

4карноелаМіністерство освіти і науки України



**ЗАГАЛЬНА ПСИХОЛОГІЯ
(ЧАСТИНА 2)**

Методичні вказівки до практичних занять та самостійної роботи
для здобувачів першого (бакалаврського) рівня вищої освіти
освітньої програми «Психологія»
галузі знань 05 Соціальні та поведінкові науки
спеціальності 053 Психологія
денної та заочної форм навчання

УДК 159.9(07)

З-14

До друку

Голова вченої ради факультету цифрових, освітніх та соціальних технологій ЛНТУ

_____ Г.А. Герасимчук

Затверджено вченою радою факультету цифрових, освітніх та соціальних технологій ЛНТУ, протокол № __ від «__» _____ 2025 року

Електронна копія друкованого видання передана для внесення в репозитарій ЛНТУ

Директор бібліотеки _____

Рекомендовано до видання на засіданні кафедри соціогуманітарних технологій ЛНТУ, протокол № __ від _____ року.

Завідувач кафедри соціогуманітарних технологій _____ О.М. Жук

Укладачі: _____ Н.А. Савчук, кандидат психологічних наук, доцент кафедри соціогуманітарних технологій ЛНТУ,
_____ І.П. Березна, асистент кафедри соціогуманітарних технологій ЛНТУ

Рецензент: _____ Т.В. Федотова, кандидат психологічних наук, доцент кафедри загальної та клінічної психології Волинського національного університету

Відповідальний за випуск: _____ О.М. Жук, кандидат історичних наук, доцент кафедри соціогуманітарних технологій ЛНТУ

Загальна психологія (частина 2) : методичні вказівки до практичних занять та самостійної роботи для здобувачів першого (бакалаврського) рівня вищої освіти освітньої програми «Психологія» галузі знань 05 Соціальні, поведінкові науки спеціальності 053 «Психологія» денної та заочної форм навчання / уклад. Н.А. Савчук, І.П. Березна. Луцьк : відділ іміджу та промоцій ЛНТУ, 2025. 45 с.

Методичні рекомендації спрямовані на допомогу студентам денної та заочної форм навчання за спеціальністю 053 «Психологія» в підготовці практичної та самостійної роботи і містять різноманітні форми та методи навчальної роботи, що сприяє їх самоосвіті і формуванню психолого-педагогічних умінь і навичок, необхідних у професійній діяльності. Для перевірки засвоєних знань запропоновано тестові завдання.

ПЕРЕДМОВА

Виховання всебічно розвиненої особистості передбачає набуття певної суми знань, умінь і навичок в освітньому процесі. Важливою складовою цього процесу є організація практичної та самостійної роботи студентів, що визначається навчальною програмою дисципліни, методичними матеріалами, завданнями та вказівками викладача.

Знання основ психології стають пріоритетним напрямом розвитку освітньої галузі. Радикальні суспільно-політичні та соціально-економічні перетворення, що відбуваються в нашій країні, переорієнтація сучасної вищої педагогічної освіти на європейські стандарти передбачає формування нового типу громадянина, який уособлює в собі найкращі морально-ціннісні риси минулих поколінь та володіє надійною базою знань, професійних умінь і навичок відповідно вимогам часу. Наявність системи психологічних знань є важливим кроком до успішної професійної діяльності. Чим краще людина знає себе, тим більше можливостей відкриваються перед нею. Оволодіння основами психології необхідне кожному спеціалісту, адже він живе і буде працювати з іншими людьми, що вимагає врахування їх індивідуально-психологічних особливостей, можливостей людей, їх спрямування тощо.

Навчальна дисципліна «Загальна психологія» є інтегральним курсом, що охоплює теоретичні основи і практичні питання психології, сприяючи виробленню у студентів наукового підходу до психологічних знань, ознайомленню з основними методами і методиками вивчення особистості, різноманітних спільнот. Вивчення навчального курсу «Загальна психологія з практикумом» спрямовано на забезпечення всебічної підготовки студентів та становлення психологічно здорової особистості. Розвиток і формування психологічного мислення передбачає можливість використання здобутих знань у науково-дослідній роботі.

Систематична та активна самостійна робота, опрацювання навчального матеріалу на практичних заняттях спрямовані на збагачення загального світогляду студентів, самопізнання та самовиховання.

Викладання загальної психології здійснюється в тісному взаємозв'язку з історією психології, вступом до спеціальності, педагогікою та іншими дисциплінами, що забезпечують належний рівень розвитку культури, необхідний для професійної діяльності майбутнього фахівця.

Метою викладання навчальної дисципліни «Загальна психологія» є оволодіння майбутніми фахівцями систематизованими знаннями про систему уявлень щодо основних особливостей психологічної науки як однієї з важливих сфер наукового пізнання дійсності, розуміння властивостей, закономірностей та механізмів функціонування основних психічних явищ, формування практично-значущих навичок проведення психологічного дослідження в різних областях психології, необхідних для професійної діяльності психолога.

Завданнями вивчення дисципліни:

- оволодіння основними категоріями і поняттями загальної психології;
- формування системи знань про сутність, зміст, структуру, джерела психіки людини та її свідомості;
- орієнтування у методологічних принципах психологічного дослідження та етапах його проведення;
- засвоєння основних методів дослідження психологічних явищ та формування навички проведення дослідження з використанням діагностичних методик, аналізу та обробки отриманих даних.

Викладання дисципліни здійснюється шляхом читання лекцій, проведення практичних занять, самостійної роботи і написання рефератів, що містять аналіз ступеня висвітлення певного питання в підручниках та наукових дослідженнях.

Підготовка до практичного заняття передбачає опрацювання теоретичних основ лекційного матеріалу; пошук додаткових джерел інформації по темі практичного заняття в друкованому вигляді (монографії, науково-популярні видання, наукові та популярні статті) – в бібліотеках та в електронному вигляді – в мережі INTERNET та на електронних носіях; розширення кола використовуваних джерел: використання науково популярних фільмів, телепередач, аудіо записів, художніх фільмів – з обов'язковим записом на електронні носії та анотуванням щодо змісту і можливостей використання; складання конспектів (з дотриманням правил конспектування та чіткими посиланнями на літературу), структурних схем по темі практичного заняття. Самостійна робота спрямована на опрацювання тих питань теми, що не висвітлювалися в лекціях та не опрацьовувалися на практичних заняттях: у формі детального конспекту першоджерела чи реферативного повідомлення, що містить аналіз ступеня висвітлення певного питання в підручниках та наукових дослідженнях.

Матеріали рекомендацій для практичних занять і самостійної роботи студентів з курсу «Загальна психологія» мають таку **структуру**:

- ✓ на початку кожної теми подано методичні вказівки щодо організації самостійної роботи студентів при підготовці даної теми;
- ✓ вказано перелік питань по темі практичного заняття для усної відповіді;
- ✓ означено опорні поняття до кожної теми, які обов'язково мають бути відображені студентом у словнику психологічних термінів;
- ✓ визначено питання і завдання для роздумів та обговорення;
- ✓ передбачено завдання для практичного виконання, що виступають узагальненням опрацьованого теоретичного матеріалу;
- ✓ наведено теми доповідей і рефератів для обов'язкової роботи з першоджерелами, що передбачає анотування або ж конспектування вказаних робіт в цілому чи їх окремих частин (відповідно до теми та проблем, які розглядатимуться на практичному занятті);
- ✓ запропоновано творчі завдання (проблемні ситуації, ессе), що спрямовані на розвиток умінь застосовувати набуті теоретичні знання в практиці психологічної роботи;
- ✓ тестові завдання для поточного контролю засвоєння питань теми;
- ✓ вказано рекомендовану основну літературу та інтернет-джерела, що включають найбільш значимі (класичні та сучасні) роботи у сфері психології.

Вивчення дисципліни «Загальна психологія» супроводжується проведенням контролю за якістю отриманих студентами знань, навичок та вмінь, здійснюється викладачами під час практичних занять, індивідуальних контрольних співбесід. Головною метою практичних, самостійних занять є поглиблення теоретичних знань, удосконаленням практичних навичок та вмінь психолога.

Завершується викладання дисципліни для студентів спеціальності «Психологія» іспитом.

Після завершення вивчення дисципліни студент повинен:

знати:

- предмет, завдання, методи науки;
- основний категоріально-понятійний апарат дисципліни;
- психологічні закономірності та механізми розвитку психіки та свідомості;
- особливості несвідомих психічних явищ;
- психологічні закономірності, види та механізми розвитку психічних процесів;
- особливості прояву психічних процесів

вміти:

- вільно володіти категоріально-понятійним апаратом дисципліни;
- використовувати різні методи діагностичної роботи для вивчення й аналізу психологічних явищ;
- планувати та організовувати психологічне дослідження.

володіти:

- сукупності знань та вмінь, що формують профіль фахівця у галузі психології;
- навичками побудови самостійних теоретичних й експериментальних психологічних досліджень.

2 СЕМЕСТР

Змістовий модуль 1. Соціальна сфера особистості: психологія особистості та діяльності

Тема 1. Людина та її місце в різних системах

Сутність поняття “особистість” у психології. Системний та історико-еволюційний підхід до особистості. Людина як індивід в системі біогенезу. Людина як особистість в системі соціогенезу. Людина як індивідуальність в системі персоногенезу. Загальне поняття про особистість. Особистість у філософії. Філософсько-етичні передумови навчання про мотиви й емоції особистості (Платон, Аристотель, Декарт, Бенедикт Спіноза). Особистість у релігії (Св. Максим Сповідник). Особистість у соціології. Людина як суспільна істота, продукт історії людства. Історія вивчення феноменів: «індивід», «особистість», «індивідуальність». Співвідношення понять «індивід», «особистість», «суб'єкт діяльності», «індивідуальність». Особистість як предмет психологічного дослідження. Психічні процеси, стани і властивості особистості. Багатозначність понять «особистість» у сучасній психології.

Література: [1-18].

Тема 2. Психологічна структура особистості

Структура особистості. Проблема складних структурних утворень особистості як джерел її активності. Властивості, структура і типологія особистості. Теорії рис. Факторний підхід до структури особистості. «Факторний профіль». Структура особистості з погляду когнітивного підходу. Психоаналіз про структуру особистості. Відносини як елемент будівлі особистості. Структура особистості за О. Лазурським: ендопсихіка, екзопсихіка. Ієрархічна структура особистості. Параметри особистості. Структура духовного образу особистості. Індивідуальність особистості.

Література: [1-18].

Тема 3. Спрямованість особистості та її психологічні прояви. Самосвідомість особистості

Ціннісно-мотиваційна сфера особистості. Потреби і мотиви як джерело активності особистості. Поняття мотиву, мотивації. Структура та функції мотиваційної сфери. Психологічні теорії мотивації. Психологія потреб людини. Ієрархія потреб. Головні групи мотивів особистості. Розвиток ціннісно-мотиваційної сфери особистості.

Загальне уявлення про самосвідомість і її структуру. Структурні компоненти самосвідомості та "Я-концепції". Структура Я-концепції. Когнітивна складова Я-концепції. Афективно-оцінна складова Я-концепції. Ставлення до себе. Самооцінка. Психологічні характеристики людей з високою і низькою самооцінкою. Поведінкова складова Я-концепції. Самосвідомість та саморегуляція. Поняття саморегуляції у психології. Психологічний захист, його призначення та види. Механізми психологічного захисту Феномен самоефективності.

Література: [1-18].

Тема 4. Становлення і розвиток особистості

Умови становлення і розвитку особистості. Соціокультурне середовище як джерело розвитку особистості. Об'єктивний і суб'єктивний підходи до виділення рушійних сил розвитку особистості. Формування і розвиток особистості як процес, обумовлений уродженими потребами. Сублімація вихідних потягів як рушійна сила розвитку особистості в теорії З. Фрейда. Номотетичний та ідеографічний опис особистості. Стадії розвитку особистості (Е. Еріксон).

Чинники психічного розвитку особистості. Фази становлення особистості: адаптація, індивідуалізація, інтеграція. Самореалізація особистості. Життєвий шлях людини. Соціальні умови і соціальний статус. Поняття соціалізації. Поняття зрілості і життєвого шляху. Життєвий шлях самоздійснення людини. Етапи розвитку особистості. Онтогенез психічного розвитку особистості. Періодизація психічного розвитку та етапи життєвого шляху особистості. Виховання, навчання і психічний розвиток особистості. Мотиваційні регулятори життєвого шляху людини. Сенситивні періоди життя і їхні коди — числа Фібоначчі. Поняття гендер. Гендерна асиметрія в суспільстві.

Література: [1-18].

Тема 5. Загально-психологічна теорія діяльності

Поняття про активність. Основні характеристики активності. Загальна психологічна характеристика діяльності. Поняття про діяльність. Загальні властивості діяльності. Відмінності між активністю і діяльністю. Взаємозв'язок діяльності і свідомості. Діяльність та імпульсивна поведінка. Діяльність як зовнішня (фізична) і внутрішня (психічна) активність. Принцип єдності діяльності і свідомості. Діяльнісний підхід у психології. Теорії діяльності.

Література: [1-18].

Тема 6. Психологічна структура активності і діяльності

Мотиваційні аспекти діяльності. Потреби як джерело активності особистості. Поняття про мотиви діяльності. Мотиви діяльності та поведінки особистості. Загальна характеристика регуляторних процесів. Склад саморегуляції діяльності, поведінки. Загальна характеристика професійної придатності.

Цільові аспекти діяльності. Поняття про мету діяльності. Мета і мотиви діяльності. Усвідомлення діяльності. Цілі діяльності. Поняття проміжної цілі. Результати діяльності.

Інструментальні аспекти діяльності

Дія як процес, спрямований на досягнення поставленої мети. Дія і рух. Види дій. Інтеріоризація й екстеріоризація дій. Способи діяльності, процес їх опанування. Поняття про вміння. Поняття про навички. Процес формування вмінь і навичок. Умови формування вмінь і навичок. Різновиди вмінь і навичок. Перенесення та інтерференція дій. Уміння як використання знань і навичок для досягнення мети діяльності. Навички як дія, виконання якої стало потребою. Звички. Формування діяльності.

Література: [1-18].

Тема 7. Основні види діяльності

Види людської діяльності. Характер трудової діяльності: колективність, знаядність, продуктивність. Праця, навчання, гра як основні види людської діяльності. Поняття про гру. Типи ігор. Види ігор. Структура гри. Ділові ігри. Поняття навчання, учіння, научіння. Умови успішного навчання. Праця як свідома діяльність людини. Умови праці. Види праці. Особливості розумової праці. Специфіка фізичної праці. Фактори ефективності діяльності.

Розвиток діяльності в онтогенезі. Аналіз соціального характеру діяльності. Поняття провідної діяльності у психології. Основні види провідної діяльності: гра, навчання, праця, спілкування. Значення спілкування у формуванні різних видів діяльності.

Загальна характеристика психомоторики Психомоторика у складі діяльності. Потреба людини в руховій активності. Характеристика процесу формування психомоторних навичок. Поняття про психомоторні дії. Психомоторика в житті людини. Ідеомоторика і сенсомоторна культура.

Література: [1-18].

Змістовий модуль 2. Психологічні основи спілкування та міжособистісних відносин

Тема 8. Поняття про спілкування

Сутність і природа спілкування. Взаємозв'язок понять «спілкування» та «діяльність». Предметно-практична діяльність як основа і передумова людського спілкування. Суспільні, міжособистісні стосунки і спілкування. "Суб'єкт-об'єктні" та "суб'єкт-предметні" стосунки при спілкуванні. Рівні спілкування: "індивід-індивід", "індивід-група", "група-соціум". Основні характеристики спілкування. Трьохкомпонентна структура спілкування. Функції спілкування: інформаційно-комунікативна, регуляційно-комунікативна, афективно-комунікативна. Роль емоцій у спілкуванні.

Література: [1-18]

Тема 9. Засоби спілкування

Спілкування як обмін інформацією. Структура, основні функції й види комунікацій. Основні елементи комунікації. Мова як засіб комунікації. Мова і мовлення. Вербальна комунікація та умови взаєморозуміння між людьми. Невербальні засоби комунікації. Види та функції невербальної комунікації. Комунікативна компетентність. Зовнішні й внутрішні бар'єри комунікації. Характеристика шляхів і конкретних прийомів подолання комунікативних бар'єрів.

Література: [1-18]

Тема 10. Особливості безконфліктного спілкування

Види спілкування: необхідне, бажане, нейтральне, небажане, міжособистісне, масове, монологічне, діалогічне, гуманістичне, довготривале, короткочасне, конфліктне. Форми спілкування. Міжособистісне спілкування. Особистісно-групове спілкування. Міжгрупове спілкування. Опосередковане спілкування.

Спілкування як провідна діяльність. Передумови комунікативної діяльності. Потреби людини та їх зміст. Місце невербального та вербального спілкування у розвитку дитини. Умови формування мовлення. Становлення та використання мовлення як засобу спілкування.

Труднощі спілкування. Поширеність труднощів спілкування в різних вікових групах. Деструктивне спілкування. Корисливі форми спілкування: брехня, обман, неправда. Агресивно-конфліктна взаємодія. Закономірності агресивної поведінки та взаємодії. Спілкування в умовах ієнного стану.

Поняття, критерії та рівні успішності спілкування. Товариськість. Контактність як важлива умова успішності спілкування. Комунікативна сумісність. Адаптивність. Стилі спілкування як фактор успішності спілкування. Темперамент та стиль спілкування. Спрямованість особистості та стиль спілкування. Культура та стиль спілкування. Чоловічий та жіночий стиль спілкування. Етика та культура спілкування.

Література: [1-18]

Тема 11. Група та її характеристики

Феномен групи. Ознаки малої групи. Основні підходи та напрями у вивченні малої групи. Класифікація груп за різними критеріями (склад групи, структура, групові процеси, групові норми та цінності). Види і структурні характеристики

малої групи. Основні механізми утворення малих груп. Зовнішнє і внутрішнє підпорядкування індивіда групи. Концепція "активної меншості" С. Московічі. Розвиток групи в колектив. Основи згуртованості колективу. Формування колективу та його роль у розвиткові особистості.

Література: [1-18]

Тема 12. Міжособистісні відносини та психологічний клімат у групі

Поняття про міжособистісні відносини в групі, симпатія-антипатія як основа їх формування. Вплив мотиваційних аспектів на регуляцію стосунків. Феномен взаємовпливу. Механізми та способи взаємовпливу. Типи міжособистісних відносин. Психологічний клімат, загальна характеристика. Вплив його на продуктивність діяльності у колективі. Методи дослідження психологічного клімату.

Література: [1-18].

Тема 13. Основи управління спільністю людей

Функції керівника. Керівник і підлеглий - механізм живого зв'язку. Психологічна установка. Соціальні очікування. Тісний контакт з підлеглими. Феномен підсилення станів. "Захоплення". Навіювання. Переконавання. Новизна інформації. Доказовість. Експресивність у спілкуванні. Взаємовідносини керівника і підлеглого. Демократичний стиль. Авторитарний стиль. Непослідовний стиль. Здібності керівника. Комунікативні здібності. Проектувальні здібності. Конструкторські здібності. Організаторські здібності. Психологічні основи такту. Самоосвіта керівника. Психічні стани керівника.

Література: [1-18]

Тематика практичних занять

Практичне заняття: Психологічна сутність особистості (2 год.)

Мета: узагальнити знання студентів про розуміння сутності та характерні відмінності феноменів людина, індивід, особа, особистість, індивідуальність

1. Питання для підготовки:

1. Актуальність проблематики психології особистості на сучасному етапі розвитку людства.
2. Біологічна, суспільна і духовна природа людини.
3. Диференціація понять: особистість, людина, індивід (індивідуум), особа, індивідуальність.
4. Основні підходи до вивчення особистості.

Література: [1-18].

Основні поняття: біогенез, соціогенез, персоногенез, індивід, індивідуальність, людина, особистість, персона, унікум, особа.

Питання для обговорення і рефлексії:

1. Якими є головні ознаки особистості?
2. У чому виявляється суспільна сутність особистості?
3. Що в особистості зумовлене її біологічною природою?
4. Як виявляється біологічне в життєдіяльності особистості?
5. Як співвідносяться між собою поняття "особистість" і "індивідуальність"?
6. Що вкладаєте в зміст поняття «персона»?

Теми рефератів та повідомлень:

1. Філософсько-етичні передумови навчання про мотиви й емоції особистості (Платон, Аристотель, Декарт, Бенедикт Спіноза).
2. Особистість у релігії.
3. Історія вивчення поняття «особистість».
4. Актуальність дослідження особистості у контексті глобалізаційних процесів.
5. Співвідношення понять "людина", "особистість", "індивід", "індивідуальність" у психології.
6. Біологічні, соціальні та духовні чинники формування особистості.
7. Сучасні наукові підходи до вивчення особистості: порівняльний аналіз.
8. Особистість як суб'єкт життєвого шляху: міждисциплінарний вимір.
9. Психологічні аспекти самореалізації особистості у постмодерному суспільстві.
10. Генеза та трансформація поняття "особистість" у філософській та психологічній думці.
11. Місце духовності в системі детермінант розвитку особистості.
12. Психологічна структура особистості: класичні і сучасні моделі.
13. Особистість у вимірах цифрової доби: виклики та ризики.

II. Психологічні задачі:

1. Людина на світ народжується уже людиною. Чи можна це сказати про особистість?
2. Назвіть якості, які характеризують людину як особистість.
3. Чому поняття «особистість» не може бути ототожене з поняттям «індивідуальність»?
4. Розкрийте основні положення гуманістичної психології. Яке значення для всебічного розвитку особистості мають теоретичні положення, які висунули представники цього напрямку (Маслоу, Роджерс)?
5. У чому ви бачите основні принципи розбіжності у розумінні активності особистості, які представлені в різних наукових напрямках – психоаналізі, біхевіоризмі, гуманістичній психології?
6. Чи можна прискорити психічний розвиток особистості?

7. За якими зовнішніми проявами особистості можна зробити висновок про рівень її розвитку та суспільну свідомість?

Ш. Практичні завдання:

Творчі завдання та проблемні ситуації для самостійної роботи:

Завдання 1. *Оформіть у таблицю: Які з названих властивостей обумовлені головним чином соціальними чинниками, а які – біологічними:* авторитет, мова, темперамент, світогляд, інстинкти, воля, переконання, знання, задатки, ідеали, вікові особливості почуттів, тип нервової системи, здібності, характер, механічна пам'ять, логічна пам'ять, емоції, мислення, увага, розум, агресивність, гуманність.

Завдання 2. *Оформіть у таблицю: Які з перерахованих характеристик належать до людини як до особистості, а які – як до індивіда:* цілеспрямованість, впевненість, висока емоційність, старанність, цілісність, приємний голос, суспільна активність, критичність розуму, прекрасна дикція, середній зріст, музикальність, запальність, мовлення, моральна вихованість, низька адаптація до темноти, ригідність, працелюбність, погана просторова орієнтація, голубі очі, хороший слух, ідейна переконаність, уважність, рухливість, чесність, віра, страх, шляхетність, лінощі, стрес, авторитет, темперамент, інстинкт, переконання, знання, задатки, ідеали, механічна пам'ять, мислення, музичний слух, гуманність.

Тестовий контроль знань:

1. Особистість-це:

- людський індивід як суб'єкт міжособистісних та соціальних відносин, свідомої діяльності;
- продукт суспільного розвитку;
- специфічні особливості інтелекту;
- людина, яка є носієм певних моральних переконань

2. Свідомий індивід з індивідуально виявленими своєрідними розумовими, емоційно-вольовими та фізичними властивостями, що включений в суспільно-корисну діяльність і займає певне місце в суспільному житті, – це характеристика:

- людини;
- особистості;
- індивіда;
- індивідуальності.

3. Особистість – це:

- носій індивідуально-своєрідних рис;
- поєднання психологічних особливостей людини, що утворюють її своєрідність, відмінність від інших людей;
- соціалізований індивід, який втілює найсуттєвіші соціально значущі властивості;
- одиничний представник людського роду.

4. Людину як представник характеризують такі особливості:

- інтереси, світогляд, характер, здібності, переконання;
- здібність, вміння поводитися, гарна хода, наполегливість;
- приємний голос, гарна дикція, приємна зовнішність;
- світогляд, нахили, потреби, характер, одяг.

5. Людина розглядається як:

- конкретна людина як представник певної групи людей;
- жива особа, що володіє мовою, розумом і здатна створювати засоби праці та користуватися ними;
- неповторність суттєвих ознак індивіда;
- єдність рис та якостей, вихованих у взаємодії з людьми.

6. Факторами психічного розвитку людини вважають:

- активність, спадковість;
- здібності, інтеріоризація, спадковість;
- спадковість, здібності, середовище;
- активність, спадковість, середовище.

7. Який з підходів до вивчення особистості розглядає її як відкриту систему, що формується у взаємодії з соціальним середовищем через рольові очікування?

- психоаналітичний;
- біхевіористичний;
- соціально-ролевий;
- екзистенціальний.

8. У чому полягає ключова відмінність між поняттями «індивід» і «особистість» у психологічному дискурсі?

- індивід – це соціальна маска, а особистість – біологічна сутність;
- індивід — це окремий представник людського роду, а особистість — суб'єкт свідомої діяльності, що формується соціально;
- індивід — це ідеальна модель поведінки, особистість — результат навчання;
- індивід — особа з високим рівнем самоактуалізації, особистість — її соціальний аналог.

9. Який компонент структури особистості згідно з психоаналітичним підходом Фрейда відповідає за моральні норми та інтеріоризовані цінності?

- его;
- ід;

- в) супер-его;
- г) архетип.

10. До якого типу факторів, що впливають на формування особистості, належать спадковість, тип нервової системи та анатомо-фізіологічні особливості мозку?

- а) соціокультурні;
- б) психологічні;
- в) біологічні;
- г) морально-етичні.

11. Яке з визначень найбільш точно відображає суть поняття «індивідуальність» у психології?

- а) сукупність соціальних ролей, які виконує людина;
- б) вроджена основа темпераменту;
- в) унікальне поєднання психічних властивостей, що відрізняє людину від інших;
- г) рівень розвитку пізнавальних процесів у підлітковому віці.

Практичне заняття: Структура особистості (2 год.)

Мета: розглянути різні підходи до структури особистості та вміти їх обґрунтовувати.

Питання для підготовки:

1. Властивості, структура і типологія особистості.
2. Факторний підхід до структури особистості.
3. Структура особистості з погляду когнітивного підходу.
4. Психоаналіз про структуру особистості.
5. Структура особистості за О. Лазурським.
6. Структура особистості за К. Платоновим.
7. Параметри особистості в концепції О. Леонтьєва.
- 8 Структура духовного образу особистості у концепції О. Ковальова.

Література: [1-18].

Основні поняття: особистість, індивід, індивідуальність, ендопсихіка, екзопсихіка, психоаналіз, духовний образ особистості, структура особистості, психодинамічна модель, когнітивна структура, підструктури особистості, типологія особистості, факторний підхід, система відносин, внутрішній світ особистості, особистісні диспозиції, потребово-мотиваційна сфера, самосвідомість, індивідуальний досвід, ієрархія цінностей, духовний образ особистості, соціальна детермінація особистості.

II. Питання для обговорення і рефлексії:

1. Поясніть вислів «Не може бути людини без чеснот, так само не може бути людини без жодної вади» Дж. Ч.Добсон.
2. Які, на Вашу думку, компоненти структури особистості є провідними і визначають поведінку людини?
3. У чому полягає сутність спрямованості особистості? Чи можна розуміти спрямованість людини як прояв усіх притаманних їй спонукань?
5. У чому може виявлятися негативна і позитивна роль установок у житті людини? Чи можна формувати їх цілеспрямовано і як саме?
6. Яку роль відіграють інтереси в діяльності людини?
7. Яку особистість можна назвати гармонійною?
8. Існує думка, що кожна особистість являє собою неповторну єдність спадкових, психічних і соціальних рис, що перебувають у нерозривному зв'язку з конкретною ситуацією життя даного індивіда. Чи можна складне і неповторне, що є в особистості звести до певних груп і розглядати кожную особистість як представника однієї з цих груп?
9. Дж. Келлі писав: "Забудьмо... на якийсь час про людину як біологічний організм, як щасливу чи нещасливу, і подивімося на людину як на вченого". Як ви охарактеризуєте даний вислів з власної точки зору?
10. Хто досліджував питання структури особистості? Який підхід, на вашу думку, є найбільш прийнятним?
11. Чому існує така різноманітність підходів до класифікації теорій особистості? Охарактеризуйте одну з теорій особистості.
12. Чи входять до структури особистості будь-які природжені властивості людини?

Теми рефератів та повідомлень:

1. Основні періоди в історії вивчення та дослідження особистості.
2. Психологічна характеристика творчої особистості (на прикладі видатних діячів науки, техніки, культури).
3. Сучасні підходи українських психологів до розгляду структури особистості.
4. Роль біологічного й соціального в структурі особистості.
5. Порівняльний аналіз моделей структури особистості у психоаналітичній та когнітивній парадигмах
6. Факторна структура особистості: сучасні підходи та методи емпіричного дослідження
7. Духовно-моральний вимір особистості: психологічний аналіз концепції О. Ковальова

III. Практичні завдання:

Творчі завдання та проблемні ситуації для самостійної роботи:

Завдання 1. Визначте, до якої теорії особистості належать наступні положення:

- А. Якщо образ сприятливий, наша «Я – концепція» одержує підкріплення, а дії повторюються; якщо несприятливий – наша «Я – концепція» переглядається.

Б. Цивілізація з її заборонами і санкціями, з одного боку, велике благо і необхідність, інакше людство, повністю підкоряючись сексуальним і летальним інстинктам, не змогло б вижити, але, з другого боку, вона – тягар і небезпека для людства, оскільки все більше витіснення потягів веде до прогресуючого розвитку неврозів.

В. Особистість розглядається через паттерни поведінки (сукупність поведінкових реакцій) на різні ситуації. Позитивні та негативні стимули регулюють поведінку й управляють нею.

Г. Об'єктом дослідження є людина як суб'єкт та її суб'єктивні переживання свого існування. Основним прагненням людини є прагнення знайти значення свого існування. Не людина висуває питання про значення життя, а саме життя висуває це питання перед нею. Людина знаходиться в стані постійного вибору, за який вона несе відповідальність. Значення життя у кожного унікальне, людина його може знайти і реалізувати за будь-яких обставин. Коли у людини відсутнє значення життя, вона намагається його досягти «в обхід».

Завдання 2. Розробіть власну структуру особистості. Які, на вашу думку, компоненти є необхідними?

Завдання 3. Виконання методики «Особистісний питальник Г. Шмішека»

Тестовий контроль знань:

1. Вставте пропущені слова:

Особистість – це людина в сукупності її ...якостей, які формуються у різних видах ... і відношеннях.

2. Особистістю людина:

- а) народжується;
- б) формується в процесі взаємодії з соціальним оточенням;
- в) формується під впливом навчання;
- г) формується у діяльності.

3. Факторами становлення особистості є:

- а) лише спадковість;
- б) лише середовище;
- в) спадковість та соціум;
- г) кліматичні умови.

4. Психологічні властивості особистості – це:

- а) вроджені властивості, які мають ситуативний характер;
- б) відносно постійні, стійкі властивості, які формуються в процесі індивідуального життя і діяльності;
- в) риси особистості, які виявляють стійке вибіркове ставлення особистості до навколишнього;
- г) людські задатки, риси темпераменту і характеру.

5. Спрямованість особистості:

- а) процес безперервного прийняття рішень на основі зважування альтернатив поведінки;
- б) стійке й вибіркове прагнення особистості до життєво-значущих об'єктів;
- в) прагнення людини досягти певного результату, який би підтвердив особисту першість;
- г) усталена система найважливіших цільових програм особистості, яка стосується діяльності, поведінки та спілкування.

6. Структура особистості за Платоновим складається з таких підструктур:

- а) спрямованості, досвіду, форм відображення, біологічних, конституціональних властивостей.
- б) спрямованості, діяльності, регуляцій, активності.
- в) спрямованості, мотивів, домагань, можливостей.

7. О. Ковальов розглядав структуру духовного образу особистості через синтез таких структур:

- а) характеру, діяльності, навчання.
- б) характеру, темпераменту, здібностей.
- в) темпераменту, спрямованості, здібностей.

8. Який компонент структури особистості, згідно з концепцією К. Платонова, відповідає за систему відносин та спрямованість індивіда?

- а) біологічно обумовлена підструктура;
- б) досвід;
- в) форма відображення дійсності;
- г) спрямованість особистості.

9. Який із підходів до вивчення особистості акцентує увагу на ієрархічній побудові її мотиваційно-сміслової сфери?

- а) поведінковий;
- б) психоаналітичний;
- в) діяльнісний;
- г) гуманістичний.

10. Яке з положень відображає суть структури особистості у теорії Р. Кеттела?

- а) особистість є сукупністю підструктур, що взаємодіють у системі;
- б) особистість можна описати через 16 факторів, що мають джерельний характер;
- в) структура особистості — це взаємозв'язок «Я-образу» та рефлексії;
- г) особистість — продукт соціального навчання, який формується за принципом підкріплення.

Практичне заняття: Спрямованість як властивість особистості. Самосвідомість (4 год.)

Мета: засвоїти поняття про спрямованість особистості та її основні форми (потяг, бажання, прагнення, інтереси, ідеали, переконання); розкрити сутність понять «Я-концепція», «установки», «самооцінка», «рівень домагань», розглянути види психологічного захисту.

Питання для підготовки:

1. Поняття про спрямованість особистості.
2. Основні форми спрямованості особистості.
3. Спрямованість особистості як система домінуючих мотивів.
4. Види мотивів.
5. Поняття і класифікація потреб.
6. Закономірності розвитку мотиваційної сфери.
7. Поняття самосвідомості, її функції.
8. «Я-концепція» як виявлення самосвідомості.
9. Самооцінка, її види та механізми формування.
10. Цілі та рівні домагань особистості.
11. Самосвідомість та саморегуляція.
12. Види і механізми психологічного захисту.

Література: [1-18].

Основні поняття: установка, потяг, бажання, прагнення, інтерес, ідеал, переконання, світогляд, мотив, мотиваційна сфера, самореалізація, інтеграція, адаптація, індивідуалізація, інтеграція, «Я-концепція», самосвідомість, самооцінка, саморегуляція, психологічний захист, самоефективність, сублімація, раціоналізація, компенсація, заміщення, витіснення, проєкція, регресія, формування реакцій, втеча.

Питання для обговорення і рефлексії:

1. Що ми розуміємо під спрямованістю особистості? Який зв'язок феноменів особистості і спрямованість?
2. Які з відомих Вам психологічних теорій мотивації є, на Вашу думку, найбільш достовірними?
3. В чому сутність та відмінності установки і тенденції як психологічних феноменів?
4. Яка природа людських потреб? Як вони впливають на поведінку особистості? 5. Що таке інтереси та які їх види?

Коли вони починають формуватися?

6. Яка роль ідеалів у житті людини?
7. Які ви знаєте закономірності розвитку мотиваційної сфери?
8. Яким чином мотивована поведінка визначає особистісні характеристики?
9. Назвіть відмінність між свідомістю та самосвідомістю?
10. Яким чином відбувається розвиток самосвідомості людини?
11. Як суспільна дійсність впливає на свідомість особистості?
12. Що впливає на формування адекватної самооцінки особистості?
13. У чому виявляється вплив суспільства/зовнішнього оточення на формування неадекватної самооцінки особистості?
14. Від яких факторів залежить вибір захисного механізму особистістю в стресовій ситуації?

Теми рефератів та повідомлень:

1. Мотиви поведінки та діяльності.
2. Структурні взаємозв'язки видів спрямованості особистості.
3. Розвиток мотиваційної сфери особистості.
4. Емоційна спрямованість особистості.
5. Зв'язок самооцінки та «Я-концепції» у професійній діяльності молодого фахівця.
6. Механізми психологічного захисту як основа подолання стресових ситуацій у життєдіяльності особистості.

II. Психологічні задачі:

1. *Опишіть на основі нижче наведеного прикладу, яким чином пов'язані мотивація та успіх у діяльності.* Порівняйте успішність у навчанні двох студентів з однаковим рівнем академічної підготовки і з однаковим інтелектом. Молоді люди відрізняються один від одного лише за рівнем мотивації. Один із них є високо мотивованим: у нього розвинутий інтерес до змісту діяльності, йому цікаво вчитися, він прагне стати висококваліфікованим спеціалістом і намагається бути одним із перших у групі. Внаслідок високої мотивації цей студент сумлінно (і з інтересом) вчиться та досягає успіхів у навчанні. Інший студент (з низьким рівнем мотивації навчальної діяльності) вчиться без особливого інтересу, байдужий до власних успіхів і до свого статусу в групі, не прагне самоствердитись тощо. В результаті він не схильний багато працювати і, звісно, не досягає значних успіхів у діяльності.

2. *Опишіть на основі вказаних нижче положень особливості спонукального впливу близьких та віддалених цілей.* Якщо ви ставите перед собою мету опрацювати завтра певний розділ з підручника, то це спонукатиме вас сильніше, ніж у тому разі, коли ви вирішили прочитати дві книжки для складання іспиту. В останньому випадку ви можете постійно відкладати роботу «до наступного понеділка».

3. *Визначте, які мотиви спонукали діяльність кожного з учасників, в описаних нижче випадках.*

А. Двоє друзів Влад і Алан – обидва студенти. Алан потрапляє в лікарню з важкою травмою. Йому потрібно зробити переливання крові. У нього достатньо рідкісна група крові. Влад тут же пропонує свою. Йому зробили аналіз крові і виявилось, що у нього саме така кров, яка потрібна його хворому другові Алану. Алан незабаром видужав і вийшов із лікарні. Він запросив у гості друзів. Всі радіють, сміються, але у Владу замість радості туга, прикрість, розчарування.

Б. Надя, доки вчилася на психологічному факультеті, весь час знаходилася в досить творчій обстановці. Після успішного захисту диплому вона поїхала до міста N. За своїми особистісними особливостями Надя дуже активна, наполеглива, трохи авторитарна і з дуже добрими інтелектуальними задатками. В місті N вона виявилася одним єдиним психологом. Після її наполегливих прохань в це ж місто за приїхало ще декілька осіб. Надя зразу ж узяла їх під свою опіку, створила психологічний гурток. Гурток працював упродовж кількох років дуже успішно, обговорювалися різні проблеми, розглядалися цікаві клієнти і т.д. Одного разу Надя на конференції у столиці розповіла про роботу їхнього гуртка. Після закінчення засідання багато хто став до неї підходити з вітаннями: «Яка ж ти молодець, за такий короткий термін ти створила цілу школу!». Після повернення додому у Наді наступило розчарування, апатія. Діяльність гуртка їй стала нецікавою. Втративши свого лідера, гурток перестав існувати.

В. Молодий чоловік Стас, будучи ще школярем, мріяв стати штурманом на атомних підводних човнах. Його дід був моряк і він чув багато розповідей про моряків і їх службу. Але медична комісія військкомату відмовила йому через проблеми із зором. Хлопчик дуже переживав. В школі він і так вчився не дуже добре, особливо з математики і фізики, а після цього у нього зовсім опустилися руки. Хтось із близьких сказав йому, що можна стати конструктором ядерних реакторів і перерахував вузи, де готують по цій спеціальності. Серед них були Московський інженерно-фізичний інститут (МІФІ), Московське вище технічне училище (МВТУ) і ряд інших. Хлопчик зупинився на МІФІ. Він перейшов вчитися в іншу школу. Там йому дуже сподобався викладач фізики і він став навчатися трохи краще. Але на фізику він продовжував дивитися як на предмет, який просто треба здавати в інститут, а не як на свою майбутню спеціальність. Прийшла пора вступних іспитів і в МІФІ він поступив, але після зимової сесії був відрахований за неуспішність. Влітку він знову намагається поступити в МІФІ, але не проходить по конкурсу. Тоді він успішно поступає в МВТУ на той же самий факультет, що і в МІФІ. Зараз він вчиться вже на 4-у курсі. Але все його життя проходить в МІФІ. До своєї майбутньої спеціальності відноситься достатньо байдуже.

4. Продумайте якомога більше способів психологічної дії для вирішення запропонованих ситуацій з урахуванням максимально різноманітних потреб і мотивів передбачуваного «об'єкту» (підлеглого, колеги, студента і т.д.)

Завдання виконується за такою схемою: «Якщо він самолюбний, то». При виконанні завдання рекомендується орієнтуватися на сферу майбутньої професійної діяльності.

А. Співробітник друкарні, в обов'язки якого входило забезпечення цілодобової роботи друкарських верстатів, скаржився директору на тривалість робочого дня і просив надати йому помічника. Якими способами повинен діяти директор для того, щоб робітник відмовився від своїх претензій і не переживав при цьому почуття образи?

Б. Висококваліфікований інженер вимушений працювати на посаді, що припускає достатньо просту, рутинну роботу. Він починає трудитися не в повну силу, часто влаштовує перерви, займається сторонніми справами. Як може на нього впливати начальник?

В. Співробітник другий раз не виконав завдання в строк, хоча обіцяв, що це більше не повториться. Як можна поступити в цьому випадку?

Г. Студент постійно приходив не підготовлений до практичних занять. Які способи педагогічної дії може використовувати викладач?

Д. Ви просите колегу допомогти вам зробити розрахунки, а він відмовляється, посилаючись на те, що це не входить в його прямі обов'язки, і йому за це не платять. Які ваші дії?

5. Визначте, на актуалізацію яких потреб і мотивів орієнтовані задані психологічні дії та ситуації.

А. Начальник вимагає в інженера-конструктора пояснити причину помилок у розрахунках дорученого йому креслення.

Б. Директор попереджає підлеглого про те, що якщо він ще раз спізниться, то буде строго покараний.

В. Співробітнику доручено виконати дуже відповідальне завдання.

Г. Начальник обіцяє підлеглому премію за достроково виконане завдання.

Д. Звернення адвоката: «Якщо я тільки відчую, що ви брешете, вам доведеться шукати іншого адвоката».

Е. Звернення викладача: «Звичайно, робота в лабораторії передбачається досить складна, проте ти зможеш зібрати багатий матеріал для своєї дипломної роботи».

Ш. Практичні завдання:

Творчі завдання та проблемні ситуації для самостійної роботи:

Завдання 1. Методика на визначення спрямованості особистості Б. Басса.

1. Пройти методiku та проінтерпретувати результати вашого односторонника (методом обміну між собою).

2. Рефлексія за даними методики.

Завдання 2. Вправа «Обмін думками».

Класифікація мотивів, які, на вашу думку, займають головне місце у спрямованості/розвитку особистості?

Учасникам групи пропонується висловити свою думку з даної проблеми. При цьому кожен має дві карточки: зелену та червону. Під час виступу одного з учасників інші сигналізують своє відношення до того, що він говорить: зелена карточка – розділяю думку, червона – маю іншу точку зору. Викладач, побачивши сигнал червоної карточки, дає слово опонентів і т.п. Дана вправа вчить студентів доводити власну думку, уміти переконувати інших, почути та зрозуміти думку іншої людини. Вона також позитивно вплине на пізнавальну мотивацію.

Завдання №3. Виписати з психологічного словника визначення понять: установка, ціннісні орієнтації, інтереси, ідеали.

Яке місце вони займають у структурі особистості?

Завдання №4. Використовуючи матеріал підручника, лекції, визначте сутність та роль людських потреб. Яке місце у системі потреб людини займають потреби у праці та спілкуванні?

Завдання №5. Як співвідносяться потреби та інтереси з мотивами поведінки особистості? Покажіть ці відносини схематично.

Завдання №6. Розробіть схему діяльності вас як психолога у таких ситуаціях:

Ситуація №1. Запит клієнта, що він не знає хто він і чого досягнув у житті, ваші кроки як психолога? Складіть схему дій.

Ситуація №2. Дитина зі зниженою самооцінкою хоче бути лідером в класі, хоча зараз займає позицію аутсайдера? Складіть схему ваших дій.

Ситуація №3. Запит мами, що дитина Зроки, не називає себе «я», а називає ім'я або гендерно. Що робити батькам? Ваш варіант консультації.

Ситуація №4. Запит класного керівника стосовно того, що є учениця, яка ідентифікує себе як хлопець (7 клас). Що робити батькам і дитині в даній ситуації? Складіть план дій.

Завдання 7. Розробіть власну формулу щастя/успіху враховуючи $\text{Щастя} = \text{рівень домагань} / \text{рівень можливостей}$.

Завдання 8. Підберіть основні методик по даній темі які ви будете використовувати в практичній діяльності та пройдіть їх, проінтерпретувавши власні результати.

Тестовий контроль знань:

1. Встановіть відповідність між визначеннями та змістом терміну.

- | | |
|---------------|--|
| а) установка; | 1) найбільш примітивна біологічна форма спрямованості; |
| б) потяг; | 2) готовність, схильність суб'єкта до появи певного об'єкту; |
| в) бажання; | 3) пізнавальна форма спрямованості на певний предмет; |
| г) прагнення; | 4) усвідомлена потреба і потяг до чогось певного; |
| д) інтерес; | 5) це бажання при включенні вольового компонента. |

2. Ідеал особистості – це:

- а) предметна мета, конкретизована в образі чи уявленні;
 б) вища форма спрямованості, яка розуміється як система мотивів особистості, які спонукають її чинити відповідно до своїх поглядів, принципів, світогляду;
 в) усвідомлена потреба і потяг до чогось певного.

3. Переконання – це :

- а) це сукупність стійких мотивів, які орієнтують діяльність особистості, і відносно незалежних від конкретних ситуацій;
 б) це система філософських, етичних, естетичних, природничо-наукових та інших поглядів на навколишній світ;
 в) вища форма спрямованості, яка розуміється як система мотивів особистості, які спонукають її чинити відповідно до своїх поглядів, принципів, світогляду.

4. Інтереси особистості – це:

- а) основне джерело активності;
 б) процес та результат засвоєння знань;
 в) одна з форм спрямованості особистості, яка має позитивні емоції та пов'язана з пізнавальною діяльністю;
 г) спонукання до діяльності.

5. Світогляд – це:

- а) усвідомлена потреба і потяг до чогось певного;
 б) система філософських, етичних, естетичних, природничо-наукових та інших поглядів на навколишній світ;
 в) пізнавальна форма спрямованості на певний предмет.

6. Класифікація потреб:

- а) індивідуальні, колективні та суспільні;
 б) фізіологічні та соціальні.
 в) матеріальні та духовні.
 г) усі варіанти правильні.

7. Переживання людиною стану нестачі чого-небудь – це:

- а) мотив;
 б) потреба;
 в) інтерес;
 г) схильність;
 д) всі відповіді правильні;
 е) всі відповіді неправильні.

8. Ті, що необхідні для нормального розвитку людини як особистості, – це потреби:

- а) біогенні;
 б) соціогенні;
 в) психогенні;
 г) духовні;
 д) всі відповіді правильні;
 е) всі відповіді неправильні.

9. Підставою класифікації потреб на біологічні та соціальні є:

- а) джерело інформації;
- б) форма життєдіяльності;
- в) можливість задоволення;
- г) цикл життєдіяльності;
- д) всі відповіді правильні;
- е) всі відповіді неправильні.

10. Мотиви, які опредмечують сильні та тривалі потреби, виявляються:

- а) в намірі;
- б) в мрії;
- в) в пристрасті;
- г) в ідеалі;
- д) всі відповіді правильні;
- е) всі відповіді неправильні.

11. Людям властиві три типи потреб: влади, успіху і причетності – згідно із теорією:

- а) А. Маслоу;
- б) Д. Мак-Клелланда;
- в) А. Акоффа;
- г) Ф. Годфруа;
- д) Х. Хекхаузена;
- е) Р. Аткинсона.

12. Самосвідомість - це:

- а) активна діяльність центральної нервової системи;
- б) специфічна людська форма відображення і духовного освоєння дійсності, вища інтегруюча форма психіки людини;
- в) природжена здатність організму реагувати на стимул зовнішнього і внутрішнього середовища;
- г) автоматизоване виконання і регуляція доцільних дій.
- д) це здатність людини усвідомити саму себе, своє "Я", свої потреби, інтереси, цінності, своє буття і його сенс, власну поведінку й переживання тощо.

13. Знайти "зайве" поняття серед запропонованих:

- а) свідомість;
- б) психічний процес;
- в) психічний стан;
- г) психічні властивості.

14. «Я-концепція» включає в себе:

- а) усвідомлення своїх фізичних, інтелектуальних та інших властивостей; самооцінку; суб'єктивне сприйняття особистістю чинників, які впливають на неї.
- б) самооцінку, самосприйняття та саморегуляцію.
- в) усвідомлення своїх фізичних властивостей, рис характеру, темпераменту, самооцінку.

15. Самооцінка особистості – це:

- а) усвідомлення власної ідентичності незалежно від зовнішніх впливів.
- б) оцінка людиною своїх якостей, себе, рівня успішності власної діяльності, оцінки своєї особи іншими людьми, виходячи з системи цінностей людини.
- в) специфічно людська форма ставлення до навколишнього світу, змістом якої є доцільні зміни і перетворення речей і явищ залежно від людських потреб.

16. Сублімація-це:

- а) досягнення людиною альтернативних успіхів у іншій сфері для збереження позитивної оцінки себе
- б) переведення неприйнятних емоцій і енергії у прийнятне, можливе русло.
- в) приписування своїх негативних якостей іншим людям для самозаспокоєння.

17. Раціоналізація – це:

- а) наведення для себе псевдорозумної аргументації у випадку поразки.
- б) уникання неприємних ситуацій, що асоціюються з попередніми невдачами
- в) повернення до дитячих форм поведінки, "впадання в дитинство".

18. Заміщення – це:

- а) перенесення агресивних імпульсів на менш загрозливого об'єкта
- б) уникання неприємних ситуацій, що асоціюються з попередніми невдачами.
- в) захист від заборонених, неприйнятних імпульсів через думки чи поведінку зворотного характеру.

19. Різновиди психологічного захисту:

- а) позитивні та негативні
- б) конструктивні та деструктивні
- в) зовнішні та внутрішні.

Практичне заняття: Становлення і розвиток особистості (2 год.)

Мета: розкрити особливості особистості в онтогенезі, вікову динаміку життєвого шляху людини, поглибити та розширити уявлення студентів про джерела та фактори розвитку і формування особистості.

1. Питання для підготовки:

1. Соціальні та біологічні умови психічного розвитку особистості.
2. Рушійні сили розвитку особистості.
3. Періодизація психічного розвитку.
4. Етапи життєвого шляху особистості.
5. Зрілість особистості, основні її критерії.
6. Поняття соціалізації особистості та основних її механізмів.
7. Виховання, навчання і психічний розвиток особистості.
8. Сенситивні періоди життя.
9. Поняття гендеру.

Література: [1-18].

Основні поняття: соціалізація, адаптація, індивідуалізація, інтеграція сенситивний період, зрілість, гендер, гетерохронність, статевий диморфізм, маскуліність, андрогінія.

Питання для обговорення і рефлексії:

1. Назвіть основні умови психічного розвитку особистості.
2. Серед запропонованих періодизацій психологів яка вам імпонує найбільше? Чому?
3. Що впливає на формування етапів життєвого шляху особистості?
4. Що Ви вкладаете в поняття «соціалізація»?
5. Яким чином соціалізація впливає на розвиток особистості?
6. Чи можемо вважати школу як інститут «гендерної соціалізації» особистості?
7. Становлення та розвиток особистості в умовах військового стану.

Теми рефератів та повідомлень:

1. Погляди психологів на роль генетичних чинників у розвитку особистості.
2. Вікові індивідні властивості та особистість.
3. Статевий диморфізм і статева ідентифікація особистості.
4. Погляди психологів на розвиток особистості.
5. Дискримінація та мобінг на роботі за гендерною ознакою.

II. Психологічні задачі:

1. Порівняйте роль біологічних факторів та соціального середовища у психічному розвитку особистості, на прикладі дітей, вихованих у звичайних родинах і дітей, які тривалий час перебували в умовах соціальної депривації. Проаналізуйте наслідки кожного з типів впливу.

2. Проаналізуйте випадок, коли в процесі дорослішання особистості домінуючу роль у розвитку починають відігравати внутрішні суперечності між потребами та можливостями їх реалізації. Охарактеризуйте механізми, які забезпечують перехід до нової стадії розвитку.

3. Складіть таблицю, в якій порівняйте різні періодизації психічного розвитку особистості, запропоновані Л. С. Виготським, З. Фрейдом та Е. Еріксоном. Зробіть висновки про основні закономірності кожної періодизації.

4. На основі біографічного опису реальної чи літературної особистості визначте основні етапи її життєвого шляху. Оцініть відповідність розвитку даної особистості теоретичним моделям етапності життєвого циклу.

5. Запропонуйте критерії психологічної зрілості особистості на прикладі людини, яка здатна до саморефлексії, відповідальної поведінки, автономності у прийнятті рішень. Обґрунтуйте відповідність наведених характеристик сучасним психологічним підходам.

6. Розгляньте приклад процесу соціалізації підлітка в новому соціальному середовищі (перехід у нову школу, еміграція тощо). Проаналізуйте, які механізми соціалізації задіяні в адаптації особистості до нових умов.

7. Наведіть приклади сенситивних періодів розвитку для різних психічних функцій (мовлення, емоційна сфера, когнітивна діяльність). Поясніть, чому ігнорування сенситивного періоду може призводити до порушень у подальшому розвитку особистості.

8. Опишіть вплив виховання та навчання на психічний розвиток особистості у ранньому дитинстві та підлітковому віці. Визначте, які особливості засвоєння знань і соціальних норм характерні для кожного етапу.

9. Проведіть аналіз понять «стать» та «гендер» у контексті психічного розвитку особистості. Визначте, як соціальні уявлення про гендерні ролі можуть впливати на становлення ідентичності індивіда.

III. Практичні завдання:

Творчі завдання та проблемні ситуації для самостійної роботи:

Завдання №1. Методика «Автопортрет».

На чистому аркуші паперу намалюйте самого себе, зайнятого будь-якою справою. Ви можете намалювати себе одного, або з членами вашої родини, або з колегами по навчанню, роботі. Інтерпретацію поводить одногрупник (методом випадкового вибору).

Завдання №2. Запишіть основні найбільш яскраво виражені та типові чоловічі та жіночі риси, згідно таблиці (риси чоловіка та жінки не протиставляти і не порівнювати, особиста думка):

№	Типова жінка	Типовий чоловік

Завдання №3. Ситуація. Дитина 7 років імітує поведінку мами, вживання алкоголю, розповідає про «класні відчуття», пропонує одноліткам спробувати.

Розіграти ситуацію, де є такі персонажі: дитина, психолог, класний керівник, мама? (обмінятися враженнями будучи тим чи іншим персонажем). Обмінятися ролями.

Яка роль була вам найскладніша? Чому?

Що було складного виконуючи роль?

Шляхи вирішення ситуації, або рекомендації для всіх персонажів.

Завдання №4. Сформуйте особистий маніфест, опишіть ваші цінності, пріоритети, ідеї, які ви відстоюєте і які впливають на ваш розвиток як особистості.

Особистий маніфест може допомогти скерувати життя у певному напрямку, досягати поставлених цілей, свого роду може стати інструментом нагадування та вирішення певних проблем, які виникають в процесі розвитку особистості.

Тестовий контроль знань:

1. Вкажіть варіант відповідей, де відображена послідовність становлення та розвитку особистості:

- а) адаптація, індивідуалізація, інтеграція;
- б) інтеграція, адаптація, індивідуалізація;
- в) індивідуалізація, інтеграція, адаптація;
- г) адаптація, інтеграція, індивідуалізація;
- д) індивідуалізація, адаптація, інтеграція.

2. Виберіть рядок, де перелічені основні закономірності динаміки психічного розвитку.

- а) гетерохронність, асинхронність, домінантність, комунікабельність, сензитивні періоди;
- б) гетерохронність, асинхронність, зміна детермінант розвитку, сензитивні періоди, стадіальність;
- в) гетерохронність, асинхронність, ампліфікація, ідентифікація, стадіальність, детермінованість.

3. Сенситивними періодами називають:

- а) фази розвитку, у яких організм характеризується підвищеною чутливістю до певних зовнішніх і внутрішніх чинників;
- б) вікові інтервали, в контексті яких підвищується чутливість до певних впливів та знижується резистентність (опір) щодо них.

4. Критичні періоди в розвитку індивіда – це:

- а) вікові інтервали, в контексті яких підвищується чутливість до певних впливів та знижується резистентність (опір) щодо них;
- б) інтевали, в контексті яких підвищується потенціал особистості;
- в) усі відповіді правильні.

5. Критичний вік виділяють у:

- а) 1,6,13р.;
- б) 2,7,13-14р.;
- в) 3, 7, 12-13р.;
- г) 6, 14, 18р.

6. Передумовами психічного розвитку є:

- а) спадкові особливості організму;
- б) вроджені властивості організму;
- в) спадкові особливості та вроджені властивості організму;
- г) особливості центральної нервової системи.

7. Гетерохронність розвитку індивіда виявляється у:

- а) фізичних відмінностях між обома статями, які зумовлені біологічно;
- б) рівномірності дозрівання та росту різних структур, функцій і систем організму;
- в) нерівномірності дозрівання та росту різних структур, функцій і систем організму.

8. Статевий диморфізм – це:

- а) фізичні відмінності між обома статями, зумовлені біологічно;
- б) певна схема чоловічої поведінки, ознаками якої є: прагнення бути інтелектуально та фізично активним, неемоційним, не проявляти ознак слабкості;
- в) узгодження тенденцій маскуліності і фемінності в одній особистості.

9. Особливий тип психологічного функціонування з багатьма позитивними наслідками і спрямування на уникнення самовизначення особистості, фіксованого на полюсі статі – це:

- а) андрогінія;
- б) маскуліність.

Практичне заняття: Діяльність та активність особистості (2 год.)

Мета: узагальнити знання студентів щодо змісту понять активності і діяльності, розглянути теорії діяльності

Питання для підготовки:

1. Загальна психологічна характеристика діяльності.
2. Визначення понять «діяльність», «поведінка», «активність».
3. Діяльність і особистість.
4. Діяльність як зовнішня (фізична) і внутрішня (психічна) активність.
5. Предметний характер діяльності.
6. Принцип єдності свідомості і діяльності.
7. Основні поняття психологічної теорії діяльності.

Література: [1-18].

Основні поняття: діяльність, активність, поведінка, потреба, сила потреби, кількість потреб, своєрідність потреб, природні потреби, культурні потреби, матеріальні потреби, духовні потреби; мотив діяльності, мета діяльності, предмет діяльності, структура діяльності, засоби діяльності.

Питання для обговорення і рефлексії:

1. Що є джерелом активності людини?
2. Який взаємозв'язок між діяльністю і потребами людини?
3. Яку роль відіграють мотиви в діяльності людини?
4. Функція мети в діяльності людини.
5. У чому суть принципу єдності свідомості і діяльності?
6. Які вам відомі відмінності діяльності людини від активності тварин?
7. Опишіть основні характеристики діяльності людини.
8. Що ми відносимо до зовнішніх та внутрішніх компонентів діяльності? Чим вони відрізняються?
9. Як розумієте поняття «предметний характер діяльності»?
10. Хто розробляв теорію діяльності та в чому її сутність?

Теми рефератів та повідомлень:

1. Енергопотенціал людини та її здатність до діяльності.
2. Роль емоцій у керуванні діяльністю людини.
3. Особистісні детермінанти діяльності, поведінки людини.
4. Активність та саморегуляція як стрижневі характеристики діяльності, поведінки особистості.
5. Психологічна природа діяльності: аналіз основних підходів.
6. Діяльність і особистість: проблема взаємозв'язку та взаємозумовленості.
7. Зовнішня і внутрішня активність у структурі людської діяльності.
8. Предметна спрямованість діяльності як основна ознака активності людини.

II. Психологічні задачі: аудиторна робота.

1. Чи можна діяльність без чіткого уявлення про мету?
2. Чи завжди діяльність опосередковується суспільним досвідом?
3. Що означає для людини процес оволодіння діяльністю?
4. Проаналізуйте різницю між поняттями «діяльність», «поведінка» та «активність» на прикладі студента, який готується до екзамену, порівнюючи усвідомлену підготовку, автоматичне прокрастинування і фізичну активність.
5. Розгляньте ситуацію, коли особистість змінює свій тип діяльності через зміни у ціннісній системі (наприклад, перехід від кар'єри в бізнесі до роботи у соціальній сфері). Оцініть, як це впливає на внутрішню мотивацію і самоідентифікацію.
6. На основі прикладу побудуйте модель співвідношення зовнішньої (фізичної) і внутрішньої (психічної) активності в діяльності художника під час створення картини. Вкажіть, які психологічні процеси забезпечують цей перехід.
7. Визначте, як змінюється предметний характер діяльності у процесі навчання нового виду навичок (наприклад, опанування іноземної мови). Вкажіть, які стадії об'єктивації діяльності проходить особистість.
8. Проаналізуйте прояв принципу єдності свідомості і діяльності в процесі вирішення творчої задачі. Обґрунтуйте, чому активне розв'язання проблемної ситуації супроводжується не лише діями, але й зміною свідомості.

III. Практичні завдання:

Творчі завдання та проблемні ситуації для самостійної роботи:

Завдання № 1. *Опрацюйте методичку «Визначення спрямованості особистості (орієнтаційна анкета)» і проаналізуйте отримані вами результати.*

Завдання № 2. *Спробуйте пригадати на кожну букву алфавіту поняття, яке стосується питань діяльності та активності. Запишіть їх.*

Завдання № 3. *Вставте пропущені слова в наведених нижче положеннях.*

- А. Діяльність людини не тільки, але і мотивована.
- Б. Свідомість людини зароджується, розвивається і виявляється в
- В. Потреби є джерелом особистості.
- Г. Мета є передумовою
- Д. Потреби виявляються в, які спонукають до діяльності.
- Е. Усвідомлена стає мотивом поведінки.

Завдання № 4. Прокоментуйте наведені нижче думки. Виберіть ті, які, на Вашу думку, є найбільш достовірними. Вибір аргументуйте.

- А. Особистість формується в діяльності.
- Б. Будь-яка діяльність людини детермінується (причинно зумовлюється), як правило, внутрішніми стимулами.
- В. Діяльність обумовлена тільки свідомістю людини.
- Г. Діяльність – історично відпрацьована система відтворювання предметного світу, природи людини і людських відносин.
- Д. Мотивами діяльності можуть бути потреби, установки, думки, відчуття, ідеали.
- Е. Діяльність є вирішальним чинником формування і розвитку активності особистості.

Завдання № 5. У чому головна відмінність діяльності людини від пристосування тварин? Складіть таблицю відмінностей діяльності людини та поведінки тварин, користуючись текстом підручника.

Тестовий контроль знань:

1. Ціль діяльності – це:

- а) активність живого організму;
- б) кінцевий результат діяльності, який може являти собою реальний предмет;
- в) акт поведінки, зовнішні дії, пов'язані зі свідомістю.

2. Мотив діяльності:

- а) спонукає до діяльності, надає їй усвідомленості;
- б) здатність усвідомлено виконувати певні дії;
- в) завершений елемент діяльності, спрямований на досягнення певної мети.

3. Визначте суть функції регулювання:

- а) визначає регламент діяльності;
- б) спонукує особистість до діяльності;
- в) коректує діяльність;
- г) контролює діяльність;
- д) всі відповіді вірні.

4. Робінзон Крузо після налагодження свого побуту на безлюдному острові потерпав, насамперед, від того, що були незадоволені його:

- а) біологічні потреби;
- б) соціальні потреби;
- в) ідеальні потреби;
- г) пізнавальні потреби;
- д) потреби у самостверженні.

5. Яке з наведених визначень діяльності є найбільш повним і правильним? Діяльність – це:

- а) цілеспрямована внутрішня активність людини, пов'язана з подоланням перешкод;
- б) свідомо активність, що виявляється в сукупності дій людини, спрямованих на досягнення поставленої мети;
- в) свідомо внутрішня активність, спрямована на задоволення потреб;
- г) зовнішня активність людини, регульована свідомою метою;
- д) свідомо активність, спрямована на подолання перешкод.

6. Внутрішня рушійна сила, що спонукає людину до діяльності, називається:

- а) активність;
- б) потреба;
- в) ціль;
- д) інстинкти.

7. Стан особистості, пов'язаний з наявністю у людини почуття незадоволення, обумовленою дефіцитом того, що потрібно організму (особистості), називається:

- а) мета;
- б) мотиви;
- в) інтереси;
- г) спрямованість;
- д) потреба.

8. Яке з наведених визначень найточніше відображає суть поняття «діяльність» у психології?

- а) сукупність зовнішніх реакцій індивіда на стимули середовища;
- б) процес цілеспрямованої активності, спрямований на перетворення зовнішнього або внутрішнього середовища;
- в) послідовність випадкових рухових актів;
- г) спонтанна фізична активність організму;
- д) автоматична реакція на подразники без участі свідомості.

9. Що є основною ознакою предметного характеру діяльності?

- а) емоційне ставлення до об'єкта;
- б) наявність цілісної поведінкової програми;
- в) перетворення об'єкта бго=діяльності відповідно до потреб суб'єкта;

- г) здатність до рефлексії над процесом діяльності;
- д) автоматизм виконання дій.

10. Який принцип психологічної теорії діяльності стверджує нерозривний зв'язок між змістом свідомості та практичною активністю особистості?

- а) принцип домінанти;
- б) принцип гомеостазу;
- в) принцип єдності свідомості і діяльності;
- г) принцип функціональної автономії мотивів;
- д) принцип саморегуляції.

Практичне заняття: Мотиваційні та інструментальні аспекти діяльності (2 год.)

Мета: узагальнити поняття про мотиви діяльності та поведінки особистості, розкрити інструментальні аспекти діяльності

I. Питання для підготовки:

1. Потреби як джерело активності особистості.
2. Мотиви діяльності та поведінки особистості.
3. Цільові аспекти діяльності.
4. Механізми регуляції дій і операцій.
5. Поняття про вміння і навички.
6. Перенесення та інтерференція дій.
7. Механізми формування вмінь, навичок. Звички.
8. Процес засвоєння діяльності.

Література: [1-18].

Основні поняття: дія, операція, індивідуальний стиль діяльності; вправа, рух; внутрішні компоненти діяльності, зовнішні компоненти діяльності; інтеріоризація, екстеріоризація.

Питання для обговорення і рефлексії:

1. Чим відрізняються рухи від дій?
2. Чим відрізняються між собою поняття «уміння», «навичка», «звичка»?
3. Коли відбувається узгодження навичок?
4. Що таке інтерференція та перенос навички? Коли вони мають місце?
5. У чому полягає зміст зовнішніх і внутрішніх компонентів діяльності?
6. Яка послідовність етапів формування навичок?

Теми рефератів та повідомлень:

1. Роль навичок у діяльності людини.
2. Інформаційна основа діяльності.
3. Психологічна природа потреб як джерела активності особистості: сучасні підходи.
4. Мотив і мотивація у структурі діяльності: класифікації, динаміка, регуляторні функції.
5. Ціль у діяльності: від наміру до реалізації в контексті волі та саморегуляції.
6. Формування навичок і вмінь у навчальній діяльності: етапи, умови, закономірності.
7. Інтерференція в діяльності: когнітивні конфлікти та шляхи подолання.
8. Звичка як результат закріплення поведінкових патернів: психологічний і нейрофізіологічний аспекти.
9. Процес засвоєння діяльності в онтогенезі: механізми і чинники ефективності.

II. Психологічні задачі

1. На прикладі студента, який готується до сесії, проаналізуйте ієрархію потреб за А. Маслоу та визначте, які саме потреби можуть ініціювати навчальну активність на різних етапах освітнього процесу. Обґрунтуйте, як рівень задоволення базових потреб впливає на реалізацію навчальних цілей.

2. Розгляньте мотиваційну ситуацію, в якій особистість виконує діяльність із суперечливими мотивами (наприклад, бажання визнання та страх провалу). Поясніть, як відбувається вибір поведінкової стратегії з урахуванням сили, спрямованості та стабільності мотивів.

3. Опишіть приклад, коли сформована навичка заважає опануванню нової (негативний перенос). Які психологічні умови мінімізують інтерференцію в процесі професійного навчання? Залучіть поняття переносу, механізмів гальмування та операціоналізації дії.

4. Побудуйте психолого-функціональну модель формування вміння публічного виступу: від первинного знайомства з матеріалом до автоматизації елементів діяльності. Вкажіть, які психічні процеси домінують на кожному етапі та як змінюється регуляція дії.

5. На прикладі навчання письму в дітей молодшого шкільного віку поясніть механізми формування звички. Як змінюється роль зовнішнього контролю (з боку дорослого) зі зростанням навички? Поясніть, як формується самоконтроль у процесі засвоєння.

III. Практичні завдання:

Творчі завдання та проблемні ситуації для самостійної роботи:

Завдання № 1. У наведених прикладах визначте, що відноситься до руху, а що – до дії. Поясніть, у чому відмінність рухів і дій? Які дії відображені у наведених прикладах? З яких рухів вони складаються? Який елемент структури діяльності складають означені рухи і дії?

А. Щоб зупинити машину, водій віджимає зчеплення і натискає на педаль гальма. Щоб зменшити швидкість, шофер теж віджимає зчеплення і натискає на педаль гальма.

Б. Сергію запропонували проїхати на велосипеді містком із вузької дошки. При першій спробі Сергій тримав кермо за край; сидів у сідлі випрямившись; в'їхав на місток, коли права педаль була вгорі. При другій спробі він тримав руки на середині керма, регулюючи, сидів низько нахилившись, – при в'їзді на місток верхньою була ліва педаль.

В. Учень звично дістав із портфеля підручник, розгорнув його на потрібній сторінці, уважно прочитав умову задачі; потім він розклав на столі зошит, лінійку, олі/вці та почав щось креслити, обдумуючи план вирішення задачі; він спробував застосувати нестандартний прийом рішення, але відкинув його і застосував відомий спосіб, який знайшов у підручнику.

Завдання № 2. У наведених нижче положеннях заповніть пропущені місця:

А. У разі, коли елементи проблемної ситуації знайомі суб'єкту і новою є тільки їх комбінація, можливе вирішення проблеми шляхом

Б. Навичка – ця дія, сформована шляхом, що характеризується високим ступенем і відсутністю поетапної регуляції.

В. – це всяка дія, поява або зникнення якої підвищує вірогідність повторення поведінкової реакції.

Завдання № 3. Визначте, у яких з наведених прикладів виявляються знання, у яких уміння, у яких навички чи звички? Яке значення мають знання, уміння, навички, звички для успішного виконання будь-якої діяльності? Поясніть, з чого складається досвід людини?

А. В цеху працює мостовий кран. Кранівник за допомогою важеля примушує крюк з вантажем підніматися або опускатися, інший важіль пересуває кран впоперек цеху, нарешті, третій важіль переміщує міст крану вздовж осі. Іншими словами, за допомогою трьох важелів можна переміщати вантаж горизонтально, вертикально, вгору, вниз.

Б. Недосвідчений кранівник пересуває вантаж послідовно по кожній осі, працюючи по черзі з кожним важелем. Вантаж рухається стрибками, як на ламаній лінії: піде, зупиниться, потім піде в іншому напрямку.

В. Коли спортсмен-початківець вчиться перезаряджати гвинтівку, він нерідко шепоче: «Раз – повернути наліво, два – потягнути до себе, три – відштовхнути від себе, чотири – повернути направо».

Г. Переходячи вулицю з одностороннім рухом і подивившись наліво, назустріч рухомому транспорту, ви, дійшовши до середини, відчуваєте потребу подивитися направо, хоча і знаєте, що звідти транспорт йти не може.

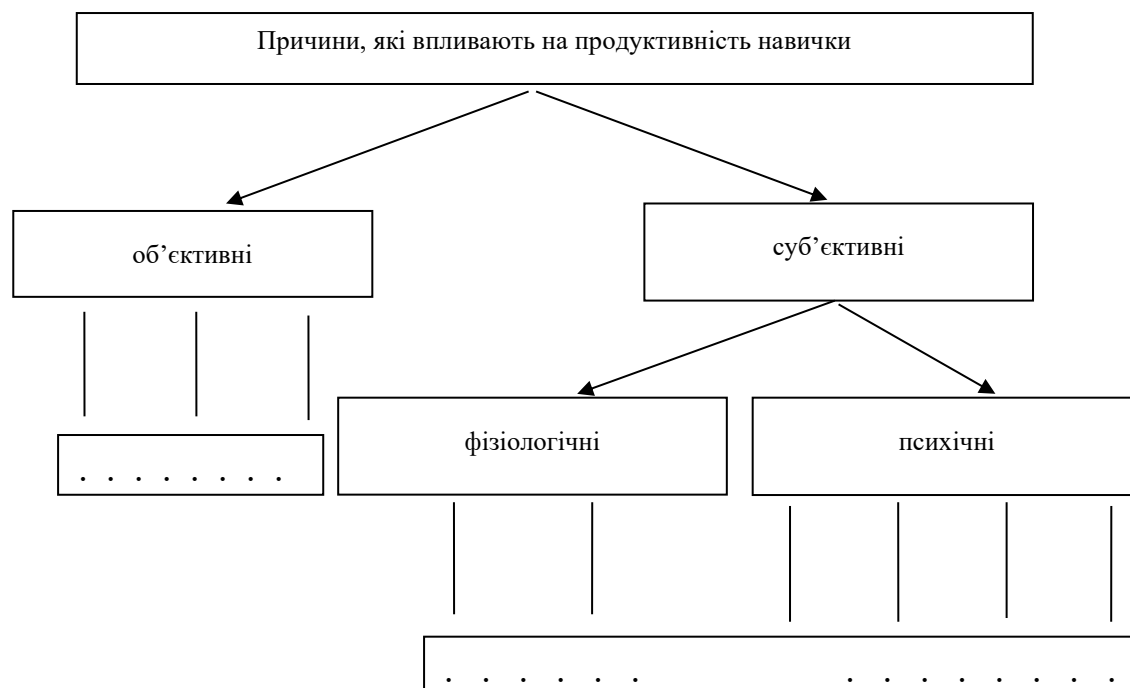
Д. Спочатку учень думає над тим, ставити або не ставити кому в реченні. Для цього він згадує правила пунктуації, вибирає з них відповідні до даного випадку. Йому важко відразу визначити, потрібно чи не потрібно ставити кому в реченні. Через деякий час учень швидко, не витрачаючи часу на визначення типу речення, безпомилково ставить розділові знаки.

Завдання № 4. Використовуючи матеріал лекції, підручника, складіть графічну схему основних структурних елементів діяльності.

Що на вашу думку, в цій структурі є:

- головним, визначальним;
- найбільш стабільним;
- змінним, таким, що залежить від конкретних умов?

Завдання № 5. Розгляньте таблицю:



Користуючись матеріалом підручника, завершіть її та сформулюйте запитання для однокурсника на цю тему.

Завдання № 6. *Наведіть приклади переносу (позитивного впливу вже сформованої навички на формування нової) та інтерференції (негативного впливу сформованої навички на формування нової навички).*

Завдання № 7. *Із даних понять побудуйте логічний ряд так, щоб кожне попереднє поняття було більш загальним по відношенню до наступного.*

Праця, діяльність, трудова діяльність, натискання педалі гальмів, трудова операція, м'язове скорочення.

Тестовий контроль знань:

1. Перетворення дій при інтеріоризації включає...

- а) вербалізацію;
- б) усвідомлення;
- в) узагальнення;
- г) згорання;
- д) перенесення;
- е) всі відповіді правильні;
- ж) всі відповіді неправильні.

2. Інтерференція навичок:

- а) раніше сформовані навички сприяють засвоєнню нових;
- б) раніше вироблені навички сприяють засвоєнню нових;
- в) тісний взаємозв'язок окремих видів та навичок.

3. Вміння – це:

- а) низка різноманітних дій;
- б) готовність людини успішно виконувати певну діяльність, що ґрунтується на знаннях і навичках;
- в) автоматизоване виконання дій.

4. Як називається набута форма поведінки, що проявляється в автоматизованому способі виконання дій, ґрунтується на умовних зв'язках і формується шляхом набуття індивідуального досвіду у процесі виконання певних вправ:

- а) інстинкти;
- б) навички;
- в) інтелектуальна поведінка;
- г) пригадування;
- д) наочіння.

5. Процес перетворення зовнішніх реальних дій з предметами на внутрішні ідеальні, називається:

- а) інтеріоризація;
- б) екстеріоризація;
- в) адаптація;
- г) автоматизація;
- д) інтуїція.

6. Вміння – це:

- а) свідомо активність, що виявляється в системі дій, спрямованих на досягнення поставленої мети;
- б) відображення істотних властивостей, зв'язків, виражених словом чи групою слів;
- в) часткова автоматизація виконання і регулювання доцільних рухів;
- г) швидкість зміни своїх дій у випадку зміни ситуації діяльності;
- д) готовність людини успішно виконувати певну діяльність, що ґрунтується на знаннях і навичках.

7. До якого компоненту діяльності подано визначення «Уявний кінцевий результат того, що людина прагне досягнути»:

- а) мотив;
- б) процес;
- в) мета;
- г) результат;
- д) контроль.

8. Вдосконалені шляхом багаторазового вправлення компоненту вмінь, що виявляються в більш або менш автоматизованому виконанні дій, називається:

- а) звички;
- б) знання;
- в) інстинктивна поведінка;
- г) навички;
- д) уміння.

Практичне заняття: Види діяльності (2 год.)

Мета: узагальнити знання про основні види діяльності, їх особливості.

I. Питання для підготовки:

1. Основні види людської діяльності.
2. Поняття про гру, її види.
3. Типи та структура ігор.
4. Поняття навчання, учіння, научіння.
5. Умови успішного навчання.
6. Праця як свідомо діяльність людини.
7. Види праці та їх характеристика.
8. Фактори ефективності діяльності.
9. Розвиток діяльності в онтогенезі.

Література: [1-18].

Основні поняття: гра (індивідуальні, групові, наочні, сюжетні, рольові та ігри з правилами), навчання (організоване та неорганізоване навчання, самоосвіта), праця, спілкування (безпосереднє і опосередковане спілкування).

Питання для обговорення і рефлексії:

1. Що означає для людини процес оволодіння діяльністю?
2. Чи завжди соціальний досвід є необхідною умовою виконання діяльності?
3. Охарактеризуйте спілкування як вид діяльності. Вкажіть його природу, мотиви, вікові та сутнісні характеристики.
4. Чи можливо стверджувати, що різні види діяльності – це продукти буття людей?
5. Які характерні ознаки гри як різновиду діяльності?
6. Які характерні ознаки навчання як різновиду діяльності?
7. Які характерні ознаки праці як різновиду діяльності?
8. У чому відмінність розумової та фізичної праці?
9. Проаналізуйте роль мови у життєдіяльності людини.

Теми рефератів та повідомлень:

1. Спілкування як вид діяльності.
2. Види ігор та їх особливості.
3. Розумова та фізична праця, їх характеристики.
4. Навчання як вид діяльності.
5. Психологічні механізми оволодіння діяльністю: структура, етапи, закономірності.
6. Спілкування як особливий вид діяльності: онтогенетичний розвиток та психологічні функції.
7. Ігрова, навчальна та трудова діяльність: порівняльний аналіз за критеріями мотивації, структури, результату.
8. Феномен мови у психології діяльності: засіб, умова й продукт соціальної взаємодії.

II. Психологічні задачі: аудиторна робота.

1. Поясніть думку В.О. Сухомлинського: «Школа – це духовна колыска народу. Що більше піклування про свою колыску виявляє народ, та блискучіше його майбутнє. Школярі – не просто діти, що зібралися в одне місце. Вони становлять дитяче суспільство, що живе за своїми гармонійними законами».

2. Проаналізуйте, як змінюється структура діяльності особистості в процесі переходу від ігрової до навчальної діяльності у дошкільному та молодшому шкільному віці. Які мотиваційні та когнітивні механізми забезпечують цей перехід?

3. Уявіть студента, що оволодіває новою академічною діяльністю без попереднього соціального досвіду в цій сфері. Визначте, які елементи досвіду (зовнішнього або внутрішнього) є критичними для її засвоєння та які можуть компенсуватись індивідуальними ресурсами.

4. На прикладі професійної діяльності педагога проаналізуйте, як реалізуються різні функції спілкування: інформаційна, емоційно-регулятивна, інтерактивна. Які з них є домінуючими на різних етапах взаємодії?

5. Визначте спільні та відмінні риси між розумовою та фізичною працею з погляду навантаження на психічні процеси, системи мотивації та механізмів саморегуляції.

6. Наведіть приклад ігрової діяльності, яка виконує адаптивну функцію в дорослому віці. Які психологічні потреби вона задовольняє та як співвідноситься з навчанням і працею?

7. Побудуйте структуру діяльності за моделлю «мотив – ціль – дії – операції – результат» на прикладі вивчення іноземної мови. Визначте, як змінюється мотиваційна складова на різних етапах засвоєння.

8. Уявіть, що людина опинилася в умовах культурної ізоляції. Як зміниться її мовна поведінка, діяльнісна активність і потреба у спілкуванні? Застосуйте знання про роль мови як інструменту діяльності.

III. Практичні завдання:

Творчі завдання та проблемні ситуації для самостійної роботи:

Завдання № 1. *Встановіть, які види і типи діяльності мають місце у нижче наведених прикладах. Яке значення вони мають для життєдіяльності людини? Відповіді обґрунтуйте.*

- А. Станок з цифровим програмним управлінням накручує ступінчастий вал і подає готову продукцію на транспортно-накопичувальний пристрій.
- Б. Бухгалтер веде облік фінансових документів.
- Г. Із самого ранку лле рясний дощ.
- Д. Майстер гнучких виробничих систем шукає причини розлагодження транспортно-накопичувального пристрою.

Е. Людина стрепенулась від раптового, неочікуваного звуку.

Є. Ввімкнутий телевизор транслює концерт симфонічного оркестру.

Ж. Шестирічна Маша крадькома спостерігає за молодшим братом і пізніше «доносить» мамі: «А Денис поїв всі цукерки».

З. Учень уважно стежить за хімічною реакцією в колбі, яка висить на лабораторному штативі.

И. Дошкільнята зображають «потяг»: поставили стільчики в рядок, «гудуть», роблять «зупинки», виходять «на зупинках» до «кіоску», «купають печиво» тощо.

І. Диригент хору проводить репетицію, надає поради, пояснює співакам, як досягти потрібного звучання.

Завдання № 2. Що поєднує та що відрізняє працю, навчання, гру як основні види діяльності? Складіть таблицю.

Завдання № 3. Запишіть відмінності між активністю, діяльністю та творчістю людини у вигляді таблиці.

Завдання № 4. Складіть схему «Види діяльності», проаналізувавши декілька навчальних джерел та обґрунтуйте види діяльності прикладами з життя видатних людей (вчених, письменників, акторів, музикантів, політиків), які демонструють особливості розвитку діяльності.

Завдання № 5. Скласти професіограму психолога.

Тестовий контроль знань:

1. Основними видами діяльності є...

- а) політична;
- б) спортивна;
- в) художньо-естетична;
- г) управлінська;
- д) всі відповіді правильні;
- е) всі відповіді неправильні.

2. До основних видів діяльності відносяться:

- а) форма і методи навчання;
- б) гра, навчання, праця;
- в) праця розумова і фізична;
- г) гра, праця;
- д) навчання, спілкування, праця.

3. Непродуктивна діяльність, спрямована на засвоєння суспільного досвіду, кінцевим результатом якої є емоційне освоєння досвіду людини – це:

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

4. Основними видами діяльності є:

- а) політична;
- б) художньо-естетична;
- в) усі відповіді правильні;
- г) усі відповіді неправильні.

5. Вироблена на основі знань і навичок система психічних і практичних дій, які забезпечують успішне виконання певного виду діяльності на елементарному або майстерному рівнях, – це:

- а) навчання;
- б) дія;
- в) вміння;
- г) навичка.

6. Система рухів, спрямованих на певний об'єкт з метою володіння ним чи його удосконалення, називається:

- а) діяльністю;
- б) дією;
- в) навичкою;
- г) працею.

7. Процес оволодіння системою знань, понять, умінь і навичок, необхідних для орієнтації в сучасному світі та для майбутньої професії, – це:

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

8. Компонент діяльності, який забезпечує її раціональне, професійне виконання, – це:

- а) вміння;
- б) навичка;
- в) знання;
- г) звичка.

9. Що з наведеного найточніше визначає відмінність між поняттями «поведінка» і «діяльність» у психології?

- а) поведінка має зовнішнє вираження, а діяльність – внутрішнє
- б) діяльність завжди має свідому ціль, поведінка – не обов'язково
- в) поведінка є соціально детермінованою, діяльність – індивідуальною
- г) діяльність є менш складною за структурою, ніж поведінка
- д) поведінка – результат діяльності

10. Яка ознака діяльності відображає її спрямованість на зміну об'єктивного середовища?

- а) суб'єктність
- б) цілеспрямованість
- в) операційність
- г) предметність
- д) рефлексивність

11. У чому полягає специфіка навчальної діяльності в онтогенезі згідно з концепцією В.О. Сухомлинського?

- а) у домінуванні теоретичних знань над практичними навичками
- б) у формуванні моральних цінностей як основи мотивації до навчання
- в) у зниженні ролі емоційного компонента пізнання
- г) у підпорядкуванні навчального процесу суворій дисциплінарній структурі
- д) у відмові від диференційованого підходу до учнів

12. Яке поняття в діяльнісному підході означає сукупність дій, спрямованих на досягнення часткової мети в межах загального наміру?

- а) операція
- б) функція
- в) стратегія
- г) дія
- д) акт

13. Що в контексті психології діяльності означає "інтеріоризація"?

- а) перехід від зовнішньої до внутрішньої форми дії
- б) пристосування до умов середовища шляхом тренування
- в) усвідомлення мотиваційної структури особистості
- г) спонтанне виникнення потреби до діяльності
- д) перехід від індивідуального до колективного типу взаємодії

14. Яка з характеристик є принциповою ознакою праці як форми діяльності?

- а) ігровий характер мотивації
- б) обов'язкова наявність партнера
- в) формування нових знань через дослід
- г) суспільна корисність результату
- д) ситуативна природа дії

15. Який із психологічних підходів розглядає діяльність як центральну одиницю аналізу психіки людини?

- а) когнітивний
- б) психоаналітичний
- в) біхевіористичний
- г) діяльнісний
- д) гуманістичний

Практичне заняття: Спілкування як феномен психології № (2 год.)

Мета: закріплення теоретичного матеріалу, формування вмінь і навичок дослідження феномену спілкування.

I. Питання для підготовки:

1. Поняття про спілкування.
2. Роль спілкування в розвитку людини.
3. Предмет і завдання спілкування.
4. Функції та цілі спілкування.
5. Варіативне (вікові, гендерні, соціальні та ін. особливості) та інваріантне у спілкуванні.

Література: [1-18]

Основні поняття: спілкування; зміст спілкування, завдання спілкування, засоби спілкування (невербальне і вербальне), функції спілкування, цілі спілкування.

Питання для обговорення і рефлексії

1. У чому полягає особливість спілкування?
2. Що є змістом спілкування?
3. Назвіть рівні спілкування.
4. Які цілі передбачає спілкування?
5. Як пов'язані між собою діяльність і спілкування?
6. Яка роль взаєморозуміння та комунікації в повсякденному житті?
7. Чи існує залежність між характером спілкування і пізнавальними, емоційними психічними процесами? Яка?

8. Назвіть та коротко охарактеризуйте функції спілкування.

Теми для рефератів та повідомлень

1. Спілкування як форма вияву активності особистості.
2. Значення спілкування в розвитку особистості.
3. Психологічні механізми спілкування в онтогенезі.
4. Варіативність комунікативної поведінки.
5. Функціональні моделі спілкування в міжособистісних і професійних взаємодіях.
6. Спілкування як умова психічного розвитку особистості в контексті гуманістичної психології.
7. Інваріантні характеристики ефективного спілкування: когнітивний, емоційний та поведінковий компоненти.

II. Психологічні задачі:

1. Спробуйте розв'язати такі психологічні задачі:

- Дванадцять бурлак мовчки тягнуть баржу. Спілкування це чи ні? Якщо так, то до якого різновиду його можна віднести?
- Мати колище місячне немовля. Спілкування це чи ні?
- Глядач дивиться по телевізору балетний спектакль. Спілкування це чи ні? Якщо так, то в чому в цій ситуації полягає обмін інформацією?
- Лектор читає лекцію в режимі монологу, аудиторія при цьому не ставить питань, не подає жодної репліки, не записує, але слухає, а чи чує, чи розуміє – сказати важко. Чи можна це вважати спілкуванням між лектором і аудиторією?

2. До функцій спілкування дослідники найчастіше відносять такі:

- об'єднувальна;
- формуюча;
- підтверджувальна;
- міжособистісна;
- внутрішньо-особистісна.

Наведіть приклади, до чого може призвести невиконання цих функцій. Та зазначте найважливіші на вашу думку функції спілкування.

3. Уявіть, що ви психолог, який буде спілкуватися з класом. Підготуйте переконливу чи закличну до дії промову на 5 хвилин. Виберіть тему промови. Уточніть її формулювання. Оцініть аудиторію, для якої призначена ваша промова. Продумайте систему логічних і психологічних доказів.

4. Уявіть ситуацію, в якій підліток змінює школу та середовище спілкування. Проаналізуйте, які етапи адаптації проходить особистість у новому комунікативному просторі. Визначте роль емоційної компетентності в цьому процесі.

5. У пацієнта з невротичними симптомами виявляється порушення комунікативної поведінки (замкненість, страх соціальних контактів). Застосовуючи знання про функції спілкування, визначте, які цілі комунікації не реалізуються. Запропонуйте психологічні шляхи корекції.

6. Проведіть порівняльний аналіз особливостей спілкування в молодшому шкільному віці та юнацькому періоді. Обґрунтуйте, як змінюється структура мотивів комунікативної активності особистості в процесі вікового розвитку.

7. У колективі спостерігається конфліктна атмосфера через стилі комунікації між чоловіками й жінками. На основі знань про гендерні особливості спілкування проаналізуйте можливі причини нерозуміння й розробіть психологічну модель ефективної взаємодії.

8. Студентка звертається по допомогу через труднощі в самопрезентації під час академічних виступів. Визначте комунікативні бар'єри, які можуть заважати реалізації мети спілкування. Сформулюйте рекомендації щодо розвитку навичок самовираження.

9. Психологічний експеримент показав, що в умовах анонімності в мережевому середовищі змінюється характер зворотного зв'язку у спілкуванні. Поясніть цю зміну з точки зору функцій спілкування. Проаналізуйте можливі наслідки для міжособистісних відносин.

10. Дитина дошкільного віку проявляє агресивну поведінку в ігровій взаємодії. Вихователька зазначає, що дитина не розуміє правил рольового спілкування. Розкрийте значення мовної та невербальної комунікації для формування соціальних ролей у ранньому дитинстві.

III. Практичні завдання:

Творчі завдання та проблемні ситуації для самостійної роботи:

Завдання 1. Підберіть по 3 приклади до кожної з функцій спілкування.

Завдання 2. Визначте основні випадки вживання “ви” і “ти” у спілкуванні. Наведіть приклади правильного і неправильного використання їх у різних ситуаціях спілкування. Обґрунтуйте свою думку:

- А. До незнайомого, малознайомого адресата.
- Б. В офіційній обстановці спілкування.
- В. При підкреслено ввічливому, стриманому ставленні до адресата.
- Г. До рівного і старшого (за віком, статусом) адресата.
- Д. До добре знайомого адресата.
- Е. У неофіційній обстановці спілкування.
- Є. При дружньому, фамільярному, інтимному ставленні до адресата.
- Ж. До рівного і молодшого (за віком, статусом) адресата.

Завдання 3. Написати есе на тему «Особливості гендерного спілкування».

Завдання 4. Розробіть модель ефективного спілкування в умовах міжкультурного обміну. Проаналізуйте можливі бар'єри та запропонуйте стратегії їх подолання. Наведіть приклади конкретних ситуацій, коли різниця в культурних контекстах може вплинути на взаєморозуміння. Поясніть, як у такій ситуації повинні змінюватися вербальні та невербальні стратегії комунікації.

Завдання 5. Уявіть ситуацію, де ви є лідером команди, що має вирішити важливе питання на робочій зустрічі. Яким чином ви організуєте спілкування з підлеглими, щоб кожен мав змогу висловити свою думку, а результати обговорення були прийняті групою? Проаналізуйте, як ви можете використовувати функції спілкування (інтерактивну, перцептивну, комунікативну) для оптимізації процесу прийняття колективного рішення. Опишіть складнощі, з якими ви можете зіштовхнутися, та варіанти їх вирішення.

Тестовий контроль знань

1. Спілкування – це:

- а) розмова двох або більше людей;
- б) обмін між людьми інформацією будь-якого характеру;
- в) усвідомлена психічна діяльність;
- г) процес розвитку контактів між людьми, спричинений потребами спільної діяльності.

2. Функції спілкування:

- а) комунікативна, інтерактивна, перцептивна;
- б) демократична, авторитарна;
- в) соціальна, ділова, неофіційна.

3. Рольові очікування – це:

- а) сподівання на таку поведінку іншої людини, яка відповідає її рольовому статусу;
- б) об'єктивне враження про те, що становить собою партнер;
- в) усвідомлення суб'єктом того, як його сприймає партнер по спілкуванню.

4. Яка функція спілкування дозволяє людині порівнювати себе з іншими, оцінювати свої можливості, робити самооцінювання:

- а) соціалізації;
- б) соціабільності;
- в) ідентифікації.

5. Як називається процес, під час якого люди обмінюються інформацією:

- а) комунікація;
- б) координація;
- в) спілкування;
- г) соціалізація.

6. Яким чином спілкування впливає на процес формування ідентичності особистості?

- а) через взаємодію з іншими, що дозволяє створювати власне уявлення про себе
- б) через емоційну взаємодію з іншими, що формує емоційний статус
- в) через обмін вербальною інформацією, що визначає інтелектуальний розвиток
- г) через конфлікти, що виникають під час взаємодії, що сприяють самопізнанню

7. Який із зазначених компонентів є основним у розвитку соціальних ролей під час спілкування?

- а) вербальна комунікація, що відображає рольове сприйняття
- б) невербальне спілкування, що регулює стосунки
- в) взаємна емоційна підтримка в процесі взаємодії
- г) зміна культурних контекстів спілкування

8. Як у контексті соціального спілкування можна визначити поняття "перцептивна функція"?

- а) процес аналізу та порівняння соціальних ролей у групі
- б) механізм сприйняття і інтерпретації невербальних сигналів співрозмовника
- в) здатність оцінювати соціальні норми в різних ситуаціях
- г) можливість коригувати поведінку через розуміння партнера по спілкуванню

9. Яка з функцій спілкування визначає процес соціальної адаптації в межах нових соціальних груп?

- а) перцептивна функція спілкування
- б) комунікативна функція спілкування
- в) інтерактивна функція спілкування
- г) регулятивна функція спілкування

10. Яка роль взаємодії в процесі адаптації індивіда до соціуму під час спілкування?

- а) розширення соціальних ролей через міжособистісну взаємодію
- б) підтримка зв'язку між індивідом і його соціальним оточенням
- в) зміна самооцінки через інформаційний обмін
- г) регуляція поведінки шляхом адаптації до соціальних норм

Практичне заняття: Засоби спілкування (2 год.)

Мета: засвоїти основні способи передачі інформації; розуміння механізмів сприйняття у спілкуванні та можливих наслідків їх дії.

I. Питання для підготовки:

1. Специфіка процесу обміну інформацією.
2. Структура, основні функції й види комунікацій.
3. Мова як засіб комунікації.
4. Види та функції невербального спілкування.
5. Зовнішні й внутрішні бар'єри комунікації.
6. Шляхи і прийоми подолання комунікативних бар'єрів.
7. Комунікативна компетентність.

Література: [1-18].

Основні поняття: комунікація, бар'єри комунікації, інтеракція, рефлексія, комунікативна компетентність, рефлексія, комунікативна установка, перцепція, інформаційний шум, комунікативні бар'єри, зовнішні бар'єри, внутрішні бар'єри, зворотний зв'язок, емпатія, кодування/декодування повідомлень, прагматика мовлення, комунікативна стратегія, комунікативна тактика, соціальна перцепція.

Питання для обговорення і рефлексії

1. Охарактеризуйте основні засоби спілкування.
2. Вирізнити суттєві особливості мовлення як основного засобу спілкування, назвіть його види й функції.
3. Поясніть особливості вербальної та невербальної комунікативної поведінки.
4. З'ясуйте особливості монологічного мовлення, назвіть його види.
5. Вирізнити основні принципи діалогічного мовлення.
6. Опишіть особливості процесу слухання як складника мовленнєвої діяльності.
7. Проаналізуйте фактори, що впливають на результативність слухання.
8. Вирізнити основні бар'єри слухання.
9. Охарактеризуйте принципи ефективного слухання.
10. Вирізнити суттєві особливості невербальної комунікації в міжособистісному спілкуванні.
11. Опишіть структуру невербальних засобів спілкування.
12. Опишіть відомі прийоми ефективного використання паралінгвістичних, екстралінгвістичних, оптико-кінетичних, проксемічних засобів у спілкуванні.
13. Поясніть особливості використання невербальних засобів спілкування в мовленнєвій практиці.
14. Вирізнити особливості зворотного зв'язку у спілкуванні.

II. Психологічні задачі:

1. Застосуйте ці афоризми до процесу спілкування, «перевішивши» на мову сучасної науки.
 - a. Два вуха і один язик нам дані для того, щоб більше слухати і менше говорити. (*Зенон з Китиона*)
 - b. Якщо зустрічаються військовослужбовці однакового звання, першим віддає честь той, хто розумніший. (*Положення статуту французької армії*)
 - c. Слухай, що говорять люди, але розумій, що вони відчувають. (*Східна мудрість*)
 - d. Немає нічого тільки всередині ... оскільки все, що всередині - зовні. (*Гете*)
 - e. По одязі зустрічають, по розуму проводжають. (*Прислів'я*)
 - f. Немає нічого огидніше, ніж багато говорити про себе. (*Леонарді*)
 - g. Хто здатний керувати жінкою, той здатний керувати державою. (*Бальзак*)
 - h. Скажи мені, хто твій друг, і я скажу, хто ти. (*Прислів'я*)
 - i. Рибак рибака бачить здалеку. (*Прислів'я*)
 - j. З вовками жити, по-вовчому вити. (*Прислів'я*)
 - k. С ким поведешся, від того й наберешся. (*Прислів'я*)
 - l. Марнославство робить людину балакучою. (*Шопенгауер*)
2. Яке відсоткове співвідношення між вербальними та невербальними засобами спілкування, якщо взяти весь процес комунікації за 100 %?
3. Поясніть це з позиції свідомого та несвідомого проявів спілкування.
4. Що більш інформативніше скаже про людину вияв її вербальних чи невербальних засобів? Дайте пояснення висловом: "Тремтить як осини́й листок", "Зці́пив зуби", "Диви́ться як кіт на сметану", "Жи́вуть як собака з кішкою", "Ховає очі". Які емоції передає "мова тіла"?
5. Як можна проінтерпретувати ці жести — як відкриті чи закриті: людина при діловій розмові — піджак розстібнутий, ноги розпрямлені, руки не схрещені перед собою, вільно сидить на стільці, погляд вперед, наявний візуальний контакт?
6. Яку поведінку можна очікувати від людини, в інтимну зону якої різко втрутилася інша людина без її дозволу? Чи зможете Ви навести приклади професій, представникам яких дозволено втручатися в інтимну зону іншої людини? І професії, які використовують недозволені методи втручання в інтимну зону іншої людини, з певною метою?
7. Який вид запитань варто поставити під час бесіди з іншою людиною, щоб викликати нові запитання і вказати на невирішені проблеми або забезпечити підтримку вашої позиції шляхом мовчазного схвалення?
8. Спостерігаючи по телевізору політичні промови сучасних політиків, визначте як вони відрізняються від інших форм спілкування своєю емоційністю, чіткістю, насиченістю, дієвістю. Проілюструйте прикладами відмінність однієї політичної промови від іншої. В чому, на вашу думку, тут криється таємниця успішності чи неуспішності промови?

9. Дайте тлумачення невербальної поведінки людини в такому прикладі. Людина сидить під час бесіди, схрестивши руки на грудях, заложивши ногу на ногу. Долонь не було видно майже зовсім. Погляд зустрічається зі співбесідником 1/3 часу. Відповіді супроводжуються потиранням повіки та дотиком до носа.

Теми рефератів та повідомлень

1. Прийоми ефективного спілкування.
2. Комунікативна компетентність: поняття, особливості формування.
3. Імідж, його формування та складові.
4. Психологічні закономірності виникнення симпатії.
5. Комунікативна компетентність як фактор професійного успіху майбутнього психолога.
6. Вплив невербальних засобів комунікації на ефективність міжособистісної взаємодії.
7. Бар'єри у спілкуванні: психологічні механізми виникнення та шляхи їх подолання.
8. Мова як соціокультурний інструмент комунікації: психологічний аспект.

Ш. Практичні завдання:

Творчі завдання та проблемні ситуації для самостійної роботи:

Завдання 1. "Відкриті та закриті запитання".

Ознайомтеся з поданими нижче відкритими та закритими запитаннями. Спробуйте трансформувати закриті запитання у відкриті і навпаки. Простежте, як ці групи питань діють на співрозмовника. (Оформити письмово).

Відкриті питання

1. Які почуття це у вас викликає?
2. Як ви відреагували на те, що сталося?
3. Якою, на вашу думку, ситуація є зараз?
4. Як, по вашому, до цього ставляться ваші близькі?
5. Як я можу вам допомогти?
6. Що ви робите, коли вам сумно?
7. Що ви хочете змінити у своєму житті?
8. За що ви відчуваєте себе відповідальним?

Закриті питання

1. Ви готові працювати?
2. Ми зустрінемося завтра?
3. Ви хвилюєтесь?
4. Ви згодні?
5. Це так?
6. Ви хочете поговорити з ...?
7. Як довго ви згодні чекати?
8. Це вас дратує?

Завдання 2. Які прийоми активного слухання ефективні в наведених ситуаціях?

а) До вас прийшла в гості колега, що горить бажанням поділитися своїми емоційними проблемами. Який стиль слухання доречний у цій ситуації?

б) На науковій конференції ви познайомилися з цікавою і потрібною людиною. Який прийом активного слухання доцільно використовувати, щоб підтримувати бесіду з нею з маловідомої для вас теми і створити сприятливе враження?

в) Ви проводите нараду у своєму відділі. Вам необхідно обговорити велику кількість питань, що нагромадилися. Який прийом активного слухання треба використати, щоб обговорення було плідним і група не зайшла в глухий кут, обговорюючи дрібні зауваження і забувши про суть проблеми?

г) Ваш однокласник плутано і незрозуміло розповідає вам про те, що було вчора на семінарі. Який прийом активного слухання найкраще використовувати, щоб усе-таки одержати необхідну інформацію?

д) Вам подзвонив начальник і попросив вас виконати складне завдання. Перш ніж покласти трубку, який прийом активного слухання необхідно використати, щоб не зробити помилок при виконанні завдання?

е) На засіданні обговорюються питання, що вам відомі і зрозумілі. Який прийом активного слухання необхідно періодично використовувати, щоб не притупилася ваша увага і Ви не втратили важливу інформацію?

Завдання 2.

Психотехнічні вправи:

- «Привітання». Мета: передати емоційний стан через вітальну фразу за допомогою різних інтонацій.
- «Чесноти». Мета: знайти індивідуальні особливості людини, встановити контакт.
- «Контакт». Вправа виконується в парах. Ведучий пропонує кожному вибрати собі в пару того члена групи, якого він знає менше за інших.

Вправа 1. Протягом чотирьох хвилин мовчки дивимось один на одного.

Вправа 2. Кожному з вас дається 4 хвилини, протягом яких ви маєте розповісти своєму співрозмовникові, кого ви бачите перед собою. Розповідь треба починати словами: «я бачу перед собою...» і далі слід говорити лише про зовнішній вигляд, не включаючи в розповідь оцінних понять та слів, що містять інформацію про особистісні особливості людини, наприклад: добрі очі, розумний погляд тощо. Спочатку хтось говорить 4 хвилини, інший слухає, потім навпаки. Я скажу вам, коли потрібно буде помінятися ролями

Вправа 3. Кожному з вас дається 5 хвилин для того, щоб розповісти своєму співрозмовникові, яким він (ваш співрозмовник) був, на ваш погляд, коли йому було 5 років. При цьому можна говорити не тільки про зовнішній вигляд, а й про особливості поведінки, характеру тощо.

Далі 5 хвилин для розповіді дається іншому учаснику пари. Наприкінці розповіді відбувається обговорення («Що ви відчували, коли слухали розповідь про себе?», «Виконання якого із завдань викликало у вас найбільші труднощі?», «Які враження виникли у вас у перебігу виконання вправи?» тощо).

У результаті проведення цієї вправи рефлексія досвіду, набутого упродовж виконання завдань, дозволяє обговорити:

- 1) значення контакту очей у процесі спілкування;
- 2) труднощі, з якими зустрічаються учасники, описуючи іншу людину, не даючи їй оцінок та не характеризуючи її особистісні особливості;
- 3) прагнення перенести свій досвід на іншу людину, приписати їй те, що властиво насамперед нам самим, та ін.

Завдання 3. Провести діагностику власних комунікативних здібностей.

Гра «Нестандартний підхід»

Мета гри: вивести закономірності взаєморозуміння, розвинути навички управління увагою і настроєм партнера по спілкуванню, зокрема шляхом варіації характеристик мовлення (тону, темпу, гучності тощо) або рухів.

Кожен учасник гри пробує вимовити різними способами:

- своє ім'я;
- будь-яке із наступних висловлювань: «Прощавай!», «Ну, добре!», «Дякую!», «Я чекаю!», «Так справи не буде!», «Давай-давай!», «Ну і деньок!», «Ну то й що», «Іди до мене», «Привіт!» та інші;
- яку-небудь загальну для всіх фразу, наприклад, «Хочу мінералочки!», вимовляючи її з позиції начальника, маленької дитини, робота, хворої людини тощо;
- Фразу «Люди виявляються самотніми через те, що самі не проявляють інтересу до оточуючих», – як повчання, як скаргу, із зверхністю, зі злістю тощо;

Обговорення: учасники аналізують результати, відповідаючи на питання:

- Який темп розмови здається найбільш результативним?
- Як це пов'язано із конкретною ситуацією?
- Які почуття виникають при змінні інтонації чи рухів?

Тестовий контроль знань:

1. Комунікативна сторона спілкування — це:

- а) обмін повідомленнями;
- б) сприйняття та розуміння між співрозмовниками;
- в) обмін діями, взаємодія;
- г) всі варіанти правильні

2. З чого починається комунікація?

- а. Дитина жестикулює.
- б. Дитина дізнається особи оточуючих.
- в. Дитина слухає голосу оточуючих.
- г. Дитина грає з предметами.

3. Чоловік їде по шосе. По радіо передають зведення новин. Він думає, що непогано було б до темряви дістатися до будинку, тому що у його автомобіля не працює права фара. Він постійно дивиться на годинник і на сонце, яке вже сідає. Під'їжджаючи до будинку, він раптом розуміє, що не чув ні слова з новин. Що завадило йому?

- а. новини були не цікавими
- б. зайнятість власними турботами
- в. Неприязнь до джерела інформації
- г. Нудьга

4. Що мав на увазі вчений Рейк, вживаючи термін «третє вухо»?

- а. Процес активного слухового сприйняття і інтерпретації
- б. можливість відволікатися
- в. Можливість одночасно слухати дві розмови
- г. Використання слухового апарату

5. Ви вирішили бути уважним на лекції. Де вам краще сісти?

- а. В задніх рядах
- б. Прямо перед лектором
- в. Біля вікна
- г. В центрі аудиторії

6. Ваш безпосередній начальник дав вам чергову вказівку. Що ви повинні зробити?

- а. Почекати кілька секунд, потім переформулювати його розпорядження і задати уточнюючі питання.
- б. Почекати кілька секунд, потім висловити свою думку.
- в. Відразу ж задати питання, потім висловити свою думку.
- г. Відразу ж висловити свою думку, потім ставити запитання.

7. Який із способів комунікації, на ваш погляд, є найбільш поширеним?

- а. Усна мова
- б. письмові повідомлення
- в. жести
- г. Міміка

8. Марія написала десяти сторінкову промову, з якою збирається виступити перед своїми колегами в гуртку макраме. Що б ви порадили їй для того, щоб утримати увагу слухачів?

- а. Читати з папірця
- б. Дивитися прямо перед собою в простір
- в. Говорити з опущеними очима
- г. Підтримувати зі слухачами візуальний контакт

9. Який з наступних питань є відкритим?

- а. "Ви задоволені?"
- б. "Я запізнився?"
- в. «Чим я сподобався вам?»
- г. «Ви п'єте каву?»

10. Якого принципу повинен дотримуватися автор письмового повідомлення, щоб комунікація була ефективною?

- а. Намагатися справити враження на читачів, вживаючи рідкісні слова неологізми.
- б. Вважати своїх читачів інтелектуалами
- в. Писати коротко і зрозуміло
- г. Не переписувати написане

Практичне заняття: Деструктивні форми взаємодії та шляхи їх подолання (4 год.)

Мета: закріплення теоретичного матеріалу; формування вмінь і навичок розвитку стратегій успішності спілкування

I. Питання для підготовки:

1. Види спілкування.
2. Міжособистісне спілкування.
3. Особистісно-групове спілкування.
4. Міжгрупове спілкування.
5. Опосередковане спілкування.
6. Загальна характеристика деструктивних форм взаємодії.
7. Непорозуміння і конфлікти.
8. Поняття, критерії та рівні успішності спілкування.
9. Стили спілкування та їх характеристика.
10. Гендерні і статеві аспекти успішності спілкування.
11. Спілкування в умовах воєнного стану.

Література: [1-18].

Основні поняття: види спілкування, форми спілкування, міжособистісне спілкування, особистісно-групове спілкування, міжгрупове спілкування, опосередковане спілкування, вікові особливості спілкування, деструктивні форми взаємодії, агресія, сором'язливість, дефіцитне спілкування, дефектне спілкування, непорозуміння, конфлікт, атракція, стиль спілкування, мотиви спілкування, гендерні особливості спілкування, статеві аспекти успішності спілкування.

Питання для обговорення і рефлексії

1. За якими принципами спілкування поділяють на різновиди?
2. Чому існує така багатоманітність підходів до класифікації видів спілкування? Опишіть одну з них.
3. Чи є принципова різниця між поняттями «міжособистісні контакти» та «спілкування»?
4. В чому полягає специфіка гуманістичного спілкування?
5. Що важче підготувати: монолог чи діалог? Чому?
6. Які виділяють стилі спілкування?
7. Що таке штучна мова? Назвіть приклади.
8. Які форми мовлення знаєте?
9. У чому полягає особливість слухання?
10. Що таке нерелексивне слухання?
11. Чи взаємопов'язані, на вашу думку, поняття агресії та покарання? Поясніть свою позицію.
12. Чи тотожні поняття обман і неправда? Поясніть свою думку.
13. Чому упередження та егоїзм є основою деструктивного спілкування? Наведіть приклади.
14. Які фактори сприяють альтруїзму?
15. Які причини можуть зменшити можливість альтруїстичного вчинку?
16. Як зрозуміти, що тебе люблять?

II. Психологічні задачі:

1. Чи правильне твердження «усі люди говорять більше, ніж мовчать»?
 - а) так; б) ні.
2. Очі, що «бігають», свідчать про сильну слабкість або байдужість до розмови:
 - а) так;

б) ні.

3. Уявіть, що до Вас звертається допитливий учень: «Я читав, що процес сприймання людини людиною залежить від багатьох чинників. Наприклад, той, хто сприймає, часто приписує об'єктові свого сприймання неістотні, а то й неприйнятні йому риси. Так, сприятливе враження від зовнішності людини призводить до позитивних оцінок її особистості, несприятливе - до негативних. Думаю, все це має пряме відношення і до сприймання вчителів учнів. Я впевнений, що вчителі не можуть правильно оцінити учнів і тому часто не розуміють їх. Чи правильно я думаю?»

Що Ви відповісте цьому учневі?

4. Навести приклади висловлювань, що провокують розвиток агресії в оточуючих.

5. У ході міжгрупової взаємодії в навчальному середовищі дві студентські групи продемонстрували значне погіршення комунікації, що виявлялось у зростанні напруги, взаємному униканні контактів та негативному емоційному тлі при спільних проектах. Проведіть аналіз можливих деструктивних форм спілкування, які могли бути задіяні, та обґрунтуйте психологічні механізми виникнення міжгрупового конфлікту. Запропонуйте ефективні способи оптимізації взаємодії з урахуванням соціально-психологічної структури групи.

6. У кризовій ситуації, спричиненій загрозою обстрілу під час воєнного стану, у тимчасовому укритті перебувають люди різного віку, статі та соціального статусу. Ви як психолог маєте оцінити рівень успішності їхньої комунікації та визначити провідні стилі спілкування, що проявляються в групі. Визначте чинники, що можуть сприяти або перешкоджати конструктивному міжособистісному спілкуванню в цих екстремальних умовах. Розробіть короткострокову стратегію стабілізації емоційного клімату.

7. Чи різняться для вас ситуації спілкування в процесі навчання і в щоденному спілкуванні з людьми?

8. Прочитайте уривок. Як Ви вважаєте, чи добру пораду дав сину граф? Які б рекомендації дипломатам дали ви? У XVIII ст. відомий політик граф Честерфілд, готуючи сина до дипломатичної кар'єри, писав йому: «Розмовляючи з людьми, завжди дивися їм у вічі; якщо ти цього уникаєш, люди починають думати, що ти вважаєш себе в чомусь винуватим; до того ж ти втрачаєш можливість дізнатися за виразом обличчя, яке враження на них справляють твої слова».

9. У ході дослідження гендерних особливостей комунікації було виявлено, що учасники чоловічої та жіночої статі обирають різні способи вираження емоцій у процесі міжособистісного спілкування. Побудуйте порівняльний аналіз стилів спілкування з урахуванням гендерних та індивідуально-психологічних характеристик. Поясніть, як ці відмінності можуть впливати на ефективність професійного спілкування у сфері допоміжних професій (психолог, соціальний працівник тощо).

Теми рефератів та повідомлень

1. Техніка і прийоми професійного спілкування.
2. Підходи до виділення видів спілкування.
3. Сором'язливість як специфічна трудність міжособистісного спілкування.
4. Акцентуації характеру та дефекти спілкування.
5. Деструктивне спілкування.
6. Агресивно-конфліктна взаємодія.
7. Типові помилки при спілкуванні.
8. Особливості спілкування в умовах воєнного часу.

III. Практичні завдання:

Творчі завдання та проблемні ситуації для самостійної роботи:

Завдання 1. Прочитайте наведені нижче приклади. Встановіть, які порушення спілкування описані у них. Назвіть їх причини.

А. Відома, наприклад, команда при ходьбі шеренгою «Взяти ногу!». Але на уроці фізкультури у першому класі ця команда була сприйнята школярами буквально і під час ходьби вони дійсно намагалися рукою взяти ногу.

Б. Бригадиру будівельників потрібно було полагодити балконну стійку, що покривилася на видному місці. Він виліз туди разом із молодим рослим хлопцем – новачком на будівництві, підчепив стійку ломом і наказав: «Бий по ребру!». Хлопець здивувався і запитав: «Ти що, збожеволів?». «Бий по ребру, так тебе!..» – закричав бригадир і додав декілька міцних слів. Тоді хлопець розмахнувся і ударив бригадира кувалдою по ребрах. Бригадир птахом полетів із третього поверху, на щастя, в сніговий замет.

Завдання 2. Встановіть відповідність між основними знаковими системами та ознаками, особливостями, що їх виражають:

- | | |
|-------------------------------|-----------------|
| а. Оптико-кінетична система | 1. Тембр голосу |
| б. Паралінгвістична система | 2. Пауза |
| в. Екстралінгвістична система | 3. Поза |
| | 4. Жест |
| | 5. Кашель |

Завдання 3. Проаналізуйте наведені нижче приклади. Які засоби спілкування використані у поданих нижче ситуаціях? Чи можна назвати їх ефективними у конкретних випадках?

А. Якщо сісти, відхилившись назад, схрестити руки на грудях і трохи підняти голову, як тут же ваш співрозмовник почне відчувати незручність у процесі спілкування. Перша його реакція на вашу позу полягатиме у зміні власної. Він займе таку ж позу або, якщо буде зацікавленим у продовженні розмови, нахилиться ще більше вперед, підсилить жестикуляцію.

Б. Діти, слухаючи страшні історії (казки, фільми жахів тощо), частіше, ніж зазвичай, торкаються один одного, обнімаються, беруться за руки... Дорослі також часто торкаються себе і свого партнера в екстремальній ситуації.

В. Жест «удар по долоні співрозмовника» в момент або після виголошення фрази єгиптянин і сириєць сприймають як жарт або влучну фразу, які сподобались, а європеєць це сприймає як прояв фамільярності, неповаги до співрозмовника.

Завдання 4. Проаналізуйте на основі наведених прикладів вплив на слухача одночасно слів і жестів. Які висновки можна зробити в описаних ситуаціях? Як Ви вважаєте, на яку, інформацію треба зважати у разі явної розбіжності вербальної та невербальної інформації?

А. Фрейд, розмовляючи з пацієнткою про те, чи вона щаслива у шлюбі, помітив, що вона несвідомо знімала з пальця і надягала обручку.

Б. Службовець розповів начальнику про свій проект реорганізації роботи відділу. Начальник сидів дуже прямо, щільно впираючись ногами в підлогу, не зупиняючи погляду на службовцеві, але час від часу повторюючи: «Так-так... так-так...». В середині бесіди, відхилившись назад, сперши підборіддя на долоню так, що вказівний палець витягнувся уздовж щоки, він задумливо погортав проект зі словами: «Так, все, про що ви говорили, поза сумнівом, дуже цікаве, я подумаю над вашими пропозиціями».

В. Ви по дорозі вирішили відвідати приятельку, не попередивши її заздалегідь про свій візит. – Не перешкоджу? У тебе є час? Мені треба дещо тобі розказати... – Ну що ти ... заходь, звичайно... Каву будеш? – Господиня дістала банку, насипала кави, щільно закрила її і заховала на полицю. – То ти зараз нічим не зайнята? – Для тебе у мене завжди знайдеться час...

Г. Ви просите у знайомого книгу. Він з готовністю погоджується дати вам її і починає шукати на полицях. Шукає, шукає... Здавалося б, все обшукав – книги немає, наче й не було!

Завдання 5. Виконайте дослідницькі завдання (на вибір) та складіть звіт про їх виконання

Сцени насилля на сучасному телебаченні стали настільки частими, що при сприйманні набувають умовного характеру. Можна припустити, що в певних випадках контроль свідомості при сприйманні агресії у телеглядача (особливо у підлітків) може бути зниженим. Це обумовлює включення механізму «сліпого наслідування» на відміну від свідомого.

Проаналізуйте приклади телевізійного насилля (агресії, упередження, обману за вибором), обравши не менше 3-х передач із наступних категорій:

- вітчизняний мультфільм;
- зарубіжний мультфільм чи мультсеріал;
- вітчизняний дитячий фільм;
- зарубіжний дитячий фільм чи серіал;
- вітчизняний / зарубіжний фільм;
- вітчизняний / зарубіжний серіал.

Бажано, щоб співставлялися фільми, схожі за жанром (наприклад, не слід порівнювати бойовик із мелодрамою).

При аналізі враховуйте :

- приблизну тривалість фільмів та кількість прикладів агресії, насилля за одиницю часу (наприклад, за 10 хвилин, за 1 годину тощо);
- зображення болю та негативних наслідків агресії (наприклад, каліцтво, смерть тощо);
- чи покаране насилля у фільмі;
- кількість актів насилля, що здійснює позитивний герой («хороший хлопець») та негативний герой («поганий хлопець»);
- присутність зброї на екрані тощо.

Завдання 6. Складіть таблицю гендерних особливостей розуміння дружби, кохання, любові.

Тестовий контроль знань:

1. Рекомендації щодо ефективного спілкування, які склалися в суспільстві й віддзеркалюють комунікативні традиції певного етносу – це:

- а) функції спілкування;
- б) правила спілкування;
- в) етапи спілкування;
- г) види спілкування.

2. При спілкуванні втрачається інформації:

- а) приблизно 10 %;
- б) приблизно 30 %;
- в) приблизно 50 %.

3. Вислів “Говори, аби я міг тебе пізнати” належить:

- а) Платону;
- б) Арістотелю;
- в) Сократу.

4. За допомогою невербальних засобів передається інформації:

- а) приблизно 30 %;
- б) приблизно 60 %;
- в) приблизно 80 %.

5. Праксодика відноситься до засобів невербальної комунікації:

- а) акустичних;

- б) тактильно-кінетичних;
- в) темпоральних.

6. До оптичних засобів невербальної комунікації відноситься:

- а) екстралінгвістика;
- б) проксеміка;
- в) праксодика.

7. Кінетика відноситься до засобів невербальної комунікації:

- а) оптичних;
- б) акустичних;
- в) ольфакторних.

8. До якої просторової зони організації простору при спілкуванні відноситься зона від 120 до 360 см:

- а) особиста;
- б) громадська;
- в) соціальна.

9. Яке розташування оратора в аудиторії є найбільш вдалим:

- а) оратор ходить по аудиторії під час виступу;
- б) оратор сидить перед слухачами;
- в) оратор стоїть перед слухачами.

10. Бар'єри взаєморозуміння залежать від:

- а) особливостей тих, хто спілкується, та їхньої соціальної належності;
- б) умов спілкування;
- в) часу спілкування;
- г) реакції на співрозмовника

11. Яке з наведених тверджень є істинним:

- а) відсутність конфліктів не є надійним показником успішності спілкування
- б) відсутність конфліктів є надійним показником успішності спілкування
- в) відсутність конфліктів обумовлює успішність спілкування

12. На якому етапі спілкування важливо дбати про створення доброзичливої атмосфери спілкування, не протиставляти себе співрозмовникові, демонструвати повагу й увагу до співрозмовника, уникати критики, зверхності та негативних оцінювань?

- а) підготовка до спілкування;
- б) початок спілкування;
- в) обговорення питання (проблеми);
- г) прийняття рішення;
- д) вихід з контакту.

13. Під час оцінювання людини враховується:

- а) політичні та релігійні погляди;
- б) зовнішній вигляд;
- в) особистісні якості та соціокультурні чинники;
- г) чинник «ставлення до нас».

14. Конфлікт — це...

- а) виникнення складних для подолання суперечностей;
- б) занепад, загострення політичних, економічних, соціальних протиріч;
- в) передача інформації у будь-якій формі від однієї особи до іншої;
- г) прагнення особи повніше задовольняти свої потреби і бажання.

15. Яка з цих причин конфлікту описана: «Партнери по взаємодії мають різнопланові мотиви або потреби»?

- а) фінансово-організаційна;
- б) соціально-психологічна;
- в) ціннісно орієнтована;
- г) матеріально-технічна.

16. Приховане спонукання адресата впливу до переживання певних станів, до зміни ставлення, до прийняття рішень, вигідних ініціатору впливу, має назву:

- а) навіювання
- б) маніпуляція,
- в) зараження.

17. Конструктивний вплив повинен відповідати наступним критеріям:

- а) психологічна коректність,
- б) амбівалентність,
- в) прагнення задовольнити інтереси ініціатора впливу,
- г) прихованість спонукання адресата до певних дій.

Практичне заняття: Психологія групи (2 год.)

Мета: закріплення теоретичного матеріалу, вдосконалити знання студентів про групу та її види, формування вмінь і навичок методів дослідження груп

I. Питання для підготовки:

1. Поняття про групи.
2. Класифікація груп та їх характеристика.
3. Види груп, їхні функції.
4. Первинні та вторинні групи.
5. Формальні і неформальні групи
6. Розмір групи і її структура.
7. Колектив як вища форма розвитку групи.

Література: [1-18].

Основні поняття: група, види груп: велика, мала, реальна, умовна, формальна, неформальна, асоціальна, референтна, первинна група, вторинна група, дифузна група, група належності, колектив, колективні прагнення, колективний настрій, колективна думка, соціально-психологічний клімат, ідентифікація, сумісність, статус, референтометрія, соціометрія.

Питання для обговорення і рефлексії

1. За якими ознаками виділяються групи?
2. Яка група може виступати для особистості як референтна?
3. Якими ознаками характеризуються групи різної організації?
4. Які групи називаються реальними? умовними? референтними? Наведіть приклади.
5. Чим пояснити зростання неформальних груп?
6. Чи повинен бути клас референтним для своїх учнів? Чому?
7. Якими є істотні ознаки колективу?
8. Чим визначається статус особистості в колективі?
9. Чи можна назвати сім'ю колективом? Обґрунтуйте.
10. Чи може офіційна зміна статусу члена групи вплинути на його неофіційний статус?
11. До яких психологічних деформацій може призвести тривале перебування особистості у статусі „ізолюваної“?
12. Чи впливає на реальну популярність особистості статус формального лідера? Обґрунтуйте свою думку.

II. Психологічні задачі:

1. Які психологічні чинники формують референтну групу особистості?
2. До яких психологічних деформацій може призвести тривале перебування особистості у статусі „ізолюваної“?
3. Чи завжди конформізм характеризується неузгодженістю реальної поведінки особистості та її внутрішньої позиції?
4. Чим пояснити, що група, мета якої не виходить за її власні рамки, не є колективом?
5. Чому, вивчаючи окремо учнів даного класу, поза їх сумісної діяльності, нічого певного не можна сказати про колектив класу?
6. Особистість залежить від колективу. Чи існує зворотна залежність?
7. У межах психологічного дослідження студентка проводить спостереження за динамікою взаємодії у групі з десяти осіб, об'єднаних для виконання навчального проєкту. Виявлено, що лише троє з них ініціюють спільну діяльність, формулюють цілі та координують дії інших, тоді як решта демонструє пасивність. Проаналізуйте структурні характеристики цієї групи та дайте висновки щодо її типу, рівня згуртованості й стадії розвитку. Обґрунтуйте, чи можна цю групу вважати колективом.
8. Під час дослідження в академічній групі виявлено конфлікт між формальним лідером та неформальним авторитетом. Це призводить до розколу на підгрупи та зниження ефективності спільної навчальної діяльності. Визначте типи груп, які виникли, їхні функції, а також розмір та рольову структуру групи. Запропонуйте психологічні механізми подолання конфлікту та відновлення групової єдності.

III. Практичні завдання:

Творчі завдання та проблемні ситуації для самостійної роботи:

Завдання 1. Скласти схему «Види груп». Прочитати текст лекції, підручника, виділити види груп та їх характеристики.

Завдання 2. Яка група може стати для особистості референтною? (Виписати визначення, виділити основні ознаки референтної групи).

Завдання 3. Заповніть таблицю «Аналіз поняття група», використовуючи підручники з соціології, психології, конфліктології різних авторів.

Автор визначення	Джерело	Основна складова терміну

Завдання 4. Складіть карту спостереження за вашою групою з метою вивчення умов успішної діяльності групи. Представте аналіз отриманих результатів та прокоментуйте його

Завдання 5. Заповніть таблицю аналізу основних закордонних та вітчизняних теорій розвитку групи.

Назва теорії розвитку групи	Автори та послідовники даної теорії	Основний зміст теорії

Завдання 6. Разом з викладачем провести рольову гру «Мозковий штурм» для вирішення проблеми.

Від яких психологічних особливостей групи залежить ефективно формування особистості?

Завдання 7. Встановіть відповідність:

1. Нечисленна за складом група, учасники якої об'єднані спільною соціальною діяльністю й перебувають у безпосередньому особистому спілкуванні, що є основою для виникнення емоційних відносин, групових норм і групових процесів
2. Групи, до яких належить індивід
3. Реально існуюче утворення, в якому люди, що зібрані разом, об'єднані якоюсь загальною ознакою, різновидом спільної діяльності або поміщені в якісь ідентичні умови, обставини, певним чином усвідомлюють свою приналежність до цього утворення
4. Численні об'єднання людей, у яких неможливі безпосередні контакти всіх членів групи один з одним
5. Статусні характеристики, що прямо не замикаються на завданні, яке виконує група, але також визначають статус індивіда в групі
6. Соціальна група, яка виступає для індивіда своєрідним стандартом, системою відліку для себе й інших, а також джерелом формування соціальних норм і ціннісних орієнтацій
7. Групи низького рівня розвитку
8. Група, до якої індивід не належить, «чужа» група
9. Сукупність зв'язків, що складаються в групі в процесі взаємодії індивідів
10. Явище, яке призводить до конфліктів, психічних розладів і захворювань, самогубств і вбивств серед членів груп, що опинились в ізоляції
 - А. Велика група
 - Б. Асоціальні групи
 - В. Аут-група
 - Г. Групи членства
 - Д. Соціальна група
 - Ж. Експедиційний сказ
- З. Структура групи
- Є. Референтна група
- І. Дифузійні статусні характеристики
- К. Мала група

Завдання 8. З даних понять побудувати ряд так, щоб кожне попереднє питання було родовим - більш загальним до наступних.

Суспільство, колектив, група, реальна група, реальний світ.

Завдання 9. Вставити пропущені слова в таких реченнях:

- а) об'єктивна необхідність в співробітництві та суб'єктивна потреба в спілкуванні ведуть до утворення особливих об'єднань людей, які називаються.....;
- б) відносно стійке об'єднання невеликої кількості людей, що особисто знають один одного та безпосередньо спілкуються між собою в процесі досягнення спільної мети, є... групою;
- в) група, організована тільки внутрішніми цілями, що не виходять за межі самої групи, є.....;
- г) найнижчим рівнем об'єднання людей є.....;
- д) найвища форма організованої групи - це... ..;
- е) колектив можливий лише за умови, якщо він об'єднує людей на завданнях діяльності, явно корисної для

Завдання 10. Про який ступінь розвитку групи свідчать міжособистісні стосунки у вашій студентській групі? Доведіть, виходячи з теорії діяльного опосередкування.

Завдання 11. Напишіть есе: «Як не ображатись, не турбуватись через критику (за Д.Карнегі)».

Тестовий контроль знань:

1. Рівні розвитку групи:

- а) клас, група, об'єднання, спілка;
- б) дифузні, асоціації, корпорації, колектив;
- в) просоціальні, асоціальні.

2. Соціометрія – метод, який визначає:

- а) сукупність стійких мотивів;
- б) результат взаємодії у процесі спілкування;
- в) структуру міжособистісних відносин у групі за числом взаємних виборів її членів;
- г) порушення структури ставлення людини до оточуючого світу.

3. Яка кількість людей повинна складати малу групу:

- а) 3 чоловіка;
- б) 7+2 чоловіка;
- в) кількість людей повинна бути функціонально доцільною для виконання будь-якої конкретної діяльності.

4. Основними причинами об'єднання людей в групі є:

- а) почуття безпеки та захисту, задоволення потреб у спілкуванні, статусі, дружбі та ін.;
- б) немає визначених причин об'єднання людей у групі;
- в) існує досить багато різних причин, у кожної людини свої причини і їх не можна об'єднати.

5. Референтна група – це:

а) група, на норми та оцінки якої індивід орієнтується у своєму житті; б) група, що керується певними нормами та цінностями;

в) група, яка представляє інтереси своїх членів у більш широкій спільноті

6. Міжособистісна сумісність у групі ґрунтується на:

а) потребі досягнення спільної мети;

б) узгодженості дій у спільній діяльності;

в) узгодженості мотивів, інтересів, установок, характерів тощо.

7. Колектив – це:

а) група людей, що поєднана спільними цілями та задачами, яка досягла в процесі соціально цінної сумісної діяльності високого рівня розвитку;

б) сукупність людей, що поєднані такими ознаками, як належність до певного конкретного народу, якоїсь культури, території, мови та ін.;

в) група, яка виокремлена з інших за певною ситуаційною або формальною ознакою.

8. Поняття «колектив» у вітчизняній та західній психології:

а) тотожні;

б) мають певні відмінності;

в) зовсім різні поняття.

9. Відносно стійке соціально-психологічне утворення, яке виконує нормативну та спонукальні функції в групі, впливає на психологію та поведінку осіб, стає засобом їхнього виховання – це:

а) колективні прагнення;

б) колективний настрій;

в) колективна думка.

10. Провідна відмінна ознака колективу як малої соціальної групи:

а) спільні цілі та задачі;

б) спільна соціально позитивна діяльність;

в) високий рівень розвитку.

11. Колективний настрій – це:

а) переважаючий стан почуттів членів групи в певний час;

б) почуття людей взагалі;

в) задоволення потреб групи.

Практичне заняття: Міжособистісні відносини та психологічний клімат у групі (2 год.)

Мета: закріплення теоретичного матеріалу, розкрити специфіку формування міжособистісних відносин в групі та способи їх діагностики

I. Питання для підготовки:

1. Поняття про міжособистісні відносини в групі.

2. Багаторівнева структура міжособистісних відносин.

3. Феномен взаємовпливу.

4. Типи міжособистісних відносин.

5. Психологічний клімат у колективі.

6. Фактори, що впливають на клімат групи.

7. Методи дослідження психологічного клімату.

Література: [1-18].

Основні поняття: соціально-психологічний клімат колективу, кліматичні збурювання, групові норми, взаємини, конфлікт, конфліктна поведінка, лідер, лідерство, стиль керівництва, авторитарний, демократичний, ліберальний, мобінг, булінг.

Питання для обговорення і рефлексії

1. Поясніть суть феномену «соціально-психологічний клімат колективу».

2. Охарактеризуйте особливості соціально-психологічного клімату колективу, в якому ви навчаєтесь.

3. Запропонуйте власні правила спілкування в колективі.

4. Назвіть ознаки високоморальних взаємин між членами колективу.

5. Які методи допоможуть вивчити міжособистісні стосунки в групі?

6. Що є соціально-психологічним кліматом колективу?

7. Як впливає соціально-психологічний клімат колективу на особистість?

8. Що таке булінг?

9. Види мобінгу.

II. Психологічні задачі:

1. Підібрати комунікативні заходи (вправи) для покращення соціально-психологічного клімату в педагогічному колективі.

2. Підібрати вправи для кращого знайомства у колективі.

3. Підшукати комунікативні прийоми для реагування на різні типи проблемних людей.

4. У навчальній групі помітна різна інтенсивність міжособистісних контактів: деякі студенти активно взаємодіють, підтримують один одного, інші — ігнорують або уникають спілкування. На основі спостережень студентка проводить соціометричне опитування. Інтерпретуйте результати такого дослідження у контексті багаторівневої структури міжособистісних відносин. Які зв'язки формують ядро групи, а які — периферію? Як ці дані впливають на розуміння функціонування групи?

5. У групі практикантів під час колективної роботи з'явився лідер, навколо якого сформувалась ядрова підгрупа. Інші члени групи почали знижувати активність і уникали взаємодії. Проаналізуйте феномен взаємовпливу у цій ситуації. Які психологічні механізми забезпечують або порушують рівновагу міжособистісних відносин у групі? Які наслідки для психологічного клімату має ця ситуація?

6. У навчальній групі викладач спостерігає тенденцію до зростання ворожості між окремими студентами, що негативно позначається на загальному емоційному фоні. Проведіть аналіз типів міжособистісних відносин, які можуть формуватись у цьому середовищі. Які типи варто підтримувати й розвивати, а які — регулювати? Запропонуйте шляхи покращення психологічного клімату.

7. У межах групової психологічної діагностики студент пропонує дослідження психологічного клімату за допомогою методики «Колективний портрет». Однак результати виявляють суперечності між суб'єктивними оцінками членів групи та фактичними проявами поведінки. Оцініть ефективність цього методу в контексті інших дослідницьких підходів. Які додаткові методики варто залучити для комплексного аналізу? Як інтерпретувати суперечливі результати?

Теми рефератів та повідомлень

1. Міжособистісні відносини в колективі.
2. Статуси в групі.
3. Соціально-психологічний клімат колективу.
4. Шляхи покращення соціально-психологічного клімату колективу.
5. Психологічний клімат у малих соціальних групах: структура, чинники формування та шляхи оптимізації.
6. Типологія міжособистісних відносин у групі: класичні підходи та сучасні інтерпретації.
7. Взаємовплив у групі як чинник соціально-психологічної динаміки: механізми і форми прояву.
8. Методи діагностики міжособистісних відносин у групі: огляд, порівняльний аналіз, практичне значення.
9. Багаторівнева структура міжособистісної взаємодії в колективі: від симпатій до соціальної ієрархії.
10. Соціометрія один з методів діагностики відносин в групі: особливості проведення, збору даних та інтерпретації.

Ш. Практичні завдання:

Творчі завдання та проблемні ситуації для самостійної роботи:

Завдання 1. Провести комплексне дослідження соціально-психологічного клімату колективу за допомогою методики «Соціально-психологічна самооцінка колективу».

Проінтерпретувати одержані результати, надавши загальну характеристику колективу.

Розробити корекційну програму для поліпшення СПК досліджуваного колективу.

1. Дослідження психологічного клімату групи

Мета роботи: 1) з'ясувати індивідуальну та середньогрупову оцінку психологічного клімату групи; 2) виявити передумови наявних міжособистісних відносин у групі; 3) визначити міру зрілості групи та перспективи її розвитку.

Використані матеріали : 1) методика дослідження психологічного клімату групи; 2) ключ до методики; 3) бланки дослідження.

Хід роботи

1. Одержати методику дослідження психологічного клімату за допомогою якої проводиться дослідження та бланк дослідження.

2. Оцінити запропоновані твердження.

3. Розрахувати індивідуальну оцінку психологічного клімату.

4. Одержані показники порівняти з оціночною шкалою.

5. На основі проведеного дослідження оформити письмовий звіт.

Проведення дослідження

1. Оцінити, як виявляються перераховані нижче властивості психологічного клімату у вашій групі (таблиця 1), виставивши ту оцінку, яка, на вашу думку, відповідає істині. Виходячи з того, що оцінка 7 відповідає найбільшому виявленню даної якості у вашій групі, 1 – найменшому.

Таблиця 1

Властивості психологічного клімату групи

Властивості психологічного клімату (А)	Оцінка	Властивості психологічного клімату (В)
1. Переважає бадьорий, життєрадісний настрій	7654321	Переважає пригнічений, песимістичний настрій
2. Доброзичливість у відносинах, взаємні симпатії	7654321	Конфліктність у відносинах, антипатія
3. У відносинах між угрупованнями всередині вашої групи є взаємна повага, розуміння	7654321	Угруповання конфліктують між собою
4. Членам групи подобається разом проводити час, брати участь у спільній діяльності	7654321	Члени групи байдужі до більш тісного спілкування, виявляють негативне ставлення до спільної діяльності

Властивості психологічного клімату (А)	Оцінка	Властивості психологічного клімату (В)
5. Успіхи або невдачі товаришів викликають співпереживання, бажання допомогти усіх членів групи	7654321	Успіхи або невдачі товаришів залишають байдужими інших або викликають заздрість, злорадність
6. У групі з повагою ставляться до думок одного	7654321	Кожний вважає свою думку головною і виявляє нетерпимість до думки товаришів
7. Досягнення і невдачі групи переживаються як власні	7654321	Досягнення і невдачі групи не знаходять емоційного відгуку серед її членів
8. У важкі для групи дні відбувається емоційне єднання, "один за всіх і всі за одного"	7654321	У важкі дні група "розкисає", панують розгубленість, сварки, взаємні звинувачення
9. Почуття гордості за групу, якщо її відзначає керівництво	7654321	До похвал і заохочень групи її члени ставляться з байдужістю
10. Група активна, повна енергії	7654321	Група інертна, пасивна
11. Доброзичливо та зі співучастю ставляться до новачків, допомагають їм освоїтися в колективі	7654321	Новачки почувають себе чужими, до них часто виявляють ворожість
12. У групі справедливе ставлення до всіх членів, підтримують слабких, виступають на їх захист	7654321	Група помітно розділяється на "привілейованих" і "принижених", існує зневажливе ставлення до слабких
13. Спільні справи захоплюють усіх, є велике бажання працювати колективно	7654321	Групу неможливо "підняти" на спільну справу, кожен думає про власні інтереси

2. Проставивши оцінки, обведіть відповідну цифру в кожному з 13 рядків, з'єднайте їх і порахуйте суму з'єднаних цифр.

3. Оцініть одержану суму, виходячи з такої шкали:

91 – 65 – високий рівень;

64 – 53 – середній рівень;

52 – 13 – низький рівень.

4. Розрахуйте середньогрупову оцінку психологічного клімату, додавши суму показників кожного із студентів поділену на їх кількість (визначити середнє арифметичне).

2. Прийняття групового рішення

Однією з головних функцій груп є розв'язання проблеми прийняття рішення. Прийняття єдиного рішення з важливих для групи питань – це складна проблема для будь-якої реальної малої групи. Група не може існувати як ціле, якщо у неї немає загальних підходів і думок з насущних або принципових питань. Крім того, важливим є знайти таке загальне рішення, яке було б найбільш ефективним. Групове рішення – це не результат групового компромісу, а найбільш оптимальне для всієї групи і кожного її члена рішення важливої задачі.

Проблема прийняття групового рішення традиційно розглядається в двох аспектах: феноменологічному і прагматичному. Перший аспект передбачає розгляд таких питань: як здійснюється процес прийняття групового рішення в реальних соціальних групах; що відбувається з індивідуальними точками зору; чим є по суті загальне рішення; яка ефективність групових рішень та ін.

Прагматичний аспект передбачає розгляд різних технологій прийняття групового рішення, стратегій цілеспрямованого управління цими процесами.

Таким чином, групове рішення в багатьох випадках є більш ефективним, ніж індивідуальне.

2.1. Ділова гра "Аварія яхти"

Мета ділової гри: вивчити процес створення й прийняття групового рішення в ході спілкування і групової дискусії.

Час проведення: близько 1 години.

Порядок проведення

1. Ознайомте всіх учасників з умовами гри (Додаток А).

2. Попросіть кожного з них самостійно пронумерувати зазначені предмети з погляду їхньої важливості для виживання (поставте цифру 1 біля найважливішого для вас предмета, цифру 2 – біля другого за значенням і т. д., цифра 15 буде відповідати найменш корисному предмету).

На цьому етапі вправи дискусії між учасниками заборонені. Відзначте середній індивідуальний час виконання завдання.

3. Розбийте групу на підгрупи приблизно по 6 осіб. Один студент з кожної підгрупи буде експертом. Запропонуйте кожній підгрупі скласти загальне для групи ранжирування предметів за ступенем їхньої важливості (так само, як вони це робили поодиночки).

На цьому етапі допускається дискусія з приводу прийняття групового рішення.

Відзначте середній час виконання завдання для кожної підгрупи.

4. Оцініть результати дискусії в кожній підгрупі. Для цього:

а) вислухайте думки експертів про хід дискусії і про те, як приймалося групове рішення, наводилися різні версії, використовувалися вагомі доводи, аргументи і т. д.;

б) зачитайте “правильний” список відповідей (Додаток Б). Запропонуйте порівняти “правильну” відповідь, власний результат і результат групи: для кожного предмета списку треба обчислити різницю між номером, що присвоїв йому індивідуально кожен студент, далі – між групою і номером, присвоєним цьому предметові експертами. Складіть абсолютні значення цих різниць для всіх предметів. Якщо сума більше 30, то учасник або підгрупа “потонули”;

в) порівняйте результати групового й індивідуального рішення. Чи є результат групового рішення більш правильним у порівнянні з рішеннями окремих людей?

Коментар до проведення гри

- Ця вправа дає можливість кількісно оцінити ефективність групового рішення.
- У групі виникає більша кількість варіантів рішення і кращої якості, ніж у працюючих поодиночці.
- Рішення проблем в умовах групи звичайно займає більше часу, ніж рішення тих же проблем окремим індивідом.
- Рішення, прийняті в результаті групового обговорення, виявляються більш ризикованими, ніж індивідуальні рішення.

- Індивід, який має особливі уміння (здатності, знання, інформація), пов'язані з груповою задачею, звичайно більш активний у групі, вносить більший вклад у прийняття групових рішень.

Додаток А

Ділова гра “Аварія яхти”

Уявіть собі, ви дрейфуйте на яхті в південній частині Тихого океану. У результаті пожежі більша частина яхти та її вантажу знищена. Яхта повільно тоне. Ваше місцезнаходження невизначене через поломку основних навігаційних приладів, але приблизно ви знаходитесь на відстані тисячі кілометрів від найближчої землі. Рятувальники ведуть пошук.

Далі дається список 15 предметів, що залишилися цілими і неушкодженими після пожежі. На додаток до цих предметів ви маєте міцний надувний пліт з веслами, досить великий, щоб витримати вас, екіпаж і всі перераховані нижче предмети. Майно людей, що залишилися в живих, це: пачка цигарок, кілька коробок сірників і п'ять однодоларових банкнот.

1. Секстант.
2. Дзеркало для гоління.
3. Каністра з 25 літрами води.
4. Протимоскітна сітка.
5. Коробка консервів.
6. Карти Тихого океану.
7. Надувна подушка, що плаває.
8. Каністра з 10 літрами нафтогазової суміші.
9. Маленький транзисторний радіоприймач.
10. Свисток, що відлякує акул.
11. Два квадратних метри непрозорої плівки.
12. Один літр рому міцністю 80°.
13. 450 метрів нейлонового каната.
14. Дві коробки шоколаду.
15. Рибальське спорядження.

Практичне заняття: Керівництво та лідерство (2 год.)

Мета: формування знань про психологічні характеристики лідерства та керівництва як персоніфікованих форм управління малою групою; оволодіння методами та прийомами діагностики психологічних особливостей лідерства і керівництва.

І. Питання для підготовки:

1. Взаємовідносини керівника і підлеглого.
2. Стили керівництва та здібності керівника.
3. Психологічні основи такту.
4. Лідер та його функції.
5. Самоосвіта керівника.
6. Психічні стани керівника.

Література: [1-18].

Основні поняття: керівництво, лідерство. адміністративне керівництво, вплив, влада, інструменти впливу на підлеглих, формальний та особистий авторитет, форми влади, характеристики і якості керівників, стилі керівництва, автократи, демократи, ліберали, теорії та моделі керівництва.

Питання для обговорення і рефлексії:

1. Що таке керівництво?
2. Чим відрізняється вплив від влади?
3. Які форми влади Ви знаєте? Дайте їх коротку характеристику.
4. Які визначальні якості та характеристики керівника?

5. У чому різниця між керівництвом та лідерством?
6. Якими є типові стилі керівництва?
7. Чому серед лідерів так мало жінок?
8. З якими проблемами зіштовхуються сучасні жінки на шляху до лідерства? Як можна подолати ці труднощі?
9. Наскільки збільшилася кількість жінок-лідерів у світі на сучасному етапі? Чому, на вашу думку, це відбувається?
10. Виділіть основні особливості жіночого лідерства.

II. Психологічні задачі:

1. Яким має бути лідер майбутнього? Які лідер повинен використовувати рефлексивні процеси при делегуванні.
2. Дайте визначення поняттям «делегування» та «контроль». Наведіть власний приклад у житті та у професійній діяльності.

3. Стратегія лідерства Олександра Македонського.

Коли місцеві провідники заблукали, то в багатьох зникла остання надія вижити. Одні, охоплені апатією, напівмертві, упавши на дорозі, просто не могли піднятися. Інші, довідавшись про те, що заблукали, починали тремтіти всім тілом, а м'язи їхніх рук і ніг судорожно стискувалися, після чого наставала смерть. Треті, всупереч строгому наказові, залишали свої підрозділи, валилися з ніг і втрачали підтримку товаришів. Наодинці в них не було шансів вижити.

Але найбільше їх мучила спрага. Бажання напиться води було таким великим, що межувало з божевільям, і табір доводилося розбивати на відстані не менш двох з половиною кілометрів від джерела. Люди вели себе необережно, кидалися до води в обмундируванні, зі зброєю, найчастіше тонули, а потім з роздутими животами спливали на поверхню і заражали дорогоцінну вологу.

У цій, майже безнадійній ситуації Олександр виявив такі особливості лідера, що зробили його знаменитим: здатність особисто бути прикладом і сценічний талант, точніше сказати, те, що дозволяє простим жестом створити міф величезної мотивуючої сили.

Як природжений вождь Олександр розумів, що для воїнів вирішальним є не тільки те, що робить командир, але більше те, як він це робить! Героїчне діяння – одна справа, але драматичний жест героя – інше, ще більш важливе. Саме про це свідчить такий приклад.

Коли військо ледве рухалося під пекучим сонцем (не завжди можна було пересуватися вночі), раптом з'явився солдат з повним шоломом свіжої води для Олександра. Незрівнянна цінність у цій жорстокій пустелі! І величним жестом примирення (після заколоту!) цей простий солдат простягнув шолом своєму цареві. Що робить Олександр?

Він чекав, щоб навколишні звернули увагу на те, що відбувається, і вони з цікавістю оточили його, збираючи все більше глядачів. Тільки тоді, коли всі змогли ясно побачити, що він зробіть, прийняв шолом і повільно вилив воду на землю на очах розгублених глядачів. При цьому вимовив: “Для одного занадто багато, для всіх – мало!”

Легко уявити собі, як швидко чутки про цей випадок рознесли по всьому табору. Олександр добровільно відмовився від води. Він страждав точнісінько так само, як всі! Він взяв на себе таке саме навантаження! І цілком можна зрозуміти, що ця думка хоча б на якийсь час повернула зневіреним людям мужність і стійкість.

Звичайно, цей епізод в жодному разі не міг бути імпровізацією, це була свідомо інсценівка з метою зміцнити дух війська. Адже марно цей добродійний вчинок став легендарним і, зрештою, міфом. А хіба можна досягти цього без “випадкової” юрби, що зібралася на місці події, без глядачів і без послужливого літописця?

Олександр свідомо інсценував цей жест доброї волі, оскільки хотів продемонструвати кожному членові своєї команди, що ні від кого не вимагає більше того, що готовий перенести сам. Він зробив це привселюдно, тому що знав: зразкова поведінка, що виражає уявлення про цінності і спрямована на мотивацію, повинна бути очевидною.

Завдання

1. Визначте моделі лідерства, які використовував Олександр Македонський.
2. До якого типу лідерів ви відносите Олександра Македонського?
3. Які лідерські якості Олександра Македонського зображені в ситуаційній вправі?
4. Чи можна методи Олександра Македонського використовувати сучасним лідерам?

III. Практичні завдання:

Творчі завдання та проблемні ситуації для самостійної роботи:

Завдання 1. Особистість лідера.

Подумайте, якими рисами має володіти справжній лідер (наведіть хоча б 10 рис), запишіть їх в стовбець шаблону «риси лідера».

Згадайте людину, яка на Вашу думку є справжнім втіленням лідера. У другому стовбці шаблону оцініть за 10-бальною шкалою на скільки у цієї людини розвинені кожна зі, згаданих Вами, рис.

У третьому стовбці оцініть розвиненість цих рис особисто у Вас.

Риси, що необхідні справжньому лідеру	Оцінка якостей лідера (за 10-бальною шкалою)	Оцінка власних якостей (за 10-бальною шкалою)

Сформулюйте висновок, відповідаючи на такі запитання:

Яким має бути справжній лідер?

Навіщо бути лідером?

Які якості особистості та риси необхідно розвинути Вам особисто для того, щоб стати лідером?

Висновок

Завдання 2. Досвід послідовника.

Порівняйте етичного та неетичного лідера. У чому їх переваги та недоліки?

<i>Елементи аналізу</i>	<i>Етичний лідер</i>	<i>Неетичний лідер</i>
Особливості самопрезентації		
Ставлення до послідовників		
Ставлення до критики		
Особливості спілкування		
Цінності		
Успішність		

Висновок**Тестовий контроль знань:****1. Керівництво – це:**

- а) ефектне використання усіх керівних функцій;
- б) ефектне використання усіх управлінських функцій;
- в) можливість чинити вплив на багатьох осіб, з метою отримання доходу;
- г) можливість чинити вплив на окремих осіб або групи, направляючи їх зусилля на досягнення цілей організації;
- д) правильної відповіді немає.

2. Вплив – це:

- а) поведінка особи;
- б) стиль керівника;
- в) така поведінка однієї особи, що змінює поведінку іншої особи;
- г) ступінь залежності підлеглого від керівника;
- д) правильної відповіді немає.

3. Залежність підлеглого від керівника полягає у (4 відповіді):

- а) підвищенні продуктивності праці;
- б) підвищенні зарплати;
- в) русі по службі;
- г) необхідній об'єктивній інформації для прийняття рішення;
- д) розміщенні повноважень;
- е) здатності підлеглих виконувати завдання;
- є) моральному заохоченні;
- ж) зниженні з/пл;
- з) задоволенні соціальних потреб.

4. Стиль керівництва – це:

- а) незвична манера поведінки керівника стосовно підлеглих;
- б) незвична манера поведінки підлеглих відносно керівника;
- в) манера поведінки керівника з підлеглими;
- г) звична манера поведінки керівника стосовно підлеглих, направлена на вплив на них, для досягнення цілей організації;
- д) правильної відповіді немає.

5. Види стилю керівництва:

- а) комуністичний;
- б) демократичний;
- в) лояльний;
- г) тоталітарний;
- д) соціальний;
- е) жорсткий;
- є) ліберальний;
- ж) еталонний;
- з) автократичний.

6. Керівник, який має достатній обсяг влади, щоб нав'язати свою волю підлеглим, – це:

- а) автократ;
- б) демократ;
- в) комуніст;
- г) ліберал;
- д) соціал-демократ;
- є) соціал-ліберал;
- є) деспот;
- ж) правильної відповіді немає.

7. Керівник, який надає своїм підлеглим майже повну волю у виборі завдань та контролю за своєю роботою, – це:

- а) автократ;

- б) демократ;
- в) менеджер;
- г) ліберал;
- д) соціал-демократ;
- е) соціал-ліберал;
- є) деспот;
- ж) бізнесмен;
- з) депутат;
- и) комуніст;
- і) підприємець;
- ї) правильної відповіді немає.

8. Позитивні риси при автократизмі:

- а) відданість роботі;
- б) оперативно виконує завдання;
- в) надмірна централізація влади;
- г) особисте вирішення дрібних питань;
- д) справедлива оцінка зусиль;
- е) формальне проведення нарад.

9. Позитивні риси демократичного керівника:

- а) справедлива оцінка зусиль підлеглих;
- б) оперативно виконує завдання;
- в) формальне проведення нарад;
- г) централізація влади;
- д) повага до підлеглих; турбота про них;
- е) відсутність ініціативи;
- є) сприймання конфліктів як позитивного явища;
- ж) часте застосування адміністративних стягнень;
- з) свідоме обмеження контактів з підлеглими;
- и) легко роздає нереальні обіцянки;
- і) легкість впливу оточуючих;
- ї) максимальне обґрунтування рішень, які приймаються;
- й) нетерпимість до заперечень і думок підлеглих;
- к) примушення працювати підлеглих у позаурочний час.

10. Влада в системі керівництва - це:

- а) залежність однієї людини від іншої;
- б) можливість впливати на поведінку інших;
- в) зміна діяльності підлеглого під тиском керівника.

11. Який із перелічених чинників найсуттєвіше впливає на ефективність взаємодії керівника з підлеглим у системі формального управління?

- а) рівень інтелекту керівника
- б) харизматичність керівника
- в) суб'єктивне ставлення керівника до підлеглих
- г) рівень організаційної культури та сформованість комунікативної компетентності
- д) жорсткість дисциплінарного контролю

12. Який стиль керівництва асоціюється з активним залученням підлеглих до ухвалення рішень, делегуванням повноважень та формуванням клімату довіри?

- а) автократичний
- б) директивний
- в) трансакційний
- г) демократичний
- д) авторитарно-популістичний

13. До функцій лідера у групі відносять всі перелічені, КРИМ:

- а) ініціація колективних дій
- б) підтримання соціально-психологічної рівноваги в групі
- в) нормативне забезпечення групових процесів
- г) реалізація адміністративно-каральної функції
- д) формування спільної мети і ціннісних орієнтацій

14. Що з наведеного є обов'язковою умовою реалізації керівником психологічного такту у професійному середовищі?

- а) постійна дистанція у взаємодії з підлеглими
- б) орієнтація на пряму вигоду для організації
- в) здатність враховувати індивідуально-психологічні особливості співрозмовника

- г) здатність нав'язувати особисту думку підлеглим
- д) вміння застосовувати адміністративний тиск у критичні моменти

15. Який із перелічених психічних станів найчастіше негативно позначається на об'єктивності прийняття рішень керівником?

- а) короткочасне збудження
- б) емоційне піднесення
- в) фрустраційна напруга
- г) адаптивне напруження
- д) монотонія рутинної діяльності

САМОСТІЙНА РОБОТА

Самостійна робота здобувача освіти є одним із способів активного, цілеспрямованого набуття нових для нього знань та умінь; є основою його підготовки як фахівця, забезпечує набуття прийомів пізнавальної діяльності, інтерес до творчої роботи, вирішення наукових та практичних завдань.

Самостійна робота є формою індивідуальної позааудиторної роботи здобувача освіти, метою якого є самостійне засвоєння частини програмного матеріалу, систематизація, поглиблення, узагальнення, закріплення та практичне застосування знань, розвиток навичок самостійної роботи.

Самостійну роботу здобувач освіти може виконувати у бібліотеці, лабораторіях, комп'ютерних класах тощо. Виконання здобувачем освіти самостійної роботи передбачає, за необхідності, отримання консультацій та/або допомоги відповідного фахівця. Навчальний матеріал для самостійної роботи виноситься на поточний і підсумковий контроль разом з навчальним матеріалом, який опрацьовувався під час проведення аудиторних занять.

Основні види самостійної роботи здобувача освіти: опрацювання навчального матеріалу, пошук інформації в бібліотеках, мережі Інтернет, використання баз даних інформаційно-пошукових та довідникових систем; підготовка до аудиторних занять, опрацювання інструкцій і методичних рекомендацій; підготовка доповідей, рефератів; виконання індивідуальних завдань; самооцінювання знань і умінь; наукова робота (написання наукової публікації, тез доповідей, есе тощо) тощо.

Питання та завдання самостійної роботи формуються на початку викладання навчальної дисципліни залежно від мети наукових досліджень здобувача освіти та його індивідуального навчального плану.

Система оцінювання знань здобувача освіти з виконання самостійної роботи здійснюється шляхом проведення кредитно-модульних контрольних заходів, які включають:

Форма контролю	Форма представлення	Об'єкти контролю	Результат
Оцінювання результатів виконання самостійної роботи	письмова та/або електронній формі відповідно до рекомендованих вказівок та запропонованого варіанту	Пізнавальна діяльність, їх творчість, аналітичність, критичність і самостійність; формування навичок первинної обробки інформації, роботи із документами; уміння узагальнювати та інтегрувати отриману інформацію; робота із першоджерелами; рівень оволодіння навичками самостійної роботи тощо	Оцінка за 100-бальною шкалою згідно з критеріями виконання теоретичного або практичного завдання

Комплексне практичне індивідуальне завдання

Комплексне практичне індивідуальне завдання з дисципліни "Загальна психологія" виконується упродовж семестру. Виконання його є обов'язковою умовою успішного вивчення курсу та отримання позитивної оцінки.

Метою виконання індивідуального завдання є застосування теоретичних знань дисципліни для розв'язання задач і вправ, розвиток навичок самостійної роботи, систематизація знань, поглиблене вивчення окремих питань. Індивідуальне завдання захищається під час семестру у години, виділені для індивідуальної роботи. При виконанні та оформленні індивідуального завдання студент може використовувати рекомендовану літературу, методичні вказівки, інтернет-ресурси. КППЗ оцінюється за 100-бальною шкалою. Виконання КППЗ є одним із обов'язкових складових модулів залікового кредиту.

Завдання КППЗ з дисципліни «Загальна психологія»:

1. На основі аналізу науково-методичної літератури, педагогічної преси підготувати реферати (наукові тези) за нижче вказаною тематикою:

Обсяг реферату – 8-10 сторінок тексту комп'ютерного набору. Робота має складатись з таких основних частин: титульна сторінка (на ній вказати кафедру, тему, прізвище студента, ім'я, рік); зміст, висновки, список використаних джерел (не менше 15 найменувань). До науково-дослідницького завдання підготувати презентацію

Пропонована тематика творчих проєктів:

1. Біологічна, суспільна і духовна природа людини.
2. Інтереси, ідеали, переконання, світогляд особистості
3. Основні підходи до вивчення особистості.
4. Предметний характер діяльності.
5. Поняття самосвідомості, її функції.
6. Сенситивні періоди життя.
7. Цілі та рівні домагань особистості.
8. Поняття про гру, її види.
9. Основні форми спрямованості особистості.
10. Поняття навчання, учіння, наuczіння.
11. Періодизація психічного розвитку.
12. Специфіка професійної діяльності.
13. Спілкування як феномен психології.
14. Спілкування як обмін інформацією.
15. Спілкування як сприйняття.
16. Культура спілкування.
17. Засоби спілкування.
18. Взаємодія у процесі спілкування.
19. Сторони і моделі спілкування.
20. Комунікативність і комунікабельність.
21. Перцептивна та інтерактивна сторони спілкування.
22. Вербальне і невербальне спілкування.
23. Мова тіла, жестів та міміки.
24. Мистецтво слухання та взаєморозуміння.
25. Техніки і прийоми спілкування.
26. Довіра та псевдодовіра у спілкуванні.
27. Особливості спілкування з дітьми різних вікових груп.
28. Порушення, бар'єри та труднощі спілкування.
29. Ділове спілкування.
30. Психологічні аспекти переговорного процесу.
31. Методи розвитку комунікативних здібностей психолога.
32. Професійне спілкування фахівців психології.
33. Конфлікти та стреси у професійному спілкуванні.
34. Шляхи вирішення конфліктів.
35. Труднощі міжособистісного спілкування.
36. Етика та культура спілкування фахівців.
37. Психологічні ознаки малих груп та організацій.
38. Стихійні групи та їх психологічні особливості.
39. Психологічний клімат колективу.

Тема може бути запропонована власна (в рамках навчального курсу «Загальна психологія»).

РЕКОМЕНДОВАНА ЛІТЕРАТУРА

1. Бевз Г.М., Каніболоцька М. С. Психологічні ресурси взаємодії школи, сім'ї, громади : практичний посібник / за ред. Г. М. Бевз, М. С. Каніболоцької ; Національна академія педагогічних наук України, Інститут соціальної та політичної психології. Кропивницький : Імекс-ЛТД, 2022. 106 с.
2. Волошенко М.О., Азаркіна О.В. Психологія професійного спілкування:навчальний підручник. Вид-во: Гельветика. 2021. 280 с.
3. Даценко О. А. Загальна психологія в поняттях та схемах : навч.-метод. посіб. Кривий Ріг : КДПУ, 2021. 136 с.
4. Новарро Дж. Словник мови тіла. Секрети невербальної комунікації.Х.: Віват, 2021. 192 с.
5. Ільїна Н.М. Загальна психологія в екзаменаційних питаннях і відповідях. Київ : Університетська книга, 2023. 239 с.
6. Ільїна Н.М., Мисник С.О. Загальна психологія: теорія та практика. Київ : Університетська книга, 2024. 352 с.
7. Кацавець Р.С. Психологія особистості: навчальний посібник. К.: Алерта. 2021. 134 с.
8. Кісіль З.Р., Швець Д.В. Мотивація діяльності людини: Навчальний посібник у схемах, таблицях, коментарях / З.Р. Кісіль, Д.В. Швець. – Одеса: Видавництво ОДУВС, 2023. – 154 с.
9. Комарек С. Тіло, душа та їхнє спасіння або Нариси про здоров'я, нездоров'я і психосоматику. Львів : Априорі, 2021. 232 с.
10. Максименко С. Д. Загальна психологія : підручник. 4-те вид., переробл. і доп. Т. 1 / за заг. ред. С. Д. Максименка. Київ : Людмила, 2025. 568 с.
11. Мітіна С.В. Психологія особистості. . Київ : Ліра К, 2020. 274 с.

12. Москалець В. П. Загальна психологія: підручник. Київ. Ліра–К., 2020. 564 с.
13. Новікова Ж.М. Загальна психологія (психічні процеси): навчальний посібник. Львів: Видавництво Львівської політехніки, 2023. 296 с.
14. Приходько Ю.О., Юрченко В.І. Психологічний словник- довідник: Навч. посіб., 4-те вид., випр. і доп. Київ.: Каравела, 2020. 418 с.
15. Руденко Л. А. Основи психології та педагогіки : навч. посібник. Львів : ЛДУ БЖД, 2020. 146 с.
16. Савчин М. Загальна психологія. Підручник (4-те вид.) К. : АКАДЕМІЯ. 2024. 344с.
17. Frolov M., Petruk V., Shkarlatiuk K., Berezna I., Terpeliuk V. Socio-Mental Health Support of Military and Civilians During War Time: Psychosocial Factors. American Journal of Psychiatric Rehabilitation.28(1).2025. P.476-484/
18. Чорна Л.Г. Горностаї П.П. Психологія міжгрупової взаємодії у вимірах війни і миру : навчальний посібник / за наук. ред. Л. Г. Чорної ; Національна академія педагогічних наук України, Інститут соціальної та політичної психології. Кропивницький: Імекс ЛТД, 2023. 146 с.

З-14

Загальна психологія (частина 2) : методичні вказівки до практичних занять та самостійної роботи для здобувачів першого (бакалаврського) рівня вищої освіти освітньої програми «Психологія» галузі знань 05 Соціальні, поведінкові науки спеціальності 053 «Психологія» денної та заочної форм навчання / уклад. Н.А. Савчук, І.П. Березна. Луцьк : відділ іміджу та промоцій ЛНТУ, 2025. 45 с.

Комп'ютерний набір та верстка
Редактор

Ірина Березна
Надія Савчук

Підписано до друку _____ 202_ р. Формат 60x84/16. Папір офс.
Гарн. Times New Roman. Ум. друк. арк. 3,25.
Тираж 50 прим.

Інформаційно-видавничий відділ
Луцького національного технічного університету
43018, м. Луцьк, вул. Львівська, 75
ЛНТУ