоє підійшли до річки. На безлюдному березі стояв човен, в якому могла вміститися тільки одна людина. Вони обидва переправилися через річку на цьому човні і продовжували свій шлях. Як вони це зробили?

16. Прочитайте уривок з книги Є. В. Тарле, зверніть увагу на те як змінюються слова, що характеризують Наполеона в паризькій пресі з моменту його висадки в бухті Жуан до прибуття в Париж та визначте, яка функція мовлення найбільш яскраво виявляється при цьому.

«Перше повідомлення: «Корсиканське чудовисько в бухті Жуан». Друге повідомлення: «Людожер іде по Грассу». Третє повідомлення: «Узурпатор увійшов в Гренобль». Четверте повідомлення: «Бонапарт зайняв Ліон». П'яте повідомлення: «Наполеон наближається до Фонтенбло». Шосте повідомлення: «Його імператорська величність очікується сьогодні в своєму вірному Парижі». Вся ця літературна гама умістилася в одних і тих самих газетах, при одній і тій же редакції протягом кількох днів».

17. Яка функція мовлення найбільш яскраво виявляється в такому прикладі?

«Комісія Французької академії наук працювала над енциклопедичним словником. В зал, де відбувалося засідання, увійшов відомий натураліст Кюв'є.

Раді вас бачити, пан Кюв'є, - сказав один з сорока членів комісії. - Ми щойно знайшли визначення одного важкого слова. Воно нас задовольняє, але все ж таки ми хотіли б почути вашу авторитетну думку. Ми знайшли коротке і точне визначення поняття «рак». Ось воно: «Рак - це невелика червона риба, що ходить задом наперед».

Чудово, панове! - сказав Кюв'є. - Одначе дозвольте мені зробити невелике зауваження, спираючись на науку про природу. Справа в тому, що рак - не риба, він не червоний й не ходить задом наперед. А у всьому іншому ваше визначення чудове».

IV Практична частина.

1. Розв'язання практичних завдань на картках.
2. Випишіть з підручника основні поняття про мову. Наведіть приклади до кожного з вказаних понять.
3. Підберіть з художньої літератури приклади проявів відчуттів і сприймань і дайте їм характеристику.
4. Ознайомлення з методиками вивчення пізнавальних психічних процесів («Коректурна проба», «Тактильне відчуття», «Пам'ять на образи», «Виключення понять», «Рівень асоціативної пам'яті»...) [40]

ванну.

22. Намагаюся записувати свої власні справи.

23. Часто розмовляю сам(а) з собою.

24. Після тривалої їзди в машині довго прихожу до тями.

25. Тембр голосу багато про що говорить мені про людину.

26. Дуже часто оцінюю людей за манерою одягатися.

27. Люблю потягатися, виправляти кінцівки, розминатися.

28. Занадто тверде чи м'яке ліжко — це для мене мука.

29. Мені нелегко знайти зручне взуття.

30. Дуже люблю ходити в кіно.

31. Упізнаю обличчя навіть через роки.

32. Люблю ходити під дощем, коли краплини стукають по парасольці.

33. Умію слухати те, що мені говорять.

34. Люблю танцювати, а у вільний час займатися спортом чи гімнастикою.

35. Коли чую цокіт годинника, не можу заснути.

36. У мене якісна стереоапаратура.

37. Коли чую музику, починаю відбивати такт ногою.

38. На відпочинку не люблю оглядати пам'ятники архітектури.

39. Не виношу розгардіяш.

40. Не люблю синтетичних тканин.

41. Вважаю, що атмосфера в кімнаті залежить від освітлення.

42. Часто ходжу на концерти.

43. Один потиск руки багато чого може сказати про

особистість.

44. Охоче відвідую галереї і виставки.

45. Серйозна дискусія — це захоплююча справа.

46. Через дотик можна сказати значно більше, ніж словами.

47. У шумі не можу зосередитися.

Опрацювання результатів

Тип А (зоровий)	1,5,8, 10, ,19,21,23,27,31,32,39,
Тип В (дотик, смак, нюх)	3, 4, 9, 11, 16, 18, 22, 25, 28, 29, 30, 35, 38, 41,44,47
Тип С (слуховий)	2, 6, 7, 13,15,17, 20, 24, 26, 33, 34, 36,

Тепер підрахуйте, в якому розділі у вас найбільше співпадінь - це і є ваш домінуючий тип сприймання.

Тип А (зоровий аналізатор): часто використовуються слова і речення, які пов'язані із зором, з образами і уявою. Наприклад - «не бачив цього», «це, звичайно, роз'яснює всю справу», «помітила чудову особливість».

Малюнки, образні описи, світлини говорять типу А більше, ніж слова. Люди, які належать до цього типу, миттєво схоплюють те, що можна побачити: кольори, форми, лінії, гармонію і безлад.

Тип В (дотик, нюх, смак): у даному випадку частіше використовуються слова «не можу цього

зрозуміти», «атмосфера тут нестерпна», її слова глибоко мене вразили», «подарунок для мене був чимось схожий на теплий дощ». Сприйняття і враження людей даного типу стосуються головним чином того, що пов'язане з дотиком, інтуїцією, здогадами. У розмові їх цікавлять внутрішні переживання.

Тип С (слуховий аналізатор): переважно вживаються такі звороти, як «не розумію, що ти мені говориш», «це звістка для мене погана», «не виношу таких голосних мелодій» - це характерні вислови

Для людей такого типу. Велике значення для людей цього типу сприйняття має все акустичне: звуки, слова, музика, шумові ефекти.

***Методика дослідження обсягу короткотривалої пам'яті**

Прочитайте один раз кожний ряд слів і цифр та спробуйте їх запам'ятати.

Спочатку прочитайте перший ряд, закрийте його рукою, запишіть те, що запам'ятали. Потім другий ряд і так далі.

1) кріт, стіна, пальто, вікно, книга, хмара, фантазія, гак, ніс, лист;

2) стілець, танк, біда, їжак, олівець, струм, лист, газ, відро;

3) 173254906 8;

4) 3 17542809 6.

Результат:

Підрахуйте кількість запам'ятованих вами слів і цифр після одноразового прочитання.

У більшості людей обсяг короткотривалої пам'яті становить 7 ± 2 одиниці (слова, цифри, малюнки тощо). Який обсяг пам'яті у вас?

***«Дослідження мимовільної пам'яті»**

Інструкція: Вам буде запропоновано 7 завдань.

Причому,

спочатку буде надано текст завдання, а потім інструкція, що саме Ви повинні робити. Після того, як прочитаете текст завдання, закрийте його рукою і відповідайте на запитання, поставлені до нього.

Відповідайте швидко.

Завдання 1

Вкажіть у якому зі слів: ШВЕЦЬ, ПІДВАЛ, ТРУБА, ЗАЛП, АНТРАКТ є літера «Д»

Завдання 2

Припустимо, що Вам дали наступне завдання: Підіть у кімнату 325 в правій нижній шухлядці столу візьміть статтю «Уряд і лівий рух в Англії». Занесіть її мені.

1) З лівої чи правої шухлядки потрібно взяти статтю?

2) Який номер кімнати: 235, 325 чи 225?

Завдання 3

У переліку слів: РОТ, МОТ, РІК, КРІТ, ПІТ другим словом стоїть...?

Завдання 4

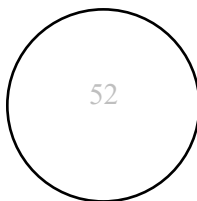
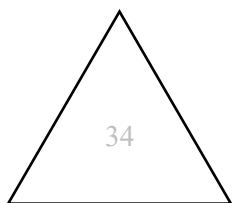
Тетянка попросила Василя купити: м'ясо, масло, мило, сірники. Він купив: масло, сало, сірники і м'ясо.

1. Що він забув купити?

2. Що він купив зайве?

Завдання 5

Запам'ятайте 3 числа: 14, 34, 52



1. У якій геометричній фігурі було число 14?
2. У якій геометричній фігурі було число 52?

Завдання 6

Спробуйте уявити собі великого темно-зеленого крокодила. Уявіть, як він пливе у мутній воді, як він починає повільно виповзати на берег.

Завдання 7

Спробуйте упродовж трьох хвилин жодного разу не згадати про темно-зеленого крокодила. Чи вдається це вам?

Теми доповідей та рефератів:

1. Індивідуальні особливості проявів уваги та їх врахування у навчально-професійній діяльності.
2. Увага і її характеристики. Шляхи активізації уваги.
3. Мислення, характеристика основних мислительних процесів і шляхи розвитку творчого мислення.
4. Пам'ять людини, її види і властивості. Шляхи розвитку пам'яті.
5. Психологія слухового і нюхового сприймання.
6. Характеристика взаємодії органів чуттів у

процесі відчуття і сприймання.

7. Психологія зорового відчуття і сприймання.
8. Пам'ять і спрямованість особистості.
9. Дослідження операцій мислення.
10. Поняття інтелекту за Г. Айзенком та Дж. Гілфордом. Тести інтелекту та коефіцієнт інтелекту.
11. Роль уяви у різних видах діяльності.
12. Уява і наукове відкриття.
13. Уява і засоби психотерапевтичного впливу.
14. Поняття "інсайт", особливості його виникнення та прояву.
15. Летаргічний сон як хворобливий психічний стан.
16. Лунатизм як особлива форма патологічного сну.
17. Сновидіння та його фізіологічний механізм.

Заняття 2. Емоційно-вольова сфера особистості.

План

1. Поняття про емоції і почуття. їх характеристики.
2. Функції емоцій.
3. Класифікація емоцій
4. Форми переживання емоцій.
5. Поняття волі в психології
6. Характеристика вольової дії
7. Вольові якості особистості.

Основні поняття:

Почуття, емоція, емоціональний тон, афект, настрій, пристрасті; моральні, естетичні, інтелектуальні, праксичні почуття, пристрасть, афект, стрес, фрустрації.

Воля, функції спонукальна та гальмівна, вольова дія, вольові якості особистості.

Рекомендована література

основна:

1. Степанов О.М. Основи психології і педагогіки / О.М. Степанов, М.М. Фіцула. - К. і Академ. видав, 2003. - 504 с.
2. Петренко А. Соціальна психологія: теорія і практика : навч. посіб. / А. Петренко. – Харків: Фоліо, 2018. – 280 с.
3. Шевченко Н. Психологія професійної діяльності / Н. Шевченко. – Тернопіль : Навчальна книга – Богдан, 2022. – 198 с.
4. Максименко С.Д. Загальна психологія:

Навчальний посібник / С. Д. Максименко, В.О. Соловієнко - К.:МАУП, 2001. - 257 с.

додаткова:

1. Ковальчук І. Психологія особистості: сучасний підхід : навч. посіб. / І. Ковальчук. – Львів : Світ, 2020. – 232 с.

І. Запитання. Завдання для самоперевірки

1. Розкрийте сутність почуттів та їхню суспільно-історичну природу. Наведіть приклади.
2. Яка відмінність між емоціями і почуттями?
3. Яку роль відіграють в емоціях органічні відчуття?
4. Обґрунтуйте відмінності у переживаннях стресу і афекту.
5. Розкажіть про вищі людські почуття.
6. Охарактеризуйте основні емоційні стани - настрій, стрес, фрустрацію, пристрасть.
7. Чим різняться між собою мимовільні, довільні і вольові дії?
8. Проаналізуйте вплив волі на діяльність людини.
9. Чому людина ризикує в житті?
10. Розкрийте шляхи формування волі.
11. Позитивні й негативні, стенічні та астенічні емоції.
12. Як змінюється свідомість, сприйняття психологічних установок у стані афекту.
13. Характеристика настрою як психічного стану. Короткочасний і тривалий настрій.
14. Усвідомлювані та неусвідомлювані причини настрою.

15. Емоційні стани «відраза», «гнів» і «страждання» і їх характерні ознаки.

16. Поняття про фундаментальні емоції «презирство», «страх» і «сором».

17. Характеристика сну як психічного стану і способу переробки інформації.

II. Знайдіть серед відповідей найбільш точні і поясніть їх.

1. Яке з поданих нижче визначень почуттів є найточнішим?

а) Відображення навколишніх предметів та ставлення до них.

б) Реакція людини на все навколишнє.

в) Переживання, в яких виявляється ставлення людини до навколишнього та до самого себе.

г) Своєрідне ставлення людини до того, що вона сприймає.

2. У якому рядку названо тільки почуття?

а) Гнів, страх, радість, почуття власної гідності.

б) Любов, незадоволення, спрага, туга.

в) Совість, ненависть, біль, презирство.

г) сором, симпатія, бажання, кохання.

д) закоханість, щастя, спрага, журба, туга, симпатія.

3. У якому рядку названо тільки афекти?

а) Бадьорість, сум, задоволення, гнів, радість.

б) Симпатія, обурення, страх, розпач, жак.

в) Гнів, розпач, захват, жак.

г) Кохання, ненависть до ворогів, патріотизм, жак.

4. Укажіть, яким буває настрій:

а) піднесений;

б) сумний;

в) ...

5. Знайдіть правильну відповідь. Вищі людські почуття:

а) дані людині від народження, вони є і у тварин;

б) притаманні тільки людині, є результатом її виховання і суспільного середовища.

6. Вольові дії - це:

а) свідомі, довільні дії;

б) перехід від рішень до їх виконання;

в) дії, скеровані на досягнення свідомо поставлених цілей і пов'язані з подоланням перешкод;

г) імпульсивні дії, зв'язані з подоланням труднощів;

д) прийняття правильних рішень, накреслення плану їх виконання.

7. У яких рядках перелічено лише позитивні вольові якості особистості?

а) Наполегливість, самостійність, упертість, цілеспрямованість, мужність.

б) Цілеспрямованість, самовладання, наполегливість, сміливість, вередування, витримка.

в) Самовладання, сміливість, наполегливість, мужність.

г) цілеспрямованість, сміливість, навіюваність, мужність.

8.3 наведених нижче прикладів вольових дій вкажіть на вольові якості:

а) спуск з дуже крутої сніжної гори на ковзанах;

б) розв'язання дуже складної задачі з фізики;

в) закриття О. Матросовим своїм тілом амбразури ворожого доту.

9. Шестикласник для розвитку своєї волі часто переривав читання книжки на найцікавішому місці і не доторкувався до неї два-три дні. В такий спосіб він розвивав:

- а) витримку;
- б) самостійність;
- в) цілеспрямованість.

З названих вольових якостей виберіть потрібну. Відповідь обґрунтуйте.

III. Розв'яжіть психологічні задачі.

1. Хірург Наполеона любив говорити, що рани переможця загоюються швидше, ніж рани переможених. Чому?

2. Який психічний стан описано в даному прикладі:

Тогда на землю я упал;
И в исступлении рыдал;
И грыз сырую грудь земли,
И слезы, слезы
потекли В нее
горючею рекой...

3. «Якось в котельні... запалали ліси, облиті соляркою і мастилом. Всі розгубились. Всі згадали, що на лісах залишилось два балони з киснем - і в мить всі кинулись в розсипну. Вибухнуть балони - рознесуть нашу котельню вщент. І тут у вогонь кинувся робочий Рамаз Гулашвілі. Через хвилину він винирнув з вогнища з вже палаючими балонами. Коли пожежу загасили, ми кажемо: «Жора, а ну підніми ще раз балони!» Так він насилу підняв один».

Чому не два? Дати психологічне обґрунтування даного факту.

4. Проаналізуйте складні вольові дії, вкажіть, які функції виконує воля в кожному конкретному прикладі.

а) Одного разу Гусейн і Широслан посварилися. Широслан відмовився стрибнути на дно яру.

- Ну, стрибаймо. Он на той пісок, - наполягав Гусейн. Висота «вовчої ями» метрів п'ять-шість. Широслан мовчки відійшов у бік.

- Боїшся? - наступав на нього Гусейн.

- А навіщо це потрібно? - спокійно заперечив йому хлопчик.

(За Е.Ш. Натанзон).

б) «Уночі під час великої хуртовини Широслан допомагав батькові переганяти отару овець із пасовиська до села. Вівці, зачувши хижаків, несподівано помчали до урвища. Хлопчик не розгубився. Він кинувся навперейми, хоча знав, що від зіткнення з очманілими від страху тваринами він може зірватися в прірву. Так і сталося. Проте все-таки він встиг, біля самого урвища ударом кийка повернув барана-ватажка (за Е.Ш. Натанзон).

в) Людині дуже хочеться пити. Вона підходить до водойми, набирає води і хоче випити її. Проте їй кажуть: «В цій воді виявлено заразу, майте це на увазі».

Людина виливає воду і йде далі (за Б.О. Вяткіним).

5. Досвідчені хірурги нерідко стверджують. Що під час операції бачать кров пацієнта в тому місці, де торкнувся скальпель до тіла, коли ще не зроблено розрізу шкіри. Як пояснити це явище?

6. Про які форми переживань почуттів говориться

в наведених нижче уривках? Які ознаки їх?

а) «Стерня коле босі ноги, аж на плач збирається Хариті, піт великими краплями падає на землю, а бідна дівчинка жне та жне. Якось обернулась Харитя назад, щоб покласти нажатую жменьку, глянула навкруги і страх обхопив її. Адже вона одна на ниві!... Раптом - фурууу... Перепелиця пурхнула перед самим обличчям і, тріпочучи крилами, ледве перенесла на кілька ступнів своє тяжке, сите тіло. Серце закалатало в Хариті в грудях з переляку; далі наче спинилось, і Харитя окаменіла на місці. Лице пополотніло. Здорові сиві очі з жахом дивилися в жито. За хвилину Харитя трохи відійшла. Серце знов застукало в грудях. Харитя наважилась тікати» (М. Коцюбинський).

б) «...під час цього мого самого сильного кохання до неї був я на балі...

Я був не тільки веселим і задоволеним, я був щасливим, я був добрим, я був не я, а якась неземна істота, що не знає зла і здатна лише на добро...

Я обіймав в той час весь світ своєю любов'ю. Я любив і хазяйку..., і її чоловіка, і її гостей, і її лакеїв, і навіть інженера Анісімова, що дувся на мене...» (Л. Толстой).

в) «Все, все ми віддаємо тобі, Батьківщино... Все! Навіть наші серця. І хто не звів цього щастя, цієї краси вірності, той не жив по-справжньому» (Олесь Гончар).

г) У російського письменника Г. Успенського є оповідання «Выпрямила», в якому йдеться про бідного вчителя Тяпушкіна. Тяжке життя зігнуло його, позбавило щастя. Та зустріч з мармуровою статуєю

«выпрямила» його, дала змогу пережити незвідані почуття .Які саме?

«... зайшов я до Лувру... І раптом, в повному здивуванні зупинився перед Венерою Мілоською...

Я стояв перед нею, дивився на неї і безустанно запитував себе: «Що зі мною трапилось? Щось, чого я не міг зрозуміти, дихнуло в глибину моєї зібганої, покаліченої істоти і випростало мене, мурашками оживаючого тіла пробігло там, де вже, здавалось, не було чутливості, змусило всього «хряснути» саме так, коли людина росте, заставило також бадьоро прокинутись, не відчуваючи навіть ознак недавнього сну, і наповнило груди, весь організм свіжістю і світлом.

Я, не зводячи очей, дивився на кам'яну загадку, дошукуючись, чому так вийшло. Що це таке? Де і в чому таємниця цього твердого, спокійного, радісного стану всієї моєї істоти, що невідомо, як влився в мене?»

д) «Дівчинка плакала. Сльози, як дрібні горошини, котилися по її обличчю і падали, розливаючись мокрими плямами по підручнику з арифметики.

- Чому ти так гірко плачеш?- раптом залунав чийсь співчутливий голос.

Зіна повернулась. Перед нею стояв невисокий чоловік в чорному костюмі з кепкою в руці.

- Та задачка не виходить,- плачучи промовила Зіна.

- Не виходить? - серйозно перепитав він. - А як тебе звати?

- Зіна.

І дві голови схилюлися над підручником. За декілька хвилин задачка була розв'язана.

- Вийшла! Вийшла! - весело кричала дівчинка.

День за днем Зіна акуратно чекала дядю на завітній лаві, і він жодного разу не запізнився. А сьогодні Ніна з особливим нетерпінням слідкувала за позолоченими стрілками курантів... Раптом Зіна прожогом зірвалась з лави...

- Дядю! Дядю! Я сьогодні п'ятірку одержала! - кричала вона»

(Л. Лісная).

е) «Ліс викликав у мене почуття душевного спокою і затишку; в тому почутті зникали всі мої прикrostі, забувалось неприємне. І в той же час у мене росла особлива настороженість відчуттів: слух і зір ставали гостріші, пам'ять більш чутлива, місткість вражень - глибша»

(М. Горький).

7. Є люди, які без необхідності здійснюють небезпечні ризиковані дії. Так, деякі альпіністи обирають найскладніший маршрут до важкодоступної вершини. Чи можна вважати такі дії вольовими? Як пояснити їх природу?

IV. Практична частина

1. Знайдіть в художніх творах приклади проявів почуттів та дайте їм психологічну характеристику.
2. Проаналізуйте вияви почуттів персонажів таких картин: „Іван Грозний і син його Іван” І. Рєпіна, „Мисливці на спочинку” В. Перова, „Перемога” П. Кривоногова.
3. Дайте характеристику вольовим якостям князя

Андрія Волконського за твором Л. Толстого „Війна і мир”.

4. Методика Люшера (скорочений варіант); дослідження рівня суб’єктивного контролю (варіанти шкали локус-контролю Дж. Ролера); дослідження сили волі.

Дослідження суб’єктивного контролю

Тест-опитувальник, розроблений Є. Ф. Бажіним та ін. на основі шкали локусу контролю Дж. Роттера, бланк для відповідей, ручка.

Інструкція досліджуваному: «Запропонований Вам опитувальник має 44 твердження. Прочитайте їх і дайте відповідь, чи **згодні ви** з даним твердженням, чи **ні**. Якщо згодні, то в бланку для відповідей перед відповідним номером поставте знак «+», якщо ні - знак «-». Пам’ятайте, що в тесті немає «правильних» і «неправильних» відповідей. Свою думку висловлюйте відверто.

Надавайте перевагу тій відповіді, яка перша спала Вам на думку».

Опитувальник

1. Просування по службових сходах більше залежить від успішного збігу обставин, ніж від здібностей людини.
2. Більшість розлучень виникає через те, що люди не захотіли пристосуватися один до одного.
3. Хвороба - справа випадку: якщо маєш захворіти, то вже нічим не зарадиш.
4. Люди стають самотніми тому, що самі не виявляють інтересу і дружнього ставлення до

оточуючих.

5. Здійснення моїх бажань часто залежить від удачі.

6. Даремно докладати зусиль для того, щоб завоювати симпатії інших людей.

7. Зовнішні обставини (батьки, добробут) впливають на сімейне щастя не менше, ніж стосунки подружжя.

8. Я часто відчуваю, що мало впливаю на те, що відбувається зі мною.

9. Як правило, керівництво виявляється більш ефективним, коли повністю контролює дії підлеглих, а не покладається на їхню самостійність.

10. Мої оцінки в школі часто залежали від випадкових обставин (наприклад, від настрою вчителя), а не від моїх власних зусиль.

11. Коли я планую, то, здебільшого, вірю, що зможу втілити свої плани.

12. Те, що багатьом людям здається успіхом чи удачею, насправді є результатом тривалих цілеспрямованих зусиль.

13. Думаю, що правильний спосіб життя може більше допомогти здоров'ю, ніж лікарі та ліки.

14. Якщо люди не пасують один одному, то, як би вони не намагалися налагодити сімейне життя, вони все одно не зможуть цього зробити.

15. Те добре, що я роблю, звичайно буває гідно оцінено іншими.

16. Діти виростають такими, якими їх виховують батьки.

17. Думаю, що випадок чи доля не відіграють великої ролі в моєму житті.

18. Я намагаюся не планувати наперед, тому що

багато залежить від того, як складуться обставини.

19. Мої оцінки в школі залежали переважно від моїх зусиль і від ступеня підготовки.

20. У сімейних конфліктах я частіше відчуваю провину за собою, ніж за протилежною стороною.

21. Життя більшості людей залежить від збігу обставин.

22. Я надаю перевагу такому керівництву, при якому можна самостійно визначати, що і як робити.

23. Думаю, що мій спосіб життя жодним чином не є причиною моїх хвороб.

24. Як правило, саме невдалий збіг обставин заважає людям досягнути успіху в своїх справах.

25. Урешті-решт, за погане керівництво відповідають самі люди, які працюють в установі.

26. Я часто відчуваю, що нічого не можу змінити в стосунках, що склалися в сім'ї.

27. Якщо я дуже захочу, то зможу привернути до себе будь-кого.

28. На підростаюче покоління впливає так багато всіляких обставин, що зусилля батьків у вихованні часто виявляються нерезультативними .

29. Те, що зі мною трапляється, - це справа моїх власних рук.

30. Важко буває зрозуміти, чому керівники діють так, а не інакше.

31. Людина, яка не змогла досягти успіху у своїй роботі, швидше за все, не доклала достатньо зусиль для цього.

32. Найчастіше я можу домогтися від членів моєї сім'ї того, чого я хочу.

33. У неприємностях і невдачах, які траплялися в моєму житті, більше були винні інші люди, ніж я.
34. Дитину завжди можна вберегти від застуди, якщо за нею доглядати і правильно її одягати.
35. У складних обставинах я вважаю за краще зачекати, доки проблема розв'яжеться сама по собі.
36. Успіх - це результат наполегливої праці, і він мало залежить від випадку чи від удачі.
37. Я відчуваю, що від мене більше, ніж від інших, залежить щастя моєї сім'ї.
38. Мені завжди було важко зрозуміти, чому я подобаюсь одним людям і не подобаюсь іншим.
39. Я завжди надаю перевагу прийняттю рішень і самостійним діям, а не сподіваюся на допомогу інших людей чи на долю.
40. На жаль, заслуги людини часто залишаються не визнаними, незважаючи на всі її намагання.
41. У сімейному житті бувають такі ситуації, які неможливо змінити навіть за найбільшого бажання.
42. Здібні люди, які не зуміли реалізувати свої можливості, мають звинувачувати в цьому тільки самих себе.
43. Багато моїх успіхів були можливі тільки завдяки допомозі інших людей.
44. Більшість невдач у моєму житті були від невміння, від незнання або від лінощів і мало залежали від удачі чи від невдачі.

Опрацювання результатів

Отримання показника локусу суб'єктивного контролю, тобто показника загальної інтернальності

Io. Це – сума збігів відповідей досліджуваного з відповідями, які наведено в ключі.

КЛЮЧ

Відповідь	Номери запитань
+ (згоден)	2,4,11, 12,13,15, 16,17, 19,20, 22,25 27,29, 31, 32,34,36,37,39,42,44
- (не згоден)	1,3,5,6,7,8, 9,10,14,18,21,23, 24,26, 28, 30, 33, 35,38,40,41,43

Аналіз результатів

Локус контролю - це характеристика вольової сфери людини, яка відображає її нахил приписувати відповідальність за результати своєї діяльності зовнішнім силам або власним здібностям і зусиллям. Приписування відповідальності за результати своєї діяльності зовнішнім силам називається екстернальним, або зовнішнім, локусом контролю, а приписування відповідальності власним здібностям і зусиллям - інтернальним, або внутрішнім локусом контролю.

Таким чином, можливі два полярних типи особистостей залежно від локалізації контролю: екстернальний та інтернальний. Будь-якій людині властива певна позиція на континуумі від екстернального до інтернального типу.

Отриманий у процесі оброблення результатів показник локусу контролю (*Io*) розшифровується так:

Величина <i>l0</i>	Локус контролю
0-21	Екстернальний
22-44	I

У цілому, чим більша величина інтернальності, тим менша екстернальність.

Локус контролю, характерний для людини, є універсальним стосовно будь-яких типів подій і ситуацій, з якими їй доводиться стикатися. Один і той же тип контролю проявляється як у разі невдач, так і в разі успіхів, причому це спостерігається в різних сферах життєдіяльності суб'єкта.

Для певного рівня локусу контролю користуються такими межами шкали інтернальності:

Показник інтернальності (<i>To</i>)	Рівень локусу контролю
0-11	Низький рівень інтернальності
12-32	Середній рівень інтернальності
33-44	Високий рівень інтернальності

При *низькому рівні інтернальності* люди майже не бачать зв'язку між своїми діями і важливими для них подіями життя. Вони не вважають себе здатними контролювати розвиток таких подій і гадають, що більшість їх є результатом випадку чи вчинків інших людей. Тому «екстернали» емоційно нестійкі, схильні до неформального спілкування і поведінки, слабо

комунікабельні, у них поганий самоконтроль і висока напруженість.

Високий рівень інтернальності відповідає високому рівню суб'єктивного контролю над будь-якими значущими подіями. Люди, які мають такий локус контролю, вважають, що більшість важливих подій у їхньому житті — результат власних дій, що вони можуть ними керувати і відчують відповідальність і за ці події, і зате, як складається їхнє життя в цілому. «Інтернали» з високими показниками суб'єктивного контролю мають емоційну стабільність, вони впertі, рішучі, відрізняються комунікабельністю, значним самоконтролем і стриманістю.

Середній рівень інтернальності властивий більшості людей. Особливості їхнього суб'єктивного контролю можуть дещо змінюватися залежно від того, чи здається людині ситуація складною чи простою, приємною чи неприємною тощо. Хоча їхня поведінка і психологічне почуття відповідальності за неї залежать від конкретних соціальних ситуацій, усе ж можна і в них встановити перевагу того чи іншого локусу контролю.

Таким чином, суб'єктивний локус контролю пов'язаний з відчуттям людиною своєї сили, відповідальності за те, що відбувається в її житті, із самоповагою, із соціальною зрілістю і самостійністю особистості. Тому, складаючи рекомендації для самовдосконалення, потрібно враховувати, що:

- конформна, поступлива поведінка більшою мірою притаманна людям з екстернальним локусом контролю; інтернали менш схильні підкорятися

тискові (думкам, емоціям та ін. інших людей);

- людина з інтернальним локусом контролю краще працює на самоті;

- інтернали більш активно шукають інформацію, як правило, більше ознайомлені із ситуацією, ніж екстернали;

- в інтерналів більш активна, ніж в екстерналів, позиція щодо свого здоров'я.

Дослідження показало: інтернали більш популярні, займають сприятливу позицію в системі міжособистісних стосунків. Вони більш бажані для суспільства, впевненіші в собі й терпиміші.

Особи з інтернальним локусом контролю надають перевагу недирижуваним методам виховання і психокорекції. А в роботі з екстерналами важливо звертати увагу на тривожність та депресію.

Дослідження «сили волі»

Інструкція: *Вам потрібно прочитати судження і дати відповідь «так» чи «ні»:*

1. Чи в стані ви завершити розпочату роботу, яка Вам не цікава відразу, незалежно від того, що час і обставини дозволяють Вам відірватися, а потім продовжити?

Чи можете Ви без особливих зусиль подолати внутрішнє протистояння, коли вам потрібно зробити щось неприємне (наприклад, прийти на навчання у вихідний день)?

2. Коли потрапляєте у конфліктну ситуацію — у навчанні або побуті — чи в змозі Ви взяти себе в руки настільки, щоб подивитися на ситуацію без надмірної

емоційності, свідомо, з максимальною об'єктивністю?

3. Якщо Вам прописали дієту, чи зможете ви подолати спокусу заборонених продуктів?

4. Чи знайдете Ви в собі сили встати вранці раніше звичайного, як це було заплановано ввечері?

5. Чи залишитеся Ви на місці трагічної події для того, щоб дати свідчення?

6. Ви швидко відповідаєте на листи?

7. Якщо у Вас виникає страх перельоту на літаку чи відвідування стоматологічного кабінету, чи зможете Ви без особливих зусиль подолати це відчуття і в останній момент не змінити свого рішення?

8. Чи зможете Ви приймати дуже неприємні ліки, які Вам наполегливо рекомендують лікарі?

9. Чи виконуєте Ви поспішно дану обіцянку, навіть якщо її виконання принесе Вам немало клопоту, іншими словами, чи є Ви людиною слова?

10. Чи без коливання Ви вирушаєте у відрядження в незнайоме місто?

11. Чи чітко Ви дотримуєтеся розпорядку дня: часу пробудження, прийняття їжі, навчання, прибирання та інших справ?

12. Чи критично Ви ставитеся до бібліотечних заборгованостей?

13. Навіть найцікавіша телепередача не змусить Вас відкласти термінову і важливу роботу. Так це чи ні?

14. Чи зможете ви припинити сварку і промовчати, хоч якими б образливими вам здавалися слова опонента?

Дайте відповідь на поставлені запитання, оцінюючи

їх балами наступним чином: «так» — 2 бали; «не знаю» — 1 бал; «буває» — 1 бал; «ні» — 0 балів.

Опрацювання результатів

На всі запитання відповідайте з максимальною щирістю, а потім підсумуйте отримані бали.

0-12 балів: із силою волі справи у Вас не дуже добрі. Ви виконуєте те, що легше і цікавіше, навіть якщо це може чимось зашкодити.

До своїх зобов'язань ставитеся без особливого ентузіазму, що нерідко призводить до конфліктних ситуацій. Ваша позиція характеризується відомим висловом «Що, мені більше всіх потрібно?» Будь-яке прохання чи зобов'язання ви сприймаєте майже як фізичний дискомфорт. І справа тут не в слабкості волі, а у Вашому егоїзмі. Спробуйте подивитися на себе з точки зору саме цих оцінок і це допоможе Вам змінити своє ставлення до оточуючих, дещо змінивши в своєму характері. Якщо Вам це вдасться, то Ви лише виграєте.

13-21 бал: сила волі у Вас посередня. Якщо стикаєтеся з труднощами, то намагаєтеся їх долати. Але якщо побачите обхідні шляхи, відразу ж скористаєтесь ними. Не перестараетесь, але і даного Вами слова не порушите. За власним бажанням зобов'язань на себе не візьмете. Це не зовсім позитивно характеризує Вас перед керівництвом і оточуючими. Якщо маєте намір досягнути в житті більшого, спробуйте тренувати волю.

22-30 балів: із силою волі у Вас все добре. У важку хвилину Ви не підведете. Вас не лякають ні нові доручення, ні далекі поїздки, ні справи, котрі лякають інших. Хоча інколи ваша чітка і тверда позиція з

непринципових питань набридає оточуючим. Сила волі це дуже добре, але бажано у своєму активі мати і такі якості, як гнучкість, поблажливість, доброта.

Теми доповідей та рефератів

1. Стрес та афект.
2. Фрустрація та її наслідки.
3. Особливість гіпнотичного стану і три стадії гіпнозу.
4. Теорії емоцій, характеристика цих теорій.
5. Історія розвитку уявлень про волю.
6. Теорії волі і їх природа.
7. Психолого-філософський аналіз проблеми „свободи волі” як усвідомленої необхідності.

Тема 4. Індивідуально-типологічні властивості особистості

Заняття 1. Темперамент. Характер.

1. Темперамент, фізіологічне підґрунтя темпераменту.
2. Властивості темпераменту.
3. Характеристика основних типів темпераменту.
4. Характер, структура, основні риси характеру.
5. Акцентуації характеру.
6. Темперамент, характер і професійна діяльність.

Заняття 2. Здібності

1. Поняття про здібності.
2. Задатки як біологічні передумови розвитку здібностей.
3. Різновиди здібностей.
4. Формування здібностей до майбутньої професійної діяльності.

Основні поняття: індивідуально-типологічні властивості, темперамент, властивості: сензитивність, активність, реактивність, пластичність, ригідність, темп реакцій, інтровертованість, екстравертованість.

Характер, структура характеру, симптомокомплекси, акцентуація характеру. Задатки, здібності, обдарованість, талант, геніальність.

Рекомендована література основна:

1. Степанов О.М. Основи психології і педагогіки / О.М. Степанов, М.М. Фіцула. - К.: Академ. видав,

2003. - 504 с.

2. Основи психології. Підручник / За ред. О.В. Киричука, В.А. Роменця. - К.: Либідь, 1997 - 632 с.

3. Психологічний словник / За ред. В. І. Войтка. - К.: Вища школа, 1982.-216с.

додаткова:

1. Петренко А. Соціальна психологія: теорія і практика : навч. посіб. / А. Петренко. – Харків: Фоліо, 2018. – 280 с.

2. Шевченко Н. Психологія професійної діяльності / Н. Шевченко. – Тернопіль : Навчальна книга – Богдан, 2022. – 198 с.

3. Максименко С.Д. Загальна психологія: Навчальний посібник / С. Д. Максименко, В.О. Соловієнко - К.:МАУП, 2001. - 257 с.

4. Ковальчук І. Психологія особистості: сучасний підхід : навч. посіб. / І. Ковальчук. – Львів : Світ, 2020. – 232 с.

Запитання. Завдання для самостійної роботи

I. Самоперевірка

1. Яка психічна властивість особистості зветься темпераментом? У чому конкретно він виявляється?

2. Хто вперше зробив спробу визначити типи темпераментів? Який вклад у вчення про темперамент вніс І.П. Павлов?

3. Охарактеризуйте відмінності між поняттями «властивість нервової системи», «тип нервової системи», «темперамент».

4. Розкрийте фізіологічні основи кожного типу темпераменту.

5. Чи можна змінити свій темперамент?
6. У людей якого темпераменту переважає пригнічений настрій? У кого рівний, спокійний?
7. Чому сангвініки легко пристосовуються до нових умов життя, а флегматики - дуже важко?
8. Чому життєві негаразди в меланхоліка можуть швидше, ніж в інших людей за темпераментом, викликати психічні розлади?
9. Назвіть позитивні риси холериків та флегматиків.
10. При яких обставинах сангвініки, меланхоліки доводять розпочату справу до кінця?
11. Поясніть як проявляються компенсаторні особливості психіки людини в індивідуальному стилі діяльності.
12. Дайте визначення поняття «характер».
13. Як співвідносяться в характері людини соціальне і біологічне?
14. Як саме обставини впливають на зміну характеру особистості?
15. Чи буде самовиховання ефективнішим ніж виховання?
16. Дайте визначення здібностей. Яке їх значення у житті людини?
17. Що таке задатки? В якому зв'язку перебувають вони із здібностями?
18. Розкрийте взаємозв'язок між здібностями і діяльністю людини.
19. Охарактеризуйте загальні та спеціальні здібності.
20. Проаналізуйте думку П. Антокольського:
“Бездарність дитини - завжди наслідок відсутності виховання”.

21. Поясніть, чи можна за результатами діяльності судити про розвиток здібностей людини?
22. Чому яскраво виражені у дитини нерідко зникають з віком?
23. Які особливості здібностей виявилися в тому. Що геніальний Ейнштейн часто забував день народження своїх дітей?
24. Дайте характеристику художньому, мислительному та середньому типу нервової діяльності.
25. Чим зумовлені екстравертованість та інтровертованість людини за Г. Айзенком
26. Відповідність між ознаками темпераменту за І. П. Павловим і властивостями особистості за Г. Айзенком?
27. Типологічні теорії особистості (Галль, Ломброзо, Кречмер). На чому вони базувалися?
28. Характеристика циклотимного (пікнічного) типу особистості за Кречмером?
29. Шизотимічний (астенічний) тип особистості за Кречмером?

II. На подані нижче запитання дано по кілька відповідей. Знайдіть серед них найбільш вірні та обґрунтуйте їх.

1. Яке з наведених визначень здібностей є правильним?
 - а) Здібності-індивідуально-психологічні властивості, що є необхідною умовою виконання творчої діяльності.
 - б) Психічні властивості. Що зумовлюють успішне

навчання.

в) Психічні властивості, що є вродженими і слугують основою успішного виконання будь-якої діяльності.

г) Індивідуально-психологічні властивості, що відповідають вимогам даної діяльності і є умовою її успішного виконання.

д) Індивідуально-психологічні властивості, що виявляються і розвиваються в творчій діяльності.

2. Яке твердження є правильним?

а) Здібності існують незалежно від діяльності і поза нею.

б) Поза діяльністю здібності існувати не можуть.

в) Здібності в діяльності виявляються, в ній і розвиваються.

г) Здібності розвиваються незалежно від діяльності, але в діяльності виявляються.

3. Під задатками треба розуміти:

а) вроджені здібності до якоїсь діяльності;

б) Здобуті в процесі навчання і виховання властивості особистості, що характеризують її здатність до якоїсь діяльності;

в) психологічні властивості, що сумовою успішного виконання якоїсь діяльності;

г) вроджені анатомо-фізіологічні особливості, що є однією з передумов розвитку здібностей.

4. Г. Айзенкусіх індивідів поділяв на:

а) екстравертів;

б) інтернатів;

в) екстернатів;

г) невротиків.

5. За типологією Кречмера, люди мають таку

конституцію (статуру):

- а) астенічну;
- б) пікнічну;
- в) симетричну;
- г) атлетичну;
- д) респектабельну.

6. До складної системи характеру входять:

- а) воля;
- б) темперамент;
- в) мораль;
- г) інтелект;
- д) зріст.

7. Гіпертимний тип акцентуованих особистостей характеризується:

- а) схильністю до песимізму;
- б) надмірною контактністю;
- в) невмінням зосередитись;
- г) не багатослів'ям;
- д) енергійністю.

8. Демонстративний тип особистостей відзначається:

- а) схильністю до авантюризму;
- б) пасивністю;
- в) егоїстичністю;
- г) прагненням бути в центрі уваги;
- д) сором'язливістю.

III. Психологічні задачі

1. За характеристикою визначте тип темпераменту людини:

- а) Для них характерні енергійність, захопленість,

пристрасність, цілеспрямованість, рухливість. Разом з тим збудливість, агресивність, нетерпіння, нестриманість, конфліктність. Підходить робота, що не потребує лишньої регламентації і шаблонів; робота, що допускає імпровізацію. У відносинах з ними не допустимі різкість, нестриманість. Будь-який їх проступок має вимогливо і справедливо оцінюватись.

б) Представники цього типу темпераменту, як правило, чуйні, зацікавлені, товариські, рухливі, життєрадісні. Разом з тим їх відрізняє зазнайство, «розкиданість» (тобто вони можуть починати багато справ, не доводячи жодної до закінчення), легковажність, контактність.

Потребують детального і частого контролю за їх діяльністю.

в) їх відрізняє постійність, стійкість в умовах екстремальних дій. Як правило, це люди слова, раз і назавжди даного, і яке прагнуть стримати. Разом з тим їх характерна повільність, інколи байдужість до емоційної сторони життя. Крім того їх відрізняє педантичність і підкреслена акуратність. Потрібна робота не потребує швидких рухів. Його не можна швидко переключати з однієї задачі на іншу, потребує постійної уваги, але без спонукань.

г) їм властиві висока чутливість, людяність, м'якість, добросердечність, здатність до співчуття. Часто виступають емоційними лідерами в групі. Але для них також характерні невисока працездатність і часте відволікання на різні подразники, вразливість, навіюваність, ранимість. Потрібна робота, що потребує відносно простих і стереотипних дій, в якій

екстремальність зведена до мінімуму. У стосунках з ними не допустимі не лише різкість, але й спілкування на підвищених тонах, іронія. Про їх проступки краще говорити з ними наодинці. Позитивні результати на його ставлення до роботи дасть своєчасна похвала за успіхи, рішучість і волю.

2. Поясніть таку думку поетеси Л. Танічевої:

«Большая воля - Это стрежень
Души, характера, судьбы».

3. Як ви будете реагувати на таку заяву батька дошкільниці:

«Моя Віра - нечепура, як і її мати.

Неохайність донька дістала від матері за спадковість. Доброту успадкувала від мене»?

4. Уявіть, що ви керівник фірми і набираєте працівників. Осіб якого типу темпераменту ви б хотіли бачити на посадах секретаря, референта, водія транспорту, агента з реклами, агента зі зв'язків з громадськістю, бухгалтера, охоронця? Поясніть чому.

5. У народному прислів'ї сказано: «Посієш вчинок - пожнеш звичку. Посієш звичку - пожнеш характер, посієш характер - пожнеш долю». Про яку закономірність характеру йдеться?

Прочитайте притчу і поясніть, якими повинні бути умови, щоб людина могла розвинути свої задатки і перетворити їх на здібності:

«Дуже допитливий чоловік хотів з'ясувати, хто був найвидатнішим полководцем усіх часів і народів. Йому сказали, що найкращий уже помер і піднісся на небо. Біля райських воріт чоловік звернувся до апостола Петра з проханням допомогти у пошуках.

Апостол вказав на душу, яка стояла неподалік.

-Вибачте. Цього чоловіка я знав у земному житті. Він був шевцем.

- Правильно. Але якби він став полководцем, то, без сумніву, перевершив би всіх».

IV. Практична частина

1. Назвіть типових холериків, сангвініків, флегматиків, меланхоліків серед персонажів художніх творів. Підтвердіть свої думки цитатами.

2. Вивчіть риси характеру, що найяскравіше проявляються у вашого сусіда по партії.

3. Ознайомлення з методиками:

**** Виявлення акцентуації за допомогою тесту-опитувальника А. Шмишека***

В основі тесту-опитувальника лежить концепція акцентуйованих особистостей К. Леонгарда, згідно з якою акцентуації - це «загострення» деяких, притаманних кожній людині, індивідуальних властивостей. К. Леонгард розрізняє акцентуйовані властивості характеру і темпераменту.

Тест містить 10 шкал, що являють собою перелік із 88 запитань, які передбачають один із двох варіантів відповідей: «так» або «ні».

Інструкція. Пропоновані запитання стосуються різних сфер вашого життя. На кожне запитання слід відповідати «так» або «ні». Кожна відповідь має віддзеркалювати вашу думку про себе. Це не випробування розуму чи здібностей, тому тут немає ні поганих, ні гарних відповідей. Не затримуйтеся довго на одному питанні. Фіксуйте першу відповідь, яка

спала вам на думку.

Список запитань

<i>№п/п Запитання</i>

1. Ти зазвичай спокійний, веселий?
2. Чи легко ти ображаєшся, засмучуєшся?
3. Чи легко ти можеш розплакатися?
4. Чи багато разів ти перевіряєш, чи немає помилок у твоїй роботі?
5. Чи був ти у дитинстві таким самим відважним, як і твої- ровесники?
6. Чи легко ти переходиш від радості до смутку і навпаки?
7. Чи любиш ти старшувати у грі?
8. Чи бувають дні, коли ти безпричинно на все злишся?
9. Чи серйозна ти людина?
10. Чи завжди ти прагнеш добросовісно виконувати завдання викладачів?
11. Чи підприємливий ти?
12. Чи скоро ти забуваєш, якщо когось образив?
13. Чи вважаєш ти себе м'якосердим, чи вмієш співчувати?
14. Кинувши листа до поштової скриньки, перевіряєш ти рукою, чи не застряг він у прорізі?
15. Чи прагнеш ти бути найкращим у навчанні, в гуртку, у спортивній секції?
16. Коли ти був маленьким, чи боявся грози, собак?
17. Чи вважають тебе однолітки занадто старанним і акуратним?

18. Чи залежить твій настрій від домашніх і навчальних справ?
19. Чи можна сказати, що більшість твоїх знайомих тебе любить?
20. Чи буває в тебе неспокійно на душі?
21. Тобі зазвичай трішки сумно?
22. Переживаючи горе, чи доводилося тобі ридати?
23. Тобі важко затримуватися на одному місці?
24. Чи борешся ти за свої права, коли з тобою чинять несправедливо?
25. Чи доводилося тобі коли-небудь стріляти з рогатки в котів?
26. Чи дратує тебе, коли фіранка (скатертина) висить (лежить) нерівно?
27. Коли ти був маленьким, чи боявся залишатися один удома?
28. Чи буває так, що тобі весело або сумно без причини?
29. Ти - один з найкращих студентів у групі?
30. Чи часто ти веселишся, дурієш?
31. Чи легко ти можеш розізлитися?
32. Чи відчуваєш ти себе коли-не-коли дуже щасливим?
33. Чи вмієш ти розвеселяти друзів?
34. Чи можеш ти просто сказати комусь усе, що про нього думаєш?
35. Чи боїшся ти вигляду крові?
36. Чи охоче ти виконуєш громадські доручення?
37. Чи заступаєшся ти за тих, із ким вчинили несправедливо?
38. Тобі моторошно увійти в порожню темну кімнату?

39. Тобі більше до душі повільна і точна робота, ніж швидка і не така точна?
40. Чи легко ти знайомишся з людьми?
41. Чи охоче ти виступаєш на урочистих зібраннях, вечірках?
42. Ти коли-небудь утікав з дому?
43. Ти коли-небудь засмучувався через сварку з однокурсниками, викладачами настільки, що піти потім до інституту здавалося нестерпним?
44. Чи здається тобі життя важким?
45. Чи можеш ти навіть у разі невдачі посміятись над собою?
46. Чи прагнеш ти помиритися, якщо сварка сталася не з твоєї вини?
47. Чи любиш ти тварин?
48. Чи підеш ти з дому або з роботи, знаючи, що у тебе там не все гаразд?
49. Чи здається тобі часом, що з тобою або твоїми рідними має статись щось лихе?
50. Чи залежить твій настрій від погоди?
51. Чи викличе у тебе труднощі виступ на сцені перед великою кількістю глядачів?
52. Чи можеш ти, якщо тебе навмисно грубо образять, дати волю рукам і почати бійку?
53. Чи багато ти спілкуєшся?
54. Якщо тобі не таланить, чи впадеш ти в розпач?
55. Чи подобається тобі робота організаторського характеру?
56. Чи вперто ти прагнеш мети. Навіть якщо на шляху трапляються перешкоди?
57. Чи плакав ти коли-небудь під час перегляду

кінофільму, читання сумної книги?

58. Чи буває тобі важко заснути через якісь проблеми?

59. Чи доводилось тобі в шкільні роки користуватися підказками або списувати у товаришів домашнє завдання?

60. Чи побоявся б ти пройти ввечері сам через кладовище?

61. Чи слідуєш ти за тим, щоб кожна річ лежала на своєму місці?

62. Чи буває так, що ти лягаєш спати з одним настроєм, а прокидаєшся з іншим?

63. Чи легко ти звикаєш до нових ситуацій?

64. В тебе часто буває головний біль?

65. Чи часто ти смієшся?

66. Чи можеш ти бути привітним з людьми не відкриваючи свого істинного ставлення до них?

67. Чи можеш ти зробити багато різних справ за один день?

68. Чи сильно ти страждаєш від несправедливості?

69. Чи любиш ти природу?

70. Чи є у тебе звичка перевіряти перед сном або виходячи з дому, чи зачинені двері, чи вимкнені світло, газ?

71. Ти лякливий?

72. Чи буває, що ти відчуваєш себе на «сьомому небі», хоча об'єктивних причин для цього немає?

73. З охотою ти брав (береш) участь в гуртках художньої самодіяльності, драматичному гуртку?

74. Чи буває в тебе без особливої причини похмурий настрій, коли ні з ким нема бажання спілкуватися?

75. Ти дивишся на майбутнє песимістично?

76. Чи може твій настрій змінитися від найвищої радості до глибокого смутку за короткий період часу?
77. Чи легко змінюється твій настрій в дружній компанії?
78. Чи довго ти сердишся, тебе переповнює злість?
79. Чи сильно ти переживаєш, якщо горе сталося у іншої людини?
80. Чи часто ти, коли був школярем, через помилку, виправлення переписував аркуші в зошиті?
81. Чи вважаєш ти себе недовірливою особою?
82. Чи часто тобі сняться страхітливі сни?
83. Чи виникало в тебе бажання вискочити у вікно або кинутись під машину, потяг?
84. Чи стає і тобі весело, коли всі довкола веселяться?
85. Чи легко тобі відволіктися від неприємних обтяжливих питань і не думати про них?
86. Чи важко тобі стримувати себе, якщо ти розізлишся?
87. Зазвичай ти небагатослівний, мовчазний?
88. Чи міг би ти, беручи участь у театральному видовищі, настільки увійти в роль, що забув би, хто ти є насправді?

Ключ: Якщо співпадає відповідь на питання з ключем, відповіді присвоюється один бал. Із використанням ключів підраховуються сума «сирих» балів за кожною шкалою (знак «мінус» означає негативну відповідь). Добуток «сирого» балу (суми «збігів» відповідей з ключем) на коефіцієнт дає показник типу акцентуації.

№ шк али	Тип акцнгуації	Номери запитань кожної і ікали	Коефіці єнт	«Сирі» бали	Показ ник акцент уації
1.	Гіпертимний	«+»: 1,11,23,33,45,55,67, 77	3		
2.	Тривожний	«+»: 16,27,38,49,60,71,82 «-»: 5	3		
3.	Дистимічний	«+»: 21,43,44,75,87 «-»: 30.53.65	3		
4.	Циклотимічний	«+»: 6,18,28,40,50,6172, 84	3		
5.	Збудливий	«+»: 8,20,31,42,52,64,74, 86	3		
6.	Емотивний	«+»: 3,13,35,47,57,69,79 «-»: 25	3		
7.	Застраглий	«+»: 2,10,24,34,37,56,68, 78,81. «-»: 12,46,59	2		
8.	Педантичний	«+»:4,14,17,26,39,48,58,61,70,80. 83 «-»: 36	2		
9.	Демої ісграгивний	«+»: 7,15,19,29,41,63,66, 73,85,88 «-»: 9,51	2		
10.	Екзальтований	«+»: 22.32,54.76	6		

Максимальний показник кожного типу акцентуації дорівнює 24 балам. Ознакою акцентуації вважається показник який перевищує 12 балів.

Характеристика типів акцентуацій (скорочений варіант)

Гіпертимний тип. Люди цього типу характеризуються контактністю, комунікабельністю, враженістю міміки і жестів. Часто відхиляються від теми розмови. З оточуючими виникають конфлікти з приводу халатності та несерйозного ставлення до службових та сімейних обов'язків. Вони - ініціатори

конфлікту, але часто ображаються, коли їм роблять зауваження. Позитивні риси: енергійність, ініціативність, оптимізм, жага до діяльності. Негативні риси: схильність до аморальних вчинків, підвищена подразливість, несерйозне ставлення до своїх обов'язків, легковажність. Вони важко переносять умови дисципліни, монотонну діяльність, самотність.

Дистимічний тип. Людям цього типу притаманна низька контактність, песимістичний настрій. Такі люди рідко вступають у конфлікти, ведуть замкнений спосіб життя. Вони високо цінують друзів і готові їм підпорядкуватися. Позитивні риси: серйозність, загострене почуття справедливості, сумлінність. Негативні риси: пасивність, загальмованість мислення, індивідуалізм.

Циклоїдний тип. Часті зміни настрою, манери спілкування. Характеризуються зміною гіпертимних та дистимічних станів. Під час душевного піднесення поводять себе як гіпертиміки, під час спаду - як дистиміки.

Збудливий тип. Низька контактність у спілкуванні, гальмування вербальних і невербальних реакцій. Занудливі, похмурі, схильні до хамства, конфліктів, сварок. В емоційно спокійному стані вони сумлінні, акуратні, люблять тварин та дітей. Однак під час збудження вони погано контролюють свою поведінку.

Застрагаючий тип. Помірне спілкування, схильність до повчань. У конфліктах - ініціатор. Прагне досягти високих показників у будь-якій справі має підвищену вимогливість до себе. Чутливий до

соціальної справедливості, разом з тим підозріливий, недовірливий, образливий, інколи надзвичайно самовпевнений, ревнивий.

Педантичний тин. В конфлікт вступає рідко, пасивна сторона. На службі - бюрократ (занадто великі вимоги до оточуючих), але поступається лідерством іншим. Позитивні риси: сумлінність, акуратність, серйозність, надійність. Негативні риси: формалізм, занудливість.

Тривожний тип. Низька контактність, боягузтво, невпевненість, мінорний настрій. Рідко вступає в конфлікти. Позитивні риси: товарииськість, самокритичність, сумлінність. Унаслідок своєї незахищеності слугують «козлами відпущення», мішенями для жартів.

Емотивний тин. Надають перевагу спілкуванню в вузькому колі людей, з якими встановлені добрі стосунки, розуміють «з півслова». Рідко вступають у конфлікти. Образи носять у собі. Позитивні якості: доброта, емпатійність, почуття обов'язку, старанність, ретельність. Негативні риси: надмірна чутливість, плаксивість.

Демонстративний тип. Легкість встановлення контактів, прагнення влади, лідерства, похвали. Добре адаптується до людей, має схильність до інтриг. Дратують оточуючих самовпевненістю і високими вимогам, провокують конфлікти. Позитивні якості: галантність, артистичність, здатність захопити інших, неординарність мислення та вчинків. Негативні риси: егоїзм, лицемірство, хвалькуватість, зухвалість.

Екзальтований тип. Висока контактність,

закоханість, балакучість. Дуже часто сперечаються, але не доводять до конфліктів. У конфліктах бувають як активні, так і пасивні. Уважні до близьких та родичів; альтруїстичні, емпатійні; мають добрий смак; виявляють яскравість почуттів. Негативні риси: схильні перебувати під впливом швидкоплинних настроїв та впадати в паніку. (Розширено див.: Леонгард К. Акцентуированные личности. - К.: Вища школа, 1981).

* Г. Айзенк “тип темпераменту” [20, С. 211-215].

Теми доповідей та рефератів

1. Темперамент і стиль діяльності.
2. Характер і здібності.
3. Характер, психологічні процеси і стани особистості.
4. Характер і темперамент.
5. Структура характеру.
6. Спадковість і здібності.
7. Динаміка сумісності людей залежно від психосоціотипів, темпераменту та ін.
8. Конституційні теорії темпераменту (Креч мер, Шелдон, Сіге).
9. Механізми, прийоми, способи прискореного розвитку людських здібностей.

**Розділ 2. Соціально-психологічні основи
життєдіяльності людини**
Тема 5. Психологія спілкування і діяльності
Заняття 1

1. Фізіологічний, психологічний і соціальний аспекти діяльності особистості.
2. Основні риси і структура діяльності.
3. Види і психологічні засоби діяльності: знання, вміння, навички.
4. Психологічні особливості трудової діяльності і її роль в формуванні особистості (професійне самовизначення і професійне становлення).
5. Сутність і функції спілкування.
6. Види і засоби спілкування.
7. Ефективність та стилі спілкування.
8. Оволодіння навичками спілкування.

Основні поняття:

Діяльність, цілі діяльності, мотиви діяльності, дія, операція, зовнішня активність, внутрішня активність, гра, навчання, праця.

Спілкування, засоби спілкування, комунікативна, перцептивна, інтерактивна сторони спілкування.

Рекомендована література

основна:

1. Степанов О.М. Основи психології і педагогіки / О.М. Степанов, М.М. Фіцула. - К.:Академвидав, 2003. - 504 с.
2. Дуткевич Т.В. Лабораторно-практичні заняття з загальної психології /Т.В.Дуткевич, Л.П. Скорич. - Кам.-Под., 1997. - 104 с.
3. Орбан - Лембрик Л.Е. Соціальна психологія /

Л.Е. Орбан- Лембрик. - К.: Академвидав, 2003. - 446 с.

додаткова:

1. Петренко А. Соціальна психологія: теорія і практика : навч. посіб. / А. Петренко. – Харків: Фоліо, 2018. – 280 с.

2. Шевченко Н. Психологія професійної діяльності / Н. Шевченко. – Тернопіль : Навчальна книга – Богдан, 2022. – 198 с.

3. Максименко С.Д. Загальна психологія: Навчальний посібник / С. Д. Максименко, В.О. Соловієнко - К.:МАУП, 2001. - 257 с.

4. Ковальчук І. Психологія особистості: сучасний підхід : навч. посіб. / І. Ковальчук. – Львів : Світ, 2020. – 232 с.

I. Запитання. Завдання для самостійної роботи

1. Що таке діяльність людини? Розкрийте її суспільно історичний характер.
2. Назвіть і охарактеризуйте основні види діяльності людини і шпільніт Яка їх роль у розвитку особистості.
3. У чому принципова відмінність діяльності людини від складних форм поведінки тварин?
4. Як виробляються навички і яка функція свідомості при цьому?
5. Які бувають навички за своєю психічною структурою?
6. Що таке учіння і в яких формах воно виступає?
7. Що фіксують і в чому виражаються знання"
8. У якій формі бувають знання?
9. Чим відрізняється навчальна діяльність від ігрової?

Навчання від праці? Гра від праці?

10. Чим відрізняється репродуктивна і творча праця?
11. Розкрити суть процесів інтериоризації і екстеріоризації.
12. Яку роль відіграють мотиви в формуванні потреб?
13. В якому відношенні знаходяться мотив - мотивація - мотивування?
14. Чи можна використовувати внутрішнє мовлення для спілкування з іншими людьми?
15. Як пов'язані між собою діяльність і спілкування?
16. Охарактеризуйте роль невербальних засобів спілкування.
17. Як здобути прихильність партнера по спілкуванню?
18. Які ви знаєте механізми сприймання і розуміння людини людиною? Охарактеризуйте їх.
19. Поясніть, яку роль відіграють паузи у мовленнєвому спілкуванні.
20. Чому люди з різних культур відчують труднощі у виборі засобів невербального спілкування?
21. Чому люди потискають один одному руку?
22. Для встановлення ділових відносин у вас намічена зустріч із партнером. З чого ви розпочнете підготовку?
23. Що таке навичка?
24. Як виробляються навички і яка функція свідомості при цьому?
25. Які бувають навички за своєю психічною структурою?
26. У чому виявляється І чим визначається узагальненість умінь?

II. Знайдіть серед відповідей найбільш точні і

поясніть їх.

1. Діяльність - це:

- а) свідомо внутрішня активність людини, спрямована на задоволення потреб;
- б) зовнішня активність людини регульована свідомою метою;
- в) активність людини, регульована свідомою метою і спрямована на задоволення її потреб;
- г) сукупність дій людини.

2. Цілі й мотиви діяльності:

- а) завжди збігаються;
- б) можуть не збігатися, а відрізнятися одне від одного;
- в) різняться між собою завжди;
- г) в одних умовах збігаються, в інших відрізняються.

3. Виберіть з наведених нижче ознак ті, які характеризують діяльність, тільки працю, навчання, гру; будь-яку іншу діяльність:

- а) умови розвитку психіки;
- б) діяльність, спрямована на засвоєння способів виконання дій;
- в) умови прояву всіх психічних реакцій;
- г) діяльність, спрямована на засвоєння і застосування системи понять;
- е) діяльність, що задовольняється самим процесом виконання.

4. Існують такі види діяльності:

- а) гра;
- б) навчання;
- в) сновидіння;
- г) праця;
- д) спілкування.

5. Головна мета навчання - це засвоєння:
- а) звичок;
 - б) навичок;
 - в) знань;
 - г) умінь;
 - д) алгоритмів.
6. Ціль (мета) одночасно може бути:
- а) наперед визначеним ідеалам;
 - б) результатом спонтанних дій;
 - в) внутрішнім спонукальним мотивом діяльності;
 - г) здобутим результатом на кінцевому відрізку діяльності;
 - д) минулим досвідом.
7. Знання виражаються в:
- а) поняттях;
 - б) теоріях;
 - в) умовиводах;
 - г) концепціях;
 - д) судженнях.
8. Знання матеріалізуються в:
- а) технічні пристрої;
 - б) ідеї;
 - в) художні вироби;
 - г) технологічні процеси;
 - д) споруди та будівлі.
9. До навичок можна віднести:
- а) пошук алгоритму діяльності;
 - б) рухи, що не повторюються;
 - в) автоматичні дії;
 - г) звичні дії, над якими не задумуються;
 - д) дії, контрольовані свідомістю.

10. Приклади творчої праці:

- а) писання симфонії;
- б) дослідження властивостей речовин;
- в) проектування оригінального мосту;
- г) робота на конвеєрі;
- д) переписування декілька разів того самого тексту.

III. Психологічні задачі.

1. Чому трудове виховання учнів розглядається як найважливіший фактор формування особи?

2. Який закономірний зв'язок між психікою і діяльністю виявляється в такому описі?

Вивчення людей похилого віку та довгожителів показує, що поступове вивільнення від обов'язків і пов'язаних з ними функцій призводить до звуження та порушення особистості і, навпаки, постійний зв'язок з довколишнім життям сприяє збереженню особистості до самої смерті.

Якщо людина з тих чи інших причин припиняє професійну, громадську діяльність, то це призводить до глибоких змін у структурі її особистості.

3. Чи згодні ви з такими міркуваннями про взаємозв'язок діяльності і потреб?

а) Тільки потреби спонукають людей до діяльності і спілкування.

б) У діяльності і спілкуванні народжуються потреби, спонукаючи особистість до дальшої діяльності і більш широкого спілкування.

4. На основі наведених суджень визначити місце і роль мотивів у діяльності людини.

а) « В центрі уваги сучасної психології- мотивація

поведінки

людини. Відомо, що в залежності від цілі діяльності (мотиву) змінюється і людська активність.»

б) «Що найважливіше... - вчинок людини або мої іти які йому передують. Адже перед здійсненням вчинків в кожному з пас відбувається по істині величезна душевна робота. Вчинок всього па всього результат її. Мотиви, асоціації, думки, вияв почуттів – тут досі часто така внутрішня боротьба...»

в) Часто спостерігаються випадки, коли школяр проявив активність, старанно виконує завдання вчителя, доручення громадських організацій, керується престижними, власнолюбивими прагненнями або іншими особистісними мотивами і цілями

5. Відома давня легенда про майстрів, які зносили каміння на місце майбутнього будівництва. Коли одного з них запитали, що він робить, той сказав: “Хіба не бачите, я тягаю каміння”. Другий на це запитання відповів: “Я стараюся заробити собі на хліб”. Третій відповів «Я будую дім, де житимуть люди». Поясніть причину відмінностей у відповідях майстрів. Чим зумовлене це явище?

6. Підберіть з переліку ознаки, властиві кожному з трьох понять, “діяльність”, “дія”, “рух”: пізнавальний, теоретичний, перцептивний, імпульсивний, практичний, трудовий, розумовий, навчальний, предметний, природжений, вольовий, ігровий, цілеспрямований громадський, реальний, внутрішній.

IV. Практична частина: робота з методиками:

*** Тест «Чи комунікабельні ви?»**

Інструкція. На кожне з 16 запитань потрібно відповісти «так», «ніколи» або «ні».

1-У вас призначена звичайна ділова зустріч. Чи вибиває вас із колії її очікування?

2. Чи не відкладаєте ви візит до лікаря до лікаря до того часу, не можна буде терпіти біль?

3. Чи викликає у вас ніяковість і незручність доручення виступити з доповіддю, повідомленням, інформацією на яких небудь зборах, нараді чи подібному заході?

4. Вам пропонують поїхати у відрядження в місто, у якому ви ніколи не були. Чи докладете ви максимум зусиль, щоб уникнути цієї поїздки?

5. Чи любите виділитися своїми переживаннями із ким-небудь?

6. Чи дратуєтесь ви коли незнайома людина на вулиці звертається до вас із проханням (показати дорогу, сказати час, відповісти на якесь запитання)?

7. Чи вірите ви, що існує проблема батьків і дітей, і що людям різних поколінь важко розуміти одне одного?

8. Чи посоромитеся ви нагадати знайомому, що він забув віддати вам гроші, які позичив місяць тому?

9. У ресторані чи їдальні вам подали неякісну їжу - чи промовчите ви, лише розсерджено відсунувши тарілку?

10. Залишившись один на один з людиною, ви не вступите з нею у розмову і відчуватимете незручності, якщо вона заговорить першою?

11. На вас наводить жах довга черга, де б вона не була (у магазині, бібліотеці, касі кінотеатру). Ви скоріше

відмовитися від свого наміру, ніж станете у хвіст черги?

12. Чи боїтеся ви брати участь у якій-небудь комісії з розгляду конфліктних ситуацій?

13. У вас є власні індивідуальні критерії оцінки літературних героїв творів мистецтва, культури, і ніяких «чужих» думок на цей рахунок ви не приймаєте. Це так?

14. Почувши десь у кулуарах помилкові висловлювання з добре відомої вам ситуації, чи промовчите ви і не станете сперечатися?

15. Чи викликає у вас прикрість чиєсь прохання допомогти розібратися в тому чи іншому службовому питанні або навчальній темі?

16. Вам легше висловити свою точку зору в письмовій формі, чи в усній?

Опрацювання відповідей

За кожную відповідь «так» зарахуйте собі 2 бали, «інколи» - 1 бал, «ні» - 0 балів.

Результати

30-32 бали. Ви не комунікабельні, і це ваша біда, оскільки від неї страждаєте більше всього ви самі. Вашим близьким також нелегко. На вас важко покластися у справі, яка потребує групових зусиль. Спробуйте стати комунікабельнішим, контролюйте себе.

25-29 балів. Ви замкнені, небалакучі, надаєте перевагу самотності, і тому у вас, напевно, мало друзів. Думки про те, щоб змінити роботу, або

необхідність нових контактів змушує вас панікувати і надовго виводить з рівноваги. Ви знаєте цю особливість свого характеру і буваєте незадоволені собою. Але не обмежуйтеся лише незадоволеністю - у ваших силах змінити ці особливості характеру. Невже не трапляється, що у хвилини захоплення ви набуваєте небувалої комунікабельності? Потрібно тільки захотіти

19-24 бали. Ви достатньою мірою комунікабельні й у незнайомій ситуації почуваете себе досить упевнено. Нові проблеми вас не лякають. Але з новими людьми ви сходитеся обережно; у суперечках і дискусіях берете участь неохоче. У ваших висловлюваннях часом надто багато сарказму, без усякої на те причини. Ці недоліки можна виправити.

14-18 бали. Ваша комунікабельність у нормі. Ви із задоволенням слухаєте цікавого співбесідника; достатньо терплячі у спілкуванні з іншими; відстоюєте свою точку зору без запальності. Без неприємних переживань ідете на зустріч з новими людьми в той же час не любите гамірливих компаній; екстравагантні вчинки і багатослів'я викликають у вас роздратованість.

9-13 бали. Ви достатньо комунікабельні (часом навіть занадто). Любите висловлюватися з різних приводів, викликаючи роздратування в оточуючих. Легко знайомитесь з новими людьми. Любите бути в центрі уваги; нікому не відмовляєте у проханнях, хоч не завжди можете їх виконати. Інколи вибухаєте гнівом, але швидко відходите. Вам не вистачає посидючості, терпіння і відваги при зіткненні із серйозними

проблемами, хоча, за бажання, ви можете змусити себе не відступати.

4-8 бали. Про вас говорять - «щира, відверта душа». Комунікабельність б'є з вас ключем; ви завжди у курсі всіх справ. Любите брати участь у всіх дискусіях, хоча серйозні теми можуть викликати у вас «мігрень» і «хандру». З легкістю берете слово з будь-якого приводу, навіть якщо маєте про предмет поверхневе уявлення. Усюди відчуваєте себе «у своїй тарілці». Беретесь за будь яку справу, хоча не завжди можете успішно довести до її завершення. З цієї причини керівники і колеги ставляться до вас з деякою обережністю і сумнівами. Задумайтеся над цим.

Менше 3 балів. Ваша комунікабельність має хворобливий характер. Ви говіркі, багатослівні, втручаєтесь у справи, які не мають до вас жодного відношення. Беретесь судити про проблеми, у яких абсолютно не компетентні. Ви стаєте причиною різноманітних конфліктів у вашому оточенні. Ви запальні, образливі, часто необ'єктивні. Серйозна робота не для вас. Людям і на роботі, і дома важко з вами. Вам потрібно попрацювати над собою і своїм характером! Перш за все, виховайте у собі терплячість і стриманість, повагу до людей; нарешті, подумайте про своє здоров'я - такий стиль життя.

2) Тест «Чи умієте ви слухати?»

1. Яка, на вашу думку, мета бесіди чи розмови?

- а) краще познайомитися зі співрозмовником;
- б) висловити свою точку зору з даного питання;

в) поділитись думками й обговорити їх.

2. Чи ставлять ваші діти або діти ваших друзів такі запитання, наприклад: «Де сплять хмаринки?» або «Чи була бабуся маленькою?»:

а) часто;

б) ніколи;

в) інколи.

3. Чи доводилося вам зранку, збираючись на роботу, наспівувати?

а) так, завжди одну і ту ж пісню;

б) так, зазвичай різні пісні;

в) ні, ніколи.

4. Чи ставите ви запитання доповідачеві у кінці зборів?

а) так, завжди є про що запитати;

б) інколи, коли ви не погоджуєтеся з викладеною точкою зору;

в) ніколи, оскільки не вірите, що одне запитання може змінити вашу точку зору.

5. Після розмови з другом чи колегою, чи траплялося вам змінювати свою точку зору з певної проблеми:

а) так, дуже часто;

б) інколи;

в) ніколи.

6. Коли розмовляєте з ким-небудь, то:

а) частіше говорите ви;

б) частіше говорить ваш співрозмовник;

в) ви говорите приблизно однаково.

7. За однієї ціни, що ви купите?

а) книжку;

б) платівку чи CD- диск;

в) білет у кіно.

8. Колега хоче поділитися з вами своїми проблемами які вас по стосуються. Що ви подумаєте?

а) що втратили цінний час;

б) що тепер матимете на нього вплив;

в) що спробуєте йому допомогти.

9. Які з трьох фраз найбільше підходять до вашої точки зору?

а) тільки спеціаліст може висловлювати думки з даних проблем;

б) кожен може говорити про все, якщо вмie добре висловлювати свою думку;

в) спеціалісти не завжди хороші оратори, щоб перекотити говорити про свої досягнення.

10. Якщо в розмові ви губите розуміння змісту слів, то :

а) зупините співрозмовника і попросите його знову пояснити сказане;

б) відзначите про себе незрозумілі місця, щоб запитати про них у кінці розмови;

в) вам завжди все зрозуміло.

11. Чи можете ви повторити повідомлення чи пісню, почуті вранці по радіо?

а) так, завжди;

б) так, але вам необхідний час, щоб пригадати

в) не можете пригадати.

12. У естрадного співака, перш за все, ви цінуєте:

а) голос;

б) зовнішній вигляд;

в) поведінку на сцені.

13. Відвідування концерту для вас:

- а) подія, яка приносить задоволення;
- б) світський обов'язок;
- в) задоволення, якщо виконують пісні ваших улюблених композиторів.

14. Ви в гостях, де окрім вас ще 5-6 чоловік. Коли ви включаєтесь у розмову, то найчастіше :

- а) ніхто не слухає вас;
- б) усі замовкають, щоб вислухати вас;
- в) ви взагалі уникаєте втручання в розмову.

15. Ви знаходитеся в курсі подій суспільного життя, завдяки:

- а) перегляду телепередач;
- б) прослуховуванню радіопередач;
- в) читанню газет.

Запитання№	Бали за відповіді		
	а	б	в
1	2	1	3
2	3	1	2
3	2	3	1
4	2	3	1
5	2	3	1
6	1	2	3
7	3	1	2
8	1	2	3
9	1	2	3
10	3	3	1
11	3	2	1
12	3	1	2
13	3	1	2
14	2	3	1
15	3	3	1

Результати тесту

15-25 балів: якщо ви чесно відповіли на запитання й отримали вказану кількість балів, то це означає, що вам важко слухати свого співбесідника. Ви навіть не уявляєте, яку користь можете отримати для себе з розмови і збагатити свої знання, або ж просто забуваєте про це.

25-35 балів: ви - посередній слухач. Для вас бесіда - не головне джерело інформації і не основа спілкування. Вам треба подолати психологічний бар'єр між собою і співбесідником. Багато чого можна дізнатися і від інших, не тільки ви один знаєте істину. Уважно прислухайтеся до того, що вам говорять, вислуховуйте навіть зауваження, оскільки вам необхідно слухати набагато більше, ніж ви це робите.

35-40 балів: вам властива рідкісна якість - уміти слухати і добре говорити. Вести розмову для вас задоволення. Ваші співрозмовники завжди можуть узяти від вас щось корисне. Ви вмієте входити в становище інших людей, а це особлива риса характеру, яку потрібно цінувати.

Теми доповідей та рефератів:

1. Структура і засоби спілкування.
2. Єдність діяльності та спілкування.
3. Взаєморозуміння - важлива умова встановлення і розвитку міжособистісних стосунків.
4. Невербальне спілкування.
5. Спільна діяльність як взаємодія.
6. Інформаційний аспект комунікативного процесу.

7. Дослідження основних етапів творчого процесу в науковій діяльності.

8. Виникнення початкової ідеї (задуму) в художній творчості та способи її реалізації.

9. Дослідження причин успіху та невдач у процесі професійної діяльності.

10. Самостійне здобуття знань. Способи самовдосконалення особистості

11. Праця як вид діяльності людини. Наукова організація праці.

12. Репродуктивна і творча праця. Праця за алгоритмом.

13. Спілкування як вид діяльності та комунікативний, елемент діяльності.

14. Гра як вид діяльності у дорослих людей.

15. Характеристики матеріального та ідеального предмета діяльності.

Тема 5. Міжособистісні стосунки. Людина в колективі.

1. Поняття групи і колективу..
2. Класифікація груп.
3. Розвиток групи як становлення міжособистісних відносин її членів
4. Особистість у соціальній групі.
5. Керівництво і лідерство.

Основні поняття

Група, колектив; умовна, реальна, офіційна, неофіційна та референтна групи, групова згуртованість, колективіське самовизначення; лідер, керівник, соціометрія, соціограма.

Рекомендована література

основна:

1. Степанов О.М. Основи психології і педагогіки / О.М. Степанов, М.М. Фіцула. - К.:Академвидав, 2003. - 504 с.
2. Орбан - Лембрик Л.Е. Соціальна психологія / Л.Е. Орбан- Лембрик. - К.: Академвидав, 2003. - 446 с.
3. Основи психології: Підручник / За заг. ред. О.В. Киричука, В.А. Роменця,- К.: Либідь, 1995. - 632с.

додаткова:

1. Петренко А. Соціальна психологія: теорія і практика : навч. посіб. / А. Петренко. – Харків: Фоліо, 2018. – 280 с.
2. Шевченко Н. Психологія професійної діяльності / Н. Шевченко. – Тернопіль : Навчальна книга – Богдан, 2022. – 198 с.

3. Максименко С.Д. Загальна психологія: Навчальний посібник / С. Д. Максименко, В.О. Соловієнко - К.: МАУП, 2001. - 257 с.

4. Ковальчук І. Психологія особистості: сучасний підхід : навч. посіб. / І. Ковальчук. – Львів : Світ, 2020. – 232 с.

Запитання. Завдання до самостійної роботи

I. Самоперевірка

1. Як називаються об'єднання людей, в які входить людина?

2. Дайте порівняльну характеристику малої групи і колективу.

3. Які групи називаються реальними? Умовними? Референтними? Наведіть приклади.

4. Які є рівні розвитку групи?

5. Чи можливі прояви конформізму в умовах колективу?

6. Охарактеризуйте ділові та міжособистісні відносини в колективі чи в групі.

7. Що слід розуміти під психологічним кліматом колективу?

8. Яка його роль у формуванні особистості?

9. Які є види малих соціальних груп?

10. Як може впливати збіг в одній особі соціометричної зірки і лідера на психологічний клімат групи?

11. Чи може наявність декількох референтних груп у особистості бути причиною її конфлікту з собою?

12. Чим лідер відрізняється від керівника?

13. Проаналізуйте як стиль керівництва впливає на

діяльність колективу?

14. Яка різниця між поняттями «згуртованість» і «спрацьованість»?

15. Чи можна на підставі результатів соціометрії робити висновки про згуртованість групи?

16. Чи може офіційна зміна статусу члена і групи вплинути на його неофіційний статус?

17. Чи може особистість здобути в колективі статус, що не відповідає критеріям її реальної цінності як члена групи?

18. До яких психологічних деформацій може призвести тривале перебування особистості в статусі «ізолюваної»?

II. Завдання

1. *Яку соціальну групу характеризує кожен приклад? За якими ознаками це встановлюється?*

а) Заводська бригада працювала за одним нарядом, а заробітну плату ділили за розрядом. Поступово склалися нові традиції: щомісяця з зарплатні виділявся спільний фонд на культурні потреби. Члени бригади відмовилися від праці прибиральниці і перейшли на самообслуговування робочих місць і приміщення. Вони систематично збирають металобрухт і беруть участь у будівництві.

б) Коли кілька пасажирів, що не знали одне одного досі, зустрілися в купе поїзда, почалося звичайне дорожнє життя... Знайшовся один, що взяв на себе роль лідера. Молодий чоловік став ініціатором якоїсь розваги. Другий пасажир взяв на себе роль оповідача цікавих пригод, третій став об'єктом осуду четвертого, а четвертого мовчки осуджували за галасливість.

в) Восьмий клас відзначався хорошою успішністю.

Кожне важливе питання з життя класу жваво обговорювалося однокласниками. Відверто засуджувалися недоліки, помилки учнів.

Якщо потрібно було щось організувати, то активу варто було сказати: «Це завдання виконаєш ти».

І все виконувалося ретельно, безвідмовно.

2. «Він ні з чим не рахувався, для нього немає ніяких авторитетів, на нього ніхто не в змозі вплинути», - стверджує в бесіді з педагогом мати юнака, і педагог в дечому погоджується з такою точкою зору. Серйозна психологічна і педагогічна помилка!»

В чому конкретно ця помилка полягає? Які роль і вплив референтної групи на образ думок і поведінку юнака?

3. *Дати аргументовану відповідь на поставлені в листах питання.*

« Від чого бувають «лідери» і «тихоні»? Одних постійно кудись вибирають, а інші весь час в «болоті»... «Є такі люди- в яку компанію б не прийшли, одразу в центрі уваги. Вони іронізують, вони співають, вони все очолюють. Здається піді ця людина з вечірки - і всі „скиснуть”. Скажіть, душею компанії народжуються чи стають?»

4. «Розповідають, одного професора спитали: «Що важливіше - колектив чи особистість?» «Звичайно, колектив, - відповів професор, - але лише в тому випадку, якщо він складається з особистостей. Тому що сума одиниць є число, завжди більше одиниці, а сума нулів завжди дорівнює нулю».

В чому правий професор? Чи переконливі його аргументи? Як на вашу думку слід було дати відповідь на це запитання ?

5. Поясніть, чому не можна описати психологічний портрет лідера, характеризуючи властивості його темпераменту, характеру, здібностей.

III. Практична робота

1. Оберіть критерій і проведіть за ним соціометричне дослідження між в групі. Побудуйте соціометричну матрицю і соціограму. Визначте соціометричну зірку та ізольованих.

2. Вивчення рівня задоволеності людини від належності до даного колективу за методикою О.Я. Галванського.

Соціометрія

В основі даної методики лежить процедура вибору серед членів групи тих, кому надається найбільша перевага. У залежності від того, які стосунки ви хочете виявити, задаються запитання різного характеру:

- З ким би ви хотіли сидіти поряд на заняттях?
- З ким би ви хотіли жити в гуртожитку в одній кімнаті?
- Назвіть трьох студентів з вашої групи, з ким би ви хоч ні поїхали на практику?
- З ким зі студентів ви б хотіли готуватися до екзамену? Тощо.

Як правило, задаються два типи критеріїв - формальні і неформальні. Формальні критерії виявляють особливості міжособових стосунків, які формуються при певному впливі ділових контактів, орієнтації на завдання групи. Наприклад: «Кого б Ви вибрали старостою групи?», «З ким би ви хотіли бути в одній

підгрупі?»

Розрізняють позитивний критерій, коли від досліджуваного вимагається демонстрація перевагу виборі партнера, і негативний критерій, коли від студента вимагається показати своє критичне чи емоційно-негативне ставлення до певних членів групи («З ким би не хотів...»).

Неформальні критерії виявляють особливості міжособових відносин, які формуються при визначальному впливі емоційних контактів, безпосередньо не пов'язаних з діловими стосунками та які несуть у собі сильний заряд симпатій і антипатій. Наприклад: «З ким би ви хотіли проводити свій вільний час?», «Кого б ви хотіли запросити до себе в гості на святкування дня народження?», «З ким би ви хотіли дружити?», «Якби було треба поділитися своїми особистими секретами, то кого б ви вибрали для цього з членів своєї групи?» та ін.

Соціально-психологічна структура групи визначається за допомогою порівняльного аналізу відповідей студентів на два запитання - один формальний і один неформальний. Максимальне число критеріїв у дослідженні для студентів від 2 до 4.

Якщо використовується обмежена кількість виборів (не більше 3-5 осіб), то при цьому бажано підкреслити, що слід зберігати послідовність надання переваг (у першу чергу, другу, третю чергу і т. д.).

Зразок роботи по складанню соціограми групи.

Інструкція. Зараз вам будуть запропоновані запитання, які стосуються ваших взаємовідносин у групі. Наприклад: «Кого б ви обрали старостою

групи?» Візьміть чистий аркуш паперу. Угорі напишіть своє прізвище. Розділіть аркуш вертикальною лінією. Зліва від неї напишіть прізвища тих членів групи, кого ви обираєте, відповідаючи на це запитання, а справа тих, кого б ви не обрали. Число виборів не обмежене.

Цей соціометричний критерій спрямований на виявлення парного вибору в формальній структурі групи.

Відповідаючи на запитання, студенти заповнюють свої соціометричні картки. На основі індивідуальних результатів заповнюється соціоматриця по групі в цілому, куди заносять список групи, а у верхній рядок - номери, під якими пишуть прізвища окремих студентів. У кожному рядку навпроти номерів студентів, вибраних даною людиною, ставиться знак «+» (вибір), або «-» (заперечення), або заносяться номери виборів (1, 2 чи 3). Якщо ж два студенти вибрали один одного, то ці два вибори обводяться кружком (взаємний вибір).

Використовуються, як правило, два способи обробки результатів соціометричного опитування:

1) табличний - за допомогою соціоматриць виборів;

2) графічний - за допомогою соціограми.

Соціограма будується на основі соціоматриці. У найбільш загальному вигляді вона являє собою чотири концентричних кола, з яких розмішують усі номери членів цієї групи. У перше коло - центральне) записують тих, хто набрав найбільшу кількість позитивних виборів (так званих «соціометричних

зірок», які мають кількість виборів більше середнього), у друге коло «переважаючих» (тих, що мають середню кількість виборів), у третє - «знехтуваних» (число виборів менше середнього), у четверте - «ізолюваних» (які не отримали жодного вибору).

У соціометричному методі аналізу даних використовується спеціальна соціометрична символіка:

- позначення респондентів чоловічої статі;
- позначення респондентів жіночої статі;
- однобічні вибори;
- взаємні вибори;

Приклади соціоматриць:

Соціоматриця обмеженого вибору з урахуванням послідовної переваг.

Хто обирає	Кого обирають									
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10
1		3					1			2
2	2				3			1		
3			1	2					3	
4										
5										
Кількість одержаних										
Кількість взаємних виборів										

Соціоматриця необмеженого вибору без урахування послідовності переваг.

№ п/п	Прізвища членів в	Номери членів групи (кого)					Віддано виборів		
		1	2	3	4	5...	+	-	Усього
1	І-ов		+	+	-	-	2	2	4
2	С-ов	+		+	-	-	2	2	4
3	П-ов	+	+				2	0	2
4	Ч-ов	+				-	1	1	2
5 і т.	Т-ов	+	-	-	+		2	2	4
Одержано (+) Усього		4 0 4	2 1 3	2 1 3	1 2 3	0 3 3	9	7	16

Виявлення мікрогруп. Поряд з формальною структурою групи, всередині її в результаті взаємних симпатій виділяють низку мікрогруп. Роблять це на основі одержаних у соціометрії результатів.

На основі складеної матриці будується друга матриця. Сітка для неї готується така ж, як і для першої. З лівого верхнього кута проводять діагональ, перекреслюючи розміщені на цій лінії клітини квадрата. З першої матриці вибирають будь-якого студента, в якого є взаємний вибір. Його порядковий номер і прізвище заносять у перший рядок таблиці. Цей же номер проставляють у першій клітинці згори (тій, що перекреслена діагонально). Потім з першої матриці вибирають тих, хто знаходиться у взаємному виборі з занесеним у перший рядок (наприклад, №2 в попередній матриці, якого вибрав №1 і одержав від нього взаємний вибір). Його порядковий номер і прізвище записують у другий рядок. Цей же номер

заносять згори в другу колонку. У відповідні клітинки матриці (1.2 і 2.1) записують знак «+». Наступний член групи, що знаходиться у взаємному виборі з тим, хто записаний першим, записується в третій рядок зі збереженням його номеру з першої матриці (наприклад, 10). Номер ставлять у третю колонку. Знак «+» проставляють у відповідні клітинки. Вибір з першої матриці продовжують до повної вичерпності взаємних виборів у всіх, кого заносять до наступного рядка. При цьому вздовж діагоналі утворюються зони щільного накопичення виборів, окресливши контури яких одержуємо окремі мікрогрупи. Ці мікрогрупи можуть складатися з 2-5 осіб. Учасників дослідження, які не одержали жодного вибору, розміщують у кінці матриці.

Для характеристики положення студента всередині групи існують спеціальні визначення.

Лідер - член групи, що має найбільшу кількість виборів і є формальним керівником.

Улюбленець - пересічний член групи, який має найбільше число виборів.

І той, і інший розглядаються як особи, що найбільше задіяні в житті групи.

Індивідуаліст - той, хто нікого з членів групи не вибрав.

Приєднаний член групи - той, кого ніхто з групи не вибрав, але він вибрав принаймні когось одного.

Ізольований - той, хто нікого не обирає і ніким не обранні.

Індивідуалістів, ізольованих і приєднаних називають, периферичними членами. Чим менше

ізолюваних та індивідуалістів, тим вищою є згуртованість групи.

Визнаним членом групи називають того, кого вибирати. як у своїй групі, так і, принаймні, ще в одній.

Центральним членом групи називають того, кого вибираю і ь частіше, ніж інших, утому числі представники інших груп.

Внутрішньогруповим членом називають того, хто пікою не обирає в своїй формальній групі, але робить вибір у колективі (на факультеті, в гуртожитку, в університеті).

Маргінальним членом є той, кого вибирають члени всіх груп, що утворюють даний колектив (курс, факультет).

Розрахунок індексів соціометричного статусу.

За результатами приведених вище соціометричних методик можна розрахувати інтегральні показники, які характеризують положення кожного окремого члена групи в її структурі

Позитивний статус конкретного студента:

$$П С = \frac{\text{Кількість членів групи, які вибрали даного студента}}{\text{Кількість членів групи, які оцінили його}}$$

Знаменник розраховується як загальна кількість учасників дослідження мінус одиниця, оскільки даний студент себе не оцінює, хоча і входить до загального числа учасників опитування.

Негативний статус конкретного студента:

$HC = \frac{\text{Кількість членів групи, які вибрали даного студента}}{\text{Кількість членів групи, які оцінили його}}$

Кількість членів групи, які оцінили його

У залежності від змісту соціометричного критерію цей показник може бути критерієм організаторських здібностей, мірою соціального визнання, мірою комунікабельності, визнання і т. д.

Загальний статус студента в групі:

$C = \frac{\text{Кількість членів групи, які відхилили його}}{\text{Кількість членів групи, які оцінили його}}$

Кількість членів групи, які оцінили його

Загальний статус студента в групі (C) може бути позитивним, нейтральним чи негативним. Тут необхідно врахувати всі показники в комплексі. Так, у двох студентів можуть бути нульові показники. Але в одного кількість позитивних і негативних виборів становить 4 (4 приймають, а 4, очевидно з іншої мікрогрупи, відхиляють), а до іншого всі члени групи байдужі.

Теми доповідей і рефератів

1. Виникнення і розвиток соціальної психології як науки.
2. Міжособистісні відносини в соціальній групі. Методи їх досліджень.
3. Загальна характеристика внутрішньо групових процесів.
4. Теорії малої групи у вітчизняній і зарубіжній соціальній психології.
5. Соціально-психологічний клімат в колективі.
7. Емоційне життя колективу.

Тема 7. Конфлікти та шляхи їх подолання

1. Конфлікт, його сутність, структура.
2. Тини конфліктів.
3. Фази конфліктів.
4. Попередження та усунення конфліктів.

Основні поняття: конфлікт, конфліктна проблема, конфліктна ситуація; фази конфлікту (латентна, демонстративна, агресивна, батальна).

Рекомендована література основна:

1. Степанов О.М. Основи психології і педагогіки / О.М. Степанов, М.М. Фіцула. - К.: Академвидав, 2003. - 504 с.
2. Орбан - Лембрик Л.Е. Соціальна психологія / Л.Е. Орбаи Лембрик. - К.: Академвидав, 2003. - 446 с.
3. Основи психології: Підручник. За заг. ред. О.В. Кирпчук, В.А. Роменця - К.: Либідь, 1995. - 632с.
4. Ишмуратов А. Т. Конфлікт і згода / А. Т. Ишмуратов К. : Наукова думка, 1996. - 190 с.

додаткова:

1. Петренко А. Соціальна психологія: теорія і практика : навч. посіб. / А. Петренко. – Харків: Фоліо, 2018. – 280 с.
2. Шевченко Н. Психологія професійної діяльності / Н. Шевченко. – Тернопіль : Навчальна книга – Богдан, 2022. – 198 с.
3. Максименко С.Д. Загальна психологія: Навчальний посібник / С. Д. Максименко, В.О. Соловієнко - К.:МАУП, 2001. - 257 с.
4. Ковальчук І. Психологія особистості: сучасний

підхід : навч. посіб. / І. Ковальчук. – Львів : Світ, 2020.
– 232 с.

I. Запитання для самостійної перевірки:

1. Конфлікт в професійній групі: це добре чи погано?
2. Назвіть основні причини професійних конфліктів?
3. Як Ви вважаєте, які стилі розв'язання конфліктів найбільш ефективні?
4. Які ви знаєте фази конфлікту? Дайте їм характеристику.
5. В якій фазі конфлікту найлегше його вирішити ?
6. Які риси характеру наявні у конфліктної особистості?
7. Проаналізуйте шляхи вирішення конфліктних ситуацій.
8. Роль керівника в розв'язанні конфліктів.

II. Проблемні питання. Вправи

1. Ви спостерігаєте за конфлікуючими і чуєте: „Не приставай до мене, швидше б ти пішов!”-„Потрібний ти мені! Я так і думав, що ти черства людина!” У якій фазі конфлікт?
2. Ви арбітр на прохання одного з конфлікуючих. Звертається до іншого учасника конфлікту: „Мене попросив примирити вас Х”. У якому випадку це може викликати подібну відповідь: „Котіться ви подалі!”? Який можливий інший варіант підходу, що попередить подібну пораду?
3. Ви учасник конфлікту. Поставте запитання своєму суперникові з метою з'ясувати його інтерес, якщо фаза конфлікту:
 - латентна;

- агресивна.

4. Що значить вислів „кинути рукавичку”?

5. „Він не лідер, інший давно б уже помітив мої здібності” Який аспект соціальної дії викривлений? Як би Ви почали налагоджувати цей конфлікт:

- у ролі арбітра;

- у ролі керівника.

6. „Невже ми так і не зможемо домовитись, адже ми були друзями!” У якій фазі конфлікту це може бути сказано?

7. Керівник говорить підлеглим: „Якщо ви не припините сварку, я вас покараю!” Яку стратегію нейтралізації конфлікту він обрав, у якій фазі вона є ефективною? Як повинен чинити керівнику інших фазах?

III. Практична частина: робота з методиками:

1) тестова методика К. Томаса „Ваш стиль поведінки в конфліктній ситуації”;

3) тестова методика „Оцінка рівня конфліктності особистості”

Теми доповідей і рефератів

1. Конфлікт - хвороба спілкування.

2. Принципи класифікацій та шляхи вирішення конфліктних ситуацій.

3. Психологічні механізми та основні етапи конфлікту.

Зразок титульної сторінки реферату

Заклад вищої освіти «Подільський державний
університет»
Кафедра права, професійної та соціально-
гуманітарної освіти

ІНДИВІДУАЛЬНО-ТИПОЛОГІЧНІ ВЛАСТИВОСТІ ОСОБИСТОСТІ. ЗДІБНОСТІ.

Реферат студента II курсу
Спеціальності ветеринарія

2 групи
Білика В.І.

Кам'янець - Подільський
2025р.

Зразок плану реферату

План

Вступ.....	3
1. Загальне поняття про здібності і обдарованість...	5
2. Суспільно-історична обумовленість здібностей.	12
3. Здібності і задатки	19
4. Здібності, знання, вміння, навички	25
5. Здібності і нахили	32
6. Розвиток здібностей	44
Висновки	50
Список використаної літератури	56

У *Вступі* мотивується актуальність теми. Її значення, вказуються завдання і мета написання реферату, методи і засоби дослідження.

Виклад основної частини повинен бути творчим, носити самостійний характер, а не замінювати переписування змісту книг, статей, посібників і популярних брошур. При написанні реферату творчість проявляється у:

- самостійному пошуку і відборі матеріалу, глибокому вивченні джерел;
- самостійному викладі матеріалу: вмінні логічно аргументувати, робити висновки і повідомлення;
- запровадження нових фактичних даних, невідомих для широкої студентської аудиторії.

Все це говорить про те, що написання реферату - процес складний. Він вимагає певної підготовки і великої відповідальності автора.

Велике значення має форма викладу матеріалу. Кожен студент повинен пам'ятати про логічну послідовність, логічний взаємозв'язок з окремими питаннями і кожного з них з усією темою в цілому, а також про конкретність і чіткість у викладі. Слід уникати довгих фраз і речень, які ускладнюють розуміння тексту.

При написанні реферату важливо використовувати цитати, схеми, цифри та факти, правильно робити посилання на використані джерела. *Посилання* на літературні джерела оформлюються таким чином: у квадратних дужках записується номер джерела за загальним списком літератури в кінці реферату, далі після коми записується номер використаної сторінки

(чи сторінок), наприклад: [7, С. 12}; [3, С.128-129]. Викладення матеріалу має вестись грамотно, без орфографічних та стилістичних помилок, охайно.

Висновки носять стислий виклад основних результатів виконаної роботи, формулюються узагальнюючі тези відповідно до завдань, визначених у Вступі. Також у висновках бажано показати зв'язок викладеного матеріалу з професійною діяльністю.

Список використаної літератури має складатись орієнтовно з 10 джерел, поданих у алфавітному порядку і оформлених з врахуванням всіх сучасних вимог до бібліографічного опису. Наприклад:

монографія:

Потапов І.М. Як розвивати пам'ять / І.М. Потапов. - К.: ЛМАК, 2002. - 206 с.

стаття:

Фугело О.М. Задоволеність працею, духовність і мораль /О.М. Фугело // Практична психологія і соціальна робота. - К., 2005. № 3. -С. 39-42.

підручники:

Боднар А.М. Психологія управління: Підручник / Боднар А.М. - Київ.: ЛМАК , 2002. - 640 с.

Захист реферату може відбуватися на семінарському занятті або на спеціально виділеному індивідуальному занятті (консультації). Для захисту готується короткий (3-5 хв.) виклад основних положень реферату та своїх висновків. Студент також має відповісти на запитання викладача та студентів.

Кращі студентські реферати рекомендуються для участі в конкурсах студентських наукових робіт.

Головними *критеріями оцінки реферату* є: вміння

автора правильно скласти план і висвітлити його питання; наукова спрямованість реферату, його об'єктивність; зв'язок з життям, наявність достовірної аргументації; самостійність мислення, творчий характер дослідження, конкретність, логічна послідовність у викладі матеріалу; критичний підхід при опрацюванні літератури; вміння донести до слухачів все що викладено в рефераті у стислій формі.

Теми рефератів для самостійного опрацювання

1. Роль психологічних знань у практичній діяльності людини
2. Основні форми прояву психіки та їх взаємозв'язок
3. Матеріалізм та ідеалізм у психології.
4. Кризові явища в психології.
5. Міфологічний етап в історії психології.
6. Філософський етап в історії психології.
7. Науковий етап в історії психології.
8. Психологія в системі наук.
9. Сучасний стан психології і перспективи її розвитку.
10. Взаємовідношення психіки і мозку в світлі сучасних даних.
11. Основні передумови і фактори виникнення людської свідомості. Проблема несвідомого в психології.
12. Проблема людини в психології.
13. Проблема життєвого шляху людини.
14. Проблема виникнення свідомості.
15. Летаргічний сон як хворобливий психічний

стан.

16. Закономірності психічного розвитку.
17. Психологічні концепції структури особистості.
18. Порівняльний аналіз розуміння особистості з позицій фрейдизму і біхевіоризму.
19. Трансперсональна психологія про особистість.
20. Вади виховання і психічний розвиток.
21. Біологічне і соціальне в особистості людини.
22. Особистість і особистісне зростання.
23. Мотивація як прояв потреб особистості.
24. Формування і розвиток особистості в процесі онтогенетичного розвитку.
25. Психологічний захист та його механізми.
26. Аналіз існуючих типологій особистості.
27. Динаміка сумісності людей залежно від психо-соціотипів, темпераменту та ін.
28. Формування і корекція самооцінювання.
29. Методи встановлення емоційної рівноваги, психічної працездатності.
30. Планування життєвої перспективи людини.
31. Експериментальні дослідження механізмів і форм соціально- психологічного впливу.
32. Формування творчої особистості.
33. Стратегії формування і розвитку знань та умінь.
34. Розвиток здібностей і професійних нахилів.
35. Категорія діяльності в психології.
36. Проблема мотивів діяльності.
37. Психологічні передумови ефективності навчальної діяльності.
38. Особистість і діяльність.
39. Вміння, навички, звички та їх особливості.

40. Проблема переносу та інтерференції навичок.
41. Спілкування і психічний розвиток.
42. Конфлікту взаєминах і шляхи його подолання.
43. Проблеми педагогічного спілкування.
44. Дружба і кохання як соціально-психологічне явище.
45. Спілкування як комунікація між людьми.
47. Спілкування як взаємодія між людьми.
48. Спілкування: сприймання і розуміння людини людиною.
49. Креативні якості особистості.
50. Психологічні особливості керівника як суб'єкта управління.
51. Вплив статусу керівника на психологічні аспекти його взаємодії з колективом.
52. Психологічні особливості прийняття рішення.
53. Психологічні аспекти індивідуальної кар'єри.
54. Вплив керівника на соціально-психологічний клімат колективу.
55. Самовдосконалення керівника.
56. Влада керівника - психологічні аспекти застосування.
57. Психологічний портрет керівника.
58. Рівні психологічної компетентності керівника.
59. Соціально-психологічні фактори управління.
60. Психологічні механізми ефективного управління.
61. Стратегії і тактики прийняття рішення в складних ситуаціях.

Методичні поради до написання реферату

Реферат - (від лат. - доповідати, повідомляти) - це короткий письмовий (або усний) виклад основного змісту наукової праці чи низки праць, які вивчалися студентом, з аналізом запропонованих шляхів вирішення певної проблеми, висловленням власних міркувань автора щодо цієї проблеми.

Метою підготовки реферату є розвиток психологічного мислення студентів, поглиблення знань з психології, розвиток базових умінь наукової роботи (вміння самостійно знаходити науковий матеріал, користуватися довідковою літературою, складати список використаної літератури, формулювати висновки), оволодіння основами наукового писемного мовлення, формування умінь правильно оформляти наукову роботу (посилання, зноски, цитати, список використаної літератури).

Основні вимоги до написання реферату

Обсяг 12-15 сторінок тексту набраного на комп'ютері (14 кегль, 1,5 інтервала) або 15-20 сторінок тексту, написаного від руки.

Титульна сторінка оформляється згідно вимог. Реферат повинен мати титульну сторінку, на якій вказується назва вузу, кафедри, тема реферату, прізвище та ініціали автора, група, спеціальність, рік виконання.

Орієнтовні запитання до поточного контролю знань з психології

1. Психологія як наукова дисципліна. Виникнення та розвиток психології як науки.
2. Психіка як форма відображення. Свідоме та

несвідоме.

3. Місце психології в системі наук. Класифікація галузей психології.
4. Характеристика основних напрямків психології.
5. Методи психологічних досліджень, їх використання у майбутній професійній діяльності.
6. Потреба як джерело активності особистості.
7. Характерні риси діяльності. Структура діяльності.
8. Види діяльності та форми їх виконання.
9. Психологічні засоби діяльності: знання, вміння, навички.
10. Розмежування понять мова і мовлення. Види мовлення.
11. Спілкування як міжособистісна взаємодія, види та функції спілкування.
12. Засоби комунікації. їх характеристика. Значення вміння використовувати їх у повсякденному житті.
13. Професійна мотивація, види, властивості. Розвиток мотивації військовослужбовців.
14. Співвідношення понять людина-індивід-індивідуальність- особистість.
15. Біологічне і соціальне в особистості.
16. Проблема активності особистості.
17. Структура особистості. Самосвідомість особистості.
18. Поняття про соціальні групи. їх класифікація.
19. Ознаки колективу. Особливості колективу.
20. Особистість у соціальній групі.
21. Соціометрія, референтометрія як методи вивчення соціально-психологічних процесів у групі.

22. Увага як психічний процес, шляхи активізації уваги у студентів.
23. Пізнавальні психічні процеси людини. Види, властивості уваги.
24. Відчуття та його рефлексорний характер.
25. Класифікація відчуттів. їх загальні властивості.
26. Сприймання, види, властивості сприймання. Значення розвитку сприймання.
27. Види сприймання. Порівняльна характеристика відчуття її як психічних пізнавальних процесів.
28. Поняття про пам'ять, види та процеси пам'яті.
29. Операції мислення.
30. Властивості мислення.
31. Взаємообумовленість мислення і мови. Мова і мовлення, їх функції. Мовленнєва поведінка професіонала.
32. Значення уяви в житті людини. Уявлення та уява - порівняльна характеристика. Види, засоби створення образів уяви.
33. Поняття про емоції і почуття. їх характеристики. Шляхи формування вищих почуттів у людини.
34. Класифікація емоцій.
35. Форми переживання почуттів.
36. Сутність і зміст основних психічних станів людини. Методи ефективного управління психічними станами.
37. Поняття психічних станів, їх класифікація. Характеристика і позитивних станів людини.
38. Негативні психічні стани людини. Шляхи та методи ефективного управління ними.
39. Визначення волі. Воля і мотивація.

40. Характеристика вольової дії. Вольові якості особистості..
41. Поняття про властивості темпераменту.
42. Фізіологічні основи темпераменту.
43. Тип темпераменту як система його властивостей.
44. Характеристика типів темпераменту (гіпократовські, кречмеровські).
45. Узгодження темпераменту і діяльності.
46. Поняття про характер.
47. Структура характеру.
48. Динамічні властивості характеру.
49. Типологія характерів. Акцентуація характеру (за К. Леонгардом).
50. Темперамент. Характер та його виховання.
51. Здібності та обдарованість.
52. Види здібностей.
53. Фізіологічні основи і вимірювання здібностей.
54. Фактори розвитку здібностей.
55. Поняття конфлікту та конфліктної ситуації.
56. Структурні компоненти конфлікту.
57. Типологія (класифікація) конфліктів.
58. Основні стилі поведінки при розв'язанні конфліктів.

***Тестова перевірка до розділу 1 (орієнтовані
тестові завдання)***

Навчальна мета:

1. Закріпити та поглибити знання слухачів з питань змістовного модуля № 1.
2. Визначити рівень сформованості знань та вмінь з питань, що вивчались у модулі №1.
3. З'ясувати питання, що недостатньо засвоєні

студентами під час роботи над навчальним матеріалом.

4. Визначити рейтинг студентів окремої групи із засвоєння змістовного модуля та дисципліни в цілому (за сумою результатів питань модуля).

5. Виховувати у студентів почуття відповідальності за придбання необхідних знань і умінь.

Методичні вказівки

На початку заняття перевірити готовність студентів до проведення заняття.

У вступній частині оголосити тему занять і навчальну мету, порядок виконання тесту, підкреслити важливість тестування для визначення рівня засвоєння матеріалу змістовного модуля, модульно - рейтингової оцінки змісту навчання.

Протягом 5 хвилин видати студентам індивідуальні контрольні завдання, вислухати та роз'яснити питання, що виникли у слухачів під час ознайомлення з тестовими завданнями, викласти рекомендації щодо методики роботи над написанням відповіді.

Під час виконання слухачами тестів викладачу:

- уважно стежити за тим, чим займаються студенти і не допускати відволікання їх від самостійної роботи, взаємних розмов один з одним, користування недозволеною літературою та посібниками;

- підтримувати належну дисципліну та порядок під час роботи студентів.

За п'ять хвилин до закінчення заняття зібрати контрольні роботи для перевірки та оцінки.

Тести складені таким чином, щоб перевірити рівень

сформованості знань: першого - репродуктивного (перше тестове кайдання), другого - аналітичного (друге тестове завдання), і третього-прикладного творчого (третє тестове завдання). .

За методикою розрахунку модульно - рейтингової оцінки знань та вмінь максимальна кількість балів, яку може набрати слухач за даний модульно-рейтинговий контроль складає 16 балів. За складністю тестів, це максимальне число балів розподіляється за тестовими завданнями як 2, 4, 8, 2 бали відповідно.

Загальна кількість балів за модуль підсумовується з чотирьох значень і заноситься у відомість модульно-рейтингового контролю.

Рейтинг зі змістовного модуля визначається за кількістю набраних балів у порівнянні з іншими студентами.

ТЕСТ № 1

1. Визначити предмет, завдання загальної і економічної психології.
2. Дайте характеристику холеричного темпераменту.
3. Вплив факторів екстремальної ситуації на функціонування нервової системи людини.
4. Дайте визначення термінам: 1) аналізатор; 2) особистість.

ТЕСТ № 2

1. Суть біхевіоризму як напрямку розвитку психології.
2. Поняття про особистість у психології.
3. Роль психологічних знань, навичок і умінь у

майбутній професійній діяльності.

4. Дайте визначення термінам: 1) афект; 2) інстинкт.

ТЕСТ № 3

1. Психоаналіз, його суть.

2. Дайте характеристику сангвінічного темпераменту.

3. Емоції і почуття. Поняття, характеристика, взаємозв'язок. Врахування у професійній діяльності.

4. Дайте визначення термінам: 1) індивід; 2) аферентні нервові шляхи.

ТЕСТ № 4

1. Будова нервової системи людини.

2. Поняття темпераменту. Теорії і підходи до визначення темпераменту.

3. Самосвідомість. Саморефлексія. їх значення в життєдіяльності людини.

4. Дайте визначення термінам: 1) психологія; 2) акцентуація характеру.

ТЕСТ № 5

1. Рефлекси. Поняття, види.

2. Дайте характеристику флегматичного темпераменту.

3. Психічні стани, їх коротка характеристика.

Врахування психічних станів у процесі навчально-професійної підготовки людини.

4. Дайте визначення термінам: 1) сензитивність; 2) релаксація.

ТЕСТ № 6

1. Мислення. Поняття інтелекту.
2. Дайте характеристику меланхолічного темпераменту.
3. Психічні властивості, їх коротка характеристика. Вплив психічних властивостей на процесі навчально-професійної підготовки.
4. Дайте визначення термінам: 1) характер; 2) свідомість.

ТЕСТ № 7

1. Фізіологічні основи характеру. Структура характеру.
- 2.1.П.Павлов про фізіологію вищої нервової діяльності.
3. Психічні процеси - увага, пам'ять, мислення, їх характеристика.
4. Дайте визначення термінам: 1) рецептор; 2) рефлекс.

ТЕСТ № 8

1. Поняття характеру. Акцентуації характеру.
2. Задатки і здібності
3. Психічні процеси - сприйняття, увага, уявлення. їх характеристика, врахування у навчально-професійній діяльності.
4. Дайте визначення термінам: 1) темперамент; 2) ефектор.

ТЕСТ № 9

1. Психологія як наука. Напрямки у психології. Зв'язок психології з іншими науками.
2. Відомі вчені-психологи, їх внесок у розвиток психологічної науки.

3. Психічні утворення. їх характеристика.
4. Дайте визначення термінам: 1) сила нервової системи; 2) воля.

ТЕСТ №10

1. Будова аналізатора.
2. Поняття психології, психотерапії, психіатрії. Цілі, завдання, взаємозв'язок та розбіжності.
3. Методи психологічних досліджень.
4. Дайте визначення термінам: 1)настрій; 2) амнезія.

Бланк для відповідей

Тест №1 модульно-рейтингового контролю з дисципліни «Психологія» (Результати тестування заповнює викладач)

Дата_____Група_____Прізвище_

Номер завдання	Кількість отриманих балів	Відсоток від максимального
1.		
2.		
3.		
4.		

Критичний бал _____
 Максимальний бал _____

Методичні вказівки до виконання контрольної роботи

Контрольна робота передбачає розкриття двох питань з курсу, її метою є розвиток та закріплення навичок осмислення і критичного сприйняття

навчального матеріалу; аналіз та систематизація цього матеріалу; практичне використання отриманих знань в своїй діяльності і саморозвитку.

Підготовка до виконання контрольної роботи повинна розпочинатися на початковому етапі навчання - в період проведення установчих сесій.

Вибираючи тематику контрольної роботи студент повинен знати. Що тематика контрольних робіт розроблена викладачами кафедри з урахуванням сучасного стану науки і практики, а також новітніх вимог до викладання психології.

Студенту рекомендується під час вибору питань контрольної роботи користуватися тематикою контрольних робіт розробленою на кафедрі або ж клопотати перед кафедрою про затвердження інших питань, але які стосуються розробленого курсу психології.

У структуру контрольної роботи входять: титульна сторінка, розширений план, змістовні відповіді на питання, висновки до кожного питання, перелік використаної літератури (не менше трьох джерел).

Виконання контрольної роботи носить не репродуктивний, а творчий характер. Тобто передбачає не дублювання тексту підручника, а аналіз позицій вчених-дослідників, наведених у декількох підручниках, монографіях, періодичних виданнях.

Вибір питань для контрольних робіт відбувається за такою схемою:

<i>№ залікової книжки</i>	<i>Варіанти контрольних робіт</i>		
№ закінчується на	10	20	30
« » на 1	1	11	21
« » на 2	2	12	22
« » на 3			
« » на 4	3	13	23
« » на 5	4	14	24
« » на 6			
« » на 7	6	16	26
« » на 8	7	17	27
« » на 9	9	19	29

Оцінюється робота за двобальною шкалою: оцінка, **зараховано**” ставиться за роботу, автор якої дав осмислену, критичну, повну та чітку, відповідь на запропоновані питання;

„не зараховано” ставиться за роботу, автор якої не зробив спроб самостійного і критичного осмислення питань або виклав відповіді, але зробив у викладеному матеріалі помилки, обсяг опрацьованої наукової літератури звів до одного-двох джерел.

Теми контрольних робіт з «Психології» для студентів заочної форми навчання

В - 1

2. Принципи психологічної науки.
3. Основні теорії особистості. Фрейдизм і неофрейдизм.

В - 2

1. Зв'язок психіки і свідомості. Свідоме, несвідоме.
2. Теоретична психологія: рівні і тенденції розвитку

(А.В. Петровський, В.А. Петровський, М.Г. Ярошевський і ін.)

В - 3

1. Уява, види і прийоми уяви.
2. Психологічна структура особистості.

В - 4

1. Концепція особистості Г.С. Костюка.
2. Пам'ять як пізнавальний процес (види, властивості, процеси, розвиток).

В - 5

1. Мислення та мовлення. їх взаємозв'язок та взаємозумовленість.
2. Особистість у теорії С. Л. Рубінштейна.

В - 6

1. Вербальна та невербальна комунікація.
2. Психічні стани особистості.

В - 7

1. Афективна сфера особистості її функціональне призначення.
2. Діяльність та особистість

В - 8

1. Індивідуально-психологічні властивості особистості.
2. Механізми і форми соціально-психологічного впливу.

В - 9

1. Порівняльна характеристика сприймання та відчуття як активних процесів пошуку й обробки інформації.
2. Гуманістична теорії особистості.

В - 10

1. Розвиток особистості за теорією Е. Еріксона.
2. Задачі, принципи і методи психології.

В - 11

1. Теорія прагнення до смислу В. Франкла.
2. Сприйняття. Перцептивний образ.

В - 12

1. Увага. Дослідження уваги в когнітивній психології.
2. Статус особистості як показник її стану в групі.

В - 13

1. Мала соціальна група, її вивчення (Дж. Морено, Е. Мейо, Дж. Мід).
2. Самосвідомість. Я-концепція.

В - 14

1. Проблема виникнення відчуттів. Рефлекторна природа. Властивості. Взаємодія і компенсаторні можливості відчуттів.
2. Самовиховання вольових якостей особистості. Аутотренінг.

В - 15

1. Типи темпераменту, їх психологічна характеристика. Темперамент і діяльність.
2. Причини конфліктів. Напрямки подолання конфліктів. Основні стратегії поведінки у конфліктних ситуаціях.

В - 16

1. Психологічні бар'єри у спілкуванні. Шляхи їх подолання. Проблема психологічної сумісності.
2. Ідея особистості у вітчизняній психології (ГТК. Анохін, І.П. Павлов, І.М. Сеченов, В.М. Бехтерев і інші).

В - 17

1. Пам'ять людини, її види. Основні характеристики процесів пам'яті. Організація процесу запам'ятовування у професійній діяльності.
2. Процеси мислення: аналіз, синтез, порівняння, узагальнення. Індивідуальні особливості мислення.

В - 18

1. Інтелект. Проблема генетичної обумовленості та фактори, що визначають розвиток інтелекту. Виміри інтелекту (тести).
2. Почуття і емоції особистості. Емоційні стани:

афекту, настрою, стресу. Саморегуляція у сфері почуттів.

В - 19

1. Історія розвитку психологічних знань від античності до сьогодення.
2. Роль вроджених особливостей у формуванні особистості. Метод близнюків.

В - 20

1. Уява. Роль та значення уяви в діяльності фахівця.
2. Теорія прагнення до смислу В. Франкла.

В - 21

1. Типологія характеру і конституція людини (типологія Е. Кречмера, Б. Шелдона).
2. Теорія особистості Г.С. Саллівана.

В - 22

1. Біологічні і соціальні основи характеру. Основні підходи до його вивчення.
2. Класифікація емоцій. Роль і функції емоцій в діяльності і поведінці людини.

В - 23

1. Типологічні моделі характерів Е. Шострома, К. Юнга. Психопатії. Акцентуації характеру.
2. Розвиток мислення в онтогенезі.

В - 24

1. Поняття соціальної установки (антитюда) в психології (Г. Сіенсер, Г. Олпорт).
2. Психічне здоров'я та його показники.

В - 25

1. Психологічні проблеми статевих відмінностей. Формування статевої ідентичності.
2. Класична та некласична теорії організації (Ф.Тейлор, А. Файол).

В - 26

1. Спільна та індивідуальна діяльність: їх особливості та специфіка.
2. Традиція дослідження навіювання в історії психології (З. Фрейд, Г. Зіммель, Г. Лебон)

В - 27

1. Особистість в діяльності і спілкуванні.
2. Задатки і здібності. Рівні розвитку здібностей.

В - 28

1. Особливості творчого та саногенного мислення.
2. Відчуття. Компенсаторні можливості людини.

В - 29

1. Теоретичні підходи до розуміння мови та мовлення (В. Вунд, І.П. Павлов, О. А. Потебня).
2. Соціально-психологічний клімат, його значення для розвитку колективу.

В - 30.

1. Аналітична психологія К. Г. Юнга. Архетипи.
2. Сумісність та спрацьованість як психологічні характеристики міжособистісних стосунків.

Термінологічний словник

Психологія - це наука, що за допомогою спеціальних методів розглядає і вивчає об'єктивні, реально існуючі психічні явища і факти виявляє особливості, закономірності побудови та розвитку психіки, функціонування її механізмів.

(Загальна психологія - систематизує експериментальні дані, здобуті в різних галузях психологічної науки, розробляє фундаментальні теоретичні проблеми психології, формулює основні принципи, категорії, поняття, закономірності, становить фундамент розвитку всіх галузей та розділів психологічної науки.

Соціальна психологія - галузь психології, яка вивчає її психологічні закономірності поведінки і діяльності людей, що зумовлені фактором їх включення у соціальні групи, а також психологічні характеристики і прояви різних соціальних спільностей. Досліджує психічні явища у процесі взаємодії людей у великих та малих суспільних групах, а саме: вплив засобів масової комунікації на різні верстви населення, особливості формування та поширення чуток, смаків, суспільних настроїв, моди; питання психологічної сумісності, міжособистісних взаємин, групової атмосфери, роль лідера у групі, сприйняття людини людиною, становище особистості у групі, стосунки між членами сім'ї тощо.

Вікова психологія - досліджує онтогенез психічних властивостей особистості на різних вікових етапах. Виділяють такі її розділи як психологія дошкільника, психологія молодшого школяра,

психологія підліткового віку, психологія юнацтва, психологія дорослих, геронтопсихологія.

Педагогічна психологія - має своїм предметом психологічні закономірності навчання й виховання особистості та складається з таких розділів: психологія навчання, психологія виховання, психологія навчально-виховної роботи з важковиховуваними дітьми тощо.

Практична психологія-функціонує і розвивається як система спеціальних психологічних служб, спрямованих на надання допомоги людям у вирішенні їхніх психологічних проблем. Головна мета практичної психології - створити сприятливі соціальні і психологічні умови для діяльності людини в усіх сферах життя - від сімейних стосунків до управління державою, надати реальну допомогу в розвитку та захисті її психічного здоров'я.

Психокорекція - передбачає подолання певних відхилень у поведінці та діяльності людини засобами вивчення індивідуальних властивостей особистості, їх відповідності вимогам навколишнього соціального та природного середовища, виявлення і подолання наявних суперечностей, формування нових цілей, цінностей, мотивацій поведінки; розробки програми зміни способу життя, перетворення в ході самопізнання і самовиховання, розвитку здатності до саморегуляції тощо.

Психічні процеси - окремі форми чи види психічних явищ, що мають початок, розвиток і закінчення. При цьому поняття «процес» підкреслює динаміку явища, досліджуваного психологією;

завершення одного психічного процесу тісно пов'язане з початком нового. Психічні процеси поділяють на пізнавальні (відчуття, сприймання, пам'ять, мислення, уява, мовлення) та емоційно-вольові (емоції, почуття, воля).

Психічні стани характеризують статику, відносну постійність психічного явища і визначаються виявом почуттів (настрій, афект, стрес): уваги (неуважливність, зосередженість), волі (активність, апатія), мислення (допитливність) та ін.

Психічні властивості - найбільш суттєві та стійкі психічні особливості людини. Поняття «психічні властивості» виражає стійкість психічного факту, його закріпленість і повторюваність у структурі особистості людини. До них можна віднести особливості розуму, мислення, стійкі особливості емоційної і вольової сфери, що закріплені в темпераменті, характері, здібностях, поведінці людини.

Психіка - властивість високоорганізованої матерії (НС), що полягає у здатності відображати впливи навколишнього середовища. У людини носієм психіки і свідомості є головний мозок.

Рефлекс - виконувана за допомогою нервової системи реакція організму у відповідь на подразник.

Інстинкт - складна, вроджена форма поведінки тварин, що забезпечує задоволення їхніх життєвих потреб.

Навички - вид поведінки, що набувається твариною за життя і фіксується в індивідуальному досвіді.

Навички (людини) - окремі елементи дій, які в результаті вправ стають автоматизованими.

Навіюваність - легка піддатливість чужому впливові, невміння критично поставитися до чужих порад і протистояти їм у разі необхідності.

Свідомість-особлива форма психічної діяльності, орієнтована на активне відображення і перетворення дійсності.

Самосвідомість - це усвідомлення себе самого (власного Я), свого ставлення до природи, до інших людей, своїх дій і вчинків, власних думок, переживань і різноманітних психічних якостей, що може бути виражено за допомогою мови.

Несвідоме-сукупність психічних явищ, станів і дій, відсутніх у свідомості людини, (лежать поза сферою розуму), непідзвітні їй і. принаймні в даний момент, не піддаються контролю, належать до несвідомого.

Онтогенез психіки виступає як незворотна послідовність ускладнення структур, у якій генетично пізніші структури виникають із більш ранніх і включають їх у себе у зміненому вигляді. Кожна нова психічна структура виникає на основі попередньої.

Філогенез - зміни психіки людини, які відбулися у ході її біологічної еволюції під впливом умов життя.

Принципи - максимально широкі за обсягом твердження, в яких фіксується предмет науки, її теорія і методи.

Методологія - система принципів і способів організації та побудови теоретичної і практичної діяльності.

Метод - прийоми, способи, шляхи дослідження, що

випливають із теоретичних уявлень про зміст об'єкта, який вивчається.

Спостереження - цілеспрямоване і планомірне сприймання предметів і явищ об'єктивної дійсності.

Експеримент - це організована дослідником взаємодія між досліджуваним чи групою досліджуваних і експериментальною ситуацією з метою встановлення закономірностей цієї взаємодії і а змінних, від яких вона залежить.

Лабораторний експеримент - експеримент, що передбачає проведення дослідження у штучних (лабораторних) умовах, з використанням вимірювальної апаратури, приладів та іншого експериментального матеріалу. Досліджуваний знає, що з ним проводять експеримент, але не одержує інформації про характер виконуваних завдань.

Природний експеримент - експеримент, що базується на управлінні поведінкою досліджуваних у звичних для них умовах.

Тест (психологічний) - спеціально розроблені завдання і проблемні ситуації, використання яких, у результаті кількісної і якісної оцінки, дає результати, що можуть бути показниками розвитку певних психічних явищ.

Відчуття - відображення окремих властивостей предметів і явищ при безпосередній дії подразників на органи чуття.

Аналізатор - складний нервовий апарат для тонкого аналізу навколишньої дійсності та змін, що відбуваються всередині організму. Аналізатор складається зі сприймальної частини (рецептора),

провідних шляхів (нервових волокон) та відповідних ділянок кори головного мозку великих півкуль.

Рецептор - периферичний відділ аналізатора, що реагує на певний вид фізичної енергії і переробляє її в певне нервеве збудження (нервовий імпульс).

Сприймання - цілісне відображення предметів і явищ при безпосередній дії подразників на органи чуття.

Установка (настанова) - спрямованість особистості, цілісний динамічний стан, що виявляється в її готовності або тенденції діяти певним чином. Утворившись, вона підсвідомо впливає на пізнавальні процеси, зокрема на сприймання.

Ілюзія - хибне, викривлене сприйняття об'єктивного світу, що виникає під впливом зовнішнього подразника або хворобливого стану нервової системи.

Галюцинації - відчуття неіснуючих в реальній дійсності об'єктів (голосів та образів).

Пам'ять-це відображення предметів і явищ дійсності у психіці людини в той час, коли вони вже безпосередньо не діють на органи чуття. Вона являє собою низку складних процесів (запам'ятовування, збереження, відтворення, забування), активне оволодіння якими надає людині здатності засвоювати й використовувати потрібну інформацію.

Рухова пам'ять (кінестезична) — запам'ятовування і відтворення рухів та їх систем, що лежать в основі вироблення і закріплення рухових навичок та звичок.

Ейдетична пам'ять - дуже чітко виражена образна

пам'ять, пов'язана з наявністю яскравих, чітких, живих, наочних уявлень (картинок)

Емоційна пам'ять - пам'ять людини на пережиті нею в минулому почуття, пов'язані з пережитими подіями.

Образна пам'ять - збереження і відтворення образів раніше сприйнятих предметів та явищ дійсності. Образна пам'ять буває слуховою, зоровою, дотиковою, нюховою та смаковою.

Словесно-логічна пам'ять виражається в запам'ятовуванні і відтворенні думок (понять, суджень, умовиводів).

Довільна пам'ять - вид пам'яті, пов'язаний з наявністю і спеціальної мети запам'ятати, із застосуванням відповідних прийомів, способів та певних вольових зусиль.

Мимовільна пам'ять - вид пам'яті, при якому не ставиться спеціальна мета запам'ятати і пригадати той чи інший матеріал, і він запам'ятовується пасивно, ніби сам по собі, без застосування спеціальних прийомів, без вольових зусиль.

Збереження - процес утримання в пам'яті людини інформації, одержаної у ході набуття нею досвіду.

Відтворення - процес відновлення збереженого матеріалу в пам'яті для використання в діяльності та спілкуванні; полягає у пожвавленні або повторному збудженні раніше утворених у мозку і тимчасових нервових зв'язків.

Забування - процес пам'яті, протилежний збереженню, і виявляється він у тому, що актуалізація забутих образів чи думок утруднюється або стає

взагалі неможливою.

Впізнавання - найпростіше відтворення якого-небудь об'єкта в умовах його повторного сприймання.

Згадування - відтворення попереднього досвіду відповідно до змісту й завдань діяльності без повторного сприймання об'єктів.

Пригадування - довільне відтворення, що вимагає напруження розумових зусиль, подолання труднощів.

Інтерференція - негативний вплив раніше утворених навичок на вироблення нових.

Проактивне гальмування - негативний вплив попередньої діяльності на утворення нових тимчасових зв'язків.

Ретроактивне гальмування - негативний вплив наступної діяльності на стійкість утворених тимчасових нервових зв'язків у попередній діяльності.

Ремінісценція - відкладене відтворення, яке є повнішим порівняно з відтворенням безпосередньо після запам'ятовування.

Персервація - нав'язливе відтворення одних і тих же рухів, образів, думок; розрізняють моторну, сенсорну, інтелектуальну.

Мислення - вища форма психічного відображення. Це пізнавальний процес опосередкованого й узагальненого відображення людиною предметів і явищ об'єктивної дійсності у їхніх істотних властивостях, зв'язках та відношеннях у ході аналізу і синтезу, що виникає з чуттєвого пізнання на основі практичної діяльності.

Логічне мислення - обґрунтоване, мотивоване, доказове, несуперечливе мислення, яке, виходячи з

правильних вихідних позицій і суджень, з необхідністю веде до правильних, об'єктивних висновків.

Міркування - ряд пов'язаних між собою суджень, спрямованих на те щоб з'ясувати істинність якої-небудь думки, довести її або заперечити, відстояти в суперечці з іншими людьми.

Розуміння - процес відображення дійсності у свідомості людини через установлення зв'язків і відношень між предметами та явищами.

Мисленеві дії - дії з об'єктами, відображеними в уявленнях, образах, уяви та поняттях.

Мисленеві (розумові операції) - порівняння, аналіз, синтез, абстрагування, систематизація, класифікація, узагальнення, конкретизація. Вони взаємодіють між собою, а також спрямовані на розпізнавання об'єктів та контроль за виконанням перетворюючої функції мисленевої діяльності.

Аналіз - мислене розчленування предмета чи явища на його складові частини, виділення в ньому окремих частин, ознак і властивостей.

Синтез - мислене поєднання окремих елементів, частин і ознак в одне ціле.

Порівняння - мислене встановлення подібності й відмінності між предметами та явищами дійсності.

Абстракція (операція абстрагування) - один із основних процесів мисленевої діяльності людини, який дозволяє мислено вичленити і перетворити в самостійний об'єкт розгляду окремі властивості сторін чи станів предметів, не беручи до уваги неістотні і одиничні ознаки, що не є спільними для даної групи

предметів.

Конкретизація - це мисленева операція, в процесі якої ми подаємо предметного, наочного характеру тій чи іншій абстрактно « узагальненій думці, поняттю, правилу, закону.

Узагальнення - об'єднання предметів у групи за подібними ознаками, які виділяються в процесі абстрагування.

Класифікація-розподіл об'єктів на підгрупи, класи і роди на основі знаходження у них істотних спільних ознак.

Поняття - одна з логічних форм мислення, що полягає у виділенні суттєвого, загального в предметах і явищах дійсності.

Судження - форма мислення, яка містить у собі ствердженням або заперечення якого-небудь положення.

Умовивід - одна з логічних форм мислення, що виводиться з декількох суджень, і характеризується здатністю до узагальнюючого висновку на основі правил логіки.

Уява - психічний пізнавальний процес створення образів, предметів, ситуацій, обставин шляхом установа нових зв'язків між відомими образами та знаннями.

Творча уява - створення нових оригінальних образів без опори на наявний образ предметів і явищ або їх зображень.

Відтворююча уява - створення образу чогось новою для людини, що спирається на словесний опис або умовне зображення цього нового (креслення,

схему, нотний запис тощо)

Мрія - уява, спрямована в майбутнє. Створення мисленнєвого образу бажаного майбутнього розвитку подій.

Емоції - особливий клас психічних процесів, явищ, що виражається у формі безпосереднього, пристрасного переживання суб'єктом життєвого змісту явищ, предметів і ситуацій для задоволення своїх потреб.

Почуття - вища форма емоційного відношення людини до предметів і явищ дійсності, що вирізняється відносною усталеністю, узагальненістю, відповідністю потребам, мотивам і цінностям, які були сформовані в процесі її особистісного розвитку.

Афект сильний і переважно нетривкий емоційний стан, пов'язаний з різкою зміною важливих для суб'єкта життєвих обставин; супроводжується різко вираженими руховими проявами і змінами у функціях внутрішніх органів. В основі афекту лежить пережитий людиною стан внутрішнього конфлікту породжений суперечностями між його потягами, прагненнями бажаннями або суперечностями між вимогами, що ставляться людині, та можливостями виконати ці вимоги.

Настрій - відносно тривалий, стійкий емоційний стан помірної або слабкої інтенсивності, що виявляється в загальному тлі психічного життя індивіда й забезпечує переважання в ньому емоцій визначеної модальності (радісний - похмурий). Настрої формуються під впливом окремих життєвих подій: удач, зустрічей, прийнятих рішень іт. п. На

відміну від ситуативних емоцій і афектів, настрій являє собою емоційну реакцію не на безпосередні наслідки таких подій, а на їх значення в контексті більш загальних життєвих планів, інтересів і очікувань людини.

Стрес - стан психічного напруження, що виникає в людини у процесі діяльності за найскладніших, важких умов як у повсякденному житті, так і особистих ситуаціях.

Сором - емоція, що виникає в результаті усвідомлення людиною реальної чи уявної невідповідності своїх вчинків прийнятим у даному суспільстві нормам та вимогам моралі. Сором може бути пов'язаний із поведінкою або проявами особистісних рис інших, як правило, близьких людей (сором за іншого). Сором переживається як незадоволеність собою, осуд або звинувачення себе. Прагнення уникнути подібних переживань є потужним мотивом поведінки, спрямованої на самовдосконалення.

Страх - емоція, що виникає в ситуаціях загрози біологічному або соціальному існуванню індивіда і спрямована на джерело дійсної чи уявної небезпеки. На відміну від болю й інших видів страждання, що викликаються реальною дією небезпечних для існування чинників, страх виникає при їх передбаченні.

Симпатія - стійке, схвальне, емоційно-позитивне ставлення людини до інших людей і явищ, що виявляється у привітності, доброзичливості, захопленні та спонукає до спілкування, прояву уваги,

допомоги і т. п. Звичайно виникає на основі спільних поглядів, цінностей, інтересів, моральних ідеалів. Може виникнути і як наслідок вибіркової позитивної реакції на привабливу зовнішність, поведінку, риси характеру іншої людини.

Пристрасть - сильне, стійке, всеохоплююче почуття, що домінує над іншими спонуканнями людини та призводить до зосередження на предметі пристрасті усіх її прагнень і сил.

Депресія - афективний стан, що характеризується негативним емоційним фоном, зміною мотиваційної сфери, когнітивних уявлень і читальної пасивності поведінки. Суб'єктивно людина в стані депресії відчуває важкі, болючі емоції і переживання пригніченість, тугу, розпач. Потяги, мотиви, волюва активність різко знижені. Характерними є думки про власну відповідальність на різноманітні неприємні, важкі події, що відбулися в житті людини або її близьких. Почуття провини за події минулого і відчуття безпорадності перед обличчям життєвих труднощів підсилюється почуттям безперспективності. Самооцінка різко знижена. Зміненим виявляється сприйняття часу, що тече болісно довго. Для поведінки в стані депресії характерні сповільненість, безініціативність, швидка стомлюваність - усе це призводить до різкого падіння продуктивності. У важких, тривалих станах депресії можливі спроби до самогубства. Розрізняються функціональні стани депресії, можливі у здорових людей у межах нормального психічного функціонування, і патологічну депресію, що є одним з

основних психіатричних синдромів.

Фрустрація - психічний стан, що виявляється в характерних рисах переживань і поведінки, викликаних об'єктивно непереборними труднощами, які виникають на шляху до досягнення мети або вирішення завдань; стан краху і пригніченості, викликаний переживанням постійних невдач.

Тривога - негативний емоційний стан, що виникає в ситуаціях невизначеної небезпеки, а також в очікуванні несприятливого розвитку подій. На відміну від страху як реакції на конкретну загрозу, тривога являє собою генералізований, дифузний або безпредметний страх.

Інтерес - форма прояву пізнавальної потреби, що забезпечує спрямованість особистості на усвідомлення цілей діяльності і тим самим, сприяє орієнтуванню, ознайомленню з новими фактами більш повному і глибокому відображенню дійсності. Суб'єктивно інтерес виявляється в емоційному тлі, якого набуває процес пізнання, в увазі до об'єкта зацікавлення. Задоволення інтересу не веде до його згасання, а викликає нові інтереси що відповідають, більш високому рівню пізнавальної активності.

Стенічні почуття (ті, що бадьорят) підносить життєвий тонус, посилюють силу та енергію людини.

Астенічні почуття (ті, що гнітять.) — знижують життєвий тонус, зменшують силу та енергію людини.

тонус, зменшують силу та енергію людини.

Естетичні почуття - почуття краси, прекрасного, які породжуються явищами природи та самими людьми, їх працею, результатами їх мистецької та

іншої творчої діяльності є відображенням прекрасного, що є в самій об'єктивній дійсності.

Воля - це психічна діяльність людини, яка виявляється в усвідомлених діях, спрямованих на досягнення поставленої мети, здійснення якої пов'язане з подоланням перешкод. Вольова активність виявляється в навчальній, трудовій (професійній), пізнавальній, суспільній діяльності особистості.

Потяг - психічний стан, що виражає недиференційовану, неусвідомлену або недостатньо усвідомлену потребу суб'єкта. Потяг є плинним явищем, оскільки подана в ньому потреба або згасає, або усвідомлюється, перетворюючись на конкретне бажання, намір, мрію та ін. Потяг - одне з центральних понять психоаналізу.

Бажання - усвідомлене і конкретизоване прагнення певної мети. Бажання як мотив діяльності характеризується досить виразною усвідомленістю потреби, яка йому передувала та шляхів і способів її задоволення.

Вольове зусилля - особливий стан психічного напруження, пов'язаний з подоланням перешкод та труднощів.

Вольові риси - відносно стійкі, незалежні від ситуації психічні утворення. До них належать цілеспрямованість, яка визначає напрями вияву таких властивостей особистості, як сміливість, наполегливість, рішучість.

Витримка - здатність людини постійно контролювати себе і свою поведінку, володіти собою, утримуватися від дій, які усвідомлюються як

непотрібні або шкідливі в певній ситуації.

Апраксія - складне порушення цілеспрямованості дій, викликане локальними розладами лобних ділянок мозку.

Абулія - нездатність прийняти необхідне вольове рішення діяти взагалі.

Увага - психічне явище, що виражається у зосередженості свідомості суб'єкта в даний момент часу на якомусь реальному або ідеальному об'єкті (предметі, події, способі, міркуванні і т.д.).

Потреба - стан живої істоти, що відображає її залежність від умов існування та спричиняє активність у ставленні до цих умов.

Активність - діяльнісний стан живих організмів як умова їхнього існування у світі. Активна істота не просто перебуває в русі, вона містить у собі джерело свого власного руху, і це джерело відтворюється в ході самого руху. Це система характеристик індивідуальної поведінки, що відображає швидкісний, енергійний (внутрішнє прагнення індивіда до напруженої діяльності) та варіаційний (тенденція до різноманітності й новизни) її аспекти.

Поведінка - властива живим істотам взаємодія з навколишнім середовищем, опосередкована їх зовнішньою (руховою) і внутрішньою (психічною) активністю. Становить собою складний синтез, сплав рис типу вищої нервової діяльності і життєвих вражень, закріплених у вигляді систем тимчасових нервових зв'язків, динамічних стереотипів, утворених у результаті її взаємодії із середовищем.

Діяльність - найважливіша загальна властивість

особистості, яка виявляється у цілеспрямованій активності, що реалізує потреби суб'єкта під час взаємодії з довколишнім середовищем.

Локус контролю - якість, що характеризує схильність людини приписувати відповідальність за результати своєї діяльності зовнішнім силам (екстернальний) або власним здібностям і зусиллям (інтернальний).

Мотивація-спонування, що викликають активність організму і визначають її спрямованість.

Мотив - спонування до діяльності, пов'язане із задоволенням потреб, у яких виявляється активність суб'єкта.

Мета - те, для чого працює, за що бореться людина, чого вона хоче досягнути у своїй діяльності.

Дія - цілеспрямована активність, реалізована в зовнішньому або внутрішньому плані; одиниця діяльності.

Операція - спосіб, яким виконується завдання, досягається мета.

Вправа- багаторазове повторення й закріплення дії у вигляді навички.

Навичка - автоматизований спосіб використання певних засобів діяльності.

Інтерференція - негативний вплив раніше виробленої навички на процес оволодіння новою.

Уміння - засвоєний суб'єктом спосіб виконання дії, який забезпечується сукупністю набутих знань і навичок. Уміння формується шляхом вправ і створює можливість виконання дії не тільки у звичних, але й у змінних умовах.

Інтеріоризація - формування внутрішніх структур людської психіки завдяки засвоєнню структур зовнішньої соціальної діяльності.

Екстеріоризація - процес породження зовнішніх дій, висловлювань і т. д. на основі перетворення низки внутрішніх структур, що склалися на основі інтеріоризації зовнішньої соціальної діяльності людини.

Гра - основна форма вияву активності дитини на перших етапах її розвитку; змістовна творча діяльність, у якій дитина ставить свідомі цілі, прагне до їх здійснення.

Навчання - різновид діяльності, що виражається у цілеспрямованій передачі суспільно-історичного досвіду; процес формування знань, умінь, навичок.

Спілкування - складний багатоплановий процес встановлення та розвитку контактів між людьми і групами, породжений потребами спільної діяльності і включає в себе як мінімум три різних процеси: комунікацію (обмін інформацією), інтеракцію (обмін діями) і соціальну перцепцію (сприйняття і розуміння партнера).

Праця - свідомо діяльність людини, спрямована на створення матеріальних і духовних благ.

Працьовитість - риса характеру, що полягає в позитивному відношенні особистості до процесу трудової діяльності. Виявляється в активності, ініціативності, сумлінності, захопленості і задоволеності самим процесом праці.

Апраксія - порушення довільних цілеспрямованих рухів і дій, що не є наслідком елементарних розладів

рухів, а належать до розладів вищого рівня організації рухових актів.

Абулія - патологічне порушення психічної регуляції дій, що виявляється в частковій або повній відсутності бажань, ініціативи, спонукань до діяльності, у нездатності прийняти рішення.

Уміння - закріплені способи застосування знань у практичній діяльності.

Людина-біосоціальна істота, наділена свідомістю, здатністю пізнавати довколишній світ і активно змінювати, перетворювати його.

Індивід - людина як одинична природна істота, представник виду *Homo sapiens*, продукт філогенетичного й онтогенетического розвитку, єдності вродженого і набутого, носій індивідуально своєрідних рис (задатки, тип НС і т. д.).

Індивідуальність-людина, що характеризується з боку своїх соціально значущих відмінностей у порівнянні з іншими людьми (своєрідність психіки та її неповторність). Виявляється в особливостях темпераменту, рисах характеру, специфіці інтересів, якостей перцептивних процесів, інтелекту, потреб і задатків індивіда. Передумовою формування людської індивідуальності і анатомо-фізіологічні задатки, що перетворюються в процесі виховання в суспільно обумовлені риси характеру, породжуючи широку варіативність індивідуальності.

Особистість - індивід як суб'єкт соціальних відносин у процесі свідомої діяльності.

Спрямованість особистості-сукупність стійких мотивів, що орієнтують діяльність особистості

незалежно від ситуації; характеризується інтересами, нахилами, переконаннями, ідеалами у яких виражається світогляд людини.

Активність особистості - виявляє себе у вольових актах самовизначенні і самопогляданні людини як джерела свого існування і розвитку. Виявляється також у тому, що своїми вчинками і діями особистість «продовжує» себе в інших людях набуваючи в них свого «відображення». На відміну від суспільно значущих, однак стандартизованих актів поведінки людини активність особистості характеризується тим, що людина піднімається над стандартом, реалізуючи неординарні зусилля для досягнення суспільно заданої мети, або діючи «надситуативно», тобто за межами своїх вихідних спонукань і цілей.

Я-концепція - відносно стійка, більшою чи меншою мірою усвідомлена, пережита як неповторна, система уявлень індивіда про самого себе, на основі якої він будує свою взаємодію з іншими людьми і певним чином ставиться до себе. Я-концепція – цілісний хоча і не позбавлений внутрішніх суперечної спосіб оцінки власного Я, що виступає як установка стосовно самого себе і включає наступні компоненти: когнітивний, емоційний оцінно-вольовий.

Самооцінка – оцінка особистістю самої себе, своїх можливостей, якостей і місця серед інших людей. Від самооцінки залежать взаємовідносини людини з навколишнім середовищем, стосунки з іншими людьми, вимогливість до себе, ставлення до успіхів і невдач.

Самоконтроль - усвідомлення й оцінка суб'єктом

власних дій, психічних процесів і станів. Механізм самоконтролю виявляється у готовності перевести дію в інше русло, внести в неї додаткові елементи.

Ідеал - візирець, до якого прагне людина у своїй діяльності та поведінці.

Переконавання - певні положення, судження, думки, знання про природу та суспільство, істинність яких людина не піддає сумнівам, вважає їх безперечно правильними, керується ними в житті.

Світогляд - інтеграція досвіду, знань і самосвідомості у ціннісну картину світу, яка зумовлює життєву орієнтацію людини, її ставлення до дійсності і до самої себе.

Установка - неусвідомлюваний особистістю стан психологічної готовності до певної діяльності, за допомогою якої може бути задоволена та чи інша потреба.

Свідомість - вища інтегративна форма психіки, яка складається під впливом суспільно-історичних умов у трудовій діяльності людини та її спілкування за допомогою мови з іншими людьми.

Самосвідомість - складний психічний процес, сутність якого полягає у сприйнятті особистістю численних образів самої себе в різних ситуаціях діяльності й поведінки, в усіх формах взаємодії з іншими людьми і в поєднанні цих образів у єдине цілісне утворення - уявлення, а потім у розуміння свого власного «Я» як суб'єкта, що відрізняється від інших суб'єктів.

Рівень домагань - прагнення досягти цілей того ступеня складності, на який людина вважає себе

здатною.

Саморегуляція - визначається як один з універсальних принципів існування організму, що здійснюється на різних рівнях його функціонування. Суть психічної саморегуляції-здатність до керування власними діями і станами, яка теж виявляється на різних рівнях.

Самореалізація - це потреба у творчості, реалізації власного професійного й особистісного потенціалу, прагнення до самовдосконалення.

Мова - система знаків, що слугує засобом людського спілкування, розумової діяльності, способом вираження самосвідомості особистості, передачі і збереження інформації від покоління до покоління.

Знак - знаком можуть виступати предмети, явища або дії, якщо вони використовуються як умовні замісники «об'єкта оригіналу». Знак як носій інформації є ефективним знаряддям пізнання. Він породжується і функціонує в процесі людської діяльності.

Мовлення - процес використання людиною мови з метою спілкування.

Афазія - порушення мови, що виникає при локальних ураженнях кори лівої півкулі мозку і системних розладах, що являють собою різні види мовної діяльності.

Спілкування - взаємодія суб'єктів, здійснювана знаковими засобами і викликана потребами спільної діяльності та спрямована на значущі зміни в станах, поведінці й особистісно-смыслових утвореннях

партнера.

Взаєморозуміння - це процес досягнення єдності в думках, цінностях, при якому максимально враховуються позиції людей.

Стиль спілкування - індивідуально-стабільна форма комунікативної поведінки людини, яка виявляється в будь-яких умовах взаємодії - у ділових і особистісних стосунках, у стилі керівництва і виховання дітей, способах прийняття рішень і розв'язання конфліктів, у прийомах психологічного впливу на людей.

Атрибуція каузальна - інтерпретація суб'єктом чинників і мотивів поведінки інших людей на основі власного досвіду проживання подібних ситуацій.

Соціально-психологічна ідентифікація - уміння зрозуміти іншу людину, уподібнивши себе їй, тобто вміння стати на її позицію (децентрація).

Рефлексія - усвідомлення суб'єктом того, як він сприймається і оцінюється іншими індивідами або спільнотами; аналіз власного психічного стану.

Соціально-психологічна рефлексія - усвідомлення суб'єктом того, як він сприймається оточуючими.

Ставлення - позиція особистості до всього оточуючого і до самої себе, що зумовлює певний характер її поведінки стосовно кого-небудь чи чого-небудь.

Група-обмежена в розмірах спільність людей, що виділяється із соціального цілого на основі визначених ознак (характеру виконуваної діяльності, соціальної або класової приналежності, структури, композиції,

рівня розвитку і т. д).

Мала група - відносно невелика кількість (3-30) безпосередньо контактуючих людей, об'єднана спільними цілями або завданнями.

Корпорація - група людей, об'єднана спільними вузькокорпоративними цілями і завданнями, що характеризуються певною замкнутістю, централізацією і авторитарністю керівництва; часто протиставляє себе іншим соціальним спільностям на основі своїх вузькоіндивідуальних інтересів.

Колектив - група людей, об'єднаних спільними цілями і завданнями, досягнутими в процесі їхньої спільної соціальної діяльності.

Темперамент - індивідуальні своєрідні вроджені форми поведінки, які виявляються в динаміці, тонусі та рівноваженості реакцій на життєві впливи.

Для холеричного темпераменту характерні високий рівень нервово-психічної активності та енергії дій, різкі рухи, а також сила, імпульсивність та яскрава виразність емоційних переживань. Якщо немає адекватного виховання, у холерика можуть закріпитися такі риси, як нестриманість, гарячковість, нездатність до самоконтролю в емоціогенних умовах.

Сангвінічному темпераменту притаманні висока нервово- психічна активність, різноманітність та багатство міміки і рухів, емоційність, вразливість і лабільність. Водночас, переживання сангвініка неглибокі, а його рухливість при негативних виховних впливах призводить до втрати необхідної зосередженості, до поспіху, а іноді й поверховості.

Меланхолійний темперамент пов'язується з

низьким рівнем нервово-психічної активності, стриманістю та приглушеністю моторики й мовлення, значною емоційною реактивністю, глибиною і стійкістю почуттів при слабкому зовнішньому їх виявленні. Тому за недостатнього виховного впливу в меланхоліка можуть розвинути підвищена емоційна вразливість, замкненість і відчуженість, схильність до тяжких внутрішніх переживань, які не відповідають об'єктивній дійсності.

Флегматичний темперамент характеризується такими ознаками поведінки, як низький рівень активності та невміння переключатися, повільність і спокій у діях, міміці та мовленні, рівність, сталість, глибина почуттів і настроїв. При неадекватному вихованні у флегматика можуть розвинути такі негативні риси, як млявість, збідненість та слабкість емоцій, схильність лише до звичних дій.

Пластичність - притаманна нервовій системі властивість змінюватися під дією подразників та залишати і зберігати сліди їх впливу.

Сензитивність - (чутливість) визначається величиною подразника, що приводить до виникнення реакції. Характерологічна особливість людини, що виявляється у підвищеній чутливості до подій, які відбуваються з нею. Звичайно супроводжується підвищеною тривожністю, страхом нових ситуацій, людей, усякого роду випробувань і т. п.

Характер - індивідуальне поєднання істотних, стійких властивостей особистості, що виражають її ставлення до дійсності (до праці, до інших людей, до самої себе) і виявляються в її поведінці, вчинках.

Структура характеру - виявляється в тому, як людина ставиться:

а) до інших людей, демонструючи уважливість, принциповість, прихильність, комунікабельність, миролюбність, лагідність, альтруїзм, дбайливість, тактовність, коректність або протилежні риси;

б) до справ, виявляючи сумлінність, допитливість, ініціативність, рішучість, ретельність, точність, серйозність, ентузіазм, зацікавленість або протилежні риси;

в) до речей, демонструючи при цьому бережливість, економність, акуратність, почуття смаку або протилежні риси:

г) до себе, виявляючи розумний егоїзм, упевненість у собі, певне самолюбство, почуття власної гідності чи протилежні риси.

Акцентуації рис характеру - крайні варіанти норми як результат підсилення його окремих рис. Акцентуації характеру можуть спричинювати неадекватні дії та вчинки людини.

Типи характеру - виділяють:

- інтровертний тип - якому властиві замкненість, і труднощі при спілкуванні та налагодженні контактів з оточуючими;

- екстравертний тип - якому притаманні жага спілкування та діяльності, балакучість, інколи - поверховість;

некерований тип- імпульсивний, конфліктний, категоричний, підозріливий;

тип неврастенічної акцентуації - з домінуванням хворобливого самопочуття, дратівливості, підвищеної

втомлюваності;

сензитивний тип - з надмірною чутливістю, лякливою, сором'язливою, вразливою;

демонстративний тип - йому властиві егоцентризм, потреба в постійній увазі до себе, співчутті, захопленні ним.

Здібності-індивідуально-психологічні особливості людини, що відповідають вимогам певної діяльності та є умовою успішного її виконання.

Задатки - вроджені анатомо-фізіологічні особливості мозку, нервової системи, що є природними передумовами здібностей і впливають на процес їх формування та розвитку.

Талант - високий рівень розвитку здібностей, насамперед спеціальних, що виявляється у творчих досягненнях. Про наявність таланту можна судити за результатами діяльності людини: вони повинні відрізнятися принциповою новизною, оригінальністю підходу до їх досягнення.

Обдарованість - якісно своєрідне поєднання здібностей, що забезпечує успішність виконання діяльності.

Геніальність - вищий рівень розвитку здібностей як загальних (інтелектуальних), так і спеціальних.

СПИСОК РЕКОМЕНДОВАНОЇ ЛІТЕРАТУРИ

1. Дуткевич Т.В. Збірник лекцій по психології / Т.В. Дуткевич. - Кам.-Под., 2000. - 95 с.
2. Дуткевич Т.В. Лабораторно-практичні заняття з загальної психології / Т.В. Дуткевич, Л.П. Скорич. - Кам.-Под., 1997. - 104 с.
3. Загальна психологія / О. Скрипченко, Л. Долинська, З. Огороднійчукта ін. -К.:”А.П.Н.”, 1999,-463 с.
4. Ішмуратов А. Т. Конфлікт і згода / А. Т. Ішмуратов К. : Наукова думка, 1996. - 190 с.
5. Казарновська Г.Б. Загальна, вікова і педагогічна психологія: 36 завдань / Г.Б. Казарновська, О.П. Долинна. - К.: Вища школа., 1990,- 142 с.
6. Ковальчук І. Психологія особистості: сучасний підхід : навч. посіб. / І. Ковальчук. – Львів : Світ, 2020. – 232 с.
7. Лозниця В.С. Психологія і педагогіка: основні положення. Навчальний посібник для самостійного вивчення дисципліни / В.С. Лозниця. - К.: “ЕксОб”, 2000. - 304с.
8. Лозниця В.С. Психологія менеджменту: Навчальний посібник / В.С. Лозниця. -К.: ТОВ У ВПК “ЕксОб”, 2000. - 512с .
9. Максименко С.Д. Загальна психологія: Підручник для студентів вищих навчальних закладів. / [С.Д. Максименко О. Зайчук, В.В. Клименко, В.О. Соловієнко] : За заг. ред. Д. Максименка. - К.: Форум, 2000. - 543 с

10. Максименко С.Д. Загальна психологія: Навчальний посібник / С. Д. Максименко, В.О. Соловієнко - К.:МАУП, 2001. - 257 с.
11. Мельник Л.П. Психологія управління: Курс лекцій / Л. П. Мельник. - К.: Наук, думка, 1998.- 288с.
12. Орбан - Лембрик Л.Е. Соціальна психологія / Л.Е. Орбаи Лембрик. - К.: Академвидав, 2003. - 446 с.
13. Основи психології: Підручник. За заг. ред. О.В. Кирпчук, В.А. Роменця - К.: Либідь, 1995. - 632с.
14. Психологічний словник / За ред. В. І. Войтка. - К.: Вища школа, 1982.-216 .
15. Петренко А. Соціальна психологія: теорія і практика : навч. посіб. / А. Петренко. – Харків: Фоліо, 2018. – 280 с.
16. Степанов О.М. Основи психології і педагогіки / О.М. Степанов, М.М. Фіцула. - К.: Академвидав, 2003. - 504 с.
17. Шевченко Н. Психологія професійної діяльності / Н. Шевченко. – Тернопіль : Навчальна книга – Богдан, 2022. – 198 с.

Методичне видання

Боднар А. М., Горащ К.В.

ПРАКТИКУМ З ПСИХОЛОГІЇ
Методичні рекомендації

Формат паперу 60×84 1/16 Обл. - вид. арк. 1,5 Наклад
100 примірників м. Кам'янець-Подільський, ЗВО
«ПДУ», вул. Шевченка, 12 а.

Кам'янець-Подільський
2025 р.