



---

# ПСИХОЛОГІЯ

ЗАГАЛЬНА ПСИХОЛОГІЯ

---

ТОМ I

Ніжинський державний університет  
імені Миколи Гоголя

# Психологія

**Загальна психологія**

**Том I**

Ніжин – 2025

УДК 159.9(075.8)

П 86

**Автори:**

Бойправ М.Д. – Т.І: частина 1, розділи 1, 2; частина 3, розділ 2;

Гришко В.В. – Т.І: частина 1, розділ 3; частина 2, розділ 2;

Горяньська А.М. – Т.І: частина 3, розділ 2;

Король В.С. – Т.І: частина 1, розділи 1, 2;

Нещерет О.І. – Т.І: частина 3, розділ 2;

Пісоцький О.П. – Т.І: передмова; частина 1, розділ 3; частина 2, розділ 2.;

Пісоцький В.П. – Т.І: частина 2, розділ 1; частина 3, розділ 1;

Щотка О.П. – Т.І: частина 2, розділи 3, 4; частина 3, розділи 3.

**Рецензенти:**

Кошова І. В. – кандидат психологічних наук;

Литовченко Н. Ф. – кандидат психологічних наук

Щ 71 Психологія. Загальна психологія: навчальний посібник / уклад. : М. Д. Бойправ, А. М. Горяньська, В. В. Гришко, В. С. Король, О. П. Пісоцький, В. П. Пісоцький, О. П. Щотка; за заг. ред. О. П. Щотки, В. С. Короля. Ніжин: НДУ ім. М. Гоголя, Т. І. 2025. 359 с.  
ISBN 978-617-527-353-1

Запропонований посібник укладений відповідно до чинної програми з курсу «Психологія» і містить навчально-методичні матеріали, які допоможуть студентам засвоїти базові поняття психологічної науки та оптимізують їх підготовку до практичних та лабораторних занять. Матеріали посібника допоможуть викладачам в організації самостійної та індивідуальної роботи студентів.

Посібник адресований студентам, викладачам, учителям і психологам-практикам, а також широкому колу спеціалістів, які цікавляться проблемами психології.

УДК 159.9(075.8)

ISBN 978-617-527-353-1

© М. Д. Бойправ, А. М. Горяньська, В. В. Гришко,  
В. С. Король, О. П. Пісоцький, В. П. Пісоцький,  
О. П. Щотка, укладання, 2025

© НДУ ім. М. Гоголя? 2025

## ЗМІСТ

<b>Передмова</b> .....	10
------------------------	----

## ТОМ I

## ЧАСТИНА 1. ВСТУП ДО ПСИХОЛОГІЇ

<b>Розділ 1. Предмет психології як науки</b> .....	<b>12</b>
<b>МАТЕРІАЛИ ДЛЯ ПІДГОТОВКИ ДО ЗАНЯТТЯ</b> .....	<b>12</b>
Стислий зміст теми .....	12
Завдання для самостійної роботи з теоретичним матеріалом .....	22
Теми рефератів .....	23
Психологічні задачі .....	23
Практичні завдання для самостійного виконання .....	25
Питання для самоперевірки .....	25
<b>МАТЕРІАЛИ ДЛЯ РОБОТИ НА ЗАНЯТТІ</b> .....	<b>26</b>
Оперативний контроль знань .....	26
Форми роботи на занятті.....	30
<i>Термінологічний диктант</i> .....	30
<i>Семінар «Предмет психології як науки»</i> .....	30
<i>Групова дискусія «Предмет психології як науки»</i> .....	31
Література .....	31
Основна література.....	31
Додаткова література .....	31
<b>Розділ 2. Розвиток психіки і свідомості</b> .....	<b>33</b>
<b>МАТЕРІАЛИ ДЛЯ ПІДГОТОВКИ ДО ЗАНЯТТЯ</b> .....	<b>33</b>
Стислий зміст теми .....	33
Завдання для самостійної роботи з теоретичним матеріалом .....	38
Теми рефератів .....	39
Психологічні задачі .....	39
Практичні завдання для самостійного виконання .....	40
Питання для самоперевірки .....	40
<b>МАТЕРІАЛИ ДЛЯ РОБОТИ НА ЗАНЯТТІ</b> .....	<b>41</b>
Оперативний контроль знань .....	41
Форми роботи на занятті.....	43
<i>Семінар «Розвиток психіки і свідомості»</i> .....	43
<i>Наукова конференція «Психологія свідомості: теорія і практика наукових досліджень»</i> .....	43
<i>Колоквіум «Розвиток психіки у процесі біологічної еволюції та в історії людського суспільства»</i> .....	44
Література.....	44
Основна література .....	44
Додаткова література .....	45

<b>Розділ 3. Методи психології .....</b>	<b>46</b>
<b>МАТЕРІАЛИ ДЛЯ ПІДГОТОВКИ ДО ЗАНЯТТЯ .....</b>	<b>46</b>
Стислий зміст теми .....	46
Завдання для самостійної роботи з теоретичним матеріалом .....	56
Теми рефератів .....	57
Психологічні задачі.....	57
Практичні завдання для самостійного виконання .....	59
Питання для самоперевірки .....	60
<b>МАТЕРІАЛИ ДЛЯ РОБОТИ НА ЗАНЯТТІ .....</b>	<b>60</b>
Оперативний контроль знань .....	60
Форми роботи на занятті .....	63
<i>Семінар «Методи психологічної науки».....</i>	<i>63</i>
<i>Наукова конференція «Психологічна реальність та методи її вивчення».....</i>	<i>63</i>
Лабораторний практикум .....	64
<i>Практичне завдання 1. Дослідження особливостей нервової Системи методом стандартизованого опитування.....</i>	<i>64</i>
<i>Практичне завдання 2. Дослідження ставлення до навчання методом анкетування .....</i>	<i>71</i>
<i>Практичне завдання 3. Дослідження втомлюваності та працездатності експериментальним методом .....</i>	<i>73</i>
<i>Практичне заняття 4. Використання кореляційного аналізу для обробки результатів .....</i>	<i>75</i>
Література .....	76
Основна література.....	76
Додаткова література .....	76

## **ЧАСТИНА 2. ОСОБИСТІСТЬ У ДІЯЛЬНОСТІ ТА СПІЛКУВАННІ**

<b>Розділ 1. Особистість .....</b>	<b>78</b>
<b>МАТЕРІАЛИ ДЛЯ ПІДГОТОВКИ ДО ЗАНЯТТЯ .....</b>	<b>78</b>
Стислий зміст теми .....	79
Завдання для самостійної роботи з теоретичним матеріалом .....	109
Теми рефератів.....	111
Психологічні задачі .....	112
Практичні завдання для самостійного виконання .....	114
Питання для самоперевірки .....	115
<b>МАТЕРІАЛИ ДЛЯ РОБОТИ НА ЗАНЯТТІ .....</b>	<b>116</b>
Оперативний контроль знань .....	119
Форми роботи на занятті.....	123
<i>Семінар 1 «Проблема особистості в загальній психології» ....</i>	<i>123</i>
<i>Семінар 2. «Психічний склад особистості» .....</i>	<i>123</i>

<i>Групова дискусія. «Проблема співвідношення біологічного і соціального в психічному складі особистості»</i> .....	124
Колоквіум. «Сучасні теорії особистості: класифікація, стан, перспективи розвитку» .....	125
Лабораторний практикум .....	125
<i>Практичне завдання 1. Вивчення самооцінки за допомогою тесту-опитувальника «Шкала самооцінки»</i> .....	125
<i>Практичне завдання 2. Вивчення ціннісних орієнтацій</i> .....	127
<i>Практичне завдання 3. Визначення типології особистості за К.Г. Юнгом</i> .....	130
<i>Практичне завдання 4. Дослідження мотивації уникнення невдач</i> .....	134
<i>Практичне завдання 5. Типологія особистості та привабливе професійне середовище (за Д.Голландом)</i> .....	136
Література.....	139
Основна література.....	139
Додаткова література .....	139
<b>Розділ 2. Діяльність</b> .....	<b>141</b>
<b>МАТЕРІАЛИ ДЛЯ ПІДГОТОВКИ ДО ЗАНЯТТЯ</b> .....	<b>141</b>
Стислий зміст теми .....	141
Завдання для самостійної роботи з теоретичним матеріалом .....	147
Теми рефератів.....	147
Психологічні задачі.....	147
Практичні завдання для самостійного виконання .....	149
Питання для самоперевірки .....	150
<b>МАТЕРІАЛИ ДЛЯ РОБОТИ НА ЗАНЯТТІ</b> .....	<b>150</b>
Оперативний контроль знань .....	150
Форми роботи на занятті .....	153
<i>Семінар «Психологія поведінки та діяльності»</i> .....	153
<i>Наукова конференція «Форми та види діяльності особистості»</i> .....	154
<i>Групова дискусія «Активність особистості в процесі засвоєння діяльності»</i> .....	154
Лабораторний практикум .....	154
<i>Практичне завдання 1. Дослідження виразності інтелектуальної поведінки</i> .....	154
<i>Практичне завдання 2. Дослідження особливостей формування розумових навичок</i> .....	156
<i>Практичне завдання 3. Дослідження особливостей поведінки особистості</i> .....	157
Література.....	164
Основна література .....	164
Додаткова література .....	164

<b>Розділ 3. Міжособистісне спілкування</b>	
<b>МАТЕРІАЛИ ДЛЯ ПІДГОТОВКИ ДО ЗАНЯТТЯ</b> .....	165
Стислий зміст теми .....	165
Завдання для самостійної роботи з теоретичним матеріалом .....	169
Теми рефератів .....	169
Психологічні задачі .....	170
Практичні завдання для самостійного виконання .....	173
Питання для самоперевірки .....	174
<b>МАТЕРІАЛИ ДЛЯ РОБОТИ НА ЗАНЯТТІ</b> .....	174
Тестовий контроль .....	174
Форми роботи на занятті .....	176
<i>Термінологічний диктант</i> .....	176
<i>Семінар «Зміст та структура спілкування»</i> .....	176
<i>Групова дискусія «Негативні та позитивні функції     стереотипізації у спілкуванні»</i> .....	177
<i>Соціально-психологічний тренінг «Які чинники допомагають     і які заважають розуміти співрозмовника»</i> .....	177
Лабораторний практикум .....	178
<i>Практичне завдання 1. Вивчення рівня потреби у     спілкуванні</i> .....	178
<i>Практичне завдання 2. Оцінка комунікабельності     майбутнього вчителя</i> .....	180
<i>Практичне завдання 3. Діагностика та розвиток навичок     слухання співрозмовника</i> .....	182
<i>Практичне завдання 4. Оцінка та розвиток здатності до     емпатії</i> .....	184
<i>Практичне завдання 5. Діагностика та розвиток навичок     переконуючого впливу</i> .....	190
Література .....	192
Основна література .....	192
Додаткова література .....	192
<b>Розділ 4. Особистість у групі</b>	
<b>МАТЕРІАЛИ ДЛЯ ПІДГОТОВКИ ДО ЗАНЯТТЯ</b> .....	193
Стислий зміст теми .....	193
Завдання для самостійної роботи з теоретичним матеріалом .....	196
Теми рефератів .....	196
Психологічні задачі .....	197
Практичні завдання для самостійного виконання .....	198
Питання для самоперевірки .....	199
<b>МАТЕРІАЛИ ДЛЯ РОБОТИ НА ЗАНЯТТІ</b> .....	199
Оперативний контроль знань .....	199

Форми роботи на занятті.....	201
Семинар «Феномен малої групи з точки зору психології».....	201
Ділова гра «Механізми стабілізації групи».....	202
Групова дискусія «Хто може стати лідером?».....	202
Ділова гра «Психологічні механізми зміни статусу учня в класі».....	202
Лабораторний практикум.....	203
<i>Практичне завдання 1. Вивчення міжособистісних     стосунків у малій групі методом соціометрії.....</i>	203
<i>Практичне завдання 2. Діагностика основних     тенденцій у групі за допомогою методики     Q-сортування».....</i>	210
<i>Практичне завдання 3. Вивчення зовнішньогрупової     референтності.....</i>	212
<i>Практичне завдання 4. Вивчення схильності     до лідерства.....</i>	214
<i>Практичне завдання 5. Діагностика індивідуальних     стратегій поведінки у конфліктних ситуаціях.....</i>	219
Література.....	223
Основна література.....	223
Додаткова література.....	224

### **ЧАСТИНА 3. ІНДИВІДУАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНІ ВЛАСТИВОСТІ ОСОБИСТОСТІ**

<b>Розділ 1. Темперамент.....</b>	<b>225</b>
<b>МАТЕРІАЛИ ДЛЯ ПІДГОТОВКИ ДО ЗАНЯТТЯ.....</b>	<b>226</b>
Стислий зміст теми.....	
Завдання для самостійної роботи з теоретичним матеріалом.....	235
Теми рефератів.....	236
Психологічні задачі.....	237
Практичні завдання для самостійного виконання.....	238
Питання для самоперевірки.....	241
<b>МАТЕРІАЛИ ДЛЯ РОБОТИ НА ЗАНЯТТІ.....</b>	<b>241</b>
Оперативний контроль знань.....	241
Форми роботи на занятті.....	244
<i>Семинар «Темперамент».....</i>	<i>244</i>
<i>Науково-практична конференція «Можливості зміни і         розвитку темпераменту».....</i>	<i>244</i>
<i>Круглий стіл «Вплив темпераменту на формування         характеру та особистості».....</i>	<i>245</i>
Лабораторний практикум.....	245

<i>Практичне завдання 1. Визначення структури темпераменту</i> .....	245
<i>Практичне завдання 2. Вивчення властивостей нервової системи й типу темпераменту</i> .....	249
<i>Практичне завдання 3. Визначення властивостей нервової системи за методикою «Теппінг-тест»</i> .....	254
<i>Практичне завдання 4. Визначення типу темпераменту за методикою ЕРІ (Г.Айзенк)</i> .....	260
<i>Практичне завдання 5. ТЕСТ «Паспорт темпераменту»</i> .....	264
Література .....	266

## **Розділ 2. Характер**

МАТЕРІАЛИ ДЛЯ ПІДГОТОВКИ ДО ЗАНЯТТЯ .....	267
Стислий зміст теми .....	268
Завдання для самостійної роботи з теоретичним матеріалом ..	278
Теми рефератів .....	278
Психологічні задачі .....	278
Практичні завдання для самостійного виконання .....	279
Питання для самоперевірки .....	279
МАТЕРІАЛИ ДЛЯ РОБОТИ НА ЗАНЯТТІ .....	280
Оперативний контроль знань .....	280
Форми роботи на занятті .....	282
<i>Семінар – дослідження «Характер – внутрішній фатум особистості?»</i> .....	282
<i>Семінар-вікторина «Індивідуально-психічні властивості особистості. Характер»</i> .....	282
Лабораторний практикум .....	283
<i>Практичне завдання 1. Дослідження особливостей характеру</i> .....	283
<i>Практичне завдання 2. Дослідження схильності до ризику</i> .....	286
<i>Практичне завдання 3. Дослідження вольової саморегуляції</i> .....	289
Література .....	293
Основна література .....	293
Додаткова література .....	293

## **Розділ 3. Здібності**

МАТЕРІАЛИ ДЛЯ ПІДГОТОВКИ ДО ЗАНЯТТЯ .....	294
Стислий зміст теми .....	294
Завдання для самостійної роботи з теоретичним матеріалом .....	298
Теми рефератів .....	298

Психологічні задачі.....	298
Практичні завдання для самостійного виконання.....	304
Питання для самоперевірки.....	304
МАТЕРІАЛИ ДЛЯ РОБОТИ НА ЗАНЯТТІ .....	305
Оперативний контроль знань .....	305
Форми роботи на занятті.....	309
<i>Семінар «Здібності в структурі індивідуально-психологічних властивостей людини» .....</i>	<i>309</i>
<i>Групова дискусія «Обдарованість: спадковість чи виховання?» .....</i>	<i>309</i>
Лабораторний практикум .....	310
<i>Практичне завдання 1. Вивчення загальних інтелектуальних здібностей .....</i>	<i>310</i>
<i>Практичне завдання 2. Вивчення творчих здібностей ...</i>	<i>311</i>
<i>Практичне завдання 3. Визначення рівня розвитку спеціальних здібностей.....</i>	<i>319</i>
Література.....	327
Основна література .....	327
Додаткова література .....	327

## ДОДАТКИ

Додаток А	
Схема класифікацій сучасних теорій особистості.....	330
Додаток Б	
Завдання і для подолання сором'язливості. (Ф.Зімбардо).....	331
Додаток В	
Матриці Равена.....	335
Додаток Г	
Атлас типових малюнків до методики Торренса.....	339

## ПЕРЕДМОВА

Сьогодні психологія впевнено займає одне із провідних місць серед наук про людину. Це унікальна наука, яка підкреслює пріоритет людини у суспільстві. Саме психологія пропагує думку про людину як найвищу цінність, її унікальність і неповторність. Водночас це молода наука, яка нині переживає своє піднесення у нашій країні: жодна галузь виробництва не обходиться без психологічного знання. Новітні реформи, які проводяться в Україні в освітній галузі, також мають психологічне підґрунтя і передбачають у педагогів і практичних психологів наявність спеціальних знань про вікові й індивідуальні особливості підростаючого покоління, про організацію його навчання, про поведінку, мотивацію діяльності тощо.

Загальна психологія – фундаментальна наукова галузь, яка є основою психологічного знання. Насамперед, це теоретична дисципліна, яка акцентує увагу на основних психологічних категоріях, поняттях, законах, механізмах. Але, водночас, психологія має і практичну спрямованість і орієнтує людину на вивчення особливостей своєї психіки та використання цих знань у власній життєдіяльності. Для здобувачів закладів вищої освіти загальна психологія є складною навчальною дисципліною, що передбачає опанування не лише науковими поняттями, але і методами вивчення властивостей психіки людини. Всі ці моменти враховані авторами посібника.

Наш посібник – це багатотомне видання. Перший том включає такі аспекти загальної психології: «Вступ до психології» «Особистість у діяльності та спілкуванні», «Індивідуально-психологічні властивості особистості». Розпочинається курс з вивчення таких тем, як «Предмет психології як науки», «Розвиток психіки і свідомості», «Методи психології». Всі теми акцентують увагу на особливостях психології як науки, її структурі, методологічних принципах, методах і вимогах до психологічного дослідження. Друга частина навчально-методичного посібника «Особистість у діяльності та спілкуванні» підкреслює взаємозв'язок найбільш важливих категорій і феноменів психологічної науки – особистості, діяльності і спілкування, знайомить із особливостями взаємодії особистості у групі, акцентує увагу на діяльнісному підході у вітчизняній психології. Тут вивчаються такі теми, як «Особистість», «Діяльність», «Міжособистісне спілкування», «Особистість у групі». Третя частина посібника «Індивідуально-психологічні властивості особистості» представлена темами «Темперамент», «Характер», «Здібності».

Як користуватися навчальним посібником? Для здобувачів пропонуємо таку послідовність роботи: переглянути вступ; відшукати у словниках ключові поняття; ознайомитися із планом до теми, опрацювати теоретичний матеріал, який викладено у частині «Стислий зміст теми»; виконати завдання, що розміщені у частині «Завдання для самостійної

роботи із теоретичним матеріалом»; перевірити засвоєння теми за допомогою питань для самоперевірки. Наступна частина теми передбачає роботу на занятті. До неї включені: оперативний контроль знань, форми проведення заняття (можливі варіанти проведення практичного заняття), лабораторний практикум, який дозволить закріпити і глибше засвоїти теоретичний матеріал (психологічний інструментарій: методики, тести, опитувальники, анкети). В кінці кожного розділу поданий перелік основної і додаткової літератури, в яких розкривається тема.

Пропоноване навчальне видання буде корисне здобувачам педагогічних спеціальностей, вчителям, педагогам, майбутнім практичним психологам і всім, хто цікавиться психологією.

Автори практикуму будуть вдячні за висловлені зауваження з боку користувачів.

З повагою авторський колектив.

## ЧАСТИНА 1. ВСТУП ДО ПСИХОЛОГІЇ

### Розділ 1. ПРЕДМЕТ ПСИХОЛОГІЇ ЯК НАУКИ

*Загальна психологія – одна з перших і базових психологічних дисциплін, з якою студенти знайомляться в університеті, і якій належить важливе місце у професійній підготовці майбутнього фахівця. Вона вивчає загальні закономірності та механізми психіки, її сутність, походження як основи життєдіяльності організму, розробляє фундаментальні теоретичні проблеми психології, розкриває основні принципи побудови психологічної науки, категорії, поняття. Власне розкриттю цих закономірностей присвячена ця тема.*

*Вивчення її дасть можливість зрозуміти багатогранність і складність предмета загальної психології, побачити найсуттєвіші її характеристики, простежити історію становлення та сучасні погляди на предмет науки, усвідомити її конкретні завдання та основні проблеми. Без глибокого засвоєння даного матеріалу важко, або просто неможливо опанувати наступні теми даного курсу.*

#### МАТЕРІАЛИ ДЛЯ ПІДГОТОВКИ ДО ЗАНЯТТЯ

##### План:

1. Поняття про психологію як науку. Життєвська і наукова психологія.
2. Сутність психіки та основні форми її існування.
3. Предмет психології та історичні етапи його розвитку.
4. Проблеми, принципи і завдання сучасної психології.
5. Місце психології в системі наук та її зв'язок з іншими науками.
6. Основні галузі психології.

**Ключові поняття теми:** психологія, психіка, відображення, психічні процеси, психічні стани, психічні властивості, принцип побудови психологічної науки, принцип детермінізму, принцип відображення, принцип єдності психіки й діяльності, принцип розвитку психіки, системно-структурний принцип, принцип об'єктивності, дослідницькі методи, методи активного впливу на особистість, галузі психологічних знань, «панпсихізм», «біопсихізм», «нейропсихізм», «антропсихізм», гуманістична психологія, «фрейдизм», «гештальтпсихологія», «біхевіоризм», «когнітивна психологія».

#### СТИСЛИЙ ЗМІСТ ТЕМИ

Вступ до психології – це перший і дуже важливий розділ «Загальної психології», крім лекційних занять, до нього входять три теми, що виносяться на семінари, а саме: «Предмет психології як науки», «Розвиток психіки і свідомості» і «Методи психології».

Головне завдання семінарських занять полягає в тому, щоб студенти зрозуміли, засвоїли, поглибили та розширили теоретичний матеріал, що розглядався на лекціях із даних тем, а також активно почали набувати навички самостійної роботи з навчальною, довідковою та науковою літературою.

Тема «Предмет психології» – перша і тому одна із провідних і надзвичайно важливих у курсі «Загальної психології». Знання, одержані студентами з цієї теми, мають суттєве значення для наукового розуміння всього курсу, всіх розділів даної дисципліни та інших психологічних дисциплін, які студенти будуть вивчати пізніше.

Більш глибокому й успішному засвоєнню змісту теми допоможе знаходження логічного зв'язку між окремими питаннями та послідовність їх розгляду. А тому при підготовці до семінарського заняття та під час його проведення пропонуємо звернути увагу на з'ясування наступних проблем.

### **1. Поняття про психологію як науку.**

Це питання досить складне, так як визначення цієї науки має історичний характер, весь час розвивається і удосконалюється, та й ті явища, що вивчає психологія, особливі і ще на сьогодні до кінця не вивчені.

У самому широкому розумінні слова вважається, що предметом цієї науки є психіка. Сам термін грецького походження (від «psyche» – душа, «logos» – наука, тобто вчення про душу, про духовне життя людини). Це і було першим представленням предмету психології, яке запропонував більше двох тисяч років тому грецький філософ Платон. Термін цей так і залишився, хоча зміст його увесь час змінювався.

У сучасній літературі даються різні тлумачення предмету психології, які доповнюють, поглиблюють одне одного, характеризують певні аспекти цього феномену, тим самим збагачують предмет науки та підкреслюють його складність. Студентам доцільно познайомитись з різними визначеннями, порівняти їх між собою, знайти спільні та відмінні суттєві характеристики.

Так, Г.С.Костюк відмічає, що предметом вивчення психології є психічна діяльність людини, її психічні процеси, стани і властивості [20, с. 4].

Ширше визначення дає А.В.Петровський: психологія – наука про факти, закономірності і механізми психіки як образу дійсності, на основі якого здійснюється керування діяльністю та поведінкою, що має у людини особистісний характер. Л.Б.Ітельсон вказує, що це наука про відображальну діяльність мозку, що регулює поведінку і діяльність. У підручнику «Психологія» за редакцією Ю.Л.Трофімова підкреслюється, що психологія як наука вивчає об'єктивні, реально існуючі психічні явища і факти, виявляє особливості, закономірності побудови та розвитку психіки, функціонування її механізмів [21, с. 15]. Приблизно такі ж пояснення зустрігаємо у підручниках за ред. С.Д.Максименка, О.Скрипченка та ін.

Як бачимо, більшість учених сходяться на тому, що предметом психології є факти, механізми, закономірності та розвиток психічного життя людини і тварин як особливої форми життєдіяльності. Психологія розглядає об'єктивні, реально існуючі психічні явища і факти, бо у психіці відображається навколишня дійсність і вона є властивістю мозку. Зв'язок організму з навколишнім світом надзвичайно складний, він реалізується за допомогою психіки як складної сигнальної системи, яка містить у собі образи, почуття, емоційні стани, мотиви, процеси спілкування, різні дії та ін. Психічні якості утворюють також систему регуляції, яка у людини виступає як психічний склад особистості, до якого входять: комунікативні та інтелектуальні здібності, риси характеру, потреби та мотиви, знання, ціннісні орієнтації, темперамент, свідомість, самосвідомість та ін.

Отже, психологія вивчає психічні процеси, психічні стани та властивості, які виконують сигнальну та регулятивну функції. Крім того, психологія вивчає спілкування, діяльність людини та їх залежність від різних психічних явищ і, навпаки, залежність формування і розвитку різних психічних явищ від спілкування та діяльності. Усі ці явища взаємопов'язані і взаємозумовлені, вони складають основу життєдіяльності людини.

## **2. Сутність психіки та основні форми її існування.**

Психічні явища, факти загальновідомі. Людина завжди відчуває, сприймає предмети і різні явища зовнішнього світу, їх властивості, запам'ятовує, згадує, уявляє, думає про них, переживає різні почуття, прагне до здійснення своїх інтересів, цілей, мрій, бажань, намірів. З часом їх об'єднали у 3 великі групи: психічні процеси, психічні стани, психічні властивості особистості. Ці явища і є проявами психічної діяльності людини. Вони дійсно загадкові, невидимі, потребують особливого підходу до свого вивчення.

А тому в питанні в'яснення суті психічних явищ, що таке психіка, з давніх часів, навіть ще до наукових підходів, намітились різні напрями, досить суперечливі відповіді на це запитання.

Студентам важливо зрозуміти причини виникнення різних точок зору. Бо ще в глибоку давнину людина звернула увагу на те, що існують явища матеріальні (оточуюча природа, люди, різні предмети) і їх образи, спогади про них, переживання задоволення чи незадоволення від їх впливу, під час взаємодії з ними. Не маючи можливості вірно зрозуміти ці загадкові, таємничі явища, розкрити їх походження, сутність, причини виникнення, почали вважати їх існуючими самостійно, не залежно від оточуючого світу, від самої людини. Так виникло уявлення про тіло і душу, про матерію і психіку як самостійні першооснови, які мають різні модифікації.

З розвитком різних наук, особливо природничих, погляди на сутність психіки змінювались, що призвело до розуміння того, що психіка, організм, зовнішнє середовище тісно взаємопов'язані і обумовлюють одне одного. Психіка – це складне явище відображення об'єктивної дійсності,

при якому кожен зовнішній вплив завжди відбивається через раніше складені особливості психіки, через той психічний стан, який є в даний момент у конкретної людини (за словами С.Л.Рубінштейна). І, разом з тим, підкреслює О.М.Леонтьєв, внутрішнє діє через зовнішнє.

Тому одна і та ж зовнішня дія може по-різному відобразитись різними людьми і навіть однією й тією ж людиною в різний час. Можна навести безліч прикладів в процесі навчання і виховання. Так, всі учні, студенти можуть слухати одне пояснення вчителя, викладача, а матеріал зрозуміти, засвоїти по-різному. На семінарському занятті доцільно конкретизувати цю думку прикладами і з'ясувати, як відбиваються впливи зовнішніх дій через внутрішні процеси в залежності від віку, рівня знань людини, світогляду, інтересів, ідеалів, характеру тощо.

Отже, за змістом, за сутністю психіка є відображенням реальних, незалежних від нас і поза нами існуючих предметів і явищ об'єктивного світу у вигляді різних образів, понять, ідей. Але ці образи у кожного виникають своєрідно, тобто психіка є суб'єктивний образ об'єктивного світу. Більш детально це питання висвітлено у рекомендованій літературі.

### **3. Предмет психології та історичні етапи його розвитку.**

Розвиток уявлень про психіку пройшов довгий історичний шлях. Спочатку психіку розглядали як душу, і за допомогою цього терміну пояснювали такі незрозумілі явища, як сновидіння, смерть, втрата свідомості, стани людей під час різних захворювань та ін. На цьому етапі розвитку суспільства людина уявляла душу, як особливу духовну якість, яка може існувати окремо від самого організму. Таке розуміння цього явища породило різні міфологічні тлумачення та виникнення релігії, пізніше це явище стало предметом науки. Перші наукові уявлення про психіку виникли у стародавньому світі (Китаї, Індії, Греції, Римі). Так, заслуговують на увагу думки таких мислителів, як Геракліт, Демокрит, Сократ, Платон, Аристотель, пізніше Декарт, Гоббс, Спіноза та ін.[див. 9, 19].

На основі самого визначення психології як науки також виділяють кілька етапів розвитку психології:

I етап. Психологія – це наука про душу. Таке визначення було дане більше двох тисяч років тому.

II етап. Психологія – це наука про свідомість. Таке визначення дається у XVII ст. в зв'язку з розвитком природничих наук. Свідомість об'єднувала такі поняття, як думати, відчувати, бажати чогось. Основним методом вивчення цих явищ була інтроспекція, тобто спостереження людини за собою і опис даних фактів самою людиною.

III етап. Психологія – це наука про поведінку. На цьому етапі існування свідомості нехтувалось, а надавалось значення поведінці, вчинкам, різним реакціям, діям.

IV етап. Психологія – це наука про факти, механізми, закономірності психіки як основи життєдіяльності людини, тварин та інші підходи до

аналізу етапів становлення психології як науки. Надається значимість таким поняттям, як свідомість, самосвідомість, особистість як система вищих психічних функцій, що зумовлюється взаємодією організму і середовища, в результаті чого відбувається розвиток особистості, а разом з тим і зміни навколишнього середовища.

Розглядаючи питання про виникнення психологічних знань, необхідно виділити певні етапи в історії розвитку науки залежно від розуміння дослідниками поняття «психіка». Важливо виділити донауковий і науковий рівні розвитку психологічних знань. В історії розвитку психологічної науки є різні підходи і напрями аналізу її становлення. Також доцільно проаналізувати етапи, виділені О.М.Леонт'євим («панпсихізм», «біопсихізм», «нейропсихізм», «антропсихізм» і сучасне уявлення про предмет психології); В.О.Роменцем (міфологічний, філософський і науковий); Ю.Л.Трофімовим та В.В.Рибалко, які виділяють період до нової ери, перші століття нової ери, друга половина XIX ст., початок XX ст., радянський період, та інші точки зору (більш детально див.: [6; 12; 17]).

Дослідниками історії розвитку психологічної думки в Україні були такі вчені, як: І.Огієнко, П.М.Пелех, Г.Г.Петренко, В.А.Роменець, А.Т.Губко, Л.М.Проколієнко та ін. На розвиток наукових уявлень про психіку в українській психології суттєвий вплив мали І.М.Сеченов, К.Д.Ушинський, М.Я.Грот, М.М.Ланге, П.І.Челпанов, Л.С.Виготський, О.М.Леонт'єв, С.Л.Рубінштейн та ін., хоча довгий час розуміння психічних явищ було під впливом давньогрецьких філософів Платона, Аристотеля, Гіппократа та ін., особливо в період Середньовіччя.

У XVII–XVIII ст. можна відмітити праці К.Саковича, зокрема, «Трактат про душу», в якому він з особливою увагою підкреслював роль самопізнання, самовизначення і самовиховання. Дослідники виділяють значні доробки ректора Києво-Могилянської колегії І. Гізеля, який обґрунтував значення чуттєвого пізнання для розвитку інтелекту людини. До геніальних мислителів цього періоду належить і Г.С.Сковорода, який висловив цілу низку думок про сутність людини, гуманістичне трактування її інтелекту, про структуру реального світу (великий світ, у якому живе все, що є навколо, людина, або мікрокосмос, і третій світ – символічний, або Біблія, між якими існує взаємозв'язок). Г.Сковорода обґрунтував також ідею свободи та ін. думки, які пізніше стали відправним науковим пунктом для дослідження інших психологів.

Кінець XIX і початок XX ст. відзначились активністю в розвитку української психології таких вчених, які стояли на позиціях експериментальної психології і тісно були пов'язані з дослідженнями у природознавстві, зокрема, з вченням про умовний рефлекс (І.М.Сеченов, М.Я.Грот, а потім І.П.Павлов, В.М.Бехтерев, П.К.Анохін, М.О.Бернштейн та ін.).

Особливо в цей час слід відмітити дослідження таких вітчизняних вчених, як М.Я.Грот, М.М.Ланге, Г.І.Челпанов, С.Л.Рубінштейн, які і були основоположниками теоретичної наукової, а потім і експериментальної

психології, в різний час працювали в Україні, а потім у Москві. (Більш детально див. у рекомендованій літературі).

Вагомий внесок у розвиток вітчизняної психології зробили вчені Харківської психологічної школи (1917-1941рр.), яка була започаткована як школа психологічної творчості. Особливо активна діяльність її співробітників виявилась у 30-ті роки. Тут працювали дослідники, які потім стали відомими вченими, зокрема: Л.І.Божович, П.Я.Гальперін, О.В.Запорожець, П.І.Зінченко, О.М.Леонтьєв, О.Р.Лурія та ін. Вони досліджували проблеми пізнавальної діяльності, а саме, питання розумового розвитку, закономірності сприймання, пам'яті, взаємозв'язок мовленнєвої діяльності та інтелекту тощо. Ці та інші проблеми продовжували досліджувати і пізніше.

Особлива дискусія розгорталась навколо уточнення питання про предмет психології, про взаємозв'язок психіки, зовнішнього середовища, нервової системи, організму взагалі. Цікаві міркування, пов'язані з розв'язанням цього питання, належать О.М.Леонтьєву, С.Л.Рубінштейну, Г.С.Костюку.

Так, на думку О.М.Леонтьєва, психіка людини є функцією тих вищих мозкових структур, які формуються у людини онтогенетично в процесі оволодіння нею формами діяльності, що склалися історично у відношенні до навколишнього людського світу. За О.М.Леонтьєвим, внутрішнє (суб'єктивне) діє через зовнішнє і цим самим себе змінює.

С. Л.Рубінштейн розглядав психічні явища як відношення суб'єкта – носія активності до об'єкта – предмета цієї активності, в процесі якого суб'єкт впливає на об'єкт відповідно до своїх потреб. Вчений аналізує зв'язок діяльності мозку із зовнішнім світом, із психічною діяльністю, а з іншого боку – зв'язок психічного із зовнішнім світом. А потім, відмічає вчений, краще можна зрозуміти зв'язок із мозком, бо джерелом психічної діяльності є зовнішній світ, а мозок лише орган психічної діяльності, активність якого залежить від умов життя, потреб людини. Психіка виникає у діяльності мозку, але пізнає і змінює світ, підкреслює вчений, не мозок, а людина. С.Л.Рубінштейн дослідив вплив зовнішнього на виникнення психічних явищ, яке відбивається через внутрішні особливості суб'єкта (Див. [9; 12; 19 та ін.]). Доцільно на семінарському занятті більш детально розглянути точки зору цих психологів.

Активно розпочав свою діяльність в Україні Л.С.Виготський (працював у Харкові, пізніше переїхав до Москви). Особливо заслуговує на увагу його вчення про становлення вищих психічних функцій на основі культурно-історичного розвитку людства, про взаємозв'язок навчання і розвитку, про зони психічного розвитку та ін. [12; 19].

У післявоєнні роки особливої уваги заслуговує аналіз творчості Г.С.Костюка, з ініціативи якого у 1945 році був заснований науково-дослідний інститут психології УРСР. В інституті проводились дослідження з важливих проблем психології, а саме: розвитку пізнавальної сфери

(сприймання, мислення, пам'яті, уяви), психології навчання, психології виховання, самосвідомості, психології праці, історії психології та ін. До роботи були залучені психологи України, які пізніше зробили значущий вклад у розвиток психологічної науки (О.М.Раєвський, Б.Ф.Чамата, Б.Ф.Баєв, О.В.Скрипченко, Ю.Гільбух, Д.Ф.Ніколенко). Були підготовлені і видані підручники з психології за ред. Г.С.Костюка, пізніше Д.Ф.Ніколенка, О.В.Скрипченка та ін. із загальної, вікової, педагогічної психології. На семінарському занятті необхідно зупинитись на сучасних психологічних школах.

Отже, питання історії розвитку та сучасний стан психологічної думки в Україні доцільно розглянути у такій послідовності: дохристиянський час, розвиток психологічних знань у кінці XVIII ст. та після 1917 року. Особливо виділити Києво-Могилянську Академію, Харківську психологічну школу і їх значення в зародженні та розвитку психологічної науки в Україні. Заслуговують на увагу й аналіз наукових шкіл Л.С.Виготського, С.Л.Рубінштейна, О.М.Леонтьєва, Г.С.Костюка, В.А.Роменця тощо, необхідно конкретно зупинитися на діяльності сучасних науково-дослідних центрів та розробці ними основних наукових проблем (Київ, Харків, Одеса, Дніпропетровськ та ін.), підкреслити внесок таких сучасних психологів, як О.М.Леонтьєв, В.А.Роменець, Г.С.Костюк, І.Д.Бех, Г.О.Балл, С.Д.Максименко, О.Я.Чебикін та ін.

Не менш важливе питання особливостей розвитку психологічної науки за кордоном, де вона відзначається величезною строкатістю та різноманітністю різних шкіл, напрямів, концепцій. Доцільно проаналізувати основні з них (гештальтпсихологія, біхевіоризм, психоаналіз, когнітивна психологія, гуманістична психологія та ін.). Хоча в історії розвитку психологічної науки зустрічаються й інші напрями, які довгий час наповнювали основні підходи до розвитку багатьох питань науки.

Необхідно відмітити інтроспективну психологію, представники якої використовували самоспостереження як універсальний метод вивчення психіки, тобто спостереження людини за особливостями своєї свідомості, своєї поведінки, своїх дій, внутрішнього стану. Це важливий напрям, який пізніше доповнили іншими підходами і методами для вивчення психіки.

Заслуговує на увагу асоціативна психологія, яка бере початок ще у давній Греції від Аристотеля. Всі психічні явища пояснювали тільки механізмом існування асоціацій. Цей напрям тримався у психології досить довго. Основними недоліками цих підходів було те, що досліджувані явища абсолютизувались тільки ними, відкидались інші підходи.

В останній час, коли уже психологія відокремилась як самостійна наука від інших наук, з'явилися нові напрями. Гештальтпсихологія – напрям, який активно розвивався у Німеччині; його автори М.Вертгеймер, В.Келлер, К.Коффке та ін. основним принципом вважають цілісність психічної діяльності, яка і визначає властивості окремих її частин. Були проведені численні дослідження в області сприймання.

У американській психології (Д.Уотсон, Е.Торндайк) виник напрям, який назвали біхевіоризм – наука про поведінку (кінець XIX – початок XX ст.). Представники цього напрямку заперечують існування психіки, свідомості як предмету психології, на перший план ставлять поведінку, навички, як реакцію на зовнішні стимули, які їй потрібно вивчати.

Психоаналітичний напрям, або фрейдизм, започаткований З.Фрейдом спочатку для дослідження в галузі психопатології та психіатрії, що наштовхнуло на необхідність вивчення неусвідомлених чинників, які визначають потреби, потяги і взагалі поведінку особистості. На думку представників психоаналізу, джерелом активності людини є інстинктивні, біологічні прагнення, перевагу надають сексуальним потягам. З.Фрейд визначив структуру особистості, яка побудована з трьох взаємопов'язаних компонентів: «Воно» (несвідоме), «Я» (свідоме, що є посередником між «Воно» і зовнішнім світом), «Над-Я» (суспільні норми і суспільна поведінка).

Когнітивна психологія у більшості випадків пов'язана з дослідженням різних характеристик мисленнєвої діяльності. Її представники вважають, що особистість – це активна істота, яка керується у своїй мисленнєвій діяльності певними планами, правилами, стратегією. У вивчення психологічних проблем мислення були введені такі поняття, як установка, задача, абстрактні компоненти, дії, які обумовлені метою і мотивом. Все ж таки глибоко не були розкриті питання обумовленості виникнення задачі, сутності абстрактного мислення та ін.

Гуманістична психологія виникла в середині XX століття. Представники цього напрямку – А.Маслоу, К.Роджерс, В.Франкл, Р.Мей та ін. – розробили оригінальні концепції особистості, які спрямовані на її розвиток, активність, самоактуалізацію, прагнення до вищих цінностей, самовдосконалення, творчість тощо. У центрі уваги цього напрямку – проблема особистості та її розвиток, роль свідомості і самосвідомості в поведінці людини, її цілісність. Особистість, підкреслюють представники цього напрямку, – це єдиноцілісна структура, у якій неможливо відокремити органічне від психічного, усвідомлене від неусвідомленого, почуття від мислення.

Особливе завдання гуманістичної психології полягає в тому, щоб оптимально використати внутрішній досвід індивіда для його розвитку та пізнання себе і навколишнього світу, підкреслюється значення мотиваційно-потребнісної сфери в структурі особистості, система ціннісних орієнтацій, моральних переконань, звертається увага на максимальне розкриття суттєвих критеріїв, потенціалу розвитку людини (пізнавальну активність, творчість, почуття). Це значні напрацювання в психології, хоча представниками цього напрямку не визначений конкретний шлях реалізації досягнення ідеалу, відсутня цілісна теорія розвитку особистості протягом усього життя людини.

(Більш детально див. у рекомендованій літературі).

#### **4. Проблеми, принципи і завдання сучасної психології.**

Основною проблемою психології, як відмічають сучасні психологи, є визначення місця психіки у навколишньому фізичному світі, становлення сутності та природи психіки, її зв'язок з мозком, організмом взагалі та зовнішнім світом. Тобто дослідження самого предмету науки, який увесь час поповнюється новими даними, завдяки чому поглиблюється, уточнюється його розуміння. Психологія вивчає виникнення і розвиток психічної діяльності у процесі еволюції органічного світу, особливості та причини виникнення свідомості, її структури – питання, які також потребують уточнення, доповнення на основі нових підходів та відкриттів в інших науках. Актуальною на сьогодні є проблема розвитку психіки, дослідження структури взаємопов'язаних форм психічної діяльності (психічних процесів, психічних станів і властивостей особистості), створення умов для розвитку і реалізації творчого потенціалу особистості. Вона вивчає також проблеми особливостей психічної діяльності людей різного віку, які до цього часу не повністю досліджені, особливо вивчення психіки дітей до народження і людей похилого віку, людей з різними фізіологічними та психологічними дефектами та багато інших проблем як теоретичного, так і практичного характеру. Усе це для того, щоб намітити шляхи розв'язку цих проблем, які на сьогодні потребують більш глибокого дослідження, нових підходів до з'ясування та пізнання, багатьох законів психічної діяльності людини.

А тому завдання психології, як наголошує Г.С.Костюк, полягають у тому, щоб «розкрити закони виникнення, розвитку і перебігу психічної діяльності людини, становлення її психічних властивостей, з'ясувати життєве значення психіки і тим допомогти практиці нею оволодіти, цілеспрямовано її формувати відповідно до потреб суспільства» (Костюк, 1968), та потреб саморозвитку особистості.

У цьому висловлюванні можна знайти майже усі групи завдань, які виділяють інші психологи. Зокрема О.В.Скрипченко, а саме: науково-дослідні, діагностичні, корекційні (О.В.Скрипченко та ін., 2008). Кожна група завдань включає величезну кількість різних проблем для розв'язку. Так, науково-дослідні завдання передбачають дослідження загальних закономірностей та умов виникнення і розвитку психічної діяльності. Діагностичні завдання дають можливість виявити рівень розвитку психіки на певному етапі становлення особистості, оцінити рівень цього розвитку, визначити його можливості, діагностувати норму та відхилення у відповідності до вікових особливостей. Корекційні завдання спрямовані на виправлення відхилень у психічному розвитку та усунення тих причин, які призводять до таких викривлень. Цього можна досягти за допомогою спеціально організованих тренувань, консультацій, різних навчальних експериментів. (Більш детально див. у рекомендованій літературі).

## **5. Місце психології в системі наук та її зв'язок з іншими науками.**

Психологія розвивалась і формувалась у тісному зв'язку з іншими галузями наукового знання і суспільної практики, зберігаючи своєрідність і самостійність. Існує нерозривний зв'язок між психологією та природничими, філософськими і суспільними науками. Це, насамперед, пов'язано з природою самого предмету психології – психіки, сутність якої стає зрозумілою через вивчення перебігу біологічних процесів. Так, природознавство поглиблює рівень знань про психіку, її виникнення як в процесі еволюції органічного світу, так і на основі аналізу фізіологічних механізмів. А з іншого боку, розвиток форм відображення, з'ясування проходження фізіологічних процесів неможливо пояснити без знання суті самих психічних явищ.

Важливе значення має також з'ясування соціальних умов, особливостей індивідуальної та соціальної поведінки людей, рівня розвитку міжособистісних стосунків, взагалі розвитку свідомості, які необхідні для суспільних наук, таких, як історія, соціологія, лінгвістика, економіка, мистецтво, література та ін. А з іншого боку, психологія досліджує функції, значення та місце психіки у цих суспільних процесах. Філософія допомагає визначити власну методологію, спрямувати теоретичні дослідження у певному руслі і разом з тим використовує результати психологічних досліджень для побудови теорії пізнання, наукового пояснення існування світу, людства та ін. Потребують психологічних знань і технічні науки, пов'язані з діяльністю людини в умовах комп'ютеризації, автоматизації. Розвиток технічних наук має враховувати можливості людини в умовах науково-технічного прогресу, її швидкість реакції, обсяг уваги, сприймання та переробку різних видів інформації тощо. Особливий зв'язок із педагогікою, який спрямований на поглиблення вивчення закономірностей розвитку особистості, індивідуально-психологічних та вікових особливостей дітей, ефективно організації навчально-виховного процесу, що великою мірою залежить від розуміння і врахування характеристик пізнавальних процесів, мотиваційної сфери, емоційно-вольових процесів та інших показників психічного розвитку особистості.

Взаємний зв'язок намітився і з медициною, математикою, технічними дисциплінами, і тому мова кожного разу йде про міждисциплінарні зв'язки, які відмічав Б.М.Кедров, розташовуючи психологію в середині трикутника, вершини якого помічені суспільними, філософськими та природничими науками.

Необхідно зупинитися і на дослідженнях Б.Ананьєва про зближення різних галузей психологічних дисциплін між собою та з іншими фундаментальними і прикладними науками в процесі становлення і розвитку різних наук про людину та створення системи людинознавства. У цій системі Б.Г.Ананьєв виділяв такі основні поняття, як «індивід», «особистість» та «суб'єкт діяльності». Більш детально див. у рекомендованій літературі [4; 9; 14; 19 та ін.].

На семінарському занятті також доцільно проаналізувати точки зору інших вчених на місце психології в системі наук про людину та її діяльність.

## **6. Основні галузі психології.**

Про зв'язок та інтеграцію психології з іншими науками свідчать нові галузі психологічних знань, які виникли на стику різних наук із психологією (педагогічна, соціальна, економічна, інженерна, юридична, медична, політична психологія та ін.).

Основним підґрунтям для наукового аналізу та створення системи цих галузей є загальна психологія, яка теоретично й експериментально розробляє фундаментальні психологічні проблеми. З іншого боку, спеціальні галузі психологічних знань також впливають на розвиток загальної психології.

У зв'язку з тим, що сучасна психологія є досить розгалуженою системою галузей психологічних знань, існують різні критерії для їх класифікації, а саме: спрямованість діяльності психологів на пізнання психіки (теоретична, науково-прикладна і практична психологія); конкретна діяльність (педагогічна, інженерна, медична, юридична психологія та ін.); ставлення людини до суспільства (соціальна психологія, психологія особистості, характерологія тощо).

## **ЗАВДАННЯ ДЛЯ САМОСТІЙНОЇ РОБОТИ З ТЕОРЕТИЧНИМ МАТЕРІАЛОМ**

1. Опрацюйте основні наукові першоджерела та зробіть відповідні записи у спеціальному зошиті залежно від значимості джерела для розкриття того чи іншого питання плану (тези, анотація, конспект).

2. Випишіть у психологічний словник визначення ключових понять: «психологія», «психіка», «відображення», «свідомість», «подразливість», «чутливість», «інстинкти», «научування», «інтелект», «психічні процеси», «психічні стани», «психічні властивості», «сенсорний рівень відображення», «перцептивний рівень відображення», «інтелектуальний рівень відображення», «гуманістична психологія», «фрейдизм», «гештальтпсихологія», «біхевіоризм», «когнітивна психологія», принцип детермінізму, принцип відображення, принцип розвитку, принцип об'єктивності.

3. Підготуйте реферат на одну із запропонованих тем.

4. Опрацюйте тестові завдання семінарського заняття.

5. Ознайомтесь із психологічними задачами та проблемними ситуаціями.

6. Подумайте над проблемними питаннями для обговорення на занятті:

- Яка специфіка психічних явищ?

- Як пояснити об'єктивний характер психологічних законів, що визначають становлення, виникнення і розвиток суб'єктивного?

- Як можна пояснити факт виникнення уявлень про душу?
- Для чого пишеться та вивчається історія психології?
- Як можна пояснити процес виникнення нових галузей психології?
- У чому полягає проблема методу у психології?»?

## **ТЕМИ РЕФЕРАТІВ**

1. Києво-Могилянська академія та її значення у становленні психологічної науки в Україні.
2. Харківська психологічна школа як важливий центр розвитку психологічної науки в Україні (1917-1941 рр.).
3. Психологія у Ніжинській вищій школи. Внесок М.Я. Грота в розвиток психологічної науки.
4. Розвиток теорії почуттів у працях М.Я.Грота.
5. Вчення М.Я.Грота про еволюційну теорію побудови розумових процесів.
6. Генетико-моделюючий напрям на сучасному етапі розвитку психологічної науки в Україні.
7. Сучасні напрями психологічних досліджень у світовій психології.

## **ПСИХОЛОГІЧНІ ЗАДАЧІ**

### **Задача 1.**

Яка причина того, що існують різні точки зору на предмет, який повинна вивчати психологічна наука? Чим пояснити труднощі визначення предмета психології?

### **Задача 2.**

Випишіть поняття, які належать до психічних явищ.

Нервовий процес, мозок, пам'ять, збудження, сон, сміх, сльози, травлення, воля, кровообіг, стрес, знання, віра, слух, настрої, біль, подразливість, чутливість, обмін речовин, переживання, задоволення, цілеспрямованість, самостійність.

### **Задача 3.**

Про який науковий напрям у психології йде мова? Дайте йому повнішу характеристику та вкажіть прізвища вчених, які його розробляли. Вивчаються проблеми розвитку особистості, її активність, самоактуалізація і самоудосконалення, свобода вибору і стремління до високих цінностей, що виявляються у прагненні до справедливості, краси та істини (За Б.Б.Айсмонтас).

#### **Задача 4.**

Визначте методи дослідження:

А) Людину вміщують в ізолювану кабінку, в спеціальному шоломі закріплюються прилади, за допомогою яких досліджуються біоструми мозку під впливом різних подразників чи за різного стану організму. Досліджуваний перед проведенням досліду одержує відповідну інструкцію. Всі одержувані показники фіксуються відповідною апаратурою.

Б) На підставі дитячих малюнків психолог встановлює особливості сприймання дітьми предметів, ретельно аналізує письмові роботи школярів і, зіставляючи дані з результатами інших експериментів, робить висновки про особливості індивідуального стилю діяльності старшокласників (За В.С.Мерліним).

#### **Задача 5.**

Дайте психологічну характеристику методам дослідження у психології: спостереження, самоспостереження, аналізу продуктів діяльності, природного експерименту, вказати основні відмінності між ними, переваги та умови дотримання їх застосування.

#### **Задача 6.**

Поясніть, що є спільного та відмінного у лабораторному і природному експерименті як важливих методах дослідження психіки?

#### **Задача 7.**

Про який метод дослідження в психології йде мова? Дайте йому характеристику.

Основні переваги даного методу полягають в тому, що дослідник може активно втручатись в діяльність досліджуваного він створює спеціальні умови, в яких може з'явитись психологічний факт, може змінити його в бажаному напрямі або ж повторити для кращого і глибшого вивчення.

#### **Задача 8.**

Обґрунтуйте відповідь і визначте, який метод описаний.

Найбільш доступний, який часто зустрічається на практиці у психологів і педагогів – пізнання школяра під час безпосереднього сприймання; пізнання, що проводиться в природних умовах, потребує обов'язкових вимог: чіткої постановки мети і програми дослідження, фіксації необхідних фактів та аналізу отриманих результатів.

#### **Задача 9.**

Знайдіть предмет дослідження кожного із зазначених напрямів у психології і розмістіть їх відповідно, поставивши замість букв один і той же порядковий номер.

1. Біхевіоризм.

а) розвиток;

2. Гештальтпсихологія.

б) несвідоме;

- |                                    |                                    |
|------------------------------------|------------------------------------|
| 3. Фрейдизм.                       | в) цілісні структури психіки;      |
| 4. Гуманістична психологія.        | г) поведінка;                      |
| 5. Когнітивна психологія.          | д) несвідоме;                      |
| 6. Генетичний напрям у психології. | е) особистість та її актуалізація. |

### **Задача 10.**

Розподіліть названі нижче психічні явища на групи: а) психічні процеси, б) психічні стани, в) психічні властивості.

Мислення, темперамент, сон, відчуття, запам'ятовування, воля, страх, характер, хвилювання, сприймання, потреби, уява, настрій, напруження, почуття, гнів, здібність, спостереження, уважність (за Д.Ф.Ніколенком).

## **ПРАКТИЧНІ ЗАВДАННЯ ДЛЯ САМОСТІЙНОГО ВИКОНАННЯ**

1. Проаналізуйте взаємозв'язок різних психічних процесів, станів і властивостей особистості. Підберіть приклади, які ілюструють ці взаємозв'язки.

2. Підготуйте конспект наступних праць:

а) Татенко, В. А. Об'єкт, предмет і метод психології як суб'єкта пізнання / Загальна психологія: хрестоматія : навчальний посібник для студентів вищих навчальних закладів / упор.: О. В. Скрипченко, Л. В. Долинська, З. В. Огороднійчук та ін. К. : Каравела, 2007. С. 6-9.

б) Яценко, Т. С. Функціонально-структурні особливості цілісного феномену психіки (модель внутрішньої динаміки психіки) / Загальна психологія: хрестоматія : навчальний посібник для студентів вищих навчальних закладів / упор.: О. В. Скрипченко, Л. В. Долинська, З. В. Огороднійчук та ін. К. : Каравела, 2007. С. 39-62.

3. Розв'яжіть задачі № 1, 2, 8, 12, 20, 21 (Збірник завдань з загальної психології / за ред. проф. В.С. Мерліна. – К.: Вища школа, 1977. – 231 с.)

4. На основі опрацювання матеріалів посібника систематизуйте знання методів дослідження і представте класифікацію методів за Б.Г.Ананьєвим у вигляді схеми або таблиці.

6. Ознайомтесь із біографіями дослідників В.Вундта та В.М.Бехтерева і підготуйте виступи на заняття.

## **ПИТАННЯ ДЛЯ САМОПЕРЕВІРКИ**

1. Що є предметом психології? Охарактеризуйте його загальні властивості.

2. Перерахуйте і дайте коротку характеристику основних поглядів на психіку і її роль.

3. Які основні групи психічних явищ вивчає психологія?

4. Яка особливість психіки об'єднує всі процеси?

5. Що являють собою психічні властивості?

6. Назвати і охарактеризувати психічні стани. Яка різниця між властивостями і станами?

7. Охарактеризуйте основні етапи історичного розвитку психології.

8. Назвіть основні риси наукової психології.

9. Дайте характеристику основних напрямів психології.

10. Які основні проблеми і завдання вирішує сучасна психологія?

11. Назвіть основні принципи наукового вивчення психіки?

12. Дайте розгорнуту характеристику основних етапів психологічного дослідження.

13. Дайте визначення об'єкту і предмету дослідження?

14. В чому головна відмінність експерименту від спостереження? Назвіть переваги того й іншого для дослідження у школі.

15. Яких вимог необхідно дотримуватися при використанні бесіди й анкетного методу дослідження?

16. У чому полягає принципова відмінність у використанні методу тестів? Навіщо потрібні тести педагогу і яким вимогам вони мають відповідати?

## МАТЕРІАЛИ ДЛЯ РОБОТИ НА ЗАНЯТТІ

### ОПЕРАТИВНИЙ КОНТРОЛЬ ЗНАНЬ

- На подані нижче запитання пропонується кілька варіантів відповіді. Виберіть з-поміж них правильну. Основним предметом вивчення наукової психології є:
  - рефлекторна діяльність людського організму;
  - будова і функції нервової системи;
  - факти, закономірності, механізми психіки;
  - процеси збудження і гальмування та їх закономірності.
- Яке міркування найбільш повно і правильно розкриває науковий зміст поняття «психологія»:
  - психологія – це наука, яка вивчає розвиток, механізми, закономірності психіки людини;
  - психологія – це наука, яка вивчає особливості нервової системи живих організмів;
  - психологія - це наука про душу;
  - психологія – це наука про факти, закономірності і механізми психіки людини і тварин як особливої форми життєдіяльності.
- Вкажіть у якому рядку всі перелічені поняття належать до психічних явищ:
  - думки, спогади, мозок, розум, почуття, інстинкт;
  - відчуття, мислення, рефлекс, уява, інтерес, здібності, свідомість;
  - воля, забування, бажання, думки, потреби, мрії, біль, чутливість;
  - характер, радість, уважність, подразливість, впізнавання, мотив, світогляд.

4. Психологія як самостійна наука виникла у:
  - а) ХУІІст.;
  - б) ХVІІІ ст.;
  - в) ХІХст.;
  - г) ХХст.
5. Центральне місце психології в системі наук і взаємозв'язок між ними визначив:
  - а) Ж.Піаже;
  - б) Б.Г.Ананьєв;
  - в) Б.М.Кедров;
  - г) О.М.Леонт'єв.
6. Зв'язок психіки з будовою та функціями біологічних процесів організму вивчає:
  - а) зоопсихологія;
  - б) психофізіологія;
  - в) екологічна психологія;
  - г) етологія.
7. Розвиток психічних функцій у процесі онтогенезу вивчає:
  - а) педагогічна психологія;
  - б) загальна психологія;
  - в) вікова психологія;
  - г) соціальна психологія.
8. Галузь психологічних знань, що вивчає соціально-психологічні явища, які виникають при взаємодії і спілкуванні людей, має назву:
  - а) педагогічна психологія;
  - б) загальна психологія;
  - в) вікова психологія;
  - г) соціальна психологія.
9. Про який напрям у психології йде мова: основним методом вивчення психіки є самоспостереження, тобто спостереження за змістом і проявами власної свідомості:
  - а) психоаналітичний;
  - б) асоціативний;
  - в) інтроспективний;
  - г) когнітивний.
10. Хто виділив три взаємодіючі компоненти у структурі особистості: «ВОНО», «Я», «Над-Я», застосував метод психоаналізу для дослідження підсвідомих психічних явищ, а також для діагностики і лікування різних психічно хворих людей:
  - а) Е.Фромм;
  - б) К.Роджерс;
  - в) З.Фрейд;
  - г) Л.С.Виготський.

11. Який напрям проголошує дане положення: «Розвиток особистості у процесі її індивідуалізації йде від свідомості до особистого несвідомого, а від нього - до колективного несвідомого, центром якого є архетип самості» (за О.Скрипченком):
  - а) асоціативний;
  - б) інтроспективний;
  - в) аналітичний;
  - г) гуманістичний;
  - д) психоаналітичний.
12. Напрямок психології, який розглядає людину як вищу духовну істоту, що ставить перед собою мету самоудосконалення і прагне досягнути її (за Р.С.Немовим):
  - а) асоціативний;
  - б) інтроспективний;
  - в) аналітичний;
  - г) гуманістичний;
  - д) психоаналітичний.
13. Завершити речення: «Детермінізм, відображення, єдність психіки і діяльності, генетичний підхід, системно-структурний підхід у психології – це ...».
14. Принцип, побудований на виявленні причин виникнення психіки в філогенезі та онтогенезі, закономірної зумовленості психічних явищ, психічної діяльності та психічних властивостей людини, називається принципом:
  - а) розвитку;
  - б) єдності психіки і діяльності;
  - в) детермінізму;
  - г) системно-структурним.
15. Продовжити думку: «Методи визначення середніх величин, математичні, статистичні методи, кореляційні, факторні аналізи, різні графіки, діаграми, таблиці, матриці та ін. – це ...».
16. Продовжити думку: «Методи аналізу та синтезу, диференціації та інтеграції, систематизації, порівняння – це...».
17. Продовжити думку: «Методи психологічної консультації, психологічної корекції, психологічного тренінгу, психологічної терапії, реабілітації – це ...».
18. Знайдіть правильну відповідь. Метод пізнання психічних явищ, який обмежений лише фіксацією виявлених фактів, називається:
  - а) природним експериментом;
  - б) спостереженням;
  - в) констатуючим експериментом;
  - г) методом аналізу продуктів діяльності.
19. Метод дослідження психічних явищ, який полягає у створенні спеціальних умов для їх виникнення, належить до:
  - а) спостереження;

- б) експерименту;
  - в) аналізу продуктів діяльності;
  - г) самопостереження.
20. Стандартизовані психологічні дослідження, що мають на меті оцінити ті чи інші психологічні властивості, процеси або особистість у цілому і мають визначену шкалу значень, мають назву:
- а) анкетування;
  - б) тестування;
  - в) спостереження;
  - г) самопостереження.
21. Метод спостереження належить до групи методів (за Б.Г.Ананьєвим):
- а) організаційних;
  - б) емпіричних;
  - в) інтерпретаційних;
  - г) обробки даних.
22. Лонгіюдна стратегія дослідження належить до групи методів (за Б.Г.Ананьєвим):
- а) організаційних;
  - б) емпіричних;
  - в) методів обробки даних;
  - г) інтерпретаційних.
23. Автором класифікації методів психологічного дослідження на організаційні, емпіричні, обробки даних, інтерпретаційні є:
- а) В.В.Давидов;
  - б) Б.Г.Ананьєв;
  - в) С.Л.Рубінштейн;
  - г) Д.Б.Ельконін.
24. Тривале і систематичне наукове дослідження процесів формування, розвитку психіки одних і тих же людей на різних етапах онтогенезу називається:
- а) порівняльним;
  - б) комплексним;
  - в) вибіркоvim;
  - г) лонгіюдним.
25. Першим у світі лабораторію психологічних досліджень заснував:
- а) В.Вундт;
  - б) М.Лазурський;
  - в) М.Ланге;
  - г) Г.Челпанов.
26. Перший науково-дослідний інститут психології в Україні був заснований у:
- а) 1917 р.;
  - б) 1922 р.;

в) 1945 р.;

г) 1950 р.

27. Засновником першого в Україні науково-дослідного інституту психології був:

а) О.М.Раєвський;

б) ММ.Ланге;

в) Г.С.Костюк;

г) Г.І.Челпанов.

## ФОРМИ РОБОТИ НА ЗАНЯТТІ

### Термінологічний диктант

**Мета.** Активізувати пізнавальну діяльність студентів та допомогти засвоїти зміст та розуміння основних понять з даної теми «Загальної психології».

**Необхідні матеріали.** Індивідуальні картки з термінами (перелік ключових понять не тільки даної теми).

#### ***Хід роботи.***

Кожен студент отримує картку з десятьма ключовими поняттями. Студент повинен обрати лише ті, що складають категоріальний апарат даної теми загальної психології і дати їм визначення. Відводиться обмежений час на виконання завдання.

### Семінар

#### **«Предмет психології як науки»**

**Мета.** Закріпити, поглибити та засвоїти основні поняття даної теми. З'ясувати предмет вивчення психології, сутність психіки.

#### **Питання для обговорення.**

1. Поняття про психологію як науку. Життєвська і наукова психологія.
2. Сутність психіки та основні форми її існування.
3. Предмет психології та історичні етапи його розвитку.
4. Проблеми, принципи і завдання сучасної психології.
5. Місце психології в системі наук та її зв'язок з іншими науками.
6. Основні галузі психології.

На занятті поступово обговорюються всі питання, на основі опрацьованої наукової літератури. З деяких питань можливе заслуховування та обговорення рефератів. Студенти виступаючим ставлять запитання, доповнюють виступи, обговорюють виниклі проблеми. Підсумовує заняття викладач.

## Групова дискусія

### «Предмет психології як науки»

**Мета.** 1. З'ясувати, зрозуміти та засвоїти сутність психіки та основні форми її існування.

2. Максимально активізувати індивідуальну роботу студентів.

#### Хід дискусії.

**1. Підготовчий етап.** Студенти вдома опрацьовують рекомендовану навчальну та наукову літературу. Один із студентів за домовленістю з викладачем готує доповідь.

**2. На занятті** утворюються кілька мікрогруп по 3-4 студенти у кожній.

**3.** Спочатку вся група слухає доповідь студента, який повідомляє основну інформацію з даного питання, формулює проблему і ставить до аудиторії 2-3 питання, які повинні обговорюватись в мікрогрупах, а потім на загальній дискусії, в якій обов'язково беруть участь по одному студенту з кожної мікрогрупи. Студенти групи можуть задавати питання доповідачу.

**4.** Підводить підсумки або ж доповідач, або ж викладач, вказуючи недоліки і позитивні моменти заняття. Які труднощі в роботі виникли? Чому? Чи досягли поставленої мети?

## Література

### Основна література

1. Загальна психологія: навч. посіб. / За ред. О.П. Щотки. Т.1. Ніжин: НДУ ім. М. Гоголя, 2012. С. 10 – 34.

2. Євдокімова О. О. Історія психології: навч. посіб. [ 2-е вид.]. Харків: Константа, 2020. 320 с.

3. Корольчук М. С., Крайнюк В. М., Марченко В. М. Психологія: схеми, опорні конспекти, методики: навч. посібник / за заг. ред. М.С. Корольчука. Київ : Ельга, Ніка-Центр, 2011. С. 22 –28.

4. Максименко С.Д. Генетична психологія [монографія] / С.Д.Максименко. Москва.; Київ.: «Рефл.-бук», «Ваклер», 2000. С. 13-35, 151-248. (рос.).

5. Максименко С. Д. Горизонти психологічної науки XXI століття // Педагогіка і психологія. 2019. № 1. С. 44 – 54.

6. Максименко С.Д. Психологія в соціальній та педагогічній практиці: методології, методи, програми, процедури / С.Д.Максименко. Київ: Наукова думка, 1998. С. 6-23.

7. Роменець В.А. Історія психології / В.А.Роменець. Київ: Вища школа, 1978. 439 с.

8. М'ясоїд П. А. Загальна психологія: навч. посіб. Розділ І. Психологія як наука. Тема 1, 2. Київ: Вища школа, 2000. С. 37 – 87.

9. Основи психології /за ред. О.В.Киричука, В.А.Роменця. Київ: Либідь, 1996. С. 9-94.

10. Психологія / за ред. Ю.Л. Трофімова, В.В. Рибалки. Київ: «Либідь», 2001. С. 11 – 74.
11. Рибалка В.В. Методологічні проблеми наукової психології: посібник. Київ: Талком, 2017. С. 15 – 18.
12. Роменець В.А. Історія психології XIX – початку XX століття. Київ: Вища школа, 1995. 614 с.
13. Ткаченко О.М. Принципи та категорії психології. Київ, 1979. 200 с.

#### **Додаткова література**

14. Бойправ М.Д. Психологія у Ніжинській вищій школі / М.Д. Бойправ, М.В.Папуча // Психологічний вісник. Ніжин: НДПУ ім. М.В.Гоголя, 2004. С. 92-96.
15. Грот М.Я. Вибрані психологічні твори [упорядн. М.Д.Бойправ]. – Ніжин: НДУ ім. М.Гоголя, С.10-58, 107-148.
16. Загальна психологія: хрестоматія: навчальний посібник для студентів вищих навчальних закладів / упор.: О. В. Скрипченко, Л. В. Долинська, З. В. Огороднійчук та ін. Київ : Каравела, 2007. С. 6-9, 39-62.
17. Костюк Г.С. Навчально-виховний процес і психічний розвиток особистості. – Київ: Радянська школа, 1989. С. 70-360.
18. Проблеми загальної та педагогічної психології: 36. наукових праць / за ред. С. Д.Максименка. – Ніжин: НДПУ ім. М.Гоголя, 2002. Т. 3. Ч. 3. С.3-30,46-89.
19. Теоретико-методологічні проблеми генетичної психології: 36. наукових статей / за ред. С.Д.Максименко. Київ: Міленіум, 2002. Т. 1. 412 с.

## Розділ 2. РОЗВИТОК ПСИХІКИ І СВІДОМОСТІ

*Тема «Розвиток психіки і свідомості» також важлива і багатогранна. Осмислення її дасть можливість зрозуміти сутність психіки. Адже виникнення людської психіки – це вершина розвитку психіки у тваринному світі. Без знання того як відбувається розвиток психіки на нижчих етапах неможливе пояснення розвитку психіки на вищих етапах. Тому вивчення цієї теми важливе як для курсу загальної психології, так і курсу вікової психології.*

*Оволодіння системою психологічних знань про психіку сприяє зростанню психологічної культури як складової загальної культури людини, впливає на стан психічного здоров'я, покращує рівень навчальної та професійної діяльності. Тому доречно розглянути розвиток наукових знань про психіку. Це дасть можливість краще зрозуміти сучасний стан науки та значення оволодіння психологічними знаннями.*

### МАТЕРІАЛИ ДЛЯ ПІДГОТОВКИ ДО ЗАНЯТТЯ

#### План:

1. Природничо-наукові основи психологічної науки. Мозок і психіка.
2. Розвиток психіки у процесі біологічної еволюції та в історії людського суспільства.
3. Свідомість людини як вищий рівень розвитку психіки, її структура та властивості.
4. Несвідоме в психічній діяльності людини.
5. Свідомість і ментальність.

**Ключові поняття теми:** психіка, свідомість, подразливість, чутливість, рефлексі, інстинкти, таксиси, тропізми, імпритінг, начування, інтелект, самосвідомість, ментальність.

### СТИСЛИЙ ЗМІСТ ТЕМИ

#### **1. Природничо-наукові основи психологічної науки. Мозок і психіка.**

При підготовці до семінару необхідно звернути увагу на те, що психічна діяльність організму здійснюється за допомогою спеціальних фізіологічних механізмів, які складають матеріальну основу психіки. Адже основна сутність психіки – це відображення навколишньої дійсності, яке і здійснюється за допомогою спеціальних механізмів. Такими механізмами є мозок, нервова система, провідні шляхи, аналізатори, рецептори.

Тому знання анатомо-фізіологічних особливостей нервової системи людини необхідні для розуміння матеріальної основи психіки як властивості мозку, хоча і мозок, і психіка детермінуються навколишнім світом, активністю самої особистості.

Отже, наукове, об'єктивне розуміння психіки спирається на узагальнення даних біології, анатомії, фізіології. Вперше науково-природничу основу обґрунтування психічних явищ дали праці І.М.Сеченова й І.П.Павлова, які відкрили закономірності вищої нервової діяльності і, разом з тим, встановили фізіологічні механізми походження психіки, що має рефлекторну природу. Психіка вищих тварин і людини – продукт діяльності мозку і взагалі нервової системи.

Ще в роботі «Рефлекси головного мозку» (1863) І.М.Сеченов писав, що психічна діяльність – рефлекторна або відображальна діяльність, і що «...всі акти свідомої і несвідомої діяльності людини за способом свого походження є рефлекси» (Сеченов І.М., 1863). А психічні явища є середня ланка цілісного рефлекторного акту, нерозривно зв'язана з його початком (зовнішнім подразненням) і закінченням (відповідною дією).

Отже, фізіологічні процеси (рефлекси) включають такі три важливі ланки:

- 1) збудження в органах чуття під впливом зовнішніх подразників;
- 2) центральну ланку – процеси збудження і гальмування, що проходять в мозку і на їх основі виникають психічні явища (відчуття, сприймання, уявлення тощо);
- 3) зовнішні рухи і дії людини.

Всі ці ланки тісно пов'язані між собою і тому психічне не можна розглядати ізольовано від зовнішніх впливів на людину, слідів минулих вражень та відповідних дій.

Більшість вчених підкреслюють також, що на певному етапі розвитку і становлення психології як науки ці відкриття мали надзвичайно важливе значення. По-перше, розкривається суть, причинна обумовленість психічних явищ зовнішніми впливами, по-друге, психіка розглядається як результат перебігу фізіологічних процесів збудження і гальмування в корі головного мозку, по-третє, психіка розглядається як сигнал і регулятор зовнішніх рухів і поведінки в цілому. Отже, психіка виконує важливі функції життєдіяльності організму:

- 1) сигналізуючу (інформує про те, що оточує організм);
- 2) регулюючу (регулює поведінку). Вказані функції мають різний характер на різних ступенях розвитку органічного світу.

Ці положення І.М.Сеченова далі розвивав І.П.Павлов своїми експериментальними дослідженнями, вивчаючи особливості умовних рефлексів, тимчасові нервові зв'язки, закономірності нервової системи, першу та другу сигнальні системи тощо.

Сучасні знання про роботу мозку, його структуру, як складну саморегулюючу систему, дозволяють ще глибше зрозуміти механізми виникнення психічних явищ і значення психіки як регулятора всієї діяльності людини. Будова нервової системи дуже складна, особливе місце належить головному мозку. В психічному житті людини мають значення всі відділи головного мозку, а особлива роль належить лобним долям (30% всієї кори). Пошкодження лобних долей веде до порушень вищих форм поведінки.

Таким чином, головний мозок є органом, діяльність якого обумовлює психіку вищих тварин і людини, хоча зміст її визначається не самим мозком, а зовнішнім середовищем, з яким взаємодіє організм через органи чуття, провідні шляхи. Тут доцільно розглянути структуру рефлексорної діяльності, відкриття та значення зворотного зв'язку. Ця універсальна особливість психічної діяльності була виявлена і доведена спочатку М.Я.Гротом, пізніше фізіологами П.К.Анохіним та Н.А.Бернштейном. Ще пізніше кібернетика показала, що зворотній зв'язок є необхідною умовою цілеспрямованої поведінки будь-якої саморегулюючої системи, в тому числі, і живого організму (див. праці А.Р.Лурія, Е.Д.Хомської, І.М.Сеченова та ін. із хрестоматії).

Цілеспрямований характер діяльності забезпечується існуванням випереджаючого відображення, суть якого полягає в тому, що попередній досвід, знання закономірностей перебігу того чи іншого процесу дозволяють людині передбачити майбутнє. Значуща заслуга у виявленні питання випереджаючого відображення та його механізмів належить П.К.Анохіну.

Отже, сутність та різні закономірності психіки, відношення психіки до мозку, зв'язок із навколишнім світом, – все це ланцюги єдиної цілісної системи, яку можна краще зрозуміти тоді, коли розглянути проблему виникнення та розвитку психічної форми відображення на різних ступенях еволюції органічного світу.

## **2. Розвиток психіки у процесі біологічної еволюції та в історії людського суспільства.**

Досить важливим є питання з'ясування виникнення та подальшого розвитку психіки як однієї із форм відображення дійсності. У розв'язанні цієї проблеми також є різні точки зору. Але найбільш усталеною, яку підтримує значна частина учених, є та форма відображення дійсності, що пов'язана з еволюційними процесами розвитку органічного світу. Виникнення і подальше ускладнення психіки залежало від кардинальних змін, умов зовнішнього середовища, яке впливало на біологічну будову організмів, разом з тим змінювались форми відображення від простих елементарних рівнів до складних. Важливо простежити рух форм відображення від появи чутливості (сенсорний рівень відображення), до сприймання (перцептивний рівень відображення), від практичного інтелекту (елементарне мислення вищих тварин) й аж до появи у людини абстрактного мислення, свідомості, слова. У зв'язку з таким ускладненням відображення змінюється і поведінка організмів від інстинктивної до індивідуально-набутої (формування навичок), а потім до інтелектуальної, спочатку примітивної (практичної), а далі цілеспрямованої (усвідомленої).

Отже, у процесі еволюції органічного світу виникають все складніші форми відображення, які дають можливість організмам краще пристосуватись, виживати та розвиватись у нових, змінених умовах середовища.

Організми поступово від безпосередніх біотичних подразників переходять до опосередкованого реагування на середовище за допомогою сигналів. На цьому етапі розвитку і з'являється така форма відображення як чутливість, що і є початком виникнення психічної форми відображення на сенсорному рівні. Чутливість характерна і найпростішим організмам, і багатоклітинним. Але з часом організми почали пристосовуватись до змінених умов не тільки реагуючи на окремі властивості, а й на цілісні предмети, які були також сигналами про навколишнє середовище. Так виникає перцептивний рівень психіки, з'являється індивідуально-набута поведінка, поступово формуються навички (комахи, птахи, плазуни). І далі ускладнення умов життя вдосконалювали будову нервової системи, що призвело до відображення не тільки властивостей, цілісних образів, а й відношень між ними. Виникає практичний інтелект як особлива ще складніша форма відображення, яка характерна вищим тваринам (ведмедам, дельфінам, слонам, людиноподібним мавпам).

Поступово з'являється свідомість як особлива форма відображення дійсності. Погляди на походження людини та свідомість формувалися під впливом відкриттів і розвитку таких наук як біологія, фізіологія, історія тощо. Було доказано, що своєрідна зміна умов життя ускладнювала нервову систему у предків людини як структурно, так і функціонально, а потім у людини під впливом праці та спілкування виникла специфічно людська форма психіки – свідомість, яка істотно відрізняється від інстинктивної психічної активності тварин.

Розвиток психіки людини відбувається в умовах різних соціальних змін, науково-технічного прогресу, важливих перетворень світової цивілізації. Більш детально див. рекомендовану літературу [3; 6; та ін.].

### **3. Свідомість людини як вищий рівень розвитку психіки, її структура та властивості.**

Як зазначалось вище, психіка характерна як для людини, так і для тварин, вона виникла на певному етапі еволюційного розвитку органічного світу. Вищим рівнем розвитку психіки є свідомість, яка властива тільки людині. Виникнення і розвиток свідомості обумовлений не тільки біологічними, а і, головним чином, соціально-історичними законами розвитку людського суспільства. Це продукт історичного розвитку людини як суспільної істоти завдяки праці та спілкуванню й характеризується активністю, цілеспрямованістю, перетворенням дійсності, саморозвитком тощо. Характеристика свідомості дається у кожному підручнику із загальної психології [див.: 3; 6; та ін.].

Виділяють такі основні її особливості:

1. Свідомість має історичний характер, що, в першу чергу, відрізняє її від психіки тварин.

2. Єдність історичного, онтогенетичного, індивідуального в пізнанні людиною навколишнього світу. Відображення навколишнього світу різне на різних етапах історичного розвитку. Характер цього відображення

залежить від існуючих соціально-економічних, історичних умов. Пізнання здійснюється і змінюється протягом всього життя людини від народження і до смерті, тобто в онтогенетичному плані. Особливості відображення обумовлені віком і набутим індивідуальним досвідом.

3. Свідомість включає в себе сукупність знань про навколишнє середовище. Отже, в структуру свідомості включені пізнавальні процеси (відчуття, сприймання, пам'ять, мислення, уява).

4. Свідомість має цілеспрямований і активний характер. Люди усвідомлюють не тільки теперішнє, а й минуле. Порівнюючи їх знаходять причинно-наслідкові зв'язки, що дозволяє передбачити майбутнє, а тому наперед спланувати, поставити мету і досягти її.

5. Особливе місце в структурі свідомості посідає самосвідомість як вищий рівень розвитку свідомості. Адже людина не тільки відображає зовнішній світ, а й спрямовує пізнання на саму себе, власну діяльність, свої дії, почуття, думки, мотиви поведінки, інтереси. Це знання людини про саму себе, власне «Я» як суб'єкта, що відрізняється від інших. У самосвідомості людина виступає і як суб'єкт, і як об'єкт пізнання, вона має власну структуру (системно-пізнавальні психічні процеси, що пов'язані з самопізнанням, переживання власного ставлення до себе, регулювання своїх дій, самооцінка, саморегуляція і самоорганізація своєї поведінки тощо).

6. У структуру свідомості включаються також певні ставлення не тільки до самої себе, а й до зовнішнього середовища, тобто переживання ставлення до навколишньої дійсності. У свідомість людини входять різні почуття, переживання, емоційні оцінки суспільних стосунків та інше.

7. Обов'язковою умовою формування і вияву попередніх характеристик свідомості, відмічають дослідники, є мова, в якій відбивається суспільно-історичний досвід, суспільна свідомість. В процесі мовної діяльності накопичуються знання, вироблені людством.

8. М.Я.Грот, пізніше С.Л.Рубінштейн, О.М.Леонтьєв, П.К.Анохін та ін. розглядають свідомість як єдине ціле з діяльністю. Бо свідомість виникає, розвивається і виявляється в процесі діяльності, це форма активності свідомості. А свідомість забезпечує цілеспрямований характер діяльності людини завдяки існуванню випереджаючого відображення. Отже, єдність свідомості і діяльності також важлива характеристика свідомості.

#### **4. Несвідоме у психічній діяльності людини.**

Крім свідомих форм відображення дійсності, для людини характерні і такі, яких вона не усвідомлює, які лежать поза сферою розуму, непідзвітні їй, не піддаються контролю в даний час. Це особливий рівень свідомості, що має свою структуру і складає нижчий рівень психіки, який називають рівнем несвідомого. Це таке відображення дійсності, при якому не дається звіт, відповіді за здійснені дії, часом втрачається

повнота орієнтування в часі і місці дії, порушується мовне регулювання по-ведінки. Так, значна частина відчуттів не усвідомлюється нами, звички, уміння і навички, імпульсивні дії людини, інтуїція, часом мають якийсь рівень неусвідомленості. До таких явищ можна віднести сновидіння, відповідні реакції, що викликаються нечуттєвими, але реально-діючими подразниками, рухи, що в минулому були свідомими, але в силу повторень автоматизувались, різні галюцинації тощо. Несвідоме також суто людська форма відображення, воно обумовлене суспільними формами буття, але виступає як недостатньо адекватне відображення світу. Несвідомі процеси також виконують певні функції, позитивні або негативні, а тому потребують аналізу їх походження, структури, місця та значення в психічній діяльності людини [3; 6; та ін.]

### **5. Свідомість і ментальність.**

Однією із форм суспільної свідомості є ментальність. Це притаманний даній нації варіант світосприймання, поведінки, який реалізується на спільній мовній, культурній і морально-етичній основі (Г. Півторак). Національний менталітет є продуктом певної культури, а також носієм культурних традицій, звичаїв, обрядів, норм поведінки в наступних поколіннях. Наукові дослідження показують, що для українців характерні «матріархальність» родини, недовіра до влади, загострена прихильність до ідеї рівності, терпеливість, людинолюбство, миролюбність, гостинність, працьовитість, вільнодумство, пісенність, почуття господаря і трудівника, вмілого хлібороба і хороброго воїна, дбайливого і чуйного сім'янина.

Національна свідомість і самосвідомість – це усвідомлення людиною себе як представника певної нації, ідентифікація себе з даною нацією, з типовою для неї культурою, повага до рідної мови, культури взагалі та розуміння історії своєї країни, свого народу [3; 6].

### **ЗАВДАННЯ ДЛЯ САМОСТІЙНОЇ РОБОТИ З ТЕОРЕТИЧНИМ МАТЕРІАЛОМ**

1. Опрацюйте наукове першоджерело та зробіть відповідні записи у спеціальному зошиті (для семінарських занять): Чамата, П. Р. Зміст і основні форми прояву самосвідомості / Загальна психологія: хрестоматія : навчальний посібник для студентів вищих навчальних закладів / упор.: О. В. Скрипченко, Л. В. Долинська, З. В. Огороднійчук та ін. - К. : Каравела, 2007. – С. 33-39.

2. Випишіть у психологічний словник визначення основних понять: «психіка», «свідомість», «подразливість», «чутливість», «інстинкти», «рефлекси», «таксиси», «тропізми», «імпритінг», «научування», «інтелект», «самосвідомість», «ментальність».

3. Опрацюйте підготовлені тестові завдання з цієї теми.

4. Подумайте над проблемними питаннями для обговорення на занятті:

- а) Які особливості механізмів відображувальної діяльності на різних стадіях розвитку психіки?
- б) У чому полягають особливості «мови» і «спілкування» тварин?
- в) Чим відрізняється психіка людини від психіки тварини?
- г) Що таке свідомість? Назвіть основні форми вияву свідомості?
- д) У чому полягає єдність свідомого і несвідомого в психічній діяльності людини?
- е) У чому виявляється сутність українського менталітету?
5. Підготуйте реферат на одну із запропонованих тем.

## **ТЕМИ РЕФЕРАТІВ**

1. Проблема біологічного і соціального в розвитку психіки людини.
2. Природничо-наукові основи психологічної науки. Мозок і психіка.
3. Свідомість і самосвідомість.
4. Психологія несвідомого.
5. Внутрішнє і зовнішнє як психологічна проблема.

## **ПСИХОЛОГІЧНІ ЗАДАЧІ**

### **Задача 1.**

Визначте форми відображення дійсності в наведених прикладах та поясніть причину такої поведінки організмів:

А. Комар відкладає яйця тільки на поверхню води і ніколи не відкладає їх на суші, де вони можуть засохнути.

Б. Жаба загине з голоду, не зважаючи на те, що поруч з нею буде сидіти різна мошкара, комарі; для її живлення необхідна здобич, яка перебуває у іншому стані.

В. Павук, посаджений у посудину разом з мухою, не реагує на неї навіть тоді, коли він голодний; але в звичайних умовах спеціально полює на мух, коли вони заплутуються у його павутинні.

### **Задача 2.**

Поясніть, на якому етапі еволюції живої матерії виникла: 1) психічна форма відображення взагалі; 2) свідомість.

### **Задача 3.**

Розмістіть у логічній послідовності основні етапи розвитку психіки: сенсорний рівень відображення, інтелектуальна поведінка, научіння, інстинктивна поведінка, самосвідомість, свідомість, подразливість, тропізми.

### **Задача 4.**

Яка діяльність – свідомо чи несвідомо – виявляється в наведених нижче прикладах?

А. У хворого на білу гарячку реальна дійсність ніби закрита яскравими галюцинаціями: йому привиджаються чорти, які його лають, вишкірюють зуби, погрожують. Він бачить, як на нього нападають звірі, лізуть комахи, кусають його, чує голоси, що погрожують убити його. Рятуючись від переслідувачів, він часом зазнає тяжких травм, каліцтва.

Б. Під час сеансу гіпнозу досліджуваному, що був у гіпнотичному стані, було запропоновано «украсти» гаманець у товариша. Досліджуваний не зміг виконати цього завдання гіпнотизера. А от інші вказівки – вмитися, взяти книгу тощо – досліджуваний виконував (за В.С.Мерліним).

### **Задача 5.**

Із даних понять побудуйте рядки так, щоб попереднє поняття було родовим (більш загальним) по відношенню до наступного.

Свідомість, відображення, психіка, інформація, думка, подразливість, біологічне відображення, інстинкт, тропізми, поняття (за Ф.С.Таратурським, Н.Ф.Таратурською).

## **ПРАКТИЧНІ ЗАВДАННЯ ДЛЯ САМОСТІЙНОГО ВИКОНАННЯ**

1. Складіть логічну схему та простежте взаємозв'язок між даними поняттями, а також окремо побудуйте логічні схеми: розвиток психіки в процесі еволюції живої матерії, свідомість та її структура.

2. Схематично зобразіть локалізацію основних функцій у корі головного мозку.

3. Обґрунтовувати передумови виникнення людської свідомості, проаналізувати проблему її історичного розвитку.

## **ПИТАННЯ ДЛЯ САМОПЕРЕВІРКИ**

1. Як працює фізіологічний механізм психічної діяльності?
2. Назвіть і поясніть сутність основних функцій нервової системи.
3. Дайте пояснення основних законів перебігу нервових процесів.
4. У чому полягає якісна відмінність інтелектуальних форм поведінки вищих тварин і людини?
5. Що таке психіка, які її функції?
6. У чому виявляється схожість і відмінність психіки тварин і людини?
7. Яка роль першої і другої сигнальних систем в регуляції психічних явищ?
8. Які причини і умови виникнення свідомості?
9. Охарактеризуйте психологічні властивості свідомості.
10. Співвідношення між свідомістю і несвідомим.
11. Що таке самосвідомість? Які основні компоненти самосвідомості?
12. Охарактеризуйте стадії самосвідомості (Я-концепції).
13. Що, на ваш погляд, є рушійною силою самовдосконалення особистості?

## МАТЕРІАЛИ ДЛЯ РОБОТИ НА ЗАНЯТТІ

### ОПЕРАТИВНИЙ КОНТРОЛЬ ЗНАНЬ

1. У якому з наведених тверджень правильно подане розуміння психіки:
  - а) психіка є властивістю будь-якої живої матерії;
  - б) матерія існує вічно і є основою буття, а психіка є властивістю матерії;
  - в) психічна діяльність не залежить від зовнішніх умов;
  - г) матерія первинна, а психіка є властивістю особливим способом високоорганізованої матерії – мозку;
  - д) психіка – це рефлекси.
2. Психічне відображення – це:
  - а) обмін речовин у живих системах;
  - б) образи об'єктивної дійсності;
  - в) дзеркальне відображення;
  - г) фотографія навколишньої дійсності.
3. Психічна форма відображення виникла на певному етапі розвитку органічного світу з появою:
  - а) нервової системи;
  - б) подразливості;
  - в) чутливості;
  - г) свідомості.
4. До якої форми відображення навколишньої дійсності належить властивість подразливості:
  - а) біологічної;
  - б) психічної;
  - в) дзеркальної.
5. До якої форми відображення навколишньої дійсності належать інстинкти:
  - а) біологічної;
  - б) психічної;
  - в) дзеркальної.
6. До основних форм відображення не відносять:
  - а) психічне;
  - б) дзеркальне;
  - в) музичне;
  - г) біологічне.
7. Визначте зайве слово:
  - а) розрізнення кольорів, біль, подразливість, чутливість, принциповість, страх;
  - б) сновидіння, тропізми, інстинкт самозбереження, рішучість, афект;
  - в) відчуття, психіка, гальмування, оптимізм, ілюзії, переконання.
8. До психічних явищ належать:

- а) збудження;
- б) рефлекс;
- в) чутливість;
- г) подразливість.

9. Представники ідеалістичного напрямку визначають психіку як:

- а) властивість нервової системи;
- б) відображення об'єктивної дійсності;
- в) психічну діяльність, яка не залежить від зовнішніх умов;
- г) властивість живої матерії.

10. Інстинкт – це:

а) свідомість тварин, яка допомагає орієнтуватися в навколишньому середовищі;

б) вроджена форма безумовно рефлексорного реагування на певні стимули зовнішнього середовища;

в) властивість, набута у процесі взаємодії організму з навколишнім середовищем.

11. Свідомість – це:

а) вроджена здатність людини реагувати на зовнішнє і внутрішнє середовище;

б) вищий рівень відображення людиною дійсності;

в) діяльність центральної нервової системи.

12. Вищий рівень розвитку психіки, який характерний тільки для людини і є поєднанням різних форм відображення, називають:

а) інтелект;

б) характер;

в) свідомість;

г) мораль.

13. Вкажіть визначення, яке найбільш повно і правильно розкриває зміст поняття «самосвідомість»:

а) це моральна властивість характеру людини;

б) це сукупність психічних функцій, за допомогою яких людина усвідомлює саму себе, своє «Я»;

в) це вищий рівень свідомості людини, який зводиться до оцінювання своїх можливостей.

14. Оцінювання особистістю своїх властивостей, можливостей, взагалі самої себе, називається:

а) самоствердженням;

б) самовихованням;

в) самооцінкою;

г) самовираженням.

## ФОРМИ РОБОТИ НА ЗАНЯТТІ

### Семінар

#### «Розвиток психіки і свідомості»

**Мета.** Ознайомитися з виникненням та розвитком психіки, з'ясувати причини, умови виникнення та простежити подальший розвиток, проаналізувати основні рівні відображення, встановити роль праці, та спілкування у виникненні свідомості, ознайомитись із структурою самосвідомості особистості

#### *Питання для обговорення*

1. Природничо-наукові основи психологічної науки. Мозок і психіка.
2. Розвиток психіки у процесі біологічної еволюції та в історії людського суспільства.
3. Свідомість людини як вищий рівень розвитку психіки, її структура та властивості.
4. Несвідоме в психічній діяльності людини.
5. Свідомість і ментальність.

На занятті обговорюються питання за складеним планом. На кожне з них виступає спочатку один студент, а потім доповнюють інші, використовуючи нові наукові джерела, висвітлюють різні точки зору. Підсумок заняття проводить викладач або ж за бажанням один із студентів.

### Наукова конференція

#### «Психологія свідомості:

#### теорія і практика наукових досліджень»

**Мета.** Поглибити та розширити наукові знання студентів про основні компоненти свідомості та сучасні проблеми їх вивчення.

#### **Хід роботи**

1. **Підготовчий етап.** Студенти опрацьовують запропоновану наукову літературу, відбираючи необхідний матеріал для розкриття цієї теми. Звертають увагу на основні компоненти свідомості (знання, мислення та мовлення, самосвідомість тощо). А також аналізують причини виникнення первісної свідомості на певному етапі еволюції психіки.
2. **На занятті** створюється атмосфера наукової конференції. Викладач виступає зі вступним словом, ставить конкретні завдання для організації і проведення конференції, записує студентів на виступи, далі обирають ведучого, заслуховують повідомлення студентів, ставлять виступаючим додаткові запитання та обговорюють підняті проблеми.
3. **Підсумком** конференції є формулювання висновків та оцінки ефективності проведення конференції.

## Колоквіум

### «Розвиток психіки у процесі біологічної еволюції та в історії людського суспільства»

**Мета.** Поглиблення та закріплення знань студентами про розвиток психіки та свідомості.

#### Хід проведення

1. **Підготовчий етап.** Студенти дома опрацьовують наукову літературу, вказану в кінці теми та аналізують сучасний стан вивчення розвитку психіки в психологічній науці.
2. **На занятті** кожен студент може виступити і доповісти ту чи іншу інформацію (в залежності від обраного та опрацьованого дома матеріалу), висловити свою думку, сформулювати свою точку зору про те, що нового дізналися з опрацьованої літератури.
3. **На заключному етапі** можна підсумувати, які ж є передумови виникнення психіки та особливості її розвитку у процесі біологічної еволюції та в історії людського суспільства.

## ЛІТЕРАТУРА

### ОСНОВНА ЛІТЕРАТУРА

1. Варій М. Й. Загальна психологія: навч. посіб. [3-тєє вид.]. Глава 4. Київ: Центр учбової літератури, 2009. С. 98 – 118.
2. Загальна психологія: навч. посіб. / За ред. О.П. Щотки. Т.1. Ніжин: НДУ ім. М. Гоголя, 2012. С. 11 – 21.
3. Ільєнко М. М. Зоопсихологія з елементами порівняльної психології. Київ: Ліра-К., 2020.
4. Максименко С.Д. Психологія в соціальній та педагогічній практиці: методології, методи, програми, процедури / С.Д.Максименко. Київ: Наукова думка, 1998. С. 6-23.
5. М'ясоїд П. А. Загальна психологія: навч. посіб. Розділ І. Психологія як наука. Тема 3,4. Київ: Вища школа, 2000. С. 87 – 135.
6. Основи психології / за ред. О.В.Киричука, В.А.Роменця. Київ: Либідь, 1996. С. 9-94.
7. Пісоцький В. П., Горянська А. М. Закономірності та динаміка психічного розвитку. Формування особистості в онтогенезі.: навч.-метод. посібник. Ніжин, 2003. 58 с.
8. Психологія: підручник / За ред. Ю.Л. Трофімова, В.В. Рибалки. Київ: Либідь, 1999.
9. Роменець В.А. Історія психології /В.А.Роменець. Київ: Вища школа, 1978. 439 с.
10. Савчин М. В. Загальна психологія: навч. посіб. для студ. вищих навч. Закладів. Київ: Академвидав, 2012. 464 с.
11. Теоретико-методологічні проблеми генетичної психології: Зб. наукових статей / за ред. С.Д.Максименко. Київ: Міленіум, 2002. Т. 1. 412 с.

12. Фурман А.В. Психокультура української ментальності. Тернопіль: НДІ МЕВО, 2014. 168 с.

#### ДОДАТКОВА ЛІТЕРАТУРА

13. Гнатенко П.І. Український національний характер / П.І.Гнатенко. Київ: ДОК-К, 1997. 114 с.
14. Грот М.Я. Вибрані психологічні твори [упорядн. М.Д.Бойправ]. Ніжин: НДУ ім..М.Гоголя, 2007. С.10-58, 107-148.
15. Костюк Г.С. Навчально-виховний процес і психічний розвиток особистості. К.: Радянська школа, 1989. С. 70-360.
16. Психологія /за ред. Ю.Л.Трофімова, В.В.Рибалки. Київ: Либідь, 2001. С.12-49, 50-74.
17. Загальна психологія: Хрестоматія: Навч. Посіб. / О.В. Скрипченко, Л.В. Долинська, З.В. Огороднійчук та ін. Київ: Каравела, 2007. 640 с. С. 13-62.

### Розділ 3. МЕТОДИ ПСИХОЛОГІЇ

*Тема «методи психології» акцентує увагу на таких особливостях психології як науковість і її практичне спрямування. Об'єктивність у вивченні психічних явищ найбільшою мірою залежить від дотримання вимог щодо організації дослідження, вибору конкретних шляхів вивчення, інтерпретація отриманих результатів, а також формулювання висновків. Саме тому у цій темі розглянуті принципи психологічної науки у взаємозв'язку із вимогами до методів дослідження.*

*Акцентується увага на особливостях конкретних методів психологічної науки, їх позитиві та негативні моменти, а також їх використання у відповідності поставленим завданням дослідження. Важливим питанням є проблема класифікації методів психології, яких розглянуто декілька. Крім того у темі у достатній мірі проаналізований метод статистичного аналізу, його особливості і обрання чітких математичних критеріїв для аналізу психологічних явищ як практичними психологами так і вчителями.*

#### МАТЕРІАЛИ ДЛЯ ПІДГОТОВКИ ДО ЗАНЯТТЯ ПЛАН

1. Поняття про метод, методику, методологію у психологічній науці.
2. Методологічні принципи й основні вимоги щодо побудови і використання методів психології.
3. Об'єктивні і суб'єктивні методи психологічної науки.
4. Основні класифікації методів психології.

**Ключові поняття:** метод, методика, методологія, спостереження, експеримент, аналіз продуктів діяльності, бесіда, моделювання, статистичний аналіз, валідність, надійність, анкетування, контент-аналіз, тест.

#### СТИСЛИЙ ВИКЛАД ТЕМИ

**1. Поняття про метод, методику, методологію у психологічній науці.** В активі психології – методи дослідження психіки. Під терміном «метод» розуміють спосіб організації практичного і теоретичного освоєння дійсності, зумовлений закономірностями певного об'єкта. У психологічній науці метод – це специфічний інструмент за допомогою якого вивчають психічні явища і на який поширюються вимоги, які постають перед науковим методом. Метод науки – способи пізнання, які використовуються свідомо, цілеспрямовано, на основі знання загальних універсальних законів природи, суспільства і мислення, особливих законів пізнання і окремих, специфічних законів наукового пізнання. Прогрес науки і практики зумовлює розвиток і диференціацію методів, наслідком чого є виникнення вчення про метод – **методології** – системи методів науки і водночас їх теоретичне обґрунтування або система принципів і

способів організації і побудови теоретичної діяльності. У кінці XIX століття психологія прийняла методологію природничого знання, основу якої складають принципи матеріалізму, детермінізму і об'єктивності [9]. Методологію вітчизняної психології визначають принципи детермінізму, єдності свідомості і діяльності, принцип розвитку. Конкретизує метод **методика** – термін, який підкреслює використання методу у емпіричному дослідженні. Це поняття визначається як сукупність технічних прийомів, які спрямовані на реалізацію методу як виробленого способу організації взаємодії суб'єкта і об'єкта дослідження, в основі якого конкретні матеріал і процедура.

**2. Методологічні принципи й основні вимоги щодо побудови і використання методів психології.** Проблема методологічних основ психологічної науки активно розроблялася вітчизняними вченими, зокрема Л. Виготським, Б. Ананьєвим, С. Рубінштейном, Г. Костюком, Б. Ломовим, О. Лурія, О. Леонтьєвим, К. Платоновим та ін. О. Ткаченко узагальнив і систематизував здобутки науковців і вказує на такі основні принципи психології – *принцип відображення, принцип детермінізму, принцип єдності психіки і діяльності, принцип розвитку психіки, системно-структурний принцип.*

Принципи визначають головні вимоги до використання й побудови методів психології: *об'єктивність, генетичний підхід, системність, особистісний підхід, індивідуалізація, єдність теорії та практики.* Зокрема вимога *об'єктивності* орієнтує на виявлення об'єктивних проявів психіки у процесах і продуктах діяльності, у поведінці людини. Водночас дослідження психічних явищ має враховувати динамічний аспект, перехід із філогенезу в онтогенез, з одного рівня розвитку на інший (*генетичний підхід*). Вимога *системності* стосується вивчення психічного явища як системи, що складається з певних компонентів між якими існують стійні взаємозв'язки (мікрорівень), і, водночас, вона є складовою більш масштабного утворення (макрорівень). Психічне явище має розглядатися у контексті цілісності особистості, з урахуванням її потреб, інтересів тощо (*особистісний підхід*), а кожен метод, який використовується у психологічному дослідженні, має підкреслювати унікальність особистості (*індивідуалізація*). Цілеспрямований вплив на особистість має здійснюватися на основі встановлених законів і закономірностей розвитку психіки (*єдність теорії та практики*).

Також методи характеризуються *валідністю* і *надійністю*. Валідність – це: а) комплексна характеристика методики, що включає в себе відомості зі сфери явищ, які досліджуються, і репрезентативності (правомірності) діагностичної процедури по відношенню до них; б) критерій, який визначає чітку спрямованість методики і рівень обґрунтованості висновків, зроблених у конкретних умовах її використання; відповідність методів тому, для вивчення і оцінки чого вони застосовуються. Під

надійністю розуміють якість метода (методики) дослідження, який дозволяє отримувати одні й ті ж результати при багаторазовому його використанні. В. Дружинін підкреслює три аспекти надійності: відтворюваність результатів дослідження у повторних спробах; точність психологічного вимірювання; стійкість результатів, які отримуються у часі і по відношенню до різних перешкод під час дослідження.

**3. Об'єктивні і суб'єктивні методи психологічної науки.** В залежності від об'єкта дослідження (зовнішні об'єкти чи сам дослідник) розрізняють об'єктивний і суб'єктивний методи. Так, *об'єктивний метод* включає до своєї групи методів такі: конкретно-наукові (тести, аналіз продуктів діяльності, опитування), загальнонаукові (експеримент і спостереження), метанаукові (статистичний аналіз і математичне моделювання). Об'єктивні методи – це сукупність загальних шляхів і вимог до психологічного дослідження, які забезпечують максимальну однозначність і надійність отриманих результатів.

Розглянемо *конкретно-наукові* об'єктивні методи. Метод опитування має дві форми: *бесіда* (інтерв'ю) і *анкетування*. Анкета – порівняно економічний засіб збирання даних у масових дослідженнях для розв'язання науково-практичних проблем. Його особливістю є опосередкований характер взаємодії дослідника і досліджуваного, що спількуються за допомогою анкет. Анкета – засіб одержання соціально-психологічної інформації, основою якого є вербальна комунікація. У створенні анкет чітко простежується три етапи: 1) вибір форми і змісту; 2) вибір типу запитань; 3) визначення кількості і порядку запитань відповідно до поставленої мети. Так на другому етапі можна використати або відкриті або закриті запитання (залежно від проблеми дослідження). За призначенням питання можуть бути уточнюючими, навідними, основними, контрольними тощо. Третій етап відображає логіку дослідження: спочатку прості запитання, потім складніші, які передбачають висловлення власної думки досліджуваного. Після цього блоку знову розміщують прості запитання (біографічні). Анкетування має як позитивні так і негативні аспекти. Позитивними моментами цього методу є економічність і можливість охопити великий масив даних, можливість формалізації даних і мінімізованого впливу дослідника. До негативних моментів відносять: неможливість контролю процесу заповнення анкети і нещирість досліджуваних.

Особливість *бесіди* як наукового методу полягає у безпосередній взаємодії дослідника і досліджуваного при зборі інформації. При цьому попередньо сплановані запитання можуть переформулюватися, а відповіді уточнюватися. Тобто результат залежатиме не лише від форми і змісту, а й від особливостей міжособистісних стосунків. Позитивним моментом бесіди є встановлений психологічний контакт із співрозмовником, що сприяє отриманню більш особистісної інформації. У медичній

психології (а також у психіатрії, медицині) виділяють особливий вид бесіди – *клінічну*, що допомагає клієнту усвідомити власні конфлікти, приховані мотиви поведінки і труднощі. При проведенні такої бесіди до уваги приймаються поведінка, жести, пози, міміка, тон тощо. Клінічна бесіда планується на основі попереднього діагнозу. Бесіда також може проводитися у формі *інтерв'ю*. Інтерв'ю – метод отримання соціально-психологічної інформації під час усного опитування, в ході якого експериментатор не перериває респондента і не уточнює та не коментує його відповідей. Як правило, інтерв'ю проводять на початкових етапах дослідження з метою визначення основних критеріїв, що цікавлять дослідника. Розрізняють такі види інтерв'ю, як стандартне (запитання визначені заздалегідь), напівстандартне (запитання можуть варіюватися), глибинне (запитання і відповіді мають вільну форму і стосуються одного питання), вільне (задана лише тема), опосередковане, коли мета інтерв'ю прихована, а запитання завуальовані; діагностичне і клінічне.

*Аналіз продуктів діяльності* – конкретно-науковий метод, який дозволяє отримати інформацію про психічні якості та властивості особистості, рівень їх розвитку шляхом вивчення: а) результатів діяльності (письмові роботи, малюнки, моделі тощо); б) процесу створення продукту (темп роботи, динаміку, вправність у дії, ставлення до завдання). Існують різновиди цього методу: *контент-аналіз, графологія, аналіз малюнків* тощо. Аналіз продуктів діяльності – система дослідницьких процедур, які спрямовані на збір, систематизацію, вивчення та тлумачення продуктів діяльності. Продукт (від лат. productus – виробляти) – реальні та ідеальні вияви активності людини, які можуть бути об'єктивно вивченими: малюнки, щоденники, літературні твори, вироби тощо.

Основне тлумачення цього методу полягає в формуванні опосередкованих висновків про сформованість знань людини, її інтереси та здібності, розвиток тих чи інших якостей. Операціонально можна здійснювати аналіз у двох напрямках: аналіз вже готового продукту (письмові роботи, малюнки тощо), виконаного в різний час, на різних етапах життя, навчання, що допомагає з'ясувати особливості розвитку, формування вмінь і навичок, прояви творчості та ін.; вивчення процесу створення продукту, що надає можливість з'ясування динаміки формування задуму, темп роботи, ставлення до виконання завдання тощо. Таке спостереження сприятиме формуванню висновку про розвиток і особливості розумових, емоційних, вольових та індивідуально-особистісних якостей та властивостей особистості. *Контент-аналіз* (від англ. contents – зміст і грец. analisis – розкладання) – виділення і дослідження певних характеристик текстової інформації різних видів. Спрямований на отримання відомостей про психологічні характеристики комунікатора, аудиторії, повідомлення та їх взаємозв'язок. Основою метода є виділення у текстовій інформації певних кількісних показників для статистичної обробки (вислів, судження, поняття тощо). *Аналіз графологічний* (грец. graphio –

пишу і logos – вчення) – система дослідницьких операцій щодо виявлення індивідуально-психологічної варіативності почерку, де проявляються психомоторні особливості людини. Широко використовується у диференціальній психології, психофізіології, крім того у криміналістиці. Існує також інша назва цього методу – психографологічний метод. Основний аналіз спрямовується на з'ясування особливостей почерку графологічних рухів. Так, почерк аналізується за такими критеріями: знаки, букви і розчерки. Крім того звертається увага на поля, строчки, слова, літери, заокруглення, кути, кінцеві штрихи, підкреслювання, межі, знаки пунктуації, наголос, окличні знаки тощо. Зокрема строчки бувають прямолінійні, такі що тягнуться догори, прямолінійні, що спадають вниз, хвилясті, що підіймаються і такі, що спадають, параболічні і гіперболічні. Букви аналізуються за 13 критеріями. На основі взаємозв'язків всіх показників робиться висновок про переважання певних рис характеру тощо.

Аналіз малюнків (виробів, фотографій) – система операційних процедур, яка спрямована на виявлення індивідуально-психологічних властивостей особистості шляхом детального вивчення їх малюнків або виробів за певними показниками (які визначаються в залежності від мети дослідження). Так, малюнок може аналізуватися за такими критеріями: відповідність зображення зразку; використання конкретних технік та їх правильність, наявність основних вмінь (художніх) та міра їх розвитку; аналіз основних і другорядних деталей малюнку, їх відповідність, акуратність виконання малюнку, самооцінка малюнку, процесуальні особливості виконання малюнку тощо (показники можуть бути розширеними або звуженими). Аналогічними є показники для аналізу виробів. У психології існують спеціально створені методики, які ґрунтуються на спеціальному аналізі тематичного малюнку – проєктивні – «Малюнок неіснуючої тварини», «Малюнок сім'ї», «Дім» та ін.

Тест – конкретно-науковий метод, стандартизоване і обмежене в часі випробування, яке має на меті виявлення рівня розвитку певної функції або функцій; стандартизована методика для діагностики виразності у індивіда психічних властивостей або станів при розв'язуванні задач. Термін був запропонований Дж. Кеттелом. Розрізняють тести інтелекту, тести досягнень, тести здібностей, тести загальних професійних здібностей. *Тест інтелекту* – методика, яка спрямована на вимірювання рівня інтелектуального розвитку індивіда і визначення особливостей структури його інтелекту. Бувають монометричні тести інтелекту і мультитестові батареї, які діагностують загальний інтелект і спеціальні інтелектуальні фактори. *Тести досягнень* – тести, які використовуються для вимірювання якості навчальних або професійних знань, умінь, навичок. Вони конструюються на основі змісту навчальних програм, змісту навчальних чи професійних задач для визначення умов і мети тестування (відбір, атестація, екзамен тощо). *Тести здібностей* – методики, які мають на меті діагностувати рівень розвитку загальних і спеціальних

здібностей, які визначають успішність навчання, професійної діяльності та творчості (тести інтелекту, тести спеціальних здібностей, тести загальних професійних здібностей).

До групи загальнонаукових методів належать *спостереження* і *експеримент*. Вони ж і є основними методами психологічної науки. Спостереження – цілеспрямоване, організоване сприймання і реєстрація поведінки об'єкта. У психологічній науці розрізняють багато видів спостереження: (в залежності від позиції спостерігача) відкрите і приховане; пасивне і активне (в залежності від активності спостерігача); випадкове або несистематичне і систематичне); за впорядкованістю спостереження є випадковим, суцільним, вибіркоvim і систематичним; лонгітюдне, періодичне, поодиноке (з точки зору хронологічної організації спостереження). Також активне спостереження може здійснюватися у звичних (природних) умовах, у клінічних умовах, у лабораторних умовах. Систематичне спостереження розрізняють включене і невключене. Включене спостереження передбачає, що спостерігач сам є членом групи, поведінку якої він досліджує. Є два варіанти включеного спостереження: 1) учасники знають, що їх поведінка фіксується; 2) учасники не знають, що їх поведінка фіксується. Процедура дослідження методом спостереження складається із наступних етапів: 1) визначення предмета спостереження (поведінка); об'єкт (окремі індивіди або група), ситуації; 2) обирається спосіб спостереження і реєстрації даних; 3) будується план спостереження (ситуації – об'єкт – час); 4) обирається метод обробки результатів; 5) здійснюється обробка і інтерпретація отриманої інформації. Предмет спостереження: 1) мовні акти (зміст, послідовність, частота, тривалість, інтенсивність тощо); 2) виразні рухи, експресія обличчя, очей, тіла; 3) рухи (переміщення і нерухомі стани людей, дистанція, швидкість і напрямки рухів); фізичні впливи (дотики, удари, поштовхи тощо).

*Експеримент* – метод психології; сплановане, організоване і кероване суб'єктом дослідження, у процесі якого експериментатор (суб'єкт) впливає на ізольований об'єкт (об'єкти) і реєструє зміни у його станах. Основна мета – перевірка гіпотези про причинно-наслідковий зв'язок між впливами (незалежна змінна) і змінами у стані об'єкта (залежна змінна). Специфіка психологічного експерименту полягає у спільній діяльності досліджуваного і експериментатора щодо вивчення психічних особливостей досліджуваного шляхом спостереження за поведінкою при виконанні поставлених завдань. С. Рубінштейн експеримент поділяє на лабораторний, природний і психолого-педагогічний. На відміну від спостереження, експеримент є активним методом. Експериментатор моделює ситуацію дослідження, може активно втручатися в неї у процесі експерименту, здійснюючи заплановану або ситуативно зумовлену зміну одного чи кількох факторів і реєстрацію цих змін у поведінці досліджуваного об'єкта. Існує два види психологічного експерименту: 1) лабораторний експеримент проводять у спеціально створених умовах

(лабораторіях) із використанням сучасної сигнальної і реєструючої апаратури, виконуючи при цьому інструкції, які регламентують дії досліджуваного і сприяють отриманню науково-об'єктивної інформації; 2) природний експеримент відбувається у звичних для досліджуваних умовах (гра, навчання на уроці тощо). Особи, які беруть у ньому участь, на відміну від лабораторного, не знають, що вони є учасниками психологічного дослідження. Природний експеримент поділяється на констатувальний і формувальний. Останній має на меті виявлення і вивчення певних змін у розвитку психіки в умовах цілеспрямованого впливу експериментатора на досліджуваних. Широко використовується у віковій і педагогічній психології, патопсихології.

*Моделювання* – метод, який дозволяє спрощеним шляхом дослідити психічні процеси і психічні стани особистості за допомогою їх реальних або ідеальних моделей. Розрізняють два види моделювання: а) моделювання психіки – знакова або технічна імітація психічних процесів і механізмів, яка полягає у створенні моделей психічних явищ і вивченні їх функціонування з метою використання і пояснення емпіричних фактів; 2) психологічне моделювання – відтворення певної психічної діяльності шляхом штучного створення умов в лабораторній обстановці з метою її дослідження або вдосконалення. Моделі бувають знаковими (образні, вербальні, математичні), програмні (евристичні, алгоритмічні, схемні) і предметні (біонічні). Нині у науці оперують лише знаковими і програмними моделями психіки. В.М. Дружинін вказує, що існують два види моделювання: структурно-функціональне і функціонально-структурне. У першому випадку дослідник намагається з'ясувати структуру окремої системи за її зовнішньою поведінкою і для цього обирає або конструює аналог (власне моделювання) – іншу систему, яка має подібну поведінку. Це основний метод у психології. У другому варіанті за подібністю структур моделі і образу дослідник вирішує чи є щось спільне у функціях, зовнішніх проявах тощо.

*Статистичний аналіз* у психологічній науці спрямований на розв'язання таких основних задач: 1) заміна множини числових значень вимірюваного показника двома узагальненими величинами, які виражають найбільш типове значення показника і міру розсіювання значень відносно нього, і їх статистична оцінка; 2) визначення статистичної достовірності відмінностей між двома однорідними показниками; 3) визначення міри зв'язку між двома показниками і оцінювання її статистичної значущості. Для розв'язання першої задачі використовують міру центральної тенденції – величина, навколо якої групуються окремі значення показника, які різняться між собою; множина даних, яка представлена одним числом. У якості міри центральної тенденції частіше за все використовуються три величини: середнє арифметичне, медіана і мода. *Середнє арифметичне (M)* – це сума всіх значень конкретного числового ряду розділена на кількість показників, яка знаходиться за формулою:

$$M = \frac{x_1+x_2+x_3+\dots+x_n}{n}; \text{ або } \frac{1}{n} \sum_{i=1}^n x_i,$$

У першій формулі  $x_1, x_2, x_3, \dots, x_n$  – значення показників числового ряду,  $n$  – кількість досліджуваних. Друга формула:  $x_i$  – числові значення показника,  $n$  – кількість досліджуваних. *Медіана* – це ( $Md$ ) числове значення показника, який в впорядкованому ряді даних знаходиться по-середині (медіана ділить ранжований ряд навпіл). При непарній кількості числових значень у проранжованому ряді  $Md$  визначається через вираз:

$$Md = \frac{n+1}{2};$$

де  $n$  – загальна кількість значень в ряді даних. Також цим виразом можна користуватися і при парному числі значень в ряді. *Мода* ( $Mo$ ) – величина досліджуваної ознаки, яка найчастіше трапляється у сукупності (за тієї умови, коли невелика кількість даних мода нестабільна).

Замінюючи множину числових значень показника одним числом ( $Mo, Md, M$ ) отримуємо просту і наглядну ситуацію. Але трапляється, що за цими значеннями вибірки не різняться, тоді використовується така статистична характеристика як *розмах значень* – інтервал між найбільшим і найменшим значеннями у серії. Найбільш частіше у якості міри розмаху або розсіювання даних використовують *розмах і стандартне відхилення*. Так розмах ( $W$ ) – різниця максимального і мінімального значень в ряді даних:

$$W = x_{max} - x_{min}.$$

Головна перевага цієї міри – легкість її визначення, але, водночас, вона є грубою мірою, яка дає змогу приблизно порівняти ряди даних (кілька). Більш точною мірою розсіювання даних є стандартне відхилення ( $\sigma$ ), яке визначається за формулою:

$$\sigma = \sqrt{\frac{\sum_{i=1}^n (x_i - M)^2}{n-1}},$$

де  $x_i$  – числові значення показника,  $n$  – їх кількість (при  $n > 30$  у знаменнику замість  $n - 1$  буде  $n$ ),  $M$  – середнє арифметичне.

Величини  $Md, M, W, \sigma$  надають досить повну статистичну характеристику сукупності даних. Але коли ставиться завдання розповсюдити отримані результати на більш широке коло об'єктів або досліджуваних керуються методами статистичного висновку – точечного і інтервального оцінювання. Надійність точечної оцінки ( $M$  конкретного числового ряду) можна з'ясувати за допомогою обрахунку стандартної похибки середнього ( $m$ ):

$$m = \frac{\sigma}{\sqrt{n}},$$

де  $\sigma$  – стандартне відхилення,  $n$  – кількість числових значень показника

Інший вид оцінювання – інтервальний. Інтервальне оцінювання будь-якого параметру ( $M$  також) – це інтервал числової осі, у межах якого десь знаходиться значення даного параметру. В цьому випадку замість одного числа вказуються верхня і нижня межі інтервалу; коли він будується з урахуванням ймовірності попадання значення параметру в межі інтервалу, він називається довірливим інтервалом, а ймовірність того що саме цей інтервал із сукупності всіх можливих «довірливих» інтервалів буде вміщувати шуканий параметр – довірливим коефіцієнтом. У більшості випадків коефіцієнт становить 0,95 (95%), тобто можлива похибка, яку можна допустити 0,05 (5%). Верхню і нижню межу для середнього значення  $M$  можна визначити за формулами 1 і 2:

верхня межа  $M + k_n * W$  (1); нижня межа  $M - k_n * W$  (2);

де  $W$  - розмах,  $k_n$  - табличний коефіцієнт

Друга задача, щодо визначення статистичної достовірності виявлених відмінностей між однорідними показниками, розв'язується шляхом використання статистичних критеріїв:  $t$  Стьюдента,  $Q$  Розенбаума,  $U$  Манна-Уїтні,  $H$  Крусела-Уоліса,  $S$  Джонкіра,  $G$  критерій знаків, критерій  $\chi^2$  Фрідмана,  $\alpha$  – Пейджа,  $\chi^2$  – Пірсона,  $\lambda$  – Колмогорова-Смірнова та ін. Використання того чи іншого критерію обумовлюється завданнями дослідження, умовами, особливістю вибірок тощо. Особливості критеріїв, алгоритм їх обрахунку, можливості використання детально описані в посібнику О. Сидоренко [14].

Визначення міри зв'язку між показниками досягається через оцінку статистичного зв'язку (кореляції) між двома рядами даних. *Кореляційний аналіз* – комплекс методів статистичного дослідження взаємозв'язку між змінними, які пов'язані між собою кореляційними відношеннями. У якості міри статистичного зв'язку використовуються (в залежності від характеру даних) різні види коефіцієнтів кореляції. Як правило, величина коефіцієнта кореляції змінюється в межах від +1 (прямий функціональний зв'язок) до -1 (зворотній функціональний зв'язок). Якщо коефіцієнт кореляції дорівнює нулю, то зв'язок між ознаками відсутній. Найбільш широке застосування отримав коефіцієнт кореляції Пірсона ( $r_{xy}$ ), який виражає лінійний зв'язок між змінними. Основна вимога використання ( $r_{xy}$ ) вимагає, щоб змінні були виміряні на рівні шкал, які мають одиниці вимірювання. Коли перераховані вимоги (лінійний зв'язок, нормальний розподіл, шкала, що має одиниці вимірювання) не можуть бути дотримані, більш доцільним є використання коефіцієнта рангової кореляції Спірмана ( $\rho$ ).

Особливості використання, формули, процедури обрахунку можна знайти у спеціальній літературі, зокрема.

До суб'єктивного методу відносять самоспостереження (інтроспекція), самооцінка, самозвіт тощо. Суб'єктивні методи психологічного дослідження ґрунтуються на оцінюванні особою власних рис характеру, психічних станів тощо. Самоспостереження (інтроспекція) – спосіб дослідження власних особливостей психіки людиною; особливий метод наукового пізнання людиною своєї свідомості через сприймання її проявів: думок, почуттів, переживань тощо. Вперше у психології використав В. Вундт, а започаткували його Р. Декарт і Дж. Локк. У сучасній психології цей метод використовують як допоміжний при зборі даних. *Самооцінка і самозвіт* є дуже схожими на інтроспекцію, оскільки ґрунтуються на суб'єктивному баченні власних психічних станів, рис характеру, емоційно-вольових якостей, оцінці їх особливостей і рівня сформованості.

**4. Основні класифікації методів психології.** У вітчизняній психологічній науці існує декілька підходів до класифікації методів психологічного дослідження. Одна із них належить С. Л. Рубінштейну. Так, автор виділяє у якості головних методів психології спостереження і експеримент. Спостереження поділяє на «зовнішнє» і «внутрішнє» (самоспостереження), а експеримент – на лабораторний, природний і психолого-педагогічний. С. Рубінштейн також виокремлював і допоміжний метод – фізіологічний експеримент (основна модифікація – метод умовних рефлексів). Крім того він виділяє і прийоми: вивчення продуктів діяльності, бесіду і анкету.

Найбільшого поширення набула класифікація Б.Г. Ананьєва. Всі методи автор поділяє на: 1) організаційні; 2) емпіричні; 3) способи обробки даних; 4) інтерпретаційні. До першої групи Б.Г. Ананьєв відносить три методи, які власне є стратегіями дослідження: порівняльний, лонгітюдний, комплексний. До другої групи автор відносить спостереження і самоспостереження, експеримент (лабораторний, природний та ін. види), психодіагностичний метод, аналіз процесів і продуктів діяльності (проксіометричні методи), моделювання і біографічний метод. Ця група методів спрямована на збір і отримання даних у психологічному дослідженні. Третю групу методів складають математично-статистичний метод і метод якісного аналізу результатів. Методи, які входять до четвертої групи, допомагають встановити вертикальні і горизонтальні зв'язки між явищами, які досліджуються. Це генетичний (онтофілогенетичний) і структурні (типологізація, класифікація та ін.) методи.

Заслуговує на увагу класифікація методів психології М.С. Роговіна і Г.В. Залевського. Під методом автори розуміють деякі співвідношення між об'єктом і суб'єктом у процесі пізнання. На основі цього вони виділяють шість основних методів: *герменевтичний* – метод, який відповідає недиференційованому стану науки (суб'єкт і об'єкт не протиставляються, мислительна операція і метод науки є тотожними); *біографічний* –

метод, який спрямований на виділення цілісного об'єкта пізнання у науці про психіку; *спостереження* – метод, який пов'язаний із диференціацією об'єкта і суб'єкта пізнання; *самоспостереження* – пов'язаний із перевтіленням суб'єкта в об'єкт на основі попередньої диференціації; *клінічний* – метод, який має здійснити перехід від зовнішнього спостереження поведінки до внутрішніх механізмів; *експеримент* – активний метод, сутність якого полягає у протиставленні суб'єкта пізнання об'єкту, при якому враховується роль суб'єкта у процесі пізнання.

В.М. Дружинін виділяє у психології три класи методів за аналогією з іншими науками: 1) *емпіричні*, де здійснюється зовнішня реальна взаємодія суб'єкта і об'єкта дослідження; 2) *теоретичні* – методи, які підкреслюють взаємодію суб'єкта з мислительною моделлю об'єкта (предметом дослідження): дедуктивний (аксіоматичний і гіпотетико-дедуктивний) і індуктивний, а також моделювання (структурно-функціональне і функціонально-структурне); 3) *інтерпретація і опис* – методи, де суб'єкт взаємодіє із знаково-символічними уявленнями про об'єкт (графіки, таблиці, схеми).

### **ЗАВДАННЯ ДЛЯ САМОСТІЙНОЇ РОБОТИ З ТЕОРЕТИЧНИМ МАТЕРІАЛОМ**

1. Уважно опрацюйте теоретичний матеріал із посібників і підручників з теми «Методи психології».
2. Випишіть основні поняття теми у психологічний словник.
3. Впорядкуйте отриману інформацію і складіть схему «методологічні принципи і вимоги до методів психології».
4. Опрацюйте класифікацію методів психології С.Л. Рубінштейна у його підручнику. Визначте особливості його підходу до методів у психології.
5. Опрацюйте класифікацію методів психології Б. Г. Ананьєва. Визначте особливості його підходу до класифікації методів психологічної науки.
6. Опрацюйте класифікацію методів психології М. С. Роговіна і Р. В. Залевського. Випишіть їх пояснення методів психології і обґрунтування класифікації методів.
7. Опрацюйте класифікацію методів психології В.М. Дружиніна,
8. Зробіть до кожного підходу схему «класифікація методів психології».
9. Відшукайте інші класифікації методів психології, уважно ознайомтеся із обґрунтуванням автора і підготуйте доповідь на заняття.
10. Які завдання щодо використання математично-статистичних методів можуть ставитися вчителем і психологом? Чим будуть вони різнитися, а в чому будуть схожими?

## ТЕМИ РЕФЕРАТІВ

1. Основні методологічні принципи психологічного дослідження.
2. Спостереження як метод психологічного дослідження.
3. Експериментальний метод у психології.
4. Вербально-комунікативні методи у психології.
5. Проективні методи дослідження особистості.
6. Психодіагностичні методи психологічного дослідження.
7. Метод анкетування у психології.
8. Етичні проблеми психологічних досліджень.

## ПСИХОЛОГІЧНІ ЗАДАЧІ\*

### Задача №1

З перерахованих нижче положень виберіть ті, які містять: 1) загальні вимоги експериментальних та не експериментальних методів; 2) вимоги, що характерні тільки для експериментальних методів; 3) вимоги, що характерні тільки для природного експерименту.

- а) дослідник не втручається в перебіг психічних процесів;
- б) дослідник сам створює умови для виникнення психічних явищ, що його цікавлять;
- в) добуваються знання про психіку, що не залежать (в тій чи іншій мірі) від суб'єктивних якостей дослідника (таких як думка, оцінка тощо);
- г) вивчається психіка по її об'єктивним проявам;
- д) вивчається психіка людини в процесі її звичайної діяльності.

### Задача №2

В школу прийшла молода вчителька Н.В. Її призначили класним керівником 7-А класу. До початку навчального року залишилось два тижні. Вчителька вирішила познайомитися зі своїми майбутніми вихованцями, щоб 1 вересня зустрітися з ними як зі старими знайомими. Взяла класний журнал 6-А класу, особові справи. Уважно вивчила особову справу кожного учня, особливо вчитувалася в характеристики. Переглянула поточну і підсумкову успішність за журналом. І хоч вона не бачила дітей, в її уяві постали образи кожного хлопчика і дівчинки.

І ось 1 вересня. Перший тиждень спільної роботи з вихованцями. Особисте знайомство з дітьми в якійсь мірі розчарувало Н.В.

З'ясуйте: Який метод психологічного дослідження застосувала вчителька? Чому особиста зустріч з учнями трохи розчарувала вчителя?

### Задача №3

---

\* Задачі складено за матеріалами В.С. Мерліна, П.А. М'ясоїда

В той час коли всі діти в групі були зайняті грою, вихователька підізвала Олю до себе і стала ставити запитання, щодо запланованої з нею бесіди.

Подумайте і дайте обґрунтовану відповідь: Чи буде Оля відповідати? Чому? Якщо буде, то чи можна вважати її відповіді достовірними? Яких умов повинен дотримуватися дослідник, використовуючи метод бесіди?

#### **Задача №4**

Шкільний психолог розробив анкету, спрямовану на з'ясування ставлення учнів до заходів, які проводилися у школі. Вона складалася із 40 запитань і починалася словами: «Чи подобається тобі..?», «Чи хотів би ти..?», «Чи задоволений ти..?», «Чи любиш ти..?». Передбачались відповіді «так» або «ні», що їх повинні були вибрати опитувані.

Як Ви вважаєте: Чи правильно складено анкету? Яких вимог слід було дотримуватися?

#### **Задача №5**

По наданим описам визначте методи дослідження.

А) Людина розміщується в ізолюваній кабіні, в спеціальному шоломі закріплюються прилади, за допомоги яких досліджуються біотопи мозку під впливом різних подразників або при різних станах організму. Досліджуваний перед проведенням досліду отримує відповідну інструкцію. Всі отримані показники фіксуються апаратурою.

Б) На основі дитячих малюнків психолог встановлює особливості сприймання дітьми предметів; аналізуючи письмові роботи школярів і спів ставляючи дані з результатами інших експериментів, дослідник робить висновки про особливості індивідуального стилю діяльності школярів.

#### **Задача №6**

Здобувачка педагогічного коледжу, виконуючи курсову роботу по темі «Ігрова діяльність», мала бути зібрати необхідний емпіричний матеріал. Для цього вона вирішила використати метод спостереження. Прийшовши в дитячий садок, зайшла до групової кімнати і звернулася до дітей з такими словами: «Мені сьогодні необхідно поспостерігати за тим, як ви граєте».

Як Ви вважаєте: Чи будуть отримані студенткою дані достовірними? Яку умову щодо використання методу було нею порушено?

#### **Задача №7**

Під час спостереження в дитсадку здобувачка записала: «Саша (5 р.) уважно слухав пояснення вихователя. На це вказувала його поза: він дивився на вихователя уважно, не відволікаючись. Однак. Коли йому задали питання, він відповів не вірно. Під час гри з дітьми мені здалося,

що Сашині думки були десь далеко, він ніби мріяв про те, як гарно було б йому зараз вдома з мамою в його улюбленому затишному ліжечку».

Подумайте і вкажіть на те: Які помилки при фіксації результатів спостереження було зроблено студенткою? Чи завжди за зовнішнім виглядом можна визначити про перебіг внутрішніх процесів у дитини?

### ПРАКТИЧНІ ЗАВДАННЯ ДЛЯ САМОСТІЙНОГО ВИКОНАННЯ

1. Виконайте методику «Дім, дерево, людина» (Дж. Бук) у режимі самодіагностики та складіть письмову інтерпретацію власного малюнку.
2. Підберіть кілька методик для дослідження самооцінки особистості. Проведіть їх та інтерпретуйте отримані результати, особливу увагу звернувши на порівняння результатів.
3. Сформулюйте питання для бесіди із студентом на тему «Мое хобі». Складіть логічний план бесіди з обґрунтуванням кожного питання. Поміркуйте над початком бесіди та питаннями для підтримки бесіди. Визначте способи обробки результатів.
4. Підберіть методики для вивчення особливостей одного із пізнавальних психічних процесів (на ваш вибір).
5. Розробіть анкету для вивчення готовності студентів вашої групи до шлюбу. Апробуйте анкету і здійсніть аналіз отриманих даних.
6. Розробіть схему інтерв'ю на тему «Ваш ідеал». Проведіть дослідження та поясніть отримані результати.
7. На першому курсі одного із факультетів у студентів був вимірний IQ:

99	93	124	110	110
105	85	110	124	98
140	124	124	130	139
115	134	135	108	124
111	127	95	127	124
115	110	93	115	130

Проранжуйте даний ряд значень. Підрахуйте моду, медіану та середнє арифметичне.

## ПИТАННЯ ДЛЯ САМОПЕРЕВІРКИ.

1. Дайте визначення понять «метод», «методика», «методологія».
2. Перелічіть і розкрийте сутність основних методологічних принципів психології.
3. Поміркуйте, який зв'язок існує між методологічними принципами і вимогами до методів дослідження у психологічній науці.
4. Розкрийте вимоги до методів психології.
5. Що зумовлює поділ методів у психологічній науці на суб'єктивний і об'єктивний методи? Які саме конкретні методи відносяться до кожного із них?
6. Вкажіть на особливості конкретно-наукових методів.
7. Проаналізуйте загальнонаукові методи та підкресліть їх особливості у психології.
8. Дайте характеристику метанауковим методам та вкажіть на їх особливості з точки зору психологічної науки.
9. Розкрийте особливості використання статистичного методу у психології.
10. Поясніть відмінності між різновидами моделювання: структурно-функціональне і функціонально-структурне.
11. Чим можна пояснити паралельне існування різних класифікацій методів психологічного дослідження? Назвіть їх.
12. В чому полягають особливості підходів до класифікації методів у психології.

## МАТЕРІАЛИ ДЛЯ РОБОТИ НА ЗАНЯТТІ

### ОПЕРАТИВНИЙ КОТРОЛЬ ЗНАНЬ

1. Спосіб або шлях дослідження певного психологічного явища називається:
  - а) методика;
  - б) метод;
  - в) методологія.
2. Вимоги щодо особливостей застосування у практичній діяльності методів психологічної науки сформульовано у відповідності до:
  - а) методики;
  - б) методологічних принципів;
  - в) об'єкта дослідження.
3. Конкретизація методу на практиці та досягнення поставленої мети через операціональні процедури реалізовано у:
  - а) методиці;
  - б) методологічних принципах;
  - в) у методології;
  - г) у прийомах.

4. Розробка вчення про методи, їх класифікацію, аналіз та обґрунтування щодо використання – це завдання:

- а) методики;
- б) методологічних принципів;
- в) об'єкта дослідження.

5. Головними методами психологічної науки за С. Л. Рубінштейном є:

- а) спостереження;
- б) експеримент;
- в) інтроспекція;
- г) спостереження й експеримент.

6. Визначте про який метод йдеться в уривку: «Система дослідницьких процедур, які спрямовані на вимірювання індивідуально-психологічних відмінностей шляхом виділення і вивчення певних характеристик текстової інформації різних видів називається...»:

- а) психографологія;
- б) контент-аналіз.

7. Вставте пропущене словосполучення.

Метод аналізу ... .. конкретизує психографологія, контент-аналіз, аналіз малюнку.

8. Стандартизована методика, яка спрямована на вимірювання індивідуально-психологічних відмінностей шляхом розв'язання формалізованих завдань називається...

- а) опитувальник;
- б) тест в) анкета.

9. Вставте пропущене слово.

Спостереження і експеримент належать до групи ... методів.

10. Спільна діяльність досліджуваного і експериментатора щодо вивчення психологічних особливостей досліджуваного шляхом спостереження за його поведінкою під час розв'язання експериментальних завдань називається:

- а) опитувальник;
- б) тест;
- в) анкета;
- г) експеримент.

11. Цілеспрямоване, організоване сприймання і реєстрація фактів поведінки досліджуваного у відповідності до поставленої мети називається:

- а) опитувальник;
- б) тест;
- в) експеримент;
- г) спостереження.

12. Термін «тест» для використання у психологічній науці запропонував...

- а) Ф. Гальтон;
- б) А. Біне;

- в) Дж. Кеттел;
- г) Дж. Гілфорд.

13. Вставте пропущене слово.

Метод опитування, який передбачає отримання інформації в усній формі при безпосередній взаємодії експериментатора і досліджуваного за умови встановлення психологічного контакту називається ...

- а) опитувальник;
- б) тест;
- в) анкета;
- г) бесіда.

14. Вставте пропущене слово.

... є формою бесіди.

15. Автором класифікації методів психологічної науки в основу якої покладено етапи психологічного дослідження є:

- а) С. Рубінштейн;
- б) Б. Ананьєв;
- в) В. Дружинін;
- г) М. Роговін і Р. Залевський.

16. Автором класифікації методів психологічної науки, де взяті за основу деякі співвідношення між об'єктом і суб'єктом у процесі пізнання є:

- а) С. Рубінштейн;
- б) Б. Ананьєв;
- в) В. Дружинін;
- г) М. Роговін і Р. Залевський.

17. Автором класифікації методів психологічної науки, де основними є спостереження і експеримент, які супроводжуються певними прийомами є:

- а) С. Рубінштейн;
- б) Б. Ананьєв;
- в) В. Дружинін;
- г) М. Роговін і Р. Залевський.

18. Автором класифікації методів психологічної науки, де за аналогією з іншими науками і виділяється три групи методів: теоретичні, емпіричні та інтерпретація й опис є:

- а) С. Рубінштейн;
- б) Б. Ананьєв;
- в) В. Дружинін;
- г) М. Роговін і Р. Залевський.

19. Метод опитування, який має наперед визначені короткі запитання, основною метою яких є з'ясування особливостей ставлення особистості до певних подій чи явищ називається ...

- а) опитувальник;
- б) інтерв'ю;
- в) анкета ;
- г) бесіда.

20. Метод опитування, який передбачає отримання великого масиву даних у письмовій формі називається ...

- а) опитувальник;
- б) тест;
- в) анкета;
- г) бесіда.

21. Вставте пропущене слово.

Спеціально створені методики, які ґрунтуються на детальному аналізі малюнку, який розуміється як проекція психіки на площину аркуша, називається ... методика.

## **ФОРМИ РОБОТИ НА ЗАНЯТТІ**

### Семінар

#### **«Методи психологічної науки»**

**Мета:** розкрити особливості методів психології та вимоги щодо їх використання при вивченні психологічних явищ; з'ясувати основні підстави до класифікації методів психологічної науки.

#### **Питання для обговорення**

1. Поняття про наукове дослідження у психологічній науці: метод, методика, методологія.
2. Основні принципи та вимоги до методів психологічної науки.
3. Об'єктивні і суб'єктивні методи психологічної науки та їх характеристика.
4. Основні підходи до класифікації методів психології.

Усі бажані висловлюються відносно винесених на обговорення питань. Формулюють своє ставлення до прочитаного матеріалу, формулюють питання, що виникли в процесі роботи над теоретичним матеріалом.

### Наукова конференція

#### **«ПСИХОЛОГІЧНА РЕАЛЬНІСТЬ ТА МЕТОДИ ЇЇ ВИВЧЕННЯ»**

**Мета:** засвоєння знань про особливості методів психологічної науки.

#### ***Хід роботи***

1. Підготовчий етап: студенти попередньо опрацьовують наукові статті та рекомендований матеріал з проблем діяльності особистості.
2. На занятті викладач створює атмосферу наукової конференції, пропонує записуватися для доповідей, складає список доповідачів. Заслуховуються доповіді та проводиться їх обговорення.

**ЛАБОРАТОРНИЙ ПРАКТИКУМ**  
**Практичне завдання 1**  
**Дослідження особливостей нервової системи методом**  
**стандартизованого опитування**

**Вступні коментарі.** Дана методика призначена для діагностики трьох основних властивостей типу нервової системи – рівня сили процесу збудження, рівня сили процесу гальмування та рівня рухливості нервових процесів. Опитувальник призначений для вивчення типу нервової діяльності осіб юнацького віку та дорослих.

**Мета:** навчитися виявити особливості нервової системи за критеріями: сила процесу збудження, сила процесу гальмування, рухливість нервових процесів та оволодіти вміннями кількісного та якісного аналізу отриманих даних.

**Матеріали та обладнання:** бланк для відповідей, текст опитувальника з інструкцією.

***Хід роботи***

1. Виконати методику у режимі самодіагностики.
2. Інтерпретувати результати
3. Знайти докази валідності та надійності даної методики.
4. Пояснити чому даний опитувальник вважається стандартизованим?

**ОПИТУВАЛЬНИК Я.СТРЕЛЯУ**

Інструкція: «запропоновані запитання відносяться до різних властивостей темпераменту. Відповіді на ці запитання не можуть бути поганими чи добрими, оскільки кожен тип темпераменту має свої переваги. На запитання треба відповідати по черзі, не повертаючись до попередніх відповідей. На кожне запитання необхідно дати одну із трьох відповідей: «так», «ні», «не знаю»».

**ТЕКСТ ОПИТУВАЛЬНИКА**

1. Чи відносите Ви себе до людей, які легко встановлюють товариські контакти?
2. Чи здатні Ви утриматися від тієї або іншої дії до моменту, доки не отримаєте відповідного розпорядження?
3. Чи достатньо Вам нетривалого відпочинку для відновлення сил після утомливої роботи?
4. Чи вмієте Ви працювати в несприятливих умовах?
5. Утримуйтеся Ви під час дискусій від неділових, емоційних аргументів?
6. Чи легко Ви повертаєтеся до раніше виконуваної роботи після тривалої перерви (відпустки, канікул)?

7. Будучи захопленим роботою, забуваєте Ви про втому?
8. Чи здатні Ви, доручивши кому-небудь певну роботу, терпляче чекати її закінчення?
9. Засинаєте Ви однаково легко, лягаючи спати в різний час доби?
10. Чи вмієте зберігати таємницю, якщо Вас про це попросять?
11. Чи легко Вам повертатися до роботи, якою Ви не займалися кілька тижнів або місяців?
12. Чи можете Ви терпляче пояснювати кому-небудь щось незрозуміле?
13. Чи подобається Вам робота, що вимагає розумової напруги?
14. Чи викликає у Вас монотонна робота нудьгу або сонливість?
15. Чи легко Ви засинаєте після сильних переживань?
16. Чи можете ви, якщо потрібно, утриматися від прояву своєї переваги?
17. Чи ведете Ви себе так само, як зазвичай, у присутності незнайомих людей?
18. Чи важко Вам стримати злість і роздратування?
19. Чи можете Ви володіти собою у важкі хвилини?
20. Чи вмієте Ви, коли це потрібно, пристосувати свою поведінку до поведінки оточуючих?
21. Чи охоче Ви беретеся за виконання відповідальних справ?
22. Чи впливає звичайне оточення, в якому Ви знаходитесь, на Ваш настрій?
23. Чи здатні Ви переносити невдачі?
24. У присутності того, від кого Ви залежите, говорите Ви так само вільно, як завжди?
25. Чи викликають у Вас роздратування несподівані зміни у розпорядку дня?
26. Чи є у Вас на все готова відповідь?
27. Чи в змозі Ви вести себе спокійно, коли чекаєте на важливе для себе рішення?
28. Чи легко Ви організовуєте перші дні своєї відпустки, канікул?
29. Чи володієте Ви швидкою реакцією?
30. Чи легко Ви пристосовуєте свою ходу або манеру їсти до ходи або манери їсти людей більш повільних?
31. Лягаючи спати, Ви засинаєте швидко?
32. Чи охоче Ви виступаєте на зборах, семінарах?
33. Чи легко Вам зіпсувати настрій?
34. Чи легко Вам відірватися від виконуваної роботи?
35. Утримуєтесь Ви від розмов, якщо вони заважають іншим?
36. Чи легко Вас спровокувати на що-небудь?
37. При спільному виконанні будь-які роботи чи легко Ви спрацьовуєтесь з партнером?

38. Чи завжди Ви обмірковуєте свої дії перед виконанням будь-якої важливої справи?
39. Якщо Ви читаєте будь-який текст, то чи вдається Вам стежити від початку до кінця за ходом міркувань автора?
40. Чи легко Ви вступаєте в розмову з попутниками?
41. Чи утримуєтесь Ви від непотрібної суперечки з людиною, яка не права?
42. Чи охоче Ви беретеся за роботу, що вимагає великої спритності рук?
43. Чи можете Ви змінити вже прийняте рішення, враховуючи думку інших?
44. Чи швидко Ви звикаєте до нової системи роботи?
45. Чи можете Ви працювати і вночі, після того, як працювали вдень?
46. Чи швидко Ви читаєте белетристику?
47. Чи часто Ви відмовляєтесь від своїх намірів, якщо виникають перешкоди?
48. Чи зберігаєте Ви самовладання в ситуаціях, які того потребують?
49. Прокидаєтесь Ви зазвичай швидко і без зусиль?
50. Чи в змозі Ви утриматися від моментальної, імпульсивної реакції?
51. Чи можете Ви працювати в галасливих обставинах?
52. Чи можете Ви утриматися, коли необхідно, від того, щоб не сказати правду в очі?
53. Чи успішно Ви стримуєте хвилювання перед іспитом, напередодні зустрічі з начальником?
54. Чи швидко Ви звикаєте до нового середовища?
55. Чи подобаються Вам часті зміни та різноманітність?
56. Чи Відновлюєте повністю свої сили після нічного відпочинку, якщо напередодні вдень у Вас була важка робота?
57. Чи уникаєте Ви занять, виконання яких вимагає різноманітних дій протягом короткого часу?
58. Як правило, Ви самостійно справляєтесь з виникаючими ускладненнями?
59. Чи очікуєте Ви закінчення промови кого-небудь, перш ніж почнете говорити самі?
60. Вміючи плавати, стрибнули б Ви у воду, щоб врятувати потопуючого?
61. Чи здатні Ви до напруженої роботи, навчання?
62. Чи можете Ви утриматися від недоречних зауважень?
63. Чи надаєте Ви значення постійного місця під час роботи, за столом, на лекціях?
64. Чи легко Вам переходити з однієї справи на іншу?

65. Зважаєте Ви всі «за» і «проти» перед тим, як прийняти важливе рішення?
66. Чи легко Ви долаєте перешкоди, що вам зустрічаються?
67. Утримуйтеся Ви від заглядання до чужих речей, паперів?
68. Чи відчуваєте Ви нудьгу, коли займаєтеся стереотипною діяльністю, яка завжди виконується однаково?
69. Чи вдається Вам дотримуватися правил в громадських місцях?
70. Утримуйтеся Ви під час розмови, виступу або відповіді на запитання від зайвих рухів, жестикуляції?
71. Чи подобається Вам жвавий рух навколо?
72. Чи подобається Вам робота, що вимагає великих зусиль?
73. Чи можете Ви тривалий час зосереджувати увагу на виконанні певного завдання?
74. Чи любите Ви завдання (роботи), що вимагають швидких рухів?
75. Чи вмієте Ви володіти собою у складних життєвих ситуаціях?
76. Чи піднімаєтеся Ви з ліжка відразу після пробудження?
77. Чи можете Ви після закінчення дорученої Вам роботи терпляче чекати, поки закінчать свою роботу інші?
78. Дієте Ви так само чітко і після того, як стали свідком якоїсь неприємної події?
79. Чи швидко Ви переглядаєте газети?
80. Чи трапляється Вам говорити так швидко, що Вас важко зрозуміти?
81. Чи можете Ви працювати, якщо у Вас болить голова тощо?
82. Чи можете Ви працювати тривалий час без перерви?
83. Чи може робота змінити Ваш настрій?
84. Чи спокійно Ви продовжуєте роботу, яку необхідно закінчити, якщо Ваші товариші розважаються і чекають на Вас?
85. Чи відповідаєте Ви швидко на несподівані питання?
86. Чи швидко Ви говорите зазвичай?
87. Чи можете Ви спокійно працювати, якщо чекаєте гостей?
88. Чи легко Ви змінюєте свою думку під впливом переконливих аргументів?
89. Ви терплячі?
90. Чи можете пристосуватися до ритму роботи людини, більш повільної, ніж Ви?
91. Чи можете Ви планувати свою роботу так, щоб виконувати в один і той же час декілька сумісних дій?
92. Чи може весела компанія змінити Ваше пригнічений стан?
93. Чи вмієте Ви без особливих труднощів виконувати декілька дій одночасно?
94. Чи зберігаєте Ви психічну рівновагу, якщо Ви є свідком нещасного випадку на вулиці?

95. Чи любите Ви роботу, що вимагає безлічі різноманітних маніпуляцій?
96. Чи зберігаєте Ви спокій, якщо хто-небудь з близьких страждає?
97. Чи самостійні Ви у складних життєвих умовах?
98. Чи вільно Ви відчуваєте себе у великій незнайомій компанії?
99. Чи можете Ви відразу перервати розмову, якщо це потрібно?
100. Чи легко Ви пристосовуєтеся до методів роботи інших людей?
101. Чи подобається Вам часто змінювати вид занять?
102. Чи схильні Ви брати ініціативу у свої руки, якщо трапляється що-небудь «надзвичайне»?
103. Утримуєтесь Ви від сміху в невідповідних ситуаціях?
104. Ви починаєте працювати інтенсивно відразу ж?
105. Чи наважуєтесь Ви виступити проти загальноприйнятої думки, якщо Вам здається, що Ви маєте рацію?
106. Чи вдається Вам подолати стан тимчасової депресії (пригніченості)?
107. Чи нормально Ви засинаєте після сильної розумового втоми?
108. Чи можете Ви спокійно, довго чекати, наприклад, у черзі?
109. Утримуйтеся Ви від втручання, якщо заздалегідь відомо, що воно ні до чого не приведе?
110. Чи можете Ви спокійно аргументувати висловлювання під час бурхливої розмови?
111. Чи можете Ви миттєво реагувати в складних ситуаціях?
112. Чи ведете Ви себе тихо, якщо Вас про це попросять?
113. Чи погоджуєтесь Ви без особливих внутрішніх коливань на хворобливі лікарські процедури?
114. Чи вмієте Ви інтенсивно працювати?
115. Чи охоче Ви змінюєте місце розваг, відпочинку?
116. Чи важко Вам звикнути до нового розпорядку дня?
117. Чи поспішайте Ви надати допомогу при нещасному випадку?
118. Чи утримуєтесь Ви від небажаних вигуків і жестів на спортивних змаганнях, у цирку тощо?
119. Чи подобаються Вам заняття, що вимагають за своїм характером ведення бесіди з багатьма людьми?
120. Чи володієте Ви власною мімікою?
121. Чи подобаються Вам робота, яка вимагає енергійних рухів?
122. Чи вважаєте Ви себе сміливою людиною?
123. Чи переривається у Вас голос (вам важко говорити) в незвичайній ситуації?
124. Чи можете Ви подолати збентеження, небажання працювати в момент невдачі?
125. Чи можете Ви тривалий час стояти, сидіти спокійно, якщо Вас про це просять?

126. Чи можете Ви зупинити власні веселощі, якщо це може когось зачепити?
127. Чи легко Ви переходите від смутку до радості?
128. Чи легко Ви виходите з рівноваги?
129. Чи дотримуєтеся Ви без особливих труднощів обов'язкових у вашому середовищі правил поведінки?
130. Чи подобається Вам виступати публічно?
131. Приступаєте Ви звичайно до роботи швидко, без тривалого підготовчого періоду?
132. Чи готові Ви прийти на допомогу іншому, ризикуючи своїм життям?
133. Ваші рухи енергійні?
134. Чи охоче Ви виконуєте відповідальну роботу?

### **Обробка результатів**

Опитувальник Я.Стреляу містить 3 шкали: сила процесів збудження, сила процесів гальмування та рухливість нервової системи. Результат підраховується окремо по кожній шкалі підсумовуванням балів, отриманих за відповіді на запитання. Відповідь, що співпадає з ключем, оцінюється в 2 бали, якщо не співпадає – 0 балів; нейтральна відповідь «не знаю» – в 1 бал.

#### **Ключ до опитувальника:**

Сила процесів збудження.

«Так» – 3, 4, 7, 13, 15, 16, 19, 21, 23, 24, 32, 39, 45, 56, 60, 61, 66, 72, 73, 78, 81, 82, 83, 94, 97, 98, 102, 105, 106, 113, 114, 117, 121, 122, 124, 130, 132, 133, 134.

«Ні» – 47, 51, 107, 123.

Сила процесів гальмування.

«Так» – 2, 5, 8, 10, 12, 16, 27, 30, 37, 38, 41, 48, 50, 52, 53, 62, 65, 69, 70, 75, 77, 84, 87, 89, 90, 96, 99, 103, 108, 109, 110, 112, 118, 120, 125, 126, 129.

«Ні» – 18, 34, 36, 59, 67, 128.

Рухливість нервових процесів.

«Так» – 1, 6, 9, 11, 14, 20, 22, 26, 28, 29, 31, 33, 40, 42, 43, 44, 46, 49, 54, 55, 64, 68, 71, 74, 76, 79, 80, 85, 86, 88, 91, 92, 93, 95, 100, 101, 107, 111, 115, 116, 119, 127, 131.

«Ні» – 25, 57, 63.

### **Інтерпретація результатів**

«Сирі» бали по кожній шкалі порівнюються із діагностичними статистичними межами  $M \pm S$ , де  $M$  – середнє нормативної вибірки,  $S$  – стандартне відхилення.

	$M$	$S$
Шкала 1	37	12
Шкала 2	32	11
Шкала 3	36	12

Сила процесів збудження – середнє значення від 25 до 49.  
 Сила процесів гальмування – середнє значення від 21 до 33.  
 Рухливість нервових процесів – середнє значення від 24 до 48.

#### Шкала 1:

- високий бал (вище межі «середнє плюс стандартне відхилення») вказує на силу процесу збудження;
- низький бал (нижче межі «середнє мінус стандартне відхилення») вказує на слабкість процесу збудження.

#### Шкала 2:

- високий бал вказує на силу процесу гальмування;
- низький бал вказує на слабкість процесу гальмування.

#### Шкала 3:

- високий бал відображає рухливість нервових процесів;
- низький - слабкість нервових процесів.

#### Рівень процесів збудження

Високі бали – це сильна реакція у відповідь на збудження, швидке входження в роботу, досягнення високої продуктивності, низька втомлюваність, висока працездатність та витривалість. Низькі бали – це слабка та запізнїла реакція на збудження, повільне входження в роботу, низька продуктивність праці, висока втомлюваність, низька працездатність та витривалість.

#### Рівень процесів гальмування

Високі бали – сильні нервові процеси зі сторони гальмування. Швидке реагування у відповідь на прості сенсорні сигнали, добра реакція, високий самоконтроль, зібраність та холоднокровність. Низькі бали – слабкість процесів гальмування. Імпульсивність у відповідних діях на стимул, слабкий самоконтроль у поведінкових реакціях, невимогливість до себе, повільне чи запізнїле реагування на прості сигнали, погана реакція, схильність до істерії.

#### Рівень рухливості нервових процесів

Високі бали – легкість переключення нервових процесів від збудження до гальмування і навпаки; швидкий перехід від одних видів діяльності до інших; рішучість, сміливість у поведінкових реакціях. Низькі бали – характерні для людей, що схильні працювати по стереотипу, що не люблять швидких та несподіваних змін у діяльності; інертних, з низькою здатність переключатися на нові види роботи.

## Практичне завдання 2

### Дослідження ставлення до навчання методом анкетування

**Вступний коментар.** За допомогою цієї анкети можна визначити ставлення учнів або студентів як до окремих навчальних предметів так і навчання в цілому. Дослідження проводиться серед старшокласників та студентів.

**Мета:** сформувати вміння обробляти анкетні дані.

**Матеріали та обладнання:** бланки анкети, олівець.

#### **Хід роботи**

1. Ознайомитися з інструкцією.
2. Провести анкетування в групі.
3. Обробити індивідуальні дані.
4. Узагальнити дані по всій групі досліджуваних.
5. Проаналізувати отримані результати та сформулювати висновки.

#### **Анкета «Ставлення до навчання»**

Інструкція: «Вам пропонується перелік навчальних дисциплін, що викладаються у вас в даний момент та 8 тверджень, що їх характеризують. Навпроти навчального предмета і твердження про нього Ви повинні визначити своє ставлення у балах. Якщо згодні з твердженням, то ставити 2 бали. Якщо невпевнені – 1 бал. Якщо твердження не про Вас – 0 балів»

#### ЗМІСТ АНКЕТИ

Ім'я та прізвище \_\_\_\_\_

Вік \_\_\_\_\_

Факультет \_\_\_\_\_

Курс \_\_\_\_\_

Дата заповнення \_\_\_\_\_

	Математика	Хімія	⋮	⋮
1. Я не знаю цей предмет				
2. Люблю ним займатись				
3. Із задоволенням йду на пари				
4. Багато читаю по предмету				
5. Завжди розумію пояснення нового матеріалу				
6. Домашнє завдання завжди виконую сам				
7. Ніколи не пропускаю пари без поважної причини				
8. Задоволений ставленням викладача до мене				
Загальний бал				
Тип ставлення до предмету				
Показник ставлення до навчання				

### Обробка та аналіз даних

1. На першому етапі здійснюється обробка індивідуальних анкет, що дозволяє встановити ставлення до навчання кожного респондента. Для цього оцінки внесені до протоколу сумуються по кожному предмету окремо і таким чином обраховується загальний бал. Якщо загальний бал знаходиться в межах від 0 до 4, то в таблиці дослідник ставить літери «ЗН», що означає занадто негативне ставлення до предмету, якщо 5-7 – «Н» - негативне ставлення. Загальний бал 8 або 9 означає байдуже ставлення до цієї дисципліни («Б»), 10-13 – позитивне ставлення («П»). І якщо загальний бал 13-16, то ставиться «А», що означає активний тип ставлення до предмету.
2. На другому етапі обробки встановлюється ставлення до навчання групи в цілому. Для узагальнення індивідуальних результатів потрібно створити таблицю до якої заноситься «Загальні бали» з індивідуальних протоколів респондентів.

Зразок таблиці

	Математика	Хімія	...	...	Показник ставлення до навчання
1. Артеменко					
2. Власенко					
3. Довбуш					
...					
Сума «загальних балів»					
Груповий показник					
Тип ставлення					

Далі по стовпчиках підраховується сума «загальних балів». **Груповий показник ставлення до предмету у класі** визначається як середнє арифметичне «загальних балів» учнів класу. На цій основі робиться висновок про тип ставлення до предметів або навчання.

Результати можна зобразити графічно, для цього виводять середнє значення для кожного предмету і складають таблиці та діаграми у відсотковому відношенні.

### Практичне завдання 3

#### Дослідження втомлюваності та працездатності методом психологічного експерименту

**Вступний коментар.** В 1895 році Крепелін запропонував методику, що призначалася для дослідження вольових зусиль та втомлюваності, складалася з таблиці, на якій в дві стрічки надруковані цифри, їх потрібно було додавати. В теперішній час дана методика отримала більш широке призначення: її можна використовувати для дослідження стійкості та переключення розумової працездатності та психічного темпу.

**Мета:** набути вміння визначати рівень розумової працездатності та виявляти втомлюваність з використанням експериментального прийому Крепеліна.

**Матеріали та обладнання:** бланк методики (таблиця Крепеліна), олівець, секундомір.

#### **Хід роботи**

1. Уважно ознайомитися з інструкцією.
2. Виконати методику у режимі самодіагностики.
3. Інтерпретувати результати.
4. Визначить залежну та незалежні змінні в даному експерименті.

Досліджуваному дають бланк таблиці з наступною інструкцією:

«Додавайте пари цифр, надрукованих одна під однією, і під ними записуйте результат додавання. Працюйте швидко, намагайтесь не робити помилок. Робота починається по команді і ви проводите обрахунки до тих пір, доки не буде команди: «Стоп. Переходимо до наступної стрічки»

Експериментатор дає сигнал через кожні 20 секунд.

#### **Обробка та аналіз даних.**

Відмітити правильні відповіді на таблиці.

Методика дозволяє отримати коефіцієнт працездатності як відношення суми правильно виконаних додавань останніх 4 стрічок до суми правильно виконаних додавань перших чотирьох стрічок:  $K_{\text{вд}} = \frac{S_2}{S_1}$ .

Якщо результат близький до 1, то це означає, що втомлюваність практично не відбувається.

Для того, щоб визначити рівень працездатності треба побудувати графік працездатності. Для цього треба порахувати кількість правильних додавань для кожних 20 секунд. По осі абсцис відкладається кількість стрічок, по осі ординат – кількість додавань у стрічках. Точки об'єднуємо. І по отриманому графіку можна стверджувати про спадання, зростання чи утримання працездатності на певному рівні.

Таблиця Крєпеліна

3	4	3	4	4	4	8	4	6	6	2	4	4	4	7	3	3	4	4	8	9	6	7	2	9	8	7	4	
2	5	9	7	8	4	3	2	4	3	2	4	7	6	5	3	3	4	4	4	4	7	9	7	3	8	9	2	4
3	8	5	9	3	6	8	4	2	8	4	2	6	7	9	3	3	7	4	4	7	4	3	9	7	2	9	7	4
9	5	4	7	5	2	4	8	9	4	8	9	8	4	8	4	4	7	2	9	3	6	8	9	4	9	4	9	4
9	5	4	5	2	9	6	7	3	6	7	3	7	6	3	2	9	9	6	5	9	4	4	7	4	7	9	9	3
2	9	8	7	2	9	4	8	4	4	5	4	4	5	4	4	8	7	2	5	9	2	5	9	2	2	6	7	4
9	2	3	6	3	5	4	7	8	9	3	9	9	3	9	4	8	9	2	2	4	4	2	4	7	5	7	8	4
7	4	7	5	4	4	8	6	9	7	9	2	3	4	9	3	4	9	7	6	4	6	4	4	8	3	4	9	6
8	6	3	7	6	6	9	2	9	4	8	2	4	8	2	6	9	4	4	4	4	7	6	9	3	7	6	2	2
9	8	9	3	4	8	4	5	6	7	5	4	3	4	4	3	4	8	9	4	4	7	4	7	9	6	3	4	4
5	5	2	3	9	3	4	4	5	3	2	8	2	8	2	9	8	9	4	4	2	8	2	8	7	8	5	4	5
3	3	4	9	2	4	7	8	5	2	9	6	4	4	6	4	4	7	6	7	5	7	5	6	9	8	6	7	7
5	2	3	9	3	4	5	3	2	8	2	9	8	9	4	8	9	4	2	8	7	8	7	8	5	4	3	5	5
3	4	9	2	4	7	8	5	2	9	6	4	4	7	6	4	7	6	7	5	6	9	6	9	8	6	4	7	7
4	9	6	3	4	4	9	9	4	8	6	5	7	4	9	4	9	3	2	4	7	4	4	7	4	9	8	3	8
8	4	7	8	9	4	3	9	3	9	7	6	5	2	4	2	4	4	3	4	4	4	4	8	7	3	9	2	4

### Практичне завдання 4

#### **Використання кореляційного аналізу для обробки даних**

**Вступний коментар.** Аналіз зв'язків між ознаками – головний вид задач, що зустрічається практично у будь-якому емпіричному дослідженні. Вивчення зв'язку між змінними цікавить дослідника не само по собі, а як відображення відповідних причинно-наслідкових зв'язків.

Використовуючи кореляційний аналіз, можна встановити чи існує зв'язок між двома показниками в одній вибірці, чи зв'язок між двома різними вибірками. І якщо цей зв'язок існує, то чи супроводжується збільшення одного показника зростанням (додатня кореляція) або зменшенням (від'ємна кореляція) іншого.

Іншими словами, кореляційний аналіз допомагає встановити, чи можна передбачати можливі значення одного показника, знаючи величину іншого.

Коефіцієнт кореляції – це величина, що може варіюватися в межах від +1 до -1. У випадку повної додатної кореляції коефіцієнт дорівнює +1, а повної від'ємної -1. Тісним або сильним кореляційним зв'язком між певними показниками вважається зв'язок при якому коефіцієнт більше за 0,7 (по загальній класифікації кореляційних зв'язків) та високою значимою кореляція вважається при відповідності рівню статистичної значимості  $p \leq 0,01$  (значимою кореляція вважається при  $p \leq 0,05$ ).

В психологічних дослідження частіше всього використовуються коефіцієнт лінійної кореляції Пірсона та метод рангової кореляції Спірмена.

**Мета:** набути вмінь обрахунків коефіцієнту кореляції.

**Матеріали та обладнання:** бланки даних, калькулятор.

#### **Зміст завдання**

Професор психології передбачив, що показники рівня тривожності будуть гарними передбаченнями результатів іспиту. Показники рівня тривожності та результатів іспиту Ви бачите в таблиці.

№	Показники рівня тривожності	Кількість балів на екзамені
1	15	89
2	46	75
3	75	60
4	25	82
5	53	68
6	37	92
7	43	88
8	59	88
9	52	76
10	40	84

Чи був правий у своїх висновках, щодо зв'язку тривожності та оцінки на екзамені, професор?

### Хід роботи

Розв'яжемо дане завдання використовуючи метод рангової кореляції Спірмена.

- Проранжувати значення змінної «рівень тривожності», нараховуючи ранг 1 найменшому значенню. Накреслити таблицю та занести ранги в перший стовпчик по номерах досліджуваних.
- Проранжувати значення змінної «Кількість балів» за тими ж правилами та занести дані у другий стовпчик таблиці.
- Підрахувати різницю  $d$  між рангами першої та другої змінної по кожній стрічці таблиці та занести дані у третій стовпчик.
- У четвертий стовпчик занести дані обчислень  $d^2$ .
- Розрахувати коефіцієнт рангової кореляції по формулі

$$r_s = 1 - 6 \cdot \frac{\sum d^2}{N(N^2 - 1)},$$

$N$  - кількість досліджуваних або ознак, що приймали участь у ранжуванні.

### Обробка результатів

Використовуючи критичне значення  $r_s$  для даного  $N$  зробити висновки. Для нашого випадку

N	p	
	0,05	0,01
10	0,64	0,79

### ЛІТЕРАТУРА

#### ОСНОВНА ЛІТЕРАТУРА

- Варій М. Й. Загальна психологія: підр. Київ: Центр учбової літератури, 2009. С. 134-150.
- Загальна психологія: / Максименко С. Д., Зайчук В. О., Клименко В. В., Соловієнко В. О.; за ред. С. Д. Максименка. Київ: Форум, 2000. С.307 - 327.
- Загальна психологія: підручник / О. В. Скрипченко, Л. В. Долинська, З.В. Огороднійчук та ін. Київ : Каравела, 2024. С. 57- 85.
- Москалець В. П. Загальна психологія: підруч. Київ : Ліра, 2020. С. 71–102.
- Психологія: підр. / [Трофімов Ю. Л., Рибалка В. В., Гончарук П. А. та ін]; за ред. Ю. Л. Трофімова. Київ : Либідь, 2005. С. 383 - 406.
- Савчин М. В. Загальна психологія: підручник. Київ: ВЦ «Академія», 2024. С. 33-52.

#### ДОДАТКОВА ЛІТЕРАТУРА

- Загальна психологія : навч. посіб. / О. Сергеєнкова, О. Столярчук, О. Коханова, О. Пасека. Київ : Центр навчальної літератури, 2019. 296 с.

8. Климчук В.О. Математичні методи у психології : навч. посіб. Київ: Освіта України, 2009. 288 с.
9. Максименко С. Д. Психологія в соціальній та педагогічній практиці: методологія, методи, програми, процедури. Київ: Наукова думка, 1998. 216 с.
10. М'ясоїд П. А. Загальна психологія: навч. посіб. Київ: Вища школа, 2000. 479 с.
11. Рибалка В.В. Методологічні проблеми наукової психології: посібник. Київ: Талком, 2017. 245 с.
12. Савчин М. В. Методологія психології : монографія. Київ: Академвидав, 2013. 221 с.

## ЧАСТИНА 2. ОСОБИСТІТЬ У ДІЯЛЬНОСТІ ТА СПІЛКУВАННІ

### РОЗДІЛ 1. ОСОБИСТІТЬ

*Психологія особистості – це самостійна теоретична галузь психологічної науки, разом з тим, – це один із провідних розділів у курсі «Загальна психологія». Її вивчення слід починати з усвідомлення того, що особистість – це напрочуд складний і багатоаспектний феномен, який досліджується в багатьох суспільних науках: соціальній філософії, соціології, історії, культурології, педагогіці, психології. Користуючись довідковою літературою, з'ясуйте, які специфічні аспекти особистісної проблематики висвітлює кожна з цих наук, якими гранями розкривається в них суспільний характер особистості. У психології до особистості застосовується рівневий аналіз, що знайшло своє відображення у таких галузях як загальна, соціальна, диференціальна (психологія індивідуальних відмінностей), педагогічна психологія. У зв'язку з цим зверніть увагу на розбіжність виявів індивіда, суб'єкта, особистості, індивідуальності та співвідношення цих понять. Розуміння методологічних основ вивчення особистості потребує знання загальнотеоретичних підходів – біогенетичного, соціогенетичного, психогенетичного, діяльнісного та ін., на яких ґрунтуються численні теорії особистості. Теорія особистості покликана забезпечувати смисловий каркас або схему, яка дозволяє спрощувати і давати інтерпретацію всьому, що нам відомо про відповідний клас подій і явищ. У сучасній психології співіснують різні альтернативні теорії, які описують особистість як інтегроване ціле і, разом із тим, пояснюють відмінності між людьми. Працюючи над цим питанням, слід критично, але не упереджено ознайомитися з основними зарубіжними й вітчизняними теоріями особистості, з'ясувати їхні світоглядні концепції, погляди на природу людини, проаналізувати основні компоненти теорії особистості, а саме: структуру особистості, мотивацію, розвиток особистості, розкрити сутність найважливіших психологічних характеристик особистості: активності, стійкості, цілісності.*

### МАТЕРІАЛИ ДЛЯ ПІДГОТОВКИ ДО ЗАНЯТТЯ

#### План

1. Загальне поняття про особистість. Особистість в системі психологічних знань.
2. Проблема визначення особистості у вітчизняній і зарубіжній психології.
3. Співвідношення понять «людина», «індивід», «суб'єкт», «особистість», «індивідуальність».
4. Сучасні теорії особистості: класифікація, стан, перспективи розвитку.
5. Психологічна структура особистості.

6. Спрямованість як системоутворювальна властивість особистості.
7. Природа активності особистості.
8. Самосвідомість: «Я-образ», «Я-концепція», самооцінка, рівень домагань особистості.
9. Проблема психологічної діагностики особистості.

**Ключові поняття:** особистість, суб'єкт, індивід, індивідуальність; теорія особистості, напрями досліджень особистості: психодинамічний, диспозиційний, когнітивний, біхевіористський, соціально-когнітивний, інтеракціоністський, гуманістичний, феноменологічний; психологічна структура особистості, спрямованість особистості, активність особистості; самосвідомість: «Я-образ», «Я-концепція», самооцінка, самоповага, рівень домагань особистості; психологічна стійкість і гнучкість особистості.

## СТИСЛИЙ ЗМІСТ ТЕМИ

### 1. Загальне поняття про особистість. Особистість в системі психологічних знань.

**Особистість** – це життєвий та науковий термін, який означає:

1) людського індивіда як суб'єкта суспільних відносин (економічних, правових, політичних, релігійних, соціально-психологічних тощо) і свідомих діяльності. Це *особа* в широкому розумінні слова;

2) сформовану за життя стійку сукупність (систему) індивідуально своєрідних, соціально значимих рис, психологічних якостей, що визначають спосіб мислення, особливості емоційно-вольової сфери та поведінки даної людини, характеризують її як члена того або іншого суспільства чи спільноти (соціальний, духовний зміст людини).

Хоча ці два поняття – особа як цілісність людини (лат. *persona*) і особистість як її соціальне і психологічне обличчя (лат. *personalitas*) – вживаються іноді як синоніми, термінологічно це не одне і те ж. Вихідне, пряме значення цього терміну – духовний зміст людини – вказує на предмет психологічної науки, яка покликана вивчати психічну, духовну активність людини, її соціально-психологічні стосунки. Існує також «вершинне» розуміння, коли особистість визначають як особливий рівень соціального і духовного розвитку людини: «Особистістю є творчо (вільно) і талановито діюча людина, що створює нові форми суспільного життя» (В.Давидов).

У вітчизняній психології особистість частіше за все визначають як *людину* в сукупності її соціальних, набутих якостей. Підкреслюється, що особистість виникла і розвинулась у процесі суспільно-історичного розвитку людства, за умови спільної трудової діяльності та спілкування. Особистість – це особливе соціальне утворення, яке відображує міру засвоєння й реалізації людиною соціальних цінностей, цілей, норм, способів і засобів діяльності та ставлення до них. Сучасна психологічна наука здійснює *багаторівневий аналіз особистості*.

Особистість з погляду *загальної психології* розуміється, у першу чергу, як деяке ядро, інтегруюче начало, що пов'язує в єдине ціле різні психічні процеси і стани індивіда і надає його поведінці необхідної послідовності та стійкості. Розробка проблеми особистості в загальній психології необхідна для інтеграції даних про сенсорно-перцептивні, мнемічні, мисленнєві, емоційно-вольові процеси.

*Диференціальна психологія* робить акцент на індивідуально-психологічних особливостях особистості та відмінностях між людьми.

Вивчення особистості в *соціальной психології* невід'ємне від аналізу суспільства, в якому відбувається її соціальний розвиток. Соціальні психологи насамперед досліджують структуру комунікації й взаємодії особистості з іншими людьми і соціальним цілим, статус і соціальні ролі особистості в різних спільнотах, її самосприйняття в контексті цих ролей, установки (атитюди), соціальну перцепцію та міжособистісні стосунки.

*Педагогічна психологія* розглядає особливості розвитку особистості в навчально-пізнавальній і виховній діяльності.

Цінність такого багаторівневого психологічного вивчення особистості полягає в тому, що всі зазначені галузі дозволяють розкрити діалектику загального, особливого і одиничного в психологічному складі особистості.

Психологи, які вивчають особистість, працюють над проблемами співвідношення біологічного й соціального, індивідуального й суспільного в особистості; структури особистості; її розвитку і психічного здоров'я, формування духовного світу особистості, методів її дослідження. Складність цих та багатьох інших не менш важливих проблем, теоретичних та практичних завдань зумовила виникнення окремої самостійної галузі академічної психології – *психології особистості*, яка вивчає теорію, проводить експериментальні дослідження й дає наукову оцінку особистості. Метою психології особистості є пояснення з позиції науки закономірностей поведінки людей, їх індивідуальних відмінностей, визначення перспектив розвитку особистості з тим, щоб допомогти людям успішно долати свої проблеми й досягти гармонії в особистій і суспільній сферах життя.

У західній психології наука про особистість отримала назву *персоналогії*. Це міждисциплінарна галузь, система знань про особистість, яка об'єднує в собі філософські, соціологічні, біологічні, історичні, медичні, юридичні, педагогічні аспекти, однак пріоритетними в ній є психологічні знання.

## **2. Визначення особистості у вітчизняній і зарубіжній психології.**

Зазначимо, що в сучасній психології не існує визнаного всіма вченими визначення особистості. Концептуальне значення (від лат. *conception* – спосіб розуміння, тлумачення якихось явищ) особистості багатогранне. Воно охоплює широкий спектр внутрішніх і зовнішніх психічних процесів,

станів, властивостей, утворень, які обумовлюють особливості поведінки людини в різноманітних ситуаціях.

У вітчизняній психології особистість розглядається як конкретна людина, представник певних соціальних спільностей (нація, клас, колектив) з індивідуально виявленими своєрідними розумовими, емоційними й фізичними властивостями, яка, *по-перше*, є свідомим індивідом (тобто наділена свідомістю і самосвідомістю); *по-друге*, є суб'єктом пізнання та перетворення дійсності (діяльне «Я» суб'єкта); *по-третьє*, є суб'єктом і об'єктом суспільних відносин, носієм системи соціальних ролей.

Загальноприйнятим у вітчизняній психології є положення про те, що особистість – це результат суспільного розвитку й власної активності свідомого і відповідального суб'єкта. «Особистість – це конкретна людина як суб'єкт перетворення світу на основі його пізнання, переживання і ставлення до нього» (К.К. Платонов), з чого випливає, що особистість людини формується й розвивається у процесі активної взаємодії з навколишнім середовищем: предметним і соціальним.

У західній психології більшість теоретичних визначень особистості можна звести до наступних загальних положень:

- підкреслюється значення індивідуальності, або індивідуальних відмінностей (зрозуміти, які специфічні якості або їх комбінації відрізняють одну особистість від іншої, можна лише шляхом вивчення індивідуальних відмінностей);

- у більшості визначень особистість подається у вигляді деякої гіпотетичної структури або організації. Наприклад, В.Джеймс розглядає особистість як деяку психофізіологічну єдність, яка включає фізичне і соціальне оточення. Особистість людини не обмежується власним тілом, а охоплює «свої» речі, продукти власної праці, а також поширюється на людей, з якими вона пов'язана родинними, дружніми, професійними, духовними стосунками.

Основоположник психології особистості як особливої предметної галузі психологічного пізнання Г.Олпорт вважає, що «особистість – це індивідуально своєрідна, прижиттєво сформована сукупність психофізіологічних систем, рис особистості, якими визначаються своєрідні для даної людини мислення та поведінка».

Р.Кеттел під особистістю розуміє систему рис, тобто відносно стійкі особливі утворення, які виявляються у внутрішньому діалозі суб'єкта з самим собою, а також у поведінці, висловлюваннях, ставленні до нього з боку інших людей.

Р.Бернс вбачає в особистості насамперед діяльне Я суб'єкта, Я-концепцію, тобто систему планів, відношень, спрямованості, смислових утворень, які коректують його поведінку. Отже, поведінка індивіда розглядається, хоча б частково, як організована та інтегрована особистістю. Іншими словами, особистість – це абстракція, яка ґрунтується на висновках, одержаних в результаті спостереження за поведінкою людини;

- особистість розглядається як певний тип (або їх поєднання) з характерними особливостями поведінки (Г.Айзенк, Е.Кречмер, З.Фрейд, Е.Фромм, Е.Шелдон, К.Юнг та ін.)

- наголошується на необхідності співвідношення особистості з життєвою історією індивіда або перспективами розвитку (А.Адлер, Е.Еріксон, А.Маслоу, К.Роджерс, Е.Фромм та ін.). В еволюційному процесі особистість характеризується як суб'єкт впливу внутрішніх і зовнішніх факторів, включаючи генетичну і біологічну обумовленість, соціальний досвід і соціальне середовище;

- підкреслюється, що особистість як така відносно незмінна і постійна у часі і ситуаціях, що змінюються. Вона забезпечує суб'єкту відчуття безперервності у часі та мінливому середовищі.

Отже, особистість – це духовна, соціально-психологічна інстанція людини, *функціями* якої є виокремлення себе з оточення, самоспричинення внутрішньої і зовнішньої активності, самовираження та саморозвиток у цілісній життєдіяльності, активне переживання у часі і просторі свого існування (екзистенції).

Зазначимо **основні проблеми дослідження особистості**

1. *Співвідношення біологічного і соціального в особистості.*
2. *Співвідношення індивідуального і суспільного в особистості.*
3. *Філогенез і онтогенез особистості.*
4. *Структура особистості.*
5. *Співвідношення типового та індивідуального в структурі особистості.*
6. *Природа активності особистості.*
7. *Проблема стійкості та змінюваності особистості.*
8. *Рушійні сили розвитку особистості.*
9. *Проблема психічного здоров'я особистості.*
10. *Методи дослідження і розвитку особистості.*

Отже, сфера особистості є зоною перетину досліджень соціального й інтелектуального розвитку, психопатології і самореалізації, наочіння і міжособистісних стосунків та ін. Особистість як цілісне інтегративне утворення потребує для свого дослідження комплексного підходу і системного аналізу, що дозволить в єдиній системі понять охопити різноманітні характеристики цього феномену.

**3. Співвідношення понять «людина», «індивід», «суб'єкт», «особистість», «індивідуальність».** У науковій літературі використовується ряд понять, які дуже тісно пов'язані з поняттям «особистість». Це «людина», «індивід», «суб'єкт» та «індивідуальність». Щоб уникнути термінологічної плутанини, слід чітко усвідомити зміст і обсяг цих понять, а також особливості їх співвідношення.

Окремий представник біологічного виду називається особиною. Один з представників виду приматів – «гомо сапієнс» (людина розумна),

який в процесі еволюції отримав найвищий біологічний розвиток (прямоходіння, пристосованість рук до трудової діяльності, високорозвинений мозок, мовноруховий апатрат).

**Людина** – це сукупна назва конкретних представників людства як носіїв певних культурних, економічних, правових, виробничих та інших відносин. Це поняття включає сукупність усіх людських якостей, що властиві людям незалежно від того, наявні чи відсутні вони у даної людини.

У понятті «індивід» виявляються дві основні ознаки:

1) **природний індивід** – це конкретна людина як одинична природна істота, представник виду, продукт філогенетичного і онтогенетичного розвитку, єдності природного і набутого, носій індивідуально своєрідних рис (анатомічні особливості, процеси обміну речовин, параметри нейродинаміки, біогенні потреби, задатки, потяги, статеві та вікові особливості, темперамент, біологічна зрілість і т.п.). Індивідні властивості, з одного боку, утворюють фундамент, основу формування суб'єктних і особистісних властивостей, а з іншого – визначають формально-процесуальний аспект їх вияву.

2) **суспільний індивід** – соціальна істота, яка вже вийшла за межі природної (біологічної) обумовленості, використовує знаряддя, знаки і через них оволодіває власною поведінкою і психічними процесами. Найбільш загальною характеристикою соціального індивіда є його активність. Соціальний вимір обумовлюється впливом культури і структури спільностей, в яких даний індивід виховується і в яких він бере участь.

**Суб'єкт** – людина як типовий носій видів людської активності, що виявляє здатність бути причиною свого існування, відтворювати своє буття у світі. Людина завжди є суб'єктом (учасником) історичного і суспільного процесу в цілому, суб'єктом конкретної діяльності, зокрема суб'єктом пізнання і перетворення дійсності. Сама ж діяльність при цьому є формою активності людини, що дозволяє їй удосконалювати навколишній світ і саму себе. До суб'єктних ознак відносять психогенні потреби, емоції, імажинації, когніції, свідомість, самосвідомість, здібності, психічну зрілість.

Усвідомлення себе носієм знань, умінь, волі, ставлення, здатності робити свідомий вибір у системі соціальних відносин, давати звіт у своїх намірах та діях, ставити мету, приймати рішення та відповідати за їх наслідки визначається таким психологічним утворенням особистості як **суб'єктність** (внутрішній світ). Сходження до суб'єктності відбувається поступово. Цілісність особистості включає чотири форми суб'єктності:

- Суб'єкт вітального ставлення до світу;
- Суб'єкт предметного ставлення;
- Суб'єкт ставлення до оточуючих людей;
- Суб'єкт ставлення до самого себе.

**Особистість** – це система психологічних механізмів соціальної суб'єктності людини, що формується лише через взаємодію з іншими

людьми на основі тієї культури, носіями якої вони є. Це соціальна характеристика людини як окремого представника людського роду з властивими йому як загальновідомими, так і специфічними ознаками (соціогенні потреби, спілкування, соціальні ролі, соціальний статус, ціннісні орієнтації, світогляд, переконання, позиція, структура домагань, соціальна зрілість тощо). Особистість людини в її діяльнісному аспекті виявляється для інших людей як та чи інша певна сукупність соціально значущих рис. У цьому сенсі особистість – порівняно стала сукупність людських якостей, відповідно до формування яких у процесі змужніння індивід стає соціально визнаним і тим самим соціально відповідальним суб'єктом своєї поведінки. Особистісний рівень психічного розвитку відзначається тим, що людина орієнтується на власні переконання і ставлення, автономну систему моральних вимог та оцінок, що роблять людину не лише стійкою та відносно незалежною від впливів соціального оточення, але й дозволяють свідомо й відповідально впливати на оточення, навколишню дійсність, змінювати їх відповідно зі своїми цілями, а також розвивати, вдосконалювати саму себе відповідно до розуміння власних життєвих перспектив.

**Індивідуальність** – це людина, охарактеризована в аспекті її неповторності, унікальності, несхожості на інших людей. Індивідуальність людини як одиничного й групового суб'єкта є предметом вивчення *диференціальної психології* (психології індивідуальних відмінностей). При цьому індивідуальність розуміється двояко.

*По-перше*, як одиничне, неповторне поєднання різних за мірою вияву, але властивих усім, без винятку людям загальних особистісних рис. Тут індивідуальність є ознакою особистості. З цієї точки зору, чим яскравіше виявлена індивідуальність, тим ближче людина до патології.

*По-друге*, як доповнення загальних особистісних рис, які характерні для популяції в цілому і виявляють загальні тенденції її розвитку, такими, що властиві лише окремій людині і генетично пов'язані з конкретними незакономірними обставинами її розвитку. Тобто індивідуальність – це сукупність індивідних і особистісних рис, які відрізняють одну людину від іншої.

Б. Ананьєв убачає в індивідуальності ознаку людини як біологічної й соціальної істоти, тобто індивідуальність визнається новим психофізіологічним утворенням. Кожна людина має свої специфічні особливості: індивідуальну історію, досвід, характер, темперамент, задатки, здібності, самовладання, самопочуття, самоідентифікацію, самооцінку, життєву трансспективу, потребу і здатність до самореалізації тощо, які складають її системну організацію як інтегральну цілісність, що включає різні рівні психічної організації людини. Індивідуальні особливості суб'єкта утворюють єдину ієрархічну структуру, неповторне поєднання індивідних і особистісних властивостей людини, що включає в себе як нейрофізіологічну організацію фізичної бази свідомості особистості, так і способи взаємодії суб'єкта з соціальним світом.

За змістом поняття «індивід», «суб'єкт», «особистість», «індивідуальність» знаходяться у відношенні включення: найвужчим за змістом є поняття «індивід», а найширшим – поняття «індивідуальність» (у його другому значенні).

Ці поняття можна також впорядкувати за тим, як вони проявляються в онтогенетичному часі людини:

- спершу людина виявляє себе як індивід;
- на цій матеріальній основі формується свідомість, людина стає суб'єктом;
- ядро особистості, самосвідомість, формується вже на основі свідомості;
- у процесі подальшого розвитку особистості людина набуває своєї індивідуальності. Становлення індивідуальності виявляється у формі самореалізації особистості.

Зв'язок між індивідом, особистістю та індивідуальністю відбивається у формулі: «Індивідом народжуються. Особистістю стають. Індивідуальність відстоюють». Отже, щоб зрозуміти людину, її душевний склад і поведінку як цілісне утворення, необхідно вивчати її і як індивіда, і як суб'єкта, і як особистість, і як індивідуальність.

Із проведеного аналізу понять випливає, що прояви індивіда, особистості та індивідуальності не збігаються. Вони досліджуються в межах відносно незалежних один від одного біогенетичного, соціогенетичного і психогенетичного напрямків сучасного людинознавства.

#### **4. Сучасні теорії особистості: класифікація, стан, перспективи розвитку.**

На сьогоднішній день можна виділити 5 основних підходів до вивчення особистості:

1) біогенетичний, 2) соціогенетичний, 3) психогенетичний, 4) експериментальний, 5) психометричний. Наведемо їх визначення:

**1. Біогенетичний підхід.** Вивчення особистості проводиться з точки зору раннього здобутого досвіду, генетичних передумов і еволюційного розвитку. Предметом особливої уваги цього підходу є взаємодія поведінкових аспектів і біологічної основи. До цього підходу тяжіють теорії:

- *теорія рекапітуляції* – онтогенез людини в стислому вигляді повторює філогенез людства;

- *теорія класичного психоаналізу* (фрейдизм) – індивід постійно переживає внутрішні конфлікти, відчуваючи на собі тиск несвідомих сексуальних й агресивних потягів з боку несвідомого (Id), а з іншого боку – фруструючий вплив репресивних щодо їх вияву норм суспільства й власної совісті (Супер-его).

**2. Соціогенетичний підхід.** Вивчається соціальне оточення індивіда і його вплив на розвиток особистості: вплив моделей, соціальних

ролей і культури в цілому. Найбільше значення при цьому має культурна атмосфера сім'ї, особливо якщо досліджуються особистісні варіації в межах певної культури в більш широкому соціальному контексті. Цей підхід представлений такими найвпливовішими теоріями:

- *теорія соціалізації* – людина, народжуючись біологічною істотою, стає особистістю завдяки впливу соціальних умов життя;
- *теорія наuczіння* – життя особистості, її відношення – це результат підкріпленого наuczіння, засвоєння суми знань і навичок;
- *теорія ролей* – суспільство пропонує кожному індивіду набір стійких способів поведінки (ролей), визначених його статусом. Ці ролі позначаються на характері поведінки особистості, її стосунках з іншими людьми.

**3. Психогенетичний підхід** не заперечує значення ні біології, ні середовища, але на перший план висувається розвиток власне психічних процесів. Перспективною в психогенетичних концепціях є позиція, яка має на меті, виявити, по-перше, внесок спадковості в варіабельність поведінкової ознаки, а, по-друге, форму організації схильності до тієї чи іншої поведінки, включаючи інтенсивність вияву тієї чи іншої властивості. Цей підхід репрезентують:

- *психодинамічні теорії*, за якими поведінка особистості головним чином обумовлена емоціями, потягами та іншими ірраціональними компонентами психіки;
- *когнітивістські*, які головну увагу приділяють розвитку пізнавальних сторін інтелекту;
- *персонологічні*, в яких пріоритетним є цілісний розвиток особистості.

**4. Експериментальний підхід.** Основою вивчення особистості є дослідження процесів сприймання, наuczіння і вищої нервової діяльності. Моделювання цих процесів призводить до розуміння того, як конкретні події позначаються на наступній поведінці індивіда через вплив на структуру його особистості.

**5. Психометричний підхід.** Дослідження особистості ґрунтується на вивченні ознак, які відображають внутрішню структуру властивостей особистості. Вимірювання особистісних властивостей та їх відмінностей базується на спостереженнях за поведінкою індивіда, на самозвітах, на непрямій оцінці його характеристик.

У результаті цієї диференціації у другій половині ХХ ст. склалося багато різних теорій особистості. Зараз співіснують різні, зокрема й альтернативні теорії, які описують особистість як інтегроване ціле і пояснюють відмінності між людьми.

*Що ж являє собою та чи інша теорія і які методи вона використовує для вивчення і розуміння людини?*

Теорія – це система взаємопов'язаних ідей, побудов і принципів, яка має на меті пояснити феномен особистості, дати наукове розуміння унікальності та складності функціонування цілісної людини в реальному світі. Теорії особистості виконують дві основні функції:

- 1) пояснюють поведінку; 2) прогнозують її.

Для кожної теорії особистості, як і їх творців, характерна залежність розуміння особистості від образу людини, який явно або приховано існує в культурі і науці на певному етапі їх розвитку. У психології на цей час сформувався декілька образів людини (за О.Асмоловим):

1. *Людина, яка відчуває*, тобто пасивно сприймає світ. Це аналог розумної машини з переробки і споживання інформації, який склався в інтроспективній (асоціативній) психології – «людина раціональна.» Її основні риси виявляються, зокрема, також і в когнітивній психології. Представники когнітивізму – Ж. Піаже, Дж. Келлі, Дж. Брунер, Л.Кольберг та інші дотримуються моделі людини раціональної, активної, розумної, освіченої, умілої. Особлива увага приділяється розвитку ментальних структур психіки, які за аналогом з комп'ютером, розглядаються як обчислювальний пристрій з прийому та переробки інформації.

2. *Людина як вмістилище потреб, інстинктів, потягів*. За психіатром і засновником психоаналізу З.Фрейдом, – це «людина потребує,» яка багато бажає, але мало може. Вона відчуває на собі тиск нерозпізнаних сексуальних і агресивних потягів з боку несвідомого (Id), а з іншого боку – фруструючий вплив репресивних щодо їх вияву норм суспільства й власного супер-его (совісті). Постійно переживаючи внутрішні конфлікти, людина змушена робити вибір між сексуальною активністю і якимись іншими видами діяльності. Підкоряючись інстинктам життя, вона спрямовується ними до зростання, розвитку і творчості (за допомогою прагнення до насолоди та уникнення болю).

3. *Людина як система реакцій на різні стимули*. Цей образ людини притаманний рефлексології В.Бехтерева, теорії вищої нервової діяльності І.Павлова і «поведінковій психології» або біхевіоризму. Людина розглядається як механічна, реактивна істота, поведінкою якої керують заохочення або покарання, а більшість форм поведінки набувається шляхом навчання. Сучасні необіхевіористи (наприклад, А.Бандура, Д.Роттер), намагаючись подолати механіцизм класичного біхевіоризму, зауважують, що людина – це продукт і, одночасно, творець свого навколишнього середовища, тобто людина трактується як діяч, що своїми діями змінює реальність (підкреслюється усвідомлення і відповідальність людини за свої дії: не реакція, а акція).

4. *«Людина - діяч»* – образ, який склався в радянській психології (Л.Виготський, С.Рубінштейн, О.Леонтьєв, Г.Костюк та інші). Це людина, яка породжується життям в суспільстві, прагне до досягнення цілей і відстоює своїми вчинками, справами певний соціально-історичний спосіб життя. Ключ до розуміння природи лежить не в ній самій, а в тих різноманітних системах, в яких здійснюється її життя. Тільки в результаті процесу привласнення індивідом історичних досягнень людства, що триває впродовж його життя, він набуває справді людських властивостей і здібностей.

Отже, розуміння природи особистості в кінцевому рахунку детермінується концепцією розуміння природи (сутності) людини. Під природою

людини розуміється певний комплекс базових здібностей, схильностей, прагнень і засобів вирішення складних життєвих питань.

Основні положення про природу людини можна подати у вигляді наступних полярних понять (Л.Х'елл, Д.Зіглер):

1. Свобода	Детермінізм
2. Раціональність	Ірраціональність
3. Холізм (вивчення людини як єдиного цілого)	Елементалізм (вивчення окремих аспектів без обов'язкового співвідношення з цілим).
4. Біологічна природа	Соціальна природа
5. Змінюваність	Незмінюваність (чи може і наскільки змінюватись склад особистості).
6. Суб'єктивність	Об'єктивність – які фактори насамперед впливають на поведінку?
7. Проактивність (поведінка людини обумовлена внутрішніми факторами)	Реактивність – (поведінка - це реакція на стимули із зовнішнього світу).
8. Гомеостаз (мотивація, яка йде від прагнення зменшити напруження та зберегти внутрішній стан рівноваги)	Гетеростаз (мотивація, яка виявляється у прагненні до особистісного росту, пошуку стимулів до самореалізації).
9. Доступність для пізнання (принципи управління поведінкою людини в решті-решт будуть відкриті завдяки науковому пізнанню).	Недоступність для пізнання (природа людини не піддається пізнанню засобами сучасної психології)

Ці положення неможливо підтвердити або спростувати. Їх вибір цілком залежить від світоглядної позиції автора певної теорії особистості.

З вищезазначених причин у сучасній психології існує велика кількість теорій, які виокремлюються в різні *напрями досліджень особистості*: психодинамічний, диспозиційний, когнітивний, біхевіористський, соціально-когнітивний, інтеракціоністський, гуманістичний, феноменологічний та ін.

**Психодинамічні теорії** беруть свій початок з психоаналізу З.Фрейда. До цієї групи також належать і модифікації фрейдизму – неофрейдистські теорії: індивідуальна психологія (А.Адлер); аналітична психологія (К.Юнг), які виводять поведінку із внутрішніх суб'єктивно-психологічних властивостей особистості. Термін «психодинамічний» вказує на конфліктний характер боротьби між трьома підсистемами особистості: вродженими ірраціональними, імпульсивними інстинктами і потягами несвідомого (*id*) та інтерналізованими в процесі ранньої соціалізації

морально-етичними нормами і стандартами поведінки надсвідомого (*супер-его*), які разом тиснуть на свідому, раціональну частину нашої психіки – *его*, що відповідає за прийняття рішень і намагається задовольнити бажання *ід* відповідно до обмежень, що накладаються зовнішнім світом і цензурою *супер-его* (совістю та *его-ідеалом*). Поняття динаміки стосовно особистості передбачає, що поведінка людини є скоріше детермінованою, ніж довільною або випадковою. Особистість – це продукт динамічної взаємодії між природними потребами і соціокультурними впливами. У класичному психоаналізі вся динаміка зводиться до різних типів перетворень несвідомих потягів, постулюється їх визначальна роль у регуляції поведінки.

Частина постфрейдистів не прийняла радикального біологізму З.Фрейда, а натомість, визнавши значення *его-процесів* в адаптації особистості, перенесла акцент на свідому частину психіки людини, яка, на їх думку, й складає основу поведінки і функціонування особистості. Цей напрям у психоаналізі дістав назву *его-психології*, що описує людей як більш раціональних, здатних приймати усвідомлені рішення і свідомо вирішувати свої життєві проблеми. Найбільш відомі теорії цього напрямку – *его-теорія* Е.Еріксона, *соціокультурна теорія* К.Горні, *раціогуманістична теорія* Е.Фромма.

**Диспозиційний напрям** (від лат. *disposito* – розподіл) – підхід, який виходить з того, що поведінка людини завжди є результатом тієї або іншої конфігурації *особистісних рис*, тобто набору готовностей, схильностей суб'єкта (диспозицій) до поведінкового акту, дії, вчинку або до їхньої послідовності. Особливу увагу дослідників цього напрямку (Г.Олпорт, Р.Кеттел, Г.Айзенк) привертають стійкі якості (риси особистості), властиві цій людині, які забезпечують сталість її поведінки з часом та зі зміною ситуації. Разом з тим дослідники по-різному визначають кількість та сутність базових параметрів, необхідних для адекватного опису особистості. Диспозиційний напрям представлений наступними теоріями рис, якостей, властивостей: диспозиційна теорія Г.Олпорта, структурна теорія рис Р.Кеттела, теорія типів особистості Г.Айзенка.

*Диспозиційна теорія особистості* або *концепція еквівалентності стимулу і реакції*. За Г. Олпортом, риси – це психологічні особливості, що перетворюють сукупність стимулів (роблять рівнозначними для людини ряд ситуацій) і зумовлюють сукупність еквівалентних (рівносильних) реакцій у відповідь на ці стимули (викликають певні види поведінки, еквівалентні для даної риси). Риси є рушійним та визначальним елементом поведінки. Вони не знаходяться в очікуванні потрібних стимулів, а шукають своєї ситуації, вибудовують поведінку особистості: особистість потрапляє в ті ситуації, яких вона шукає, щоб виявити певні риси. Гордон Олпорт розрізняв *загальні риси*, які властиві певній кількості людей у межах даної культури, оскільки вони перебувають в умовах схожих впливів, у них розвиваються схожі адаптаційні моделі; та *індивідуальні риси*, властиві окремій особистості, що виявляються унікально в кожній

конкретної людини і найбільш повно відображає її особистісну структуру. Пізніше вчений назвав індивідуальні риси *індивідуальними диспозиціями*, серед яких вирізняв *кардинальні диспозиції*, що пронизують всі вчинки особистості: практично все, що робить особистість, визначається їх впливом; *центральні та вторинні диспозиції*. *Центральні диспозиції* є не такими всеохоплюючими, але це досить яскраві характеристики особистості, які можна легко визначити. Їх кількість у кожної людини коливається від 5 до 10. Це будівельні блоки індивідуальності. *Вторинні диспозиції* не такі помітні і загальні, тому менше придатні для опису особистості в цілому риси: уподобання людини в смаках, інтересах, ситуаційно зумовлені характеристики, що виявляються з певною регулярністю і є відповідальними за характерні моменти поведінки людини. Риси лише відносно незалежні одна від одної. Вони не відокремлені одна від одної чіткими межами, а особистість – це певний набір рис, що перекривають одна одну. Поведінка, яку стимулює риса, визначається одночасним впливом інших рис.

Теорії рис Р. Кеттела і Г. Айзенка належать до експериментальних. Вони побудовані на факторному аналізі зібраних дослідним шляхом даних з метою виявлення фундаментальних рис особистості, які утворюють її структуру. Детальніше їх проаналізовано в питанні «Структура особистості»

**Когнітивістські теорії** головну увагу приділяють дослідженню внутрішніх структур організації пізнавальної сфери особистості, її інтелекту. На думку когнітивістів (Р.Аткінсон, Дж. Брунер, Дж. Келлі, М.Маконі, Л.Фестінгер та ін.), поведінка особистості детермінована її знаннями, когнітивними структурами і схемами. За Дж. Келлі, ядро особистості представлене у системі конструктів. *Особистісний конструкт* (від лат. construction – побудова) – це засіб логічної інтерпретації досвіду, своєрідна біполярна оціночна вісь (напр., білий – чорний, добрий – злий), елементарна одиниця нашого сприйняття, ставлення і т.п., у якій поєднані об'єктивні відомості та їх суб'єктивна інтерпретація. Людина, як активний суб'єкт, конструює реальність (витлумачує її), висуваючи систему конструктів, за допомогою яких здійснюється розуміння об'єктів за їхньою подібністю між собою і відмінністю від інших. Конструкти також виконують роль мотиву і мети пізнавальної діяльності, на їх основі особистість намагається прогнозувати події. Ті конструкти, які ефективно передбачають події, залишаються, неефективні – руйнуються. Кожна людина створює свою власну, унікальну систему конструктів. Накопичення досвіду відбувається за рахунок формування нових конструктів, а вдосконалення конструктивної системи може йти двома шляхами: або за принципом визначення, коли складається більш виразніша думка про невелику кількість об'єктів, або за принципом розширення, коли виникає установка мати хоча б невиразне уявлення про досить широке коло речей. Найважливішою характеристикою сукупності (системи) особис-

тісних конструктів конкретного індивіда є її відносна когнітивна складність, яка виражає кількість одиниць, що складають систему, їхню розгалуженість. Виявлена залежність між складністю когнітивної системи особистісних конструктів людини та її здатністю заглиблено описувати, аналізувати й оцінювати сприймані об'єкти в їхній суперечливій єдності.

**Соціодинамічний напрям** головну роль у детермінації поведінки відводить зовнішній ситуації і не надає істотного значення внутрішнім якостям особистості. Теорії, що розвиваються в руслі даного напрямку: *біхевіоризм* (Е. Торндайк, Б. Скіннер), *теорія соціального наuczіння* (Дж. Роттер), *теорія ролей* (Т. Сабрін), *теорія поля* (К. Левін).

Представники *радикального біхевіоризму* (Дж. Б. Вотсон, Е. Торндайк, К. Брод, Е. Толмен, Б. Скіннер та ін.) переконують, що більшість форм поведінки набувається шляхом *наuczіння*. Це основний процес, через посередництво якого середовище викликає стійкі зміни в поведінці. Особистість із точки зору наuczіння – це той досвід (набір поведінкових шаблонів), який людина набула протягом життя. Ставлячи своїм головним теоретичним завданням передбачення поведінки та її контроль (поведінку людини можна безпосередньо спостерігати, вимірювати й аналізувати), ці вчені майже повністю ігнорують внутрішні причини поведінки: свідомість, самосвідомість, ментальні процеси, емоційні стани, волю, творчість, особистість, байдуже ставляться до гуманістичних ідеалів у процесі виховання, знімаючи питання про цілеспрямовані впливи на моральне становлення особистості, про сутність її внутрішніх переконань, ціннісних орієнтацій.

**Теорія соціального наuczіння** (Н. Міллер, Д. Доллард, Р. Сірс, А. Бандура та ін.), намагаючись подолати недоліки радикального біхевіористичного підходу до розвитку, запозичила деякі положення з психоаналізу і поєднала їх з принципами наuczіння. Її перші представники – Н. Міллер і Д. Доллард – на відміну від класичного біхевіоризму визнавали роль внутрішньої мотивації в поведінці, роблячи акцент на її спонукальній функції. Вони виділяли первинні спонукання (драйви), що виникають з органічних потреб (голод, спрага, біль), і вторинні, власне психологічні (гнів, провина, секс, потреба в діях, страх, тривога). Основний регулятор поведінки в психоаналізі – принцип задоволення – був ними трансформований в *принцип підкріплення* (винагороди). Функціонування людини розглядається як продукт взаємодії поведінки, особистісних факторів і впливу оточення. Згідно з доктриною Альберта Бандури, люди впливають на оточення тією ж мірою, якою оточення діє на них. Через процеси саморегулювання й пізнання вплив оточення значно опосередковується, адже існує постійна взаємодія між поведінковими, когнітивними і середовищними факторами, що працюють як взаємозалежні детермінанти.

**Інтеракціоністські теорії** базуються на концепціях Дж. Міда, що засновані на взаємодії внутрішніх і зовнішніх факторів в управлінні поведінкою людини. За твердженням Дж. Міда, аналіз поведінки особистості неможливий лише на ґрунті зовнішніх реакцій, без урахування суб'єктивного досвіду особистості, внутрішньої мотивації її дій. Саме тому головна увага в дослідженнях інтеракціоністів приділяється проблемам комунікації як «обміну символами», найважливішою особливістю якої визнається здатність людини «приймати роль іншої», уявляти, як її сприймає партнер по спілкуванню або група, і відповідно інтерпретувати ситуацію та конструювати власні дії. Структура особистості містить компоненти, що забезпечують її активність, а також контроль над власною поведінкою відповідно до норм, соціальних ролей і установок партнерів по взаємодії.

До цього класу належить концепція В. Маймела, згідно з якою особистісні фактори, що разом з ситуацією визначають поведінку людини, поділяються на ряд груп:

1) здібності – тобто те, що людина спроможна самотійно і незалежно від ситуації зробити в даних обставинах.

2) когнітивні стратегії – способи сприймання й оцінки людиною ситуації, вибору форм поведінки в ній.

3) очікування – оцінки ймовірних наслідків здійснення в даній ситуації тих або інших вчинків.

4) цінності – те, що являє для даної людини цінність, має сенс, значення. Людина звичайно обирає такий спосіб поведінки, який веде до утвердження її цінностей.

5) плани поведінки, способи її суб'єктивної регуляції. Опинившись в якій-небудь ситуації, люди, як правило, віддають перевагу випробуванню для них способам поведінки, діють за вже перевіреним на досвіді планом.

**Гуманістичні теорії** становлять опозицію біологізаторським і соціологізаторським теоріям. З одного боку, вони не приймають положення зовнішнього детермінізму, які відстоює біхевіоризм, а з іншого – протистоять внутрішньому детермінізму сексуальних й агресивних потягів, які є основою вчення фрейдизму про активність особистості. А. Маслоу, К. Роджерс, В. Франкл, Дж. Олпорт, Р. Мей розробили оригінальні оптимістичні концепції, які спрямовані на розвиток, самореалізацію, допомогу особистості. Ці вчені глибоко переконані в тому, що люди являють собою дещо більше, ніж просту суму ролей, зв'язок стимульно-реактивних шаблонів або згусток тваринних потягів. Гуманістично орієнтовані психологи зосередилися на вивченні тих здібностей і можливостей людини, на які не звертали уваги ні позитивізм, ні біхевіоризм, ні психоаналіз. Це кохання, творчість, «Я-концепція», розвиток, вищі цінності буття, особистісне зростання, самоактуалізація, сенс життя та інше.

Гуманістична психологія сповідує *холістичний підхід* до вивчення особистості, згідно з яким людина – це єдина й цілісна істота. Ця цілісність «Я» створює унікальний характер переживань кожної людини. У людині

неможливо розділити органічне й психічне, усвідомлюване і неусвідомлюване, почуття й думку. Світоглядні позиції послідовників гуманістичної психології формувалися на основі *феноменології*, що зосереджується на вивченні людського Я, та *філософії екзистенціалізму*, головний лейтмотив якої – прагнення людини віднайти сенс свого особистісного існування та жити вільно й відповідально у відповідності з етичними принципами, серед яких центральним є визнання того, що кожна особистість – це творець свого життя, тому люди самі повинні обирати, як їм жити, і при цьому визнавати й цінувати внутрішній суб'єктивний світ іншого та свій власний. Кожна людина живе лише в теперішньому моменті «тут і тепер», і саме він є найсуттєвішим для буття, тому найважливішим джерелом інформації про людину є її екзистенційний стан, її суб'єктивний досвід (характер сприйняття світу, мислення та переживання), який стає доступним їй через його усвідомлення «тут і тепер». Якщо ці принципи стають внутрішньою позицією, суб'єкт активізує пошук внутрішнього досвіду, який призводить до духовного розвитку людини та її особистості. Практичне завдання гуманістичної психології якраз і полягає в тому, щоб ефективно використати внутрішній досвід індивіда для пізнання й позитивної зміни його особистості.

Останніми десятиліттями посилюється тенденція до інтегрованого, цілісного розгляду особистості з позиції різних теорій і підходів. Прикладами таких інтегрованих концепцій розвитку особистості є теоретичні розробки представників школи Л. Виготського (*культурно-історична теорія розвитку вищих психічних функцій*), зокрема О. Леонтьєва, Л. Божович, Д. Ельконіна, В. Давидова. У західній психології в цьому плані вирізняється теорія Е. Еріксона.

У поняття «особистість» входять такі властивості, які є доволі стійкими, свідчать про індивідуальність людини, визначають моральні вчинки людини, які мають суттєве значення для неї самої та її оточення. Їх поділяють на *психодинамічні* (темперамент, екстраверсія, емоційна реактивність), *когнітивні* (інтелект), *феноменологічні* (довіра до життя і людей, вірність, мудрість), *вольові*, *морально-етичні* та інші.

**5. Психологічна структура особистості** – це відносно стійкий зв'язок і взаємодія основних компонентів (сторін) особистості як цілісного інтегративного утворення: мотиваційної спрямованості, досвіду, характеру, здібностей, інтелектуальних, емоційно-вольових, психофізіологічних якостей, темпераменту. Вона дуже складна і багатогранна. Щоб пояснити структуру особистості, потрібно визначити природу її організації та дати характеристику її складових. Вивчаючи проблему структури особистості, слід ознайомитися з підходами О.Лазурського, С.Рубінштейна, В.М'ясищева, А.Петровського, К.Платонова, К.Ковальова, Г. Костюка, В.Моргуна, А.Щербакова та ін. Серед західних психологів заслуговують на увагу моделі структури особистості, запропоновані З.Фрейдом, К.Юнгом, Г.Айзенком, Р.Кеттелом, Г. Олпортом, Ф.Лершем та ін. Це доцільно зробити у

реферативній формі, провівши оглядово-критичне дослідження. Особливу увагу потрібно звернути на співвідношення у структурі особистості біологічного і соціального, типового й індивідуального, свідомого і несвідомого, активності і реактивності, з'ясувати ієрархічну залежність структурних елементів і, разом з тим, усвідомити, що *особистість має цілісну структурну організацію*, сукупність соціально значущих психічних властивостей (здібності, характер, темперамент, вольові якості тощо) відношень (емоції, почуття, соціальні установки, мотивація) і дій індивіда, що склалися протягом онтогенезу і визначають її поведінку як свідомого суб'єкта діяльності й спілкування. Слід мати на увазі, що у структурі особистості найбільш повно відображає її цілісність *характер*, що визначає способи досягнення мети.

У психології існують різні підходи (стратегії) вивчення структури особистості:

1) конституціонально-антропологічна; 2) факторна; 3) мотиваційно-динамічна; 4) блокова.

**1. Конституціонально-антропологічна стратегія** (Е.Кречмер, К. Сіго, Е. Шелдон та ін.). Об'єктом її дослідження є вроджені схильності до реагування, які часто ототожнюються з *темпераментом* як ядром особистості. Організація особистості зводиться до вияву типів характеру. Типи розглядаються як дискретні категорії, між якими існують чіткі межі між подібними видами поведінки. Людина може належати або до одного або до іншого типу. Матеріалом для аналізу є клінічні дані. Ернст Кречмер встановив кореляції психіатричного діагнозу із соматичним типом, розділивши людей на циклоїдів і шизоїдів (знаходяться на межі між здоров'ям і хворобою), а також на циклотимних і шизотимних здорових людей. У кожному типі Кречмер вирізняв додаткові три модифікації.

**1. Циклотимний тип:**

а) гіпоманічний (веселий, жвавий, підприємливий, сповнений планів, наполегливий, товариський);

б) практичний (реаліст, із почуттям гумору, активний, залежно від настрою – між манією і депресією);

в) депресивний (похмурий, тугодум, турботливий, товариський, з потребою в розумінні).

Конституційно – це пікніки: середнього зросту, голова кругла зі схильністю до облісіння, тулуб короткий і кремезний, добре розвинена грудна клітка, не дуже сильні та короткі кінцівки, м'яка мускулатура. Обличчя кругле, навіть п'ятикутне, широке чоло, світла шкіра, схильність до повноти.

**1. Шизотимний тип:**

а) гіперстетичний (надміру чутливий, тактовний, делікатний, з тонким розумінням естетичної форми, ідеаліст);

б) шизотимний середній (холодно енергійний, послідовний, систематичний, аристократичний);

в) анестетичний (нечутливий) – байдуже холодний, педантичний, нечутливий до людей, інколи навіть тупий.

Конституційно – це астеники (лептосомний тип): стрункі, худорляві, мають тонкі кінцівки, видовжене обличчя з відхиленим назад лобом. Голова невелика, профіль здебільшого гострий, волосся густе; облисіння спостерігається рідко; мускулатура слабка, схильності до повноти не відзначено.

Кречмер додав до основного поділу ще й *віскозний тип*, будова тіла якого відповідає атлетичному типові. *Атлетичний тип* – тулуб і обличчя мають правильну форму; осанка пряма, зріст вище середнього, але іноді може бути кремезним; кінцівки довгі, мускулисті. Реакції швидкі, сильні. Характер відвертий, безпосередній, іноді запальний, але спалахи гніву швидко минають. Діяльність орієнтована на матеріальну перемогу над зовнішнім світом, іноді діє агресивно. Комунікабельний і соціально активний. Намагається домінувати, викликати повагу, утвердитися у своєму середовищі, оточенні.

Зауважимо, що виводити пряму залежність структури особистості від соматичної конституції, типу нервової системи і т.д. не можна. На думку більшості вчених, навіть тип конституції у цілому формується під впливом як біологічних (спадковість, гормони і т.п.), так і соціальних факторів. Важливу роль відіграють харчування і спосіб життя, при цьому в них можуть виявлятися як статеві, так і гендерні відмінності.

**2. Факторна стратегія** або *диспозиціональний напрямок* (Г. Айзенк, Р. Кеттел, Дж. Гілфорд). Об'єкт аналізу – риси особистості, зафіксовані в мові, за вибором яких судять про структуру особистості, використовуючи певні правила індуктивного умовиводу. Особливостями структур цього типу є те, що вони охоплюють майже увесь масив лінгвістичних даних про особистість та систематизують його шляхом поступового узагальнення – від гранично конкретних одиничних психологічних термінів словника до гранично абстрактних понять, що розглядаються як «фактори» структури особистості. Багатофакторні теорії розглядають особистість як сукупність деякої кількості базових рис як відносно постійних тенденцій реагувати певним подібним чином у різних ситуаціях і в різний час. Згідно з теоріями особистісних рис, люди відрізняються один від одного мірою вияву риси, яка може приймати будь-яке значення з деякого інтервалу. Прихильники теорій особистісних рис вважають відмінності між індивідами радше кількісними, ніж якісними. Для розпізнавання рис важливі крайні оцінки.

*Ганс Айзенк* виділяє такі суперриса або типи як інтроверсія – екстраверсія, емоціональна стійкість – нейротизм, психотизм – сила супер-его. Наявність екстра чи інтроверсії визначається залежністю реакцій і діяльності людини від зовнішніх вражень, що виникають у поточний момент (екстравертованість), чи від образів, уявлень і думок, пов'язаних з минулим і майбутнім (інтровертованість). Екстраверти добре засвоюють соціальні норми та легко налагоджують контакти з іншими людьми, тоді як інтроверти погано пристосовуються до раптової зміни ситуації і важко

входять у чужий для них світ почуттів інших людей. Екстраверт відкритий для зовнішніх впливів, а інтроверт – навпаки.

*Реймонд Кеттел*, піддавши факторному аналізу дані реєстрації реальних життєвих фактів поведінки в конкретних повсякденних ситуаціях (L-дані), дані самооцінки при заповненні анкет (Q-дані) і дані об'єктивних тестів (Т-дані) виділив 16 особистісних факторів – вихідних рис, які являють собою основоположні структури і утворюють блоки структури особистості. Вихідні риси у свою чергу поділяються на конституціональні та риси, сформовані фізичним і соціальним середовищем.

*Конституціональні риси* розвиваються з біологічних і фізіологічних властивостей індивіда (емоційна стійкість – емоційна нестійкість, розкутість – напруженість тощо).

*Риси, сформовані навколишнім середовищем* відображають характеристики і стилі поведінки, засвоєні в процесі наuczіння (домінантність – підлеглість, розсудливість – безтурботність, відповідальність – безвідповідальність, сміливість – боягузливість, довірливість – підозрілість, мрійливість – практичність, дипломатичність – прямолінійність, радикалізм – консерватизм тощо).

Р. Кеттел також проводить класифікацію, виділяючи загальні та унікальні риси. *Загальна* – це така риса, яка певною мірою властива всім представникам однієї й тієї ж культури (самооцінка, інтелект, інтроверсія тощо). *Унікальні риси* є лише у небагатьох або навіть у когось одного (екстрасенсорні здібності, сфера інтересів та установок).

Особистісні риси є більш значущими і сильними прогностичними ознаками поведінки в тих випадках, коли контекст поведінки знайомий і неформальний (у порівнянні з новою і офіційною обстановкою); існує можливість вибору одного з багатьох варіантів поведінки, а не всього лише декілька варіантів; ситуація зберігається протягом більш-менш тривалого часу, а не змінюється дуже швидко; існує багато можливих варіантів прийнятної поведінки, а не декілька.

Зауважимо, що у диспозиційному підході поняття «особистість» та «індивідуальність» фактично ототожнюються. Сама особистість не розглядається як суб'єкт системи відносин, як системна соціальна якість індивіда, тому структури особистості та індивідуальності повністю збігаються, а соціальне середовище, стосовно якого особистість виявляє свої риси, мислиться як незмінне, аморфне, «середовище взагалі».

**3. Мотиваційно-динамічна стратегія** (З.Фрейд, К.Юнг, А.Маслоу, О.Леонтьєв та ін.). Переважно розглядаються наступні питання:

1. Чому організм приходить в стан активності – вивчення потреб, потягів, інстинктів;

2. На що спрямована активність – вияв мотивів;

3. Як здійснюється регуляція динаміки поведінки – вияв емоцій.

Ці питання конкретизовані в пунктах 3 і 4 плану заняття.

**4. Блокова стратегія** (В.Джемс, К.Платонов, С.Рубінштейн, А.Щербаков). Структура особистості конструюється на основі спостережень у повсякденному житті блоків (іноді їх називають *рівнями* або *підструктурами*). Основними аналітичними напрямками дослідження структури особистості (вимірами) є:

- 1) соціально – психолого – індивідуальний;
- 2) діяльнісний;
- 3) генетичний (віковий), в межах яких вирішуються питання побудови цілісної структури особистості. Кожний вимір особистості має свою внутрішню будову, утворюється відповідними підструктурами, компонентами, рівнями розвитку.

У працях відомих психологів радянської доби (С.Рубінштейна, Г.Костюка, Б.Ананьева, О.Леонтьєва, В.Мерліна, В.М'ясищева, К.Платонова, О.Ковальова, А.Петровського, В.Моргун та ін.) конкретизовані уявлення про структуру особистості, чітко виявляється тенденція до синтезу багатовимірної системної психологічної структури особистості.

За С.Рубінштейном, структура особистості включає три основні групи психологічних властивостей (підструктури):

- 1) *відношення і спрямованість* як основні тенденції особистості – це те, що людина хоче (що її приваблює, до чого вона прагне);
- 2) *здібності* як людські можливості і потенції – це те, що людина може;
- 3) *характер* як домінуючі й стійкі тенденції використання, реалізації й розширення можливостей – це те, якою людина є насправді (що з тенденцій, диспозицій увійшло в неї, закріпилось як стрижневі особливості особистості).

К.Платонов запропонував модель *динамічної функціональної структури особистості*, яка включає 4 основні підструктури, розташовані вертикально за ієрархічним принципом: біологічне – соціальне.

*Вищі підструктури:*

- 1) *спрямованість* (мотиви, потреби, інтереси, життєві цілі, ціннісні орієнтації, ідеали, переконня, світогляд тощо). Формується в процесі виховання;
- 2) *підструктура соціального досвіду* (знання, навички, вміння і звички, набуті в особистісному досвіді шляхом наuczіння) – індивідуальна культура особистості;

*Нижчі підструктури:*

- 3) *підструктура форм відображення* (психологічна) охоплює індивідуальні особливості окремих психічних процесів, які формуються у процесі соціального життя (пізнавальні, емоційно-вольові). Сюди входить інтелект як певний рівень розвитку мислительної діяльності особистості, який забезпечує можливість набуття нових знань й їх ефективного використання у процесі життєдіяльності. Процес формування рис цієї підструктури відбувається шляхом тренування;

- 4) *біологічно зумовлена підструктура* – об'єднує типологічні властивості особистості, статеві і вікові особливості, психопатологію – найбільш загальні й актуальні для життєдіяльності та поведінки комплекси органічних

властивостей. Процес формування цієї під структури може відбуватися шляхом вправлення.

Окрім того, дослідник виділяє ще дві специфічні (не самостійні) підструктури особистості: *характер і здібності*, які «накладаються» на основні, маючи вихід на кожну з них, і виявляються в комплексі біологічних і соціальних якостей як загальні властивості особистості.

1. **Характер** – сукупність стійких індивідуальних соціально-значущих рис особистості (рис характеру), які формуються і виявляються в діяльності та спілкуванні й обумовлюють стиль поведінки особистості в типових ситуаціях.

2. **Здібності** – це такий ансамбль рис особистості, який забезпечує швидке і ефективне (успішне) входження, оволодіння і здійснення певної діяльності. Вони дозволяють показати швидкий темп виконання діяльності, забезпечити високу продуктивність та оригінальні результати діяльності.

За визначенням К.Платонова, *структура особистості* – це концепція особистості, яка узагальнює процесуально-ієрархічні підструктури особистості, показує субординацію нижчих підструктур вищими і включає накладені на них підструктури характеру і здібностей. Структура особистості, її елементи не залишаються незмінними впродовж життя. Зміни особистості можуть бути пов'язані не лише з її віковим розвитком, а й з патологією, соціальною деградацією тощо.

А.Петровський, згідно зі своєю *концепцією персоналізації особистості*, виділяє три складові структури особистості:

1) **інтраіндивідна** (внутрішньодивідна) підсистема – системна організація індивідуальності, що представлена в будові темпераменту, характеру, здібностей тощо.

2) **інтеріндивідна** підсистема як включеність соціального індивіда у простір міжіндивідуальних зв'язків, де взаємостосунки і взаємодії, що виникають у групі, можуть трактуватися як носії особистості їх учасників. Особистісне постає як вияв групових відносин (колективістське самовизначення, групова емоційна ідентифікація або співчуття як співучасть тощо), групове виступає в конкретній формі вияву особистості (колективізм, гуманізм, товариськість, лідерство тощо).

3) **метаіндивідна** (надіндивідна) підсистема – «ідеальна представленість» особистості в життєдіяльності інших людей, за рахунок довгострокових «внесків» (сміслових перетворень) в їх інтелектуальну та емоційно-вольову сфери, які суб'єкт свідомо або мимовільно здійснює через свою діяльність (явище *персоналізації*).

Таким чином, за А.Петровським, структура особистості – це цілісне системне утворення, сукупність соціально значущих психічних властивостей, відносин і дій індивіда, що склалися в процесі онтогенезу і визначають його поведінку як свідомого суб'єкта діяльності і спілкування, що реалізує потребу в персоналізації.

У структурі особистості, яка має ендопсихічну та екзопсихічну організацію, взаємодіє біологічне і соціальне.

**Ендопсихіка** як підструктура особистості відображає внутрішню взаємозалежність психічних елементів і функцій (чутливість, сприйнятливність, імпульсивність, емоційність, особливості пам'яті, мислення, уяви, здатність до вольового зусилля тощо). Це внутрішній механізм людської особистості, який ототожнюється з нервово-психічною організацією людини і описується такими характеристиками як ієрархічність та цілісність (стабільність поведінки в динамічних умовах та обставинах).

**Екзопсихіка** визначається ставленням людини до зовнішнього середовища і включає систему відносин людини та її досвід, інтереси, нахили, ідеали, почуття, сформовані знання, світогляд, переконання. Характеризується показниками активності та самостійності.

Людина є природною істотою, але біологічне в процесі історичного розвитку під впливом соціальних умов змінилося, набуло своєрідних специфічних людських особливостей, які докорінно відрізняють людину від тварин. Поза людським суспільством людина не може по-людськи розвиватися. Суспільні умови життя зумовили розвиток мови, свідомості і довільне виявлення психічних процесів і властивостей. Людина живе, навчається, діє у суспільному середовищі, і воно є провідним у формуванні і визначальним у виявленні її продуктивних сил. Однак і природні нахили розвитку індивіда, його тілесна організація, нервова та ендокринна системи, переваги й вади, фізичний розвиток суттєво впливають на формування його індивідуально-психологічних особливостей. Тому природне і соціальне утворюють єдність і не повинні механічно протиставлятися одне одному як самостійні підструктури особистості. У вітчизняній психології реальним базисом особистості людини визнається сукупність її суспільних відносин, які реалізуються через різноманіття діяльностей. Суспільство розглядається не просто як деяке зовнішнє середовище особистості. Вона активно включена в систему суспільних відносин, і цим визначається формування структури особистості, яка утворюється комплексом властивостей: мотивів, прагнень, установок, звичок, ідеалів, переконань і т.д. Але детермінованість особистості суспільними відносинами не означає, що вона є їх пасивним відбитком. Як включення особистості в систему відношень, так і її участь у них може здійснюватися лише як активний процес. Формуючись, особистість сама починає визначати розвиток усіх психічних феноменів людини.

**6. Спрямованість як системоутворювальна властивість особистості.** Як основний, провідний компонент структури особистості вітчизняні психологи розглядають *спрямованість* – систему стійких мотивів (домінуючих потреб, інтересів, схильностей, переконань, ідеалів, світогляду і т.д.), яка визначає ставлення особистості до дійсності та її поведінку в динамічних зовнішніх умовах. Спрямованість є системоутворюючою властивістю

особистості, яка визначає її психічний склад і дозволяє прогнозувати її майбутнє. Існують різні визначення й характеристики спрямованості.

С.Рубінштейн проблему спрямованості насамперед пов'язував з питанням про динамічні тенденції, які в якості мотивів визначають людську діяльність, і, в свою чергу, самі визначаються її цілями й завданнями. Спрямованість включає два тісно пов'язаних між собою моменти: а) предметний зміст; б) напруження, яке при цьому виникає.

В.М'ясищев виділяв в структурі особистості домінуючі ставлення, які визначають спрямованість особистості. Досліджуючи спрямованість або домінуюче відношення, необхідно розрізнити: а) ставлення людини до інших людей; б) ставлення до себе; в) ставлення до предметів зовнішнього світу. При цьому враховуються соціальна значущість відношень особистості, рівень їх суспільної цінності (моральність її повсякденної поведінки), відповідність поведінки особистості прогресивним соціальним ідеям (ідейність особистості). Міра стійкості цих відношень зумовлює послідовність і принциповість особистості.

Б.Додонов у спрямованості вбачає сукупність найважливіших цільових програм (стійких мотивів), які орієнтують поведінку і діяльність особистості відносно незалежно від конкретних умов і обумовлюють її смислову єдність.

Спрямованість особистості характеризується такими **формами**:

1) *домінуючі потреби*, які є джерелом активності особистості;  
2) *мотиви* – спонукання до діяльності, які пов'язані з задоволенням потреб суб'єкта (потяги, установки, бажання, схильності, прагнення, цілі, інтереси, ідеали, переконання, світогляд, цінності, ціннісні орієнтації, особистісні смисли) і моральні якості (гуманізм, альтруїзм, гедонізм, егоїзм, колективізм, індивідуалізм, тощо).

Спрямованість конкретної особистості аналізується за такими параметрами: рівень, широта, інтенсивність, стійкість та дієвість. Це дозволяє прослідкувати динаміку розвитку особистості, виявити головні тенденції її поведінки.

Традиційно в теоретичних і практичних дослідженнях особистості виділяють наступні **види спрямованості**:

а) *особистісна* (на себе) – переважають мотиви власного благополуччя, прагнення до особистої першості, престижу;

б) *ділова* (на задачу) – домінують мотиви, породжені самою діяльністю, захопленістю процесом діяльності, безкорисливе прагнення до пізнання, оволодіння новими вміннями і навичками;

в) *колективістська* (на взаємодію з оточуючими людьми).

Д.Фельдштейн виділяє такі основні **типи** особистісної спрямованості:

- гуманістична (позитивне ставлення до себе та інших);

- егоїстична (позитивне ставлення до себе і негативне до суспільства);

- депресивна (ставлення до себе байдуже, а ставлення до суспільства можна охарактеризувати як терпиме);

- суїцидна (ні сама людина, ні суспільство, що її оточує, не становлять для неї ніякої цінності).

Отже, *спрямованість особистості* – це ціннісно-орієнтаційна категоризація її свідомості, яка визначає всю систему спонукань людини, її стратегічні й тактичні цілі, життєві плани, рівень її життєвої активності. Завдяки своїй спрямованості люди здатні долати перешкоди, докладати зусиль і йти своїм курсом в реалізації цільових програм. Психологічний аналіз закономірностей становлення й функціонування особистісних смислів (індивідуалізованого ставлення особистості до тих об'єктів, заради яких розгортається її діяльність) є центральною проблемою при вивченні шляхів розвитку і виховання особистості як індивідуальності.

Принципове теоретичне і практичне значення має розуміння характеру співвідношення свідомих і несвідомих компонентів у спрямованості особистості, які визначають міру взаємодії суб'єкта з навколишнім світом, тобто його активність.

**7. Природа активності особистості.** Активність особистості – ініціативний вплив на оточуюче середовище, на інших людей і на себе. Вона залежить від мотивів поведінки особистості, світогляду, ціннісних орієнтацій, характеру, темпераменту. Активність виявляється в рівні домагань особистості і може мати різну спрямованість: бути соціально корисною, прогресивною або шкідливою, антисуспільною.

У сучасній психології існує декілька точок зору на природу активності особистості. Вперше це питання було ґрунтовно розглянуто З. Фрейдом. З позицій психоаналізу джерелом активності людини є природжені інстинктивні потяги, які мають сексуальну і агресивну природу: «ерос» (принцип насолоди, задоволення) і «танатос» – потяг до руйнування, смерті. Вони є імпульсивними, ірраціональними, неусвідомлюваними, тому їх природа, на думку фрейдистів, не піддається логічному пізнанню. Людина розглядається в енергетичній парадигмі, згідно з якою поведінка визначається психічною енергією («лібідо»), її кількістю та розподіленням. У психоаналізі мотиви соціальної поведінки людини ототожнюються з її психологічними потребами, принижується роль свідомості в управлінні поведінкою. Позитивне в теорії Фрейда – це звернення до сфери несвідомого у психіці людини, мотивації, розробка проблеми виникнення захисних механізмів (витіснення, перенос, проекція, заміщення, раціоналізація, сублімація, тощо) і дослідження їх ролі в детермінації поведінки.

*Неофрейдисти* А.Адлер, К.Юнг, К.Хорні, Е.Фромм, Е.Еріксон та інші виходили з визнання вирішальної ролі середовища і обмеження значення сексуальних і агресивних потягів у поясненні психіки людини і рушійних сил людської поведінки. Проте незмінно зберігався постулат про протистояння особистості і суспільства, їхню конфліктність. У їх теоріях особистість виступає в якості проекції соціального середовища, яке проектує на неї свої найважливіші якості, що стають *формами активності* особистості, наприклад: пошуки кохання і схвалення, гонитва за владою, престижем і

володінням, прагнення скоритися групі авторитетних осіб, втеча від свободи тощо.

Засновник *індивідуальної психології* А.Адлер вважав, що кожна людина в дитинстві відчуває свою неповноцінність і тому прагне її компенсувати, домогтися переваги над іншими. Перевага як мета має негативну (агресивну) і позитивну (конструктивну) спрямованість – прагнення до саморозвитку, росту, компетенції. Поведінка дитини, яка спрямовується усвідомленням своїх фізичних обмежень, стає, в свою чергу, стилем її життя – комплексом поведінкової активності, спрямованої на подолання неповноцінності і посилення почуття значущості і переваги (у фізичному, моральному, інтелектуальному, матеріальному плані). Концепція А.Адлера з її принципами цілісності, соціальності, цільової орієнтованості і гуманізму стала відправною точкою гуманістичного напрямку у психології.

Автор *аналітичної психології* Карл Юнг розглядав лібідо як творчу життєву енергію, яка може сприяти постійному особистісному зростанню індивіда. К.Юнг впровадив поняття «психея» (душа), яке охоплює особу як цілісність і має таку структуру: *Его* – реальне Я людини; *Маска* – те, якою людина бажає виглядати перед іншими людьми; *Тінь* – особисте позасвідоме, куди витісняються всі ті особистісні якості (комплекси), які неприємні людині, викликають у неї тривогу і які вона не бажає визнавати своїми; колективне позасвідоме, яке, в свою чергу, складається з архетипів або первообразів, які проявляються в міфах, легендах, казках у багатьох народів, наприклад, архетип Матері, архетип Героя, архетип Предка та ін. Архетипи – це система колективного, універсального і безособистісного характеру, ідентична у всіх індивідів. Це *колективне позасвідоме* не розвивається індивідуально, а успадковується. Архетипи специфічним чином відображаються людиною, задаючи форму психічного змісту сновидінням, творчості, визначають своєрідність її особистості, індивідуальності поведінки. У межах «психеї» циркулює лібідо – життєва енергія, рух якої підлягає принципам еквівалентності, ентропії та протилежностей. Інакше кажучи, будь-який дисбаланс у розподіленні енергії викликає компенсаторні тенденції.

Представник гуманістичного напрямку Еріх Фромм відмовився від фрейдівського поняття «лібідо» і виділив насамперед соціальні й культурні умови, що визначають особистісний розвиток. Е.Фромм описував існування людини у термінах відокремлення від природи та ізоляції від оточуючих (почуття самотності). Він стверджував, що конфлікт між прагненням до свободи і прагненням до безпеки становить основну мотиваційну силу в житті людей. Дихотомія свобода-безпека – це універсальний і неминучий факт природи людини, який обумовлений екзистенційними потребами, що забезпечують саме її існування у світі. Е.Фромм указує на 5 таких потреб:

1) потреба у прихильності, або у встановленні зв'язків (може бути конструктивною (любов) і деструктивною (садизм, мазохізм));

2) потреба у подоланні (своєї пасивної тваринної природи, щоб стати активним і творчим будівничим свого життя);

3) потреба у самовизначенні (розвиток самосвідомості і відстоювання свого індивідуального «Я» з позицій досвіду і знання, надбаних у самостійній життєвій активності);

4) потреба в укоріненості (у почутті стабільності, безпеки, захищеності);

5) потреба в орієнтації (в системі поглядів, перспективі розвитку).

Система орієнтації – це сукупність переконань, які дозволяють людям сприймати й пізнавати реальність, діяти цілеспрямовано.

Е.Фромм розрізняє продуктивну і непродуктивну орієнтації.

*Продуктивна орієнтація* – це відповідь на суперечність людського існування у суспільстві. У ній виявляється здатність людини до продуктивного логічного мислення, любові, праці. Вона дає незалежний, чесний, урівноважений, люблячий, творчий тип особистості, який здійснює соціально-корисні вчинки.

До непродуктивних орієнтацій, ґрунтуючись на особливостях діяльності й стосунків людини, Е.Фромм відносить:

- *рецептивну особистість*, яка вважає, що джерела усіх благ і бід знаходяться зовні, а не в ній самій; для таких людей характерна пасивність, психологічна залежність, нерішучість, тривожність, проте вони досить дружелюбні, довірливі, чутливі, сердечні;

- *експлуаторську* – вона, як і рецептивна, нічого не створює сама, але на відміну від неї, безсоромно користується чужими речам, ідеями, людьми, відбираючи їх силою або хитрістю;

- *здирницьку*, яка виявляє постійне прагнення економити і по можливості заволодівати, контролювати речі, ідеї, стосунки;

- *ринкову* – орієнтується в основному на стосунки: «ти мені – я тобі», «вигідно – не вигідно»; їхня самооцінка і самоповага залежать виключно від впливу зовнішніх причин успіху або невдачі в кар'єрі, коханні.

Усім психоаналітикам тією або іншою мірою властиве протиставлення особистості і культури (цивілізації), особистості і суспільства. Зберігається орієнтація на минуле особистості, де знаходяться витoki теперішніх внутріособистісних конфліктів, які спричиняють «витіснені у несвідоме» психотравмуючі враження і переживання дитини.

На відміну від психодинамічних теорій, представники «гуманістичної психології» – К.Роджерс, А.Маслоу, Г.Олпорт, Р.Мей та ін. – головним фактором активності особистості вважають прагнення до майбутнього, до максимальної самореалізації (самоактуалізації), що реалізується за допомогою орієнтації на свої власні здібності, можливості, мотиви. Ці вчені солідарні в тому, що людина – це активна, інтенціональна, творча істота. Центральна роль відводиться мотивам, які забезпечують не пристосування до середовища, не конформну поведінку, а ріст конструктивного начала людського «Я». Особливу роль в активності особистості відіграє потреба в самоактуалізації – прагнення людини до якомога повнішого виявлення і

розвитку своїх особистісних можливостей. За А.Маслоу, вона є вершиною потребою особистості, яка включає в себе «пошук істини й розуміння», спробу досягти рівності й справедливості, творення прекрасного й прагнення до нього». Проте ці вчені також дещо однобічно і неадекватно тлумачать активність особистості, оскільки не визнають її обумовленості соціально-історичними факторами.

Розробляючи проблему активності особистості, вітчизняна психологія спирається на ідеї (принципи) про активний характер відображення, про походження свідомості з трудової діяльності, її провідну роль в поведінці і діяльності людини. С.Рубінштейн зазначає наступні напрями активності, з якими пов'язується свобода особистості:

1) вольова активність, яка мобілізує ресурси індивіда на подолання усвідомлюваних ним об'єктивних і суб'єктивних перешкод;

2) соціальна (власне особистісна) активність, що полягає у здійсненні соціально значущих дій (вчинків) і прийнятті на себе відповідальності за них;

3) понаднормативна активність, яка відзначається перевищенням, збагаченням і узагальненням поставлених ззовні вимог;

4) творча активність, що передбачає розв'язання завдань з великою мірою невизначеності;

5) надситуативна активність, тобто вихід за межі ситуації, яка передбачається соціокультурною нормою і відповідає минулому досвідові самого суб'єкта;

6) активність самокерування, спрямована зокрема на самопізнання й самовдосконалення, побудову і реалізацію життєвих стратегій, організацію власного життєвого шляху.

Отже, активність особистості є особистісним способом співвіднесення себе з іншими людьми, визначення своєї позиції і самовизначення. У цьому процесі виявляється ступінь включення в спільноту, ставлення до неї, усвідомлення ставлення оточуючих до себе і т.д. Активність виявляється також у здібності людини не лише керувати ситуацією, життям у цілому, але й у здібності бути творцем ситуації.

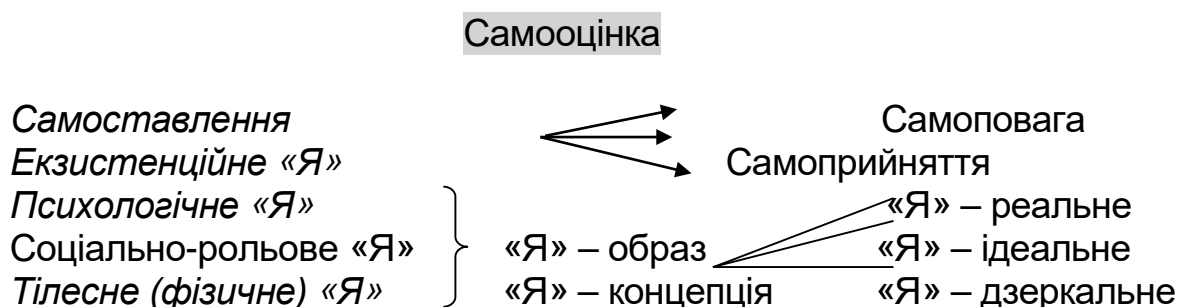
**8. Самосвідомість: «Я-образ», «Я-концепція», самооцінка, рівень домагань.** Важливе значення для нормального функціонування особистості має такий внутрішній регулятивний механізм, як *самосвідомість* – динамічна система уявлень людини про саму себе, за допомогою яких особистість виділяє себе з навколишнього світу, усвідомлює свої фізичні, інтелектуальні, моральні та інші якості, здійснює самооцінку цих якостей. Ця властивість дає змогу людині не лише об'єктивно відображати зовнішній світ, але й визначати своє місце у ньому, трансформувати зовнішній світ у свій власний мікросвіт. Самосвідомість – це результат пізнання реальної обумовленості своїх переживань, яка є продуктом індивідуального та суспільного розвитку. Ця здатність формується у міжособистісних

стосунках і виявляється в них. Самосвідомість людини, як і її ставлення до інших, ґрунтується на двох різних началах – об'єктному і суб'єктному. Феноменально це виявляється у відчутті свого «Я» – центрального компоненту самосвідомості. Р.Бернс виділяє два аспекти нашого «Я»:

1) «Я» – усвідомлююче (процес), об'єктне начало, яке відображає уявлення людини про все, до чого можна застосувати займенник «моє» (емпіричне Я) : мої конкретні якості, знання, уміння, можливості, речі, статус у групі – їх оцінку і значущість. На основі цих уявлень складається самооцінка (як ставлення до своїх конкретних якостей) і самоповага а також Я-образ, самоприйняття, яке виявляється у самоствавленні. Ці уявлення про себе складають периферію самосвідомості, яка опосередковує ставлення людини до світу, людей і самої себе. Таке ставлення породжує оцінку і пізнання відповідних якостей іншого, їх порівняння зі своїми. При цьому інша людина може стати засобом або самоствердження, або самореалізації. Об'єктне або предметне ставлення задає межі власного Я, свою відмінність від інших та відособленість.

2) «Я» – як суб'єкт (зміст). Суб'єктне начало відповідає цілісному відчуттю себе як джерела свідомості, власної активності, своєї волі, своїх переживань та ін., формує образ «Я» – відносно стійку, не завжди усвідомлювану систему уявлень індивіда про самого себе (сенс «Я»), яка переживається як неповторна і на основі якої він будує свою взаємодію з іншими. Будуючи Я-образ, особистість використовує такі прийоми, як самоприйняття, самоспостереження, самоаналіз, самоусвідомлення. З суб'єктивним «Я» співвідноситься безпосереднє й безоціночне сприймання та переживання іншої людини як цілісної особистості, що породжує внутрішній зв'язок з нею та різноманітні форми співпричетності (співпереживання, співробітництво, співжиття та ін.).

Наше «Я» має декілька граней, кожна з яких була у свій час предметом інтересу різних психологічних шкіл і напрямків:



Форми переживання людиною своєї особистості

- **Тілесне або фізичне «Я»** – переживання свого тіла як втілення «Я», образ тіла, переживання фізичних дефектів, усвідомлення здоров'я або хвороби. Усвідомлення тотожності своїх відчуттів із власним тілом виникає уже в місячному віці. Особливо велике значення тілесне «Я» набуває в

підлітковому віці, а інші сторони «Я» в цей період ще відстають у своєму розвитку.

- **Соціально-рольове «Я»** – виявляється у відчутті себе носієм певних соціальних ролей і функцій. Суттєво впливає на формування соціальної ідентичності людини. Відповідає на питання: «хто Я?»

- **Психологічне «Я»** – включає в себе сприйняття власних рис, диспозицій, мотивів, потреб і здібностей і відповідає на питання «який Я?» Складає основу «Я»- образу і «Я»- концепції, хоча тілесне і соціально-рольове «Я» в нього також входять.

«Я – образ» – це афективно-когнітивне утворення, яке включає емоційно-ціннісне ставлення до себе та уявлення про свої конкретні здібності, можливості, своє місце серед інших тощо. Динамічні Я-образи, які переживаються «тут і тепер» – «реальне Я», «ідеальне Я», «фантастичне Я», образ тіла тощо, є складовими відносно стійкої «Я-концепції».

1) *Реальне Я*, або уявлення про те, який я насправді (Я-фізичне, соціальне, розумове, емоційне). Я-реальне мотивує поточну активність, детермінує вибір найближчих цілей та рівень домагань, визначає особливості спілкування з людьми, причинно обумовлює вибір стратегії адаптації і життєвих стратегій;

2) *Ідеальне Я* – або уявлення про те, яким би суб'єкт, на його думку, повинен стати, орієнтуючись на моральні норми. Я-ідеальне необхідне для збереження самоповаги, мотивує діяльність людини, визначає вибір соціальних статусів і ролей, визначає довгострокові цілі і засоби їх досягнення, виступає як необхідний орієнтир у самовихованні;

3) *Динамічне Я* – те, яким суб'єкт має намір стати;

4) *Фантастичне Я* – те, яким суб'єкт бажав би стати, якщо це було б можливим. Воно призначене компенсувати неможливість здійснення бажаного майбутнього;

5) *Дзеркальне Я*, або уявлення про те, як мене сприймають інші. Дзеркальне Я виникає на основі взаємодії індивіда з різноманітними первинними групами на основі одержуваного зворотного зв'язку. Суб'єкт «дивиться, як у дзеркало, в іншу людину» і в такий спосіб налагоджує, уточнює, коректує образи свого Я. Я-дзеркальне є основним джерелом формування Я-концепції, регулює поведінку, контролює реалістичність Я-концепції.

*Я-образ* – це актуально усвідомлювана частина Я-концепції. Внаслідок постійного притоку нової інформації образ Я є гнучким і лабільним (нестійким, рухливим). Я-образи входять у склад «поточку психіки», «поточку свідомості» і в залежності від швидкості зміни ситуації змінюють одне одного. Таким чином особистість гнучко реагує на зміни в навколишньому середовищі, соціальному оточенні. Міра адекватності «Я-образу» виявляється при визначенні самооцінки особистості.

У підлітковому віці утворюється **Я-концепція**, тобто загальна конфігурація самосприйняття: концепція людини про те, якою вона є, що виявляється в сукупності установок стосовно самої себе. На відміну від лабільного

Я-образу, Я-концепція є стійким психологічним компонентом, що задає певну лінію поведінки. Цей структурний елемент особистості, який є важливим регулятором її поведінки, складається з трьох компонентів:

1) **когнітивний** – уявлення про свої здібності, зовнішність, соціальну значущість і т.д.

2) **емоційно-оціночний**: самоповага, самокритичність, себелюбство, самоприниження і т.п.

3) **поведінковий (вольовий)**: прагнення бути зрозумілим, завоювати симпатії, повагу інших, підвищити свій статус або ж приховати свої недоліки, ухилитися від оцінки, критики.

- **Екзистенційне Я** – це відчуття себе як джерела активності, або, навпаки, пасивного об'єкта впливів, переживання своєї свободи або несвободи, відповідальності або непричетності. Це первинна точка відліку будь-яких уявлень про себе. У цьому «Я» відображаються особливості не якихось конкретних особистісних структур, а загальних принципів стосунків особистості з оточуючим її світом.

- **Сенс Я, або самоставлення** є структурно складним утворенням, що включає в себе як загальне, глобальне почуття «за» або «проти» самого себе, так і більш специфічні виміри: самооцінку, самоповагу, внутрішню симпатію, самоінтерес або близькість до самого себе, самоприйняття. Самоставлення є механізмом зворотного зв'язку. Воно сигналізує про те, що в житті все в порядку або, навпаки, не все.

Отже, наше Я включає в себе і уявлення про себе, і свою оцінку, і програми свого самовдосконалення, і звичні реакції на вияв деяких своїх якостей, і здібності до самостереження, самоаналізу й самореалізації. Саме через «Я», яке дає можливість людині орієнтуватися в собі, як і в зовнішньому світі, здійснюється об'єднання усіх компонентів особистості в одне ціле і постійна гармонізація (узгодження) її компонентів.

**Самооцінка** – це оцінка особистістю самої себе, своїх можливостей, якостей і місця серед інших людей. За допомогою самооцінки відбувається регуляція поведінки особистості, самоствердження, створення в оточуючих певного враження про себе.

Критерії самооцінки неоднозначні. Індивід може оцінювати себе двома шляхами:

1) шляхом порівняння себе з іншими людьми. Еталоном є ціннісні орієнтації, ідеали особистості;

2) шляхом співставлення рівня своїх домагань (бажаний рівень самооцінки, що виявляється у ступені труднощі досягнення мети, яку індивід ставить перед собою) з об'єктивними результатами своєї діяльності. У цьому випадку сенс самооцінки полягає в тому, щоб вірно оцінити ефективність своїх ресурсів і перерозподілити їх так, щоб для досягнення визначених цілей, завдань використовувати свої найсильніші сторони.

Прагнення до підвищення самооцінки у тому випадку, коли людина має можливість вільно обирати ступінь труднощів чергової дії, породжує

конфлікт двох тенденцій: з одного боку – прагнення підвищити домагання, щоб пережити максимальний успіх, а з іншого – знизити домагання, щоб уникнути невдачі. У випадку успіху рівень домагань підвищується, людина виявляє готовність розв'язувати складніші завдання, при невдачі – відповідно знижується.

Формування рівня домагань визначається:

- 1) передбаченням успіху або невдачі;
- 2) урахуванням і оцінкою минулих успіхів або невдач.

Дослідження показують, що у ситуації ризику люди з низьким рівнем домагань стурбовані не тим, щоб досягти успіху, а тим, щоб уникнути невдачі. Вони обирають або найбільш прості завдання, або найбільш складні. Перші – тому, що переконані в успіху, другі – тому, що невдача в цьому випадку буде виправдана виключною складністю завдання.

Педагогу потрібно формувати реальний рівень домагань і адекватну самооцінку, які сприяють виникненню самоповаги учня.

**9. Проблема психологічної діагностики особистості.** Численні й різноманітні прояви особистості, з одного боку, зумовлені її структурою, а з іншого – визначаються ситуаціями й умовами її реальної життєдіяльності. З точки зору вияву і аналізу структури особистості в сучасній психологічній діагностиці найбільш розповсюдженими є дві великі групи методів – опитувальники і проєктивні методики. Щоб орієнтуватися у цій сфері, необхідно мати уявлення про особливості, можливості й обмеження кожної з цих груп методів.

Особистісні опитувальники (стандартизовані самозвіти) – це сукупність методичних засобів, які використовуються для вияву й оцінки окремих властивостей і проявів особистості. Їх можна класифікувати наступним чином:

- 1) типологічні опитувальники;
- 2) опитувальники рис особистості;
- 3) опитувальники мотивів;
- 4) опитувальники інтересів;
- 5) опитувальники установок (атитюдів).

Діагностуючи психологічні особливості і розвиток конкретної особистості, досліджуючи їх у процесі лабораторних занять і педагогічної практики з метою цілеспрямованого впливу, самопізнання, самовиховання потрібно завжди розглядати будь-який елемент особистості (рису, властивість, тип) через його місце в системі особистості як структурно-цілісного утворення. Зауважимо, що, окрім порівняно простих методик, які діагностують одну чи декілька рис або властивостей особистості, існують багатомірні тести. Наприклад, Мінесотський багатоаспектний особистісний опитувальник MMPI, І6-факторний особистісний опитувальник Р.Кеттела, проєктивний тест Г.Роршаха, процедура проведення, обробки та інтерпретації яких вимагає спеціальних знань і не може застосовуватись у педагогічній практиці непрофесіоналами.

## ЗАВДАННЯ ДЛЯ САМОСТІЙНОЇ РОБОТИ З ТЕОРЕТИЧНИМ МАТЕРІАЛОМ

1. Уважно опрацюйте зміст лекції з даної теми та теоретичний матеріал, який міститься в підручниках і посібниках з загальної психології. Продумайте логічну схему відповіді на кожне питання семінару.

2. Порівняйте наступні визначення особистості:

- «**Особистість** – це поняття, яке означає сукупність стійких психологічних якостей людини, які складають її індивідуальність». (Р.Немов)

- «**Особистістю**, тобто соціальною істотою, яка включена в суспільні відносини і є діячем суспільного розвитку, ми можемо назвати дорослу, нормальну людину, але не новонароджену дитину і не людину, яка не сповна розуму».

- «**Особистість** – термін, який означає: 1) людського індивіда як суб'єкта відносин і соціальної діяльності або 2) стійку систему соціально значимих рис, які характеризують індивіда як людину того або іншого суспільства або спільності. Особистість з'являється лише з виникненням свідомості, самосвідомості».

- «**Особистість** – системна якість, яка набувається індивідом у предметній діяльності і спілкуванні, характеризує його як суб'єкта й об'єкта суспільних відносин».

Прочитайте також іншу літературу, в якій даються визначення поняття особистості, і, порівнявши їх з наведеними вище, проаналізувавши їх науковий зміст, дайте відповідь на наступні питання:

- Чи можна підвести під визначення особистості, яке дав Р.Немов, будь-якого індивіда, зокрема й новонародженого і душевно хворого?

- Які з визначень Вам видаються найбільш відповідними тому розумінню особистості, яке прийняте у вітчизняній психології?

- Спробуйте сформулювати своє визначення (спираючись на ті, які є в літературі) найбільш лаконічно і точно.

3. Випишіть у психологічний словник визначення понять «людина», «індивід», «суб'єкт», «особистість», «індивідуальність». З'ясуйте взаємозв'язок і співвідношення між ними. Яке поняття є найширшим? Найвужчим? Покажіть це співвідношення у графічній формі.

4. Розуміння природи особистості у підсумку детермінується концепцією природи людини. Які критерії лежать в основі цього розуміння? Покажіть, як вони виявляються у теоріях особистості класичного психоаналізу, неофрейдизму, біхевіоризму, гуманістичної психології, вітчизняної психології.

5. Поясніть логіку побудови «Схеми класифікації сучасних теорій особистості», запропоновану Р.Немовим. Конкретизуйте її зміст.

6. Визначте сутність діяльнісного і вчинкового підходів до вивчення особистості. Назвіть прізвища відомих вам представників цих підходів, проаналізуйте їх теоретичний і практичний внесок у вивчення особистості.

7. Порівняйте теоретичні концепції С.Рубінштейна, К.Платонова, О.Ковальова, А.Щербакова, В.Петровського. З'ясуйте відмінності у цих підходах щодо будови структури особистості.

8. Спираючись на положення концепції динамічної функціональної структури особистості К.Платонова, заповніть таблицю.

### Структура особистості за К.Платоновим

Підструктури	Підструктури підструктур	Співвідношення соціального і біологічного	Специфічні види формування

Такі важливі складові особистості як підструктура Я і система відношень (спілкування) не знайшли свого місця в запропонованій К.Платоновим структурі особистості. Спробуйте знайти їх ієрархічне розташування серед інших підструктур особистості. Аргументуйте свій вибір.

9. Випишіть у психологічний словник поняття, які характеризують спрямованість особистості. Визначте ієрархію мотивів, їх види і рівень усвідомлення.

10. Поясніть, чим зумовлюється значення переконань і як вони характеризують моральну сферу особистості ?

11. Дайте визначення самосвідомості особистості та охарактеризуйте її основні компоненти. З'ясуйте, як пов'язані між собою поняття «самосвідомість», «самооцінка» і «рівень домагань» особистості.

12. Із даних понять побудуйте логічний ряд так, щоб кожне попереднє поняття було родовим (більш загальним) відносно наступних: *самосвідомість*, *«Я-концепція»*, *особистість*, *«Я-образ»*, *людина*, *«Я-ідеальне»*, *свідомість*.

13. Як пояснюють активність особистості психологи-неофрейдисти: А. Адлер, К. Юнг, Е. Фромм ? Що у їх поглядах спільного, а що їх відрізняє? Висловіть свої критичні зауваження щодо їх концепцій.

14. Проаналізуйте запропоновані нижче психологічні задачі.

15. Підготуйте реферат на одну із запропонованих тем.

16. Перевірте свою готовність до заняття за допомогою запропонованих питань для самоперевірки.

17. Проведіть дослідження в школі, виконавши одне з запропонованих дослідницьких завдань.

## ТЕМИ РЕФЕРАТІВ

1. Особистість як предмет психологічного дослідження.
2. Стратегії і підходи до вивчення структури особистості у психології.
3. Конституційні індивідні властивості та особистість.
4. Методологічний аспект проблеми суб'єктивного у структурі особистості.
5. Характеристика спрямованості особистості та її динаміка.
6. Ціннісні орієнтації як змістовна характеристика мотиваційної сфери особистості.
7. Особистісний підхід як принцип психології.
8. Потреба і мотив у поведінці людини крізь призму теорії установки.
9. Самосвідомість особистості: сутність, структура, можливості розвитку.
10. Самооцінка і рівень домагань як центральні характеристики самосвідомості.
11. Джерело активності особистості у різних психологічних теоріях особистості.
12. Смыслові утворення особистості: стан і перспективи дослідження.
13. Самоактуалізація та самореалізація особистості.
14. Зріла особистість і феномен персоналізації.
15. Філософсько-психологічний підхід до розуміння особистості Е.Фромма.
16. Духовний світ особистості.
17. Новітні тенденції в теоретичній розробці психологічних проблем особистості.
18. Соціалізація особистості й проблема толерантності: психологічний аспект.

## Психологічні задачі<sup>1</sup>

### Задача 1

Нижче зазначені особливості поведінки людини характеризують її або як особистість, або як індивіда.

1. Окремо випишіть особливості, що відповідають поведінці індивіда і особистості. 2. Дайте обґрунтування свого вибору.

Старанність, низька адаптація до темряви, товариськість, чітка координація обох рук, повільна швидкість впізнавання, велика емоційна збудливість, любов до праці, акуратність, невелика моторна ригідність, висока сенсорна чутливість, добросовісність, скромність, мала чутливість до суспільної оцінки, рухливість, швидкий темп діяльності, реактивність, пластичність, правдивість, імпульсивність, щиросердя.

### Задача 2

Зліва подані властивості особистості і властивості індивіда, справа – їх суттєві відмінні якості.

1. Які з наведених справа ознак характерні для кожної властивості, наведеної зліва?

2. Які з властивостей, що наведені зліва, є властивостями особистості, які – властивостями індивіда?

- |                       |   |
|-----------------------|---|
| А) лінощі             | а) характеризують свідомість людини в цілому;                                 |
| Б) велика збудливість | б) визначають напрямок і зміст суспільно-трудової діяльності;                 |
| В) емоційність        | в) віддзеркалюють ставлення до узагальнених сторін об'єктивної дійсності;     |
| Г) добросовісність    | г) виявляються в найрізноманітніших ситуаціях;                                |
| Д) вдумливість        | д) не можуть бути оцінені як морально задовільні або незадовільні;            |
| Е) акуратність        | е) відбивають ставлення до чогось об'єктивного, що міститься поза свідомістю; |
| Є) реактивність       | є) не залежать від мотивів і відношень особистості.                           |
| Ж) відповідальність   |   |
| З) ригідність         |   |
| И) брехливість        |   |
| І) гідність           |   |

### **Задача 3**

Зазначте, які з положень, що наведені нижче, характеризують розуміння джерел активності особистості у класичному психоаналізі, неофрейдизмі, біхевіоризмі, когнітивній, гуманістичній та діалектико-матеріалістичній психології.

А. Основним джерелом активності особистості є несвідоме прагнення до насолоди, що визначає будь-які види творчої діяльності людини.

Б. Основним джерелом активності особистості є система свідомих мотивів і відношень, що сформувалися залежно від суспільних відносин і умов виховання.

В. Основним джерелом активності особистості є культурні і соціальні впливи, які без участі свідомості формують у людини певні несвідомі спонукання, що допомагають їй пристосуватися до соціальних вимог.

Г. Особистість активна за своєю природою (життя – форма руху) і поводить відповідно до суб'єктивної інтерпретації реальності.

Д. Основним джерелом особистості є підкріплення її відповідних дій.

Е. Зовнішні сили підтримують розвиток людини, але єдина рушійна сила її поведінки – тенденція актуалізації.

Поясніть, чому питання про джерела активності особистості має принципове значення?

### **Задача 4**

Кому належать нижче зазначені точки зору на співвідношення біологічного і соціального у структурі особистості?

А. Особистість формується суспільством; біологічні ж особливості суттєво не впливають на цей процес.

Б. Особистість визначається біологічними, спадковими факторами; ніяке суспільство не в змозі змінити те, що закладене в людину природою.

В. Особистість є феноменом суспільного розвитку людини, складний процес розвитку і формування особистості, зумовлений єдністю біологічного і соціального. У цьому процесі біологічні фактори виступають як природні передумови, а соціальні – як рушійна сила психічного розвитку людини у формуванні її особистості.

Поясніть, чому, діагностуючи розвиток особистості, слід враховувати біологічні (природні) передумови і суспільну сторону (соціальні умови) буття особистості.

### **Задача 5**

Із життя та літератури відомо, наскільки інколи несподіваними стають рішення і вчинки особистості в незвичних умовах. Люди, які, здавалося, уособлювали мужність і шляхетність, у таких ситуаціях поведуть себе як боягузи й егоїсти, і навпаки, у тих, кого ми вважали посередністю, в певних умовах виявляються неабиякі якості, про які ми навіть не підозрювали.

Чим можна пояснити подібний вияв особистості? Яка роль конкретної ситуації для вияву особистості?

### Задача 6

Як відомо, особистість формується і розкривається у процесі активної взаємодії людини з навколишнім середовищем, у процесі діяльності та спілкування. До того ж, кожна особистість є неповторним поєднанням антропологічних (спадкових), психічних і соціальних рис, які знаходяться у нерозривному зв'язку з конкретною ситуацією життя даного індивіда.

Чи можна в даному випадку говорити про типологію особистостей, у яких людина розглядається як представник однієї з цих груп? Дайте обґрунтування своєї думки.

### **ПРАКТИЧНІ ЗАВДАННЯ ДЛЯ САМСТІЙНОГО ВИКОНАННЯ**

1. Поясніть будь-який власний вчинок, користуючись поняттям «особистість», у формі самозвіту.

2. Опрацювавши відповідну літературу з фізіогноміки (А.Піз, П.Екман, В.Тараненко), виявіть зовнішні ознаки, за якими краще за все робити висновок про особистісні якості людини, і скористайтесь ними при оцінюванні кого-небудь із незнайомих людей.

3. Спостерігаючи за поведінкою добре знайомої людини, виявіть:

а) деякі психологічні якості і форми поведінки, в яких вона виявляє себе як стійка особистість;

б) деякі психологічні властивості і форми поведінки, які у неї нестійкі (змінюються від ситуації до ситуації);

в) серед стійких і нестійких якостей, властивостей і форм поведінки виявіть ті, що позитивно і негативно характеризують її як особистість.

4. У формі реферату дайте характеристику основних механізмів психологічного захисту, описаних З.Фрейдом і К.Роджерсом, співставивши особливості авторського розуміння сутності психологічного захисту. Проаналізуйте вашу поведінку з метою виявлення своїх психологічних механізмів самозахисту. Зазначте, в яких ситуаціях вони сприяють нормальному функціонуванню особистості, а в яких – ні.

5. Визначення рівня домагань особистості. На підставі даних спостереження, методик психодіагностики (Т.Елерса, Дембо-Рубінштейна та ін.), охарактеризуйте рівень домагань своєї особистості, знайомої людини або учня з точки зору того, в якій саме сфері діяльності і спілкування суб'єкт переживає себе переконливим, компетентним або непереконливим, на чому змістовно базує свою самоповагу, чи прагне до досягнення свого ідеалу тощо.

6. Дослідження «Я-концепції». Нижче подані різні способи осмислення «Я». Прокоментуйте їх з точки зору можливостей поведінкової реалізації. Яке з формулювань відображає ваше власне сприйняття свого «Я» і чому? Оформіть відповідь у вигляді самозвіту.

А. Кожна людина є всесвітом, яка з ним народилася і з ним помирає: під кожною могильною плитою похована ціла всесвітня історія (Г.Гейне).

Б. Той, хто не встигає в ногу з іншими, можливо, чує іншого барабанщика. Тож хай крокує з тією музикою, що чується йому – слабка і віддалена (Торо).

В. Усі ми жертви... Наші долі визначені наперед космічним жеребом, вітрами зірок і непостійними вихорами, що віють з вітряків богів (Г.Л.Дітріх).

Г. « Я так безглуздо чудовий, що сенс схилився наді мною!» (І.Сєверянин).

Д. Я не знаю, ким я здаюся світу, але сам я порівнюю себе з дитиною, яка, гуляючи берегом моря, збирає гладенькі камінці і красиві черепашки... (І.Ньютон).

### ПИТАННЯ ДЛЯ САМОПЕРЕВІРКИ

1. Опишіть сутнісні відмінності у розумінні особистості вітчизняними і зарубіжними психологами.
2. Чому до цього часу не існує єдиної цілісної теорії особистості? Чи можлива її поява в недалекому майбутньому?
3. Назвіть критерії класифікації теорій особистості.
4. У якому стані розробки знаходиться проблема співвідношення біологічного і соціального в особистості?
5. Назвіть основні стратегії і підходи до визначення структури особистості. У чому полягає їх специфіка.
6. Охарактеризуйте найбільш відомі авторські концепції типологічного підходу до структури особистості.
7. Укажіть основні складові структури особистості, які входять у соціально – психолого – індивідуальний вимір.
8. Які групи зв'язків існують між різними компонентами структури особистості?
9. Наведіть основні складові та характеристики спрямованості особистості.
10. Які точки зору на природу активності особистості існують в сучасній психології? Від чого в кінцевому рахунку вони залежать?
11. Чи відрізняється активність особистості від активності індивіда?
12. Розкрийте зміст понять «цінності», «ціннісні орієнтації» особистості. Зробіть їх порівняльний аналіз.
13. Що слід вважати центральним компонентом самосвідомості особистості?
14. Яким чином можна підвищити свою самооцінку?
15. Чим визначається формування рівня домагань?

## МАТЕРІАЛИ ДЛЯ РОБОТИ НА ЗАНЯТТІ

### «Особистість»

1. З-поміж наступних понять: «індивід», «особистість», «суб'єкт діяльності», «індивідуальність» – найбільш вузьким за змістом є поняття:
  - а) індивід;
  - б) особистість;
  - в) суб'єкт діяльності;
  - г) індивідуальність.
2. Поняття «індивід», «особистість», «суб'єкт діяльності», «індивідуальність» за обсягом змісту знаходяться у відношенні:
  - а) включення;
  - б) співвідлеглості;
  - в) роду – виду;
  - г) рядоположення.
3. Поняття, яке виражає неподільність, цілісність і фенотипічні особливості людини як представника роду, це:
  - а) індивід;
  - б) особистість;
  - в) суб'єкт діяльності;
  - г) індивідуальність.
4. Людина як особистість – це людина, яка розкривається в зумовленості:
  - а) її спілкуванням з іншими людьми;
  - б) структурою її ціннісних орієнтацій;
  - в) інтерналізованими нею етнічними й культурними стереотипами;
  - г) системою діяльностей, які вона виконує;
  - д) усі відповіді правильні.
5. Людину як індивіда характеризує:
  - а) індивідуальний стиль діяльності;
  - б) креативність;
  - в) мотиваційна спрямованість;
  - г) стать.
6. Система стійких переваг і мотивів особистості, які орієнтують динаміку її розвитку і задають головні тенденції її поведінки, – це:
  - а) темперамент;
  - б) характер;
  - в) здібності;
  - г) спрямованість.
7. Міра трудності тих цілей, до яких прагне людина і досягнення яких вона вважає принадливим і можливим, характеризує:
  - а) рівень домагань;
  - б) локус контролю;
  - в) самооцінку;
  - г) самоставлення.

8. Характеристика особистості, яка визначає інтенсивність, тривалість, частоту і різноманітність виконуваних дій, називається:

- а) емоціональністю;
- б) активністю;
- в) саморегуляцією;
- г) самостійністю.

9. Сукупність психічних процесів, які забезпечують рівень енергетики і спрямованість поведінки, розуміється як:

- а) мотивація;
- б) мотив;
- г) спрямованість;
- д) стан потреби.

10. На думку більшості радикальних біхевіористів, основним механізмом мотивації є принцип:

- а) постійності;
- б) реальності;
- в) гомеостазу;
- г) задоволення.

11. Система поглядів на оточуючий світ і своє місце в ньому називається:

- а) впливом;
- б) світоглядом;
- в) особистісним смислом;
- г) потребою.

12. До властивостей світогляду не належать:

- а) змістовність і науковість;
- б) систематичність і цілісність;
- в) ступінь узагальненості й конкретності;
- г) конкретність і дискретність.

13. Система усвідомлених потреб особистості, які спонукають її чинити відповідно зі своїми поглядами і світоглядом, – це:

- а) переконання;
- б) установка;
- в) світогляд;
- г) атитюд.

14. Критерієм класифікації інтересів на матеріальні, духовні і суспільні є:

- а) зміст;
- б) мета;
- в) стійкість;
- г) рівень дієвості.

15. Прагнення особистості до досягнення цілей того ступеню складності, на який вона вважає себе здатною, виявляється як:

- а) установка;
- б) домагання;

- в) світогляд;
- д) особистісний смисл.

16. Суб'єктивне ставлення особистості до явищ об'єктивної дійсності називається:

- а) установкою;
- б) світоглядом;
- в) особистісним смислом;
- г) спрямованістю.

17. Специфічна пізнавальна спрямованість на предмети і явища оточуючого світу називається:

- а) потягом;
- б) бажанням;
- в) інтересом;
- г) нахилом.

18. Неусвідомлений стан готовності до певної діяльності і поведінки, за допомогою яких може бути задоволена потреба, називається:

- а) потяг;
- б) установка;
- в) інтерес;
- г) прагнення.

19. Вища форма спрямованості особистості – це:

- а) потяг;
- б) ідеал;
- в) світогляд;
- г) переконання.

20. Установки:

- а) визначаються лише нашими поглядами і переконаннями;
- б) є результатом тих впливів, яких ми зазнаємо з дитинства;
- в) з великими труднощами змінюються після 20-го року життя;
- г) не застосовуються протягом життя.

21. Проблема психічних механізмів захисту особистості була вперше розроблена:

- а) гештальтпсихологією;
- б) в гуманістичній психології;
- в) в біхевіоризмі;
- г) в психоаналізі.

22. Співвіднесіть назви різних модальностей самоустановок та їх змістовні характеристики:

Реальне Я	Уявлення про свої психічні здібності, особливості характеру, моральні якості.
Дзеркальне Я	Образи, які суб'єкт демонструє, щоб приховати за ними негативні або хворобливі риси.
Можливе Я	Уявлення про те, яким, як здається суб'єкту, він може стати (або остерігається стати)
Динамічне Я	Уявлення про те, яким я є насправді

Духовне Я	Уявлення про те, яким би я хотів бути.
Демонстративне Я	Уявлення про те, як мене сприймають інші.
Ідеальне Я	Уявлення про те, як я розвиваюся, змінююся.

## ОПЕРАТИВНИЙ КОНТРОЛЬ ЗНАНЬ

### «Теорії особистості»

1. Про який підхід до пояснення детермінації поведінки особистості йде мова: «Індивід народжується з певною кількістю лібідо, яке проходить у своєму розвитку через ряд психосексуальних стадій. Усі стадії біологічно детерміновані, розгортаються в незмінному порядку й властиві усім людям, незалежно від їх культурного рівня»?

- а) біогенетичний;
- б) соціогенетичний;
- в) психогенетичний;
- г) діалектико-матеріалістичний.

2. Виступаючи з публічною лекцією, видатний психолог проілюстрував свою теорію таким чином: « Припустімо, що в цій залі присутній індивідуум, який порушує тишу і відвертає мою увагу своїм сміхом, балачками, тупотінням. Я оголошую, що не в змозі за таких умов читати далі лекцію, і ось серед вас знаходиться кілька сильних чоловіків і виставляють після короткочасної боротьби порушника порядку за двері. Тепер він витіснений, і я можу продовжувати свою лекцію. Для того, щоб порушення порядку не повторювалося, пани, які виконали моє бажання, підсовують свої стільці до дверей і влаштовуються там, створюючи перепону». Це теорія:

- а) когнітивного дисонансу;
- б) соціалізації;
- в) психоаналітична;
- г) діалектична.

3. Компонентами структури особистості, за З.Фрейдом, є:

- а) Id, Ego, Super-Ego;
- б) «Малюк», «Батько», «Дитина»;
- в) Его, Маска, Тінь, Аніма, Анімус;
- г) загальні та унікальні риси.

4. Яка стратегія лежить в основі дослідження структури особистості у психоаналізі?

- а) конституційно-антропологічна;
- б) факторна;
- в) блочна;
- г) мотиваційно-динамічна.

5. Послідовники цієї теорії, спираючись на біогенетичний закон, стверджували, що онтогенез дитини повторює історіогенез людства. Це теорія:

- а) психоаналізу;
- б) біхевіоризму;
- в) рекапітуляції;

г) соціального наочіння.

6. Який напрямок проголошує дане положення: «Особистість – це проста функція, пасивний продукт соціального середовища. Біологічні умови в її розвитку істотного значення не мають»?

- а) психогенетичний;
- б) біогенетичний;
- в) соціогенетичний;
- г) діалектико-матеріалістичний.

7. Автор цієї теорії стверджував, що «особистість – це лише набір поведінкових шаблонів. Різні ситуації викликають різні реакції. Реакція ж індивіда залежить виключно від попереднього досвіду і генетичної історії». Це теорія:

- а) транзактного аналізу Е.Берна;
- б) особистісних конструктів Дж. Келлі;
- в) радикального біхевіоризму Б.Скіннера;
- г) колективного несвідомого К.Юнга.

8. Який підхід ілюструє дане положення: «Розвиток людини з самого початку в генотипі не закладений, але він не може бути повністю довільним і залежить від біологічного дозрівання нервової системи та мозку. Зміни в розвитку також визначаються випадковим збігом обставин у житті індивіда»?

- а) біологізаторська;
- б) соціологізаторська;
- в) стохастична;
- г) функціональна;
- д) діалектична.

9. Яка теорія постулює твердження: «Людина не народжується наділеною історичними досягненнями людства. Досягнення розвитку людських поколінь втілені не в її природних задатках, а в навколишньому світі – у великих творіннях людської культури. Тільки в процесі привласнення людиною цих досягнень, що триває впродовж її життя, вона набуває справді людських властивостей і здібностей»?

- а) ультурно-історична теорія особистісних конструктів;
- б) теорія рекапітуляції;
- в) теорія діяльності;
- г) к теорія.

10. Що є системоутворюючою основою, яка забезпечує залучення людини до світу культури і її саморозвиток з позиції діалектико-матеріалістичного напрямку?

- а) мова;
- б) спілкування;
- в) цілеспрямована спільна діяльність;
- г) суспільно корисна праця.

11. Головною рушійною силою особистості А.Адлер вважав:
- а) лібідо;
  - б) прагнення до влади (перевеги);
  - г) самотрасценденцію;
  - д) підкріплення.
12. Чітко окреслений підхід до світу, за К.Юнгом, є результатом комбінації чотирьох фундаментальних психологічних функцій, кожна з яких здатна розвиватися по екстравертному або інтровертному типу. Напишіть їх назви:
- а)
  - б)
  - в)
  - г)
13. Поняття «Его-психологія», на відміну від психології З.Фрейда:
- а) відводить Его самостійну й провідну роль в житті особистості;
  - б) робить акцент на тому, що психіка визначається тенденціями несвідомого, які реалізуються в Его;
  - в) надає вирішального значення егоцентричним мотивам поведінки.
14. Прийняте в класичному психоаналізі поняття «конфлікт» в Его-психології може замінюватися поняттям:
- а) суперечність;
  - б) антипатія;
  - в) діалог із середовищем;
15. На відміну від теорії З.Фрейда, теорія розвитку Е.Еріксона:
- а) сконцентрована на ролі ранніх етапів розвитку особистості;
  - б) концентрується на значенні оральної стадії;
  - в) охоплює весь життєвий цикл людини;
  - г) робить особливий акцент на ролі ранньої молодості.
16. Об'єктом аналізу факторної стратегії дослідження особистості є:
- а) минулий досвід індивіда;
  - б) життєві стадії, що являють собою розгортання генетично визначеного плану особистості;
  - в) мотиви і смисли;
  - г) вроджені схильності до реагування, які часто ототожнюються з темпераментом особистості;
  - д) риси особистості, зафіксовані в мові.
17. Р.Кеттел у структурі особистості не виділяє:
- а) загальні та унікальні риси;
  - б) конституціональні риси;
  - в) риси, сформовані навколишнім середовищем;
  - г) кардинальні, центральні та вторинні диспозиції.

18. Модель людини раціональної, активної, освіченої, умілої розглядається як аналог розумної машини з прийому та переробки інформації представниками:

- а) психоаналізу;
- б) біхевіоризму;
- в) інтеракціонізму;
- г) когнітивізму.

19. Особистісні конструкти, згідно з Дж.Келлі, це:

- а) комплекси індивідуальних особливостей темпераменту і характеру, що конституують особистість;
- б) домінуючі змісти, що розрізняються у представників різних типів характеру і визначають адаптивну поведінку;
- в) мисленнєві моделі, які використовуються людиною для усвідомлення, інтерпретації, пояснення і передбачення досвіду;
- г) конструктивна частина змісту «Я».

20. Теорії, що ґрунтуються на взаємодії внутрішніх і зовнішніх факторів в управлінні поведінкою людини, називаються:

- а) психодинамічні;
- б) соціодинамічні;
- в) інтеракціоністські;
- г) структурно-динамічні.

21. «Я-концепція», творчість, саморозвиток, самоактуалізація, вищі цінності буття, самореалізація, сенс життя – об'єкт вивчення:

- а) психоаналізу;
- б) когнітивістських теорій;
- в) необіхевіоризму;
- г) гуманістичних теорій.

22. Я-концепція як структурний елемент особистості, що є важливим регулятором її поведінки, складається з трьох компонентів:

- а) когнітивний;
- б) перцептивний;
- в) поведінковий;
- г) емоційно-оціночний;
- д) егоцентричний

23. Процес і результат використання, максимальний розвиток людиною її задатків і здібностей, реалізація своїх талантів і потенціалів у практичних здобутках – це:

- а) самовдоволеність;
- б) самоствердження;
- в) самоактуалізація;
- г) самореалізація.

24. За К.Платоновим, параметри спрямованості особистості та її ставлення слід розглядати на:

- а) соціально-психологічному рівні;

- б) психолого-педагогічному рівні,
- в) індивідуально-психологічному рівні.

25. Які підструктури особистості, за К.Платоновим, пов'язані між собою за ієрархічним принципом? Покажіть цей зв'язок на схематичному малюнку.

## **ФОРМИ РОБОТИ НА ЗАНЯТТІ**

### **Семінар 1**

#### **«Проблема особистості в загальній психології»**

**Мета.** Ознайомитися з основними теоретичними аспектами вивчення особистості: багатогранністю феноменології особистості; міждисциплінарним статусом проблеми особистості, місцем особистості в системі психологічних знань; залежністю розуміння особистості від образу людини, що явно чи приховано існує в культурі і науці на певному етапі їх розвитку; незбігом проявів індивіда, особистості та індивідуальності та сучасними теоріями особистості.

#### **Питання для обговорення**

1. Загальне поняття про особистість. Особистість в системі психологічних знань.
2. Проблема визначення особистості у вітчизняній і зарубіжній психології.
3. Співвідношення понять «людина», «індивід», «суб'єкт», «особистість», «індивідуальність».
4. Сучасні теорії особистості: класифікація, стан, перспективи розвитку.

### **Семінар 2**

#### **«Психічний склад особистості»**

**Мета.** Засвоєння знань про структурні складові особистості, з'ясувати їх взаємозв'язки, ієрархічну залежність, співвідношення біологічного і соціального, типового та індивідуального, свідомого і несвідомого, розкрити зміст Я-структури та її роль у забезпеченні єдності і цілісності особистості.

#### **Питання для обговорення**

1. Психологічна структура особистості.
2. Спрямованість як стержнева характеристика особистості.
3. Природа активності особистості.
4. Самосвідомість: «Я-образ», «Я-концепція», самооцінка, рівень домагань особистості.
5. Проблема психологічної діагностики особистості.

### Групова дискусія

#### «Проблема співвідношення біологічного і соціального в психічному складі особистості»

**Мета.** З'ясування значення даної проблеми для вирішення завдань розвитку і виховання особистості, її статусу та стану розробки в різних наукових напрямках психології особистості.

**1. Підготовчий етап.** Студентам попередньо даються **проблемні питання для обговорення:**

- Чому проблема співвідношення біологічного і соціального в особистості має принциповий характер? Коли і у зв'язку з чим вона виникла?

- У чому полягають принципові розходження з цієї проблеми між представниками фрейдизму, неофрейдизму, біхевіоризму, багатофакторних теорій, гуманістичної психології, вітчизняної психології?

- Чи згодні Ви із твердженням З.Фрейда про те, що статевий потяг і агресія – два основні мотиви, які лежать в основі людської поведінки?

- За Г.Айзенком, риси особистості і типи визначаються насамперед спадковістю, а інтелект на 2/3 залежить від генетичного фактору. Наведіть аргументи за і проти цієї точки зору.

- Чи приваблює Вас твердження представників соціогізаторського підходу про те, що в будь-якої людини незалежно від її природних анатомо-фізіологічних особливостей можна сформувати будь-які психологічні й поведінкові властивості та довести їх розвиток до будь-якого рівня за допомогою навчання і виховання. Які заперечення Ви могли б їм висунути?

- Яке співвідношення біологічного і соціального простежується в наступному положенні Е.Еріксона: «у принципі, людина розвивається ступінчато, шляхом послідовних новоутворень. Перехід від однієї стадії до іншої залежить від біологічного дозрівання і готовності особистості рухатися у напрямку подальшого зростання, розширення усвідомлюваного кругозору й радіусу соціальної взаємодії». Чим імпонує Вам ця точка зору?

- У проблемі співвідношення біологічного і соціального в особистості виявляють себе дві формули: 1) зовнішні причини діють через посередництво внутрішніх умов (С. Рубінштейн); 2) внутрішнє діє через зовнішнє і цим саме себе змінює (О.Леонтьєв). Яка з них, на Вашу думку, точніше відображає це співвідношення?

- Як, на Вашу думку, проблема біологічного і соціального буде вирішуватися в майбутньому?

Студенти розділяються на три групи, одна з яких отримує завдання опрацювати теорії особистості, що роблять переважний акцент на біологічному факторі, друга – на соціальному, третя – на компромісному варіанті. Для цього кожна група готує тези, які вона має захищати у процесі дискусії.

**2. На занятті** студенти усіх груп виголошують свої тези, попередньо їх віддрукувавши. Потім обмінюються ними і розробляють антитези на тези опонентів. Кожна теза супроводжується аргументами «за» і «проти» й обговорюється, виходячи з наукових розробок та власного досвіду. У підсумку дискусії слід узагальнити сильні й слабкі сторони кожного підходу та намітити подальші кроки у вирішенні цієї проблеми.

## Колоквіум

### «Сучасні теорії особистості:

#### класифікація, стан, перспективи розвитку».

**Мета.** Поглиблення та систематизація знань про різні напрямки дослідження психології особистості, та теорії і концепції, що їх представляють. Визначення рівня засвоєння студентами таких компонентів теорії особистості як її структура, мотивація, розвиток, критеріїв оцінки наукової значимості тієї або іншої теорії.

### Хід роботи

**1. Підготовчий етап.** У позанавчальний час студенти опрацьовують кілька наукових джерел із запропонованої теми та готуються до її обговорення на занятті. Зокрема, із запропонованих джерел обирають ті, які присвячені таким проблемам: основні положення про природу людини і їх відображення в теоретичних побудовах персонологів, проблема класифікації теорій особистості, проблема співвідношення типового та індивідуального в структурі особистості, проблема активності особистості, проблема змінюваності-незмінюваності особистості (студент обирає одну із проблем).

На занятті обговорюється зміст, основні ідеї опрацьованої роботи та значення основних положень теорій особистості для практики її виховання в сучасних умовах. Дається критичний аналіз опрацьованого джерела.

## ЛАБОРАТОРНИЙ ПРАКТИКУМ

Досліджуючи свої особистісні якості, ціннісно-смыслову сферу, самооцінку за допомогою запропонованих у практикумі психодіагностичних методик, бажано налаштуватися на серйозну роботу, щиро й відверто відповідати на питання методик, уважно проаналізувати отримані результати й за необхідністю скоректувати своє ставлення та поведінку.

### Практичне завдання 1

#### Вивчення самооцінки за допомогою тесту-опитувальника

##### «Шкала самооцінки»

**Вступний коментар.** У роботах психологів – психоаналітиків (З.Фрейд, А.Адлер, К.Хорні, Е.Фромм та ін.) самооцінка виступає як адаптаційна функція особистості і розглядається у зв'язку з афективно-потребовою сферою особистості. Подана нижче методика дозволяє виявити, якою мірою людина обтяжена «комплексом меншовартості» - сукупністю психологічних та емоційних відчуттів, що виявляються в почутті власної неповноцінності та ірраціональній вірі в перевагу оточуючих над собою. За А.Адлером, почуття неповноцінності є у кожної людини. Це не психічний розлад, навпаки, воно стимулює нормальне прагнення і нормальний розвиток. Помірне почуття неповноцінності може підштовхнути особистість до конструктивних досягнень. Патологічним це почуття стає лише тоді, коли

в людини переважає почуття неадекватності, і це гальмує її корисну активність, робить її депресивною і нездатною до розвитку.

**Мета дослідження:** формування умнь визначення рівня самооцінки методом самозвіту.

### Хід роботи

1. Познайомитися зі вступним коментарем;
2. Виконати методику в режимі самодіагностики;
3. Обробити та інтерпретувати отримані результати

### ТЕСТ-ОПИТУВАЛЬНИК «ШКАЛА САМООЦІНКИ»

*Інструкція досліджуваному.* Запропонований Вам опитувальник містить 32 твердження, з приводу яких можливі 5 варіантів відповідей, кожна з яких кодується балами: дуже часто – 4 б., часто – 3 б., іноді – 2 б., рідко – 1 б., ніколи – 0 б. Для того, щоб визначити рівень самооцінки, необхідно скласти бали з усіх 32 тверджень.

#### Текст опитувальника

1. Я б хотів, щоб мої друзі підбадьорювали мене.
2. Постійно відчуваю свою відповідальність за роботу (навчання).
3. Мене хвилює моє майбутнє.
4. Багато хто мене ненавидить.
5. Я менш ініціативний, ніж інші.
6. Мене непокоїть мій психічний стан.
7. Я боюся виглядати дурнем.
8. Зовнішній вигляд інших куди кращий, ніж мій.
9. Я боюся виступати з промовою перед незнайомими людьми.
10. Я часто роблю помилки.
11. Шкода, що я не вмію говорити з людьми як слід.
12. Шкода, що мені не вистачає впевненості в собі.
13. Я волів би, щоб мої дії схвалювалися іншими.
14. Я занадто скромний.
15. Моє життя здається марним.
16. Багато хто неправильної думки про мене.
17. Мені нема з ким поділитися своїми думками.
18. Люди очікують від мене забагато.
19. Люди не надто цікавляться моїми досягненнями.
20. Я легко знічуюсь.
21. Я відчуваю, що багато людей не розуміє мене.
22. Я не почуваю себе у безпеці.
23. Я часто хвилююсь, та даремно.
24. Я почуваюся ніяково, коли входжу до кімнати, де вже сидять люди.
25. Я почуваюся скутим.
26. Я відчуваю, що люди говорять про мене за мою спиною.

27. Я впевнений, що люди майже все приймають легше, ніж я.
28. Мені здається, що зі мною має статись якась неприємність.
29. Мене хвилює думка про те, як люди до мене ставляться.
30. Шкода, що я не надто комунікабельний.
31. У суперечках я висловлююся тільки тоді, коли впевнений у своїй правоті.
32. Я думаю про те, чого чекає від мене громадськість.

### **Інтерпретація результатів**

*Сума балів від 0 до 43* свідчить про високий рівень самооцінки. Така людина, як правило, не обтяжена «комплексом меншовартості», самодостатня, поважає себе, орієнтована на соціальні досягнення, успіх, правильно реагує на зауваження інших і рідко сумнівається у своїх діях.

*Сума балів від 43 до 86* свідчить про середній рівень самооцінки. Така людина рідко страждає від «комплексу меншовартості» і лише час від часу намагається підлаштуватися під думку інших.

*Сума балів від 86 до 128* вказує на низький рівень самооцінки. Така людина хворобливо реагує на критичні зауваження в свою адресу, намагається завжди рахуватися з думкою інших і часто страдає від «комплексу меншовартості». За Адлером, цей комплекс елімінується з людської психіки методом «схвалення», важливо, щоб цілі, які людина сама для себе формулює, не були гіпертрофованими. Почуття особистої цінності може виникати лише із досягнень, із здатності долати зовнішні і внутрішні перешкоди.

Американський психолог Н.Бранден сформулював шість принципів, від дотримання яких залежить самооцінка: 1) усвідомлюй наслідки своїх вчинків; 2) приймай себе таким, яким ти є; 3) відповідай за себе; 4) умій постояти за себе; 5) живи цілеспрямовано; 6) будь чесним з самим собою. Як ці принципи реалізовані в Вашому житті?

### **Практичне завдання 2.**

#### **Вивчення ціннісних орієнтацій**

**Вступний коментар.** Проблема цінностей, ціннісних орієнтацій є предметом різнобічного вивчення в соціології, філософії, психології. *Цінності* – це предмети, явища дійсності, котрі є або можуть бути об'єктом прагнення, інтересу, потреби для якогось суб'єкта. Це керівні принципи життя. Вони визначають, як потрібно себе поводити, який образ життя вартий або не вартий того, щоб їм відповідати і до них прагнути.

*Ціннісні орієнтації* - це відображення в свідомості людини цінностей, які визнаються нею в якості стратегічних життєвих цілей і світоглядних орієнтирів. Одним з перших, хто започаткував дослідження ціннісних орієнтацій у психології, був Макс Рокич (1973). Під ціннісними орієнтаціями він розуміє «абстрактні ідеї, позитивні або негативні, не пов'язані з певним об'єктом або ситуацією, що виявляють людські переконання про типи поведінки і цілі, яким надається перевага». За методикою Рокича Ви зможете виявити у себе систему ціннісних орієнтацій, яка визначає змістовний

бік спрямованості Вашої особистості, складає основу її відношень до навколишнього світу та самої себе, основу її світогляду і ядро мотивації життєвої активності, основу життєвої концепції і «філософії життя».

Мета. Формування умінь дослідження ієрархії ціннісних орієнтацій особистості.

### Хід роботи

1. Познайомитися зі вступним коментарем;
2. Виконати методику в режимі самодіагностики;
3. Обробити та інтерпретувати отримані результати

### ОПИТУВАЛЬНИК ЦІННІСНИХ ОРІЄНТАЦІЙ М.РОКИЧА

*Інструкція досліджуваному.* «У кожному із запропонованих Вам списків цінностей розташувати цінності методом прямого рангування у порядку їх значущості для Вас як принципів, якими Ви керуєтесь у своєму житті. Найменш значуща для Вас цінність буде останньою і займе 18 місце. Кінцевий результат має відображати Вашу істинну позицію».

#### СТИМУЛЬНИЙ МАТЕРІАЛ

Список А – **термінальні цінності** (цінності-цілі) – переконання в тому, що якась кінцева мета індивідуального існування варта того, щоб до неї прагнути:

- активне, діяльне життя (повнота й емоційна насиченість життя);
- життєва мудрість (зрілість суджень, здоровий глузд, які досягаються життєвим досвідом);
- здоров'я (фізичне і психічне);
- кохання (духовна і фізична близькість із коханою людиною);
- краса природи і мистецтва (переживання прекрасного у природі і мистецтві);
- матеріально забезпечене життя (відсутність матеріальних ускладнень);
- наявність хороших і вірних друзів;
- пізнання (можливість розширення своєї освіти, кругозору, загальної культури, інтелектуального розвитку);
- продуктивне життя (максимально повне використання своїх можливостей і здібностей);
- розваги (приємне, необтяжливе проведення часу, відсутність обов'язків);
- розвиток (робота над собою, постійне фізичне і духовне самовдосконалення);
- свобода (самостійність, незалежність у думках і вчинках);
- суспільне визнання (повага оточуючих, колективу, колег);
- творчість (можливість творчої діяльності);
- упевненість у собі (внутрішня гармонія, свобода від внутрішніх суперечностей, сумнівів);
- цікава робота;

- щасливе сімейне життя;
- щастя інших (добробут, розвиток і вдосконалення інших людей, усього народу, людства в цілому).

Список Б – **інструментальні цінності** (цінності засоби) – переконання в тому, що якомусь способу дії або властивості слід надавати перевагу у будь-якій ситуації:

- акуратність (охайність), вміння утримувати в порядку речі, порядок у справах;
- відповідальність (почуття обов'язку, вміння тримати слово);
- вихованість (гарні манери);
- високі запити (високі вимоги до життя і високі домагання);
- життєрадісність (почуття гумору);
- дисциплінованість (старанність);
- ефективність у справах (працелюбність, продуктивність у роботі);
- незалежність (здатність діяти самостійно, рішуче);
- непримиренність до недоліків у собі та інших;
- освіченість (широта знань, висока загальна культура);
- раціоналізм (вміння тверезо і логічно мислити, приймати обдумані, раціональні рішення);
- самоконтроль (стриманість, самодисципліна);
- сміливість у відстоюванні своєї думки, своїх поглядів;
- тверда воля (вміння наполягати на своєму, не відступати перед труднощами);
- терпимість (до поглядів і думок інших, вміння вибачати іншим їх помилки);
- широта поглядів (вміння зрозуміти чужу точку зору, поважати чужі звички, звичаї);
- чесність (правдивість, щирість);
- чуйність (турботливість).

Потрібно прорангувати цінності, відповівши на питання:

- У якому порядку і якою мірою (у відсотках) реалізовані дані цінності у Вашому житті?
- Яким чином Ви розташували дані цінності, якщо б стали таким, яким мрієте стати?
- Як, на Ваш погляд, розташувала б дані цінності людина ідеальна, досконала в усіх відношеннях?
- Як розташували б дані цінності, на Вашу думку, більшість людей?
- Як би це зробили Ви п'ять років назад?
- Як Ви думаєте, в якому порядку Ви розташуєте дані цінності через п'ять або десять років?
- Як ранжували б дані цінності близькі Вам люди?

**Якісна обробка результатів дослідження** дає можливість оцінити життєві ідеали, ієрархію життєвих цілей, цінностей-засобів і уявлень про норми поведінки, які респондент розглядає в якості еталону. Домінуюча

спрямованість ціннісних орієнтацій людини фіксується як життєва позиція, яка визначається за категоріями рівня залучення у сферу праці, в сімейно-побутову активність і в сферу відпочинку.

Аналізуючи ієрархію цінностей, зверніть увагу на групування у змістовні блоки за різними критеріями. Так, наприклад, виділяються:

А) **«конкретні» цінності** (активне діяльне життя, здоров'я, цікава робота, матеріально забезпечене життя, наявність хороших і вірних друзів, суспільне визнання, продуктивне життя, щасливе сімейне життя, розваги) й **«абстрактні» цінності** (життєва мудрість, краса природи і мистецтва, кохання, пізнання, розвиток, свобода, щастя інших, творчість, упевненість у собі);

Б) **цінності професійної самореалізації** (активне діяльне життя, цікава робота, суспільне визнання, продуктивне життя, розвиток) і **цінності особистого життя** (кохання, наявність хороших і вірних друзів, свобода, щасливе сімейне життя, розваги);

В) **інтелектуальні** (життєва мудрість, пізнання, творчість) і **гедоністичні** цінності-цілі (матеріально забезпечене життя, розваги).

Інструментальні цінності можуть групуватися в:

А) **етичні** (відповідальність, високі запити, незалежність, самоконтроль, широта поглядів); **цінності спілкування** (вихованість, життєрадісність, непримиренність до недоліків, терпимість, чуйність, чесність); **цінності справи** (акуратність дисциплінованість, освіченість, раціоналізм, сміливість у відстоюванні своєї думки, тверда воля, ефективність у справах);

Б) **індивідуалістичні** (незалежність, непримиренність до недоліків, раціоналізм, сміливість у відстоюванні своєї думки, тверда воля); **конформістські** (вихованість, самоконтроль, широта поглядів); **альтруїстичні** (терпимість, чуйність);

В) **цінності самоствердження** (високі запити, незалежність, непримиренність до недоліків, освіченість, сміливість у відстоюванні своєї думки, тверда воля, ефективність у справах); і **цінності прийняття інших** (самоконтроль, терпимість, чуйність, широта поглядів, чесність).

І це ще далеко не всі можливості суб'єктивного структурування системи ціннісних орієнтацій. Якщо не вдається виявити жодної закономірності, можна передбачити несформованість у респондента системи цінностей і навіть відсутність відвертості у відповідях.

### Практичне завдання 3

#### **Визначення типології особистості за К.Г. Юнгом**

**Вступний коментар.** Найбільш відомим внеском К. Г. Юнга в психологію вважаються описані ним дві основні форми спрямованості, або життєві установки: екстраверсія та інтроверсія, які співіснують одночасно, але у кожної людини одна з них стає домінантною.

В екстравертній установці виявляється спрямованість інтересу на зовнішній світ, інших людей і предмети. *Екстраверт* рухливий, балакучий,

швидко встановлює контакт, зовнішні фактори є для нього поштовхом до активності. Екстраверти потребують того, щоб захищати інших, домінуючи завдяки зовнішнім обставинам, але від внутрішнього світу вони відчужені. *Інтроверт*, навпаки, зосереджений на внутрішньому світі своїх думок, почуттів і досвіду. Він схильний до споглядання, стриманий, прагне до усамітнення, схильний сторонитися об'єктів, його інтерес зосереджений на собі. Таким чином, інтроверти сприймають світ у тому ракурсі, в якому він на них впливає, тоді як екстраверти більше зв'язані зі своїм впливом на світ.

**Мета.** Навчитися визначати домінуючу життєву установку, що визначає екстравертний / інтровертний тип особистості.

### Хід роботи

1. Познайомитися зі вступним коментарем;
2. Виконати методику в режимі самодіагностики;
3. Обробити та інтерпретувати отримані результати

## ОПИТУВАЛЬНИК ТИПУ ОСОБИСТОСТІ

*Інструкція досліджуваному.* Дайте відповідь на питання, обравши варіант а або б.

### ТЕКСТ ОПИТУВАЛЬНИКА

1. Чому Ви надаєте перевагу?
  - а) Небагатьом близьким людям.
  - б) Великій товариській компанії.
2. Які книги Вам більше до вподоби?
  - а) Із цікавим захоплюючим сюжетом.
  - б) З розкриттям переживань персонажів.
3. Чого Ви швидше можете припуститись у своїй роботі?
  - а) Запізнення.
  - б) Помилки.
4. Якщо Ви недобре вчинили, то:
  - а) Гостро переживаєте з приводу цього;
  - б) Гострих переживань немає.
5. Як Ви сходитеся з людьми?
  - а) Швидко, легко.
  - б) Повільно, обережно.
6. Чи вважаєте Ви себе образливою людиною?
  - а) Так.
  - б) Ні.
7. Чи схильні Ви сміятися від душі?
  - а) Так.
  - б) Ні.
8. Ви вважаєте себе:
  - а) Мовчазним;
  - б) Балакучим.

9. Ви відверті чи схильні приховувати свої почуття, думки, ставлення до інших людей?
  - а) Відвертий.
  - б) Схильний приховувати.
10. Чи подобається Вам займатись аналізом своїх переживань?
  - а) Так.
  - б) Ні.
11. Знаходячись у компанії, Ви частіше за все:
  - а) Говорите;
  - б) Слухаєте.
12. Чи часто Ви переживаєте невдоволення собою?
  - а) Так.
  - б) Ні.
13. Чи подобається Вам що-небудь організовувати?
  - а) Так.
  - б) Ні.
14. Чи хотілося Вам вести інтимний щоденник?
  - а) Так.
  - б) Ні.
15. Чи швидко Ви переходите від рішення до виконання?
  - а) Так.
  - б) Ні.
16. Чи легко змінюється Ваш настрій?
  - а) Так.
  - б) Ні.
17. Чи подобається Вам переконувати інших, нав'язувати свої погляди?
  - а) Так.
  - б) Ні.
18. Ваші рухи:
  - а) Швидкі;
  - б) Повільні.
19. Ви хвилюєтеся з приводу можливих неприємностей?
  - а) Часто.
  - б) Рідко.
20. У випадках, що викликають у Вас певні труднощі, Ви:
  - а) Поспішаєте звернутися за допомогою;
  - б) Не звертаєтесь за допомогою.

### **Ключ**

Про Вашу екстраверсію свідчать наступні варіанти відповідей: 1б, 2а, 3б, 4б, 5а, 6б, 7а, 8б, 9а, 10б, 11 а, 12б, 13а, 14б, 15а, 16а, 17а, 18а, 19б, 20а.

### **Обробка та інтерпретація результатів**

Підрахуйте кількість відповідей, які співпали із ключем, і помножьте на 5. **Бали від 0 до 35 – інтроверт.** Ви людина, яку більше цікавлять власний внутрішній світ і душевні переживання, ніж події зовнішнього оточення.

У Вас більше виявлена схильність до роздумів, аніж до вчинків, тому полюбляєте зосередженість і тишу. Головним для Вас є виклад суб'єктивної ідеї, а факти використовуєте лише як засіб для її доведення. У дитинстві надавали перевагу заняттям наодинці, ніж колективним іграм. З обережністю ставитесь до різних змін, нових починань, знайомств тощо. Ви схильні приховувати свій внутрішній стан і намагаєтесь не вирізнятися серед інших. Вас обтяжує спілкування, коли потрібно самотійно зав'язувати стосунки з великим колом людей. Рідко виявляєте ініціативу в знайомствах і обмежуєтесь контактами з близькими за духом людьми. Як правило, мовчазні й сором'язливі, товариськими буваєте лише в тісному колі своїх друзів, з якими стаєте відвертими й відкритими. Ставлення й стосунки для Вас важливіші за якості характеру, які, працюючи над собою для збереження стосунків, змінюєте на краще. Стосунки зберігаєте, шліфуєте та удосконалюєте, тому Вам зазвичай властиві стриманість і обережність у висловлюваннях, щоб не зашкодити стосункам. Маєте розвинене почуття обов'язку, легше працюєте за вказівкою, роблячи все скрупульозно, вникаючи в суть. Вам важко бути лідером, тому що відчуваєте невпевненість і страх перед відповідальністю, прагнете передати її іншому. Мало вірите в успіх того, що робите, песимістичні. У деякій мірі Вам властивий егоцентризм.

**36–65 – амбіверт.** Для Вас властиве поєднання характеристик двох установок, що згладжують крайнощі кожного типу, з певною тенденцією до одного з них. Справа в тому, що людина на різних етапах життя або навіть дня може переходити від інтровертованої форми взаємодії зі світом до екстравертованої. У тих випадках, коли в інтроверта виникають можливості більш широкого контакту (наприклад, тепла дружня зустріч в атмосфері довіри або надзвичайна ситуація, що вимагає екстравертної активності), він екстравертується. З екстравертом це відбувається тоді, коли з різних причин обмежуються можливості широкого контакту з зовнішнім світом, він інтровертується. Тому єдино надійним критерієм оцінки екстраверсії-інтроверсії є визначення орієнтації індивіда або на світ зовнішній (екстраверсія), або на світ внутрішній (інтроверсія).

**66–100 – екстраверт.** Ви динамічна людина, яка більше орієнтована на сприйняття й осмислення зовнішнього світу: якостей предметів, подій, фактів, інших людей, ніж внутрішнього. Гостро потребуєте нової інформації, завжди відкриті для неї. Контакти з людьми надають енергії: чим більше людей, тим простіше й вільніше себе почуваєте. Вам властиві сміливість, імпульсивність, рішучість у відстоюванні власних інтересів. Ви не боїтесь ризику, відкриті й відверті. Охоче виявляєте ініціативу в нових справах і знайомствах. Першим починаєте розмову, завжди готові прямо відповісти на запитання, охоче повідомляєте відомості про себе. Деякою мірою домінуєте в розмові, ведете власну лінію, запалюєте інших. Ваш життєвий напрям – оцінити і вислухати інших, не нав'язуючи своїх проблем. У спілкуванні часто міркуєте вголос. Щоб вирішити якесь питання, відчуваєте

необхідність усно обговорити його з іншими. Показуєте оптимальний варіант у вирішенні завдань, розв'язуючи проблеми за рахунок того, що керуєте ситуацією й створюєте нові, а не підлаштовуєтесь. Не вагаючись надаєте допомогу іншим, активні й відповідальні як за всю справу, так і за людей. У стосунках можете виявляти нерозбірливість і прямолінійність, порівняно легко йдете на їх припинення. Не любите бути зобов'язаним. Добре пристосовуєтесь до нових обставин, умієте влаштуватися у житті. Ви оптимістичні, схильні до лідерства, не можете працювати на одному місці, постійно розширюєте поле своєї діяльності.

### **Практичне завдання 4**

#### **Дослідження мотивації уникнення невдач**

**Вступний коментар.** Тест запропонований Т. Елерсом. Він дозволяє оцінити рівень психологічного захисту особистості, мотивації уникнення невдач, страху перед нещастям.

Мета. Навчитися визначати рівень мотивації уникнення успіху

#### ***Хід роботи***

1. Познайомитися зі вступним коментарем;
2. Виконати методику в режимі самодіагностики;
3. Обробити та інтерпретувати отримані результати

### **ОПИТУВАЛЬНИК Т. ЕЛЕРСА**

*Інструкція досліджуваному.* Вам пропонується список слів із 30 рядків, по три слова в кожному рядку. В кожному рядку виберіть лише одне із трьох слів, яке найбільш точно вас характеризує.

- |                            |                       |                 |
|----------------------------|-----------------------|-----------------|
| 1. Сміливий                | пильний               | підприємливий   |
| 2. Покірний                | несміливий            | впертий         |
| 3. Обережний               | рішучий               | песимістичний   |
| 4. Непостійний             | безцеремонний         | уважний         |
| 5. Нерозумний              | боязкий               | недумаючий      |
| 6. Спритний                | моторний              | передбачливий   |
| 7. Холоднокровний          | хитливий              | заповзятий      |
| 8. Стрімкий                | легковажний           | боязкий         |
| 9. Той, хто не задумується | манірний              | непередбачливий |
| 10. Оптимістичний          | сумлінний чуйний      |                 |
| 11. Меланхолійний          | той, хто сумнівається | нестійкий       |
| 12. Боязкий                | недбалий              | схвильований    |
| 13. Необачний              | тихий                 | боязкий         |
| 14. Уважний                | нерозважливий         | сміливий        |
| 15. Розважливий            | швидкий               | мужній          |
| 16. Підприємливий          | обережний             | передбачливий   |
| 17. Схвильований           | неуважний             | несміливий      |

18. Малодушний	необережний	безцеремонний
19. Лякливий	нерішучий	нервовий
20. Ретельний	відданий	авантюрний
21. Передбачливий	хвацький	відчайдушний
22. Приборканий	байдужий	недбалий
23. Обережний	безтурботний	терплячий
24. Розумний	турботливий	хоробрий
25. Прозорливий	безстрашний	добросовісний
26. Поспішний	лякливий	безтурботний
27. Неуважний	необачний	песимістичний
28. Обачний	розсудливий	підприємливий
29. Тихий	неорганізований	боязкий
30. Оптимістичний	пильний	безтурботний

### **Ключ**

Ви одержуєте по 1 балу за вибори, наведені у ключі (перша цифра перед косою лінією означає номер рядка, друга – номер стовпчика, в якому знаходиться потрібне слово. Наприклад, 1/2 означає, що слово, яке оцінюється в 1 бал, у першому рядку у другому стовпчику – «пильний». Інші вибори балів не отримують.

### **Ключ підрахунку**

1/2; 2/1; 2/2; 3/1; 3/3; 4/3; 5/2; 6/3; 7/2; 7/3; 8/3; 9/1; 9/2; 10/2; 11/1; 11/2; 12/1; 12/3; 13/2; 13/3; 14/1; 15/1; 16/2; 16/3; 17/3; 18/1; 19/1; 19/2; 20/1; 20/2; 21/1; 22/1; 23/1; 23/3; 24/1; 24/2; 25/1; 26/2; 27/3; 28/1; 28/2; 29/1; 29/3; 30/2.

### **Обробка результатів**

Чим більша сума балів, тим вищий рівень мотивації уникнення невдач, захисту.

- 2–10 – низький рівень,
- 11–16 – середній рівень,
- 17–20 – високий рівень,

понад 20 балів: занадто високий рівень мотивації уникнення невдач, психологічного захисту.

### **Інтерпретація результатів**

Дослідження Д. Мак-Клемана показали, що люди з високим рівнем психологічного захисту, тобто страхом перед нещасними випадками, частіше потрапляють у такі ситуації, ніж ті, які мають високу мотивацію досягнення успіху. Дослідження підтвердили також той факт, що люди, які бояться невдач (високий рівень захисту), надають перевагу малому або, навпаки, надмірно великому ризику, де невдача не загрожує їхньому престижу та самооцінці.

Німецький психолог Ф. Буркард стверджує, що установка на захисну поведінку залежить від трьох факторів:

- міри передбачуваного ризику;
- переважаючої мотивації;

- досвіду невдач на роботі.

Підсилюють установку на захисну поведінку дві обставини:

- 1) коли без ризику вдається отримати бажаний результат;
- 2) коли ризикована поведінка може призвести до нещасного випадку.

Досягнення ж безпечного результату за ризикованої поведінки, навпаки, послаблює установку на захист, тобто мотивацію уникнення невдач.

### **Практичне завдання 5**

#### **Типологія особистості та**

#### **привабливе професійне середовище (за Д. Голландом)**

**Вступний коментар.** Запропонована методика зорієнтує Вас в багатовимірному просторі якостей і сторін особистості, необхідних для успішного виконання тієї або іншої професійної діяльності. Відповідно до найбільш привабливого професійного середовища Д. Голланд виділяє такі типи особистості: реалістичний, інтелектуальний, соціальний, конвенціональний, практичний, артистичний. Сподіваємось, що знання їх характеристик дозволить Вам успішно здійснити особистісну самоідентифікацію, без чого не може бути зваженого й відповідального вибору професії та задоволення від процесу самореалізації Вашої особистості в професійній сфері.

**Мета.** Ознайомлення з характеристиками типів особистості в процесі діагностики привабливого професійного середовища.

#### ***Хід роботи***

1. Познайтися зі вступним коментарем;
2. Виконати методику в режимі самодіагностики;
3. Обробити та інтерпретувати отримані результати

### **ОПИТУВАЛЬНИК ГОЛЛАНДА**

**Інструкція досліджуваному.** «Необхідно з кожної пари 84 професій вибрати тільки одну, яка Вас найбільше приваблює (а чи б). Вибір необхідно зробити у кожній парі. На вибір витрачайте не більше 15 секунд. На виконання завдання Вам дається 10–20 хвилин».

- | а)                          | б)                           |
|-----------------------------|------------------------------|
| 1. інженер-технолог         | – конструктор                |
| 2. в'язальник               | – санітарний лікар           |
| 3. кулінар                  | – користувач ЕОМ             |
| 4. фотограф                 | – директор магазину          |
| 5. кресляр                  | – дизайнер                   |
| 6. філософ                  | – психіатр                   |
| 7. вчений-хімік             | – бухгалтер                  |
| 8. редактор журналу         | – комівояжер                 |
| 9. лінгвіст                 | – перекладач худ. літератури |
| 10. педіатр                 | – статист                    |
| 11. завуч з виховної роботи | – спеціаліст з маркетингу    |

12. спортивний лікар	–	фейлетоніст
13. нотаріус	–	постачальник
14. бухгалтер на комп'ютері	–	артист естради
15. політичний діяч	–	письменник
16. садівник	–	метеоролог
17. водій автобуса	–	медсестра
18. інженер-електрик	–	секретар-друкарка
19. маляр	–	художник по металу
20. біолог	–	головний лікар
21. телеоператор	–	режисер
22. гідролог	–	податковий інспектор
23. зоолог	–	головний зоотехнік
24. математик	–	архітектор
25. соціальний працівник	–	обліковець
26. вчитель	–	зав. відділом держустанови
27. вихователь	–	композитор
28. коректор	–	модельєр
29. економіст	–	реklamний агент
30. зав. господарством	–	диригент
31. радіоінженер	–	працівник науки
32. наладчик	–	монтажник
33. агроном	–	керівник агрофірми
34. закрійник	–	мистецтвознавець
35. археолог	–	експерт з товарів
36. працівник музею	–	адвокат
37. вчений	–	актор
38. логопед	–	стенографіст
39. лікар	–	дипломат
40. головний бухгалтер	–	директор
41. поет	–	психолог
42. працівник архіву	–	менеджер

### **Оцінка та інтерпретація результатів**

Оцінка результатів тестування здійснюється за поданим нижче ключем

#### **Ключ**

*Реалістичний:* 1а, 2а, 3а, 4а, 5а, 16а, 17а, 18а, 19а, 21а, 31а, 32а, 33а, 34а.

*Інтелектуальний:* 1б, 6а, 7а, 8а, 9а, 16б, 20а, 22а, 23а, 24а, 31б, 35а, 36а, 37а.

*Соціальний:* 2б, 6б, 10а, 11а, 12а, 17б, 20б, 25а, 26а, 27а, 36б, 38а, 39а, 41б.

*Конвенціональний:* 3б, 7б, 10б, 13а, 14а, 18б, 22б, 25б, 29а, 28а, 32б, 38б, 40а, 42а.

*Діловий:* 4б, 8б, 11б, 13б, 15а, 23б, 26б, 29б, 30а, 33б, 35б, 39б, 40б, 42б.

*Артистичний:* 5б, 9б, 12б, 14б, 15б, 19б, 21б, 24б, 27б, 28б, 30б, 34б, 37б, 41а.

### **Психологічна характеристика типів**

*Реалістичний* тип – чоловічий, несоціальний, емоційно стабільний, орієнтований на сьогоднішній день. Його представники займаються конкретними об'єктами та їхнім практичним застосуванням: речами, інструментами, тваринами, машинами. Надають перевагу заняттям, що вимагають уміння і конкретності. Працівники цього типу охоче обирають професії механіка, електрика, агронома, садівника, шофера тощо. Цьому типові найбільш властиві математичні здібності, а психомоторні навички перевищують арифметичні та гуманітарні здібності.

*Інтелектуальний* тип – орієнтується на розумову працю. Він некомунікативний, аналітичний, раціональний, незалежний, оригінальний. Йому найбільш притаманні теоретичні і до певної міри практичні здібності. Він більше розмірковує над проблемою, ніж її розв'язує. Йому подобається вирішувати завдання, які вимагають абстрактного мислення. Інтелектуал, надає перевагу науковим професіям, наприклад, філософ, ботанік, астроном та ін. Має високорозвинені як гуманітарні, так і математичні здібності.

*Соціальний* тип – ставить таку мету і завдання, які дозволяють йому встановлювати тісний контакт із оточуючим соціальним середовищем. Має комунікативні вміння і потребує соціальних контактів. Рисами його характеру є комунікативність (здатність до спілкування), бажання повчати і виховувати, гуманність, жіночність. Серед занять, яким надає перевагу, – навчання і лікування. В основному, це лікарі, вчителі, психологи. Намагається триматися осторонь від інтелектуальних проблем. Він активний, залежний, йому притаманне пристосування. Проблеми він вирішує, спираючись, в основному, на емоції, почуття і вміння спілкуватися. Має гарні гуманітарні, але відносно слабкі математичні здібності.

*Конвенціональний* тип – надає перевагу структурованій діяльності. Із оточуючого середовища він обирає мету, завдання і цілісність із ним. Його підхід до проблеми має стереотипний, практичний і конкретний характер. Спонтанність і оригінальність йому не притаманні. Деякою мірою для нього характерні ригідність, консерватизм і залежність. Надає перевагу професіям, які пов'язані з канцелярією та розрахунками: машинопис, бухгалтерія, економіка. Він уміє добре спілкуватися і має гарні моторні навички. Це слабкий організатор і керівник. Його рішення залежить від людей, які його оточують.

*Діловий* тип – обирає мету і завдання, які дозволяють йому виявити енергію, оптимізм, ентузіазм, імпульсивність, потяг до пригод. Надає перевагу «чоловічим», керівним ролям, у яких він може задовольнити свої потреби в домінантності й визнанні. Це – керівник, директор, репортер, дипломат, журналіст. Йому не до душі заняття, пов'язані з ручною працею,

а також ті, які вимагають великої концентрації уваги та інтелектуальних зусиль. Надає перевагу вербальним завданням, які пов'язані з керівним статусом і владою. Агресивний, діловий. Його загальні та інтелектуальні здібності посередні, до певної міри вищими є вербальні здібності.

*Артистичний* тип – ухиляється від чітко структурованих проблем та видів діяльності, які пов'язані з великою фізичною силою. У спілкуванні з оточуючими спирається на свої безпосередні відчуття, емоції, інтуїцію та увагу. Йому притаманні гнучкість, незалежність рішень. Це асоціальний, оригінальний тип із рисами жіночності. Артистичний тип надає перевагу заняттям творчого характеру: музиці, літературі, живопису, фотографії тощо. У представників артистичного типу гуманітарні здібності переважають над математичними. Для них характерні виняткові здібності сприйняття і моторики. Вони не зв'язують себе численними стосунками, характерними для більшості людей, від них вони переважно ухиляються. Уже в молодості для них характерний високий життєвий ідеал, який відзначається акцентуванням особистого «Я».

## ЛІТЕРАТУРА

### ОСНОВНА ЛІТЕРАТУРА

1. Загальна психологія: підр. для студ. вищ. навч. закл. / Максименко С. Д., Зайчук В. О., Клименко В. В., Соловієнко В. О.; за ред. С. Д. Максименка. – Київ: Форум, 2000. С.87–124.
2. Загальна психологія: підручник / О. В. Скрипченко, Л. В. Долинська, З. В. Огороднійчук та ін. Київ: Либідь, 2005. С. 290–315.
3. Пісоцький В. П., Горянська А. М. Психологія. Ч.1. Загальна психологія: конспект лекцій: навч. посібн. Ніжин, НДУ ім. М. Гоголя, 2023. 259 с.
4. Пісоцький В.П. Психологія особистості. Конспект лекцій: навч.-метод. посібн. Ніжин: НДУ ім. М. Гоголя, 2017. 137 с.
5. Психологія: підручник / [Ю.Л. Трофімов, В.В. Рибалка, П.А. Гончарук та ін. Київ: Либідь, 1999. С. 100–143.

### ДОДАТКОВА ЛІТЕРАТУРА

6. Бондаренко О. Ф. Психологічна допомога особистості : навч. посібн. – Харків: Фолфо, 1996. 237 с.
7. Варій М.Й. Психологія особистості : навч. посібн. Київ: Центр учбової літератури, 2008. 592 с.
8. Загальна психологія: навч. посіб. / М. Д. Бойправ, В. П. Пісоцький, О.П. Щотка та ін.; за ред. О. П. Щотки, О. П. Пісоцького. Т.1. Ніжин: НДУ ім. М. Гоголя, 2012. 298 с.
9. Гуманістична психологія. Антологія : навч. посіб. / Упорядники і наук. ред. Роман Трач і Георгій Балл. Том 1. Гуманістичні підходи в західній психології ХХ століття. Київ: Пульсари, 2005. 250 с.

10. Гуменюк О. Є. Психологія Я-концепції : навч. посібник. Тернопіль: Економічна думка, 2004. 309 с.
11. Екзистенційна та гуманістична психологія : навч. посіб. / І. М. Зварич, Г. В. Чуйко, Т. А. Колтунович; за наук. ред. В. Г. Панка. Чернівці: Чернівець. нац. ун-т ім. Ю. Федьковича, 2019. 496 с.
12. Католик Г., Калька Н. Психологія особистості (в схемах, презентаціях і таблицях): навч. посібн. Львів: ДУВС, 2022. 158 с.
13. Коpecь Л. В. Психологія особистості: навч. посібн. Київ: Вид. дім «Києво-Могилянська академія», 2008. 458 с.
14. Костюк Г. С. Навчально-виховний процес і психічний розвиток особистості. Київ: Радянська школа, 1989. 608 с.
15. Левчук Л. Психоданаліз: історія, теорія, мистецька практика. Київ: Либідь, 2002. 255 с.
16. Людина. Суб'єкт. Вчинок: Філософсько-психологічні студії / за ред. О. В. Татенка. Київ: Либідь, 2006. 360 с.
17. Максименко С. Д., Максименко К. С., Папуча М. В. Психологія особистості: підручник для студ. вищ. навч. закл. Київ: КММ, 2007. 296 с.
18. Москалець В. П. Психологія особистості: навч. посібн. Київ: Центр учбової літератури, 2016. 262 с.
19. Палій А. А. Диференціальна психологія : навч. посібн.. Київ: Академвидав, 2010. 429 с.
20. Папуча М. В. Проблеми психології особистісного розвитку. Ніжин: ПП Лисенко М. М., 2008. 384 с.
21. Пісоцький В. П., Горянська А. М. Психічний розвиток та формування особистості в онтогенезі: навч. посібн. Київ: КНТ, 2018. 144 с.
22. Пісоцький В. П. Психологія особистості. Навчально-методичний посібник для студентів педагогічних вузів. Ніжин, 2000. 43 с.
23. Помиткін Е. О. Психологічна діагностика духовного потенціалу особистості : посібник. Кіровоград: Імекс-ЛТД, 2013. 144 с.
24. Психологія особистості: Хрестоматія: навч. посібн. / О.Б. Мельничук, Р. Ф. Пасічняк, Л. М. Вольнова та ін. Київ: НПУ ім. М. П. Драгоманова, 2009. 532 с.
25. Рибалка В.В. Теорії особистості у вітчизняній психології та педагогіці: навч. посібн. Одеса, 2009. 575 с.
26. Фройд З. Техніка дитячого психоаналізу // Психологія і суспільство. 2008. № 3.
27. Ямницький В. М. Розвиток життєтворчої активності особистості: теорія та експеримент / В. М. Ямницький. Одеса, 2006. 362 с.

## Розділ 2. ДІЯЛЬНІСТЬ

*Діяльність – це одна із центральних категорій вітчизняної психологічної науки, яка вивчається поряд із поведінкою особистості. Це специфічно людська активність, яка породжується потребами і спрямована на пізнання й перетворення навколишнього світу і самого себе. Діяльність супроводжує людину все життя: починається все з ігрової діяльності, наступна діяльність – це навчання і, найбільш значуща, де людина має реалізувати особистісний потенціал – праця.*

*Як психологічне явище, діяльність є складним феноменом, що має певну структуру і складається із великої кількості компонентів, які між собою взаємопов'язані. У вітчизняній психології панує думка про те, що суб'єкт (дитина, учень, людина) має засвоїти всі компоненти діяльності, щоб її опанувати, розвивати і розвиватися далі.*

*З матеріалу даної теми ви дізнаєтесь, про основні напрями дослідження діяльності, форми та види діяльності, основні структурні елементи діяльності, особливості засвоєння діяльності, методи вивчення діяльності та поведінки особистості психологічною наукою.*

### МАТЕРІАЛИ ДЛЯ ПІДГОТОВКИ ДО ЗАНЯТТЯ

#### ПЛАН

1. Поняття про поведінку та діяльність особистості.
2. Основні напрямки психологічного аналізу діяльності:
  - а) за структурою;
  - б) за основними функціями;
  - в) за змістом;
  - г) за результатом.
3. Сутність та структура діяльності.
4. Основні види діяльності та форми діяльності.
5. Засвоєння діяльності. Поняття про суб'єкта діяльності.

**Ключові поняття:** активність, вміння, вчинок, гра, дія, діяльність, екстеріоризація, звичка, зміст діяльності (пізнавальні, емоційні і вольові компоненти), імпульсивні дії, інтеріоризація, мета (ціль), мотив, навичка, навчання, педагогічна діяльність, поведінка, потреба, праця, предметні дії, професійна діяльність, репродуктивна діяльність, рух, суб'єкт діяльності, творча діяльність, учбова діяльність.

#### СТИСЛИЙ ЗМІСТ ТЕМИ

1. **Поняття про поведінку та діяльність особистості.** При вивченні цієї теми студенти повинні усвідомити, що поведінка і діяльність особистості у психологічній науці розглядаються через призму активності,

основною властивістю якої є її належність суб'єкту (людині), поза яким вона не може існувати, адже забезпечує взаємозв'язок суб'єкта із навколишньою дійсністю. Психічні явища проявляються в діяльності й поведінці людей. Поза, міміка, інтонація, окремі рухи і жести, дії, як більш складні акти поведінки, що мають певний смисл, вчинки, які пов'язані з нормами поведінки, відносинами – факти поведінки. Проблема діяльності є міждисциплінарною. Її одночасно вивчають такі науки як історія, філософія, педагогіка і психологія. З точки зору психологічної науки діяльність є специфічно людською активністю, яка породжується потребами і спрямована на пізнання й перетворення навколишнього світу і самого себе. Діяльність, поведінкові ситуації динамічні, мінливі. Ситуація не зберігається «у незмінному вигляді; вона змінюється під впливом поведінки, завдяки чому виникають нові впливи на суб'єкта» (Б.Ф.Ломов, 1984). На основі системного підходу діяльність і поведінка розглядаються як система, елементами якої є: потребно-мотиваційний, операціональний, інформаційний, регуляторний.

**2. Основні напрямки психологічного аналізу діяльності.** Психологічний аналіз діяльності здійснюється за кількома напрямками. З точки зору її будови (*структурно-функціональний*) передбачається розгляд її основних елементів та ієрархічних зв'язків між ними. Основними одиницями аналізу виступають рухи і дії. В рухах проявляється фізіологічна активність організму. Дії є більш складними психічними утвореннями, безпосередньо пов'язаними з метою діяльності. Вони мають предметний зміст і в них проявляється ставлення до людини до навколишньої дійсності. За мірою включеності в дії емоційно-вольових компонентів їх поділяють на вольові й імпульсивні. *Динамічний* напрямок аналізу в центрі уваги тримає механізми, які забезпечують рух самої діяльності: надситуативна активність і установка. *Генетичний* напрямок аналізу передбачає розкриття сутності діяльності через феномен спільної соціальної діяльності, механізмом розвитку якої є інтеріоризація. З точки зору *функцій*, які реалізуються в процесі взаємодії людини з навколишнім світом й іншими людьми діяльність аналізують через орієнтувальну і виконавчу функції, а також через функції ототожнення і контролю. Через ці функції психічна діяльність виступає як механізм регуляції всіх проявів особистості. З точки зору *змісту діяльності* виділяються такі її психологічні компоненти, як пізнавальні, емоційні і вольові. З точки зору *досягнутих результатів* можна говорити про репродуктивну і творчу діяльність.

**3. Сутність та структура діяльності.** Опанування цього питання потребує звернення до теорій діяльності О. М. Леонтьєва, С. Л. Рубінштейна, що допоможе з'ясувати сутність і структуру діяльності, а також встановити взаємозв'язки між мотивами (близькими/далекими), цілями (близькими/далекими; особистісними /суспільними), діями (зовнішніми предметними і внутрішніми розумовими), механізмами інтеріоризації і екстеріоризації,

операціями. Також необхідно з'ясувати психологічну будову індивідуальної діяльності (за О.М.Леонтьєвим), що передбачає усвідомлення взаємозв'язків між компонентами трьох її пластів: предметного змісту (потреба, мотив, задача, мета, умови), структурні елементи (діяльність, дія, операція), динаміка діяльності (взаємні переходи, перетворення одних елементів в інші: мотив–мета, діяльність–дія, мета–умови виконання та ін.). Не менш важливим моментом є з'ясування сутності та структури діяльності за системно-структурним принципом, що дає змогу розглядати діяльність та поведінку особистості як цілісну систему, в якій існують прямі та зворотні зв'язки між, операціональною, інформаційною регуляторною і потребнісно-мотиваційною підсистемами. Потребнісно-мотиваційний компонент: розкривається через активність особистості; тобто суб'єктивне реагування особистості на вплив біосоціального середовища → що спонукає діяти так або інакше (найінтимніша сторона життя особистості) → *мотиваційна сфера*. Основа мотиваційної сфери – потреби (рушійна сила розвитку особистості; стани живої істоти, для задоволення яких потрібні відповідні об'єкти). Потреби – динамічно-активні стани особистості, що виражають її залежність від конкретних умов існування і породжують діяльність, спрямовану на зняття цієї залежності. Основними *властивостями потреб* є: предметність – зміст потреби, сукупність предметів, які можуть її задовольнити; діяльність спонукається опредметненою потребою, потребою яка знайшла свій предмет (а не потреба як стан суб'єкта); пасивно-активний характер, з одного боку виникає дефіцит в нормальній життєдіяльності, що задаються людині біосоціальними умовами існування; суб'єктивно-об'єктивний характер – властивість, що підкреслює єдність протилежностей (діалектичний характер). Суб'єктивність (потреба, настанок; внутрішня система потреб, рівень їх розвитку й стан; засоби задоволення; суб'єктивна цінність) і об'єктивність (об'єкт (предмет) потреби; ситуація, засоби або шляхи, можливості; об'єктивна цінність або значущість задоволення потреби й зусилля, що необхідні); суспільно-особистісний характер потреби особистості залежать від потреб суспільства (формується й розвиваються в контексті розвитку останніх). Розрізняють базові, похідні, вищі потреби.

Інший компонент потребнісно-мотиваційної підсистеми – *мотив* – це спонукання до активності. Потреба виявляє себе психологічно у формі мотиву поведінки. Процес, що опосередковує перетворення потреби у мотив, називається мотивацією (формально це усвідомлення потреби, її вирішення). Мотив – це обґрунтування рішення щодо задоволення або незадоволення потреби; *мотив* – результат мотивації, що організує та планує діяльність і поведінку, в основі яких лежить необхідність задоволення потреби. Мотив може реалізуватися у низці психологічних змінних: інтересах, переконаннях, прагненнях та установках.

Наступний компонент діяльності потребово-мотиваційної підсистеми – ціль або мета. Ціль завжди залежить від її мотиву. Предмет або явище дійсності, щоб стало метою діяльності, потрібно попереднє усвідомлення

людино, що даний предмет має відношення до задоволення наявної в неї потреби, і потреба в ньому спонукає її до відповідної дії. Мета (ціль) – більш-менш усвідомлюваний образ передбачуваного результату зусиль, яких докладає людина, щоб чогось досягти. Мета надає спрямованості діяльності. Вона, на відміну від інших компонентів діяльності, є завжди усвідомленою.

Операціональна підсистема діяльності включає в себе дії, операції, навички, звички. Морфологічною одиницею діяльності є дія. Дія – це активність, цілеспрямована, завжди опосередкована – включає в себе певні знання, вміння, навички, здійснюється за якимись (тими або іншими) соціальними нормами. Дія – відносно завершений елемент діяльності, який спрямований на досягнення певної проміжної мети. Дія включає в себе виконавчі, пізнавальні й оцінкові компоненти, слугуючи водночас засобом побудови психічного образу. Дії класифікуються за рядом ознак: вид діяльності – трудові дії, навчальні дії, ігрові дії, дії спілкування (О.М.Леонтьєв); зміст і спосіб виконання – чуттєво-практичні та предметно-знаряддеві (Н.Д.Гордєєва, В.П.Зінченко); співвідношення предметного та розумового планів – графічні, предметно-просторові, словесно-описові (В.В.Давидов); рівень усвідомлення мети – імпульсивні, довільні, суто вольові; особливості цілі – рухові; перцептивні, розумові (гностичні); соціально-комунікативні (вчинки, свідомо висловлене ставлення); комунікативні (встановлення і підтримання контактів); організуючі (накази, команди, прохання, поради, пояснення, вказівки, схвалення, невдоволення); обслуговуючі, які спрямовані задоволення тих чи інших потреб (Є.О.Клімов); особливості предмета діяльності – предметно-практичні, предметно-розумові, знаково-практичні, знаково-розумові (М.В.Гомезо, Б.Ф.Ломов); «нормативність-пошуковість» – репродуктивні, творчі, стандартні, пошукові; за формою: індивідуальні, групові та сумісні (П.А.Гончарук)

Дія є складною функціональною організацією цілої низки когнітивних, виконавських, цілеутворюючих, емоційно-оцінювальних процесів, які реалізуються на різних рівнях, між якими існують рухливі зв'язки (структурно-функціональний підхід Н.Д.Гордєєва, В.П.Зінченко). Дія – поєднання дрібніших фрагментів діяльності, поведінки – операцій. Операції підпорядковані умовам виконання дії. За походженням операції бувають пристосувальні і доцільні. Пристосувальні операції складаються стихійно, в процесі неорганізованого освоєння індивідом культури. Доцільні операції – наслідок багаторазових вправ, що робить їх автоматизованими (без участі контролю свідомості). Способи виконання, контролю і регулювання дій, операцій, якими людина користується під час діяльності, поведінки, називають прийомами діяльності.

Кожен із прийомів діяльності може бути реалізований як свідомо так і несвідомо. Часткова автоматизованість виконання і регулювання доцільних рухів людини називають навичкою. Навички формуються у процесі виконання вправ – багаторазове виконання певних дій, операцій, видів

діяльності, метою яких є засвоєння, що спирається на розуміння і супроводжується свідомим контролем. Кожна навичка формується і функціонує і системі навичок, якими вже володіє людина. → явище взаємодії навичок – це вплив попередніх навичок на утворення нових. Інтерференція навичок – явище, яке виявляється в тому разі, якщо мета, об'єкти та умови виконання зовні схожі, тоді як дії, необхідні для їх правильного виконання, різні за прийомами виконання, контролю і центрального регулювання (негативне перенесення). Індукція навичок – явище коли мета, об'єкти або умови завдань зовні різні, тоді як дії, необхідні для їх правильного виконання схожі за прийомами виконання, контролю і центрального регулювання (позитивне перенесення навичок).

Звичка – негнучка частина діяльності, що не має свідомої мети. На відміну від простої навички звичка може свідомо контролюватися. Від уміння вона відрізняється тим, що не завжди є розумною і корисною (негативні звички).

Виконання людиною будь-якої діяльності неможливе без її інформаційного забезпечення. Інформаційна основа діяльності має два плани: актуальний, де інформація надходить через сенсорні канали і відображає об'єктивні характеристики предмета, знарядь праці, умов діяльності; потенційний – тезаурус особистості (індивідуальний і професійний), що актуалізується під час прийняття рішень щодо стратегій, тактик виконання дій. Прийняття рішення – компонент інформаційної основи діяльності, його складовими є психофізіологічна логіко-психологічна, операційна, функціонально-динамічна, особистісна, формалізована структури. *Основними формами інформаційної основи діяльності є образ і знак.* Образ – результат пізнання суб'єктом об'єкта, впорядкованість елементів якого відповідає впорядкованості властивостей, зв'язків і відношень об'єкта оригіналу (Шадріков, 1982). Знак – умовний замісник предмета (об'єкта); предмет, явище або дія, якщо вони використовуються як умовні замісники «об'єкта–оригіналу». Знак як носій інформації є ефективним знаряддям пізнання. Похідними поняттями від терміну «знак» є «мова», «модель», «символ», «код». Мова – знакова система, яка забезпечує згорання (редукцію), збереження та відтворення інформації. Видами є природна і штучна мови. Код – система знаків, прийнята для освоєння діяльності (освоєння професійної мови і професіоналізація індивідуального досвіду) для певних цілей. Кодування – процес переведення інформації про певне явище (професійна діяльність) у знакову форму. Перекодування – перехід з однієї системи в іншу. Модель – система об'єктів або знаків, у яких відтворюється деякі суттєві властивості системи оригіналу. (Приклад соціальна ситуація розвитку). Символ – різновид знаку: чим більша багатозначність символу, тим він більш змістовніший.

Аспектами інформаційного аналізу діяльності є: психофізичний – вивчення фізичних характеристик сигналів як носіїв важливої для діяльності інформації; способи одержання інформації; оцінювальний – вимірювання

кількості інформації, якою буде керувати людина за певну одиницю часу; оцінка імовірнісних характеристик сигналу; психологічний – вивчення психологічних механізмів прийому, зберігання й переробки інформації.

Важливе значення має й регуляторна підсистема діяльності. В.М.Русалов, С.О.Кошман зазначають, що формально-динамічні особливості інтелектуальної поведінки людини можуть бути зведені до двох незалежних факторів: саморегуляції й активності. Активність – система характеристик індивідуальної поведінки, що відображає швидкісний, енергійний (внутрішнє прагнення індивіда до напруженої діяльності) та варіаційний (тенденція до різноманітності й новизни) аспекти. Саморегуляція – один із універсальних принципів організму, що здійснюється на різних рівнях функціонування; здатність керування власними діями й станами. Процес саморегуляції зумовлюється як типологічними особливостями (емоційністю) так і особистісними властивостями (характер, спрямованість, інтереси, цінності).

**4. Основні види діяльності та форми діяльності.** Основні види діяльності людини були виокремлені на основі генетичного підходу, що передбачає їх розвиток в процесі еволюції (або суспільно історичного поступу людства). Важливо усвідомити, що найбільш генетично раннім видом діяльності є гра, особливість якої полягає в емоційному освоєнні соціального досвіду дитиною. У навчанні відбувається засвоєння досвіду людства, представленого у формі теоретичних знань, практичних вмінь і навичок. Праця, як вид діяльності, передбачає вироблення матеріальних і духовних елементів культури, освоєння і перетворення навколишньої дійсності. соціально зумовлений вид діяльності, який виявляється в зв'язку зі значеннями, зафіксованими в закріплених знаряддями схемах дій, мовленнєвих понять соціальних ролей, цінностей та соціальних норм. У житті людини ці види діяльності змінюють одна одну, але це не означає, що гра і навчання не існують в житті дорослої людини, а праця не може існувати поряд із навчанням грою. Також слід звернути увагу на форми діяльності, які розрізняють двох видів: внутрішня (гностична) і зовнішня (предметна), між якими існує тісний взаємозв'язок. Зовнішня (фізична) діяльність – це зовнішні процеси, що пов'язують суб'єкт з об'єктом; безпосередні контакти людини з об'єктами, що її сточують (предмети, іграшки, фізичні рухи, зовнішня активність). Внутрішня (психічна) діяльність – внутрішня активність людини, яка здійснюється за допомогою розумових дій у свідомості. Процес переходу від зовнішньої реальної дії до внутрішньої, ідеальної дії називаю інтеріоризацією, а перехід від внутрішньої до зовнішньої предметної діяльності – екстеріоризацією.

**5. Засвоєння діяльності. Поняття про суб'єкта діяльності.** Опанування діяльності передбачає засвоєння людиною її основних компонентів. Зовнішньо ця активність проявляється в набутті знань, виробленні навичок в процесі вправління, опануванні вміннями їх використовувати в

конкретних ситуаціях. Важливо зрозуміти як відбувається формування навичок, яка можлива взаємодія між ними (інтерференція, індукція). Які етапи вправ та яка участь на кожному з них механізмів свідомості. Які особливості звички та її роль в діяльності й поведінці. Також важливо зрозуміти, що крім зовнішнього плану засвоєння діяльності існує й внутрішній зміст – вміння поставити мету, усвідомити мотив тощо. Всі ці елементи виявляються в результатах діяльності, діях людини та в її розвитку, що дозволяє розглядати особистість у якості суб'єкта діяльності.

### **ЗАВДАННЯ ДЛЯ САМОСТІЙНОЇ РОБОТИ З ТЕОРЕТИЧНИМ МАТЕРІАЛОМ**

1. Опрацюйте тему з підручників і (або) навчальних посібників.
2. Випишіть із психологічного словника у зошит основні поняття теми.
3. Виконайте оперативний контроль знань.
4. Ознайомтесь із змістом психологічних задач.
5. Підготуйте реферат на одну із запропонованих тем.
6. Перевірте свою готовність до заняття за допомогою питань для самоперевірки.

### **ТЕМИ РЕФЕРАТИВ**

1. Основні напрями дослідження проблеми діяльності.
2. Педагогічна діяльність як різновид праці людини.
3. Основні види діяльності людини.
4. Психологічна структура діяльності: основні напрями аналізу.
5. Проблема засвоєння діяльності: взаємодія навичок.
6. Зовнішня і внутрішня діяльності людини та їх взаємозв'язок.
7. Навчальна діяльність як різновид діяльності людини.

### **ПСИХОЛОГІЧНІ ЗАДАЧІ**

#### **Задача 1**

У якому з наведених прикладів виділено операції, а в якому – дії?

А. Щоб обточити деталь на металорізному верстаті, робітник попередньо повинен установити заготовку, закріпити різальний інструмент, налагодити верстат відповідно до виробничого завдання.

Б. Під час навчання роботи на металорізному верстаті учні виконують спеціальні вправи на установку заготовки, закріплення різального інструмента і налагодження верстата. *(За В. С. Мерліним)*

#### **Задача 2**

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

- а) Умова розвитку психіки;
- б) діяльність, спрямована на засвоєння способів виконання дій;
- в) умова прояву всіх психічних реакцій;
- г) діяльність, спрямована на одержання результату, що задовольняє матеріальні і духовні потреби людей;
- д) діяльність, спрямована на засвоєння і застосування системи понять;
- е) діяльність, що задовольняється самим процесом виконання. (За В. С. Мерліним)

### **Задача 3**

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

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

Якщо людина з тих чи інших причин припиняє професійну, громадську діяльність, то це призводить до глибоких змін у структурі її особистості (за Б. Г. Ананьєвим).

### **Задача 4**

Чи згодні ви з такими міркуваннями про взаємозв'язок діяльності і потреби?

- а) Тільки потреби спонукають людей до діяльності і спілкування.
- б) У діяльності і спілкуванні народжуються потреби, спонукаючи особистість до дальшої діяльності і більш широкого спілкування. (За Г. Б. Казарновською, О. П. Долинною)

### **Задача 5**

Дайте психологічну характеристику діяльності Олі за наведеним описом.

Оля, трохи відпочивши, взялася за підготовку до уроків. Десятикласниця готує уроки щоденно, самостійно, з великим бажанням. «Вчу уроки так, щоб глибоко зрозуміти і добре запам'ятати, що вчу», – говорить вона.

Оля дуже любить математику, охоче читає книжки про видатних математиків, є членом математичного шкільного гуртка. Вона не раз виходила переможцем на міських математичних олімпіадах. Заповітною мрією дівчини є вступ на математичний факультет Московського університету.

Перш за все Оля визначає, який матеріал засвоєний нею гірше, які правила треба доучити та які приклади на застосування цих правил розв'язати. «Коли допущу помилку, то не відступлюся, поки не з'ясую її причини, щоб наступного разу не припуститись помилки», – любить повторювати десятикласниця. (За Г. Б. Казарновською, О. П. Долинною)

### **Задача 6**

Прочитайте два уривки.

Перший уривок: «Він (О. Ренуар) постійно говорив про руки. За ними необхідно робити висновки про нового знайомого: «Ти бачив цю людину... коли він відкривав пачку сигарет? Поза сумнівом, хам... А та жінка, яка поправляла пасмо волосся рухом вказівного пальця... напевно гарна особа».

Другий уривок: «В пекарній справі над усе потрібні умілі руки пекаря. Основними знаряддями праці при ручних операціях є спеціальні лопата і ніж. Люлька з напівфабрикатами... наближається до пекаря. Він кладе лопату на стіл, бере з люльки конвеєра лист із заготівками, спритним рухом перекидає його над лопатою, і всі заготівки опиняються на лопаті. Швидко і точно пекар підрізає ножем майбутні вироби, бере лопату за рукоятку і повертає до печі».

1. Вкажіть, у якому із уривків описані рухи, а в якому – дії? Дайте якісну характеристику і рухів, і дій.

2. Використовуючи запропоновані уривки назвіть загальні і відмінні ознаки рухів і дій. (За О. О. Степановим)

### **Задача 7**

У спеціальній літературі з профорієнтації опис будь-якої професії складається із переліку необхідних професійних дій, із характеристики вимог професії до особистісних якостей водія, перукаря, інженера, модельєра, вчителя, лікаря та ін., а також із характеристики умов праці.

Чому опис діяльності людей різних професій дається саме за цими критеріями?

### **Задача 8**

Про що свідчать взаємопереходи між компонентами діяльності (за певних умов діяльність стає дією, дія – діяльністю, а операція - дією). Яке психологічне явище пояснює цю особливість людської діяльності? В чому його сутність?

### **Задача 9**

Відомо, що людська діяльність не лише динамічне утворення, але, одночасно, й таке, що характеризується відносною стійкістю. Яке психологічне явище виконує в діяльності роль стабілізаційного механізму? В чому його сутність, та на який компонент діяльності у більшій мірі простежується його вплив?

## **ПРАКТИЧНІ ЗАВДАННЯ ДЛЯ САМОСТІЙНОГО ВИКОНАННЯ**

1. Проведіть психологічне дослідження особливостей інтелектуальної поведінки методикою «Оцінка інтелектуальної поведінки» (див. практичне завдання 1). Оформіть протокол дослідження та дайте психологічну інтерпретацію отриманим результатам.

2. Дослідіть мотиви навчальної діяльності старшокласників, використавши при цьому самостійно підібрані методики. Дайте психологічну інтерпретацію отриманим результатам.

3. Дослідіть мотиви навчальної діяльності студентів, використавши методику «Мотивація навчання у ЗВО». Дайте психологічну інтерпретацію отриманим результатам.

### ПИТАННЯ ДЛЯ САМОПЕРЕВІРКИ

1. Дайте визначення активності особистості. У якій формі вона проявляється?
2. Що подібного і відмінного містять у собі поняття «поведінка» і діяльність?
3. За якими напрямками здійснюється психологічний аналіз діяльності?
4. Хто із вітчизняних науковців займався розробкою проблеми діяльності у психологічній науці?
5. Яка структура діяльності за системно-структурним принципом? Перелічіть основні компоненти.
6. Які складові потребісно-мотиваційного копоненту діяльності?
7. Розкрийте властивості потреб особистості.
8. Які складові включає в себе операціональна підсистема діяльності? У чому полягає специфіка цих елементів?
9. За якими ознаками у психологічній науці класифікуються дії?
10. Що таке навичка? Які існують варіанти взаємодії навичок?
11. В чому специфіка компонентів інформаційної підсистеми діяльності?
12. Які основні види діяльності людини? За яким принципом вони виділяються?
13. Як існують форми діяльності?
14. Розкрийте поняття «суб'єкт діяльності». В чому полягають особливості засвоєння діяльності?

### МАТЕРІАЛИ ДЛЯ РОБОТИ НА ЗАНЯТТІ

#### ОПЕРАТИВНИЙ КОТРОЛЬ ЗНАНЬ

1. Які структурні елементи діяльності безпосередньо пов'язані з метою і мають певний предметний зміст?
  - а) дії;
  - б) операції;
  - в) мотиви;
  - г) рухи.
2. Який структурний елемент діяльності вказує на особливості ставлення людини до навколишньої дійсності?
  - а) дії;
  - б) операції;
  - в) мотиви;
  - г) рухи.

3. Вставте пропущене слово.

«...» дії—це такі дії, що виникають спонтанно під впливом емоцій, а усвідомлення наслідків виникає після їх здійснення.

4. Вставте пропущене слово.

«...» дії пов'язані із усвідомленням людиною мети цих дій і найближчих наслідків, які можуть виникнути після їх здійснення.

5. Який із варіантів відповідей дає більш вичерпну відповідь?

Зміст діяльності людини реалізується через взаємодію таких психологічних компонентів як...

а) перцептивні, емоційні, пізнавальні;

б) емоційні, вольові, мнемічні;

в) пізнавальні, емоційні, вольові.

6. Який критерій класифікації лежить в основі розрізнення репродуктивної і творчої діяльності?

а) структура;

б) функції, які здійснює людина в процесі взаємодії із навколишнім світом;

в) зміст діяльності;

г) результати, яких досягнуто в діяльності.

7. Вставте пропущене слово.

Навички, вміння, звички є ... поведінки і діяльності особистості.

8. Який елемент діяльності є завжди усвідомленим особистістю?

а) мотив;

б) дія;

в) рух;

г) мета;

д) операція.

9. Виберіть правильний варіант відповіді. Згідно поглядів О.М. Леонтьєва до структури діяльності входять такі компоненти:

а) потреби, мотиви, завдання, дії, операції;

б) рух, дія, операція, вчинок у їх взаємозв'язку з метою, мотивами та умовами діяльності.

10. Виберіть правильний варіант відповіді. Відповідно до поглядів

С. Л. Рубінштейна до структури діяльності входять такі компоненти:

а) потреби, мотиви, завдання, дії, операції;

б) рух, дія, операція, вчинок у їх взаємозв'язку з метою, мотивами та умовами діяльності.

11. Одиниця діяльності, що є відносно завершеним і автоматизованим перцептивним, моторним, мнемічним і інтелектуальним актом, який входить до складу тієї або іншої дії, називається...

а) рух;

б) дія;

в) операція;

г) вправа.

12. Дія, яка сформована шляхом вправління і характеризується високою мірою засвоєння і відносною автоматизованістю, називається...

- а) операцією;
- б) навичкою;
- в) вмінням;
- г) звичкою.

13. Засвоєний суб'єктом спосіб виконання дій адекватно до нових умов діяльності, що забезпечується сукупністю набутих знань і навичок, називається...

- а) операцією;
- б) навичкою;
- в) вмінням;
- г) звичкою;
- д) вправою.

14. Багаторазове повторення певних рухів, операцій, дій, що супроводжується свідомим контролем їх виконання з метою їх засвоєння, називається...

- а) операцією;
- б) навичкою;
- в) вмінням;
- г) звичкою;
- д) вправою.

15. Відносно усталений і негнучкий елемент діяльності, що не має власної мети, називається...

- а) операцією;
- б) навичкою;
- в) вмінням;
- г) звичкою;
- д) вправою.

16. Явище взаємодії навичок, яке виявляється за умови, якщо мета, об'єкти і умови виконання зовні схожі, а дії, необхідні для їх виконання, різняться за прийомами, називається...

- а) інтерференція;
- б) індукція.

17. Явище взаємодії навичок, яке має місце тоді, коли мета, об'єкти або умови виконання зовні різняться, а прийоми виконання дій є схожими, називається...

- а) інтерференція;
- б) індукція.

18. Процес переходу із зовнішньої (предметної) форми діяльності до внутрішньої (ідеальної) називається...

- а) інтеріоризацією;
- б) екстеріоризацією.

19. Процес переходу від внутрішньої (ідеальної) до зовнішньої (предметної) форми діяльності називається...

- а) інтеріоризацією;
- б) екстеріоризацією.

20. Вставте пропущене слово:

«...» особистості в діяльності проявляється в таких формах, як працездатність, дієздатність, здібності.

21. Основною структурною одиницею дитячої гри та її інтегративним моментом є...

- а) роль;
- б) сюжет;
- в) зміст.

22. Нижче подані можливі варіанти кінцевого результату діяльності. Який із них відноситься: до гри (I), до навчання (II), до праці (III)?

- а) емоційне освоєння соціального досвіду та емоційне задоволення;
- б) засвоєння людиною соціального досвіду;
- в) створення предметів культури, зміна власних умов існування.

23. На основі якого підходу людська діяльність поділяють на гру, навчання і працю?

- а) генетичний підхід;
- б) динамічний підхід;
- в) структурно-динамічний підхід.

24. Вставте пропущене слово.

«...» – це відносно завершений елемент діяльності, який спрямований на досягнення проміжних цілей, що підпорядковуються загальному мотиву.

25. Вставте пропущене слово.

«...» – взаємодія живих істот із середовищем, яка опосередкована їх зовнішньою і внутрішньою активністю.

26. Вставте пропущене слово.

«...» – глобальний акт, який носить суспільне та соціальне значення і пов'язаний з нормами поведінки, відносинами, самооцінкою та ін.

## ФОРМИ РОБОТИ НА ЗАНЯТТІ

### Семінар

#### «Психологія поведінки та діяльності»

**Мета:** розкрити психологічні особливості поведінки та діяльності особистості; з'ясувати психологічну структуру і сутність компонентів діяльності.

#### Питання для обговорення

1. Поведінка та діяльність як психологічні категорії.
2. Теорії й основні напрями психологічного аналізу діяльності.
3. Сутність та структура діяльності особистості.

4. Основні види та форми діяльності.
5. Проблеми засвоєння діяльності. Суб'єкт діяльності.
6. Шляхи вивчення діяльності та поведінки особистості.

Усі бажаючі висловлюються відносно винесених на обговорення питань. Формулюють своє ставлення до прочитаного матеріалу, формулюють питання, що виникли в процесі роботи над теоретичним матеріалом.

### **Наукова конференція**

#### **«Форми та види діяльності особистості»**

**Мета:** засвоєння знань про види та форми діяльності особистості їх значення й особливості.

#### ***Хід роботи***

1. Підготовчий етап: студенти попередньо опрацьовують наукові статті та рекомендований матеріал з проблем діяльності особистості.

2. На занятті викладач створює атмосферу наукової конференції, пропонує записуватися для доповідей, складає список доповідачів. Заслуговуються доповіді та проводиться їх обговорення.

### **Групова дискусія**

#### **«Активність особистості в процесі засвоєння діяльності»**

1. Підготовчий етап: вдома студенти знайомляться з рекомендованою літературою, підшукують наукові статті, які стосуються проблем засвоєння діяльності, активності особистості в діяльності, суб'єкта діяльності.

2. На занятті студенти об'єднуються у дві мікрогрупи. Викладач пропонує визначитися яка із мікрогруп вказуватиме на основні проблеми оволодіння діяльністю, а яка вказуватиме на активність суб'єкта діяльності та його роль в процесі засвоєння діяльності.

3. Групи пропонують свої аргументи для колективного обговорення. Наприкінці викладач підводить підсумки дискусії, зазначає, що проблеми суб'єкта діяльності та засвоєнні діяльності взаємопов'язані і тому необхідно відшукати спільні їх аспекти й визначити продуктивні шляхи їх розв'язання.

4. Група та викладач на завершення дають оцінку роботи учасників дискусії.

## **ЛАБОРАТОРНИЙ ПРАКТИКУМ**

### **Практичне завдання 1**

#### **Дослідження виразності інтелектуальної поведінки**

**Вступний коментар.** Психологічна діагностика діяльності досить складне завдання для психологів. Найбільш часто вивчають окремі її аспекти мотиви, сформовані навички, цілі тощо. Методик, які дозволяють більш інтегровано вивчити особливості діяльності людини або поведінки небагато. До такого психодіагностичного інструментарію належить методика Фіткау «Дослідження виразності інтелектуальної поведінки». У ній

необхідно за розробленими критеріями дати психологічну оцінку інтелектуальної поведінки у конкретній ситуації. Результати співставляються із спеціально розробленою шкалою після чого дається якісний аналіз явища, яке вивчається.

Мета. Оволодіти прийомами фіксації та оцінки особливостей інтелектуальної поведінки.

### ***Хід роботи***

1. Познайомитися зі вступним коментарем;
2. Обрати об'єкт спостереження і провести методику;
3. Обробити та інтерпретувати отримані результати.

***Матеріали та обладнання:*** бланк методики із критеріями спостереження, шкала обробки результатів.

## ОЦІНКА ІНТЕЛЕКТУАЛЬНОЇ ПОВЕДІНКИ

### ***Хід роботи***

*Інструкція:* «За нижче проведеними критеріями, оцініть прояви креативної поведінки й інтуїтивного мислення особистості в конкретній ситуації. У бланку відмічайте кількість проявів представлених критеріїв галочками».

### *Бланк методики*

<b>Критерії інтелектуальної поведінки</b>	<b>Прояви в поведінці</b>	<b>Сумарний показник</b>
1. Наявність великої кількості ідей, коли необхідно розв'язати будь-яку проблему.		
2. Наявність пропозицій щодо внесення змін у процес виконання завдання.		
3. Використання образних форм у відповідних ситуаціях, що є свідченням багатого уяви.		
4. Перенесення принципів і правил на новий фактичний матеріал		
5. Висловлення нових незвичайних ідей.		
6. Відшукання інших варіантів розв'язку, поставлення завдань, де це можливо.		
7. Представлені в образній формі зміст і мета, викликають у бажання більш активно працювати.		
8. Отримання задоволення «побачити» відомий факт у незвичному ракурсі.		

### **Обробка результатів**

Оцінювання когнітивної поведінки здійснюється шляхом підрахунку суми «√» на бланку результатів дослідження та їх співвіднесення із спеціальною шкалою.

#### Шкала оцінки інтелектуальної поведінки

Майже ніколи (0-2)	Інколи (3-4)	Часті прояви (5-6)	Майже завжди (7-8)
-----------------------	-----------------	-----------------------	-----------------------

### **Інтерпретація результатів**

На основі кількісних даних отриманих в ході виконання методики дається якісний аналіз інтелектуальної поведінки за заданими критеріями (За *Fittkau u.a.*).

### **Практичне завдання 2**

#### **Дослідження особливостей формування розумових навичок**

**Вступний коментар.** Формування навичок у процесі виконання діяльності досить важливий момент. Адже відомо, що раніш сформовані навички можуть впливати на ту, яка формується нині. Взаємодія навичок може відбуватися у двох напрямках: позитивна взаємодія (індукція, коли раніше сформовані навички сприяють більш швидшому формуванню нової) й негативна взаємодія (інтерференція, коли раніше сформовані навички перешкоджають формуванню нової). З'ясувати особливості взаємодії навичок допоможе методика, яка запропонована О Степановим.

**Мета:** з'ясувати особливості взаємодії навичок під час виконання діяльності.

#### ***Хід роботи***

1. Познайомитися зі вступним коментарем;
2. Провести методику в режимі самодіагностики;
3. Обробити та інтерпретувати отримані результати

**Матеріали та обладнання:** два бланки із арифметичними виразами, **ГОДИННИК.**

#### **Бланк №1**

Розв'язання прикладів на основі прийому віднімання числа від суми.

157+99=256	(157+100)-1=256
480+98=578	(480+100)-2=578
262+99=361	(262+100)-1=361
879+89=968	(879+90)-1=968
160+93=253	(160+100)-7=253
360+89=449	(360+90)-1=449
265+65=330	(265+70)-5=330
550+94=644	(550+100)-6=644

**Бланк №2**

Розв'язання прикладів на основі додавання числа до різниці

237-97=140	(237-100)+3=140
400-98=302	(440-100)+2=342
596-87=509	(596-90)+9=509
572-66=506	(572-72)+6=506
725-95=630	(725-100)+5=630
284-77=207	(284-80)+3=207
440-59=381	(440-60)+1=381
720-38=682	(720-40)+2=682

**Процедура виконання**

Досліджуваному спочатку пропонують розв'язати приклади першої групи і попереджують, що він повинен обраховувати, використовуючи прийом віднімання числа від суми. Фіксують час розв'язання кожного прикладу і помилки. На основі цих даних простежують процес вироблення обчислювальної навички. Відразу ж після розв'язання цих прикладів досліджуваним пропонують розв'язати приклади другої групи, використовуючи прийом додавання числа до різниці. Аналогічно фіксується час розв'язання кожного прикладу і помилки.

**Інтерпретація дослідів та формулювання висновків.**

Після цього порівнюють результати розв'язання першої і другої групи прикладів, на основі яких робиться висновок про особливості формування навичок у процесі вправлення та особливості взаємодії навичок в процесі формування необхідної навички. Перед цим доцільно обговорити з досліджуваними особливості виконання ними першої серії завдань і другої серії завдань, складнощі, які в них виникають. (За О. О. Степановим)

**Практичне завдання 3****Дослідження особливостей поведінки особистості**

**Вступний коментар.** Спонтанна поведінка особистості у конкретній ситуації найбільш цікаве явище, яке може спостерігати дослідник. Зокрема у тесті П. Якубовської пропонується три критерії, за якими визначають особливості поведінки: впевненість, невпевненість, агресивність. Тест містить 60 ситуацій, відповіді на які дадуть змогу виявити одну із трьох домінуючих тенденцій у поведінці.

**Мета:** формування вміння досліджувати особливості поведінки за трьома критеріями: впевненість, невпевненість, агресивність.

**Хід роботи**

1. Познайтися зі вступним коментарем;
2. Провести методичку в режимі самодіагностики;
3. Обробити та інтерпретувати отримані результати

**Матеріали та обладнання:** заздалегідь заготовлені бланки для відповідей, ситуації тесту.

### **Тест оцінки поведінки**

( тест П. Якубовської )

*Інструкція:* «Нижче розміщено опис 60 ситуацій. Відповідні їм варіанти відповідей частково є впевненими, частково-непевненими або агресивними. Ваше завдання полягає в тому, щоб, прочитавши опис ситуацій, з'ясувати, де говориться про впевнену, агресивну або непевнену поведінку. Свою оцінку ситуацій ви повинні вказати на бланці для відповідей, закресливши відповідний прямокутник: + - впевнена поведінка; н – непевнена поведінка; а – агресивна поведінка».

### **Хід роботи**

1. Досліджуваним роздаються заздалегідь підготовлені бланки із ситуаціями і бланки для відповідей.

2. Після самодіагностики і звірення відповідей із ключем доцільно обговорити отримані результати. Необхідно дати відповідь на всі запитання, які виникнуть.

### **ЗМІСТ ТЕСТУ**

1. Ваш партнер несподівано став дуже мовчазним і не говорить Вам, що саме засмучує його останнім часом. Ви кажете: « В мене склалося таке враження, що ти чимось замучений і що тобі незручно про це говорити. Я гадаю, що, не беручи це до уваги, ми повинні обговорити твої проблеми. Тож ти спробуєш пояснити, що тебе в мені «роздражає»?»

2. Ваш знайомий вже другий раз на цьому тижні просить Вас побути з його дітьми, поки він пробіжить по магазинах. У Вас самого дітей немає. Ви відповідаєте: «Ти зловживаєш моїм терпінням. В кінці-кінців, твої діти – це твої турботи і лише твоя відповідальність»

3. На заправці, де Ви майже постійно заправляєте власний автомобіль, один із її працівників забув закрити бак Вашого авто запорною кришкою. Згодом, побачивши це, Ви повертаєтеся на АЗС і намагаєтеся знайти кришку. Ви говорите: «Один із Ваших працівників зовсім забув про те, що необхідно закривати мій бак кришкою. Я дуже хотів би, щоб виправили цю недбалість. Якщо Ви не знайдете мою кришку, Вам доведеться купити нову або відшукати їй заміну»

4. Вас не влаштовує Ваша заробітна плата і Ви говорите: «Чи не думаєте Ви, е..., можливо, е..., чи не могли б Ви мені, гм..., чи не погодитесь Ви подумати над тим, як мені підвищити зарплату?»

5. Будь-хто запитує, чи не підвезли б Ви його додому у Вашому авто. Він Вам дуже неприємний, до того ж вже пізно, Вам необхідно ще купити кілька дрібниць і тому доведеться зупинитися. Ви говорите: «У мене сьогодні катастрофічно не вистачає часу. Я тебе із задоволенням підвезу до найближчої зупинки, але у мене абсолютно немає часу відвезти тебе додому».

6. Учень дуже добре виконав завдання, яке було дано вчителем для всього класу. Той говорить: «Мені дуже подобається твоя робота. Ти чудово зрозумів матеріал»

7. Ваш чоловік обіцяв Вам поговорити з донькою відносно її поведінки у школі. Але до цих пір цієї розмови не було. Ви говорите: «Я гадала, що минулого вівторка ми домовилися, що ти будеш говорити з Оленкою про її поведінку у школі. До цих пір ти цього не зробив. Я, власне, думаю, ти це незабаром зробиш. Сьогоднішній вечір, здається мені, підходить для розмови»

8. Час, з якого розпочинається робочий день у Вашому колективі, був встановлений давно і влаштував всіх. Вам він, однак, є незручним, оскільки транспорт із Вашого району в цей час ходить погано і Вам складно своєчасно приходити на роботу. Коли час початку робочого дня обговорюється в колективі, Ви говорите: «Ох, так, я думаю, все гаразд... Хоча мені складно приходити на цей час, але якщо всіх інших це влаштовує, то це підходить і мені»

9. У ході розмови один із присутніх чоловіків раптово запитує: «Чого взагалі хочуть прихильники цієї жіночої емансипації?» Жінка, до якої він звертається, відповідає: «Коректної поведінки і рівноправного відношення»

10. Ви вже тривалий час розмовляєте по телефону з товаришем або гарним знайомим. Ви б хотіли завершити цю розмову і говорите: «Мені дуже незручно, але мій час вихолоняє. Я хотів би завершити нашу розмову». Сподіваюся, ти будеш ображатися»

11. Одружений чоловік знову і знову намагається вмовити Вас пообідати з ним. Сьогодні він знову говорить: «Люба моя, що б мені таке зробити, щоб ти погодилася разом зі мною пообідати?» Ви відповідаєте: Наше знайомство подобається мені таким, яким воно є. Я не хотіла б будь-що змінювати в наших стосунках. А ці зміни можуть розпочатися за цим обідом»

12. Під час наради Вас доволі часто перебиває головуючий. Ви говорите: «На жаль, але спочатку я хотів би завершити власну думку»

13. У фотوماгазині продавець залучив Вас в дуже детальне обговорення переваг камери, яка Вас зацікавила. Ви говорите: «Добре, чудово. Мені здається, що це якраз те, чого я хотів. Добре, напевно, я її куплю»

14. Жебрак звертається до Вас і просить придбати дещо для нього. Ви говорите: «Певно, хлопче, ти вважаєш, що як тільки ти попросиш, так я тобі відразу ж все і куплю. Ти повинен знати—я цього не зроблю ні в якому разі»

15. Ви просите Вашу дитину випрати білизну в пральній машині. Коли дитина виймає речі із машини, Ви говорите: «Як це так сталося, що ти зробила все правильно? Як це тобі вдалося вірно нажати на всі кнопки? Адже ти все завжди псуєш!»

16. Знову і знову по телефону Вам набридає продавець книжного магазину, намагаючись продати Вам журнал. Сьогодні він знову Вам

телефонує і намагається Вас вмовити придбати журнал. Ви відповідаєте: «Ви вже втретє набридаєте мені і я втретє Вам відповідаю, що не цікавлюсь журналами. В тому випадку, якщо Ви ще раз мені зателефонуєте, я буду змушена повідомити службу, яка веде нагляд за рекламою»

17. Дитина, що живе поверхом вище, поводить себе досить гамірно. Ви стукаєте шваброю у стелю і кричите: «Ей ти там, нагорі, заткнешся ти там, нарешті, чи ні?»

18. Родич запитує Вас, чи не дозволите Ви йому ввечері скористатися Вашою машиною. Ви говорите: «Ой, не знаю..., але не будемо драматизувати ситуацію. Ну добре. Можеш взяти. Але я повинен тебе попередити—останнім часом у мене негаразди із гальмами»

19. Дружина говорить чоловікові, що вона хотіла б продовжити своє навчання. Чоловікові така перспектива не до вподоби і він говорить: «Що це ти враз надумала. Ти ж знаєш, що не в твоїх силах—винести нові навантаження»

20. Ваш співробітник припускається у своїй роботі цілого ряду помилок. Ви говорите йому: «Ви надто дурний та неохайний працівник «

21. Чоловік хотів би, щоб вечеря була завжди на столі до його повернення, і він гнівається, коли на стіл не подають відразу ж, коли він приходить додому. Ви говорите: «Я гадаю, що ти втомився і голодний, і що ти хотів би відразу ж щось поїсти, але я також втомилася на своїй роботі. Через кілька хвилин страва буде готова»

22. Ви забрали костюм із пральні і хотіли б одягти його з особливої нагоди. Але коли Ви його отримали, й, оглянувши його побачили на ньому дірку, Ви говорите: «Я хотів одягнути це ввечері. Чи не вважаєте Ви, що все повинно бути зроблено якісно і в певний термін? Адже це, в кінці-кінців, Ваша робота»

23. Для Вас складність написати доповідь і Ви напевне не знаєте, яка Вам необхідна для неї інформація і де Ви її зможете отримати. Ви говорите самому собі: «Я просто дурний, я взагалі нічого не знаю: ні як розпочати, ні що мені робити далі з цією доповіддю»

24. Напарник іде н роботу і заявляє, що Вам телефонував товариш і сьогодні ввечері Ви повинні разом на Вашій машині їхати до аеропорту. На що Ви відповідаєте: «Яке потрібно мати нахабство, щоб домовитися, не запитавши спочатку мене. Так не піде. Я не поїду з ним до аеропорту. Нехай викликає таксі і, взагалі, робить те, що захоче»

25. На вечірку до Вас обіцяв зайти Ваш друг, але так і не з'явився. Ви телефонуєте йому і після двох-трьох хвилин товариської розмови говорите: «Ти сьогодні хотів зайти до мене, але так і не з'явився. Я дуже засмучений, що ти не прийшов. Що з тобою трапилось?»

26. Ваша добра приятелька телефонує Вам і говорить, що їй дуже потрібна людина, яка б на Вашій вулиці могла збирати старий одяг у благодійних цілях. Ви не хотіли б цього робити і відповідаєте їй: «Знаєш, ой,

ти ж все знаєш, як мій чоловік ставиться до таких речей. Він дуже гнівається, коли я сама віддаю деякі речі, а ще він говорить, що я і без цього надто багато взяла на себе. Можеш собі уявити, що він скаже, коли я виконаю твоє прохання»

27. На засіданні комітету, де сім чоловіків і одна жінка, головуєчий просить Вас вести протокол. Ви відповідаєте: «Ні, це просто безсовісно робити з мене секретаршу лише тому, що я єдина жінка серед семи чоловіків»

28. Будучи співробітником кафедри, Ви помічаєте, що майже самі виконуєте все навантаження по плануванню, лекціях, соціальній підтримці студентів. Ви говорите: «Власне передбачалося, що ми будемо працювати спільно—командою; але, як я бачу, я один виконую всю роботу. Я хотів би з вами усіма обговорити, чи не можна тут щось змінити»

29. Автобус надмірно наповнений старшокласниками, які гамірно спілкуються один з одним. Вам потрібно виходити, але це нікого не бентежить. Ніхто не реагує на Ваше: «Мені треба вийти». Нарешті Ви говорите: «Невже ви не чуєте, мені виходити на наступній зупинці! Дорогу!»

30. Школяр третій раз поспіль спізнюється на заняття. Вчитель говорить: «Коли Ви спізнюєтесь на мій урок, то кожен раз, розбираючись з Вами, я віднімаю у всього класу час. Мені дуже заважає, коли Ви спізнюєтесь»

31. Ваш знайомий запрошує Вас на побачення. Ви вже зустрічалися з ним і це не доставило Вам ніякого задоволення. Ви не зацікавлені в тому, щоб зустрічатися ще раз. Ви говорите: «О... о, на цьому тижні в мене багато справ. Я гадаю, що в суботу я також не зможу з Вами зустрітись»

32. Вам телефонують із бібліотеки і вимагають, щоб Ви повернули книжку, яку Ви взагалі в них не брали. Ви відповідаєте: «Про що Ви, власне, говорите? Вам необхідно краще слідкувати за своїми книгами. Я взагалі не брав цієї книги і не сподіваюся, що я за неї що-небудь платитиму»

33. У магазині Ви стоїте в черзі до каси. Будь-хто стоїть за Вами і хоче заплатити так, щоб не було решти. Він запитує Вас, чи не пропустите його. Ви говорите: «Знаєте що, я вже не в змозі чекати, дуже хочу скоріше звільнитися. Скоро моя черга і я нікого не хочу пропускати «

34. Батьки телефонують заміжній дочці і просять її зайти до них. Оскільки вона хоче ухилитися від запрошення, батьки їй говорять: «Коли ти нам потрібна, тебе неможливо застати. Все обертається лише навколо твоїх інтересів»

35. Керівник розповсюдив по фірмі листа, де вимагає від підлеглих запитувати дозволу на службові міжміські розмови. Співробітник на це відповідає: «Ви втручаєтесь у сферу моєї професійної здатності приймати рішення, обмежуєте мою професійну свободу. Я це розцінюю як образу»

36. Ваш чоловік любить, щоб їжа з'являлася на столі в той момент, коли він після роботи повертається додому, і дуже гнівається, коли вечеря запізнюється. Ви говорите: «Так, це просто жах. Я знаю, що ти втомився і хочеш їсти. Це моя провина. Я просто жадлива дружина»

37. План спільного проведення відпустки раптово був порушений Вашим товаришем—про це він повідомляє по телефону. Ви відповідаєте: «Оп-ля, це дуже несподівано. Я тобі зателефоную пізніше, коли все спокійно обдумаю»

38. Мати повчає дітей, якщо помічає, що в них в кімнаті не прибрано. Вона говорить: «Ви самі гидкі діти у всьому місті. Коли б я знала, що бути матір'ю така складна справа, то я б ніколи не погодилася мати дітей»

39. Ваш сусід по кімнаті зазвичай залишає кімнату в жахливому стані. Ви говорите: «Ти надзвичайно неряшливий, наша кімната стає брудним притоком»

40. Ваш чоловік хоче подивитися по телевізору футбол, але по іншому каналу йде програма, яку Ви самі хотіли б подивитися. Ви говорите: «Так, хм. Вовчику, ну що ж, включай спокійно свій футбол. Може, і я трішки подивлюсь його»

41. У Вашого сина проблеми із вчителем. Ви раніше просили класного керівника якось врегулювати цю проблему. Але він до цих пір цього не зробив. Ви говорите: «Ми просили школу будь-що зробити, щоб врегулювати ці проблеми. І ми дуже хвилюємося, що до цих пір нічого не зроблено. Ми наполягаємо на тому, щоб Ви Щось зробили»

42. Ваш «шеф» дуже на Вас «нападає» з приводу Вашої роботи. На це Ви відповідаєте: «Я знаю, що заслужив Вашої критики, але хотів би Вас просити, щоб Ви не припускалися особистих випадів, якщо хочете зробити мені зауваження з приводу моїх помилок або недоліків «

43. Ваш десятирічний син тричі поспіль відволікав Вас чим-небудь, що не відноситься до справи, під час Вашої телефонної розмови. Кожного разу Ви по-товариському просили його не перебивати Вас. Зараз він знову підходить до Вас. Ви говорите: «Я не можу одночасно слухати тебе і розмовляти по телефону. Я ще пару хвилин буду зайнятий розмовою, потім поговорю з тобою»

44. Прийшла Ваша черга прибирати квартиру, в якій Ви з кимось мешкаєте разом. Ви вже одного разу пропускали свою чергу. Ваш сусід спокійним тоном говорить, що зараз Ваша черга прибирати квартиру. Ви говорите: «Залиш мене, нарешті, в спокої!»

45. Ви єдина жінка в колі чоловіків і Вас просять вести протокол засідання. Ви відповідаєте: «Я згодна вести протокол на рівних з усіма умовах. Я вважаю, що на наступних засіданнях, ми повинні вести протокол по черзі»

46. Ви викладаєте на кафедрі і один з Ваших колег постійно намагається нав'язати свою роботу. Сьогодні він знову запитує Вас, чи не підміните його. Ви говорите: «Так, гм, ну... добре, все буде гаразд, хоча в мене дуже болить голова»

47. Ваш родич просить на вечір Ваше авто. Ви говорите: «Оце ти втнув! Я нікому не даю своєї машини!»

48. Зверху, крізь стіну гримить музика і дуже Вам заважає. Ви дзвоните в двері і говорите: «Алло, я мешкаю під Вами, Ви надто гучно ввімкнули музику і вона мені заважає. На могли б Ви зробити її трішки тихіше?»

49. Сьогоднішній вечір, з 16 до 17, Ви навмисне заздалегідь звільнили, щоб чимось зайнятися, що Ви особливо любите, але Вам телефонують і запитують, чи можна в цей час зайти до Вас. Ви говорите: «Ох, гм..., добре, проходьте. В чотири години, так? Ви впевнені, що Вам цей час підходить?»

50. Ваша дружина раптово стала мовчазною і не говорить Вам, що її турбує. Ви говорите: «Ну ось, велике мовчання скінчилося. Чи не могла б ти підняти за навіс і сказати, що трапилось?»

51. Ваш партнер любить критикувати Ваш зовнішній вигляд в присутності Ваших друзів. Ви говорите «Мені дуже не по собі, коли ти в присутності інших критикуєш мій зовнішній вигляд. Якщо ти хочеш мені будь-що сказати, що стосується наших з тобою стосунків чи того, як я виглядаю, то зачекай, доки приїдемо додому»

52. Ваша подруга часто займає у Вас незначні суми і не віддає їх до тих пір, поки Ви їй не нагадаєте. Сьогодні вона знову просить у Вас у борг, але Ви не хочете їй давати позику і відповідаєте: «В мене сьогодні рівно стільки, щоб оплатити свій обід»

53. Ваша сусідка знову і знову просить у Вас праску. Останнього разу, коли Ви її позичали, вона повернула її поломаною. Сьогодні вона знову просить у Вас праску. Ви їй відповідаєте: «Мені дуже шкода, але я більше не можу тобі дозволити користуватися моєю праскою. Останнього разу ти повернула мені її зламану»

54. Жінка прийшла найматися на роботу. Під час розмови з начальником відділу кадрів той оцінює її надто неоднозначно: «Ну що ж, Ви намагаєтеся зробити вигляд, що Ваша кваліфікація достойна, щоб бути прийнятою на роботу». Ви говорите: «Я впевнена, що моїх здібностей і кваліфікації достатньо, щоб претендувати на цю роботу»

55. Ваша сусідка по кімнаті пізно ввечері постійно запрошує Вас піти куди-небудь поїсти. Ви надто втомлені і їсти не хочете. Ви говорите: «В мене немає ніякого бажання виходити із дому. Я дуже втомлена, але я піду з тобою, і буду дивитися на тебе під час їди»

56. Ви майже прийшли в кімнату копіювальних машин, коли Ваш колега, який знову і знову Вам нав'язує власні папери для копіювання, зупиняє Вас і запитує, де Ви йдете. Ви відповідаєте: «Я йду з кимось пограти в настільний теніс. Чи не схоже?»

57. Батьки телефонують своїй заміжній дочці, маючи на увазі запросити її до себе. Батьки говорять: «Мамі сьогодні наснився чудовий сон. Їй наснилося, що до неї в гості, нарешті, прийшла її онука»

58. Ви давно не бачили свою подругу. Коли Ви зустрічаєтеся вона скаржиться Вам на те, що останнім часом легко захоплюється чоловіками, але ніякого задоволення від цього не отримує. Вона говорить, що не знає як вийти із цієї ситуації. Ви говорите: «Так, я бачу лише одне, що все що

виможеш розповісти мені після тривалого розлучення – це те, що ти трішки загуляла»?

59. Кожної ночі Ваша сусідка надто сильно грюкає дверима у ванні, у спальні і або будить Вас, або заважає заснути. Ви говорите: «Будь-ласка, не стукайте дверима, це надто заважає, особливо вночі. Я кожного разу прокидаюся і потім довго не можу заснути».

60. Вас запрошують допомогти при організації ювілею Вашої фірми. Ви відповідаєте: «Мені шкода, але я не маю жодної можливості, щоб допомогти організувати цей захід».

### Ключ

1+; 2А; 3А; 4Н; 5+; 6+; 7+; 8Н; 9+; 10+; 11+; 12+; 13Н; 14А; 15А; 16+; 17А; 18Н; 19А; 20А; 21+; 22А; 23Н; 24А; 25+; 26+; 27А; 28+; А; 30+; 31Н; 32А; 33+; 34А; 35А; 36Н; 37+; 38А; 39А; 40Н; 41+; 42+; 43+; 44А; 45+; 46Н; 47А; 48+; 49Н; 50А; 51+; 52Н; 53+; 54+; 55Н; 56А; 57Н; 59+; 60+

## ЛІТЕРАТУРА

### ОСНОВНА ЛІТЕРАТУРА

1. Варій М. Й. Загальна психологія: підр. Київ: Центр учбової літератури, 2009. С. 718-735.
2. Загальна психологія/ Максименко С. Д., Зайчук В. О., Клименко В. В., Соловієнко В. О.; за ред. С. Д. Максименка. Київ: Форум, 2000. С.307-327.
3. Загальна психологія: підр. / [О. В. Скрипченко, Л. В. Долинська, З. В. Огороднійчук та ін.]. Київ: Либідь, 2005. С. 266 - 290.
4. Москалець В. П. Загальна психологія: підруч. Київ: Ліра, 2020. С. 521–544.
5. Психологія: підр. / [Трофімов Ю. Л., Рибалка В. В., Гончарук П. А. та ін]; за ред. Ю. Л. Трофімова. Київ: Либідь, 2005. С. 383 - 406.

### ДОДАТКОВА ЛІТЕРАТУРА

6. Занюк С. С. Психологія мотивації. Київ: Либідь, 2002. 304 с.
7. Максименко С. Д. Загальна психологія : навч. посіб. для ВНЗ. Київ: Центр учбової літератури, 2016. 272 с
8. Немов Р.С. Психологія : підручник для студ. пед. вузів : у 3-х кн. Рівне : ВЕРТЕКС, 2002. Кн. 1.: Загальні основи психології: Пер. з рос. 576 с.
9. Павелків Р.В. Загальна психологія. Підручник. Київ: Кондор, 2009. 576 с.
10. Партико Т.Б. Загальна психологія. Академічний курс: Підручник. Київ: Вид. дім «Ін Юре», 2008. 416 с.
11. Психологія праці: навч. посібник / Т. М. Канівець, А. В. Галичанська, Г.С. Фесун. Чернівці: Рута, 2015. 112 с.
12. Психологія: навч. посіб. / Винославська О.В., Бреусенко-Кузнєцов О.А., Зливков В.Л. та ін.; за ред. О.В. Винославської Київ: ІНКООС, 2005. 352 с

### Розділ 3. МІЖОСОБИСТІСНЕ СПІЛКУВАННЯ

*У найрізноманітнішому колі життєвих ситуацій люди завжди прагнуть до товариства, шукають соціальних контактів та розуміння.*

*Спілкування, на основі мовленнєвої чи немовленнєвої взаємодії, створює основу для виникнення короткотривалих та довготривалих міжособистісних стосунків. В індивідуальному розвитку ці стосунки визначають і формують сферу соціальних емоцій людини, її соціальний інтелект, спроможність розуміти інших. Людина, що має дефіцит спілкування, труднощі у встановленні стосунків, не переживала дружби, любові, втрати, має збіднений внутрішній світ і не спроможна реалізувати себе як особистість. Позбавлені спілкування діти чи дорослі приречені на незворотні порушення в психіці та деформацію особистості.*

*Матеріал даної теми поглибить Ваше уявлення про чинники та умови розвитку особистості, її соціальну сутність. В процесі вивчення теми Ви дізнаєтесь про те, що спонукає людей до взаємодії з іншими людьми; що допомагає і що заважає нам розуміти інших людей; в чому секрет психологічного впливу, які умови ефективної комунікації.*

#### МАТЕРІАЛИ ДЛЯ ПІДГОТОВКИ ДО ЗАНЯТТЯ

##### План

1. Поняття про спілкування.
2. Функції та структура спілкування.
3. Труднощі та дефекти спілкування.

**Ключові поняття:** спілкування, міжособистісне спілкування, комунікативний бік спілкування, інтерактивний бік спілкування, перцептивний бік спілкування, комунікація, вербальна та невербальна комунікація, психологічний вплив, конфлікт, співробітництво, конкуренція, емпатія, рефлексія, каузальна атрибуція, ідентифікація, інтерпретація, стереотипізація, комунікативний бар'єр, сором'язливість, самотність та відчуженість, комунікабельність, комунікативна сумісність, стиль спілкування.

#### СТИСЛИЙ ЗМІСТ ТЕМИ

**1. Поняття про спілкування.** Історично і в процесі індивідуального розвитку спілкування є необхідною умовою існування людини, одним з найважливіших чинників її соціального розвитку. Людина за своєю природою налаштована на спілкування, до якої її спонукають потреби у афіліації, контролі та відкритості.

Спілкування, як один з найважливіших чинників розвитку особистості вивчається в декількох напрямках: загально-філософському (формування

людської сутності в єдності спілкування і активності); *загально-соціологічному* (становлення особистості в межах різних соціально-економічних формацій); *загально-психологічному* (вплив спілкування на розвиток особистості на всіх етапах її життєвого шляху) та *соціально-психологічному* (дослідження механізмів спілкування через які група впливає на особистість). В розробку проблем спілкування внесли свій внесок всі відомі теоретичні напрями: біхевіоризм, когнітивізм, психоаналіз, рольова теорія, гуманістична психологія.

Поняття «спілкування» вживається у психологічній літературі в різних значеннях: як обмін думками, почуттями, переживаннями; як один з різновидів людської діяльності; як специфічна соціальна форма інформаційного зв'язку та ін. Загалом, **спілкування** будемо розуміти як складний багатоплановий процес встановлення та розвитку контактів між людьми, що породжується потребою спільної діяльності і містить у собі обмін інформацією, вироблення єдиної стратегії взаємодії, сприймання та розуміння іншої людини.

Багатовимірність спілкування обумовлює не лише множину значень та визначень, але множину класифікацій, звернення до яких дозволяє описувати дане явище з різних боків: за результативністю спільної взаємодії та досягнутим ефектом (необхідне, бажане, нейтральне, небажане); за безпосередністю контактів (міжособистісне, масове); за типом зв'язків між учасниками взаємодії (монологічне, діалогічне); за тривалістю взаємодії (довготривале та короткочасне) та ін. Матеріали посібників та підручників дозволяють детально ознайомитися з різними підходами до класифікації спілкування.

**2. Функції та структура спілкування.** Розкриття суті спілкування як одного з найважливіших феноменів людського буття потребує з'ясування особливостей його структури. Психологія тлумачить структуру спілкування через виокремлення *рівнів* (макрорівень, мезорівень, мікрорівень), через аналіз його *структурних компонентів* (комунікативний, інтеративний, перцептивний), через розкриття *етапів комунікативного процесу* (орієнтування, реалізація, контроль) або через перелічення його основних *функцій* (інформаційно-комунікативна, регуляційно-комунікативна, афективно-комунікативна).

Особливої уваги заслуговує компонентний аналіз спілкування у ситуаціях безпосередньої взаємодії. Далі зорієнтуємо читача в основних характеристиках комунікації, інтеракції та соціальної перцепції як структурних складових спілкування.

**Комунікативний бік спілкування** – це обмін інформацією між людьми, що включає її формування, отримання, відправлення, уточнення, перероблення, обговорення, розвиток. Головну увагу при аналізі питання слід приділити розкриттю психологічних особливостей *вербальної* та *невербальної комунікації*, які виділяються на основі засобів, що застосовуються людьми у спілкуванні. Засобами вербальної комунікації є усне та

писемне мовлення, а невербальної – жести, міміка, інтонації тощо. Невербальна комунікація, доповнюючи мову, розгортається як контекст вербальної, завдяки чому надає спілкуванню суттєвих відтінків, репрезентує емоційні стани партнерів. До невербальної комунікації належать оптико-кінетична, проксемічна, паралінгвістика, екстралінгвістична, ольфакторна та інші знакові системи. У процесі обміну інформацією всі знакові системи переплітаються, групуються, впливаючи на його результат.

**Інтерактивний бік спілкування** відображає систематичний обмін діями суб'єктів, в процесі якого зароджується спільна стратегія взаємодії. Розрізняють різні програми взаємодії між людьми: від *співробітництва* до *суперництва*. Міжособистісна взаємодія може набувати різноманітних поведінкових форм: деструктивна взаємодія (агресія, упередження, обман, заздрість, егоїзм), конфліктна взаємодія, взаємодія на основі дружби і любові, альтруїстична взаємодія та ін. Оскільки вплив однієї особи на іншу є невід'ємним компонентом будь-якої форми спілкування, психологія зосереджує увагу на вивченні основних стратегій впливу (імперативна, маніпулятивна та розвивальна) та його різновидах (переконання, зараження, навіювання, наслідування).

**Перцептивна сторона спілкування** - пізнання соціальних об'єктів у соціальному контексті, передусім сприймання і розуміння людьми одне одного. Процес соціальної перцепції є набагато активнішим, ніж сприймання людиною інших об'єктів світу і за своєю сутністю є процесом формування образу іншої людини в свідомості співрозмовника. Безпосередньо цей процес розпочинається із сприйняття зовнішності. Проникнення у внутрішній світ іншої людини потребує переходу від міжособистісного сприймання до розуміння та оцінки іншої людини. У процесі пізнання іншої людини одночасно відбувається емоційне оцінювання її, намагання зрозуміти вчинки, спрогнозувати її поведінку та змодельовати власну. Це досягається завдяки використанню механізмів *ідентифікації, емпатії, егоцентризму, рефлексії, стереотипізації, каузальної атрибуції, ефектів соціальної перцепції* та ін.

**3. Труднощі та дефекти спілкування.** Спілкування є складним процесом, пов'язаним із дією різноманітних перешкод, серед яких виокремлюють порушення, труднощі, та бар'єри.

**Порушення міжособистісного спілкування** – це двобічне ускладнення спілкування, психологічна сторона якого обумовлена такими особистісними властивостями співрозмовників, як егоїзм, підозрілість, авторитаризм, нещирість тощо.

**Труднощі у процесі спілкування** супроводжуються нервово-психічним напруженням і належать до тимчасових або тривалих явищ, які перешкоджають реалізації цілей комунікативного процесу, створюють перепони для ефективної міжособистісної взаємодії, послаблюють або переривають її (невпевненість, сором'язливість, невміння встановити психологічний контакт). Аутистичність, вітчужденість, самотність – це різні

форми труднощів, що виникають між людьми у між особистісному довірчому спілкуванні.

На шляху отримання інформації можуть виникати перешкоди – це **комунікативні бар'єри**. Вони виникають на макрорівні (умови спілкування) та на мікрорівні (психологічні особливості учасників та їх досвід). Причинами виникнення бар'єрів є змістові й формальні характеристики повідомлення (логічні, фонетичні, стилістичні, семантичні). На цій підставі виокремлюють і різновиди комунікативних бар'єрів.

**Дефекти спілкування** – це перешкоди, що створюються людиною, яка характеризується певним особистісним профілем; вони виражаються у згорненості контактів та змістовної сторони спілкування, у мимовільному викривленні справжніх мотивів спілкування співрозмовника, зниженні успішності спілкування та низькій задоволеності у спілкуванні партнера. Дефектним спілкування роблять акцентуації характеру та розвинені психологічні захисти.

З віком відбувається вербалізація та інтелектуалізація спілкування. З розвитком мовлення виникає можливість урізноманітити зміст інформації, а у процесі соціального навчіння – користування різними засобами спілкування. З часом чітко розрізняються та відносно незалежно розвиваються ділове та міжособистісне спілкування. Основна тенденція в розвитку спілкування полягає у поступовому накопиченні людиною культури спілкування на основі рефлексії, зворотнього зав'язку та саморегуляції.

Однак успішно спілкуватися (легко, спонтанно, невимушено, із задоволенням) здатен далеко не кожен. Найбільш важливими психологічними умовами успішного неформального спілкування є комунікабельність та контактність та комунікативна сумісність.

**Комунікабельність** – одна з найбільш загальних та первинних рис характеру у якій виявляється потреба людини в інших людях та контактах з ними, прагнення до цих контактів, їх інтенсивність, схильність до дружньої поведінки у ситуаціях спілкування та встановлення прихильних стосунків. Комунікабельність передбачає наявність розвинених комунікативних навичок.

**Контактність** – специфічне соціальне вміння, основою якого є властивості темпераменту та тип ВНД. Воно виявляється у здібності мобілізувати всі наявні засоби для досягнення контакту, у вмінні змінювати згідно до умов ситуації міру своєї відкритості та варіювати засоби впливу, у опануванні комунікативною ситуацією загалом.

**Комунікативна сумісність** – це окремий різновид сумісності, що виникає на основі взаєморозуміння та узгодженості загальної позиції; характеризується відсутністю несприятливих наслідків взаємодії у вигляді напруження, прикrostі, психологічного дискомфорту.

Велике значення для становлення та успішного розвитку людських взаємин, для створення сприятливого психологічного клімату на роботі та поза нею має стиль спілкування. **Стиль спілкування** – це індивідуальна

стабільна форма комунікативного поведінки, що виявляється у будь-яких умовах взаємодії. Сформований стійкий індивідуальний стиль спілкування свідчить про досягнутий рівень комунікативної майстерності та тісно пов'язаний із особистісними властивостями та мотивацією досягнення.

Розвиток успішності у спілкуванні забезпечує соціально-психологічний тренінг.

### **ЗАВДАННЯ ДЛЯ САМОСТІЙНОЇ РОБОТИ З ТЕОРЕТИЧНИМ МАТЕРІАЛОМ**

1. Випишіть у психологічний словник ключові поняття теми, систематизуйте їх. Створіть малюнок-схему у якому відобразить всі вивчені Вами поняття, а також зв'язки між ними.
2. Прочитайте лекційний матеріал, ознайомтесь з рекомендованою літературою та складіть логічні схеми до кожного питання плану заняття. Підготуйтеся до обговорення цих питань на занятті.
3. Побудуйте схему-класифікацію різновидів спілкування.
4. Поміркуйте над психологічними задачами та питаннями оперативного контролю
5. Підготуйте реферат на одну із запропонованих тем.
6. Перевірте свою готовність до заняття за допомогою питань для самоперевірки.

### **ТЕМИ РЕФЕРАТІВ**

1. Філогенетичні та онтогенетичні аспекти спілкування.
2. Різновиди спілкування у тварин.
3. Роль спілкування у розвитку психіки та формуванні особистості людини.
4. Потреба у спілкуванні та методи їх вивчення.
5. Мовлення та взаєморозуміння.
6. Проблема інтерпретації невербальної поведінки.
7. Психологія ділового спілкування.
8. Запобігання конфліктам та їх подолання.
9. Стратегії та тактики впливу та маніпулювання.
10. Психологія дружніх взаємин.
11. Психологічні особливості стабільних емоційних стосунків.
12. Перше враження та точність інтерпретації.
13. Роль національних та етнічних стереотипів у розумінні інших людей.
14. Сором'язливість як специфічна трудність між особистісного спілкування.

## ПСИХОЛОГІЧНІ ЗАДАЧІ<sup>2</sup>

### Задача 1.

Помічено, що у дитячих будинках, незважаючи на досить гарний догляд, діти перших років життя погано набирають вагу, пізно починають ходити багато хворіють та різко відстають у психічному розвитку.

**Як називається це явище? Вкажіть причини його виникнення. Чи можливе це явище в умовах сімейного виховання?**

### Задача 2.

М.Бекон із співробітниками вивчали особливості виховання дітей у 48 общинах. Їх цікавили традиції сімейного спілкування і як вони пов'язані з рівнем злочинності. З'ясувалося, що:

- 1) у общинах, де батьки були турботливими, чуйними щодо потреб дітей, ласкавими, не суворими, рівень злочинності виявився низьким;
- 2) в общинах, де панувала суворість та покарання, де хлопчиків виховували лише матері, а з батьками емоційні зв'язки були відсутні, дуже поширеними були злочини та крадіжки.

**Чи впливає стиль батьківського виховання на становлення особистості дитини у нашій культурі?**

### Задача 3.

Директор школи викликав до себе вчителя ...

- Я рішуче заявляю, що ви абсолютно невірно обґрунтовуєте необхідність зміни практики підготовки до національного мультипредметного тесту, яка склалася у школі.

- Але чому?

- Вас ніхто не просив виступати з подібними пропозиціями щодо залучення психолога.

- Ну той що? У мене давно визрівала ідея, вона видається мені повністю раціональною. ...

- Мало що вам уявляється. Мені особисто все це зовсім незрозуміле. Вам завжди приходять у голову безглузді думки. Та ще такі, які зовсім не відповідають вашій посаді.

- Чому ви так говорите?

- Тому, що так думаю. Не бажаю більш сперечатися ..

Чи можна це спілкування вважати діловим? Що є необхідним для ділового спілкування?

### Задача 4.

Прочитайте невеликий фрагмент з повісті А. де Сент-Екзюпері «Маленький принц». Проаналізуйте процес мовленнєвої комунікації. Виділіть чинники, що впливають на характер та результат мовленнєвого спілкування героїв цього фрагменту.

<sup>2</sup> Задачі складено за матеріалами В.Н.Куниціної, Н.В.Казаринової, В.М. Погольші

Дайте відповіді на наступні питання: **Яка роль немовленнєвого контексту? Як проявляється комунікативний намір у мовленнєвій поведінці Лиса? Яка ближня та віддалена мета героїв та як вони відображаються у їх поведінці?**

*«Лис замовк і довго дивився на Маленького принца. Потім сказав:*

*- Будь ласка ... приручи мене!*

*- Я радий би, - відповідав Маленький принц, - але у мене так мало часу. Мені потрібно ще знайти друзів та пізнати різні речі.*

*- Пізнати можна лише ті речі, які приручиш, - сказав Лис. – У людей вже не вистачає часу щось пізнавати. Вони купують речі готовими у магазинах. Але немає таких магазинів де торгували б друзями, і саме тому люди більше не мають друзів. Якщо ти хочеш, щоб у тебе був друг, приручи мене!*

*- А що для цього потрібно робити? – запитав Маленький принц.*

*- Потрібно застатися терпінням, - відповів Лис. – Спочатку сядь ось там, подалі, на траву – ось так. Я буду на тебе скося поглядати, а ти мовчи. Слова тільки заважають розуміти одне одного. Але з кожним днем сідай трішечки ближче ...*

*Назавтра принц знову прийшов на те ж місце.*

*- Краще приходь у один і той же час, попрохав Лис. – ось, наприклад, якщо ти будеш приходити у чотири години, я вже з трьох годин відчую себе щасливим, і чим ближче до назначеного часу, чим щасливішим. У чотири години я вже почну хвилюватися та тривожитися. Я пізнаю ціну щастя! А ти приходиш кожного разу в інший час, я не знаю, до якого часу готувати своє серце ..*

*< ... >*

*Таким чином Маленький принц приручив Лиса. І ось настав час прощання.*

*- Я буду плакати за тобою, - зітхнув Лис.*

*- Ти сам винен, сказав Маленький принц. – Я ж не хотів, щоб тобі було боляче, але ти сам побажав, щоб я тебе приручив ...*

*- Так, звичайно, - сказав Лис.*

*- Але ти будеш плакати!*

*- Так, звичайно.*

*- Це означає, що тобі від цього гірко.*

*- Ні, - заперечив Лис, - мені добре. Пригадай, що я говорив про золоте колосся».*

*(Див.:Сент-Екзюпері А.Маленький принц. – Барнаул, 1978)*

### **Задача 5.**

**Опишіть можливі цілі учасників наступних діалогів:**

1. А. Хочеш чаю?

Б. Ні, я вже пила годину тому.

2. А. Як ти себе почуваєш?

Б. Чому ти запитуєш, я погано виглядаю?

3. А. Добрий день! Послухай, що я тобі скажу ...  
Б. Вибач, я поспішаю ...
4. А. Добре було б прогулятися, відмінна погода ...  
Б. Це для когось, але не для мене ...

### **Задача 6.**

**Визначте за змістом діалогу, чи уміють його учасники слухати одне одного:**

1. А. Чи хочеш ти прослухати цей фрагмент?  
Б. Я вже це читала.
2. А. Я тебе так давно чекаю.  
Б. Можна було б не чекати, а зателефонувати ...
3. А. У тебе є собака? Я свою вже продала – не було часу на неї.  
Б. Ні, але ...

### **Задача 7.**

**Визначте вид «зворотнього зв'язку», якщо один із учасників процесу спілкування промовив у відповідь наступну репліку:**

- «Я тобі говорю як спеціаліст – це не реально»
- «Хто ти такий, щоб мені вказувати?!»
- «Чи не могли б ви убавити Ваш тон?»
- «Звичайно, Вам видніше, але я думаю, що це рішення не зовсім правильне».
- «Ви хотіли ще щось сказати?»  
«Іншими словами Ви вважаєте, що я не досить підготовлений?»

### **Задача 8.**

Люди будь-якого віку потребують довірчого спілкування. При його відсутності дехто, частіше жінки, починають вести щоденник. Створюють уявних друзів та діляться з ними своїми проблемами.

**Яку функцію виконує щоденник, як специфічна форма спілкування?**

### **Задача 9.**

Олексій Панов у 4 роки добре грав на фортепіано. Він володів мовою музики так вільно, як кожна дитина у 3-4 роки володіє мовою. В наслідок життєвих обставин музика з колиски стала для Олексія природною мовою спілкування.

**Яким чином Олексій досяг такого результату? Яку роль відіграють «еталони» та наявність зворотнього зв'язку для розвитку мовлення?**

### **Задача 10.**

Дмитро (1 р. 10 міс.), оволодівши автономним мовленням, не міг зрозуміло висловити своє бажання – щоб мама дала йому іграшку. Мама ж наполягала на тому, щоб Дмитро намагався вимовляти фразу і не замінити

її жестами. В іншому випадку мама намагалася включити хлопчика у гру з дітьми під час прогулянки у скверику.

**Чи вірно робила мама, коли створювала для дитини суперечливі ситуації? Поясніть свою думку.**

### **Задача 11.**

Часто підлітки та юнаки пишуть: «Зі мною ніхто не хоче дружити»; «Мені немає з ким поговорити, в школі всі від мене відвертаються»; «Мені немає з ким гуляти, сиджу вдома» та ін.

**Чому виникає самотність?**

### **Задача 12.**

Поясніть яку позицію у спілкуванні займає людина, яка під час спілкування почуває себе так (рефлексивне переживання): «Я весь час перед ним винен».

### **Задача 13.**

**Який із аргументів до особистості комунікатора, на Ваш погляд, більш переконливий і чому?**

- Так говорила моя тітка.
- Я дізнався про це від нашого начальника.
- Старий сказав.
- Це говорив німецький професор.
- Кожна розумна людина так говорить.
- Передавало радіо «Свобода».
- Було на п'ятому каналі

## **ПРАКТИЧНІ ЗАВДАННЯ ДЛЯ САМОСТІЙНОГО ВИКОНАННЯ**

1. Побудуйте семантичний диференціал, що містить 10 біполярних прикметників для будь-якого поняття, що має для вас інтерес (герой, подія). Наприклад, «мама», «життя», «війна», «армія», «мир» та ін. Запропонуйте декільком знайомим людям виразити своє ставлення до запропонованих понять, використовуючи семантичний диференціал. Визначіть наскільки отримані відповіді відображають розбіжності у детонації та конотації, між індивідуальними та загальноприйнятими значеннями.
2. Прослухайте та подивіться виступи двох-трьох ведучих прямого ефіру на радіо або телебаченні. Оцініть їх мовлення з точки зору використання інтонацій (на радіо), жестикуляції, міміки та інших форм невербальної експресії (на телебаченні). Зверніть увагу на те, як впливають на прийняття змісту спілкування такі деталі, як колір та стиль одягу, прикраси, косметика, зачіска.

3. Ознайомтесь із книгою американського психолога Ф.Зімбардо «Сором'язливість», що містить цікаві матеріали та цінні поради для самовдосконалення. В додатках цього видання приводиться декілька завдань, які дозволяють подолати сором'язливість у собі та допомогти іншим сором'язливим людям. Виконайте запропоновані завдання. Проаналізуйте самозміни.
4. Продовжіть роботу над створенням банку психологічного інструментарію. Підберіть з практикумів 1-3 психологічні методики для вивчення різних сторін спілкування, апробуйте їх та підготуйтеся до проведення їх у групі.
5. Проведіть самостійне психологічне дослідження на такі теми:
  - Порівняльний аналіз спілкування у людини та тварин
  - Онтогенез людського спілкування
  - Зміст, цілі, засоби спілкування у людей з різним рівнем інтелектуального та особистісного розвитку

### **ПИТАННЯ ДЛЯ САМОПЕРЕВІРКИ**

1. Яка психологічна сутність поняття «спілкування»?
2. Яка роль спілкування у психічному розвитку людини?
3. Які основні напрями дослідження спілкування?
4. Охарактеризуйте спілкування за основними критеріями класифікації.
5. Охарактеризуйте основні функції спілкування.
6. Розкрийте структуру спілкування.
7. Які засоби кодування невербальної інформації Вам відомі?
8. Які труднощі та дефекти спілкування вам відомі?
9. Визначте основні шляхи вдосконалення спілкування людини у процесі її інтелектуального та особистісного зростання?

### **МАТЕРІАЛИ ДЛЯ РОБОТИ НА ЗАНЯТТІ**

#### **ТЕСТОВИЙ КОНТРОЛЬ**

1. Чи достатнім для характеристики спілкування є твердження «Спілкування – це обмін інформацією між людьми?»:
  - а) так;
  - б) ні.
2. З точки зору загально-психологічного підходу спілкування вивчається:
  - а) як чинник формування та розвитку особистості на всіх етапах життєвого шляху;
  - б) як механізм впливу групи на особистість;
  - в) як чинник формування особистості в контексті певних соціально-економічних умов.

3. За безпосередністю контактів розрізняють:

- а) вербальне та невербальне спілкування;
- б) міжособистісне та масове спілкування;
- в) монологічне та діалогічне спілкування;
- г) модальне та дистальне.

4. Сторона спілкування, пов'язана із виробленням суб'єктами спілкування спільної стратегії взаємодії називається:

- а) комунікативна;
- б) інтерактивна;
- в) перцептивна.

5. Регулярне використання «зворотнього зв'язку» для досягнення більшої точності розуміння повідомлення партнера передбачає:

- а) нереклексивне слухання;
- б) рефлексивне слухання;
- в) критичне слухання;
- г) емпатійне слухання.

6. Які мовленнєві кліше використовують людьми, які слухають емпатійно?

- а) «Ви не праві...»
- б) «Мені здається, що для тебе важливо ...»
- в) «Не варто про це турбуватися ...»
- г) «Ти припустив великої помилки ..»
- д) «Ти мабуть зараз відчуваєш ...»

7. В якому рядку правильно перераховано основні знакові системи невербальної комунікації:

- а) акустична, оптична, тактильно-кінетична, ольфакторна;
- б) оптико-кінетична, паралінгвістична, екстралінгвістична, візуальне спілкування, проксемика;
- в) жести, міміка, пантоміміка, писемне мовлення.

8. Вставте у речення пропущені слова:

*Співробітництво* – різновид взаємодії, що передбачає дії, які сприяють організації ... , забезпечують її успішність, узгодженість, ефективність.

*Психологічний вплив* – це застосування у між особистісній взаємодії винятково ... засобів з метою впливу на стан, думки, почуття, дії іншої людини.

9. Завершіть почате речення:

Метод свідомого та організованого впливу на психіку індивіда через звернення до його критичного судження – це ...

Віднесення соціальних об'єктів або форм взаємодії до відомих чи таких. Що здаються відомими, явищ, приписування їм знайомих рис з метою прискорення чи полегшення міжособистісного спілкування – це ... .

10. виправте помилки та неточності у цих визначеннях:

*Емпатія* – це досягнення уявлень іншої людини.

*Ідентифікація* – це процес сприйняття внутрішнього світу іншим індивідом або групою, основою якого є емоційний зв'язок.

*Рефлексія* – це усвідомлення індивідом того, як сприймають і оцінюють інші індивіди та спільності його зовнішність.

*Фундаментальна помилка атрибуції* – тенденція недооцінювання значення особистісних рис і установок людині та переоцінювання ролі ситуації у поясненні поведінки індивіда.

11. Механізм приписування партнеру по взаємодії можливих почуттів, причин і мотивів поведінки.

- а) емпатія;
- б) рефлексія;
- в) стереотипізація;
- г) ідентифікація;
- д) каузальна атрибуція;
- е) егоцентризм.

12. Визначте, які з перерахованих чинників відносяться до мікробар'єрів спілкування:

- а) неоднакове знання предмету розмови;
- б) великий обсяг інформації;
- в) різне володіння понятійним апаратом у певній галузі знань;
- г) психологічні особливості співрозмовників;
- д) велика кількість носіїв інформації;
- е) різне розуміння ситуації спілкування.

## **ФОРМИ ПРОВЕДЕННЯ ПРАКТИЧНОГО ЗАНЯТТЯ**

### **Термінологічний диктант**

**Мета:** активізувати студентів, налаштувати на інтенсивну інтелектуальну роботу, а також допомогти засвоїти зміст основних понять теми.

**Необхідні матеріали:** індивідуальні картки з термінами (з переліку ключових понять теми).

#### **Хід роботи**

Кожен студент отримує картку з написаними десятьма термінами. Студент має вибрати лише ті поняття, що складають категоріальний апарат психології спілкування і дати їх визначення. Час на виконання завдання жорстко обмежується.

### **Семінар**

#### **«Зміст та структура спілкування»**

**Мета:** з'ясувати теоретичні підходи до вивчення спілкування у психології та розглянути різні аспекти спілкування у їх взаємозв'язках.

#### **Питання для обговорення:**

1. Поняття, різновиди та функції спілкування.
2. Теорія міжособистісного спілкування.
3. Комунікація, як аспект міжособистісного спілкування.
4. Соціальна перцепція: взаємосприймання та взаєморозуміння.
5. Психологія впливу: механізми, стратегії та тактики.
6. Ускладнене та ефективне спілкування.

На занятті обговорюються питання у відповідності до плану. Студенти діляться своїми знаннями та поглядами стосовно прочитаного. Ставлять одне одному додаткові запитання. Обговорюють проблеми, які викликали ускладнення у розумінні.

### **Групова дискусія**

#### **«Негативні та позитивні функції стереотипізації у спілкуванні»**

**Мета:** поглибити знання студентів про механізми соціальної перцепції.

#### **Хід дискусії**

1. Студенти розділяються на дві підгрупи, кожна отримує питання для розмірковування:

- Відомо, що людина належить до найбільш багатих людей України. Якими якостями особистості він володіє, на ваш погляд? З якими механізмами психології спілкування ви мали справу при відповіді на дане питання?

- Чи зможете Ви за манерою людини говорити визначити професію викладача або лікаря? Чому?

2. Після відповіді на питання одна з підгруп обґрунтовує цінність стереотипізації в спілкуванні, а інша її негативну роль.

Результати дискусії оформляються у вигляді схеми.

### **Соціально-психологічний тренінг**

#### **«Які чинники допомагають і які заважають розуміти співрозмовника»**

**Мета:** розвиток навичок професійного слухання.

#### **Хід роботи**

1. Спочатку у групі проводиться експеримент. Студентам пропонується взяти участь у дискусії на тему «Що таке ефективний комунікатор?». Бажано використати відеозйомку. Після завершення дискусії викладач ставить запитання, чи були відмінні позиції і дійшли досліджувані згоди.

2. Далі кожен студент заповнює таблицю, де відмічає особистісні (власні та партнера) та ситуативні чинники, що впливають на процес протікання бесіди (контекст спілкування).

Чинники, що сприяють слуханню та розумінню співрозмовника	Чинники, які перешкоджають слуханню та розумінню співрозмовника

3. Студенти ознайомлюються з основними прийомами активного слухання.

4. Для закріплення знань про стратегії слухання студенти виконують вправу «Подія». Студенти розділяються на п'ятірки в яких розподіляються ролі: розповідач; підтримуючий слухач; той, хто перефразовує розповідь; той, хто ставить відкриті запитання; інтерпретатор.

Обговорюється питання: які техніки, з точки зору розповідача, були найбільш ефективними для розуміння суті його повідомлення.

## ЛАБОРАТОРНИЙ ПРАКТИКУМ

### Практичне завдання 1

#### Вивчення рівня потреби у спілкуванні

**Вступний коментар.** У психології напрацьована низка методів, які дозволяють вивчити закономірності, мотивацію спілкування та взаємодії, а також оцінити розвиток якостей, що зумовлюють успішність особистості у спілкуванні. Методи вивчення міжособистісного спілкування можна поділити на 4 групи: методи вивчення особливостей спілкування та особистісно-комунікативних властивостей (тест комунікабельності, тест соціального інтелекту, тест схильності до самотності та ін.); методи вивчення міжособистісних взаємин (опитувальник прихильності до близької людини, опитувальник настанов та типу поведінки в інтимних стосунках тощо); методи вивчення соціальної мотивації (метод вимірювання афіліації, тест мотивації соціального успіху та ін.); методи дослідження вивчення самоствалення та психологічних захистів у спілкуванні (методика особистісного контролю, самооцінка соціального інтелекту та ін.).

На лабораторному занятті розглядатимуться переважно методи, які увійшли у практику роботи вітчизняних психологів в останні десятиріччя. Методика «Потреба у спілкуванні» створена Ю.Орловим для оцінки рівня розвитку потреби у спілкуванні. Загалом людині властиво прагнути до спілкування з іншими людьми, намагатися будувати довірливі стосунки. Проте, дане прагнення до спілкування (мотив афіліації) має різну міру вираженості у різних людей. Привертає увагу той факт, що мотив афіліації є складним утворенням, що включає дві різні тенденції – прагнення до зближення, надію на приязність, співробітництво, а також боязнь, страх знехтування.

**Мета:** ознайомитися з методами дослідження соціальної мотивації у сфері спілкування та оволодіти навичками оцінки рівня розвитку потреби у спілкуванні.

#### *Хід роботи*

1. Виконати методику в режимі самодіагностики.
2. Проаналізувати отримані результати.
3. Обрахувати центральні тенденції у студентській групі.

#### **МЕТОДИКА «Потреба у спілкуванні» (Ю.Орлов)**

*Інструкція.* Якщо Ви згодні із твердженням, то напишіть біля номера «так», якщо не згодні – «ні».

#### *Текст опитувальника*

1. Я отримую задоволення від участі у різних святкуваннях.
2. Я можу приглушити свої бажання, якщо вони суперечать бажанням моїх друзів.
3. Мені приємно висловлювати прихильність.
4. Я більше зосереджений на тому, щоб здобути вплив, ніж встановити дружбу.
5. Відчуваю, що у стосунках з друзями маю більше прав, ніж обов'язків.

6. Коли дізнаюся про успіхи свого друга, у мене чомусь погіршується настрій.
7. Щоб бути задоволеним собою, я повинен комусь у чомусь допомогти.
8. Мої турботи зникають, коли я опиняюся серед товаришів по роботі.
9. Мої товариші мені набридли.
10. Коли я виконую роботу, до якої не лежить душа, присутність людей мене дратує.
11. Притиснутий до стіни, я кажу лише ту частину правди, яка, на мою думку, не шкодить моїм друзям, знайомим.
12. У складній ситуації більше думаю не про себе, а про близьку людину.
13. Неприємності друзів викликають у мене такий стан, що я можу захворіти.
14. Мені приємно допомагати друзям, навіть якщо з цим пов'язані значні клопоти.
15. Із поваги до товариша можу погодитися з його думкою, якщо навіть він не має рації.
16. Мені більше подобаються пригодницькі оповідання, аніж оповідання про кохання.
17. Сцени насилля у кінофільмах мені огидні.
18. У стані самотності відчуваю тривогу і напруження сильніше, ніж серед людей.
19. Вважаю, що основною радістю у житті є спілкування.
20. Мені шкода покинутих собак та кішок.
21. Краще мати менше друзів, але близьких.
22. Я люблю бувати серед друзів.
23. Я сильно і довго переживаю сварки із близькими.
24. У мене більше близьких людей, ніж у багатьох інших.
25. У мені більше потягу до досягнень, ніж до дружби.
26. Я більше довіряю власній інтуїції в поглядах на людей, ніж судженням про них.
27. Я надаю більшого значення матеріальному достатку та престижу, аніж радості спілкування із приємними мені людьми.
28. Я співчуваю людям, у яких немає близьких друзів.
29. Стосовно мене люди часто невдячні.
30. Я люблю оповідання про безкорисливу дружбу та любов.
31. Заради друга я можу пожертвувати всім.
32. У дитинстві я належав до однієї «тісної» компанії.
33. Якби я був журналістом, писав би про дружбу.

### **Обробка результатів**

Відповідь по кожному пункту оцінюється в один бал. Бали проставляють тільки при відповіді «так» на такі пункти: 1, 2, 7, 8, 11–14, 17–24, 26, 28, 30–33; при відповіді «ні» на пункти: 3–6, 9, 10, 15, 16, 25, 27, 29.

Визначається загальна сума балів при відповідях «так» і «ні». Чим більша сума, тим більша потреба у спілкуванні.

## Практичне завдання 2

### Оцінка комунікабельності майбутнього вчителя

**Вступний коментар.** Комунікабельність належить до найбільш загальних рис характеру. На думку Б.Г.Ананьєва і В.С.Мерліна, комунікабельність пов'язана з типом вищої нервової діяльності, темпераментом. Це – одна з комунікативних рис особистості, до яких слід віднести й інші риси: контактність, слідування соціальним нормам у взаємодії, експресивність, ініціативність та ін.

У комунікабельності виражається потреба людини в інших людях і контактах із ними, прагнення до цих контактів, їх інтенсивність та легкість, а також схильність людини до дружньої поведінки у ситуаціях спілкування, прагнення взяти на себе ініціативу в контакті, у випадку необхідності – роль лідера у групі. Комунікабельність пов'язана з емоційним та загальним самопочуттям людини перед початком спілкування, у момент самого контакту та після нього. Ця рис передбачає наявність комунікативних навичок, які забезпечують легкість спілкування та полегшують партнеру контакт: уміння слухати, висловлюватися доречно, підтримувати бесіду та змінювати тему, знайомитися, знаходити правильну форму звернення до іншої людини, як правило, поєднується з багатством міміки, інтонацій тощо. Протилежною рисою є замкнутість, крайнім виявом якої є аутистичність.

*Мета:* оволодіння навичками визначення комунікабельності. Оцінка власних комунікативних характеристик.

### ТЕСТ на виявлення комунікабельності

(В.Кан-Калик, М.Нікандров)

#### *Хід роботи*

*Інструкція досліджуваному.* Вашій увазі пропонується низка простих запитань. Відповідайте швидко та однозначно «так», «ні», «інколи».

*Дайте відповідь «так», «ні» чи «інколи» на наступні запитання:*

1. У Вас намічена звичайна або ділова зустріч. Чи вибиває Вас із колії очікування?
2. Чи не відкладаєте Ви візит до лікаря доти, доки терпіти далі стає неможливо?
3. Чи виникає у Вас збентеження або невдоволення, коли Вам доручають виступити з доповіддю, повідомленням, інформацією на якій-небудь нараді, зборах тощо?
4. Вам пропонують поїхати у відрядження до міста, у якому Ви ніколи не були. Чи докладете Ви максимум зусиль, щоб уникнути відрядження?
5. Чи любите Ви ділитися своїми турботами з ким-небудь?
6. Чи дратує Вас, якщо невідома людина на вулиці звернеться до Вас із проханням показати дорогу, назвати час, відповісти на ще яке-небудь запитання?
7. Чи вірите Ви в те, що існує проблема «батьків і дітей» і що людям різних поколінь важко порозумітися?

8. Чи посоромитеся Ви нагадати знайомому про те, що він забув повернути вам гроші, які позичив кілька місяців тому?

9. У ресторані або їдальні Вам дали явно недоброякісну страву. Чи промовчите Ви?

10. Опинившись сам-на-сам із незнайомим, ви не почнете розмову; для Вас буде обтяжливим, якщо це зробить він. Чи правда це?

11. Чи боїтеся Ви брати участь у будь-якій комісії, що розглядає конфліктні ситуації?

12. У Вас є власні, суто індивідуальні критерії оцінки творів мистецтва, літератури, культури, і ніяких «чужих» думок щодо цього Ви не приймаєте. Чи так?

13. Почувши де-небудь «у кулуарах» явно помилкову думку з добре відомого вам питання, Ви швидше промовчите і не розпочнете дискусію?

14. Чи викликає у вас прикре відчуття прохання допомогти розібратися в тому чи іншому службовому чи побутовому питанні?

15. Ви охочіше висловлюєте свою точку зору (думку, оцінку) в письмовому вигляді, аніж в усній формі?

### **Обробка результатів**

За кожне «так» нарахуйте собі 2 бали, «інколи» – 1 бал, «ні» – 0 балів. Підрахуйте загальну кількість набраних вами балів.

#### *Інтерпретація результатів*

**28–30 балів.** Ви явно некоммунікбельні, і це – ваша біда, бо страждаєте від цього більше всього Ви самі. Але й Вашим близьким нелегко. На Вас важко покладатися у справі, яка вимагає від виконавців колективних зусиль.

**24–28 балів.** Ви замкнуті, мовчазні, віддаєте перевагу самотності, і тому у вас, мабуть, мало друзів. Нова робота і необхідність нових контактів якщо і не викликає у Вас паніку, то надовго виводить із рівноваги. Ви знаєте цю особливість свого характеру і буваєте незадоволені собою. Але не обмежуйтеся тільки таким невдоволенням. Вам під силу змінити ці особливості характеру. Хіба не буває так, що при якомусь сильному захопленні Ви раптом стаєте цілком коммунікбельним?

**19–23 бали.** Ви певною мірою коммунікбельні і в незнайомих умовах почуваетесь цілком впевнено. Нові проблеми Вас не лякають. І все ж із новими людьми Ви зближуєтесь не відразу, в суперечках та дискусіях берете участь неохоче. У Ваших висловлюваннях нерідко надто багато сарказму без жодних на те підстав.

**14–16 балів.** У Вас нормальна коммунікбельність, Ви допитливі, охоче слухаєте цікавого співрозмовника, достатньо терплячі у спілкуванні з іншими. Відстоюєте свою точку зору без запальності. На зустріч із новими людьми йдете без неприємних переживань. У той же час Ви не любите галасливих компаній, екстравагантність і багатослів'я вас дратують.

**9–13 балів.** Ви дуже коммунікбельні (інколи навіть занадто). Допитливі, балакучі, любите висловлюватися з різних питань, що часом дратує тих,

хто Вас оточує. Охоче знайомитесь з новими людьми, любите бути в центрі уваги, нікому не відмовляєте, якщо вас просять, хоча і не завжди можете виконати прохання. Часом спалахуєте, але швидко відходите. Чого Вам не вистачає – так це посидючості, терпіння і відваги при зіткненні із серйозними проблемами. При бажанні, однак, Ви можете себе змусити не відступати.

**4–8 балів.** Ваша товариськість переливається через край, Ви завжди у курсі всіх справ. Любите брати участь у всіх дискусіях, хоча серйозні теми можуть викликати у вас мігрень або навіть хандру. Охоче берете слово з будь-якого питання, навіть якщо маєте про це поверхове уявлення. Всюди почуваете себе «у своїй тарілці». Беретеся за будь-яку справу, хоча далеко не завжди можете успішно довести її до кінця. З цієї причини керівники і колеги ставляться до Вас з певною недовірою.

**Менше 3 балів.** Ваша комунікабельність має хворобливий характер. Ви балакучі, багатослівні, втручаєтесь у справи, які Вас зовсім не стосуються. Висловлюєте судження про проблеми, у яких зовсім не компетентні. Вільно чи не вільно Ви часто буваєте причиною різного роду конфліктів у вашому оточенні. Запальні, нерідко буваєте необ'єктивними. Серйозна робота не для Вас. Людям – і на роботі, і дома, і взагалі всюди – важко з Вами. Вам потрібно попрацювати над собою і своїм характером. Перш за все, виховуйте в собі терплячість і стриманість, із повагою ставтеся до людей і, нарешті, подумайте про своє здоров'я – такий «активний» стиль життя не проходить без сліду.

### **Практичне завдання 3**

#### **Діагностика та розвиток навичок слухання співрозмовника**

**Вступний коментар.** Слухати – означає прагнути зрозуміти та запам'ятати почуте, це передбачає наявність складного комплексу вмінь, якими людина оволодіває упродовж усього життя. Для підвищення ефективності слухання необхідно вдосконалювати навички концентрації уваги, емоційного самоконтролю, роботи з інформацією. Здатність слухати створює саму можливість зворотнього зв'язку (оціночного та безоціночного), ми спроможні підтримувати або корегувати враження інших про нас та наші настанови. Виокремлюють нерелексивний, релексивний (активний) та емпатійний стилі слухання, в основі яких лежить використання певних мовленнєвих прийомів. Ефективне використання різних стилів слухання сприяє збереженню та розвитку міжособистісних взаємин.

**Мета:** оволодіння прийомами діагностики та розвитку здатності слухати співрозмовника.

#### ***Хід роботи***

1. Здійсніть самооцінку рівня розвитку вміння слухати за допомогою спеціальної методики.

2. Ознайомтеся з прийомами розвитку навичок слухання, виконайте запропоновані завдання.

### ТЕСТ для визначення вміння слухати

*Інструкція досліджуваному.* «Дана методика дозволить Вам краще усвідомити свою здатність допомагати партнеру, відкрито і детально говорити про свої проблеми і стани. Для цього дайте відповіді на запропоновані нижче 10 питань»:

- «майже завжди» – 2 бали;
- «у більшості випадків» – 4 бали;
- «іноді» – 6 балів;
- «рідко» – 8 балів;
- «майже ніколи» – 10 балів.

#### *Перелік запитань*

1. Чи намагаєтеся Ви «повернути» бесіду у тих випадках, якщо тема (чи співрозмовник) Вам нецікаві?
2. Чи дратують Вас манери вашого співрозмовника?
3. Чи може невдале висловлювання іншої людини спровокувати Вас на різкість чи грубість?
4. Чи уникаєте Ви вступати до розмови з незнайомою чи малознайомою Вам людиною?
5. Чи маєте звичку перебивати людину, яка говорить?
6. Чи робите вигляд, що уважно слухаєте, а самі під час цього думаєте про інше?
7. Чи змінюєте тон, голос, вираз обличчя залежно від того, хто ваш співрозмовник?
8. Чи змінюєте тему розмови, якщо вона торкнулася неприємної для Вас теми?
9. Чи виправляєте людину, якщо вона неправильно вимовляє слова, назви, вживає вульгаризми?
10. Чи користуєтеся Ви поблажливо-менторським тоном із відтінком зневаги та іронії щодо тієї людини, з якою Ви говорите?

#### **Обробка результатів:**

Чим більше балів, тим більше розвинуте Ваше вміння слухати. Якщо ви набрали понад

62 бали, то Ви – слухач «вище середнього рівня». Як правило, середній бал – 55.

#### **Тренування навичок рефлексивного (активного) слухання\***

Активне слухання – це підтвердження людиною того, що вона чує, шляхом підтвердження, уточнення, перевірки смислу та мети отриманого від іншого повідомлення.

Основні прийоми активного слухання:

- безмовне слухання – нахилена до співрозмовника, очікуюча поза, підтримуючий вираз обличчя, кивання головою як знак бажання слухати далі;

- уточнення – звернення із проханням доповнити, пояснити щось із того, що він говорив, щоб більш точно зрозуміти його;

- перефразування – викладення своїми словами того, що сказав співрозмовник, на початку бесіди більш повно, в подальшому зберігаючи те, що видалось слухачу головним;

- подальший розвиток думок співрозмовника, інтерпретація – приговорювання підтексту висловлювання співрозмовника, виведення наслідку, висловлювання гіпотези про причини.

Техніку активного слухання кожен може тренувати у повсякденному житті. Наприклад, коли Вам здається, що Ви правильно зрозуміли співрозмовника, перевірте це, використавши техніку перефразування. Або прослідкуйте за тим, яким запитанням – закритим (на які співрозмовник може дати однозначну відповідь) чи відкритим (такі, що вимагають розгорнутої відповіді) – при уточненні розповіді ви надаєте перевагу? Спробуйте проаналізувати позитивні та негативні ефекти їх використання у різних комунікативних ситуаціях. Свої здатності до інтерпретації тренуйте, намагаючись висловити припущення щодо почутого висловлювання (наприклад, пліток) про те, хто його автор, що хотіли сказати, чому вона була висловлена і по можливості перевіряйте свої гіпотези.

2. До запропонованого нижче висловлювання напишіть відповіді, використовуючи спочатку уточнення, потім переказ, а далі – подальший розвиток думок співрозмовника.

Учень скаржить класному керівнику: «Який жахливий день! Учителька математики обізвала мене брехуном за те, що я забув принести домашнє завдання. Вона так кричала на мене! Я взагалі не буду готувати її уроки!»

### **Практичне завдання 4**

#### **Оцінка та розвиток здатності до емпатії**

**Вступний коментар.** *Емпатія* є емоційною формою розуміння – досягнення емоційного стану, відчуження іншої людини. Особливими формами емпатії є співпереживання – переживання суб'єктом самих емоційних станів, що відчуває інша людина, через ототожнення з нею і співчуття – переживання власних емоційних станів із приводу почуттів іншого. Від інших видів розуміння емпатію відрізняє слабкість рефлексії, замкненість у межах безпосереднього емоційного досвіду.

**Мета:** оволодіння навичками визначення рівня розвитку здібності до емпатії, діагностики і розвитку власних емпатійних здібностей й методикою оцінки емпатійності та прийомами розвитку.

#### ***Хід роботи***

1. Виконайте методіку в режимі самодіагностики. Проаналізуйте свої емпатійні здібності. Сформулюйте висновки.

2. Самостійно виконайте завдання, спрямовані на розвиток емпатійності.

### МЕТОДИКА оцінки здатності до емпатії

*Інструкція досліджуваному.* «На запитання дайте відповідь (+) або ( )»:

1. Я маю звичку уважно вивчати обличчя і поведінку людей, щоб зрозуміти їхній характер, схильності, здібності.

2. Якщо оточуючі виявляють ознаки нервозності, я, зазвичай, залишаюсь спокійним.

3. Я більше довіряю доказам свого розуму, ніж інтуїції.

4. Я вважаю цілком доречним для себе цікавитися домашніми проблемами своїх співробітників.

5. Я можу легко ввійти в довіру до людини, коли в цьому виникає потреба.

6. Зазвичай, я з першої ж зустрічі вгадую «споріднену душу» в новій людині.

7. Я з цікавості, як правило, розпочинаю розмову про життя, роботу, політику з випадковими супутниками у потязі, літаку.

8. Я втрачаю душевну рівновагу, якщо оточуючі чимось пригнічені.

9. Моя інтуїція – надійніший засіб розуміння оточуючих, ніж знання чи досвід.

10. Виявляти цікавість до внутрішнього світу іншої особистості – нетактовно.

11. Своїми словами я часто ображаю близьких мені людей, не помічаючи цього.

12. Я легко можу уявити себе якоюсь твариною, відчути її звички і стани.

13. Я майже не розмірковую над причинами вчинків людей, які мають до мене безпосереднє відношення.

14. Я рідко беру до серця проблеми своїх друзів.

15. Як правило, за кілька днів я відчуваю: щось повинне трапитися з близькою мені людиною, і очікування збуваються.

16. Спілкуючись із діловими партнерами, я, зазвичай, намагаюсь уникати розмов про особисте.

17. Іноді рідні дорікають мені за черствість, неувагу до них.

18. Мені легко вдається скопіювати інтонацію, міміку людей, наслідуючи їх.

19. Мій зацікавлений погляд часто бентежить нових партнерів.

20. Чужий сміх, зазвичай, передається і мені.

21. Часто, діючи навмання, я все-таки знаходжу правильний підхід до людини.

22. Плакати від щастя – дурниця.

23. Я здатен цілком злитися з близькою для мене людиною, ніби розчинитися в ній.

24. Мені рідко зустрічалися люди, яких би я розумів без зайвих слів.

25. Я мимоволі або з цікавості часто підслуховую розмови сторонніх людей.

26. Я можу залишатися спокійним, навіть якщо всі навколо мене хвилюються.

27. Мені набагато легше підсвідомо відчутти сутність людини, ніж зрозуміти її, «розклавши на полички».

28. Я спокійно ставлюся до дрібних неприємностей, які трапляються у когось із членів сім'ї.

29. Мені було б складно щиро і довірливо вести бесіду з настороженою, замкненою людиною.

30. У мене творча натура – поетична, художня, артистична.

31. Я без особливої цікавості вислуховую сповіді нових знайомих.

32. Я засмучуюсь, якщо бачу людину у сльозах.

33. Моє мислення більше відрізняється конкретністю, суворістю, послідовністю, ніж інтуїцією.

34. Коли друзі починають говорити про свої неприємності, я волію перевести розмову на іншу тему.

35. Якщо я бачу, що у когось із рідних погано на душі, то, як правило, втримуюся від розпитувань.

36. Мені складно зрозуміти, чому дрібниці можуть так сильно засмучувати людей.

### **Обробка результатів**

Підраховується кількість правильних відповідей (відповідно до «ключа») за кожною шкалою, а потім визначається одна сумарна оцінка.

1. *Раціональний канал емпатії*: +1, +7, -13, +19, +25, -31.

2. *Емоційний канал емпатії*: -2, +8, -14, +20, -26, +32.

3. *Інтуїтивний канал емпатії*: -3, +9, +15, +21, +27, -33.

4. *Установки, які сприяють емпатії*: +4, -10, -16, -22, -28, -34.

5. *Здатність до емпатії*: +5, -11, -17, -23, -29, -35.

6. *Ідентифікація в емпатії*: +6, +12, +18, -24, +30, -36.

### **Інтерпретація результатів**

Аналізуються показники окремих шкал і загальна сумарна оцінка рівня емпатії. Оцінки на кожній шкалі можуть варіюватися від 0 до 6 балів і вказувати на значущість конкретного параметру у структурі емпатії.

**Раціональний канал емпатії.** Характеризує спрямованість уваги, сприйняття і мислення емпатуючого на суть будь-якої іншої людини – її стан, проблеми, поведінку. Це спонтанний інтерес до іншої людини, який відкриває «шлюзи» емоційного та інтуїтивного її відображення. У раціональному компоненті емпатії не слід шукати логіку чи мотивацію інтересу до іншого. Людина привертає увагу своєю буттєвістю, що дає змогу емпатуючому неупереджено виявляти її суть.

**Емоційний канал емпатії.** Фіксується здатність емпатуючого входити до емоційного резонансу з оточуючими – співпереживати, співчувати. Емоційна чутливість у цьому разі стає засобом «входження» до енергетичного поля партнера. Зрозуміти його внутрішній світ, прогнозувати його поведінку й ефективно впливати можливо тільки за умови енергетичного

підлаштовування. Співучасть і співпереживання виконують роль ланцюга, провідника від емпатуючого до емпатованого і навпаки.

**Інтуїтивний канал емпатії.** Бальна оцінка свідчить про здатність респондента бачити поведінку партнерів, діяти в умовах дефіциту вихідної інформації про них, спираючись на досвід підсвідомості. На рівні інтуїції замикаються й узагальнюються різноманітні дані про партнерів. Інтуїція менше залежить від оцінювальних стереотипів, ніж усвідомлене сприйняття партнерів.

**Установки, які сприяють чи перешкоджають емпатії,** відповідно полегшують чи, навпаки, ускладнюють дію всіх емпатичних каналів. Ефективність емпатії знижується, якщо людина намагається уникнути особистих контактів, вважає недоречним виявити цікавість до іншої особистості, переконати себе спокійно ставитися до переживань і проблем оточуючих. Такі умонастрої різко обмежують діапазон емоційної чутливості й емпатичного сприйняття. Навпаки, різноманітні канали емпатії діють активніше і надійніше, якщо з боку установок особистості немає перешкод.

**Проникаюча здатність в емпатії** розцінюється як важлива комунікативна ознака людини, яка дає змогу створювати атмосферу відкритості, сердечності, щирості. Кожний із нас своєю поведінкою і ставленням до партнерів сприяє чи перешкоджає інформаційно-енергетичному обміну. Розслаблення партнера сприяє емпатії, а атмосфера напруженості, штучності, підозри перешкоджає вираженню й емпатичному розумінню.

**Ідентифікація** – ще одна необхідна умова успішної емпатії. Це вміння зрозуміти іншого на основі співпереживань, постановки себе на місце партнера. В основі ідентифікації – легкість, рухливість і гнучкість емоцій, здатність до наслідувань.

Шкальні оцінки виконують допоміжну роль в інтерпретації основного показника рівня емпатії. Сумарний показник теоретично може змінюватися у межах від 0 до 36 балів.

Шкала оцінок така: 30 балів і вище – надзвичайно високий рівень емпатії; 29–22 – середній; 21–15 – занижений; менше 14 балів – дуже низький.

**Емпатія** становить емоційну форму розуміння – осягнення емоційного стану, відчування іншої людини. Особливими формами емпатії є співпереживання – переживання суб'єктом тих самих емоційних станів, які відчуває інша людина, через ототожнення з нею і співчуття – переживання власних емоційних станів із приводу почуттів іншого. Від інших видів розуміння емпатію відрізняє слабкість рефлексії, замкненість у межах безпосереднього емоційного досвіду.

### **Розвиток емпатійного розуміння співрозмовника \***

Для успішного спілкування ключове значення має здатність зрозуміти інших людей, увійти у їх становище, уявити їх почуття, позиції, наміри, передбачити їх поведінку. Розвиток цієї здатності – один із головних напрямів професійного вдосконалення педагога. Що ж потрібно знати, щоб навчитися емпатичному розумінню? *Вам можуть допомогти наступні вказівки:*

1. Насамперед, виробіть у себе звичку спостерігати за іншими людьми. Зосередьтеся на вербальних і невербальних повідомленнях і формах емоційної експресії іншої людини.

2. Спробуйте на різних етапах навчання емпатії використовувати слова та вирази, за призначенням і емоційним зарядом подібні тим, що використані під час комунікації (парафрази).

3. Формулюйте відповіді мовою, що найбільш співзвучна Вашому співрозмовнику.

4. Використовуйте емоційний тон, обраний Вашим співрозмовником.

5. Глибше осягайте емоційний стан іншого, намагайтесь уточнювати та розширювати сенс його висловлювання. Це допомагає співрозмовнику висловити почуття, які Він не зміг висловити до цього.

6. Прагніть усвідомити та зрозуміти почуття і думки, які не були прямо виражені співрозмовником, але, мабуть, малися на увазі.

*Виконайте наступні завдання.*

- Зверніть увагу на людей, які поодаль розмовляють, поспостерігайте за їх невербальною мовою (міміка, жести, пози, дистанція між ними), динамікою емоцій, оцініть їх емоційний стан, спробуйте здогадатися, як ці люди будуть одягнуті наступного разу, яка тема розмови та її наслідки.

- Поспостерігайте за собою у процесі взаємодії з близькими Вам людьми, яких Ви дуже добре відчуваєте. Як часто їх переживання, думки Ви ототожнюєте із своїми, немовби заражаючись їх вібраціями? Простежте, чи здатні Ви здійснювати, разом із тим, самоконтроль, зберігаючи позицію стороннього споглядача?

*Проаналізуйте ситуації та розв'яжіть задачі.*

- Двоє людей хочуть пройти через ліс. Одному з них страшно. Що буде робити та людина, яка не боїться? Побудуйте його монолог, звернений до іншого.

- Ви ведете дитину до лікарні, щоб зробити щеплення. Дитина боїться, плаче. Продумайте Ваші дії і слова, побудуйте Ваше звернення до дитини.

Учениця на уроці відповідає недоречно. На попередньому уроці, коли її запитували, мовчала. Сьогодні вона сказала вчителю, що готова до заняття, але відповідає слабко, невпевнено. Учитель кричить на неї, звинувачуючи у лінощах. Що відчуває дівчинка? Ваша версія? Побудуйте монолог, що передає її стан.

### **Практичне завдання 5**

#### **Діагностика та розвиток навичок переконуючого впливу**

**Вступний коментар.** У процесі взаємодії люди чинять вплив одне на одного. Механізмами цього впливу вважають зараження, навіювання, наслідування, примус, переконання. Психологічний вплив буде ефективним у тому разі, якщо він спирається на різноманітні механізми впливу.

Зараження – це процес передачі емоційного стану від одного індивіда до іншого, що може відбуватися несвідомо і повністю усвідомлено.

Навіювання – це цілеспрямований не аргументований вплив на одну людину або групу людей.

Наслідування – слідування якомусь прикладу, зразку; відтворення індивідом рис та зразків поведінки моделі.

Примус – неаргументований силовий вплив.

Переконання – це цілеспрямований аргументований вплив на іншу людину або групу людей, що є словесним доведенням ідей, обґрунтуванням рішень, планів і вчинків. Далі Ви детальніше ознайомитеся з різними методами аргументації, що є елементами переконання.

**Мета:** оволодіння навичками самодіяльності здатності впливати на людей (Н.Петрова, 2002) та розвивальними техніками.

### **Хід роботи**

1. Виконайте методику в режимі самодіяльності. Проаналізуйте свої здатності впливати на людей.

2. Самостійно виконайте розвивальне завдання.

### **МЕТОДИКА дослідження здатності впливати на людей**

*Інструкція.* «Оцініть за шкалою «звичайно», «час від часу», «рідко» нижче наведені висловлювання».

#### **ТЕКСТ ОПИТУВАЛЬНИКА**

1. Мене цінують оточуючі.
2. Я розумію механізми впливу на інших.
3. Я розвиваю свої стратегії впливу на людей і групи повсякчас.
4. Моя думка значно впливає на погляди оточуючих.
5. Я завжди одягаюся відповідно до ситуації.
6. Я маю завжди презентабельний зовнішній вигляд.
7. Я зрозуміло викладаю свої думки.
8. Я поводжу себе впевнено.
9. Я маю реалістичне уявлення про себе.
10. Я можу бути наполегливим.
11. Я заохочую бажану для мене поведінку оточуючих.
12. Я даю чіткі вказівки і чітко визначаю свої бажання.
13. Я дослухаюся до думок інших.

#### **Обробка результатів**

За кожну відповідь «звичайно» поставте собі 2 бали, «час від часу» – 1 і «рідко» – 0. Підрахуйте суму отриманих балів. Результат від 0 до 8 балів означає, що Ви маєте незначний вплив на оточуючих. Результат від 9 до 16 вказує на те, що Ви здатні реально вплинути на своє найближче оточення та залежних від Вас людей. Результат від 17 до 24 означає, що Ви – впливова людина, вмієте управляти життям і поведінкою оточуючих Вас людей. Незалежно від загальної кількості балів, знайдіть у переліку навичок впливу найменш засвоєні Вами і спробуйте їх розвивати за допомогою прийомів, приведених нижче.

### **Розвиток здатності здійснювати персоналізований вплив \***

Досить часто нам доводиться потрапляти у ситуації, коли необхідно спонукати людину, щоб вона щось зробила для нас. Наші спроби виявляються більш результативними, якщо ми врахуємо особистісні властивості людини, до якої звертаємося, а також її настрій, стан на момент розмови. Спробуйте спиратися на ці ідеї при виконанні наступного завдання.

Пригадайте ситуацію, коли Ви намагалися спонукати людину до якихось дій, наприклад, Ви зверталися до однокласника із проханням дати вам у борг грошей. Подумки поставте себе на місце людини, до якої Ви зверталися, всіх членів Вашої групи по черзі і подумайте, як би Ви звернулися до кожного, як би повели розмову, враховуючи їх особистісні особливості, потреби, зміни у настрої? Складіть перелік психологічних умов досягнення успіху у ситуації спонукання іншої людини до вчинку. Якім технікам впливу Ви надаєте перевагу?

### **Розвиток навичок аргументації**

Цивілізований психологічний вплив – це вплив, насамперед словом, до того ж вплив відкритий і відкрито адресований особистісним і інтелектуальним можливостям людини. Він сприяє розвитку і збереженню справи, ділових стосунків та особистісної цілісності учасників. Такий вплив позбавлений силових і прихованих прийомів.

Аргументація – це висловлювання та обговорення доказів на користь пропонованого рішення або позиції з метою формування або зміни ставлення співрозмовника до даного рішення або позиції.

1. Ознайомтеся з основними техніками аргументації та контраргументації.

#### ***Метод позитивних відповідей Сократа***

Послідовний доказ пропонованого ініціатором розв'язання проблеми або задачі.

Кожен крок доказу починається зі слів: «Чи згодні Ви із тим, що ...». Якщо адресат відповідає ствердно, даний крок можна вважати пройденим і можна переходити до наступного. Якщо партнер відповідає негативно, ініціатор продовжує словами: «Пробачте, я не зовсім вдало сформулював запитання. Чи згодні Ви із тим, що...» і т.д. Так до того часу, доки адресат не погодиться з усіма кроками доведення та пропонованим рішенням у цілому.

Ставити інші запитання, окрім запитання «Чи згодні ви...», не рекомендується. Особливо небезпечні питання: «А чому Ви не згодні?» або «Чому Ви заперечуєте очевидні речі?»

#### ***Метод двобічної аргументації***

Відкрите пред'явлення як сильних, так і слабких сторін пропонованого рішення, що дає адресату зрозуміти, що ініціатор впливу сам передбачає обмеження свого рішення. Надання можливості адресату самому зважити аргументи «за» та «проти».

Рекомендується застосовувати лише відносно високоінтелектуальних співрозмовників.

### **Метод обернення аргументів партнера**

Відстеження ходу розв'язання проблеми або завдання, запропонованого партнером, разом із ним доти, поки не буде знайдена суперечність, яка свідчить про справедливість протилежних висновків. Рекомендується повністю дотримуватися логіки чужого рішення, замість того, щоб пропонувати свою.

### **Метод розгорнення аргументації**

Висування співрозмовнику нових, раніше не відомих йому аргументів. Можна застосовувати тільки після того, як проведена робота з уже пред'явленими аргументами партнера, інакше нові аргументи просто не будуть почутими.

### **Метод поділу аргументів**

Поділ аргументів ініціатора впливу на правильні, сумнівні та помилкові й обговорення їх за формулою:

- «Я згоден із Вами у тому, що...» (далі відтворюється відповідний аргумент);

- «Правда, я вже менш впевнений, що...», або «Не можу позбавитися від деякого сумніву у тому, що...», або «Хотілося б, щоб це було так, однак мій досвід свідчить, що не завжди...» (далі відтворюється сумнівний аргумент). Такий початок дозволяє відчути партнеру, що у принципі, ви згодні із ним. Виявлення сумніву допомагає партнеру відчути, що Ви готові тверезо і чесно зважувати всі аргументи.

- «Але от, що торкається (далі наводиться помилковий аргумент), то, на жаль...» (далі йде спростування за допомогою методу позитивних відповідей, обернення або розгортання аргументації).

2. Для практичного відпрацювання різних методів аргументації виконайте наступні вправи:

- Доведіть за допомогою методу позитивних відповідей розв'язання наступної задачі. Три господарки вирішили варити обід на одному вогнищі. Перша господарка принесла 3 поліна дров, друга – 5, а третя нічого не принесла. Виявилось, що 8 полін повністю достатньо, щоб зварити три обіда. Тоді третя господарка віддала двом іншим 80 карбованців і сказала: «Це платня за дрова. Розділіть їх між собою справедливо». Питання: як справедливо поділити 80 карбованців між першою та другою?

- Спробуйте, використовуючи метод двосторонньої аргументації, почесно обґрунтувати правильність і неправильність положення, яке висувається. Наприклад, переконайте себе самого в тому, що студенти самі можуть обирати собі предмети, які вони збираються вивчати, не зважаючи на навчальний план; викладачі можуть самі собі обирати студентів, не прислухаючись до їх побажань; грубість учителя – це форма вияву симпатії до підлітка.

- Спробуйте поекспериментувати з методом поділу аргументації у реальному житті. Слідкуйте за тим, щоб починати контраргументацію зі слів: «Я згоден з вами у тому, що...». Не починайте з різкого спростування. Проаналізуйте результати.

## ЛІТЕРАТУРА

### ОСНОВНА ЛІТЕРАТУРА

1. Дуткевич Т. В. Загальна психологія: навч. посіб. Київ: Центр учбової літератури, 2016. С. 97-100.
2. Загальна психологія: підручник. / С.Д.Максименко та ін. 2-ге вид. Вінниця: Нова Книга, 2004. С. 204-213.
3. Загальна психологія /за ред. О. В. Скрипченко, Л. В. Долинська, З. В. Огороднійчук. Київ: Либідь, 2005. С. 392 - 421.
4. Зімбардо Ф., Р.Ширлі Сором'язлива дитина. Як подолати дитячу сором'язливість і попередити її розвиток. Київ: ВД «Сварог», 2020. 208 с.
5. М'ясоїд П. А. Загальна психологія: навч. Посібник. Київ: Вища школа. 2004. С.210-222
6. Основи соціальної психології : підручник для закладів вищої освіти / П. П. Горностай, М. М. Слюсаревський, В. О. Татенко, Т. М. Титаренко, Н. В. Хазратова та ін.; за ред. М. М. Слюсаревського. Київ: Талком, 2018. С.149-252.
7. Партико Т. Б. Загальна психологія: підручник. Київ: Видавничий Дім «Ін Юре», 2008. С.128-153.
8. Трофімов Ю. Л., Рибалка В. В., Гончарук П. А. Психологія: підручник. Київ: Либідь, 2005. С. 468 - 505.

### ДОДАТКОВА ЛІТЕРАТУРА

9. Robert A. Baron, Deborah R. Richardson Human aggression. New York: Plenum PressPubl, 1994. 420 p.
10. Аносов І.П., Яремчук С.В., Молодиченко В.В. Психологічні основи педагогічного спілкування. Київ: Астамір-В. Інститут сучасного підручника, 2007. 272 с.
11. Берн Е. Ігри, у які грують люди. Харків:КДС, 2021. 256 с.
12. Волошенко М.О, Азаркіна О.В. Психологія професійного спілкування. Київ: Олді-плюс, 2021. 280 с.
13. Курова А.В. Психологія спілкування: навчально-методичний посібник. Одеса: Фенікс, 2020. 79 с.
14. Немеш О.М. Психологічні основи інтернет-комунікації. Актуальні проблеми психології. 2014. Т. 5, Вип. 14. С. 138-146. URL: [http://nbuv.gov.ua/UJRN/appsu\\_h\\_2014\\_5\\_14\\_16](http://nbuv.gov.ua/UJRN/appsu_h_2014_5_14_16).
15. Орбан-Лембрик Л.Е. Психологія професійної комунікації. Київ: Книги XXI, 2020. 528 с.
16. Орбан-Лембрик Л.Е. Соціальна психологія/ Л.Е. Орбан-Лембрик Київ: Академвидав, 2003. 568 с.
17. Психологія спілкування : навчальний посібник / Л. Г. Кайдалова, Л. В. Пляка, Н. В. Альохіна, В. С. Шаповалова. 2-ге вид. Харків: НФаУ, 2018. 140 с.
18. Філоненко М. М. Психологія спілкування. Підручник. Київ: Центр учбової літератури, 2008. 224 с.
19. Чалдіні Р. Психологія впливу. Харків:КДС, 2017. 352 с.

## Розділ 4. ОСОБИСТІТЬ У ГРУПІ

*Групи складаються з людей, а суспільства з груп. Індивіди, групи та спільності – це сучасні взаємопов'язані реальності. Група – це середовище, де особистість розвивається, самостверджується, реалізується. Група формує еталон поведінки та оцінки самого індивіда та оточуючих, є середовищем для організації спільної діяльності індивідів, і що не менш важливе задовільняє потреби індивіда у емоційній підтримці та емоційних переживаннях.*

*З 30-х років минулого сторіччя інтерес до психологічної проблематики груп набув масового та стійкого характеру. Сучасне розуміння природи внутрішньо групових процесів, механізмів впливу групи на індивіда та розвитку групи закладене дослідженнями Е.Мейо, Я.Морено, М.Шерифа, К.Левіна та ін.*

*При вивченні даної теми ви дізнаєтеся: Як група сторонніх людей перетворюється у психологічну спільність? Яким є цикл життєдіяльності групи? Які процеси забезпечують стабільність та ефективність функціонування групи? Як змінюються погляди людини, коли вона стає членом групи?*

### МАТЕРІАЛИ ДЛЯ ПІДГОТОВКИ ДО ЗАНЯТТЯ

#### План

1. Поняття про групи.
2. Структура малої групи.
3. Велика та мала групова динаміка.
4. Конфлікт у групі.

**Ключові поняття:** група, реальна група, умовна група, референтна група, формальна група, неформальна група, колектив, внутрішньогрупова диференціація, груповий статус, групова роль, групові очікування, групові норми, групові санкції, конформізм, лідерство та лідер, внутрішньогруповий конфлікт, стратегії поведінки у конфлікті, соціометрія.

### СТИСЛИЙ ЗМІСТ ТЕМИ

Різні підручники з психології дану тему розкривають з різною глибиною та деталізованістю. Ми пропонуємо Вам насамперед зосередитися на соціально-психологічних характеристиках малої групи – фаворита соціальної психології, оскільки вона є першою емпіричною реальністю для людини. Окрім того дана проблематика є актуальною з професійної точки зору, бо є основою управління розвитком класних та виробничих колективів. Важливі

питання розвитку та функціонування великих соціальних спільнот та масовидних явищ рекомендуємо залишити для індивіду-альних дослідницьких завдань. Зазначимо, що проблеми психології груп та міжгрупової взаємодії стануть об'єктом пильного вивчення в магістратурі.

**1. Поняття про групи.** Готуючись до виступу на перше питання слід звернути увагу на те, що в соціально-психологічній науці існує декілька підходів, концепцій, теорій, які намагаються розкрити закономірності розвитку та функціонування груп (діяльнісний напрям, організаційно-управлінський підхід, параметрична концепція, соціометричний підхід, соціологічний напрям, школа «групової динаміки», психоаналітичний підхід, інтеракціонізм). При найбільш загальному погляді на явище групового співжиття, **соціальна група** може розглядатися як відносно стійка сукупність людей, які пов'язані між собою різними за характером зв'язками: спільними цінностями, цілями, системою взаємин та взаємовпливів.

Велика кількість та різноманітність груп зумовлюють необхідність їх класифікації за різними критеріями: безпосередність взаємозв'язків (реальні, номінальні), кількісний аспект (мала, середня, велика), офіційна регламентація (формальна, неформальна), значущість для особистості (референтна, група членства), тривалість існування (тимчасові, постійні), сила впливу на особистість (первинні, вторинні), міра відкритості до інших груп (закриті, відкриті), за міцністю внутрішніх взаємозв'язків (згуртовані, малозгуртовані, роз'єднані).

З огляду на чисельність соціальні групи поділяють на малі та великі. Сутнісними ознаками малої групи є тривалі та безпосередні контакти індивідів (спілкування, взаємодія). Такі контакти властиві наприклад сім'ї, спортивній команді, релігійній секті, шкільному класу тощо. Саме в малій групі відбувається формування людини як особистості, індивідуальності, набуття нею досвіду соціальної взаємодії, реалізується її вплив на процеси в різних ситуаціях соціуму.

*Поміркуйте, аналізуючи різні класифікації як за кожною з них можна охарактеризувати вашу студентську групу?*

**2. Структура малої групи.** Для соціально-психологічної характеристики групи застосовують два типи параметрів: параметри, що описують групу, як ціле (композиція, структура, характер спільної діяльності) та параметри, що описують місце індивіда групі (груповий статус, роль, очікування, групові норми та санкції).

Найважливішим параметром серед названих є соціально-психологічна структура малої групи. **Структура малої групи** – це сукупність зв'язків між членами групи. На цій підставі виокремлюють низку підструктур: композиційну, міжособистісних переваг, комунікативну та функціональну. В змісті кожного елемента психологічної структури групи Ви маєте розібратися детально.

Взаємини і зв'язки між індивідами у групі, за допомогою яких здійснюються ділові контакти, офіційні відносини, спрямовані на виконання групового завдання – це **формальна структура** малої групи. Поступово в межах офіційної формується **неформальна структура**, що представлена емоційно пофарбованими зв'язками, які відтворюють неофіційні взаємини між членами групи. Спосіб співвіднесення цих структур значно залежить від рівня розвитку групи, реалізованих нею функцій, особливостей впливу на індивідів тощо.

Готуючись до відповіді на дане питання варто особливу увагу приділити ознайомленню з ефективним методом вивчення структури емоційних переваг у малій групі – методу соціометрії (Дж.Морено).

**3. Велика та мала групова динаміка.** Динамічні характеристики малої групи відображають групові процеси, які відтворюють увесь цикл життєдіяльності групи (макродинаміку) - це утворення, становлення, розвиток, функціонування, розпад, а також мікродинамічні явища у групі – груповий тиск, групова згуртованість, лідерство та керівництво, прийняття групових рішень, групові конфлікти.

Збалансованість між силами розвитку та стабілізації забезпечують механізми групової динаміки. До механізмів розвитку відносять ідеосинкретичний кредит, нормативний вплив меншості, внутрішньогруповий конфлікт, ефекти поляризації та зсуву до ризику. Механізмами стабілізації вважають конформність, сумісність та спрацьованість, згуртованість. Механізми групової динаміки зумовлюють дві протилежні тенденції – інтеграцію та диференціацію групи, що мають своїм наслідком нерівномірність її розвитку. Під цим кутом зору і слід розглядати закономірності розвитку у груп, членами яких Ви або є або з часом станете.

Мала група переживає у своєму розвитку зміни етапів, стадій, які різняться характером домінуючих тенденцій у внутрішньо групових взаєминах. Свої концепції великої групової динаміки пропонують Б.Такмен, Л.Уманський, А.Петровський, М.Вудкок, Д.Френсіс. Попри певні відмінності, кожна модель утворення малих соціальних груп не залишає поза увагою такі основні етапи: орієнтація у ситуації, конфлікт, динамічна рівновага.

**4. Конфлікт у групі.** *Конфліктна взаємодія* вимагає особливої уваги при розгляді проблем міжособистісних взаємин у групі. Це обумовлено великою практичною значущістю вмінь попереджувати та долати конфлікти ситуаціях буденного життя та професійній діяльності. При вивченні питання необхідно розглянути психологічну природу конфлікту, його функції (деструктивні та конструктивні), різновиди (внутрішньоособистісні, міжособистісні, міжгрупові), структуру (сторони, умови, образи, стратегії), динаміку (виникнення, усвідомлення, перехід до конфліктної поведінки, розв'язання), прийоми попередження та шляхи подолання конфліктів (силовий

та колобораційний). Необхідно детальніше розглянути основні стратегії поведінки у конфлікті (суперництво, уникання, компроміс, співробітництво) з точки зору вираженості у учасників конфлікту орієнтації на власні інтереси або інтереси іншого.

### **ЗАВДАННЯ ДЛЯ САМОСТІЙНОЇ РОБОТИ З ТЕОРЕТИЧНИМ МАТЕРІАЛОМ**

1. Випишіть у психологічний словник ключові поняття теми, систематизуйте їх. Створіть малюнок-схему у якому відобразить всі вивчені Вами поняття, а також зв'язки між ними.

2. Прочитайте лекційний матеріал, ознайомтесь з рекомендованою літературою та складіть логічні схеми до кожного питання плану заняття. Підготуйтеся до обговорення цих питань на занятті.

3. Створіть схему-класифікацію різновидів груп.

4. Познайомтесь з метою та процедурою проведення соціометричного дослідження. Розв'яжіть задачі, які поглиблюють знання методу та формують уміння інтерпретації результатів соціометрії.

5. Підготуйте реферат на одну із запропонованих тем.

6. Перевірте свою готовність до заняття за допомогою запитань для самоперевірки.

### **ТЕМИ РЕФЕРАТІВ**

1. Психологічні особливості студентської групи.
2. Соціально-психологічні явища у малих групах.
3. Умови впливу меншості на поведінку індивіда в групі.
4. Конформність як соціально психологічне явище та механізм розвитку групи.
5. Соціально-психологічні проблеми сім'ї
6. Психологія етнічних груп
7. Психологічні особливості великих стихійних груп

## ПСИХОЛОГІЧНІ ЗАДАЧІ<sup>3</sup>

### Задача 1

Про групу з 5 чоловік спостерігачі говорять, що у ній жоден немає свого обличчя. За даними соціометрії ніхто з членів групи не отримав більше трьох виборів.

Співставте ці дані з думкою про групу.

### Задача 2

Про групу спостерігачі говорять, що вона схожа на стадо без пастуха. Соціометрія показала, що 5 чоловік (з 20 членів) групи отримав однакове число виборів – 7.

Співставте ці дані з думкою про групу.

### Задача 3

«Ми – дружні» – так оцінюють свою групу більшість її членів. Соціометрія показала, що загальна кількість виборів у більшості членів групи дорівнює кількості взаємних виборів.

Співставте ці результати з думкою членів групи. Дайте оцінку соціометрії як методу дослідження.

### Задача 4

У ході проведення соціометричного дослідження декілька досліджуваних не здали анкети.

Як потрібно поступити з результатами виборів цих членів групи іншими учасниками експерименту:

- не будете їх враховувати при обробці;
- проведете повторне дослідження з усією групою;
- проведете індивідуальне анкетування з усією групою;
- проведете індивідуальне анкетування із кожним з членів групи, що відмовилися;
- інше ...

### Задача 5

У групі з 15 чоловік проводилося соціометричне дослідження.

Факт 1. Ніхто з членів групи не поцікавився його результатами.

Факт 2. За даними експериментального дослідження ніхто у цій групі не отримав взаємних виборів.

Як Ви вважаєте, чи існує зв'язок між цими фактами? Як кожен з них характеризує структуру групи?

### Задача 6

Факт 1. Після проведення соціометричного дослідження у класі двоє учнів попросили психолога показати їм їх результати.

---

<sup>3</sup> Задачі складено за матеріалами Г. Абрамової

Факт 1. Психолог порахував результати – обидва учні не отримали жодного вибору.

Охарактеризуйте за цими двома фактами значення соціометричних даних для аналізу положення учня у класі.

### **Задача 7**

При проведенні здобувачем-практикантом соціометричного дослідження у класі учні відмовилися виконувати інструкцію, аргументуючи це тим, що у їх класі таке дослідження вже проводилося у минулому іншими студентами практикантами, вони можуть просто сказати, хто скільки отримав виборів.

Як, на Ваш погляд, цей факт характеризує міжособистісні стосунки у класі, метод соціометрії та етичні аспекти його використання.

### **Задача 8**

Чи реальні, на ваш погляд, дані соціометричного дослідження, якщо всі члени групи отримали рівну кількість виборів, що перевищує число членів групи.

## **ПРАКТИЧНІ ЗАВДАННЯ ДЛЯ САМОСТІЙНОГО ВИКОНАННЯ**

1. З'ясуйте думку здобувачів випускного курсу про особливості взаємин між членами групи, застосовуючи метод бесіди. Для цього складіть план бесіди на 5-9 питань. При проведенні бесіди можете застосувати диктофон. Проаналізуйте бесіду. Опишіть особливості взаємин студентів у групі. Що ви можете сказати про рівень розвитку групи? Подумайте, якими методами може бути доповнене дослідження для отримання більш повної інформації про соціально-психологічну структуру студентської групи.

2. Вивчіть тиск групових норм на особистість (конформізм) шляхом експерименту. Для цього спочатку оберіть приховану соціальну норму (бажано, щоб це не був очевидний закон або правило, при цьому не потрібно порушувати закони та шкодити іншим людям!), що регулює повсякчасну поведінку. Потім оберіть поведінковий акт, який порушує цю норму або відхиляється від неї. Порушенням норм можуть бути дії, які мало відрізняються від загальноприйнятих. Наприклад: одягніться абсолютно невідповідно до Вашого типового стилю; розмовляючи з людиною, стійте або надто близько, або надто далеко; старайтеся не дивитися співрозмовнику у вічі; спробуйте в деталях розповісти як Ваші справи у відповідь на відповідне питання тощо.

Яку б поведінку Ви не обрали, Вам необхідно повторити її багато разів у різних ситуаціях. Тоді у Вас з'явиться можливість оцінити реакції людей (в тому числі і ваші власні) та помітити цікаві закономірності. Наприклад, реакції можуть залежати від статі та віку людини, місця дії (університет або за його межами), характеру ситуації та ін. Опишіть процес та результати експерименту.

3. З'ясуйте експериментальним шляхом чи відрізняються критерії лідерства у різних за своєю природою колективах. Для цього підготуйте та проведіть опитування у декількох студентських групах, яке виявляло б очікування щодо лідера.

4. Уважно вивчіть вимоги до проведення соціометричного експерименту. Проведіть соціометричне дослідження у малій групі. Обробіть та проаналізуйте результати. Підготуйте звіт про результати дослідження.

### **ПИТАННЯ ДЛЯ САМОПЕРЕВІРКИ**

1. Якими якісними ознаками характеризується соціальна група?
2. Які сутнісні характеристики малої групи?
3. Які критерії класифікації малих груп вам відомі?
4. За допомогою яких параметрів можна описати особливості певної групи?
5. На основі яких сталих групових взаємозв'язків оформляються основні групові підструктури?
6. Які механізми стабілізації та розвитку групи формують її динаміку?
7. За якими показниками визначається рівень розвитку групи?
8. Які внутрішньогрупові процеси ви знаєте? Яка їх роль?
9. Які конструктивні та деструктивні функції виконує груповий конфлікт?

### **МАТЕРІАЛИ ДЛЯ РОБОТИ НА ЗАНЯТТІ**

#### **ОПЕРАТИВНИЙ КОНТРОЛЬ ЗНАНЬ**

1. Визначте, до якого різновиду відноситься група людей з 15 осіб, якщо відомо, що: вони майже не знають одне одного; їх всіх знає людина, яка не входить до цієї групи; члени групи ніколи не збираються разом.

- а) умовна;
- б) реальна;
- в) референтна;
- г) колектив.

2. Визначте, до якого типу відноситься група з 15 осіб, якщо відомо, що: ці люди добре знають одне одного; часто бувають разом; у них є керівник, призначений зовні (дві правильні відповіді).

- а) умовна;
- б) реальна;
- в) формальна;
- г) неформальна.

3. Визначте, до якого типу відноситься група з 15 осіб, якщо відомо, що: члени цієї групи знають одне одного; говорять про свою групу «ми»; разом працюють (дві правильні відповіді).

- а) умовна;
- б) реальна;

- в) дифузна;
- г) колектив.

4. Визначте, до якого типу групи відноситься об'єднання людей (15 чоловік), якщо вони вже годину чекають на зупинці приміський автобус, що запізнюється (2 правильні відповіді):

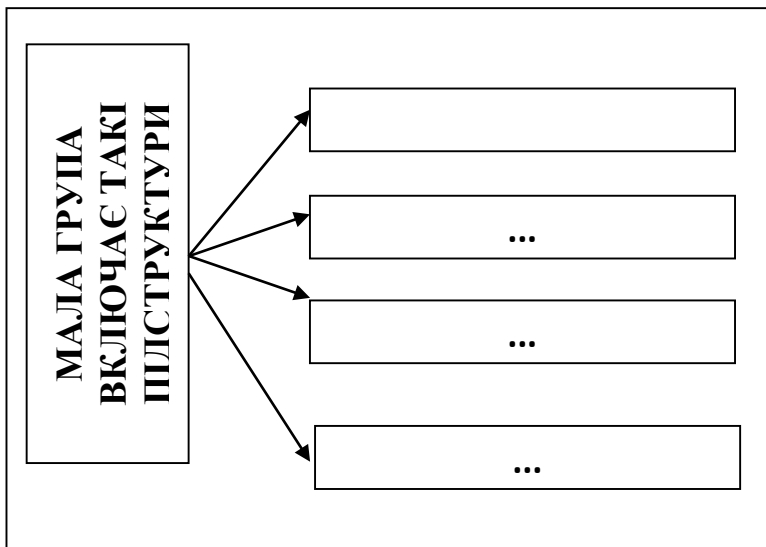
- а) умовна;
- б) реальна;
- в) дифузна;
- г) колектив.

5. Поняття «група» та «колектив» є тотожними:

- а) так;
- б) ні.

6. За різними критеріями класифікацій охарактеризуйте вашу групу.

7. Доповніть схему «Психологічна структура малої групи»:



8. Яку з підструктур групової життєдіяльності дозволяє вивчити соціометрія? Відмітьте позначкою на попередній схемі.

9. При якій структурі комунікацій створюються умови для вільного міжособистісного спілкування всіх членів внутрішньогрупової взаємодії:

- а) фронтальній;
- б) радіальній;
- в) ієрархічній;
- г) ланцюговій;
- д) коловій;
- е) складній коловій.

10. Завершіть визначення поняття:

«Загальна емоційна налаштованість членів групи, що виражається у домінуючих переживаннях, які значною мірою визначають спрямованість, орієнтацію та характер всіх проявів психології групи та окремих її членів - це ...»

11. Якій з психологічних процесів у малій групі забезпечує стабілізацію групи як цілого, через закріплення групових норм в свідомості членів групи:

- а) згуртування;
- б) лідерство;
- в) прийняття рішень;
- г) груповий тиск;
- д) конфлікт.

12. Чи можливий вплив меншості на внутрішньогрупові процеси?

- а) так;
- б) ні.

14. Чи дозволяє соціометрія визначити згуртованість групи?

- а) так;
- б) ні.

13. Як би ви охарактеризували за рівнем розвитку групу футбольних фанатів, які завжди готові вчинити бійку із уболівальниками команди суперників:

- а) колектив;
- б) група-корпорація;
- в) група-кооперація;
- г) група-асоціація;
- д) номінальна група;
- е) конгломерат;
- є) антиколектив.

14. Вставте у речення пропущені слова:

**Конфлікт** – це зіткнення значущих, ... поглядів, потреб, інтересів і дій індивідів та їх груп.

## ФОРМИ РОБОТИ НА ЗАНЯТТІ

### Семінар

#### «Феномен малої групи з точки зору психології»

**Мета:** з'ясувати сутнісні ознаки малої групи з психологічного погляду, розглянути її структурні та динамічні характеристики.

#### **Питання для обговорення:**

1. Поняття малої групи у психології та її сутнісні характеристики
2. Різновиди та структурні характеристики малої групи
3. Динамічні характеристики малої групи: велика та мала групова динаміка.

На занятті обговорюються питання у відповідності до плану. Студенти діляться своїми знаннями та поглядами стосовно прочитаного. Ставлять одне одному додаткові запитання. Обговорюють проблеми, які викликали

### Ділова гра

#### «Механізми стабілізації групи»

**Мета:** поглиблення уявлення про механізми стабілізації групи.

#### **Хід роботи**

1. Здобувачам пропонується письмово відповісти на питання: «Щоб ви зробили, якщо б могли стати абсолютно невидимим на 24 години та були переконані у тому, що Вас не викриють». Відповіді не мають містити інформацію за якою можна ідентифікувати автора.

2. Після завершення роботи викладач пропонує обмінятися анонімними текстами.

3. Обговорення проводиться у мікро групах. В процесі обговорення студенти мають знайти психологічне пояснення отриманим результатам.

### Групова дискусія

#### «Хто може стати лідером?»

**Мета:** поглибити уявлення студентів про динамічні процеси у малих групах, лідерство, як соціально-психологічний феномен.

#### **Хід роботи**

1. Здобувачів знайомлять із змістом проблеми:

«Відомо, що у групі, яка характеризується як мала, реальна, контактна, неформальна, згуртована є дві людини, які володіють наступними якостями:

перший – розумний, веселий, вигадник, терплячий, акуратний;

другий - розумний, дотепний, фантазер, недбайливий.

Хто з них, на Ваш погляд, скоріше за все буде лідером у цій групі?»

2. Утворюється дві мікро групи, за обраним варіантом відповіді. Кожна з них має аргументовано довести свою відповідь.

3. На завершення дискусії викладач звертає увагу на лідерство, як процес взаємодії індивіда та групи, в якому інтегрується групова довіра та готовність особистості.

### Ділова гра

#### «Психологічні механізми зміни статусу учня в класі»

**Мета:** поглибити уявлення студентів про механізми розвитку групи.

#### **Хід роботи**

1. Здобувачам пропонують у мікрогрупах обговорити наслідки тривалого перебування особистості у статусі «ізолюваного» та запропонувати психологічно обґрунтовану систему роботи з членами колективу, які з різних причин опинилися у стані ізоляції.

2. Аналіз наслідків групової ізоляції та презентація проекту «Допомога аутсайдеру» кожною мікрогрупою.

3. Спільне обговорення: в процесі якого фіксується віяло гіпотез щодо низького статусу дитини у групі чи її ізоляції, встановлюються соціально-психологічні механізми на яких може ґрунтуватися педагогічне втручання.

## ЛАБОРАТОРНИЙ ПРАКТИКУМ

### Практичне завдання 1

#### Вивчення міжособистісних стосунків у малій групі методом соціометрії

**Вступний коментар.** Метод соціометрії (від лат. «суспільство» та грец. «вимірюю») застосовується для діагностики міжособистісних взаємин у малих контактних групах, які існують не менше шести місяців. Автором соціометрії є американський психіатр та соціальний психолог Якоб Леві Морено (1892–1974).

Соціометричний експеримент дозволяє виявити:

1. Особливості систем неформальних взаємин у групі.
2. Ступінь психологічної сумісності конкретних людей.
3. Внутрішньогрупові статуси учасників процедури.
4. Якість психологічної атмосфери групи в цілому, згуртованість групи.

Основними поняттями процедури соціометрії є «вибір», «соціометричний критерій», «параметрична соціометрія», «непараметрична соціометрія», «соціометричний шифр», «соціометрична картка», «соціоматриця», «соціограма», «соціометричні індекси».

Вибір – це одиниця виміру та аналізу у соціометрії. Виражає індивідуальні настанови людини стосовно взаємодії з членами своєї групи в певних ситуаціях. Є показником симпатії та антипатії.

Соціометричний критерій – так називається конкретна ситуація вибору, яка формулюється у вигляді письмового або усного питання до всіх учасників діагностичної процедури.

Різновиди критеріїв:

- За характером дослідницького завдання виокремлюють критерії комунікативні, спрямовані на виявлення міжособистісних або ділових взаємин у групі (наприклад, «З ким би Ви хотіли поселитися у одній кімнаті?»; «З ким би Ви поїхали у тривале службове відрядження?»), та гностичні (рефлексивні), що виявляють ступінь усвідомлення людиною своїх взаємин з членами групи (наприклад, «Хто на Вашу думку, обрав би Вас ...»).

- За характером взаємин, що вивчаються, критерії розділяються на подвійні, що передбачають стосунки партнерства, рівності позицій того, хто обирає, та тих, кого обирають (наприклад, «З ким би Ви хотіли піти у похід?»), та ординатні, пов'язані зі встановленням ієрархічних стосунків між лідером та послідовниками («Кого б Ви обрали керівником групи з підготовки шкільного вечора?»).

- За характером відповідей критерії можуть бути такими, що передбачають позитивні вибори (наприклад, «Кого б Ви запросили на день народження?») або негативні вибори («Кого б Ви не запросили на свій день народження?»).

- За кількістю відповідей критерії підрозділяють на непараметричні, або без обмежень числа можливих виборів, і параметричні – з чітким

обмеженням числа виборів. Оптимальною величиною ліміту виборів для студентської групи або шкільного класу при соціометрії є 3–5 чоловік.

Основні вимоги до формулювання соціометричних критеріїв полягають у наступному:

- сутність питань має бути максимально очевидною для всіх членів групи, що потребує від дослідника врахування вікових, інтелектуальних та інших особливостей респондентів;

- всі ситуації вибору мають описуватися максимально конкретно та точно;

- необхідно щоб питання викликали інтерес у більшості респондентів, мали для них значущість»

- формулювання не мають містити невинуватених обмежень вибору за статевими, інтелектуальними, фізичними або іншими ознаками.

### Зразки формулювання соціометричних критеріїв

Варіант формулювання	Різновид
Кого б ти запросив на свій день народження з однокласників?	Комунікативний міжособистісний, позитивний
Кого б ти не запросив на свій день народження з однокласників?	Комунікативний міжособистісний, негативний
З ким з однокласників ти хотів би виконувати відповідальне доручення?	Комунікативний діловий, позитивний
З ким з однокласників ти б не хотів виконувати разом відповідальне доручення?	Комунікативний діловий, негативний
Хто, на Вашу думку, обрав би Вас старостою класу?	Гностичний, діловий
Чиї відповіді ти хотів би дізнатися?	Референтометричний

**Соціометричний шифр.** Всім членам групи, включаючи і відсутніх в даний момент, присвоюються порядкові номери (шифри). Загальні їх списки заздалегідь готуються і при проведенні дослідження роздаються на кожен стіл. Якщо у приміщенні є дошка, то список шифрів та прізвищ можна написати на ній. Відповідаючи респонденти виставляють на бланку не прізвища одне одного, а відповідні номери.

**Соціометрична картка** (бланк для відповідей) – це засіб отримання інформації від опитуваних. На ній розміщується список критеріїв та фіксуються індивідуальні вибори. На картці дається стисла інструкція по заповненню. Картки обов'язково підписуються респондентами.

Нижче приводиться зразок соціометричної картки, що будується на основі комунікативних критеріїв для вивчення ділових та міжособистісних взаємин та передбачають позитивний та негативний вибір.

### Зразок соціометричної картки

#### Шановний учаснику!

З метою планування та залучення класу до шкільних заходів хотілось би уточнити, як складаються відносини в класі, чи є він згуртованим.

Для відповіді Вам пропонується чотири питання, що передбачають відверту відповідь. На кожне питання Ви маєте самостійно обрати зі списку класу не більше трьох осіб. Після цього слід вписати порядкові номери обраних осіб до картки у відповідну колонку. Після завершення роботи картку потрібно підписати.

Пам'ятайте, що Ваші відповіді залишатимуться у таємниці і будуть використані при плануванні навчально-виховної роботи у Вашому класі.

№	Соціометричні критерії	Вибори		
		1	2	3
1.	Кого б з однокласників Ви хотіли обрати старостою своєї групи?			
2.	Кого б Ви не хотіли обрати старостою групи?			
3.	Кого б з групи Ви хотіли запросити до себе додому зустрічати Новий рік?			
4.	Кого б з групи Ви не запросили до себе додому зустрічати Новий рік?			

Прізвище, ім'я \_\_\_\_\_

**Процедура соціометричного опитування** звичайно займає 10–12 хвилин. Участь у ній є добровільною, тому велика роль надається встановленню контакту з аудиторією. Респондентів розміщують так, щоб вони могли працювати самостійно, не обговорюючи відповіді один з одним. Необхідно, щоб учасники дослідження упродовж усього опитування мали можливість бачити групу та список прізвищ її членів із шифрами. Робота починається тільки після того, як дослідник зрозумів, що всі респонденти зрозуміли особливості її виконання. Після того, як картки заповнені та зібрані, починається їх обробка.

#### **Обробка результатів**

Вона ключає такі етапи:

- табличний;
- графічний;
- індексологічний.

**Перший етап** обробки даних – це складання **соціоматриці** – таблиці, за допомогою якої узагальнюються результати опитування. Якщо обрані соціометричні критерії відносилися до різних сфер взаємин (наприклад, «робота», «навчання», «відпочинок»), складається дві або більше соціоматриці. На основі соціоматриці будується соціограма.

**Зразок заповненої соціометричної матриці**

№	Хто обирає	Кого обирають												Зроблені вибори		
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	+	-	Всього
1	Андійко С.	■		+	+					-	-		+	3	2	5
2	Борисенко Н.	-	■	+				+		-		+	-	3	3	6
3	Дмитренко Л.	+		■				+	+	-		-	-	3	3	6
4	Жукова О.	+	-		■						+			2	1	3
5	Заєць П.	-	+			■					-	+	+	3	3	6
6	Коваль Т.			+		-	■	+		-		-	+	3	3	6
7	Комаринець М.	+	+		-		+	■				-		3	3	6
8	Полінець В.			+			-		■			-		1	2	3
9	Рудьков С.	-	+			-				■		+		2	2	4
10	Чутченко О.	-	+		+	+					■	-	-	3	3	6
11	Харченко Ю.	+		-		-	-		+			■	+	3	3	6
12	Юрченко К.	+			+							+	■	3	0	3
Отримані вибори	+	5	4	4	3	1	2	3	1	0	1	4	4	3	2	
	-	4	1	1	1	3	3	0	1	4	2	5	3		2	
	Всього	9	5	5	4	4	5	3	2	4	3	9	7			60

**Другий етап** – це побудова соціограми.

Для побудови соціограми необхідно виокремити категорії школярів, які відносяться до різних статусних структур:

а) «зірки» – особи, яких назвали в якості найближчих друзів 6 чи більше чоловік;

б) «популярні» – ті, кого назвали 4 – 5 чоловік;

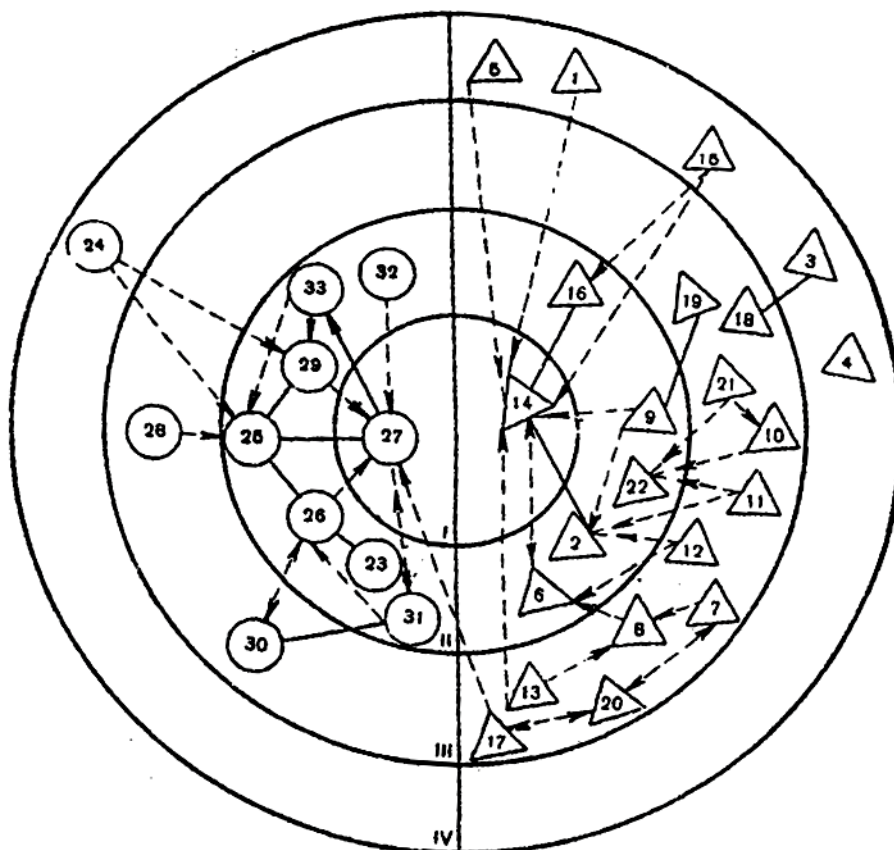
в) «прийняті» - особи, що отримали 1 – 3 позитивні вибори;


г) «аутсайдери» або «ізольовані» – особи, що не отримали позитивних виборів.

Соціограма – це графічне зображення ставлень респондентів одне до одного при відповідях на питання соціометричних критеріїв. Дозволяє унаочнити та глибше проаналізувати групові взаємозв'язки.

Типи соціограм: довільна, концентрична та локограма. Вибір типу соціограми визначається завданнями дослідження.

## ЗРАЗОК ЗАПОВНЕНОЇ СОЦІОГРАМИ




 – той, кого обирають;


 – той, хто обирає;


 – і він обирає, і його обирають;

 – позитивний вибір 1-ї особи;

 – негативний вибір 1-ї особи;

 – взаємний позитивний вибір;

 – взаємний негативний вибір;

 – позначення статі респондентів.

I – лідери;  
II – популярні;  
III – прийняті;  
IV – аутсайтери.

**Третій етап – підрахунок індексів.**

**Соціометричні індекси** слугують для встановлення кількісних характеристик стосунків у групі. Розрізняють індекси персональні та групові.

**Соціометричний статус** – це характеристика позиції члена групи, у якій відображається ступінь впливу людини, потенційна схильність до лідерства. Цей індекс може бути позитивним та негативним.

$$\text{Індекс позитивного статусу} = \frac{B+}{N-1};$$

$$\text{Індекс негативного статусу} = \frac{B-}{N-1},$$

де  $B+$  – це кількість отриманих позитивних виборів тим або іншим членом групи,  $B-$  – це кількість отриманих ним негативних виборів,  $N$  – число членів групи.

**Індекс загальної емоційної експансивності групи** вираховується за формулою:

$$E_{\text{гр.}} = \frac{\sum B+ + \sum B-}{N},$$

де  $\sum B+$  – сума всіх позитивних виборів у групі,  $\sum B-$  – сума всіх негативних виборів,  $N$  – чисельність групи.

**Індекс психологічної взаємності** виборів характеризує ступінь групової згуртованості. Більш точно, він виражає «питому вагу» позитивної взаємності стосунків у групі по відношенню до теоретично можливої взаємності (у відсотках). Визначається за формулою:

$$\text{Згуртованість групи} = \frac{100 X+}{\frac{1}{2} N (N-1)},$$

де  $X$  – число позитивних взаємних зв'язків у групі.

**Четвертий етап – це якісний аналіз та написання висновків.**

**Аналіз соціограми** починається з пошуку найбільш впливових членів групи, потім взаємних пар та групувань. Особливу увагу приділяють «знехтуваним» або «ізольованим» у групі, а також на зв'язки між учасниками, які не співпадають за знаком.

За співвідношенням статусних категорій можна визначити соціально-психологічний клімат групи. Так, якщо абсолютна більшість входить у перші дві категорії («зірки» і «популярні»), – у класі сприятливий психологічний клімат. Якщо ж більшість учнів займають низький статус («прийняті» і «аутсайдері»), то психологічна атмосфера у класі важка, оскільки вважається, що наявність навіть незначної кількості психологічно неприємних осіб травмує колектив.

### **Схема аналізу:**

1. Статусно-рольовий розподіл (кількість лідерів, популярних прийнятих, аутсайдерів та їх співвідношення).
2. Характеристика мікрогруп та стосунків між ними.
3. Аналіз причин знехтуваності або «ізолюваності» учнів.
4. Характер соціально-психологічного клімату, згуртованості, конфліктності.

### **Хід роботи**

1. Ознайомтеся зі вступним коментарем.
2. Виконайте письмово запропоновані нижче завдання.
3. Здайте виконану роботу для перевірки викладачеві.
4. Проаналізуйте та обговоріть складності при виконанні завдань.

**Завдання 1.** Складіть наступний перелік критеріїв для соціометрії підліткової (студентської) групи:

- 1) комунікативний позитивний для ділової сфери;
- 2) комунікативний негативний для міжособистісної сфери;
- 3) гностичний позитивний;
- 4) гностичний негативний;
- 5) ординарний позитивний;
- 6) ординарний негативний;
- 7) подвійний позитивний;
- 8) подвійний негативний.

**Завдання 2.** Виконайте за пропонованими даними соціометрію групи (в т.ч. соціоматрицю, соціограму концентричну, індекси статусу (для 5 чоловік), психологічної взаємності групи). Зробіть висновки.

Характеристика групи: всього 9 чоловік (із них юнаки 1, 6, 8, 9).

- 1-й вибрав 2 і 8; відкинув 4 та 6;
- 2-й вибрав 8 і 1; відкинув 7 та 9;
- 3-й вибрав 8 і 9; відкинув 1 та 4;
- 4-й вибрав 7 і 5; відкинув 1 та 6;
- 5-й вибрав 4 і 8; відкинув 3 та 6;
- 6-й вибрав 8; відкинув 1 та 4;
- 7-й вибрав 2 і 8; відкинув 1 та 6;
- 8-й вибрав 2 і 4; відкинув 3;
- 9-й вибрав 5 і 8; відкинув 7 та 6;

## Практичне завдання 2

### Діагностика основних тенденцій у групі за допомогою методики «Q-сортування»

**Вступний коментар.** Використання цієї методики дає змогу визначити шість основних тенденцій поведінки людини в реальній групі: залежність, незалежність, комунікабельність, некомунікабельність, прийняття «боротьби» та уникання «боротьби». Тенденція до залежності визначається як внутрішнє прагнення людини до прийняття групових стандартів і цінностей. Тенденція до комунікабельності свідчить про контактність, бажання сформувати емоційні зв'язки як у своїй групі, так і поза її межами. Тенденція до «боротьби» означає активне прагнення людини до участі в житті групи, до більш високого статусу в системі міжособистісних стосунків. Тенденції до незалежності, некомунікабельності й уникання «боротьби» свідчать про схильність уникати взаємодії, зберігати нейтралітет у конфліктних ситуаціях.

**Мета:** оволодіння навичками виявлення домінуючих тенденцій у студентській групі, діагностики й аналізу власних способів поведінки у реальній групі.

#### *Хід роботи*

1. Виконати методику в режимі самодіагностики.
2. Проаналізувати отримані індивідуальні результати.
3. Скласти інтерпретацію.
4. Виявити домінуючі тенденції у студентській групі, узагальнивши індивідуальні протоколи.

### **МЕТОДИКА «Q-сортування»**

*Інструкція.* «Необхідно дати відповідь «так, якщо Ви згодні із твердженням, відповідь «ні», якщо Ви з твердженням не згодні».

#### *Текст опитувальника*

1. Відносно товаришів я налаштований критично.
2. У мене виникає тривога, коли у групі починається конфлікт.
3. Я схильний дотримуватися порад лідера.
4. Я не схильний вступати у надто близькі стосунки з товаришами.
5. Мені подобається, коли у групі дружня атмосфера.
6. Я схильний суперечити лідеру.
7. Я симпатизую лише одному-двом членам групи.
8. Я уникаю зустрічей і зборів групи.
9. Мені подобається похвала лідера.
10. Я незалежний у судженнях і манері поведінки.
11. Я готовий стати на чийсь бік у суперечці.
12. Я схильний керувати товаришами.
13. Мене радує спілкування з моїми нечисленними друзями.
14. Я зовні спокійний, наштовхуючись на ворожість із боку членів групи.
15. Я схильний підтримувати настрої і думку своєї групи.
16. Я не надаю уваги особистісним якостям членів групи.

17. Я схильний протиставляти свою ціль цілям групи, відволікати групу від досягнення поставлених нею завдань.

18. Мені подобається протиставляти себе лідеру.

19. Я хотів би зблизитися з окремими членами групи.

20. Я схильний залишатися нейтральним у суперечці.

21. Мені подобається, коли лідер активно керує групою.

22. Я надаю перевагу холоднокровному обговоренню проблеми.

23. Я недостатньо стриманий у виявленні почуттів.

24. Я намагаюся згуртувати навколо себе односторонців.

25. Я не задоволений надто формальними стосунками у групі.

26. Коли мене звинувачують, я гублюся і мовчу.

27. Я схильний погоджуватися зі способом життя групи.

28. Я прив'язаний до групи більше, ніж до окремих її членів.

29. Я схильний загострювати і затягувати суперечку.

30. Я намагаюся бути в центрі уваги.

31. Мені хотілося б бути членом меншої групи.

32. Я схильний до компромісів.

33. Я відчуваю внутрішню стурбованість, коли лідер діє інакше, ніж очікувалося.

34. Я хворобливо ставлюся до зауважень товаришів.

35. Я можу бути хитрим та улесливим.

36. Я схильний взяти на себе керівництво групою.

37. Я відвертий у групі.

38. Під час розбіжностей у групі в мене виникає занепокоєння (стурбованість).

39. Я не проти, щоб при плануванні роботи відповідальність узяв на себе лідер.

40. Я не схильний відповідати на вияв дружелюбності.

41. Я часто ображаюся на товаришів.

42. Я намагаюся налаштувати інших проти лідера.

43. Я легко заводжу знайомства поза групою.

44. Я намагаюся уникати втягнення у суперечку.

45. Я легко погоджуюся із пропозиціями інших членів групи.

46. Я чиню опір утворенню угруповань у нашому колективі.

47. Коли я роздратований, стаю глумливим та іронічним.

48. У мене виникає ворожість (неприятність) до тих, хто намагається виділитися.

49. Я надаю перевагу меншій, але інтимнішій групі.

50. Я намагаюся не демонструвати свої інтимні почуття.

51. Під час розбіжностей у групі стаю на бік лідера.

52. Я ініціативний при встановленні контактів у спілкуванні.

53. Я намагаюся не критикувати товаришів.

54. Я схильний звертатися до лідера частіше, ніж до інших.

55. Мені не подобається, що стосунки у групі надто фамільярні.

56. Я люблю суперечності.
57. Я намагаюся підвищувати свій соціальний статус у групі.
58. Я схильний втручатися у спілкування товаришів і порушувати його.
59. Я запальний, схильний до сварок.
60. Я схильний висловлювати незадоволення лідером.

### **Обробка результатів**

По 1 балу слід ставити за відповідь «так» і за відповідь «ні» у кожній із поєднаних пар тенденцій. Оскільки заперечення однієї тенденції є визнанням полярної, то кількість балів за відповіді «так» по одній шкалі і відповіді «ні» по шкалі протилежної тенденції додаються.

### **Ключ**

До шкал поєднаних тенденцій належать такі позиції опитувальника:

1. Залежність – 3, 9, 15, 21, 27, 33, 39, 45, 51, 54.
2. Незалежність – 6, 12, 18, 24, 30, 36, 42, 48, 57, 60.
3. Комунікабельність – 5, 7, 13, 19, 25, 31, 37, 43, 49, 52.
4. Некомунікабельність – 4, 10, 16, 22, 28, 34, 40, 46, 55, 58.
5. Прийняття «боротьби» – 1, 11, 23, 29, 35, 41, 47, 56, 59.
6. Уникання «боротьби» – 2, 8, 14, 20, 26, 32, 38, 44, 50, 53.

### **Інтерпретація результатів**

Якщо сума балів за будь-якою шкалою дорівнює сумі за протилежною або близька до неї, це свідчить про наявність внутрішнього конфлікту у досліджуваного, зумовленого однаковим вираженням протилежних тенденцій поведінки у групі.

## **Практичне завдання 3**

### **Вивчення зовнішньогрупової референтності**

**Вступний коментар.** У сучасній психології поняття **референтна група** – це коло значущих інших, з якими особистість співвідносить свої оцінки, дії, вчинки, думки яких є визначальними для неї. Природно, що визначення референтного кола осіб є важливим у плані збору інформації про значущі взаємини.

**Мета:** ознайомлення із психологічним інструментарієм, який дозволяє визначити референтне коло осіб, та оволодіння навичками його використання у професійній діяльності.

**Матеріали та обладнання:** перелік питань-ситуацій та список людей, які оточують досліджуваного.

### **Хід роботи**

1. Ознайомитися зі вступним коментарем
2. Виконати методику в режимі самодіагностики.
3. Проаналізувати отримані індивідуальні результати.
4. Скласти інтерпретацію.

### **Зовнішньогрупова референтоментія**

**Інструкція.** «Стосовно кожного питання-ситуації виберіть не менш ніж дві особи. Друга вибрана особа має бути менш значуща, ніж перша».

### Перелік питань-ситуацій

1. Із ким Ви відправилися у подорож (ділове відрядження) до іншого міста?
2. Із вами трапилася неприємність. Кому Ви про неї розповісте?
3. Ви хочете відсвяткувати свій день народження. З ким Ви його проведете?
4. Чи є у Вас людина, з якою Ви намагаєтеся проводити багато часу?
5. Хто може Вам вказати на недоліки, до кого Ви більше дослухаєтесь?
6. Ви зустріли людину, яка Вам сподобалася. Хто може допомогти Вам правильно її оцінити?
7. Ви хочете змінити своє життя. З ким Ви порадитися з цього приводу?
8. Хто може бути для Вас прикладом у житті?
9. Кому Ви хотіли б сподобатися більше за все?
10. З ким Ви найбільш відверті?

### Орієнтовний список осіб

1. Батьки (мати, батько).
2. Родичі (дідусь, бабуся, тітка, дядько).
3. Брат, сестра.
4. Старший знайомий.
5. Знайомий батьків.
6. Друзі.
7. Кращий друг (подруга).
8. Приятелі.
9. Знайома дівчина (юнак).
10. Однокурсники.
11. Товариші по секції, студії тощо.
12. Історична особа.
13. Відома для всіх людина.
14. Людина, про яку ти знаєш від інших.
15. Літературний персонаж.

### **Обробка результатів**

Після здійсненого вибору слід відкласти список осіб та за 5-бальною системою оцінити кожен з обраних осіб.

*Обробка отриманих даних здійснюється наступним чином:*

- усі згадані особи виписуються на окремий аркуш паперу без повторень;
- до списку вносяться «оцінки» кожного з них та додаються згідно з повтореннями;
- виокремлюється група з 2–3-х осіб, яка набрала найбільшу кількість балів. Саме ці люди й утворюють референтну групу даного досліджуваного.

### Практичне завдання 4

#### Вивчення схильності до лідерства

**Вступний коментар.** Лідерство та керівництво – це впливові чинники внутрішньогрупової єдності. Феномен лідерства є динамічним процесом малої групи, який може бути доволі суперечливим: домагання лідера та готовність його виступати у цій ролі можуть не збігатися. Лідер не висувається групою, а обіймає керівну посаду за прихованої згоди групи. Оскільки лідерство є системою стосунків у групі, його розглядають як групове явище, адже лідер завжди є елементом цієї структури. Психологічна суть лідерства полягає у здатності впливати на індивідів і групу, спрямовувати їхні зусилля на досягнення групових цілей.

На занятті Ви ознайомитеся з методикою «Лідер», яка дозволяє виявити лідерський потенціал особистості. Зауважимо, що згідно з системною теорією лідерства цей потенціал виявляється лише у процесі спільної групової діяльності. Саме розв'язання спільних завдань, коли індивіди мають змогу виявити свої здатності організувати групу, сприяє виникненню і формуванню лідерства, появі конкретного лідера.

**Мета:** оволодіння навичками виявлення лідерського потенціалу особистості, діагностики й аналізу власних лідерських якостей.

**Матеріали та обладнання:** опитувальник «Лідер».

#### *Хід роботи*

1. Ознайомитися зі вступним коментарем
2. Виконати методику в режимі самодіагностики.
3. Проаналізувати отримані індивідуальні результати.
4. Скласти інтерпретацію.

#### **МЕТОДИКА «Лідер»**

*Інструкція.* «Пропонуємо відповісти на 50 питань, до кожного з яких є два варіанти відповіді. Із двох запропонованих варіантів вам необхідно вибрати та відмітити лише один».

#### *Текст опитувальника*

1. Чи часто Ви буваєте в центрі уваги оточуючих?
  - а) Так;
  - б) Ні.
2. Чи вважаєте Ви, що багато хто з оточуючих людей мають вищий статус, ніж ви?
  - а) Так;
  - б) Ні.
3. Знаходячись на зборах людей, які рівні Вам за службовим становищем, чи відчуваєте Ви бажання не висловлювати свої думки, навіть коли це необхідно?
  - а) Так;
  - б) Ні.

4. Коли Ви були дитиною, чи подобалось Вам бути лідером серед ровесників?

- а) Так;
- б) Ні.

5. Чи відчуваєте Ви задоволення, якщо Вам вдасться переконати когось у чомусь?

- а) Так;
- б) Ні.

6. Чи трапляється, що Вас називають нерішучою людиною?

- а) Так;
- б) Ні.

7. Чи згодні Ви із твердженням: «Все найкорисніше у світі є результатом діяльності невеликого числа видатних людей?»

- а) Так;
- б) Ні.

8. Чи відчуваєте Ви велику необхідність у пораднику, який міг би спрямувати Вашу професійну активність?

- а) Так;
- б) Ні.

9. Чи зникало у Вас іноді терпіння у розмові з людьми?

- а) Так;
- б) Ні.

10. Чи приносить Вам задоволення бачити, що навколишні побоюються Вас?

- а) Так;
- б) Ні.

11. Чи намагаєтесь Ви займати за столом (на зборах, в компанії) таке місце, яке дозволяло б Вам бути в центрі уваги і контролювати ситуацію?

- а) Так;
- б) Ні.

12. Чи вважаєте, Ви, що ви маєте імпозантний вигляд?

- а) Так;
- б) Ні.

13. Чи вважаєте Ви себе мрійником?

- а) Так;
- б) Ні.

14. Чи губитеся Ви, якщо оточуючі люди не погоджуються з Вами?

- а) Так;
- б) Ні.

15. Випадало Вам з власної ініціативи організувати робочі, спортивні й інші команди та колективи?

- а) Так;
- б) Ні.

16. Якщо те, що Ви запланували, не дало очікуваних результатів, то Ви:  
а) будете раді, коли відповідальність за цю справу візьме хтось інший;  
б) візьмете на себе відповідальність і самі доведете справу до кінця.
17. Яка з цих двох думок Вам ближча?  
а) Справжній керівник повинен уміти сам робити ту справу, якою керує, і особисто брати участь у ній;  
б) Справжній керівник повинен вміти керувати іншими і не обов'язково робити справу сам.
18. З ким Ви переважно хочете працювати?  
а) Із покірними людьми;  
б) Із незалежними і самостійними людьми.
19. Ви прагнете уникати гострих дискусій?  
а) Так;  
б) Ні.
20. Коли Ви були дитиною, чи часто Ви стикалися з владністю ваших батьків?  
а) Так;  
б) Ні.
21. Чи вмієте Ви в дискусії на професійну тему схилити на свій бік тих, хто з Вами раніше не погоджувався?  
а) Так;  
б) Ні.
22. Уявіть собі таку картину: під час прогулянки з друзями в лісі ви заблукали. Наближається вечір, і необхідно приймати рішення. Як Ви поступите?  
а) Надасте можливість прийняти рішення найбільш компетентному з вас;  
б) Просто не будете нічого робити, розраховуючи на інших.
23. Є така приказка: «Краще бути першим у селі, ніж останнім у місті». Вона справедлива?  
а) Так;  
б) Ні.
24. Чи вважаєте Ви себе людиною, яка впливає на інших?  
а) Так;  
б) Ні.
25. Чи може невдача у вияві ініціативи змусити Вас ніколи цього не робити?  
а) Так;  
б) Ні.
26. Хто, на Вашу думку, справжній лідер?  
а) Найкомпетентніша людина;  
б) Той, у кого сильний характер.

27. Ви завжди прагнете зрозуміти і гідно оцінити людей?  
а) Так;  
б) Ні.
28. Ви поважаєте дисципліну?  
а) Так;  
б) Ні.
29. Кому з керівників ви надаєте перевагу?  
а) Тому, хто все вирішує сам;  
б) Тому, хто завжди радиться і поважає думку інших.
30. Який із наступних стилів керівництва, на Вашу думку, найкращий для роботи того підприємства, на якому Ви працюєте (вчитесь)?  
а) Колегіальний;  
б) Авторитарний.
31. У Вас часто створюється враження, що інші зловживають Вами?  
а) Так;  
б) Ні.
32. Який із наступних двох портретів більше нагадує Вас?  
а) Людина з сильним голосом, виразними жестами, за словом в кишеню не лізе;  
б) Людина зі спокійним тихим голосом, стримана, задумлива.
33. Як Ви будете вести себе на зборах чи нараді, якщо вважатимете, що Ваша думка правильна, а решта з Вами не згодні?  
а) Промовчу;  
б) Буду відстоювати свою думку.
34. Ви підкоряєте власні інтереси і поведінку інших людей справі, якою займаєтесь?  
а) Так;  
б) Ні.
35. Чи виникає у Вас почуття тривоги, якщо на Вас покладена відповідальність за якусь важливу справу?  
а) Так;  
б) Ні.
36. Чому б Ви надали перевагу?  
а) Працювати під керівництвом гарної людини;  
б) Працювати самостійно без керівника.
37. Яка Ваша думка відносно твердження: «Для того, щоб сімейне життя було хорошим, необхідно, щоб рішення в сім'ї приймав один з її членів?»  
а) Згоден;  
б) Не згоден.
38. Чи траплялося Вам купувати щось під впливом думки інших людей, а не виходячи з власної потреби?  
а) Так;  
б) Ні.

39. Чи вважаєте Ви свої організаторські здібності гарними?  
а) Так;  
б) Ні.
40. Як Ви поводите себе, зустрівшись з труднощами?  
а) У мене опускаються руки;  
б) У мене з'являється бажання їх подолати.
41. Чи робите Ви докори людям, якщо вони цього заслуговують?  
а) Так;  
б) Ні.
42. Ви вважаєте, що ваша нервова система у змозі витримати життєві навантаження?  
а) Так;  
б) Ні.
43. Як Ви вчините, коли вам запропонують провести реорганізацію вашого закладу?  
а) Введу потрібні зміни відразу ж;  
б) Не буду поспішати і спочатку все ретельно обдумаю.
44. Зможете Ви зупинити надто балакучого співрозмовника, якщо це необхідно?  
а) Так;  
б) Ні.
45. Чи згодні Ви з твердженням: «Для того, щоб бути щасливим, треба жити непомітно»?  
а) Так;  
б) Ні.
46. Ви вважаєте, що кожна людина повинна зробити щось видатне?  
а) Так;  
б) Ні.
47. Ким би Ви хотіли стати?  
а) Художником, поетом, композитором, вченим;  
б) Видатним керівником, політичним діячем.
48. Яку музику Вам приємно слухати?  
а) Могутню й урочисту;  
б) Тиху та ліричну.
49. Чи відчуваєте Ви хвилювання, чекаючи зустрічі з важливими та відомими людьми?  
а) Так;  
б) Ні.
50. Ви часто зустрічали людей із більш сильною волею, ніж ваша?  
а) так;  
б) ні.
- (За Р.Є.Немовим.)

### **Обробка результатів**

Відповідно з ключем визначається сума балів, яку отримує досліджуваний

Ключ: 1а, 2а, 3б, 4а, 5а, 6б, 7а, 8б, 9б, 10а, 11а, 12а, 13б, 14б, 15а, 16б, 17а, 18б, 19б, 20а, 21а, 22а, 23а, 24а, 25б, 26а, 27б, 28а, 29б, 30б, 31а, 32а, 33б, 34а, 35б, 36б, 37а, 38б, 39а, 40б, 41а, 42а, 43а, 44а, 45б, 46а, 47б, 48а, 49б, 50б.

За кожну відповідь, яка співпадає з ключем, досліджуваний отримує 1 бал, в іншому випадку – 0.

#### *Оцінні зони*

До 25 балів – якості лідера виражені слабо.

26–35 балів – якості лідера виражені середньо.

36–40 балів – лідерські якості виражені сильно.

Більше 40 – дана людина як лідер схильна до диктату.

Для ролі педагога краще за все підходить людина, у якої лідерські нахили виражені середньо або сильно, але без диктату.

### **Практичне завдання 5**

#### **Діагностика індивідуальних стратегій поведінки у конфліктних ситуаціях**

**Вступний коментар.** Традиційно конфлікти у групах розглядалися як небажане відхилення, яке має негативні наслідки. Проблема зводилась до того, як уникнути конфліктів. Сучасний погляд полягає у розумінні конфліктів як неминучого явища та природнього фрагменту соціального життя. Більше того, конфлікт розглядається з точки зору його позитивних ефектів: конфлікт веде до змін, зміни – до адаптації, адаптація – до виживання. Отже, конфлікт виконує функцію сигналу про наявність проблеми та стимулу до її розв'язання.

Проте, оскільки конфлікт може мати негативні наслідки, визнається необхідність управління конфліктами. Завдання управління конфліктом зводиться до переведення конфлікту у конструктивну форму, яка дозволяє використати його позитивний потенціал та мінімізувати можливі деструктивні наслідки, насамперед, за допомогою переговорної практики.

**Мета:** оволодіння навичками виявлення індивідуальних тенденцій поведінки у конфліктних ситуаціях, діагностики й аналізу власного стилю поведінки у конфліктних ситуаціях.

**Матеріали та обладнання:** опитувальник Томаса, ключ для обробки даних, бланк для відповідей.

#### ***Хід роботи***

1. Виконати методику в режимі самодіагностики.
2. Обробити результати.
3. Познайомитися з описом індивідуальних стратегій, спираючись на схему Томаса (рис. 1).
4. Дати письмову інтерпретацію отриманих результатів.

## **МЕТОДИКА схильності до конфліктної поведінки К.Томаса**

*Інструкція.* Вам буде запропоновано тест на виявлення індивідуальних тенденцій поведінки у конфліктних ситуаціях. Я буду зачитувати під відповідними номерами пару суджень, із яких потрібно вибрати одне. За яким принципом? Не за принципом «гарно-погано», «правильно-неправильно», а за принципом більшої ймовірності даної поведінки для Вас («частіше я поводжу себе так», «це більше схоже на мене» та ін.). Судження повторюються, але кожного разу зустрічаються у різних поєднаннях, тому не потрібно повторювати свій вибір, а навпаки, кожен раз вибирати наново. У своїх протоколах Ви записуєте номер, який я називаю, і букву «а», якщо Ви обрали перше судження, або «б», якщо друге».

### *Текст опитувальника*

1. А. Інколи я даю можливість іншим взяти на себе відповідальність за рішення спірного питання.  
Б. Замість того, щоб обговорювати те, у чому ми не згодні, я намагаюсь звернути увагу на те, з чим ми обидва згодні.
2. А. Я намагаюся знайти компромісне рішення.  
Б. Я прагну уладнати справу, враховуючи інтереси іншої людини і свої власні.
3. А. Звичайно я наполегливо добиваюся свого.  
Б. Інколи я жертвую власними інтересами заради інтересів іншої людини.
4. А. Я прагну знайти компромісне рішення.  
Б. Я намагаюся не вразити почуттів іншої людини.
5. А. Улагоджуючи спірну ситуацію, я завжди прагну знайти підтримку іншої людини.  
Б. Я намагаюся робити все, аби уникнути непотрібної напруги.
6. А. Я прагну уникнути неприємностей для себе.  
Б. Я завжди прагну домогтися свого.
7. А. Я намагаюся відкласти розв'язання спірного питання з тим, щоб згодом розв'язати його остаточно.  
Б. Я вважаю можливим у чомусь поступитися, аби досягти чогось іншого.
8. А. Як правило, я наполегливо прагну домогтися свого.  
Б. Перш за все, я прагну визначити зміст спірних питань.
9. А. Я думаю, що не завжди треба хвилюватися із приводу якихось суперечностей, що виникли.  
Б. Я докладаю зусилля для того, щоб досягти свого.
10. А. Я твердо прагну досягти свого.  
Б. Я намагаюся знайти компромісне рішення.
11. А. Перш за все, я намагаюся чітко визначити зміст спірних питань.  
Б. Я прагну заспокоїти іншого і, головне, зберегти наші стосунки.

12. А. Я визнаю за краще не обирати позицію, яка може викликати суперечку.

Б. Я даю можливість іншому в чомусь залишитися із своєю думкою, якщо він також іде назустріч.

13. А. Я пропоную середню позицію.

Б. Я наполягаю, щоб усе було зроблено по-моєму.

14. А. Я повідомляю іншому свою точку зору і цікавлюся його думкою.

Б. Я прагну показати іншому логіку і перевагу моїх поглядів.

15. А. Я намагаюся заспокоїти іншого і зберегти наші взаємини.

Б. Я прагну зробити все необхідне для того, щоб уникнути напруги.

16. А. Я намагаюся не зачіпати почуттів іншого.

Б. Як правило, я прагну переконати іншого у перевагах моєї позиції.

17. А. Як правило, я наполегливо намагаюся досягти свого.

Б. Я прагну зробити все, щоб запобігти непотрібній напрузі.

18. А. Якщо це зробить іншого щасливим, я дам йому можливість наполягти на своєму.

Б. Я дам іншому можливість залишитися із своєю думкою, якщо він іде мені назустріч.

19. А. Перш за все, я намагаюся визначити зміст спірних питань.

Б. Я намагаюся відкласти спірні питання для того, щоб з часом розв'язати їх остаточно.

20. А. Я намагаюся негайно подолати наші суперечності.

Б. Я прагну знайти найкраще поєднання переваг і втрат для нас обох.

21. А. Під час переговорів я прагну до прямого обговорення проблеми.

Б. Я завжди прагну бути уважним до іншого.

22. А. Я намагаюся знайти «середину» між моєю позицією та позицією іншої людини.

Б. Я відстоюю власну позицію.

23. А. Як правило, я дбаю про те, щоб задовольнити бажання кожного з нас.

Б. Інколи я даю можливість іншим взяти на себе відповідальність за розв'язання спірного питання.

24. А. Якщо позиція іншого здається йому важливою, я прагну йти йому назустріч.

Б. Я намагаюся переконати іншого піти на компроміс.

25. А. Я прагну переконати іншого у тому, що я маю рацію.

Б. Під час переговорів я намагаюся бути уважним до аргументів іншого.

26. А. Як правило, я пропоную середню позицію.

Б. Я майже завжди прагну задовольнити інтереси кожного з нас.

27. А. Дуже часто я прагну уникнути суперечок.

Б. Якщо це зробить іншого щасливим, я дам йому можливість наполягати на своєму.

28. А. Як правило, я наполегливо прагну досягти свого.

Б. Улагоджуючи спірну ситуацію, я намагаюся знайти підтримку в іншого.

29. А. Я пропоную середню ситуацію.

Б. Вважаю, що не завжди потрібно хвилюватися через те, що виникають розбіжності у думках.

30. А. Я намагаюся не зачіпати почуттів іншого.

Б. Я завжди обираю таку позицію у суперечці, щоб спільними зусиллями досягти успіху.

### **Обробка результатів**

Спочатку необхідно записати назви стратегій, а потім співставити відповіді з ключем. Отримані показники оцінюються наступним чином:

- значення від 0 до 5 є низькими, свідчать про невираженість даної стратегії в репертуарі поведінки;

- значення від 8 до 12 вважаються високими, вони дозволяють зробити висновок про вираженість даної стратегії у репертуарі поведінки.

#### **Ключ**

1. Суперництво: 3А, 6Б, 8А, 9Б, 10А, 13Б, 14В, 16 Б, 17А, 22 Б, 25А, 28А.

2. Співробітництво: 2 Б, 5А, 8 Б, 11А, 14А, 19А, 20А, 21 Б, 23 Б, 26 Б, 28 Б, 30 Б.

3. Компроміс: 2А, 4А, 7 Б, 10 Б, 12 Б, 13А, 18 Б, 22А, 23А, 24 Б, 26А, 29А.

4. Уникання: 1А, 5 Б, 6А, 7А, 9А, 12А, 15 Б, 17 Б, 19 Б, 20 Б, 27А, 29 Б.

5. Поступливість (приспонування): 1 Б, 3 Б, 4 Б, 11 Б, 15А, 16А, 18А, 21 А, 24А, 25 Б, 27 Б, 30А.

### **Характеристика стратегій поведінки у конфліктній ситуації**

**Суперництво** (домінування, конкуренція, напористість) – орієнтація на досягнення своїх інтересів у поєднанні з нехтуванням інтересами інших; часто використовується; оцінюється як така, що призводить до втрат у міжособистісних взаєминах або їх руйнування.

**Поступливість** (приспонування) – орієнтація на нехтування своїми інтересами в ім'я збереження взаємин та уникання ускладнень; часто застосовується; оцінюється як нездатність вирішувати проблеми.

**Уникання** – тенденція втечі від розв'язання проблеми; часто використовується; оцінюється як неефективна, така, що потенційно призводить до накопичення та загострення проблем.

**Компроміс** – стратегія поступок при поступках іншої сторони; як спосіб вирішення проблем має певні недоліки (вимушеність, неповна задоволеність сторін, нестабільність рішення); як характеристика поведінки оцінюється позитивно.

**Співробітництво** – орієнтація на максимальне задоволення як власних інтересів, так і інтересів іншої сторони; як спосіб вирішення проблем і психологічна схильність оцінюється найвище.

Застосування будь-якої стратегії може бути повністю виправданим і визначається особливостями конкретної ситуації, відносно якої і потрібно оцінювати її ефективність. Опитувальник виявляє індивідуальну схильність людини до використання тих або інших стратегій. Сильна вираженість тієї чи іншої стратегії у поведінковому репертуарі може розглядатися як характерологічна особливість, що потенційно призводить до деструктивних (суперництво, поступливість, уникання) або конструктивних (компроміс, співробітництво) наслідків у міжособистісних стосунках.



**Рис 1. Основні стратегії поведінки у конфліктній ситуації (схема К.Томаса)**

## ЛІТЕРАТУРА

### ОСНОВНА ЛІТЕРАТУРА

1. Дуткевич Т. В. Загальна психологія: навч.посіб. Київ: Центр учбової літератури, 2016. С. 240-274.
2. Загальна психологія: підручник. / С.Д.Максименко та ін.2-ге вид. Київ: Вінниця: Нова Книга, 2008. С. 51-76.
3. Загальна психологія: підручник / О. В. Скрипченко, Л. В. Долинська, З. В. Огороднійчук та ін. Київ: Либідь, 2005. С. 422 - 441.
4. М'ясоїд П. А. Загальна психологія: навч. Посібник. Київ: Вища школа. 2004. С.225-240.

5. Основи соціальної психології : підручник для закладів вищої освіти / П. П. Горностай, М. М. Слюсаревський, В. О. Татенко, Т. М. Титаренко, Н. В. Хазратова та ін. ; за ред. М. М. Слюсаревського. Київ: Талком, 2018. С.255-306; С.393-449.

6. Партико Т. Б. Загальна психологія: підручник. Київ: Видавничий Дім «Ін Юре», 2008. С.154-176.

7. Психологія: підручник / Трофімов Ю. Л., Рибалка В. В., Гончарук П. А. та ін; за ред. Ю. Л. Трофімова. 5-е видання. Київ: Либідь, 2005. С. 453-467.

### **ДОДАТКОВА ЛІТЕРАТУРА**

8. Групові ресурси подолання наслідків негативних соціальних явищ: практичний посібник / Л. Г. Чорна, П. П. Горностай, В. І. Вус, О. Л. Коробанова, О. Т. Плетка; за наук. ред. Л. Г. Чорної ; Національна академія педагогічних наук України, Інститут соціальної та політичної психології. Кропивницький: Імекс-ЛТД, 2021. 98 с.

9. Майєрс Д. Соціальна психологія: пер. з англ. СПб.: Пітер, 2000. 688 с. (рос.)

10. Менеджмент соціальних конфліктів: метод. рек. / за ред. І.Петренко. Київ: Інститут соціальної та політичної психології, 2020.77 с.

11. Оптимізація групової взаємодії в малих групах: посібник / П. П. Горностай, Л. Г. Чорна, О. Л. Коробанова, О. Т. Плетка, Г. В. Циганенко; за наук. ред. П. П. Горностая; Національна академія педагогічних наук України, Інститут соціальної та політичної психології. Кропивницький: Імекс-ЛТД, 2020. 126 с.

12. Орбан-Лембрик Л.Е. Соціальна психологія. К.:Академвидав, 2003. 568с.

13. Психологія міжгрупової взаємодії у вимірах війни і миру: навчальний посібник / Л. Г. Чорна, П. П. Горностай, В. І. Вус, О. Л. Коробанова, О. Т. Плетка; за наук. ред. Л. Г. Чорної ; Національна академія педагогічних наук України, Інститут соціальної та політичної психології. Кропивницький: Імекс ЛТД, 2023. 146 с.

14. Проблемна взаємодія в групах: феноменологія, чинники, профілактика: монографія / Л. Г. Чорна та ін.; Національна академія педагогічних наук України, Інститут соціальної та політичної психології, 2021. 125 с.

## ЧАСТИНА 3.

### ІНДИВІДУАЛЬНО-ПСИХОЛОГІЧНІ ВЛАСТИВОСТІ ОСОБИСТОСТІ

#### Розділ 1. ТЕМПЕРАМЕНТ

Аналіз індивідуально-типологічних властивостей особистості традиційно починається з поняття темпераменту. Темперамент (лат. *temperamentum* – відповідне співвідношення рис) – це індивідуально своєрідна сукупність властивостей психіки, що виявляються у певній збудливості, емоційній вразливості, врівноваженості й швидкості перебігу психічних реакцій індивіда. Зазначені особливості характеризують динамічний (темп, ритм, швидкість, інтенсивність) та емоційний бік (здатність до емоційних переживань) психічної діяльності й поведінки індивіда, відзначаються стійкістю й практично не залежать від змісту, цілей, мотивів діяльності та зберігають відносну постійність упродовж життя. Темперамент є природною основою, біологічним фундаментом, на якому формується особистість як соціальна істота.

Темперамент належить до первинних форм об'єднання різних процесів і властивостей людини, завдяки яким складається особистість і характер. Знайомлячись із сучасними науковими уявленнями про темперамент як психічну властивість особистості, потрібно з'ясувати ряд загальнометодологічних питань:

1) про місце і значення темпераменту в багаторівневій ієрархії індивідуальних властивостей. Темперамент як одна з найбільш ранніх за походженням і простих за структурою форм вищого психічного синтезу, що утворюють індивідні властивості людини, особливо тісно пов'язаний з тілесною конституцією людини. Остання об'єднує декілька груп властивостей (морфологічних, біохімічних, фізіологічних), які в сукупності, але за провідного впливу властивостей нервової системи, складають основу і механізм темпераменту. У свою чергу і сам темперамент є передумовою і основою особистісних утворень більш високого рівня (наприклад, характеру);

2) про характерні ознаки темпераменту, які необхідно знати для розпізнавання представників різних типів темпераменту як при вирішенні діагностичних психологічних задач, так і в повсякденній практиці реального спілкування й взаємодії. Діагностика типу темпераменту за індивідуальними психологічними рисами повинна бути обґрунтованою вказівками на основні властивості темпераменту, які складають його симптомокомплекс;

3) про сутність темпераменту. Враховуючи глибокий, суттєвий зв'язок темпераменту з емоційністю, можна вказати, зокрема, на значення темпераменту в такій регуляції динаміки психічної діяльності, яка забезпечує оптимальну життєдіяльність індивіда, збереження основних життєвих констант організму. Велике значення має й енергетичний

аспект функції темпераменту. Його основні властивості – емоційність і активність, особливо рухова, – є найбільш «енергоємними» характеристиками психіки. Для темпераменту характерна своєрідна енергетична інваріантність, яка виявляється в тому, що різні динамічні характеристики психіки тією мірою, якою вони визначаються темпераментом, знаходяться між собою у відношенні взаємодоповняльності і компенсації, так що сумарний «енергетичний» потенціал цих характеристик немов би залишається постійним;

4) необхідно також звернути увагу на питання співвідношення темпераменту з продуктивністю психічної діяльності. Дослідження В.М.Теплова, Е.А.Климова, Н.С.Лейтеса, В.С.Мерліна та ін. показують, що різні типи темпераменту надають однакові можливості для продуктивності психічної діяльності, але рівноцінність різних типів темпераментів у той же час означає наявність різних стилів тих шляхів і засобів, за допомогою яких досягаються результати.

## МАТЕРІАЛИ ДЛЯ ПІДГОТОВКИ ДО ЗАНЯТТЯ

### ПЛАН

1. Поняття про темперамент: історичний та теоретичний аспекти.
2. Фізіологічні основи темпераменту. Тип ВНД і темперамент.
3. Психологічні властивості темпераменту.
4. Типи темпераментів та їх психологічні характеристики.
5. Темперамент і діяльність.

**Ключові поняття:** темперамент, гуморальна, морфологічна, фізіологічна теорії темпераменту, основні характеристики типів вищої нервової діяльності: сила, врівноваженість, рухливість, лабільність, динамічність; типи темпераменту: сангвінік, холерик, флегматик, меланхолік; психологічні властивості темпераменту: сенситивність, реактивність, активність, темп реакції, пластичність, ригідність, емоційна збудливість, резистентність, екстравертність, інтровертність.

### СТИСЛИЙ ЗМІСТ ТЕМИ

**1. Поняття про темперамент: історичний та теоретичний аспекти.** Розглядаючи історичний аспект вчення про темперамент, потрібно звернути увагу на той факт, що вивчення індивідуальних психологічних особливостей людини триває майже 2,5 тис. років, а психологічні знання про темперамент – найстаріші психологічні знання. Проте й зараз у проблематиці темпераменту є багато суперечливого та незрозумілого. Зокрема, ставиться під сумнів сама можливість психологічних типологій, до цих пір дискутуються питання про кількість можливих типів, про роль природних основ темпераменту та ін.

Найдавнішою теорією темпераменту вважається концепція давньогрецького лікаря й філософа Гіппократа (460–377 рр. до н.е.), який уперше зробив спробу з'ясувати, чим зумовлюються індивідуальні відмінності у поведінці людей. Гіппократ стверджував, що люди розрізняються за співвідношенням чотирьох основних «соків» життя, – крові, флегми, жовтої жовчі та чорної жовчі. На основі вчення Гіппократа, давньоримський лікар Клавдій Гален (II ст. до н.е.) розробив першу типологію темпераментів, яку виклав у відомому трактаті «De temperamentum». Згідно його вчення, тип темпераменту залежить від переважання в організмі одного із соків. У науку ця теорія увійшла під назвою *гуморальної* (від лат. humor – рідина, соки організму). Гален дав назву типам темпераменту, які й у наш час користуються широкою популярністю: сангвінік (від лат. sanguis – «кров»), флегматик (від грец. – phlegma – «флегма»), холерик (від грец. chole – «жовч») і меланхоліка (від грец. melas chole – «чорна жовч»). Ця типологія виявила свою практичну корисність у тому, що містила доволі точний опис узагальнених портретів людей, за допомогою яких можна було передбачити поведінку людини з певним типом темпераменту в конкретних життєвих ситуаціях. Концепція античних вчених Гіппократа та Галена, хоча вона й не давала правильного пояснення фізіологічних основ темпераменту, стала своєрідним міфом психологічної науки, мала величезний вплив на вчених упродовж багатьох віків і не втратила своєї привабливості й у наш час. Варто зауважити, що студенти більш охоче запам'ятовують і відтворюють положення про вплив «флегми», «чорної жовчі» тощо на індивідуальну поведінку, ніж чіткі та логічні критерії для розрізнення темпераменту, сформульовані сучасними дослідниками.

*Морфологічну теорію темпераменту* запропонував німецький психолог і психіатр Ернст Кречмер (1888–1964), який відстоював залежність психічного складу людини від будови (конституції тіла). Він запропонував класифікацію типів конституції і вважав, що кожному з них відповідає свій темперамент: пікнічному – циклотимний (*гіпоманіки*: палко рухливі, нестримні; *синтонні*: практичні реалісти, гумористи; *важкокровні*), астеничному, атлетичному, й диспластичному – шизотимний (*гіперестетики*: дратівливі, нервові, ніжні, самозаглиблені ідеалісти; *шизотимні*: холодно-крово енергійні, систематично послідовні, спокійно аристократичні; *анестетики*: холодні, вперті, байдужі). Система Е. Кречмера у першу чергу була призначена для діагностики психічних захворювань, вона дозволяла передбачити напрямки і форми негативних змін психіки індивіда.

Зверніть увагу на те, що гуморальна і морфологічна теорії темпераменту мають серйозні недоліки. Вони відстоюють як першооснову темпераменту фізіологічні системи організму, які не мають для цього необхідних властивостей. Крім цього, ці теорії стирають грань між темпераментами хворої і здорової людини, пояснюючи темперамент лише біологічними факторами, тоді як темперамент – це *категорія психобіологічна*, його властивості не є повністю ні природженими, ні залежними від середовища.

## 2. Фізіологічні основи темпераменту. Тип ВНД і темперамент.

Наукове (експериментальне) вивчення темпераменту бере свій початок з робіт фізіолога І.П. Павлова (1849–1936), в яких описані нейрофізіологічні дослідження типів нервової системи й вищої нервової діяльності. І.П. Павлов, вивчаючи особливості вироблення умовних рефлексів у тварин, звернув увагу на індивідуальні розбіжності в їхній поведінці й особливостях перебігу умовнорефлекторної діяльності, що виявлялися насамперед у таких аспектах, як швидкість і точність утворення умовних рефлексів, а також в особливостях їхнього загасання. Учений висунув гіпотезу про те, що індивідуальні відмінності не можуть бути пояснені тільки розмаїтістю експериментальних ситуацій: у їх основі лежать деякі фундаментальні властивості нервових процесів збудження і гальмування. Істотною рисою вчення Павлова про фізіологічні основи темпераменту є те, що ці основи він вбачав в *особливостях функціонування кори великих півкуль*, її умовнорефлекторної діяльності. Учений довів, що нервові процеси в корі великих півкуль характеризуються певними властивостями, які у своєму поєднанні утворюють тип вищої нервової діяльності. Цими властивостями є *сила* (або слабкість) процесів збудження і гальмування, їхня *урівно-важеність* (або переважання одного з них над іншим) і *рухливість* (чи інертність).

*Сила збудження* відображає працездатність нервової клітини, яка виявляється у функціональній витривалості, тобто в здатності витримувати тривале або короткочасне, але сильне збудження, не переходячи при цьому у протилежний стан гальмування. *Сила гальмування* виявляється в здібності до утворення різних гальмівних умовних реакцій, таких, як згасання і диференціювання.

Співвідношення сили процесів збудження і гальмування показує, чи є даний індивід *врівноваженим* або *неврівноваженим*.

*Рухливість* нервових процесів виявляється у швидкості переходу одного нервового процесу в інший та в здатності до зміни поведінки відповідно до змін умов життя. Мірою цієї властивості нервової системи є швидкість переходу від однієї дії до іншої, від пасивного стану до активного, і навпаки. Протилежною характеристикою рухливості є *інертність нервових процесів*.

Виділені Павловим властивості нервових процесів утворюють певні комбінації, які визначають тип нервової системи, або тип вищої нервової діяльності. Він складається з характерної для окремих індивідів сукупності основних властивостей нервової системи – сили, врівноваженості й рухливості процесів збудження і гальмування.

І.П. Павлов виділив чотири основні типи нервової системи. За силою нервових процесів розрізняються сильні і слабкі типи. Сильні типи поділяються на урівноважених і неуврівноважених, підставою їх розподілу є врівноваженість нервових процесів. Неврівноважений тип характеризується переважанням збудження над гальмуванням. У свою чергу, сильні урівноважені типи діляться на рухливі та інертні, коли підставою розподілу є рухливість нервових процесів.

Виділені І.П. Павловим типи нервової системи за своїми основними характеристиками співвідносяться з чотирма класичними типами темпераменту:

- сильний, урівноважений, рухливий – жвавий тип (сангвінік);
- сильний, урівноважений, інертний – спокійний, але малорухливий тип (флегматик);
- сильний, неуврівноважений тип з переважанням збудження – збудливий, нестримний тип (холерик);
- слабкий тип – гальмівний тип (меланхолік).

Отже, І.П. Павлов розумів тип нервової системи як природжений, який мало піддається змінам під впливом середовища і виховання. На його думку, властивості нервової системи утворюють фізіологічну основу темпераменту, який є психічним виявом загального типу нервової системи. Але пояснення психологічної природи темпераменту з позицій типологічних особливостей нервової системи недостатньо.

У 60-х роках ХХ ст. завдяки дослідженням Б.М. Теплова (1961), а потім В.С. Мерліна (1964) та В.Д. Небиліцина (1966) типологія Павлова була доповнена новими елементами.

Б.М. Теплов (1896–1965) виділив ще дві властивості нервових процесів: *лабільність* і *динамічність*. *Лабільність* нервової системи виявляється у швидкості виникнення і припинення нервових процесів. *Динамічність* нервових процесів виявляється в легкості й швидкості утворення позитивних (динамічність збудження) і гальмівних (динамічність гальмування) умовних рефлексів.

В.Д. Небиліцин (1930–1972) розробив 12-вимірну класифікацію властивостей нервової системи людини, до якої увійшли вісім первинних властивостей (сила, рухливість, динамічність і лабільність по відношенню до збудження і гальмування) і чотири вторинні властивості (урівноваженість за цими основними властивостями). Показано, що дані властивості мають відношення як до всієї нервової системи (її загальні властивості), так і до окремих аналізаторів (парціальні властивості). Властивості темпераменту, які ґрунтуються на певному типі нервової системи, є найбільш стійкими і постійними порівняно з іншими особливостями людини. Властивості нервової системи необхідно вивчати з урахуванням особливостей поведінки людей в життєвих ситуаціях і поведінці.

**3. Психологічні властивості темпераменту.** Психологічною характеристикою темпераменту є не самі по собі властивості нервової системи або їх поєднання, а типові особливості перебігу психічних процесів і поведінки. Так, основними компонентами темпераменту (за В.Д. Небиліциним) є:

- загальна психічна активність, яка характеризує не змістовний, а енергетичний рівень поведінки (млявий, інертний, бурхливий, нестримний вияв енергії);

- моторика – виявляється у швидкості, різкості, амплітуді м'язових рухів, мовнорухових особливостях, почерку тощо;

- емоціональність – відображає здатність до емоційних переживань. Власне динамічний або процесуальний аспект темпераменту визначає:

- 1) швидкість виникнення психічних процесів (відображає сенсомоторну реактивність, що характеризується швидкістю появи відповіді на подразник), їх стійкість;

- 2) інтенсивність психічних процесів.

Це індивідуальні властивості темпераменту, які є природженими та індивідуально своєрідними.

- 3) діапазон темпу і ритму діяльності та поведінки (показники динаміки оволодіння і виконання операцій і способу дій). У цьому аспекті темперамент характеризує людину як суб'єкта діяльності. Певне поєднання властивостей темпераменту, які виявляються у пізнавальних процесах, діях і спілкуванні людини, визначає її *індивідуальний стиль діяльності*.

Емоціональність людини є також однією з найважливіших формально-динамічних характеристик темпераменту. Вона визначається швидкістю появи емоційної реакції, афекту або переживання після початку дії подразника або появи значущої ситуації та складається з наступних компонентів:

- 1) якість (модальність) емоції, яка переважає на даний момент (радість, гнів, сум, здивування, страх тощо);

- 2) емоційну збудливість (швидкість і легкість виникнення емоційних переживань);

- 3) силу (інтенсивність) емоційних переживань (вразливість – емоційна холодність);

- 4) рівень емоційної стійкості (здатність виконувати задану роботу в емоційно складних і несприятливих умовах).

Емоціональність енергізує діяльність («енергетика мотивів»), залежно від задоволення чи незадоволення мотивів змінюється її продуктивність та якість.

Динамічні відмінності за емоціональністю виявляються у ступені *вразливості*, в *імпульсивності*, *емоційній лабільності* (швидкість, з якою припиняється емоційний стан або відбувається зміна одного переживання іншим). Емоціональні властивості темпераменту є формами вияву особистісних характеристик.

Визначаючи тип темпераменту, необхідно враховувати також індивідуальну схильність реагувати на ситуацію переважно однією з природжених емоцій. Як показали дослідження, людина зі слабким типом нервової системи (меланхолік) особливо схильна до реакції страху, її емоційні переживання, як правило, довготривалі та мають інтрапунітивну спрямованість – депресія, нудьга, печаль, почуття провини, сорому, сором'язливість; люди із сильним типом (холерик) – до гніву й лютості, сангвінік –

до позитивних емоцій (проте іноді відмічають деяку внутрішню холодність сангвініка попри його зовнішню комунікабельність та формальну емпатійність), а флегматик через інертність пізнавальних процесів взагалі не схильний до бурхливого емоційного реагування, хоча потенційно він, як і сангвінік, тяжіє до позитивних емоцій.

Отже, темперамент як індивідуальна характеристика, з одного боку, створює фундамент, основу для формування суб'єктних властивостей, а з іншого – визначає форму і динаміку їх вияву. Щоб краще зрозуміти індивідуально-типологічні відмінності, правильно визначати індивідуальний стиль діяльності конкретної людини, учня, слід розглянути основні компоненти темпераменту (загальну психологічну активність, моторику, емоційність) крізь призму пізнавальних процесів, предметної діяльності і спілкування, перш за все, звернувши увагу на швидкість виникнення психічних процесів, їх інтенсивність, стійкість, темп і ритм діяльності та поведінки.

Проблема психологічної характеристики темпераменту в життєвих ситуаціях активно досліджувалася В.С. Мерліним (1892–1982) і його співробітниками. До конкретних властивостей темпераменту В.С. Мерлін відносить:

1) особливості емоційно-вольової сфери:

- активність;
- стриманість;
- емоційну збудливість;
- швидкість виникнення і зміну почуттів;
- особливості настрою;
- стан тривоги;

2) працездатність;

3) швидкість входження в нову роботу;

4) загальну ригідність особистості;

5) швидкість засвоєння і переробки навичок;

6) особливості уваги (обсяг, концентрація, розподіл, переключення).

У психології розроблена також класифікація темпераментів, яка ґрунтується на врахуванні динамічних аспектів таких психологічних особливостей, як *екстраверсія* й *інтроверсія*, а також на відмінностях, пов'язаних з *емоційною стійкістю* (стабільністю) – на одному полюсі – постійність настроїв, упевненість у собі, високий опір негативним впливам, а на іншому – різка зміна настроїв, дратівливість, образливість, високий рівень тривожності.

*Екстравертам* властиві сила й рухливість нервових процесів і, в зв'язку з цим, імпульсивність, гнучкість поведінки. Екстраверт характеризується як комунікабельний, відкритий, говіркий, ініціативний, рухливий, безтурботний тип.

*Інтровертам* притаманні слабкість та інертність нервових процесів. Це пасивний, миролюбний, схильний до самоаналізу, надійний тип, який

має ускладнення в соціальній адаптації, замкнений на своєму внутрішньому світі.

Індивідуальні особливості екстраверсії/інтроверсії та їх зв'язок із індивідуальними відмінностями у властивостях нервової системи досліджував англійським психологом Гансом Айзенком. У результаті Айзенк започаткував новий підхід до визначення основних типів темпераменту: сполучення екстраверсії та емоційної нестабільності (холерик), екстраверсії та емоційної стійкості (сангвінік), інтроверсії та емоційної стійкості (флегматик), інтроверсії та емоційної нестабільності (меланхолік). Екстраверсія та інтроверсія зумовлюються спадково, переважно по материнській лінії.

Досліджуючи темперамент за тестом-питальником ЕРІ, слід урахувати, що Айзенк не проводить чіткої межі між темпераментом і особистістю. Різниця між ними полягає у тому, що особистість – це соціопсихічна категорія, яка охоплює все багатство змістовних характеристик людини, тоді як темперамент охоплює лише формальні аспекти поведінки (чутливість, емоційність, активність і т.д.).

**4. Типи темпераментів та їх психологічні характеристики.** Психологічна характеристика типів темпераментів за В.С. Мерліним визначається такими основними психічними властивостями:

- *Сенситивність* – це міра чутливості до явищ дійсності, з якими стикається людина. Це цілісна властивість сенсорної організації індивіда, яка означає виникнення психічної реакції на зовнішній подразник найменшої сили. Сенситивні особи дуже чутливі, вразливі.

- *Реактивність* – показує ступінь мимовільності реакцій на зовнішні або внутрішні впливи. Виявляється в темпі, силі і формі відповіді, а найяскравіше в емоційній вразливості.

- *Активність* характеризується такими показниками як прагнення до продовження розпочатої діяльності, сила натиску, жвавість рухів, енергійність дій, витривалість щодо напруження, пов'язаного з активністю, різноманітність здійснюваних дій, схильність їх варіювати тощо. Про характер співвідношення активності і реактивності роблять висновок, зважаючи на те, від чого переважно залежить діяльність людини: від випадкових обставин чи від намічених цілей, прагнень. Між реактивністю і активністю встановлено негативний зв'язок. Високо реактивні індивіди характеризуються зниженою активністю, їхня діяльність мало інтенсивна. Особам з низькою реактивністю властива висока активність.

- *Темп реакції* – це швидкість перебігу різних психічних процесів і реакцій (швидкість переробки інформації, що впливає на органи чуттів, швидкість рухів, динаміка запам'ятовування, забування, відтворення, час розв'язування задачі, темп мови тощо).

- *Пластичність* та *ригідність* показують, наскільки гнучко і легко пристосовується людина до зміни зовнішніх впливів або, навпаки, наскільки інертні її поведінка, звички, судження. Завдяки пластичності психічної

діяльності перебудовуються або компенсуються особливості вищої нервової діяльності.

- *Емоційна збудливість* – це готовність емоційно реагувати на значущі для людини подразники, що може виявлятися в таких особливостях поведінки, як дратівливість, запальність.

- *Резистентність* – це можливість чинити опір негативним або несприятливим обставинам (в стресових ситуаціях – аварії, конфлікти тощо).

- *Екстраверсія та інтроверсія*.

Сполучення цих властивостей утворює певний тип темпераменту.

*Сангвінік*: знижена сензитивність; висока реактивність і активність; урівноваженість; пластичність; екстравертованість; підвищена емоційна збудливість; прискорений темп реакцій.

*Холерик*: знижена сензитивність; висока реактивність; ригідність; екстравертованість; підвищена емоційна збудливість; прискорений темп реакцій.

*Флегматик*: знижена сензитивність; низька реактивність; висока активність; ригідність; інтровертованість; знижена емоційна збудливість; уповільнений темп реакцій.

*Меланхолік*: підвищена емоційна сензитивність; невисока реактивність та активність; ригідність; інтровертованість; підвищена емоційна збудливість; депресивний характер емоцій; уповільнений темп реакцій; низька резистентність.

Зауважимо, що у тих випадках, коли потрібно визначити тип темпераменту конкретної людини за нечисельними або навіть одноразовими проявами, то з найбільшою точністю це можна зробити в максимально важких для цих проявів умовах. Наприклад, для судження про активність необхідно спостереження відповідних проявів в умовах втоми, для висновку про лабільність або ригідність необхідний аналіз про перебудову дій в умовах, що швидко змінюються і т.д.

На сьогодні визначення типів темпераменту ще не завершено. Однією з найбільш відомих розробок у цьому напрямку є «спеціальна теорія індивідуальності» В.М. Русалова. Основним методологічним положенням її є положення про те, що змістовні аспекти психічної діяльності людини у процесі її розвитку потрапляють під вплив соціально зумовлених закономірностей, а формальні характеристики підпорядковані еволюційно-генетичним законам. Відповідно, темперамент реалізується у двох аспектах і у кожної людини є два темпераменти: «соціальний» – проявляється в соціальній сфері в особливостях комунікативно орієнтованих стратегій; «предметний» – визначає особливості об'єктно орієнтованих стратегій, які проявляються у предметній сфері. У структурі темпераменту Русалов виділяє чотири основні блоки: ергічність (витривалість), темп (швидкість), пластичність та емоційність (чутливість), які оцінюються у соціальній та предметній сфері. Передбачається, що у спілкуванні та діяльності вони

виявляються по-різному. Згодом дана теорія знайшла експериментальне підтвердження (А.В. Лібін).

**5. Темперамент і діяльність.** Залежно від змісту та умов діяльності темперамент особистості виявляється по-різному, відіграє позитивну або негативну роль. Там, де потрібна висока працездатність, витривалість, краще проявляє себе сильний тип нервової системи, а де потрібно виявити співчуття, емпатію, там краще це вдається слабкому типу нервової системи.

Неврівноваженість холерика шкодить там, де вимагається витримка, терплячість. Холеричний темперамент має ту перевагу, що дозволяє зосередити значні зусилля в короткий проміжок часу. Надміру млявий темп рухів, монотонна мова флегматика не сприяють успіху в діяльності, яка вимагає значної рухливості, швидкості впливу на інших, але натомість представники флегматичного темпераменту мають цінну здатність довго і наполегливо працювати, домагаючись визначеної мети. Слабкість збудження і гальмування дій, що притаманна меланхоліку, призводить до лякливості, нерішучості. Меланхоліки відзначаються повільним входженням в роботу, але й великою витримкою. Людям сангвінічного типу притаманна швидка реакція, вони легко і швидко пристосовуються до нових обставин, умов життя та діяльності, відзначаються підвищеною працездатністю, особливо на початковому етапі роботи, але в кінці знижують працездатність через швидку втомлюваність і зменшення інтересу. Схильність сангвініка до новизни, нудьга за одноманітною, хоча й важливою діяльністю, знижує активність та постійно викликає прагнення до нового, модного. Регламентація діяльності сангвініків і холериків призводить до їх швидкої втоми, тому вони віддають перевагу діям, які можна довільно припинити, а також прагнуть до чергування неоднорідних дій. Цим типам показана зміна способів або типу роботи, що дозволяє цим людям тривалий час працювати ефективно без перерви і з малою кількістю зроблених помилок. Флегматики і меланхоліки, навпаки, в умовах строгої регламентації діяльності показують більшу опірність і продуктивність, ніж холерики і сангвініки. *Поміркуйте над тим, яким типам темпераменту слід формулювати робочі інструкції докладні, детальні, а яким – узагальнені, що містять мінімальну кількість додаткових вказівок.*

Розглядаючи питання про вплив типу темпераменту на ефективність діяльності, важливо зрозуміти, що не існує «хорошого» або «поганого» темпераменту. Кожний темперамент має в конкретних видах діяльності свої недоліки та переваги. Властивості темпераменту є психологічно рівноцінними і визначають спосіб, а не рівень досягнень людини, складаючи основу її *індивідуального стилю діяльності* – характерну для кожного суб'єкта сукупність способів, що забезпечують успішність виконання якоїсь дії, компенсуючи недоліки деяких властивостей за рахунок сильних сторін.

Проте існує коло професій, які пов'язані з діяльністю людини в екстремальних умовах (льотчики, космонавти, диспетчери та ін.) і вимагають *професійної придатності*, тобто сукупності певних властивостей темпераменту індивіда, які зумовлюють успішність складної професійної діяльності. Тут доцільно застосовувати професійний відбір, який здійснюється на підставі психологічної діагностики властивостей темпераменту. Темперамент визначається за експериментальними психофізіологічними даними і опитувальниками. Кожна людина, визначивши тип свого темпераменту, зможе ефективніше використовувати його позитивні риси та пом'якшувати негативні.

Отже, з урахуванням умов діяльності властивості темпераменту мають не абсолютну, а відносну рівноцінність. Щодо навчальної діяльності, то вона не належить до екстремальних, а тому властивості темпераменту і нервової системи впливають на її успішність опосередковано. *Для оптимізації навчання* учитель зобов'язаний знати вікові особливості темпераменту своїх учнів і враховувати їх у навчально-виховній роботі, професійній орієнтації, трудовій діяльності. Діяльність *холерика* слід контролювати якомога частіше, в роботі з ним неприпустимі різкість, нестриманість, оскільки вони можуть викликати негативну реакцію у відповідь. Разом з тим будь-який проступок холерика повинен бути вимогливо і справедливо засуджений. Стосовно нього негативну оцінку допустимо застосовувати в дуже енергійній формі і так часто, наскільки це вимагається для покращення результатів його роботи або навчання. Перед *сангвініком* потрібно безперервно ставити нові, по можливості, цікаві завдання, які вимагали б від нього зосередженості й напруження, необхідно постійно залучати його до активної діяльності і систематично заохочувати його зусилля. Флегматика потрібно залучити до активної діяльності й зацікавити. Він потребує до себе систематичної уваги. Його не можна швидко переключати з одного завдання на інше. Стосовно меланхоліка неприпустимі не лише різкість, грубощі, а й просто підвищений тон, іронія. Про негативний вчинок, скоєний меланхоліком, краще делікатно поговорити з ним наодинці. До нього слід виявляти підвищену увагу, вчасно похвалити за успіхи, рішучість, волю. Негативну оцінку потрібно використовувати якомога обережніше, всіляко намагаючись пом'якшити її негативний вплив.

### **ЗАВДАННЯ ДЛЯ САМОСТІЙНОЇ РОБОТИ З ТЕОРЕТИЧНИМ МАТЕРІАЛОМ**

1. На основі рекомендованої літератури выпишіть у психологічний словник визначення ключових понять даної теми. На відповідній схемі покажіть взаємозв'язки між ними.
2. Уважно опрацюйте зміст лекції та відповідний розділ з рекомендованих підручників або посібників.
3. До семінарського заняття опрацюйте запропоновану літературу з використанням різних видів запису (анотацій, тез, виписок, цитат та ін.) залежно від значущості джерела для розкриття того чи іншого питання.

4. Використовуючи таблицю, розміщену в «Атласі з психології» за ред. М.В. Гамезо та І.А. Домашенко (с. 221), поясніть залежність властивостей темпераменту від основних властивостей нервової системи. Чим зумовлена ця залежність?

5. Складіть порівняльну характеристику сильних і слабких сторін кожного типу темпераменту і подайте її у вигляді таблиці. Чи можна компенсувати несприятливі для діяльності властивості темпераменту?

6. Підготуйте реферат на одну із запропонованих тем.

7. Розв'яжіть психологічні задачі.

8. Оберіть одне із запропонованих дослідних завдань та проведіть психологічне дослідження в школі.

9. Перевірте свою готовність до заняття, відповівши на запропоновані питання для самоперевірки.

### **ТЕМИ РЕФЕРАТІВ**

1. Організм, нервова система і темперамент.
2. Проблема класифікації темпераментів: від античності до сучасності.
3. Проблема співвідношення типологічних і вікових особливостей темпераменту.
4. Вплив темпераменту на психічний розвиток особистості.
5. Концепція темпераменту В. Русалова.
6. Темперамент і стиль діяльності.
7. Темперамент і особливості розумової діяльності.
8. Методи діагностики темпераменту.
9. Місце темпераменту в структурі індивідуальності.
10. Факторна теорія темпераменту Дж.Гілфорда.

## ПСИХОЛОГІЧНІ ЗАДАЧІ<sup>4</sup>

### Задача № 1.

У кого стриманість більшою мірою зумовлена властивостями темпераменту? Які ознаки про це свідчать?

Спостереження за життям двох учнів 9 кл. показали, що в одного з них стриманість виявляється тільки в діяльності, що має суспільне значення, а у другого і у праці, і у грі, і у спорті, і на уроках. (За В.С. Мерліним.)

### Задача № 2.

Указати на ті особливості, які характеризують сангвініка, флегматика, холерика й меланхоліка.

А. Підвищена активність, тривала працездатність, енергійність, стриманість, запальність, непосидючість, терпеливість, повільність рухів і мовлення, повільна зміна почуття й настрою, слабка емоційна збудливість; швидке засвоєння й перебудова навичок, афективність, бідність рухів, мала активність, в'ялість, виразність міміки й пантоміміки, мовчазність, гіперсензитивність.

Б. Бадьорий, підвищений настрій, швидке пристосування до нових обставин, повільне засвоєння й перебудова навичок, упевненість у собі, підвищена емоційна збудливість, витриманість, одноманітність міміки, енергійність, рухливість, розгубленість і пригніченість при невдачах, швидке виникнення та зміна почуттів і емоційних станів, мала активність, терпеливість, невиразність мовлення, рівний, спокійний настрій, збудливий стан. (За В.С. Мерліним.)

### Задача № 3.

Олена К., шестикласниця, тиха, зовнішньо невиразна дівчинка. В оточенні однокласників прагне бути непомітною, під час перерви тримається біля стінки, уникає галасливих ігор. Вільний час проводить здебільшого одна. На уроках не піднімає руки, на запитання вчителя відповідає дуже тихо. Коли дорослі намагаються посилити її активність, то ображається, може заплакати.

Що можна сказати про темперамент цієї дівчинки? Як він міг сформуватись?

### Задача № 4.

За даними досліджень, для оволодіння навичками жонглювання потрібна така властивість нервової системи, як *рухливість*. Тому жонглерами не можуть стати люди з інертною нервовою системою. Проте ще більше значення має *лабільність*: лабільні навчаються жонглюванню у двічі-тричі швидше за рухливих.

Про що свідчать ці результати? Чи є «кращі» і «гірші» темпераменти?

<sup>4</sup> Задачі складено за матеріалами В. С. Мерліна, П. А. Мясоїда

### **Задача № 5.**

Досліджувані, в яких попередньо визначили показники *сили – слабкості нервової системи*, протягом 40 хв безперервно здійснювали складні обрахунки «про себе». Виявилось, що у людей із слабкою нервовою системою, починаючи з 35 хв експерименту, знижувалась продуктивність роботи (з'являлися помилки, зменшувалася кількість обчислень). Досліджувані з сильною нервовою системою, навпаки, спочатку діяли повільно, а потім швидше. Проте за 40 хв і «слабкі», й «сильні» виконали практично однаковий обсяг роботи.

Як пояснити результати цього експерименту? Про що вони свідчать?

### **Задача № 6.**

Кожна перешкода на тривалий час привертає увагу Павла: він може багаторазово переписувати роботу, прагнучи, щоб у ній не було помарок. Шкільний день втомлює хлопця, домашні завдання він виконує довго, йому постійно бракує часу. Він старанно планує свою роботу: перераховує, що потрібно зробити наступного дня й надалі. Зовсім інший його однокласник Віктор. Домашні завдання для нього – не головне. Він багато читає, стежить за книжковими новинками. Легко, не складаючи ніяких графіків, займається кількома справами. У нього завжди багато ідей, проте далеко не кожну він втілює в життя: або забуває про раніше прийняте рішення, або захоплюється чимось новим.

Про що свідчать такі відмінності між цими учнями? Хто з них досягне кращих результатів у навчанні?

## **ПРАКТИЧНІ ЗАВДАННЯ ДЛЯ САМОСТІЙНОГО ВИКОНАННЯ**

1. Залежно від стану людини у неї можуть змінюватися темп мови, емоційна збудливість. Чи завжди ці властивості залежать від темпераменту? Спостерігаючи за знайомою людиною, визначте ті особливості, які залежать від темпераменту, і ті, які обумовлені мотивацією. Виявіть і систематизуйте ознаки, за якими це можна встановити.

2. Під час практики в школі проведіть спостереження за виявом такої психологічної властивості темпераменту учня як *реактивність*. Для цього скористайтеся наступною схемою спостереження, що включає 10 різних типів поведінки досліджуваного в різних ситуаціях, які вважаються особливо важливими для діагнозу реактивності.

1. Чи здатен навчатися тривалий час без перерв (наприклад, протягом декількох годин?)	Щохвилини перериває роботу, а якщо не в змозі цього зробити, працює невдало та робить помилки.	1 2 3 4 5	Незважаючи на тривалу роботу, не відчуває ніякої втоми.
2. Чи здатен до стійкої концентрації уваги?	Не може зосередитись на роботі, що виконує. Сторонні подразники відволікають від дій.	1 2 3 4 5	Цілком захоплений виконанням дії. Нічого не помічає, окрім свого заняття.
3. Чи характеризується стійкістю до невдач?	При невдачах припиняє навчатися, плаче, травмується, зауваження демобілізують.	1 2 3 4 5	При невдачах ще більше мобілізується, не розчаровується, не виявляє знервованості.
4. Чи охоче виконує відповідальну роботу?	Уникає ситуацій, у яких треба брати ініціативу на себе, охоче підкоряється.	1 2 3 4 5	Любить верховодити, бере на себе відповідальність за виконувани дії.
5. Чи здатен працювати у несприятливих обставинах?	Шум, розмови і таке інше заважають роботі, краще навчається у повній ізоляції від оточення.	1 2 3 4 5	Шум чи розмови не заважають виконувати роботу. У будь-яких умовах працює успішно.
6. Чи відмовляється від дій при зіткненні з перешкодами?	Навіть невелика перепона викликає відмову від подальшої роботи. Не вірить у власні сили.	1 2 3 4 5	Перепони, що зустрічаються, не зменшують бажання до подальшої роботи. Не втрачає віри в успіх.
7. Чи поводить себе природно у присутності директора або інших вчителів?	У присутності сторонніх конфузиться, уникає зустрічей з директором та вчителями, не любить класних відвідувань.	1 2 3 4 5	Присутність директора та інших вчителів на уроці не турбує, сприймається як природна подія.

8. Чи виявляє знервованість перед важливим завданням?	Навіть за гарної підготовки з неохотою пише контрольні роботи. Більше думає про можливі невдачі, ніж про вирішення завдань.	1 2 3 4 5	Контрольні роботи або экзамени не сприймаються як виняткові події. Виконуючи їх, поводить ся як завжди, не нервується.
9. Чи охоче виконує дії, що потребують великих зусиль?	Уникає тривалих дій, втоми, більше подобається виконувати легкі, не дуже захоплюючі завдання.	1 2 3 4 5	Любить дії, що повністю його захоплюють, які вимагають значної витривалості та зусиль.
10. Чи легко долає тимчасові коливання настрою та депресію?	Легко травмується під впливом сильних конфліктних ситуацій. Важко відновлює душевну рівновагу.	1 2 3 4 5	Важкі життєві ситуації (хвороба, сімейні та інші конфлікти) не виводять з рівноваги. Швидко опановує себе.

Визначте за 5-бальною шкалою інтенсивність кожної із зазначених властивостей поведінки учня, виходячи з конкретних форм і способів поведінки.

*Цифра 1* – найменша інтенсивність даної властивості (повна відсутність).

*Цифра 5* – найвища інтенсивність даної властивості.

*Цифра 3* – середня оцінка, означає помірну інтенсивність даної властивості.

Обрану цифру обведіть кружечком. Після оцінки усіх десяти категорій поведінки, що потребує (залежно від можливостей і умов спостереження, частоти контактів з учнем) різних затрат часу, сумуйте отримані результати та зробіть висновок про активність або реактивність учня.

3. Складіть правила (режим) організації розумової і фізичної праці для дітей підліткового віку, розраховані на те, щоб для різних типів темпераменту були найліпші результати з точки зору збереження працездатності, зниження фізичної та розумової втоми. (Правила повинні бути розроблені для кожного типу темпераменту).

## ПИТАННЯ ДЛЯ САМОПЕРЕВІРКИ

1. Дайте визначення темпераменту.
2. Чи тотожні поняття «темперамент» і «тип вищої нервової діяльності»? Аргументуйте свої відповідь.
3. Які фізіологічні особливості лежать в основі темпераменту.
4. Назвіть типи темпераменту та дайте їх психологічну характеристику.
5. У чому полягає мінливість темпераменту? Чи може темперамент людини суттєво змінюватися протягом життя?
6. Яке місце належить темпераменту в структурі особистості?
7. Розкрийте зв'язок темпераменту з емоційно-вольовою сферою, характером, здібностями.
8. Як потрібно враховувати особливості темпераменту учнів на заняттях? За рахунок чого можна компенсувати недоліки темпераменту?
9. Як може відобразитися темперамент на формуванні рис особистості?
10. Які властивості темпераменту позначаються на розвитку пізнавальних здібностей?

## МАТЕРІАЛИ ДЛЯ РОБОТИ НА ЗАНЯТТІ ОПЕРАТИВНИЙ КОНТРОЛЬ ЗНАНЬ

1. Першим зробив спробу визначити типи темпераментів людей:
  - а) І.П. Павлов;
  - б) І.М. Сеченов;
  - в) Гіппократ;
  - г) Аристотель;
  - д) Гомер;
  - е) І. Кант.
2. Темперамент – це:
  - а) індивідуально-психологічні особливості, які виявляються в емоційній збудливості;
  - б) швидкість і енергія перебігу психічних пізнавальних процесів;
  - в) швидкість і виразність рухів, жестів, міміки;
  - г) особливості настрою людини;
  - д) своєрідність динаміки психічної діяльності людини.
3. Визначте, які з наведених нижче властивостей нервової системи взяті І.П. Павловим для пояснення основних типів нервової діяльності:
  - а) стабільність нервових процесів;
  - б) рівновага процесів збудження і гальмування;
  - в) стереотипність нервових процесів;
  - г) сила, урівноваженість і рухливість нервових процесів;
  - д) індукція нервових процесів.
4. Основні типи вищої нервової діяльності людини характеризуються:
  - а) позитивною індукцією нервових процесів;

- б) негативною індукцією нервових процесів;
  - в) реактивністю нервової системи;
  - г) системністю нервових процесів;
  - д) співвідношенням першої і другої сигнальних систем.
5. Якому темпераменту відповідає така фізіологічна характеристика типу нервової системи: «сильний, урівноважений, рухливий»:
- а) холерик;
  - б) флегматик;
  - в) сангвінік;
  - г) меланхолік.
6. Якому темпераменту відповідає сильний, урівноважений, інертний тип:
- а) сангвінік;
  - б) холерик;
  - в) флегматик;
  - г) меланхолік.
7. Якому темпераменту відповідає сильний, неурівноважений, рухливий тип:
- а) флегматик;
  - б) сангвінік;
  - в) меланхолік;
  - г) холерик.
8. Якому темпераменту відповідає гальмівний тип нервової системи:
- а) меланхолік;
  - б) сангвінік;
  - в) холерик;
  - г) флегматик.
9. Чи є тотожними поняття «тип вищої нервової діяльності» і «темперамент»:
- а) так;
  - б) ні.
10. Укажіть правильне твердження:
- а) під впливом життєдіяльності й виховання основні особливості типу нервової системи можуть змінюватися;
  - б) основні властивості типу нервової діяльності людини залишаються від народження незмінними і не залежать від виховання.
11. Такі якості, як контроль і саморегуляція, найважче сформувати у:
- а) сангвініка;
  - б) меланхоліка;
  - в) холерика;
  - г) флегматика.
12. Властивості темпераменту впливають на формування особистості:
- а) безпосередньо;
  - б) опосередковано;
  - в) взагалі не впливають.

13. Міра чутливості, яка означає виникнення психічної реакції на зовнішній подразник найменшої сили, називається:

- а) емоційність;
- б) резистентність;
- в) реактивність;
- г) сензитивність;
- д) лабільність.

14. Психологічна властивість темпераменту, яка показує ступінь мимовільності реакцій на зовнішні або внутрішні впливи і виявляється у темпі, силі й формі відповіді, в емоційній вразливості, – це:

- а) емоційність;
- б) імпульсивність;
- в) реактивність;
- г) сензитивність;
- д) лабільність;
- е) активність.

15. Психологічна властивість темпераменту, яка виявляється у швидкому пристосуванні до нових обставин, називається:

- а) резистентність;
- б) ригідність;
- в) лабільність;
- г) пластичність;
- д) активність;
- е) реактивність.

16. Психологічна властивість темпераменту, яка є протилежною властивості, зазначеній у п.15, називається:

- а) резистентність;
- б) ригідність;
- в) лабільність;
- г) пластичність;
- д) активність;
- е) реактивність.

17. Можливість чинити опір негативним або несприятливим обставинам має назву:

- а) резистентність;
- б) ригідність;
- в) лабільність;
- г) пластичність;
- д) активність;
- е) реактивність.

18. Визначте тип темпераменту за особливостями поєднання психологічних властивостей:

1) знижена сензитивність, високі реактивність і активність, пластичність, екстравертованість, підвищена емоційна збудливість, прискорений темп реакцій:

а) сангвінік; б) холерик; в) флегматик; г) меланхолік;

2) знижена сензитивність, низька реактивність і висока активність, ригідність, інтровертованість, знижена емоційна збудливість, уповільнений темп реакцій, висока резистентність:

а) сангвінік; б) холерик; в) флегматик; г) меланхолік;

3) знижена сензитивність, висока реактивність, ригідність, екстравертованість, підвищена емоційна збудливість, прискорений темп реакцій:

а) сангвінік; б) холерик; в) флегматик; г) меланхолік;

4) висока сензитивність, низькі реактивність і активність, ригідність, інтровертованість, підвищена емоційна збудливість, депресивний характер емоцій, уповільнений темп реакцій, низька резистентність:

а) сангвінік; б) холерик; в) флегматик; г) меланхолік.

19. Особливості темпераменту людини найяскравіше виявляються:

а) у типових звичних ситуаціях;

б) в екстремальних ситуаціях.

20. Завершіть почате речення:

Характерна для кожного суб'єкта сукупність способів, що забезпечують успішність виконання якоїсь дії, компенсуючи недоліки деяких властивостей за рахунок сильних сторін – це основа ...

Сукупність певних властивостей темпераменту індивіда, які зумовлюють успішність складної професійної діяльності – це...

## ФОРМИ РОБОТИ НА ЗАНЯТТІ

### Семінар

#### «Темперамент»

**Мета.** З'ясувати засвоєння студентами теоретичних знань про темперамент, його основні психологічні властивості, структуру, типологічні характеристики, шляхи пристосування темпераменту до вимог діяльності.

#### **Питання для обговорення**

1. Поняття про темперамент: історичний та теоретичний аспекти.
2. Фізіологічні основи темпераменту. Тип ВНД і темперамент.
3. Психологічні властивості темпераменту.
4. Типи темпераментів та їх психологічні характеристики.
5. Темперамент і діяльність.

### Науково-практична конференція

#### «Можливості зміни і розвитку темпераменту»

**Мета.** Поглибити та розширити теоретичні знання студентів з проблем співвідношення типологічних і вікових особливостей темпераменту, зміни виявів темпераменту, встановлення факторів «маскування темпераменту».

#### **Хід роботи**

1. **Підготовчий етап.** Студенти опрацьовують запропоновану науково-психологічну літературу, аналізують її і готують конкретні виступи із запропонованих проблем.

2. **На конференції** заслуховуються виступи студентів, які попередньо готувалися, а також відповіді на поставлені запитання, доповнення. Студенти і викладач аналізують виступи учасників конференції, роблять відповідні висновки і намічають шляхи подальшого вивчення цих проблем. Викладач разом з іншими студентами оцінює рівень, якість виступів, доповнень.

### **Круглий стіл**

#### **«Вплив темпераменту на формування характеру та особистості»**

**Мета.** З'ясувати особливості впливу властивостей темпераменту на формування рис характеру та властивостей особистості, набути відповідних умінь, навичок аналізувати.

**I. Підготовчий етап.** Студентам пропонується обговорити вислів Г.Олппорта: «*Темперамент означає різновид сирого матеріалу, з якого складається характер. Він належить до хімічного клімату або внутрішньої погоди, в якій розвивається особистість*». У позанавчальний час студенти опрацьовують рекомендовану літературу і готують питання для обговорення за наступним планом:

1. Які риси характеру і яким чином формуються під впливом темпераменту?
2. Яке місце займає темперамент у структурі особистості?
3. Охарактеризувати властивості особистості, що мають свої витoki в темпераменті: *вразливість, емоційність, імпульсивність, тривожність*. Які ще фактори впливають на їх формування?

**II. На занятті** студенти діляться на три групи. Кожна група обговорює одне із запропонованих питань. Потім обмінюються думками. На основі опрацьованої літератури визначають роль темпераменту у формуванні характерологічних та особистісних рис.

## **ЛАБОРАТОРНИЙ ПРАКТИКУМ**

### **Практичне завдання 1**

#### **Визначення структури темпераменту**

**Вступний коментар.** Як відомо, чистих типів темпераменту не існує. Особистість є складною темпераментною структурою. Темпераментна структура особистості (ТСО) постає як система темпераментів, які в ієрархічному порядку співіснують в одній людині. Дана методика дозволить визначити формулу темпераментної структури особистості.

**Мета:** навчитися визначити формулу темпераментної структури особистості в режимі експрес-діагностики.

**Матеріали та обладнання:** текст опитувальника.

#### ***Хід роботи***

1. Виконати методику в режимі самодіагностики.
2. Обробити та інтерпретувати індивідуальні дані

### **ТЕКСТ ОПИТУВАЛЬНИКА**

**Інструкція досліджуваному:** «Прочитайте наведені твердження та висловіть свою згоду (високі бали) або незгоду (низькі бали) щодо наведених висловлювань. Система оцінок – від 0 до 10».

#### **Текст опитувальника**

1. Перед будь-якою важливою для мене подією я починаю нервувати.
2. Я працюю нерівномірно, уривчасто.
3. Я швидко переключаюся з однієї справи на іншу.
4. Якщо це потрібно, я можу спокійно чекати.
5. Мені потрібні співчуття й підтримка, особливо при невдачах і труднощах.
6. З рівними собі я нестриманий і запальний.
7. Мені важко зробити вибір.
8. Мені не доводиться стримувати свої емоції, це виходить само собою.

#### **Обробка результатів**

Підрахуйте суму балів кожного з типів темпераменту за формулами: меланхолік  $1 + 5 =$ ; холерик  $2 + 6 =$ ; сангвінік  $3 + 7 =$ ; флегматик  $4 + 8 =$ .

Відповідні символи – М, С, Х, Ф запишіть у порядку зменшення величини. Символи з однаковим значенням пишуть один під одним. Ви одержали так звану пріоритетну формулу.

*Якщо Ваша формула починається з літери «М», то у Вас домінує меланхолічна шкала. Меланхолік вирізняється такими характерними особливостями як невпевненість, нерішучість, безініціативність, образливість, зневіра у свої сили, низька комунікабельність, мрійливість, покірність (здатність підкорятися правилам або сильнішим особистостям). Їй притаманні уповільнена мова, тривожність (часті хвилювання, стурбованість), швидка втомлюваність, слабкість голосу. Меланхоліки, як правило, слабкі стратеги і тактики, це люди, які добре виконують операціональні функції. Вони акуратно працюють, коли відчувають свою затребуваність, відповідальність за доручену справу, коли їх контролюють, допомагають, підтримують, надають чіткі рекомендації та інструкції стосовно того як і що робити. Особливо важливим для них є заохочення, підтримка, похвала, оскільки це тип темпераменту з тонкішою і чутливішою, ніж інші типи темпераменту структурою нервової системи. Переваги меланхолійного типу темпераменту позитивно проявляються в ситуаціях, де потрібна увага, зокрема, в умовах примусового ритму діяльності (документування, облік, контроль тощо). Оскільки меланхолік слабкий, емоційно нестійкий тип темпераменту, йому складно «тримати себе в руках» і діяти про-дуктивно. Такі люди більше, ніж інші потребують психологічного захисту від емоційних, інтелектуальних, емоційних навантажень.*

*Якщо Ваша формула починається з літери «С», то у Вас домінує сангвіністична шкала. Люди, в яких цей тип темпераменту є домінуючим характеризуються живою, оптимістичною, веселою вдачею. Вони рішучі, ініціативні, впевнені у своїх силах. Усе це є наслідком вияву такої*

властивості темпераменту, яка полягає в поєднанні високої збуджуваності з розвиненими гальмівними властивостями. Представники цього типу темпераменту чутливі до нових ідей і взагалі до всього нового, передового, швидко і безболісно пристосовуються до нових обставин, обов'язків, місця роботи, колективу. Вони здатні самотійно, без зовнішнього впливу, продукувати нові ідеї і наполягати на їх реалізації. Не «опускають руки» перед невдачами, а в складних ситуаціях демонструють зібраність, ціле-спрямованість. Люди такого типу готові до компромісу, вміють обдуманно відкласти нереалізовані ідеї, як-то кажуть «до кращих днів». Щодо зовнішніх виявів почуттів, то тут слід зазначити, що у сангвініків швидко, емоційно забарвлена, голосна і водночас не різка, а дещо плавна мова. Для них характерний рівний, оптимістичний настрій, переважання позитивних емоцій над негативними. Сангвінік – сильний тип нервової системи, схильний і здатний до лідерства. Люди цього типу легкі в контактах, люблять товариство і самі відрізняються товариськістю, цінують гумор і жарт. У масі своїй сангвініки прекрасні тактики, що не заперечує наявності у них здібностей до стратегічного мислення. Вони надзвичайно працездатні, причому їх працездатність тим вища, чим цікавіша діяльність, якою вони займаються. Справедливості ради зазначимо, що сангвініка можна охарактеризувати як людину працездатну, але не обов'язково працелюбну. Сангвініки – гарні організатори, їх діяльність продуктивна в тих сферах діяльності, які вимагають вияву організаторських і тактичних здібностей. Залежно від життєвих обставин, виховання, позитивне прагнення сангвініка до лідерства може перерости в потребу абсолютного домінування над людьми. Проте притаманна йому врівноваженість робить можливим попередження такого розвитку особистості та формування соціально прийнятної поведінки.

*Якщо Ваша формула починається з літери «Х», то у Вас домінує холерична шкала. Людей цього типу темпераменту часто називають нестримними і невірноваженими, оскільки вони відрізняються високим рівнем збуджуваності й низькими гальмівними властивостями. Це, переважно, запальні особистості, надзвичайно рухливі, схильні до ініціативи й активності. На відміну, від упевнених у собі сангвініків, холериків можна назвати самовпевненими. Як у роботі, так і в інших справах (дискусіях, суперечках, веселоцях) їх важко зупинити. При цьому у всіх справах люди такого типу темпераменту виявляють, як правило, нетерпимість – вони різкі, безапеляційні, однозначні. Нетерпимість холериків виявляється в тому, що їм важко переносити очікування (навіть приступаючи до читання книги такі люди спочатку заглядають в її кінець, щоб дізнатися, чим все закінчиться). Вони завжди прагнуть якомога скоріше досягти результату, через це їх стиль роботи характеризується метушливістю. Непостійність притаманна також почуттям та емоціям холерика. У моменти життєвих невдач йому властиві то гнів, то відчай; то активна діяльність, то апатія. Він може швидко пристосуватися до зміни обставин, або навпаки – важко і повільно. У холерика швидкі й різкі рухи (зазвичай, не бере предмети, а*

хапає, не кладе їх, а кидає). Миттєво реагує на все яскраве, нестандартне. Швидко, майже на льоту «схоплює» інформацію, так же швидко засвоює, при цьому не завжди усвідомлює її до кінця.

Одна з переваг холерика – вміння в критичних ситуаціях виявляти нестримну і відносно довгу активність. У такі моменти він вигідно вирізняється серед інших типів темпераменту здатністю концентрувати свої зусилля і демонструвати інтенсивну працездатність та витривалість. Для холерика характерні також часті зриви, особливо тоді, коли ситуація, в якій він опинився, вимагає стримування емоцій, бажань, бурхливої активності. Неприятливі умови, а також незнання людиною особливостей даного типу темпераменту можуть призвести до виснаження холериком власного потенціалу активності.

*Якщо Ваша формула починається з літери «Ф», то у Вас домінує флегматична шкала. Тип темпераменту, в якому переважають риси флегматика, фіксує такі особливості індивіда, як інертність, врівноваженість збудженості і гальмування, спокій, незворушність. Флегматик відрізняється від інших типів темпераменту впевненістю, небагатослівністю, виваженістю слів і дій. При цьому помилково вважати, що цьому типу темпераменту невластива ініціативність, підприємливість. Просто флегматики, перш ніж проявити ініціативу, добре подумують і зважать всі умови і наслідки її реалізації. За всіх обставин, і навіть у критичних ситуаціях, флегматики не втрачають «здорового глузду» і залишаються спокійними та незворушними. Для них невдача – це звичайне, нормальне явище життя, тому сприймається з розумінням і без зайвих емоцій. І взагалі, для людей цього типу темпераменту не існує проблеми стримування емоцій. Флегматики терплячі, уміють чекати «свого часу» і сприймають таке очікування без емоційних переживань. Представники цього типу – переважно, люди консервативного складу. Вони повільно пристосовуються до нового середовища, вирізняються постійними смаками, не схильні до різких змін у поглядах і симпатіях. Мова флегматиків – спокійна, у міру повільна, без різко виражених емоцій. Невиразна і стримана також їх жестикуляція та міміка. Як правило, вони розмовляють послідовно, ґрунтовно, висловлюють виважені і вивірені думки. Людей з домінантними рисами темпераменту флегматика скоріше можна охарактеризувати як стратегів, але не тактиків. Це, однак, не означає, що вони нездатні до вирішення організаційно тактичних завдань. Перш ніж діяти, флегматики прагнуть виявити перешкоди, які можуть завадити їм досягти поставленої мети і визначають способи їх подолання. Свої дії такі люди постійно співвідносять з майбутніми перспективами, через що, як правило, досягають професійної майстерності. Не зважаючи на притаманну їм повільність, флегматики нерідко встигають якісно виконувати великі обсяги роботи, оскільки не витрачають час на дрібниці й не відволікаються. Ще одна проблема флегматиків – труднощі при виборі рішення. Проте, на відміну від меланхоліків, вони розв'язують свої проблеми самостійно, не звертаючись за допомогою до інших людей.*

Майте на увазі, що ніяке сполучення не можна вважати поганим чи гарним, а однакові формули можуть характеризувати різних людей. Скажімо, за темпераментної структури СХМФ у однієї людини  $C = 18$  балів, а у іншої – 10. Ясно, що у першої сангвіністичний темперамент яскраво домінує, а у другій виявлений набагато слабше. Та й загальна сума значень характеристик, яка називається темпераментною потужністю, у цих людей різна.

### **Практичне завдання 2**

#### **Вивчення властивостей нервової системи й типу темпераменту**

**Вступний коментар.** До властивостей нервової системи належать фізіологічні властивості, що відображають особливості перебігу нервових процесів – збудження і гальмування в центральній нервовій системі. І.П. Павлов виділив три основні властивості нервових процесів, які визначають тип вищої нервової діяльності. Це:

- СИЛА, тобто здатність нервової системи витримувати дію сильних подразників. Вона характеризується витривалістю і працездатністю нервових клітин;
- УРІВНОВАЖЕНІСТЬ характеризується співвідношенням процесів збудження і гальмування;
- РУХЛИВІСТЬ як показник швидкості зміни процесів збудження і гальмування.

Сполучення цих нервових процесів дає тип нервової системи, який є фізіологічною основою темпераменту.

Визначення основних властивостей нервової системи має велике значення в теоретичних і прикладних дослідженнях. Багато з лабораторних методів діагностики основних властивостей нервової системи вимагають спеціальних умов проведення і апаратури, кваліфікованих діагностів. Цих недоліків позбавлені експрес-методи, які Вам пропонуються.

**Мета:** оволодіти вміннями визначати тип нервової системи

#### ***Хід роботи***

1. Виконати методику в режимі самодіагностики.
2. Обробити та інтерпретувати індивідуальні дані

#### **1. МЕТОДИКА «СИЛА НЕРВОВОЇ СИСТЕМИ»**

**Мета дослідження:** виявлення показника сили нервової системи.

**Матеріали та обладнання:** тест-питальник.

**Інструкція досліджуваному.** «На кожне питання анкети потрібно дати відповідь, обравши один із чотирьох запропонованих варіантів».

1. Чи часто Ваші нові інтереси, почуття, настрої змінюють початкові плани?

- а) ні;
- б) не знаю;

- в) часто;
- г) дуже часто.

2. Чи можна Вас назвати оптимістом, людиною, яка постійно відчуває радість, натхнення, бадьорість?

- а) ні;
- б) не знаю;
- в) іноді;
- г) так.

3. Чи часто Ви буваєте відвертими й щирими з товаришами?

- а) ні;
- б) дуже рідко;
- в) іноді.

4. Чи отримуєте Ви задоволення від галасливих спортивних ігор?

- а) ні;
- б) дуже рідко;
- в) часто;
- г) завжди.

5. Чи завжди Ви виявляєте обережність у незвичайній ситуації?

- а) завжди;
- б) майже завжди;
- в) рідко;
- г) ніколи.

6. Чи часто Ви можете втрачати інтерес до однієї роботи й переходити до іншої?

- а) дуже рідко;
- б) рідко;
- в) часто;
- г) дуже часто.

7. Чи завжди Ви можете зосереджено й ефективно працювати в напруженій ситуації?

- а) дуже рідко;
- б) рідко;
- в) майже завжди;
- г) завжди.

8. Чи вважаєте Ви себе більш нервовим, ніж більшість людей?

- а) так;
- б) не знаю;
- в) здається, ні;
- г) ні.

9. Чи завжди Ви виявляєте самостійність та ініціативу у нових справах?

- а) дуже рідко;
- б) рідко;
- в) майже завжди;
- г) завжди.

10. Чи часто Вам спадає на думку, що Ви, виконуючи якийсь складний вид діяльності, можете захворіти або травмуватися ?

- а) дуже рідко;
- б) рідко;
- в) майже завжди;
- г) завжди.

## **2. МЕТОДИКА «УРІВНОВАЖЕНІСТЬ НЕРВОВОЇ СИСТЕМИ»**

**Мета дослідження:** виявлення показника урівноваженості нервової системи.

**Матеріали та обладнання:** тест-питальник.

**Інструкція досліджуваному.** «На кожне запитання анкети потрібно дати відповідь, обравши один із чотирьох запропонованих варіантів».

1. Чи можна Вас назвати спокійною і стриманою людиною?

- а) ні;
- б) не знаю;
- в) іноді можна;
- г) можна.

2. Чи отримуєте Ви задоволення, коли маєте можливість працювати охайно, але повільно?

- а) ні;
- б) не знаю;
- в) іноді;
- г) так.

3. Чи часто у Вас бувають причини для роздратування й образ?

- а) так;
- б) іноді;
- в) не знаю;
- г) ні.

4. Чи властиве для Вас нетерпіння в умовах вимушеного чекання?

- а) так;
- б) іноді;
- в) не знаю;
- г) ні.

5. Чи отримуєте Ви насолоду від важкої фізичної роботи?

- а) ні;
- б) іноді;
- в) не знаю;
- г) так.

6. Чи часто Вас турбують оточуючі вас люди?

- а) часто;
- б) іноді;
- в) дуже рідко;

г) ніколи.

7. Чи часто товариші виявляли до Вас несправедливість і грубість?

а) дуже часто;

б) часто;

в) рідко;

г) дуже рідко.

8. Чи легко Ви відволікаєтесь від роботи, читання літератури?

а) легко;

б) по-різному;

в) намагаюся не відволікатись;

г) не відволікаюсь.

9. Чи легко Ви припиняєте стосунки зі своїми давніми товаришами, щоб потоваришувати з новими?

а) легко;

б) по-різному;

в) із труднощами;

г) з великими труднощами.

10. Чи можна Вас назвати ретельною і терплячою людиною?

а) ні, не можна;

б) не знаю;

в) іноді можна;

г) так, можна.

### **3. МЕТОДИКА «РУХЛИВІСТЬ НЕРВОВОЇ СИСТЕМИ»**

**Мета дослідження:** виявлення показника рухливості нервової системи.

**Матеріали та обладнання:** тест-питальник.

**Інструкція досліджуваному.** «На кожне запитання анкети потрібно дати відповідь, обравши один із чотирьох запропонованих варіантів».

1. Чи завжди Ви активно захищаєте свою думку?

а) ні;

б) дуже рідко;

в) рідко;

г) завжди.

2. Чи намагаєтесь Ви керувати людьми, командувати ними, навчати їх?

а) ні;

б) не знаю;

в) іноді;

г) так.

3. Чи намагаєтесь Ви уникати труднощів, невизначених ситуацій?

а) так;

б) іноді;

- в) ні;
- г) ніколи.

4. Чи отримуєте Ви задоволення від тривалої роботи у швидкому темпі?

- а) дуже не подобається працювати швидко;
- б) дуже рідко подобається;
- в) іноді подобається;
- г) завжди отримую задоволення.

5. Як швидко Ви відповідаєте на питання або репліку на Вашу адресу?

- а) повільно;
- б) по-різному;
- в) швидко;
- г) дуже швидко.

6. Чи легко Ви знайомитеся з людьми?

- а) ні;
- б) по-різному;
- в) легко;
- г) дуже легко і швидко.

7. Чи бурхливо (в емоційному плані) Ви реагуєте на критику й образи?

- а) ні;
- б) коли як;
- в) бурхливо;
- г) дуже бурхливо.

8. Як швидко Вам удається пригадати необхідний матеріал на екзамені або заліку?

- а) дуже повільно, з великими труднощами;
- б) повільно, але пригадую усе, що знав;
- в) швидко пригадую;
- г) дуже швидко пригадую і відповідаю без підготовки.

9. Чи здатні Ви тривалий час терпляче зносити недоліки оточуючих?

- а) так;
- б) не знаю;
- в) дивлячись, які недоліки;
- г) ні.

10. Чи вважаєте Ви себе обережною й обачною людиною?

- а) так;
- б) не знаю;
- в) іноді;
- г) ні.

**Обробка результатів** в усіх 3-х методиках проводиться однаково. Підраховується загальна сума відповідей «в» і «г», за таблицею визначається бал, а відповідно до нього – ступінь вияву якості.

### Шкала бальної оцінки властивостей нервової системи

<b>Сума відповідей варіантів «В» та «Г»</b>	<b>10 - 8</b>	<b>7 - 6</b>	<b>5 - 4</b>	<b>3 - 2</b>	<b>1 - 0</b>
Бали	5	4	3	2	1

Оцінка властивостей нервової системи проводиться так:

**5 балів** – переважає дана властивість (сила, урівноваженість, рухливість);

**4 бали** – дана властивість має місце;

**3 бали** – дана властивість знаходиться у невизначеному стані;

**2 бали** – має місце зворотна властивість (слабкість, невривноваженість, інертність);

**1 бал** – переважає зворотна властивість.

За сполученням цих властивостей визначте ваш тип темпераменту.

ТИПИ НЕРВОВОЇ СИСТЕМИ		СИЛЬНІ			СЛАБКИЙ
		Нестримний	Жвавий	Інертний	
Особливості нервових процесів	Сила Урівноваженість Рухливість	Сильний Неурівноважен. Рухливий	Сильний Урівноважен. Рухливий	Сильний Урівноважен. Інертний	Слабкий Неурівноважен Рухливий або інертний
Темперамент		Холерик	Сангвінік	Флегматик	Меланхолік

### Практичне завдання 3

#### Визначення властивостей нервової системи за методикою «Теппінг-тест»

**Вступний коментар.** Кожній людині притаманний певний, оптимальний для неї темп дій, який може коливатися між індивідуальною нижньою і верхньою межею. Тільки у цьому діапазоні можуть відбуватися зміни швидкості, темпу реакції людини, підвищення цього темпу під час тренувань.

Психічний темп характеризує швидкість зовнішніх і внутрішніх реакцій людини, пов'язаних зі швидкістю переробки інформації у центральній нервовій системі.

У літературі психічний темп характеризується як «індивідуальний знак особистості», «індивідуальна швидкість психофізичного життя», «показник усього стану людського організму».

Особливості психічного темпу виявляються у простих рухливих діях (поведінкових реакціях) людини (хода, письмо, дії), а також у складних психічних процесах (швидкість розумових асоціацій, заучування, вирішення розумових задач, переключення уваги, темп виконання виробничих операцій). У зв'язку з цим індивідуальний психічний темп є одним із важливих показників у професіях, пов'язаних зі швидкістю переробки інформації і

швидкістю сенсомоторних дій (телеграфіст, телефоніст, швея-мотористка, друкарка та ін.).

Психічний темп не тільки зберігає властивість індивідуальної стійкості у характеристиці загальної активності особистості, але й є досить інформативним показником функціонального стану кори головного мозку. Індивідуальний рівень психічного темпу знижується при втомі, загальмованому стані й зростає при активізації та збудженні нервової системи.

Фізіологічна основа психічного темпу – властивість лабільності нервової системи, котра визначається кількістю стимулів, на які нервова система здатна відреагувати протягом 1 секунди.

Існує пряма залежність між лабільністю нервової системи і психічним темпом: чим вищі показники лабільності, тим вищий психічний темп людини, тим швидші її психічні і психомоторні реакції.

Ці показники у професійній діагностиці можуть використовуватися для виміру властивостей сили нервової системи (її витривалості, працездатності при тривалому навантаженні), тобто досліджується здатність людини протягом тривалого часу утримувати максимальний темп роботи, зниження якого відображає психомоторну втому.

Чим менші відмінності у показниках початку і кінця досліджу, тим сильнішою є нервова система, чим більші відмінності у початкових і кінцевих показниках досліджу, тим більш слабкою і втомлюваною є нервова система.

Теппінг-тест іноді називають «олівцевою пробою», тому що типовим завданням для досліджуваних є виконання швидких вертикальних рухів кистю руки з нанесенням крапок на папір олівцем. Під час теппінгу вимірюється швидкість рухів у променево-зап'ястковому суглобі.

Тест бажано проводити у ранковий час на початку робочого дня для того, щоб виключити функціональну втому. Якщо потрібно дослідити ступінь втомлюваності у роботі, навчанні, то тестування проводиться двічі – зранку й після закінчення роботи.

**Мета:** навчитися досліджувати рухливість нервової системи.

**Матеріали та обладнання:** реєстраційні бланки, на яких зображено 6 квадратів (5х5) см.

### **Хід роботи**

1. Виконати методику в режимі самодіагностики.
2. Обробити та інтерпретувати індивідуальні дані

## **ЕКСПЕРИМЕНТАЛЬНА МЕТОДИКА ТЕППІНГ-ТЕСТ**

**Інструкція досліджуваному.** «Сядьте зручно на стілець, так, щоб Ваша рука була на рівні стола. Візьміть олівець у руку. У квадратах необхідно нанести якомога більше крапок. У кожному квадраті завдання викону-

ється протягом 5 секунд. Перед початком роботи олівець потрібно поставити перед першим квадратом і за командою «Раз!» швидко перенести його у перший квадрат. Перехід з одного квадрата в інший потрібно здійснювати швидким коротким рухом за командою «Раз!». Зверніть увагу на те, що четвертий квадрат розташований під третім. Намагайтеся поставити якомога більше крапок у кожному квадраті. Весь час потрібно працювати на максимальному вольовому зусиллі.»

### Бланк методики Теппінг-тест


### Обробка результатів.

Коли роботу завершено, підраховують усі крапки в кожному квадраті окремо та їх загальну суму. Висновок про лабільність роблять із загальної суми крапок. Для зручності оцінки лабільності кількість крапок переводиться у бали за наступною таблицею.

Таблиця переведення сирих оцінок у бали

Кіль-сть крапок	74 і менш	75 - 129	130 - 151	152 - 162	163 - 172	173 - 183	184 - 195	196 - 204	205 - 210	211 і більш
<b>Бали</b>	<b>1</b>	<b>2</b>	<b>3</b>	<b>4</b>	<b>5</b>	<b>6</b>	<b>7</b>	<b>8</b>	<b>9</b>	<b>10</b>

Людам із високою лабільністю притаманне швидке виконання дій, швидке мислення, великий обсяг уваги і сприймання, гарна адаптація. Висока лабільність лежить в основі комунікативних здібностей (педагогічних, музичних, художніх).

Люди з низькою лабільністю інертні, неініціативні, пасивні у поведінці, важко пристосовуються до змін, у них гарна довготривала пам'ять, вони показують більш високі результати у діяльності, яка вимагає організованості й планування, мобілізації довільної уваги й запам'ятовування. Низька лабільність, інертність лежать в основі пізнавальних здібностей (математичних, «розумових»).

У профдіагностичній роботі слід ураховувати показники лабільності нервової системи, але не варто за одним параметром робити загальні висновки – можна робити тільки прогностичні припущення. Для повного прогнозу поведінки людини в тому чи іншому виді діяльності слід проводити дослідження комплексно, використовуючи різноманітні методики.

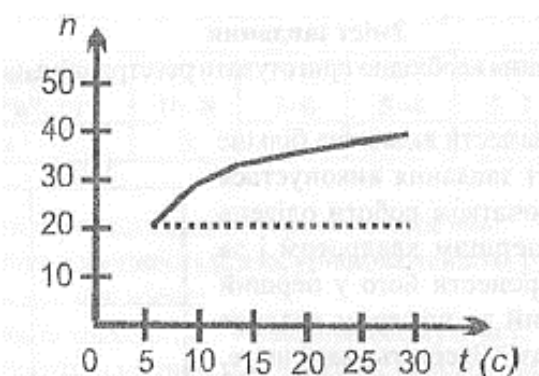
### ***Визначення сили нервової системи за «Теппінг-тестом»***

Для того, щоб дослідити силу нервової системи, необхідно мобілізувати досліджуваного на короткочасну роботу в максимальному темпі. Для цього у процесі роботи його потрібно стимулювати словами «Працюй швидше».

При виконанні теппінг-тесту сила нервової системи виявляється у здатності утримувати темп роботи на певному рівні. Для визначення сили нервової системи побудуйте графік зміни частоти теппінгу за кожні 5 секунд. На осі абсцис відкладіть часові інтервали (30 секунд, по 5 секунд кожний інтервал; на осі ординат – кількість крапок  $n$ , яку ви поставили у кожному інтервалі. Залежно від сили нервової системи графіки будуть мати різний вигляд.

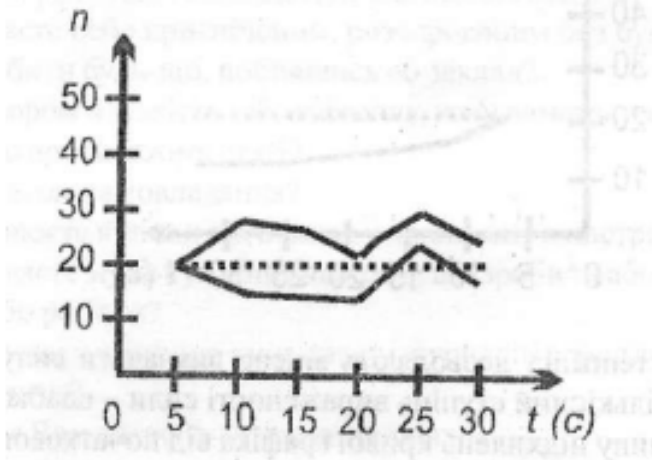
### **Сильна нервова система**

Її характеризує випуклий тип кривої – максимальний темп наростає у перші 10–15 секунд, а потім може падати, навіть знижуватися до початкового рівня.



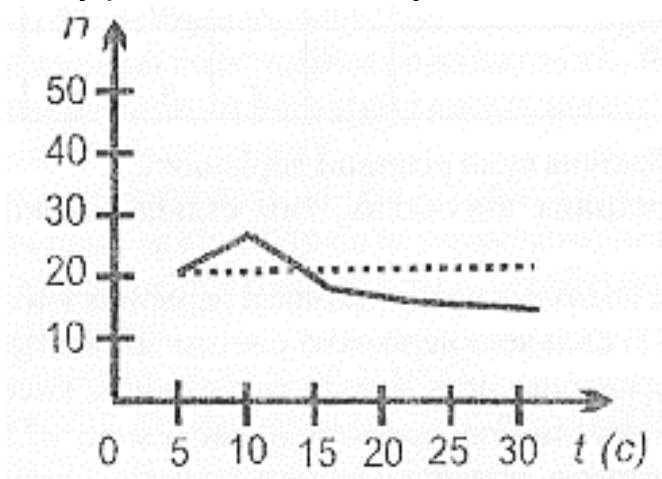
### Середня сила нервової системи

Рівний тип кривої – максимальний темп утримується приблизно на одному рівні протягом усього часу роботи.



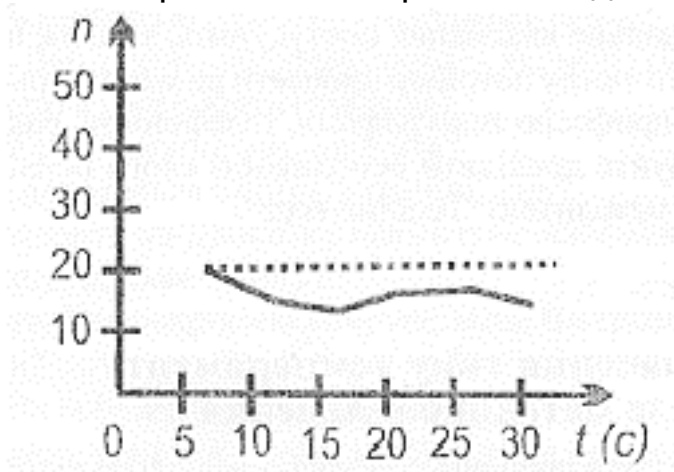
### Середньосильна нервова система

Проміжний тип – перші 10–15 секунд темп підтримується на початковому рівні, а потім знижується.



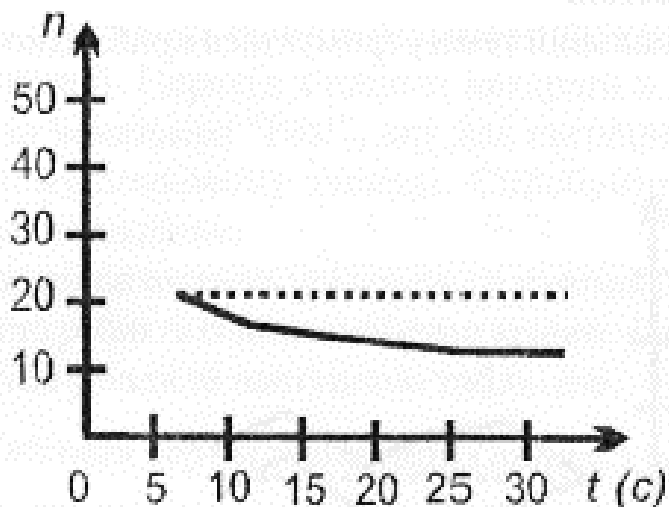
### Середньослабка нервова система

Увігнутий тип кривої – початкове зниження максимального темпу змінюється короточасним зростанням до вихідного рівня.



### Слабка нервова система

Низхідний тип кривої – максимальний темп знижується вже з другого секундного відрізка й залишається таким упродовж усього часу роботи.



Графіки змін частоти теплінгу дозволяють якісно визначати силу – слабкість нервової системи. Щоб визначити кількісний ступінь вираженості сили – слабкості нервової системи, необхідно визначити величину відхилень кривої графіка від початкового рівня. З цією метою обчислюється алгебраїчна різниця між кількістю крапок у 6-ому квадраті та в усіх інших квадратах. Алгебраїчна сума цих різниць є величиною відхилення, за якою роблять висновок про ступінь вираженості сили – слабкості нервової системи. Наприклад:

№ квадрата	1	2	3	4	5	6
Кількість крапок	33	31	30	28	25	24
Різниця крапок щодо 1 квадрата		2	3	5	8	9

Сумарне відхилення (алгебраїчна сума різниць) дорівнює 27.

Чим вищий показник сумарних відхилень, тим слабшою є нервова система досліджуваного.

Сила нервової системи – це показник працездатності нервових клітин і нервової системи в цілому. Характеристика людей із сильною нервовою системою: невисока чутливість, висока працездатність головного мозку, витривалість, низька тривожність, висока опірність до стресу.

Люди зі слабкою, високочутливою нервовою системою вирізняються низькою працездатністю, нестійкістю до стресів, підвищеною тривожністю, але їх характеризує стійкість до одноманітної, монотонної праці, артистичність. Слабкість нервової системи лежить в основі комунікативних, музичних, художніх здібностей.

Коли Ви виконуєте теппінг-тест правою рукою – отримуєте показники про лабільність і силу лівої півкулі головного мозку, коли працюєте лівою рукою – навпаки.

Якщо Ви захочете об'єктивно дослідити особливості своєї нервової системи за теппінг-тестом, не забувайте про тренувальне виконання постукувань, а також про те, що для повної характеристики свого психічного темпу потрібно провести не менше трьох спроб.

Якщо ви вирішили обрати професію телеграфіста, телефоніста, радіотелефоніста, швей-мотористки, водія та ін., спробуйте дослідити особливості свого психічного темпу, сили й лабільності нервової системи за методикою «Теппінг-тест».

### **Практичне завдання 4**

#### **Визначення типу темпераменту**

**Вступний коментар.** Тест-опитувальник ЕРІ (1963 р.) був створений Г.Айзенком на матеріалах обстеження 700 солдат, що страждали неврозами. Дослідник дійшов висновку, що всю сукупність рис, які описують людину, можна подати за посередництвом двох головних факторів – екстраверсії / інтроверсії та нейротизму / емоційної стабільності. Ці два виміри особистості є ортогональними, тобто вони статистично не залежать один від одного. Відповідно, людей можна розділити на чотири групи, кожна з яких є деякою комбінацією високої або низької оцінки в діапазоні одного типу з високою або низькою оцінкою в діапазоні другого типу. З кожним типом асоціюються характеристики певного темпераменту.

**Мета:** ознайомлення з методикою виявлення переважаючого типу темпераменту.

**Матеріали та обладнання:** тест-опитувальник.

#### ***Хід роботи***

3. Виконати методику в режимі самодіагностики.
4. Обробити та інтерпретувати індивідуальні дані.

#### **Методика ЕРІ (Г.Айзенк)**

**Інструкція досліджуваному.** «Вам пропонується перелік питань, на кожне з яких треба чесно та відверто відповісти «так» або «ні».

1. Чи часто Ви відчуваєте потребу в нових враженнях, бажання багато що змінити довкола себе?
2. Чи часто Вам потрібна підтримка надійного друга, готового допомогти, підбадьорити або заспокоїти?
3. Ви вважаєте себе людиною безтурботною?
4. Чи відчуваєте Ви труднощі, коли треба відповісти «ні»?
5. Перед тим, як щось вчинити, чи обмірковуєте Ви можливі наслідки, кінцевий результат?
6. Якщо Ви пообіцяли щось зробити, чи завжди дотримуєтеся слова?
7. Чи часто у Вас змінюється настрій?
8. Звичайно Ви говорите і дієте швидко, не замислюючись?

9. Чи часто відчуваєте себе пригніченим, розчарованим без будь-яких на це причин?

10. Чи можете зробити будь-що, побившись об заклад?

11. Чи відчуваєте сором'язливість і збентеження, коли намагаєтеся заговорити з незнайомою симпатичною людиною протилежної статі?

12. Чи втрачаєте Ви іноді самовладання?

13. Чи часто здійснюєте вчинки під впливом хвилинного настрою?

14. Чи часто відчуваєте муки сумління через те, що зробили або сказали щось таке, чого не слід було б говорити або робити?

15. Чи надаєте перевагу читанню книг, газет і журналів перед зустрічами з людьми?

16. Вас легко образити?

17. Чи подобається Вам часто бувати у компаніях?

18. Чи є у Вас думки, які не хотілося б відкривати іншим?

19. Чи правда, що іноді Все горить у вас у руках, а часом настають нудьга та смуток?

20. Ви хочете мати друзів небагато, але дуже близьких і відданих?

21. Ви мрійник?

22. Якщо на Вас кричать, то чи відповідаєте тим самим?

23. Чи часто відчуваєте свою провину?

24. Чи всі Ваші звички та захоплення Вам подобаються?

25. Чи здатні Ви дати волю своїм почуттям і весело провести час у компанії?

26. Ви людина, яка легко збуджується?

27. Люди, які Вас знають, вважають, що Ви людина компанійська?

28. Коли Ви зробили щось важливе, то чи не замислювалися, що могли б зробити це краще?

29. Ви вважаєте за краще менше говорити, коли перебуваєте у товаристві інших людей?

30. Чи любите Ви пліткувати?

31. Чи буває у вас безсоння через різні думки?

32. Відповідь на питання, яке Вас цікавить, будете шукати у книзі?

33. Чи відчуваєте Ви часом посилене серцебиття?

34. Вам подобається робота, яка потребує зосередженості?

35. Чи відчуваєте Ви іноді почуття тремтіння?

36. Коли Ви знаєте, що контролю в громадському транспорті не буде, чи обов'язково платите за свій проїзд?

37. Ви байдуже ставитесь до кепкувань над собою?

38. Ви дратівливі?

39. Чи цікаво Вам виконувати роботу у швидкому темпі?

40. Чи хвилюють Вас думки про неприємності, які можуть трапитися?

41. Ви любите ходити і все робити повільно?

42. Ви дозволяєте собі інколи запізнюватися?

43. Чи часто Вам доводиться бачити «страшні» сни?

44. Ви любите говорити по-простому навіть із незнайомою людиною?
45. Чи страждаєте, коли Вам болить?
46. Чи пригнічують Вас неприємні почуття, якщо Ви тривалий час позбавлені можливості спілкуватися з людьми?
47. Чи вважаєте Ви себе людиною нервовою?
48. Чи є серед Ваших знайомих люди, які Вам дуже не подобаються?
49. Ви дуже впевнена у собі людина?
50. Вас легко образити, якщо вказати на недоліки?
51. Ви згодні з тим, що від вечірки отримати справжнє задоволення важко?
52. Чи дошкуляють Вам думки, що ви чимось гірші за інших?
53. Чи здатні Ви внести пожвавлення в нудну компанію?
54. Чи буває, що Ви говорите про те, чого не розумієте?
55. Вас хвилює Ваше здоров'я?
56. Ви часто кепкуєте над іншими?
57. Ви страждаєте від безсоння?

#### **Обробка результатів.**

1. *Шкала щирості* (перевірочна): відповіді «так» на запитання № 6, 24, 36, відповіді «ні» на запитання № 12, 18, 30, 42, 48, 54.

2. *Шкала екстраверсії-інтроверсії*: відповіді «так» на запитання 1, 3, 8, 10, 13, 17, 22, 25, 27, 39, 44, 46, 49, 53, 56 і «ні» на запитання 5, 15, 20, 29, 32, 34, 37, 41, 51.

*Шкала нейротизму*: відповіді «так» на запитання: 2, 4, 7, 9, 11, 14, 16, 19, 21, 23, 26, 28, 31, 33, 35, 38, 40, 43, 45, 47, 50, 52, 55, 57.

#### *Інтерпретація.*

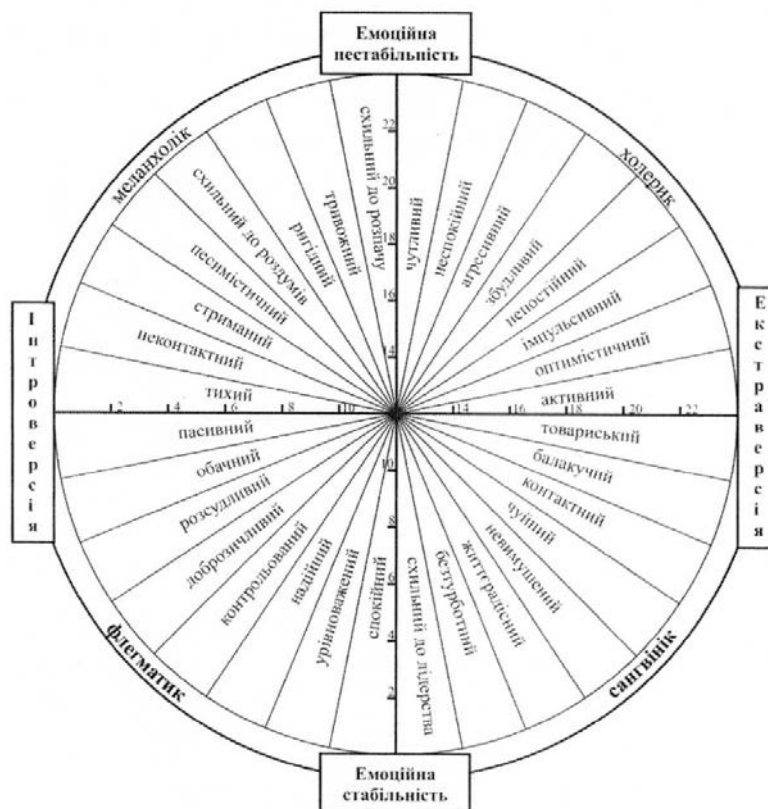
*Щирість*. Менше 4 балів – норма, більше 4 балів – нещирість у відповідях, демонстративність у поведінці, орієнтування досліджуваного на соціальне схвалення.

*Екстраверсія* – це відкритість, комунікабельність, прагнення до контактів. *Інтроверсія* – це замкнутість, некомунікабельність. Більше 19 балів – яскравий екстраверт, більше 15 балів – екстраверт, 14 – 10 – середнє значення (амбіверт), менше 9 – інтроверт, менше – 5 – глибокий інтроверт.

*Нейротизм* – це стабільність чи нестабільність нервової системи. Більше 19 балів дуже високий рівень нейротизму, більше 14 балів – високий рівень нейротизму, 8 – 13 – середнє значення, менше 7 – низький рівень нейротизму.

Представлення результатів по шкалам екстраверсії та нейротизму здійснюється за допомогою системи координат. Показник екстраверсії відкладають на горизонтальній лінії, а показник нейротизму – на вертикальній. Після цього з даних точок опускають перпендикуляр до точки перетину. За належністю точки перетину до одного з квадратів визначається тип темпераменту.

### Схема визначення темпераменту



**Група I (типовий екстраверт).** Характеризується орієнтацією особистості на навколишній світ. Цих людей характеризує товариськість, чуйність, невимушеність, життєрадісність, впевненість у собі, прагнення до лідерства. Вони, як правило, мають багато друзів, оптимістичну вдачу, доброзичливі, веселі, завдяки гнучкості своєї поведінки легко контактують з різними людьми, але іноді бувають запальні та нестримані, імпульсивні. Такі люди звичайно легко і якісно опановують професії типу «людина – людина», але й інші професії від них не «за сімома замками».

**Група II (типовий інтроверт).** Характеризується фіксацією інтересів особистості на явищах власного внутрішнього світу, який є для людей цієї групи найвищою цінністю.

Такі люди спокійні, врівноважені, розсудливі, обачливі, контролюють свої вчинки, їх дії завжди обмірковані, раціональні. Вони не товариські, часто замкнуті, але миролюбні. Коло друзів у них невелике. Ці люди часто соціально пасивні, важко входять у колектив. Надають перевагу книжкам. Інтровертам легше оволодіти професіями типу «людина – техніка», «людина – природа». Працювати з іншими людьми їм важко, це потребує дуже багато сил.

**Група III (типовий невротик)** характеризується емоційно нестабільною сферою особистості. Люди цієї групи вирізняються тривожністю, легко збуджуються, їм притаманні часта зміна настроїв, чутливість, примхливість, схильність до песимізму, нерішучість.

## **Практичне завдання 5** **Дослідження типу темпераменту**

**Вступний коментар.** Відомо, що слово «темперамент» дослівно означає «співвідношення частин». Даний тест допомагає встановити співвідношення чотирьох базових темпераментів для конкретної людини. У його основі – чотири «паспорти»: холерика, сангвініка, флегматика, меланхоліка. «Паспорт» містить 19–20 якостей, що характерні конкретному темпераменту. Тест «Формула темпераменту» А. Бєлова можна використовувати для дослідження з 15–17 років, для дітей 11–14 років краще використовувати іншу методику (наприклад, підлітковий варіант опитувальника Г.Айзенка).

**Мета:** знайомство з методами виявлення особливостей співвідношення типів темпераменту.

**Матеріали та обладнання:** тест-опитувальник.

### ***Хід роботи***

1. Виконати методику в режимі самодіагностики.
2. Обробити та інтерпретувати індивідуальні дані

### **ТЕСТ «Паспорт темпераменту»**

**Інструкція досліджуваному.** «Оцініть знаком «+» ті якості, які притаманні Вам, і знаком «-» – не притаманні».

**Ви холерик, якщо:**

1) непосидючі, метушливі; 2) нестримані; 3) запальні; 4) нетерплячі; 5) різкі і прямолінійні з людьми; 6) вперті; 7) кмітливі в суперечці; 8) працюєте уривчасто; 9) схильні до ризику; 10) незлопам'ятні і не вмієте довго ображатися; 11) характеризуєтеся швидкою, насиченою, з мінливими інтонаціями мовою; 12) неврівноважені і схильні до гарячковості; 13) агресивний забіяка; 14) нетерплячі до наслідків; 15) маєте виразну міміку; 16) здатні швидко діяти й вирішувати; 17) невтомно прагнете змін; 18) у вас різкі рухи; 19) наполегливі у досягненні поставленої мети; 20) схильні до різкої зміни настрою.

**Ви сангвінік, якщо:**

1) веселі й життєрадісні; 2) енергійні й ділові; 3) часто не завершуєте розпочату справу; 4) схильні переоцінити себе; 5) здатні швидко сприйняти нове; 6) непостійні в інтересах і здібностях; 7) легко переживаєте невдачі та неприємності; 8) легко пристосовуєтеся до різних обставин; 9) з ентузіазмом беретеся за нову справу; 10) швидко втрачаєте інтерес до справи, яка перестає Вас цікавити; 11) швидко включаєтеся в нову справу і швидко можете переключитися з одного виду діяльності на інший; 12) Вас дратує одноманітна, буденна, клопітка робота; 13) любите спілкуватися і впевнено почуваетесь з незнайомими людьми; 14) вимогливі і працездатні; 15) маєте гучне, швидке, чітке мовлення, яке супроводжується жвавими

жестами й виразною мімікою; 16) умієте тримати себе в руках у несподіваній, складній ситуації; 17) у вас завжди піднесений настрій; 18) швидко засинаєте і прокидаєтеся; 19) виявляєте поспіх у рішеннях; 20) схильні «покрасуватися».

Ви флегматик, якщо:

1) спокійні й холоднокровні; 2) послідовні й детальні у справах; 3) обережні й розсудливі; 4) умієте чекати; 5) мовчазні і не любите «кидати слова на вітер»; 6) маєте спокійне, рівномірне мовлення з паузами, без різких виразних емоцій, жестикуляцій, міміки; 7) стримані й терплячі; 8) доводите справу до кінця; 9) не витрачаєте даремно сил; 10) суворо дотримуєтеся заведеного розпорядку в житті й системи в роботі; 11) легко стримуєте свої поривання; 12) не реагуєте на похвалу чи осуд; 13) не озлоблені і виявляєте поблажливе ставлення до шпильок на свою адресу; 14) постійні у своїх стосунках та інтересах; 15) повільно включаєтеся в роботу; 16) інертні й малорухомі; 17) підтримуєте однако рівні стосунки з усіма; 18) любите охайність і порядок у всьому; 19) важко пристосовуєтесь до нової обстановки; 20) стримані.

Ви меланхолік, якщо:

1) сором'язливі; 2) губитеся в новій обстановці; 3) Вам важко встановити контакт із незнайомими людьми; 4) не вірите у свої сили; 5) легко переносите самотність; 6) відчуваєте пригніченість і розгубленість при невдачах; 7) схильні заглиблюватися в себе; 8) швидко втомлюєтеся; 9) маєте слабе, тихе мовлення, яке іноді понижується до шепоту; 10) мимоволі пристосовуєтеся до характеру співрозмовника; 11) під час розмови здатні розчулитися до сліз; 12) надзвичайно чутливі до схвалень і зауважень; 13) висуваєте високі вимоги до себе та оточуючих; 14) схильні до підозрливості; 15) надто чутливі й ранимі; 16) образливі; 17) замкнуті, некомпанійські, не ділитесь ні з ким своїми думками; 18) малоактивні й несміливі; 19) покірні; 20) прагнете викликати співчуття й допомогу оточуючих.

**Обробка результатів**

Обробка результатів здійснюється за формулою:

$$ФТ = (Ах/А \times 100\%) + (Ас/А \times 100\%) + (Аф/А \times 100\%) + (Ам/А \times 100\%)$$

де А – загальне число позитивних відповідей по всіх типах; Ах – число позитивних відповідей у паспорті холерика; Ас – число позитивних відповідей у паспорті сангвініка; Аф – число позитивних відповідей у паспорті флегматика; Ам – число позитивних відповідей у паспорті меланхоліка.

У кінцевому рахунку формула матиме такий вигляд:

$$ФТ = \%Х + \%С + \%Ф + \%М.$$

Якщо кількість позитивних відповідей складає 40% та вище, то даний тип темпераменту у Вас домінує;

30 – 39% - якості даного типу виражені достатньо яскраво;

20 – 29% - якості даного типу виражені середньо;

10 – 19% - якості даного типу виражені недостатньо.

**ЛІТЕРАТУРА**

1. Загальна психологія: / Максименко С. Д., Зайчук В. О., Клименко В. В., Соловієнко В. О.; за ред. С. Д. Максименка. Київ: Форум, 2000. С.87–124.
2. Загальна психологія: навч. посіб. / М. Д. Бойправ, В. П. Пісоцький, О. П. Щотка та ін.; за ред. О. П. Щотки, О. П. Пісоцького. Т.1. Ніжин: НДУ ім. М. Гоголя, 2012. С. 166–195.
3. Загальна психологія: підручник. / О. В. Скрипченко, Л. В. Долинська, З. В. Огороднійчук та ін. Київ: Либідь, 2005. С. 290–315.
4. Індивідуально-психологічні властивості особистості: психол. практикум / М. Д. Бойправ, В. П. Пісоцький, О. П. Щотка. Ніжин: НПДУ ім. М. Гоголя, 2004. С. 5–32.
5. Максименко С.Д. Загальна психологія. Видання 3-є, переробл., та доповн. Навчальний посібник. Київ: Центр учбової літератури, 2008. С. 235–242.
6. Москалець В. П. Загальна психологія: підруч. Київ: Ліра-К:, 2020. 564 с.
7. Палій А. А. Диференціальна психологія: навч. посіб. Київ: Академвидав, 2010. С.105–140.
8. Пісоцький В. П., Горянська А. М. Психологія. Ч.1. Загальна психологія: конспект лекцій: навч. посібн. Ніжин, НДУ ім. М. Гоголя, 2023. 259 с.
9. Психологія: базовий підручник для студентів вищих навчальних закладів / С. Д. Максименко, Т. Б. Хомуленко, М. А. Кузнєцов та ін.; за ред І. Ф. Прокопенка. Харків: Фоліо, 2012. 863 с.
10. Психологія: Підручник / Ю. Л. Трофімов, В. В. Рибалка, П. А. Гончарук та ін. ; за ред. Ю. Л. Трофімова. Київ: Либідь, 1999. С. 100–143.
11. Савчин М. В. Загальна психологія: навч. посіб. для студ. вищих навч. закладів Київ: Академвидав, 2012. 464 с.

## Розділ 2. ХАРАКТЕР

*Характер є однією із важливих соціально-психологічних характеристик людини, що формуються під безпосереднім впливом суспільства, під час взаємодії особистості з іншими людьми, в процесі діяльності та самовиховання. Це так звані ознаки, риси, особливості, які набуває людина в процесі життя в соціальному середовищі.*

*Таких рис багато, вони перебувають у взаємозв'язку і зумовлюють індивідуальний стиль соціальної поведінки людини, визначають її життєві досягнення та невдачі. Відображають зміст стосунків людини зі світом.*

*Тому, знаючи характер людини, можна передбачити, як вона буде поводити себе за тих чи інших умов, які цілі буде ставити перед собою, якими способами їх досягати.*

*Інтерес до цієї проблеми виник давно, а особливо актуальною ця тема є сьогодні, і тому важливо для майбутніх фахівців розібратися і зрозуміти основні закономірності характеру, його структуру, шляхи формування, оскільки особистість характеризується не тільки тим, що вона робить, а й тим, як вона це робить. Усе це дасть можливість створити необхідні умови для формування і розвитку особистості взагалі, передбачити та подолати негативні перешкоди на шляху виділення та вивчення цінних позитивних характерологічних якостей, необхідних, в першу чергу, як самій людині, так і суспільству.*

### МАТЕРІАЛИ ДЛЯ ПІДГОТОВКИ ДО ЗАНЯТТЯ

#### План

1. Поняття про характер та його фізіологічні основи.
2. Історія вчень про характер.
3. Характер в структурі особистості.
4. Характер і система відношень людини.
5. Типове та індивідуальне у структурі характеру.
6. Характер в нормі і патології. Акцентуації характеру.
7. Особливості формування характеру.

**Ключові поняття:** характер, характерологія, фізіогноміка, панцир, структура характеру, динамічний стереотип, акцентуація, риси характеру, симптомокомплекси рис характеру, типи характеру, самовиховання характеру.

## СТИСЛИЙ ЗМІСТ ТЕМИ

### 1. Поняття про характер та його фізіологічні основи

Термін характер (з грецького «відбиток», «чеканка», «рису») у психології його використовують у двох значеннях:

1) у вузькому значенні під характером розуміють моральну спрямованість особистості та її вольові якості;

2) у широкому значенні характер розглядають як індивідуально-своєрідне поєднання, сукупність (ансамбль) постійних істотних властивостей особистості, які утворюються і виявляються в діяльності й спілкуванні та впливають на систему відношень індивіда з іншими людьми, з суспільством в цілому, на ставлення до праці, речей, до самого себе і т. д.

**Характер** – це зафіксована у звичках, манерах, стереотипних формах емоційного реагування, мислення і поведінки система взаємовідносин з оточенням, яка обумовлює поведінку людини в типових ситуаціях. Це прижиттєве психологічне утворення, яке формується впродовж соціалізації людини і має тенденцію до змін. Разом з цим – це найбільш стійка психологічна особливість людини, яка визначає її «Я», її індивідуальність. На рівні особистості характер пов'язаний з основними її життєвими цінностями і сценаріями, підтверджений внутрішньою філософією, глибинними переконаннями, соціальним досвідом. Характер впливає на особливості спілкування з іншими людьми. Існує складний взаємовплив характеру та соціальних ролей людини. Особливості характеру вирішальною мірою впливають на соціальний статус особистості, визначають її престиж, авторитет.

Характер особистості можна правильно зрозуміти лише в її діяльності й поведінці: характер надає їм певного стилю, може проявлятися і у виборі цілі діяльності і як засіб досягнення певної мети. Про характер людини судять і по тому, як вона мислить і поводить себе в різних обставинах, якої думки вона про інших і саму себе, які манери їй властиві. Отже, знати характер людини дуже важливо, адже це дозволяє передбачати її поведінку, особливості реагування на дії і вчинки інших людей, корегувати їх.

Серед факторів, що впливають на характер, виділяють:

1. *Тип вищої нервової діяльності* людини та *темперамент*.

Якщо в рамках темпераменту параметри вказують на біологічні стереотипи реагування, то в рисах характеру відображаються притаманні індивіду поведінкові матриці, які спочатку є усвідомлюваними (виховуються, прищеплюються, нав'язуються), а потім певною мірою автоматизуються.

2. *Динамічні стереотипи* – системи нервових зв'язків у корі великих півкуль, які внаслідок багаторазового повторення закріплюються і створюють фундамент для звичних дій, емоційних станів, звичок, рис характеру, які переважно виявляються без участі волі.

3. Взаємодія першої та другої сигнальних систем, яка утворює *художній, мислительний та змішаний* типи (за Павловим).

Отже, характер людини є складним синтезом типу нервової діяльності і життєвих вражень, умов життя і виховання. Характер відіграє важливе значення у психологічній діяльності людини, виконуючи такі основні функції: 1) сигнальну; 2) регуляції поведінки; 3) мотиваційну.

## 2. Історія вчень про характер

Існує особливий розділ психології особистості, який отримав назву **характерологія** (вчення про характер). Вона має тривалу історію свого розвитку. Найважливішими проблемами характерології протягом століть було встановлення типів характеру та їх визначення за зовнішніми ознаками. Відтак сформувались такі напрямки:

- *Фізіогноміка* – це вчення про зовнішню вираженість сутності людини в рисах обличчя (форма і розмір підборіддя, вух, роту, носу, очей та ін.) і формах її тіла.

- *Хіромантія* – система передбачень рис характеру і долі людини за шкіряним рельєфом долонь. У своїх витоках хіромантія тісно пов'язана з астрологією. Науковий інтерес до хіромантії відродився останнім часом у зв'язку з використанням того факту, що на 3-4 місяці розвитку зародку відбувається формування малюнка на долонях, яке обумовлено впливом генів батьків, або хромосомними відхиленнями плоду. Не так давно виникла наука *дерматогліфіка*, яка вивчає закономірності ембріонального розвитку пальцевих візерунків та їх зв'язок зі спадковістю. Популярними є спроби зв'язати характер людини з її іменем, датою народження (нумерологія).

- У діагностичному плані заслуговує на увагу *графологія* – наука, яка розглядає почерк як різновид виразних рухів, які відображають психологічні властивості того, хто пише. На цій основі встановлюється зв'язок між особливостями почерку і характером. Проте найбільш повне і яскраве уявлення про характер людини можна одержати тоді, коли знаєш специфіку вчинків, поведінки, діяльності людини.

- Як окремий напрямок характерології можна виділити визначення індивідуальних особливостей людини за її манерою, силуетом, положенням тіла. Характер найбільш яскраво розкривається в поставі людини: як вона стоїть, сидить, як вона рухається і, навіть, у якій позі засинає.

- *Конституціонально-антропологічний напрямок* характерології. К. Сіго, Е.Кречмер, В. Шелдон розглядають характер у зв'язку з будовою тіла, як психічну конституцію людини, яка відповідає її тілесній конституції. Ці вчені пояснюють характер природженими, насамперед ендокринними факторами і не розділяють поняття «характер» і «темперамент».

- *Психоаналітичний напрямок*. У психоаналізі розроблені оригінальні типології характеру. З. Фрейд, А.Адлер, К.Юнг, В. Райх, Е. Фромм пов'язували утворення рис і типів характеру з результатом напруженої роботи людини по руйнуванню конфліктних ситуацій. Вільгельм Райх вважав, що будь-який характер складається з двох основних компонентів: вроджених установок стосовно світу, а також автоматичних реакцій на різні ситуації. Він включає в себе психологічні установки і цінності, стиль

поведінки (комунікабельність, сором'язливість, агресивність та ін.) і фізичні установки (поза, звичка триматися і рухатися, володіння власним тілом, манера рукостискання та ін.). За Райхом, кожній особистісній позиції відповідає позиція фізична, що виражається тілесно у вигляді «м'язового панциря», функція якого полягає в тому, щоб захистити людину від неприємних переживань та обмежити можливості відчувати задоволення. Райх вважав, що характер формується як деяка захисна структура особистості, що покликана блокувати у дитини тривогу, викликану сексуальними переживаннями та страхом покарання за них. Перша захисна реакція дитини спрямована на придушення цих переживань. Оскільки репресивні захисні механізми поступово починають діяти автоматично, вони перетворюються у стійкі риси характеру, які утворюють систему *характерного панцира* індивіда. Рухи закутої в захисний панцир людини виглядають як примусові, неприродні, незграбні. Формування характерного панциру перешкоджає вільному вираженню емоцій і руху енергії в тілі, створює основу для ізоляції, самотності, потреби в авторитеті, страху відповідальності, страждань на сексуальному ґрунті, впертості, нетерпимості. Таким чином, людина живе всередині свого характеру як черепаха в панцирі, захищаючись за його допомогою від власних недоліків, з якими вона стикається, якщо відкрито взаємодіє зі світом. Для цього їй доводиться придушувати деякі почуття і обмежувати репертуар можливих дій, напружуючи відповідні м'язи тіла через страх перед своєю необмеженою свободою. Вона боїться свободи і не вміє нею користуватися. Якщо людина звільняється від ярма характеру, який втілюється у м'язовому панцирі (хронічна м'язова напруженість), вона більше не потребує стереотипних захисних реакцій. Їй стають доступними нові реакції, які виникають спонтанно, але адекватно ситуації «тут і тепер». Райх постійно закликав своїх пацієнтів чітко усвідомлювати власні риси характеру. Він часто імітував їх характерні жести і пози або інші особливості поведінки (нервову усмішку, наприклад), або ж закликав самих пацієнтів повторювати і підкреслювати їх. Коли пацієнт переставав ставитися до зовнішніх проявів свого характеру як до чогось банального і звичного, його мотивація починала змінюватися у кращий бік, посилюватися. Якщо людині вдається послабити свій панцир психологічних захистів, вона стає здатною до *саморегуляції*, тобто здійснює вчинки у відповідності зі своїми власними схильностями і почуттями, а не слідує нав'язаним зовнішнім кодексам поведінки або чужим приписам.

### **3. Характер у структурі особистості**

У багатьох моделях структури особистості характер позиціонується як одна з найважливіших підструктур особистості. К. К. Платонов розглядає характер як «каркас» і підструктуру особистості, яка пронизує її основні підструктури – від підструктури біологічної зумовленості до підструктури спрямованості. Зміст характеру відображає суспільні впливи і складає життєву спрямованість особистості, тобто її матеріальні і духовні потреби, мотиви, інтереси, переконання, ідеали і т. д. Спрямованість, в свою чергу,

лежить в основі *єдності, цілісності, сили* характеру. Характер людини передбачає наявність чогось значущого для неї у світі, житті, від чого залежать мотиви її вчинків, цілі її дій тощо. Вирішальним для розуміння характеру людини є співвідношення між *суспільно* і *особистісно* значущим. Характер можливо зрозуміти лише як певну єдність спрямованості та способу дій. Люди зі схожою спрямованістю можуть йти різними шляхами у досягненні мети, використовуючи свої особливі прийоми, стиль мислення та способи дій. Тому характер, як і темперамент, пов'язаний з *індивідуальним стилем діяльності* людини, адже особистість характеризується не лише тим, що вона робить, але й тим, як вона це робить. Певні риси характеру людини дозволяють швидше формувати один стиль діяльності й уповільнювати інший, вони яскраво виявляються у ситуації вибору способів дії та поведінки. Наприклад, як рису характеру можна розглядати міру вияву в особистості *мотивації досягнення*, тобто міру вияву її потреби досягнення успіху. Так, частині людей властивий вибір дій, які забезпечують успіх (вияв ініціативності, змагальної активності, прагнення до ризику і т. д.), в той час як інша частина прагне уникати невдач (ухиляється від ризикованих дій і відповідальності, поводить себе пасивно, безініціативно). Отже, можна говорити про єдність, але не тотожність особистості і характеру. Особистісно-сміслова сфера (потреби, мотиви, цінності) знаходить свій вияв у конкретній формі відношень, способах поведінки, шляхах і засобах досягнення цілей, тобто характері.

У структурі характеру виділяються *зміст* і *форма*. Зміст характеру визначається умовами життя і виховання. Вчинки людини завжди мотивовані, на щось або на когось спрямовані. Але форми намірів, прагнень можуть бути різними. Це залежить і від обставин, ситуацій, у яких знаходиться людина, і від особливостей її характеру, темпераменту.

Вивчаючи структуру характеру, вчені виділяють в ньому три основні аспекти: *інтелектуальний, вольовий* і *емоційний*.

Характер є цілісним утворенням, проте це не виключає аналізу окремих його компонентів, які дістали назву рис характеру. *Риси характеру* – це стійкі форми поведінки, які виявляються у зв'язку з конкретними, типовими для даного виду поведінки ситуаціями.

У структурі характеру вирізняють *основні, провідні риси характеру* (моральна спрямованість і воля), навколо яких формується характер людини, і *другорядні*, що визначаються основними. Так, структурними компонентами характеру є:

1. моральні риси (совісність, чесність, порядність, людяність, правдивість, справедливість, почуття власної гідності, обов'язку, колективізму);
2. вольові риси (витримка, цілеспрямованість, наполегливість, ініціативність, дисциплінованість, рішучість, сміливість тощо);
3. перцептивні риси (спостережливість, уважність);
4. мнемічні риси (особливості поєднання видів пам'яті, наприклад: властивість – забудькуватість);

5. інтелектуальні риси (глибина, гострота думки, самостійність, критичність, мислення, розсудливість, поміркованість, винахідливість, допитливість, кмітливість, переконаність);

6. вербальні риси (красномовність, мовчазність, буркотливість тощо);

7. емоційні риси (чуйність, сердечність, оптимізм, експансивність тощо).

Кожний структурний компонент характеру інтегрально виявляється якоюсь мірою в кожній рисі характеру і в характері в цілому.

Більшість індивідуальних виявів характеру не піддаються класифікації за окремими властивостями і станами – злопам'ятність, підозрілість, щедрість, терпимість тощо. Це комплексні риси характеру.

Усі риси характеру мають між собою закономірний зв'язок. Найбільш загальні властивості характеру розташовуються на полюсах: сила – слабкість, твердість – м'якість, цільність – суперечливість, повнота – неповноцінність, визначеність – невизначеність.

*Сила характеру* визначається тією енергією, з якою людина домагається здійснення поставлених цілей. Це здатність людини пристрасно захопитись якоюсь справою, ідеєю, почуттям і розвивати велике напруження сил при зустрічі з труднощами, вміння долати їх.

*Слабкість характеру* пов'язують зі станами нерішучості, «астенічності» в досягненні цілей, нестійкості поглядів і т. д.

*Твердість характеру* означає жорстку послідовність та наполегливість у досягненні цілей, відстоюванні своїх поглядів і т. д.

*М'якість характеру* виявляється у гнучкому пристосуванні до зміни зовнішніх обставин, досягнення мети за рахунок деяких поступок, знаходження компромісів.

*Цільність*, або, навпаки, суперечливість характеру визначаються мірою поєднання провідних і другорядних рис характеру. Якщо провідні і другорядні риси знаходяться в гармонійному поєднанні, якщо відсутні суперечності у прагненнях та інтересах, то такий характер називають *цільним*, якщо ж вони різко контрастують – то *суперечливим*.

*Повнота характеру* – це всебічний розвиток основних його структурних компонентів: розумових, моральних, емоційно-вольових.

*Визначеність характеру*. Показниками є твердість і незалежність людини в її прагненнях і переконаннях, у боротьбі за досягнення цілей. Визначеність характеру людини як суб'єкта діяльності відбивається на принциповості і сумлінності у виконанні дій, незалежно від важливості доручення.

Про людей з невизначеним характером важко сказати: хороші вони, чи ні. Це люди безпринципні, без чітких позицій в політичному, трудовому житті, в побуті.

#### **4. Характер і система відношень людини**

В якості одиниці аналізу провідні дослідники характеру виділяють такі динамічні тенденції особистості як фіксовані узагальнені *установки*.

На їх думку саме вони показують ставлення особистості до дійсності і визначають відносну стійкість її поведінки. Із всієї сукупності відношень особистості виділяються насамперед ті форми, які мають для людини першочергове, життєво важливе значення. Загалом у структурі характеру людини виділяють чотири **симптомокомплекси**. Це – групи взаємопов'язаних рис, які є взаємозалежними і виявляються в системі відношень:

1. у ставленні до інших людей (доброта, доброзичливість, вимогливість, люб'язність, правдивість, поблажливість, порядність, принциповість, тактовність, терпимість, товариськість, турботливість, деспотичність, грубість, зарозумілість, конформність, нахабність, підозрілість, потайливість, упередженість, безтактність);

2. у ставленні до справи, праці (добросовісність, відповідальність, винахідливість, дисциплінованість, ініціативність, наполегливість, самостійність, серйозність, продуманість, працелюбність, ретельність, байдужість, лінощі, недбальство);

3. у ставленні до себе (самолюбство, самокритичність, невпевненість, скромність, почуття власної гідності, самоповага, комплекс неповноцінності, честолюбність);

4. у ставленні до власності (речей, ідей, почуттів) – акуратність, безкорисність, бережливість, байдужість, помірність, скаредність, щедрість, жадібність, легковажність, неохайність, нетерпимість тощо.

Ця класифікація є умовною, адже насправді існує тісний зв'язок, взаємопроникнення вказаних аспектів відношень. Характер і систему відношень не слід ототожнювати – це різні психологічні особливості людини. Характер є лише потенційною основою для вияву тієї чи іншої системи відношень.

Види характеру розрізняють:

1. За відношенням	2. За змістом	
А. До соціальних явищ	Принциповий	наявність наукового світогляду, позиції
	Безпринципний	відсутність життєвої позиції
Б. До діяльності	Працелюбний	організований
	Бездіяльний	неорганізований
В. До інших людей*	Комунікбельний	гуманний
		маніпулятивний
	Замкнений (аутичний)	наслідок способу життя
Г. До самого себе**	Колективістський	негативне ставлення до людей
	Егоїстичний	підкоряється інтересам колектива
		перебільшення значущості своєї особистості.

\* - носить оціночний характер, інтелектуальна оцінка залежить від емоційного ставлення до виявів характеру.

\*\* - залежить від рівня розвитку самосвідомості, адекватності, самооцінки.

## Типове та індивідуальне у структурі характеру

*Тип характеру* – це конкретний вияв в індивідуальному характері рис, які є загальними для певної групи людей. В індивідуальному характері відображаються різні *типові риси*: національні, професійні, статево-вікові. Загалом не може бути абсолютної або універсальної класифікації характерів, поділу їх на типи.

Дослідники довільно обирають основу для класифікації і відповідно до завдання, яке перед ними стоїть, поділяють людей на групи за переважаючими якостями. Так, наприклад, подібні характери можуть спостерігатися в людей, що мають домінуючі вольові, або емоційні якості. Вольовий (активний, цілеспрямований, діяльний). Емоційний (діє під впливом переживань, пориву). Поміркований (оцінює усе з точки зору розумності).

Соціальні типології визначають характер на основі ставлення людини до суспільства та моральних цінностей. *Соціальний характер* – це сукупність суттєвих ознак, властивих певній групі людей і зумовлених суспільними умовами. Соціальний характер залежить від системи цінностей, що панують у суспільстві, відображає ідеали і цінності певної епохи та відзначається певною культурно-історичною динамічністю.

**Типологія соціального характеру Е. Фромма.** Дослідник розрізняє продуктивну і непродуктивну орієнтації характеру.

*Продуктивна орієнтація* – це відповідь на суперечність людського існування у суспільстві. У ній виявляється здатність людини до продуктивного мислення, любові, праці. Вона дає незалежний, чесний, урівноважений, люблячий, творчий тип характеру, носій якого здійснює соціально-корисні вчинки.

До *непродуктивних орієнтацій характеру*, ґрунтуючись на особливостях діяльності й стосунків людини, Е. Фромм відносить:

- *рецептивний характер*. Людина з такою орієнтацією характеру фіксована на оральної стадії психосексуального розвитку (за Фрейдом) і вважає, що джерела усіх благ і негараздів знаходяться зовні, а не в ній самій; для таких людей властиві *пасивність*, психологічна *залежність* від інших, нерішучість, тривожність, проте вони досить дружелюбні, довірливі, чутливі, сердечні, віддані в дружбі і коханні. Часто за їх чуйністю приховується потреба заручитися доброзичливою підтримкою;

- *експлуаторський характер* (орально-агресивний тип за Фрейдом) – така людина, як і рецептивна, нічого не створює сама, але на відміну від неї, безсоромно користується чужими речам, ідеями, людьми, відбираючи їх силою або хитрістю. Люди з такою орієнтацією характеру занадто агресивні й самозакохані, схильні до конфронтації, бунтарства проти авторитетів, жадають тріумфу, грубі й жорстокі. Їх вирізняють сарказм та іронія, садизм як насолода від розчарувань і приниження інших, обман, цинізм, виражений потяг до ризикованих пригод і авантюризм;

- *здирицький або накопичувальний характер* (анальний тип за Фрейдом) – носій якого виявляє постійне прагнення економити і, по

можливості, заволодівати або контролювати речі, ідеї, стосунки. Таким людям властивий педантизм, нав'язлива пунктуальність, акуратність, упертість, ригідність, що психологічно поєднуються зі скупістю. Їх почуття безпеки ґрунтується на здирництві й економії, неухильному слідуванні традиції, а недовіра й відчуженість від інших є способом утримання того, що в них є. Вони потайливі, всіляко уникають прояву справжніх почуттів, надчутливі до сторонніх впливів і перешкод, знаходяться в полоні власних обмежень, задоволення у них завжди поєднується з почуттям провини. Сильними рисами таких людей є віра в себе, серйозність, дисциплінованість і ретельність в роботі, законслухняність;

- *ринковий характер* (фалічний тип за Фрейдом) – орієнтується в основному на стосунки: «ти мені – я тобі», «вигідно – не вигідно». Це нарцисичні, самозакохані особи, незалежні й активні, націлені на успіх і конкуренцію. Самооцінка і самоповага представників цього типу залежать виключно від впливу зовнішніх причин успіху або невдачі в кар'єрі, коханні. Такі люди здатні бути опорою для інших, взяти на себе роль лідера, надати культурному розвитку нових імпульсів й ініціювати зміну застарілих традицій. Їхньою сильною рисою є самостійність, а слабкою – егоїзм. Беручи ініціативу в свої руки, відстоюючи власну незалежність, часто нав'язують іншим свої ідеї і думки. Вони вимогливі, багато беруть, але мало віддають, схильні до агресії.

## **6. Характер в нормі і патології.**

Існує широкий діапазон норми розвитку характеру. Визначення норми характеру тісно переплітається з питанням про кардинальні ознаки гармонійних рис характеру. *Гармонійний характер* - це сукупність індивідуально-психологічних стереотипів поведінки, що сприяють гармонізації міжособистісних стосунків і можливості уникнути міжособистісних і внутрішньоособистісних конфліктів. *Гармонійний характер* складається з двох груп психологічних параметрів, що включають: 1) адаптивність; 2) самоактуалізацію.

1. *Адаптивність* включає:

1) *реалізм* у сприйнятті оточення (перцептивна складова). В оцінці ситуації потрібно керуватися *здоровим глуздом*, правильно визначати її сутнісні, дієві параметри, чітко і тверезо розуміти сутність і мотиви свого оточення. Реалізму заважає феномен *каузальної атрибуції*, що проявляється в пристрасному і неадекватному, викривленому розумінні і поясненні мотивів вчинків оточуючих;

2) бажання людини адаптуватися до існуючих обставин, оточення, підтримувати безконфліктні та ефективні стосунки (мотиваційна складова). Тут важливу роль відіграють ціннісний бік життя і розумне поєднання егоїстичних і альтруїстичних цілей. Людина ранжує життєві події за цінністю і значущістю для того, щоб вирішити, до яких з них їй слід пристосуватися, що вона може ігнорувати, а з чим їй варто боротися;

3) здатність адаптуватися – приймати оточення таким, яким воно є (регулятивна складова). Тут важливо вміти виявляти необхідні для комунікації риси характеру і компенсувати (приховувати або пом'якшувати) неадаптивні.

2. *Самоактуалізація*. Якщо на рівні адаптивності гармонійним вважається прийняття інших, то на рівні *самоактуалізації* – прийняття себе. У прийнятті себе відображаються реалізм в оцінці своїх якостей, здібностей і можливостей, розуміння і прийняття напрацьованих цінностей і актуальних потреб, згода з собою, подолання психологічних комплексів або примирення з ними. Прийняття себе починається з *реальної самооцінки* і формування *самоповаги*.

Іншими важливими якостями самоактуалізації є спонтанність, простота (природність), автономність (незалежність) і концентрація на суті проблеми, що в комплексі утворюють *зрілість характеру* – здатність пристосовуватися до середовища за законами житейського розуму. Вона передбачає поєднання досить високих ідеальних прагнень з готовністю виконувати скромні земні завдання заради цих високих прагнень.

Противагою зрілості є *інфантилізм* як ознака *дисгармонійного характеру*. До інфантильних властивостей характеру належать наївність, несамостійність, егоцентризм.

Особистість, яка досягла високого рівня самоактуалізації, реагує на проблему творчо, а не стереотипно. Про таку людину не скажеш, що вона безхарактерна, тому що остання проявляє слабкий, нестійкий і залежний характер. Скоріше це людина з *незалежним характером*, яку не можна просто так підкорити своїй волі. Разом з тим вона позбулася свого захисного м'язового панциря, а це означає, що не характер диктує, як їй жити, а вона керує своїм характером, якщо у неї ще залишилися стереотипні реакції. Тому така людина весь час різна, і про неї не скажеш точно, які стійкі риси їй притаманні. До неї найкраще підходить термін «позахарактерна», тобто така, що не підпадає під традиційні класифікації характерів.

Характер має важливе значення для діагностики відхилень у психічному розвитку. Цілий ряд соматичних хвороб можуть негативно впливати на характер. Певні риси характеру дозволяють людині гідно триматися під час соматичного захворювання.

Патологічні риси характеру називаються психопатією.

Виділяють три *ознаки психопатії*:

- такі особливості характеру перешкоджають успішному пристосуванню людини до життя;
- вони визначають психічний склад особистості;
- не піддаються змінам протягом всього життя.

Психопатії проявляються як в типових так і нетипових ситуаціях. Якщо психопатія – це патологія, то акцентування – це балансування на грані норми.

Акцентуація – це надмірне вираження окремих рис характеру і їх поєднань, крайній вияв норми поведінки. Питання акцентуацій буде детально розкрито у практикумі з вікової психології.

## 7. Особливості формування характеру

**Формування характеру** – це процес становлення стійких психологічних утворень особистості під впливом об'єктивних і спеціально створених для цього умов, коли її дії та вчинки в результаті їх багаторазових повторень стають звичними й визначають типову модель її поведінки. Характер людини формується в процесі її індивідуального життя під провідним впливом суспільних умов. Виділяють наступні етапи розвитку характеру:

1. *Закладання основ* характеру (дошкільний і молодший шкільний вік).
2. Етап *активного розвитку* рис характеру (підлітковий і юнацький вік).
3. Етап *стабілізації* характеру: молодість (21–26 років). Людина у віці повноліття практично завершує формування рис характеру, її вчинки набувають відтінку сталих правил, які не підлягають обговоренню.
4. Етап *зрілості* характеру (середня і пізня дорослість).
5. Етап *руйнування* характеру (через важкі психічні і соматичні хвороби, у старечому віці).

Особливо важливу роль у вихованні характеру відіграє активна діяльність особистості, і передусім *праця* як середовище її суспільного буття, *спілкування*, як необхідна умова її самопізнання та самореалізації. Також особлива роль належить *вихованню*. Виховання організовує обставини життя і спрямовує в потрібному напрямі життєві впливи, підкріплює їх, створює відповідне ставлення до навколишньої дійсності особистості. Разом з тим воно гальмує негативні впливи, перешкоджає закріпленню небажаних звичок і рис її поведінки. З підліткового віку стає можливим самовиховання і саморегулювання процесу становлення характеру. Особливо дієвими чинниками є самостійність і самодіяльність у праці, навчанні. При цьому необхідно поставити юнака чи дівчину в такі умови, за яких вони могли б виявити колективізм, мужність, витримку, працьовитість. Але виховання в колективі не повинно нівелювати індивідуальні якості особистості. Потрібно розкривати й зміцнювати кращі риси характеру кожного члена колективу, створювати умови для вияву їх індивідуальності. Успішне формування рис характеру потребує єдності виховних заходів сім'ї, школи та соціального середовища, громадськості.

## ЗАВДАННЯ ДЛЯ САМОСТІЙНОЇ РОБОТИ З ТЕОРЕТИЧНИМ МАТЕРІАЛОМ

1. Ознайомтесь з методичними рекомендаціями та планом лабораторного заняття.

2. Опрацюйте тему з підручника.

3. Випишіть із психологічного словника в зошит ключові поняття теми.

4. Зробіть таблицю, в якій відобразить систему симптомомокомплексів характеру.

5. Схематично (або у вигляді таблиці) представте основні акцентуації характеру та їх ознаки.

6. Підготуйте один із запланованих рефератів.

### ТЕМИ РЕФЕРАТІВ

- Поняття про характер та його структуру.
- Особистість і характер людини.
- Шляхи та механізми формування характеру.
- Аналіз різних підходів до питання «Типологія характеру».
- Вікові особливості становлення характеру людини.

### Психологічні задачі

#### Задача 1.

У характеристиці особистості виділити риси характеру і властивості темпераменту. Дати обґрунтування своєї відповіді.

Іра Н., 8 років. Дівчина жвава, життєрадісна, любить поговорити, добра, але заздрісна, намагається бути помітною в колективі, заслужити похвалу. Іра цікавиться всім, але її інтереси не стійкі, вона швидко втрачає інтерес. Багато уваги приділяє своїй зовнішності, годинами може сидіти перед дзеркалом, змінювати зачіски, перев'язувати стрічки, вплітати у волосся квіти. Дівчинка в колективі активна, але якщо їй у спільній роботі потрібно підкоритися кому-небудь із товаришів, вона втрачає до заняття будь-який інтерес, стає до всього байдужою. (За В.С.Мерліним.)

#### Задача 2.

Нижче перераховані різні риси характеру. Визначте, які з них виражають ставлення людини до інших людей, до праці, до самої себе: гуманність, доброзичливість, егоїзм, бережливість, лінь, замкнутість, скромність, ініціативність, почуття нового, охайність, почуття гідності, високомірність.

#### Задача 3.

Виписати слова, які означають риси характеру людини.

Настирливість, музикальність, творча уява, винахідливість, спостережливість, талановитість, інтровертованість, життєрадісність, принциповість, емпатія, охайність, почуття прекрасного, сенситивність, швидкість

реакції, уповільненість дій, вимогливість, активність, бережливість, цілеспрямованість, самостійність, глибина розуму, доброта, егоїзм, швидкість переключення уваги, фантазія.

#### **Задача 4.**

Проаналізувати наведені нижче висловлювання юнаків і дівчат про себе і сказати, про які риси характеру йде мова?

«...Перші труднощі в роботі примушують мене вагатися в здатності виконати задумане, я починаю сердитися на себе, нервувати, але разом з плином часу охолоджуюсь, неприємний стан зникає, і я беруся за роботу. Причини, звичайно, не в неспроможності виконати задумане, а в недостатності знань у необхідній галузі. Здатний прислухатися до думки інших, але дію завжди, виходячи з власного розуміння самостійності... Розпочату справу можу довести до кінця, усвідомивши її необхідність... Завжди і в усьому контролюю себе... Якщо впевнений в своїй думці, то кажу без страху... Мій принцип «сказано – зроблено»» (За Д.Ф. Ніколенком).

#### **Задача 5.**

Визначити, чи проявляється у наведених прикладах характер людини. Дати обґрунтування своєї відповіді.

А. Учень 5 класу однієї сільської школи взявся щодня проводити (і робив це систематично) після занять першокласника, який жив далеко і в якого не було батьків.

Б. Коли в 7 класі відклали контрольну роботу з математики, Валя довго не могла заспокоїтись. Протягом майже 15-20 хвилин вона розмахувала руками й вигукувала: «От прекрасно! От чудово!».

В. Коля був короткозорим і всі предмети близько підносив до очей. Під час уроку йому дозволяли підходити до дошки. (За В.С. Мерліним).

### **ПРАКТИЧНІ ЗАВДАННЯ ДЛЯ САМОСТІЙНОГО ВИКОНАННЯ**

1. Розв'яжіть психологічні задачі.
2. Підготуйте конспект однієї з статей в сучасних психологічних журналах, що розкривають якийсь з аспектів проблеми характеру людини.
3. Зробіть презентацію на одну з запропонованих тем «Психологія характеру», «Типологія характеру», «Історія досліджень характеру».
4. Підберіть методики і проведіть психодіагностику симптомокомплексів та акцентуацій характеру. Результати досліджень оформіть у вигляді протоколу.

### **ПИТАННЯ ДЛЯ САМОПЕРЕВІРКИ**

1. Дайте визначення характеру. Яке місце він займає у структурі особистості?
2. У якому зв'язку перебувають характер і спрямованість особистості; характер і здібності; характер і темперамент; характер і почуття та емоції?
3. Яка структура характеру?

4. Дайте визначення акцентуації характеру. Охарактеризуйте основні їх типи.
5. Проаналізуйте основні шляхи формування характеру.
6. Дайте визначення самовиховання характеру.

## МАТЕРІАЛИ ДЛЯ РОБОТИ НА ЗАНЯТТІ

### ОПЕРАТИВНИЙ КОТРОЛЬ ЗНАНЬ

1. Із наведених нижче положень про характер виберіть ті, які найбільш правильно відображають це поняття:
  - а) риси характеру виявляються в будь-яких обставинах і умовах;
  - б) риси характеру виявляються лише у відповідних їм типових обставинах;
  - в) властивості характеру є не що інше, як ставлення особистості до певних сторін дійсності;
  - г) властивості характеру є не що інше, як певні способи дій;
  - д) у характері виявляються і ставлення особистості, і способи дій, за допомогою яких ці ставлення здійснюються.
2. Характер зумовлений соціально-історичними умовами життя:
  - а) так;
  - б) ні.
3. Риси характеру дані людині від природи й не потребують цілеспрямованого формування:
  - а) так;
  - б) ні.
4. Фізіологічною основою характеру є:
  - а) тип ВНД;
  - б) динамічний стереотип;
  - в) тип ВНД і динамічний стереотип.
5. До провідних, стрижневих рис характеру належать:
  - а) моральні та вольові;
  - б) інтелектуальні;
  - в) емоційні.
6. Якщо люди схильні у всіх своїх невдачах постійно звинувачувати інших, вони мають:
  - а) екстрапунітивний тип характеру;
  - б) інтрапунітивний;
  - в) імпунітивний.
7. Змістом характеру є:
  - а) те, що робить особистість, що виявляється в її спрямованості;
  - б) те, як реалізує особистість свою спрямованість.
8. Такі властивості, як чуйність, байдужість, вимогливість, доброта, стриманість - це риси, які характеризують ставлення людини до:

- а) самої себе;
- б) інших людей;
- в) речей;
- г) праці.

9. Скрамність, гордість, егоїзм, упевненість - це риси, які характеризують ставлення людини до:

- а) самої себе;
- б) інших людей;
- в) речей;
- г) праці.

10. Цілеспрямованість, відповідальність, ініціативність, старанність - це риси, які характеризують ставлення людини до:

- а) самої себе;
- б) інших людей;
- в) речей;
- г) праці.

11. Бережливість, охайність, неохайність - це риси, які характеризують ставлення людини до:

- а) самої себе;
- б) інших людей;
- в) речей
- г) праці.

12. Спостережливість, кмітливість, розміркованість, глибина, критичність, самостійність - це риси характеру особистості, які належать до групи:

- а) емоційних рис;
- б) інтелектуальних;
- в) вольових.

13. Такі риси особистості, як збудливість, холодність, пригніченість, оптимізм, ніжність належать до групи:

- а) емоційних рис;
- б) інтелектуальних;
- в) вольових.

14. Цілеспрямованість, рішучість, сміливість, мужність, наполегливість, активність належать до групи:

- а) емоційних;
- б) інтелектуальних;
- в) вольових рис характеру

15. Надмірна вираженість окремих рис характеру і їх взаємозв'язків, які мають крайні варіанти норми, називають:

- а) симптомокомплексами;
- б) акцентуаціями;
- в) сензитивністю;
- г) екстраверсією.

## ФОРМИ РОБОТИ НА ЗАНЯТТІ

### Семінар – дослідження

#### «Характер – внутрішній фатум особистості?»

**Мета:** поглиблення знань студентів про особливості вияву та детермінованості характеру людини.

На початку семінару за пропозицією викладача студенти утворюють невеликі групи з 7-9 осіб, які отримують список проблемних запитань з теми заняття. Протягом 5-15 хвилин студенти обмінюються думками, готують виступи. Підгрупа виділяє доповідач. Решта студентів підгрупи відповідають на запитання, поставлені викладачем або студентами з інших підгруп. Наприкінці заняття викладач резюмує і оцінює роботу студентів.

#### Питання для обговорення:

##### 1 група:

1. Чи можливі суперечності між змістом і формою характеру?
2. Які компоненти можна відокремити в структурі характеру?
3. Які риси характеру особистості є типовими, а які – нетиповими?

##### 2 група:

1. Як пов'язані між собою характер і темперамент?
2. Чи справедливим є твердження про фатальну зумовленість (приреченість) характеру?
3. Чим пояснити, що найповніше характер виявляється в складних, критичних ситуаціях?

##### 3 група:

1. У чому виявляється акцентуація характеру особистості?
2. Чи можна стверджувати, що акцентуація рис характеру особистості зумовлюється тільки обставинами її життя?
3. Якими є особливості спілкування і поведінки людини в залежності від типу акцентуації характеру?

### Семінар-вікторина

#### «Індивідуально-психічні властивості особистості. Характер»

**Мета:** систематизація знань студентів про індивідуально-психічні властивості особистості.

Викладач наперед готує 30-40 запитань (з урахуванням запланованого часу) з теми. Включно з запитаннями на порівняння особливостей вияву інших індивідуально-психічних властивостей (темпераменту, здібностей), а також на виявлення їх взаємозв'язку з характером. На дошці викладач (або студент) фіксує плюси за правильну відповідь та окремо – мінуси за неправильну відповідь (або відсутність відповіді). Відсоток плюсів – це відповідний відсоток якості знань студентів групи. Одночасно один із студентів окремо визначає особистісну першість (за допомогою тих же плюсів за правильну відповідь).

## **ЛАБОРАТОРНИЙ ПРАКТИКУМ**

### **Практичне завдання 1**

**Вступний коментар.** Самооцінка можливостей, об'єктивного визначення рівня своїх властивостей, особливо характеру є важливою внутрішньою умовою успішного формування своєї особистості. Самопізнання власних рис характеру важливе для досягнення успіхів у будь-якій діяльності, а також допомагає, відкоригувати свою поведінку та свідомо організувати процес самовиховання.

**Мета:** навчитися визначати особливості власних рис характеру за допомогою запропонованої нижче методики.

#### ***Хід роботи***

- Виконати методику в режимі самодіагностики.
- Обробити та інтерпретувати індивідуальні дані.

#### ***Методика дослідження рис характеру особистості***

**Інструкція.** Дайте відповіді на поставлені запитання, обираючи один з варіантів («а», «б», «в» чи «г»).

1. Чи часто ви замислювалися над тим, який вплив мають ваші вчинки на оточуючих?

- а) дуже рідко;
- б) рідко;
- в) достатньо часто;
- г) дуже часто.

2. Чи трапляється вам говорити щось таке, у що самі не вірите, через упертість, усупереч іншим чи з престижних міркувань?

- а) так;
- б) ні.

3. Які з нижченаведених якостей ви найбільше цінуєте в людях?

- а) наполегливість;
- б) широту мислення;
- в) вміння «показати себе».

4. Чи маєте ви схильність до педантизму?

- а) так;
- б) ні.

5. Чи швидко ви забуваєте про неприємності, які трапляються з вами?

- а) так;
- б) ні.

6. Чи полюблюєте ви аналізувати свої вчинки?

- а) так;
- б) ні.

7. Перебуваючи у колі осіб, добре вам відомих:

- а) намагаєтеся зберегти тон, який прийнято у цьому колі;
- б) залишаєтеся самі собою.

8. Перед виконанням важкого завдання ви думаєте про труднощі, які очікують вас?

а) так;

б) ні.

9. Яке з наведених нижче визначень, на ваш розсуд, найбільше підходить до вас?

а) мрійник;

б) свій хлопець;

в) ретельний у праці;

г) пунктуальний;

г) «філософ» у широкому розумінні цього слова;

д) метушлива людина.

10. Під час обговорення того чи іншого питання:

а) висловлюєте свою точку зору, але вона відрізняється від думки більшості;

б) вважаєте, що у даній ситуації краще промовчати, хоча маєте свою точку зору;

в) не утруднюєте себе роздумами та приймаєте точку зору, яка переважає.

11. Яке почуття викликає у вас неочікуваний виклик до дошки? а) роздратування;

б) тривогу;

в) стурбованість;

г) ніякого почуття.

12. Якщо під час полеміки ваш опонент «зірветься» і зробить особистий випад проти вас, як ви вчините?

а) будете відповідати у тому ж тоні;

б) проігноруйте цей факт;

в) демонстративно образитесь;

г) запропонуєте зробити перерву.

13. Якщо ваша робота забракована, це викличе у вас?

а) досаду;

б) сором;

в) гнів.

14. Якщо потрапляєте в халепу, кого звинувачуєте у першу чергу?

а) самого себе;

б) «фатальне невезіння»;

в) інші «об'єктивні обставини».

15. Чи здається вам, що люди, які вас оточують, недооцінюють ваші здібності?

а) так;

б) ні.

16. Якщо ваші друзі починають глузувати з вас, то:

а) будете злитися;

б) відступите;

в) не роздратуєтесь, а почнете підігравати їм;

г) відповідатимете сміхом чи не звернете уваги;

г) зробіть байдужий вигляд і навіть посміхнетеся, але в душі розгніваєтеся.

17. Як ви дієте, якщо поспішаєте і на звичайному місці не знаходите свого портфеля (парасольку)?

а) будете продовжувати пошук мовчки;

б) шукаючи, будете звинувачувати домашніх у тому, що немає порядку;

в) підете з дому без потрібної вам речі.

18. Що швидше всього виведе вас із рівноваги?

а) довга черга;

б) штовханина у транспорті;

в) необхідність приходити у певне місце кілька разів з одного приводу.

19. Закінчивши суперечку, чи продовжуєте вести її подумки, наводячи нові та нові аргументи на захист своєї точки зору?

а) так;

б) ні.

20. Якщо для виконання термінової роботи ви маєте можливість обрати собі помічника, то кого ви оберете?

а) людину ретельну, але безініціативну;

б) людину широко обізнану, але вперту, яка любить суперечки;

в) людину обдаровану, але з лінощами.

### Обробка результатів

Співставте свої вибори з ключем і порахуйте отримані бали.

**Ключ:**

1	А - 0	Б - 1	В - 2	Г - 3		
2	Так - 0	Ні - 1				
3	Так - 0	Ні - 2				
4	Так - 2	Ні - 0				
5	Так - 0	Ні - 2				
6	Так - 2	Ні - 0				
7	А - 2	Б - 0				
8	Так - 2	Ні - 0				
9	А - 0	Б - 1	В - 3	Г - 2	Г - 2	Д - 0
10	А - 2	Б - 0	В - 0			
11	А - 0	Б - 0	В - 1	Г - 0		
12	А - 0	Б - 2	В - 1	Г - 3		
13	А - 2	Б - 1	В - 0			
14	А - 2	Б - 0	В - 0			
15	Так - 0	Ні - 2				
16	А - 0	Б - 1	В - 2	Г - 0	Г - 0	
17	А - 2	Б - 0	В - 1			
18	А - 1	Б - 0	В - 2			
19	Так - 0	Ні - 2				
20	А - 0	Б - 1	В - 2			

### ***Інтерпретація результатів***

**Менше 15 балів** - на жаль, ви людина слабохарактерна, неврівноважена і, напевно, безтурботна. У неприємностях, які сталися з вами, ви готові звинувачувати кого завгодно, крім себе. І в дружбі, і в роботі на вас важко покластися. Замисліться над цим.

**15-25 балів** - у вас достатньо твердий характер. Вам властиві реалістичні погляди на життя, але не всі ваші вчинки рівноцінні. Бувають у вас і зриви, і помилки. Ви добросовісні і терпимі у колективі. І все ж вам є над чим подумати, щоб усунути деякі недоліки.

**26-38 балів** - ви належите до числа людей наполегливих, з достатнім почуттям відповідальності. Цінуєте власні судження, але зважаєте на думки інших. Правильно орієнтуєтесь у ситуаціях, що виникли, і у більшості випадків вмієте обрати правильне рішення. Це свідчить про риси сильного характеру.

**Більше 38 балів** - вибачте, але ми вам нічого не можемо сказати. Чому? Тому що просто не віриться, що є люди з таким ідеальним характером (а якщо так, то їм просто нема чого порекомендувати). А можливо, така сума балів - це результат не зовсім об'єктивної оцінки своїх вчинків та поведінки?

### **Практичне завдання 2**

#### **Дослідження схильності до ризику**

**Вступний коментар.** Схильність до ризику – одна із важливих рис характеру, яка особливо необхідна для того, щоб прогнозувати процеси прийняття рішень, особливо, коли ситуація не визначена повністю. Є різні рівні схильності до ризику, які характеризують таку якість характеру, як рішучість. Але надмірно високий рівень схильності до ризику може призвести до авантюризму в поведінці особистості, а занижений – до надмірної обережності, несміливості.

**Мета:** ознайомлення з методикою визначення рівня схильності до ризику.

**Матеріали та обладнання:** опитувальник О.Г. Шмельова, бланк для відповідей, ручка.

#### ***Хід роботи***

- Виконати методику в режимі самодіагностики.
- Обробити та інтерпретувати індивідуальні дані

#### **ОПИТУВАЛЬНИК О.Г.ШМЕЛЬОВА**

Дослідження можна проводити як із одним студентом, так і з групою. Кожен отримує текст опитувальника з інструкцією і бланком для відповідей, який складається із номерів запитань та розміщеної поряд графі для відповідей.

**Інструкція досліджуваному.** «Уважно прочитайте запропоновані вам твердження і з'ясуйте, правильні чи неправильні вони стосовно вас. Якщо правильні, то в бланку відповідей навпроти номера цього твердження поставте знак плюс (+), а якщо неправильні – мінус (-)».

### **Опитувальник**

1. Я часто спочатку кажу, а потім обміркую сказане.
2. Мені подобається швидка їзда.
3. Я часто змінюю свої інтереси та захоплення.
4. Найкращий спосіб знайти справжніх друзів – говорити людям те, що про них думаєш.
5. Здебільшого питання на екзамені сформулюються так, що виявляються не пов'язаними із програмою, і вся підготовка стає марною.
6. Життя без небезпек мені не здається надто нудним.
7. Якщо бажаєш обійняти високу посаду на службі, дотримуйся прислів'я: «Хто не поспішає, той скрізь устигає».
8. Азартні ігри заважають розвитку в людини почуття відповідальності за те, щоб приймати обмірковані рішення.
9. Я швидше відчуваю нудьгу від якого-небудь заняття, аніж більшість людей, які займаються тим самим.
10. Я краще пройду дві-три зупинки пішки, коли поспішаю, аніж буду чекати на автобус, хоча, очевидно, він мене наздожене.
11. Мені цікаво зробити так, щоб зачепити кого-небудь.
12. Тільки несподівані обставини й небезпека дозволяють мені мобілізувати свої сили.
13. Я не маю задоволення від почуття ризику.
14. Тільки по-справжньому сміливі дії дозволяють людині стати видатною і здобути визнання.
15. Мені неприємні ті люди, які через власні примхи перетворюють серйозні справи на легковажні ігри.
16. Коли я виробляю конкретний план дій, то майже завжди упевнений(на), що мені пощастить його здійснити.
17. Коли на небі сяє сонце, я ніколи не беру на прогулянку парасольку, навіть якщо прогноз обіцяє дощ.
18. Я часто намагаюся відчути збудження.
19. Мені неприємно, коли нав'язують парі, навіть якщо я повністю впевнений(на) у своїй думці з даного питання.
20. У деяких випадках я не зупинюся перед тим, щоб увести в оману, якщо мені треба справити гарне враження.
21. По-справжньому розумна людина уникає швидких рішень – вона вміє дочекатися таких моментів, коли діяти можна напевно.
22. Я не вважаю, що трюки, які виконують циркові акробати без страхувального паска, виглядають більш вражаюче.
23. Я надаю перевагу небезпечній роботі, якщо вона вносить зміни в життя й дає можливість мандрувати.
24. Я завжди сплачую перевезення вантажу у транспорті, навіть якщо не боюся перевірки.
25. Я вважаю, що треба вірити у свій шанс, навіть холи перевага не на моєму боці.

26. У творчій справі головне – це зухвалий задум, навіть якщо внаслідок цього нас очікує невдача через безглузду випадковість.

20. Я не пожалкую грошей заради того, щоб у потрібний момент показати свою заможність і мати вигляд привабливої людини.

27. Якщо під час зустрічі мій знайомий на мене не звертає уваги, я не буду нав'язувати йому своє спілкування і не привітаюся першим.

28. Більшість людей не розуміє, якою мірою їхня доля залежить від випадку.

29. Якщо під час купівлі автомобіля мені доведеться вибирати між швидкістю і комфортом, з одного боку, та безпекою – з іншого, я оберу безпеку.

30. Я почуваюся краще, коли дуже захоплений яким-небудь задумом.

31. Я надаю перевагу такому одягу, про який точно знаю, що він надійний і має гарний вигляд, незалежно від змін моди.

32. Під час гри я намагаюся брати ініціативу на себе, навіть коли знаю, що супротивник тільки й чекає цього.

33. Під час мандрівок я люблю відхилятися від відомих маршрутів.

34. Я часто потрапляю в такі ситуації, з яких мені хочеться якнайшвидше вибратися.

35. Якщо я обіцяю, то майже завжди дотримуюся своїх слів, незалежно від того, зручно це мені чи ні.

36. Якщо мій безпосередній керівник буде стримувати мої новаторські ідеї, в мене вистачить сміливості довести їх до відома керівництва вищого рангу.

37. Азартні ігри розвивають у людини здібності приймати сміливі рішення у складних життєвих ситуаціях.

38. Коли я читаю гостросюжетну книгу, то ніколи не поспішаю швидше дізнатися, чим усе закінчиться, із задоволенням читаю по порядку.

39. Мені сподобалося б стрибати з парашутом.

40. Кращий спосіб викликати щире ставлення до себе – довіряти людям.

41. Я почуваюся краще, коли відчуваю щастя, від спокою та комфорту.

42. Мені буває набагато важче купувати одну коштовну річ, аніж багато дешевих речей тієї ж сумарної вартості.

43. Якщо я граю, то надаю перевагу грі або суперечці на заклад.

44. Люди занадто часто безглуздо витрачають своє здоров'я, переоцінюючи його запаси.

45. Якщо мені не загрожує штраф, то я переходжу вулицю там, де мені зручно, а не там, де потрібно.

46. Я не ризикую купувати одяг без примірки.

47. Тільки смілива людина здатна на справжнє шляхетне ставлення до людей, незалежно від того, як вони реагують на неї.

48. У команді і грі найважливіше – це взаємна підстраховка.

49. У житті людям справді дуже часто доводиться грати в небезпечну гру «Пан або пропав».

### **Обробка результатів**

Мета обробки результатів - одержання показника величини схильності до ризику як риси характеру. Показник підраховується за кількістю збігань знаків відповідей *згоди-незгоди* на твердження шкали схильності до ризику.

*Номер твердження та знак відповіді:*

2+, 3+, 4+, 6-, 7-, 8-, 9+, 11 +, 12+, 13-, 14+, 15-, 17-, 18+, 19-, 21 -, 22-, 23+, 25+, 26+, 27+, 28-, 30-, 31 +, 32-, 33+, 34+, 37+, 38+, 39+, 40+, 41 +, 42-, 43-, 44+, 45-, 47-, 48+, 49-, 50+.

Для оцінки ставлення до дослідження в опитувальнику подано твердження, згода з якими засвідчує щирість відповіді, а незгода – нещирість.

Шкала щирості: відповіді *неправильно* (-) за номерами запитань анкети 1,5,10,16,20,24,29, 35,36,46.

Показник збігання відповідей за другою шкалою, що дорівнює 8, 9 чи 10, засвідчує недостовірність результатів дослідження. У такому разі тестування треба повторити, звернувши увагу досліджуваного на виконання вимог інструкції.

### **Інтерпретація результатів**

Аналіз схильності до ризику як риси характеру має важливе значення для психологічного прогнозування процесів прийняття рішень у невизначеній ситуації. Під час аналізу результатів слід орієнтуватися на те, що показник схильності до ризику може варіювати від 0 до 40. Чим вищий показник, тим більша схильність до ризику.

Якщо показник нахилу до ризику становить 30 і більше одиниць, то його рівень виявляється високим, таку людину можна назвати ризикованою за умови, що її відповіді були достатньо щирими. Якщо показник у межах від 11 до 29 – схильність до ризику середня, а якщо менший за 11 – рівень ризику низький, така людина не любить ризикувати, її можна назвати обережною.

Під час інтерпретації результатів слід урахувати, що високий рівень схильності до ризику є, з одного боку, показником рішучості, а з іншого – може призвести до авантюризму (Т.І. Пашукова, 2000).

### **Практичне завдання 3**

#### **Дослідження вольової саморегуляції**

**Вступний коментар.** Вольова саморегуляція – це здатність свідомо керувати своїми діями, бажаннями, станами, взагалі поведінкою в різноманітних ситуаціях. Різні рівні вольової саморегуляції виявляються організації життєдіяльності людини, в умінні налагодити стосунки з іншими людьми, часом виконують компенсаторні функції, допомагають адекватно реагувати на ті чи інші ситуації. Запропонована методика дозволяє виявити рівні вольової саморегуляції людини з тим, щоб врахувати для складання програми самовиховання, звернути увагу на ті властивості, які мають недостатній рівень розвитку і потребують відповідної корекції.

**Мета:** навчитися визначати рівень розвитку вольової саморегуляції.

**Матеріали та обладнання:** тест-опитувальник А.В. Зверкова та Е.В. Ейдмана, бланк для відповідей і ручка.

### **Хід роботи**

- Виконати методику в режимі самодіагностики.
- Обробити та інтерпретувати індивідуальні дані

### **ТЕСТ-ОПИТУВАЛЬНИК А.В. ЗВЕРКОВА ТА Е.В. ЕЙДМАНА**

Дослідження вольової саморегуляції за допомогою тесту-опитувальника може проводитися з однією особою або з цілою групою. Щоб забезпечити самостійність відповідей досліджуваних, кожному видається тест-опитувальник, бланк для відповідей, на якому надруковано номери запитань і біля них графи для відповідей.

**Інструкція досліджуваному:** «Вам пропонується тест, який включає 30 тверджень. Уважно прочитайте кожне з них і вирішіть, як воно Вас характеризує. Якщо правильно, то на аркуші для відповідей навпроти номера даного твердження поставте знак (+), якщо вважаєте, що неправильно, то знак (-)».

### **Тест**

1. Якщо в мене щось не виходить, то нерідко виникає бажання залишити цю справу.
2. Я не відмовляюся від своїх задумів і справ, навіть якщо доводиться вибирати між ними та приємною компанією.
  1. За необхідності мені неважко стримати спалах гніву.
  2. Звичайно я зберігаю спокій, чекаючи товариша, який спізнюється на призначений час.
  3. Мене важко відірвати від розпочатої роботи.
  4. Мене дуже вибиває з колії фізичний біль.
  7. Я завжди намагаюся вислухати співрозмовника, не перебиваючи, навіть якщо не терпиться йому заперечити.
  8. Я завжди «гну» свою лінію.
  9. Якщо треба, я можу не спати кілька ночей (наприклад, робота, чергування) і весь наступний день бути в «гарній формі».
  5. Мої плани занадто часто перекреслюються зовнішніми обставинами.
  6. Я не вважаю себе терплячою людиною.
  7. Мені не так просто примусити себе байдуже спостерігати хвилююче видовище.
  8. Мені рідко вдається примусити себе продовжувати роботу після серії прикрих невдач.
  9. Якщо я ставлюся до когось погано, мені важко приховати зневагу до нього.
  10. За потреби я можу займатися своєю справою в незручних та непристосованих до цього умовах.
  11. Мою роботу дуже ускладнює усвідомлення того, що її необхідно виконати в точно визначений термін.
  12. Я вважаю себе рішучою людиною.

13. З фізичною втомою я можу впоратися значно краще, за інших.
14. Краще зачекати ліфт, аніж підійматися сходами.
15. Зіпсувати мені настрій не так просто.
16. Інколи якась дрібниця заповнює мої думки, не дає спокою, і я не можу її позбутися.
17. На завданні або роботі мені зосередитися важче, аніж іншим.
18. Сперечатися зі мною легко.
19. Я завжди прагну довести розпочату справу до кінця.
20. Мене легко відвернути від справ.
21. Я іноді помічаю, що намагаюся домогтися свого всупереч об'єктивним обставинам.
22. Люди іноді заздять моєму терпінню та допитливості.
23. Мені важко зберегти спокій у стресовій ситуації.
24. Я помічаю, що під час одноманітної роботи мимовільно починаю змінювати спосіб дії, навіть якщо це часом призводить до погіршення результатів.
25. Мене, як правило, дратує, коли перед носом зачиняються двері транспорту, що від'їжджає, або ліфта.

### **Обробка результатів**

Мета обробки результатів – визначення величин індексів вольової саморегуляції за пунктами загальної шкали (*Б*) та індексів за субшкалами *наполегливість* (*Н*) і *самовладання* (*С*).

Кожен індекс – це сума балів, отриманих при підрахунку збігу відповідей із ключем загальної шкали чи субшкали.

В опитувальнику 6 замаскованих тверджень. Тому загальний сумарний бал за шкалою *Б* має бути в межах від 0 до 24, за субшкалою *наполегливість* - від 0 до 16, за субшкалою *самовладання* – від 0 до 13.

Ключ для підрахунку індексів вольової саморегуляції:

Б	Загальна шкала	1-, 2+, 3+, 4+, 5+, 6-, 7+, 9+, 10-, 11+, 13-, 14-, 16-, 17+, 18+, 20+, 21-, 22-, 24+, 25-, 27+, 28-, 29-, 30-
Н	Наполегливість	1-, 2+, 5+, 6-, 9+, 10-, 11+, 13-, 16-, 17+, 18+, 20+, 22-, 24+, 25-, 27+
С	Самовладання	3- 4+, 5+, 7+, 13-, 14-, 16-, 21-, 24+, 27+, 28-, 29-, 30-

### **Аналіз результатів**

У загальному вигляді під рівнем вольової саморегуляції розуміється міра опанування особистою поведінкою в різноманітних ситуаціях, здатність свідомо керувати своїми діями, бажаннями і станами.

Рівень розвитку вольової саморегуляції може бути охарактеризовано в цілому й окремо за такими властивостями характеру, як *наполегливість* і *самовладання*.

Рівні вольової саморегуляції визначаються порівнянням із середніми значеннями кожної шкали. Якщо вони складають більше половини максимально можливої суми збігань, то цей показник відображає високий рівень

розвитку загальної саморегуляції, наполегливості чи самовладання. Для шкали *B* ця величина становить 12, для шкали *H* – 8, для шкали *C* – 6.

Високий бал за шкалою *B* властивий емоційно зрілим, активним, незалежним, самостійним особам, їх відрізняє спокій, впевненість у собі, стійкість намірів, реалістичність поглядів, розвинене почуття особистого обов'язку. Як правило, вони добре рефлексують особисті мотиви, плано-мірно втілюють власні наміри, вміють розподіляти зусилля і здатні контролювати свої вчинки, мають виражену соціально-позитивну спрямованість. У межових випадках у них можливе нарощування внутрішньої напруги, пов'язаної із прагненням контролювати кожен нюанс власної поведінки і з тривожністю із приводу найменшої її спонтанності.

Низький бал спостерігається в людей чутливих, емоційно нестійких, уразливих, невпевнених у собі. Рефлексивність у них невисока, а загальний фон активності, як правило, занижений, їм властиві імпульсивність і нестійкість намірів. Це може бути пов'язано як із незрілістю, так і з вираженою витонченістю натури, не підкріпленою здатністю до рефлексії та самоконтролю.

Субшкала *наполегливість* характеризує силу намірів людини – її прагнення до здійснення розпочатої справи. На позитивному полюсі - діяльні, працездатні люди, які активно прагнуть до виконання запланованого, їх мобілізують перешкоди на шляху до мети, не відвертають альтернативи і спокуси; головна їхня цінність – розпочата справа. Таким людям притаманна повага до соціальних норм, прагнення повністю підпорядкувати їм свою поведінку. У крайньому прояві можлива втрата гнучкості поведінки, поява маніакальних тенденцій. Низькі значення за даною шкалою вказують на підвищену лабільність, невпевненість, імпульсивність, що можуть призвести до непослідовності в поведінці. Знижений фон активності і працездатності, як правило, компенсується в таких людей підвищеною чутливістю, гнучкістю, винахідливістю, а також тенденцією до вільного трактування соціальних норм.

Субшкала *самовладання* відображає рівень довільного контролю емоційних реакцій і станів. Високий бал за субшкалою набирають люди емоційно стійкі, які добре володіють собою в різноманітних ситуаціях. Для них характерні внутрішній спокій, впевненість у собі, які звільняють від страху перед невідомим, підвищують готовність до сприймання нового, непередбаченого і, як правило, поєднуються зі свободою поглядів, із тенденцією до новаторства й радикалізму. Разом із тим, прагнення до постійного самоконтролю, надмірне свідоме обмеження спонтанності може призвести до підвищення внутрішньої напруженості, до постійної стурбованості та втоми.

На другому полюсі цієї субшкали – спонтанність, імпульсивність, які у поєднанні з вразливістю та переважанням традиційних поглядів захищають людину від інтенсивних переживань і внутрішніх конфліктів, сприяють незворушному настрою.

Соціальна бажаність високих показників за шкалою різноманітна. Високі рівні розвитку вольової саморегуляції можуть бути пов'язані із проблемами в організації життєдіяльності та стосунках із людьми. Часто вони відображають появу дезадаптивних рис і форм поведінки. На відміну від них, низькі рівні наполегливості та самовладання інколи виконують компенсаторні функції. Вони також свідчать про порушення в розвитку властивостей особистості та про її уміння налагоджувати стосунки з іншими, а також адекватно реагувати на ті чи інші ситуації.

Здобувши інформацію про усвідомлювані особливості саморегуляції, можна розробити програму вдосконалення, відзначивши ті властивості, які потребують розвитку або корекції, у першу чергу. (Т.І. Пашукова, 2000.)

## ЛІТЕРАТУРА

### ОСНОВНА ЛІТЕРАТУРА

1. Дрозденко К.С. Загальна психологія в таблицях і схемах: Навч. посібник. Київ: ВД «Професіонал», 2004. С. 270-285.
2. Дуткевич Т.В. Загальна психологія. Теоретичний курс. Навчальний посібник. Київ: Центр учбової літератури, 2017. С.114-127.
3. Загальна психологія. Підручник. / О.В. Скрипченко, Л.В. Долинська, З.В. Огороднійчук та ін. Київ: Каравела, 2005. С. 329-365.
4. Максименко С. Д. Загальна психологія: навчальний посібник. Київ: Центр учбової літератури, 2008. С.247-268.
5. М'ясоїд П.А. Загальна психологія / П.А.М'ясоїд. Київ: Вища школа, 1998. С. 436-454.
6. М'ясоїд П.А. Задачі з курсу загальної психології /П.А.М'ясоїд. Київ: Вища школа, 1998. С. 168-182.
7. Партико Т. Б. Загальна психологія: підруч. для студ. вищ. навч. закл. Київ: Видавничий Дім «Ін Юре», 2008. С.84-122.
8. Пашукова Т.І. Практикум із загальної психології /Т.І.Пашукова, А.І.Допіра, Г.В.Дьяконов. Київ: Знання, 2000. С.131-149.
9. Сергеєнкова О.П., Столярчук О.А., Коханова О.П., Пасека О.В. Загальна психологія. Навчальний посібник. Київ: Центр навчальної літератури, 2019. С.213-234.

### ДОДАТКОВА ЛІТЕРАТУРА

1. Варій М.Й. Загальна психологія: підручник. Київ: Центр учбової літератури, 2009. С.622-633, 616-620.
2. Москалець В.П. Загальна психологія: підручник. Київ: Ліра, 2020. С.510-520, 375-388.
3. Павелків Р. В. Загальна психологія : підручник. Київ: Кондор, 2012. С.394- 433.

### Розділ 3. ЗДІБНОСТІ

*Здібності – це істотні властивості людини, які тісно пов'язані з її діяльністю. Це ті з індивідуально-психологічні властивостей особистості, які виникли, розвиваються та проявляються у діяльності. Саме здібності є рушійною силою суспільного прогресу, розвитку науки та техніки, джерелом формування духовних та матеріальних багатств людства.*

*Характеризуючи здібності людини, ми судимо про неї з погляду тих вимог, що висуває до людини та чи інша діяльність оцінюємо її як активного діяча і творця. Ця характеристика стосується і оцінки учня, який готується до майбутньої трудової, творчої діяльності, засвоюючи людські надбання в певній галузі знань.*

*З матеріалу даної теми ви дізнаєтесь, що здібності – це складні властивості, які мають особливу структуру, набудете окремих умінь оцінки відмінностей у рівні розвитку здібностей та познайомитеся із умовами їх розвитку.*

#### МАТЕРІАЛИ ДЛЯ ПІДГОТОВКИ ДО ЗАНЯТТЯ

##### План

1. Поняття про здібності у психології
2. Природа здібностей. Здібності і задатки
3. Структура здібностей
4. Види здібностей
5. Рівні розвитку здібностей та їх психологічна оцінка.
6. Розвиток здібностей

**Ключові поняття:** здібності, структура здібностей, загальні здібності, спеціальні здібності, задатки, обдарованість, талант, геніальність.

#### СТИСЛИЙ ЗМІСТ ТЕМИ

Тема «Здібності» для майбутнього педагога має велике теоретичне і практичне значення. Одержані знання допоможуть вчителю розкрити потенційні можливості учнів, стануть основою вміння діагностувати, розвивати та коректувати здібності дітей.

При підготовці до заняття необхідно спиратись на раніше засвоєні знання про єдність біологічного та соціального у психіці, про співвідношення психічних процесів та властивостей у структурі особистості, про єдність свідомості особистості та діяльності. Вони утворять теоретичні засади для глибокого засвоєння нових знань та практичної діяльності з розвитку здібностей у школярів.

**1. Поняття про здібності у психології.** У психології існує низка різних поглядів на сутність здібностей. У вітчизняній психології здібності розглядаються, як індивідуально-психологічні особливості особистості, які є

умовами успішної реалізації даної діяльності та такі, що виявляють різницю у динаміці оволодіння необхідними знаннями, вміннями та навичками.

Перш за все слід розглянути проблему співвідношення знань, умінь, навичок, мотивації та здібностей. Ми постійно стикаємося з прикладами того, що успішне виконання діяльності, стало наслідком добре відпрацьованих умінь, творчого відношення до справи, глибоких професійних знань. Але знання, вміння могли бути засвоєні в результаті наполегливої праці, коли здібності до цієї діяльності відсутні. Таким чином знання та навички не тотожні здібностям, а складають єдність.

Якості психічних процесів, які лежать у основі оволодіння знаннями та вміннями, визначають успішність виконання діяльності, тобто складають сутність здібностей. Ця якість характеризує рівень розвитку психічних властивостей, опосередкованих природними даними (задатками) та соціальним досвідом. Таким чином вона відображає індивідуальні особливості виявів людини у діяльності, індивідуальні особливості її здібностей.

**2. Природа здібностей. Здібності і задатки.** Задатки – це спадкові властивості периферичного і центрального нервового апарату - суттєві передумови здібностей людини, але вони лише обумовлюють їх, не визначаючи. Від задатків до здібностей - в цьому полягає шлях розвитку особистості. Розвиваючись із задатків, здібності не є функція задатків самих по собі, вони входять в розвиток індивіду як вихідний момент. Задатки багатозначні, вони можуть розвиватися у різних напрямках, перетворюючись у різні здібності.

В процесі вивчення матеріалу варто звернути увагу на різні види задатків, які можуть в більшій чи меншій мірі впливати на зміст здібностей. А також важливо відмітити, що тільки при наявності добрих задатків здібності можуть розвиватися дуже швидко навіть при несприятливих життєвих умовах.

**3. Структура здібностей.** Структуру тих чи інших здібностей складає сукупність психічних якостей, які необхідні для успішного виконання діяльності. Наприклад, структура математичних здібностей складається у діяльності, по розв'язанню задач і включає відповідні розумові якості, що забезпечують одержання математичної інформації (формалізованість сприймання, охоплення формальної структури задачі); переробки математичної інформації (логічне мислення в сфері кількісних та просторових відношень, гнучкість мислення у математичній діяльності економічність і раціональність мислення, збереження математичної інформації (математична пам'ять) ; математичну спрямованість розуму.

Вивчаючи конкретно психологічну характеристику різних здібностей потрібно мати чітке уявлення про наявність у структурі здібностей більш загальних якостей, що відповідають вимогам не однієї, а багатьох видів діяльності та спеціальних якостей, що відповідають більш вузькому спектру

вимог даної діяльності. У структурі здібностей деяких особистостей ці загальні якості можуть бути виражені виключно яскраво, що дає можливість говорити про наявність у людей різнобічних здібностей, про загальні здібності до широкого спектру різних діяльностей, спеціальних занять.

**4. Види здібностей.** Здібності людей поділяються на види передусім за змістом і характером їх діяльності, в яких вони виявляються. Відповідно до цього говорять про здібності до навчання, про наукові, технічні, конструктивні, організаційні: музичні, письменницькі; артистичні, педагогічні, спортивні та інші здібності.

Всі галузі діяльності людей, незважаючи на їх різноманітність, мають багато спільного між собою і ставлять багато де в чому однакові вимоги до їх виконавців. Разом з тим в кожній галузі діяльності (науковій діяльності, виробничій, технічній, педагогічній та ін.). Ці вимоги набувають своїх специфічних рис. У зв'язку з цим здібності людини поділяють на загальні і спеціальні.

Розглядаючи структуру та види здібностей необхідно детально розкрити питання про спеціальні здібності, що визначають успіх у педагогічній діяльності, конкретно у діяльності вчителя математики та інформатики, біології та хімії, географії та економіки, мови та літератури, музики та режисури тощо.

При аналізі структури здібностей необхідно враховувати те, що здібності глибоко інтегровані у структуру особистості: їх розвиток тісно пов'язаний з спрямованістю особистості (інтересами, нахилами, цінностями), її вольовими якостями та Я-концепцією. Так, низька успішність багатьох дітей часто не є наслідком їх поганих здібностей, а може бути наслідком відсутності інтересу до навчання, нездатності долати ускладнення в учбовій діяльності або результатом їх уявлення про себе як не здібних до навчання. Потрібно підкреслити, що успіхи у школі, на роботі та житті у цілому не менш залежать від уявлення людини про свої здібності, ніж від самих цих здібностей. Коли учень говорить: «я цього ніколи не досягну», це більше свідчить про нього, ніж про предмети, що вивчаються. Невпевненість у своїх силах неминуче приводить до поразки. Ніщо так не сприяє успіху, як впевненість у цьому, і нічого так не провіщає невдачу, як передчасне її очікування («самосправджуване пророцтво»).

**5. Рівні розвитку здібностей та їх психологічна оцінка.** Поняття обдарованості не дістало загального визначення у психології. Над з'ясуванням його змісту працювали відомі вчені: Б.Ананьев, В. Моляко, Н.Лейтес, Ч.Спірмен, Б.Теплов, В.Штерн. Обдарованість розглядається у кількісному (вимірювання рівня інтелектуального розвитку, креативності та ін) та якісному відношенні. Увага психологів насамперед зосереджується на відмінностях у здібностях людей та їх своєрідності.

Вивчаючи питання про рівні розвитку здібностей варто ретельно розібратися з психологічними особливостями досягнення людиною високого

рівня розвитку здібностей, що розкривається у психології через поняття *талант* та *геніальність*. Принципова відмінність між якими полягає у мірі суспільної значущості продуктів творчості людини.

Сучасна психологічна діагностика здібностей спирається на такі принципи: діагностика в тій діяльності, здібність до якої вивчається і вимірюється; діагностика здібності у її розвитку; єдність якісного та кількісного підходів до оцінки якостей, що діагностуються.

У відповідності до цих принципів, показниками здібностей можуть розглядатись темп просування у оволодінні діяльністю, широта переносу психічних якостей, що формуються; співвідношення нервово-психічних затрат та кінцевого результату діяльності. В зв'язку з вивченням питання про діагностику здібностей необхідно звернутися до оцінки методу тестів, що широко застосовується у психології для вивчення здібностей (тести інтелекту, тести загальних та спеціальних здібностей).

**6. Розвиток здібностей.** Можливості індивіда, що виявляють себе кожного разу, коли перед ним виникають нові завдання і потребують розв'язання – це потенційні здібності. Але оскільки розвиток особистості залежить не тільки від її психологічних особливостей, але і від тих соціальних умов, в яких можуть бути реалізовані (або не реалізовані) ці потенції, то говорять про актуальні здібності, які реалізуються і розвиваються у залежності від вимог конкретного виду діяльності.

Здібності дитини формуються через оволодіння змістом матеріальної і духовної культури, техніки, мистецтва, який засвоює зростаюча особистість. Вихідною передумовою розвитку здібностей є ті вроджені задатки, з якими дитина з'являється на світ. Разом з тим біологічно успадковані властивості людини не визначають його здібностей. Мозок заключає у собі не ті чи інші специфічні людські здібності, лише здатність до формування цих здібностей.

Рівень розвитку здібностей залежить:

- від якості наявних знань і вмінь (вірні-невірні, гнучкі – консервативні та ін.), від рівня їх поєднання у єдине ціле;
- від природних задатків людини, якостей вроджених нервових механізмів елементарної психічної діяльності;
- від більшої чи меншої «тренованості» власне мозкових структур, що приймають участь у реалізації пізнавальних та психомоторних процесів.

Займатися діяльністю примушені і ті, хто не має до неї здібностей. Якщо людина змушена продовжувати заняття такою діяльністю, вона свідомо чи несвідомо вдається до *компенсації недоліку здібностей*. За спостереженнями Е.П. Ільїна, компенсація може відбуватися через набуті знання чи вміння, через формування типового стилю діяльності, або через іншу більш розвинену здібність.

## ЗАВДАННЯ ДЛЯ САМОСТІЙНОЇ РОБОТИ З ТЕОРЕТИЧНИМ МАТЕРІАЛОМ

1. Випишіть у психологічний словник визначення ключових понять теми. Створіть малюнок-схему у якому відобразить всі вивчені Вами поняття, а також зв'язки між ними.

2. Прочитайте лекційний матеріал, ознайомтесь з рекомендованою літературою та складіть логічні схеми до кожного питання плану заняття. Підготуйтеся до обговорення цих питань на занятті.

3. Зробіть огляд журналу «Освіта та розвиток обдарованої дитини» (<https://otr.iod.gov.ua/>). Підготуйте стислу анотацію до однієї опрацьованої вами публікації.

4. Поміркуйте над психологічними задачами та питаннями оперативного контролю.

5. Підготуйте реферат на одну із запропонованих тем.

6. Перевірте свою готовність до заняття за допомогою питань для самоперевірки.

### ТЕМИ РЕФЕРАТІВ

1. Сучасні методологічні аспекти дослідження проблеми здібностей.  
2. Структура педагогічних здібностей, їх передумови та розвиток.  
3. Проблема вимірювання та визначення здібностей у сучасній психодіагностиці.

4. Рівні розвитку здібностей. Талант, його походження та структура.  
5. Феномен ранньої обдарованості. Основні напрями роботи вчителя з обдарованими дітьми.

6. Діагностика та розвиток пізнавальних здібностей учнів.

7. Природні передумови здібностей.

### ПСИХОЛОГІЧНІ ЗАДАЧІ<sup>5</sup>

#### Задача 1.

**1. Зазначте, чи залежить успіх у кожному конкретному випадку від здібностей.**

**2. За якими ознаками здібностей це можна встановити?**

А. Вступаючи у фізико-математичну школу, учень П. витримав конкурс 1 до 40, одержавши максимальні бали з фізики у конкурсній олімпіаді. Під час навчання в цій школі акцентувалась увага не на заучуванні матеріалу, а на творче розв'язання задач, на кмітливість. П. вражав усіх цими здібностями. Проте, привступі до університету, на конкурсному екзамені з фізики П. одержав «три». Як це сталося? Запитання білета були

<sup>5</sup> Задачі складено за матеріалами В. С. Мерліна, П. А. Мясоїда

елементарні й вимагали тільки знання формул. Перше запитання – формула лінзи, висновок не був потрібен. П. написав формулу лінзи неправильно, проте поруч вивів другий варіант формули лінзи з розумінням суті явища. У другому запитанні – формула маятника – П. також наплутав, цю формулу в школі не виводять, тож пробував самостійно вивести, виходячи з розуміння фізичного сенсу явища, але сплутав дві величини, що у фізиці часто позначаються однією буквою.

Б. Коли Софійці було трохи більше трьох років (до цього її ніхто не навчав арифметиці, вона мала можливість лише прислухатись до арифметичних вправ брата – учня її класу), вона непомітно для всіх навчилась рахувати – спершу до десяти, потім до ста. Трирічна Софійка пояснювала братові, як розв'язувати задачі на віднімання (27-14), спершу відняти 10, вийде 17, потім відняти ще 4. У 6,5 роки зовсім самостійно, не знаючи теорії, Софійка прийшла до розуміння простих дробів. Помітили, що в 5-6 років у неї виникла якась інтуїтивна уява про від'ємні числа (її не лякало, коли доводилось з 28 відняти 36: «Буде на 8 менше, ніж нічого»). У п'ять з половиною років вона в умі розв'язувала складні задачі, розраховані на учнів 4-го класу. Приблизно до 6,5 років Софійка навчилась робити операції з дробами в умі. Спеціально Софійку ніхто не навчав теорії, у неї не було майже ніякої системи знань, все ґрунтувалось тільки на розумінні.

В. Особливо вражає нас Бурун. У рідкісних випадках він потребував заохочення. З мовчазною впертістю він долав не тільки премудрості арифметики і граматики. Найпростішу дрібницю, граматичне правило, окремий тип арифметичної задачі він долав з величезним напруженням, надувався, прів, але ніколи не злився і не сумнівався в успіху. Він мав надзвичайно щасливе переконання: наука – неймовірно важка й карколомна річ, без неймовірних зусиль її подолання неможливо. При цьому він зовсім відмовлявся помічати, що іншим ті самі досягнення даються за іграшки. Нарешті, настав такий час, коли Бурун виявився попереду товаришів.

Г. Студентові М., що закінчив школу з золотою медаллю, без будь-яких зусиль, майже без домашніх занять, давалась математика. Вона сама укладалась у голову, все, пов'язане з нею в інших науках – астрономії, фізиці, - розумів без зусиль, запам'ятовував формули і закони, і ряди складних відношень. А в університеті мріяв «утекти» від неї, вступив на факультет, де б не було і натякої на математики.

### **Задача 2.**

***Який бік здібностей (структура, рівень розвитку, умови розвитку, компенсація) характеризується в наведеному прикладі?***

Ліна По – талановита скульпторка. По закінченні хореографічного училища вона протягом десяти років танцювала, ставила балети в різних театрах країни. Після захворювання енцефалітом вона зовсім втратила зір. І тоді зайнялася скульптурою. Процес її творчості, як правило, починався вночі. Задумана робота осмислювалася в найменших подробицях.

Кожен штрих, кожен дотик до матеріалу був відомий їй до того, як вона брала його в руки. Відбувався процес, що якоюсь мірою був схожий на читання «про себе», з наступним точним «переказом», повторенням у матеріалі. Для Ліни По характерна постійна суперечка з самою собою. Остаточний варіант, закладений у пам'ять, вона витягала цілковито збереженим, не пропустивши жодної деталі, щоб, переробивши його своїми до краю чутливими пальцями, дістати задумане в натурі. У самому процесі ліплення Ліна одноєю рукою ліпила, а другою тут же перевіряла пропорції скульптури. Спершу головною тематикою в Ліни був танок. Вона все ще жила в балеті. Це скульптури «Стрибок», «Танок з покривалом», «Танцювальна сюїта». Потім вона створила скульптурні портрети відомих та простих людей. Тут По вторгається у світ роздумів героїв. Багато чудових скульптур створила Ліна По. Все це унікальні речі, створені людиною, що здійснила подвиг у мистецтві.

### **Задача 3.**

Домагаючись успішного виконання діяльності людина усвідомлено чи ні, вдається до компенсації відсутніх чи недостатньо розвинених здібностей:

- а) недолік здібностей компенсується набутими знаннями та вміннями;
- б) недостатньо виражені здібності компенсуються за рахунок формування типового стилю діяльності;
- в) недостатній розвиток однієї здібності компенсується іншою, більш розвиненою і не пов'язаною з першою здібністю;
- г) недостатньо виражена одна здібність компенсується іншою, вираженою занадто сильно, яка знаходиться з першою у компенсаторних відношеннях.

***Наведіть приклади різних видів компенсації у тій галузі діяльності, з якою ви займаєтесь. Або до якої готуєте себе як професіонала.***

### **Задача 4.**

Андрій К. закінчив школу із золотою медаллю. Він однаково добре встигав і з суспільних і з природничих дисциплін, і з математики. Вчителі вважали його обдарованим учнем і передбачали йому блискуче майбутнє. Проте після закінчення школи Андрій вступив до музичного училища, адже він успішно закінчив музичну школу по класу скрипки. Музикальний «від природи», він віддавав скрипці весь свій вільний час. Отримуючи велике задоволення.

***Що можна сказати про структуру здібностей цього учня? Які спеціальні здібності він має?***

### **Задача 5.**

Методом спостереження було виділено дві групи п'ятирічних дітей: у першій групі діти віддавали перевагу спілкуванню, а у другій, навпаки,

предметним діям, охочіше гралися іграшками. Через 20 років більшість представників першої групи обрали професії типу «людина-людина» (вчителі, продавці, лікарі та ін.), представники ж другої групи працювали переважно з неживими предметами (інженери, оператори, водії).

***Поясніть результати цього дослідження. Як вони характеризують здібності?***

### **Задача 6.**

Старосту дев'ятого класу Миколу В. учителі характеризують як юнака з організаторськими здібностями. Він ініціативний, чуйний, уважний, знається на характерах і можливостях однокласників. Вимогливий до себе й інших, у разі необхідності може відстояти свою точку зору перед вчителями і дирекцією школи.

Організаторські здібності, безперечно, має й восьмикласник Віктор О. – ініціатор численних порушень шкільного розпорядку. Проте він жорстокий, використовує слабкі сторони кожного члена своєї компанії, йому притаманні владолюбство, заповзятливість, відчайдушність у поєднанні з прагненням до постійної бравади, наполегливістю в досягненні своїх цілей.

***Чому організаторські здібності цих учнів так істотно різняться? Як це можна пояснити?***

### **Задача 7.**

П'ятикласник Роман І. може швидко віднайти квадрати двозначних і навіть тризначних чисел, видобути корені з шестизначних, додати стовпчик чотиризначних. У нього виняткова пам'ять на цифровий матеріал. Ці особливості виявились у Романа досить рано і його батьки повірили, що їхній син стане видатним математиком. І справді, у початковій школі він значно випереджав однокласників, але в подальшому не виявив математичних здібностей. Батьки ж звинувачують учителів у небажанні і невмінні працювати з «талантами».

***Як можна схарактеризувати здібності цього учня? Що слід порадити його батькам?***

### **Задача 8.**

Наведемо приклад гострої дискусії двох педагогів – Н.Н. і М.П.

Н.Н.: «Я за порядок, коли кожен чітко знає своє місце, і не лізе розв'язувати світові проблеми. З ким тут радитись? Дали вказівку – контролюйте неухильне дотримання. Будьмо чесними один з одним: ваш оптимізм з приводу талантів і геніїв – хіба це не тактика керівника? «Могутність людського розуму», «можливості розвитку здібностей до рівня таланту»-такі вислови приємно лоскочуть самолюбство. Ось я, наприклад, розумний від природи. А «дурень залишиться дурнем, хоч засип його зірками».

М.П.: «Ви не вірите людині, не вірите в її талант. У цьому витоки вашого прагнення до жорстокості, дисципліни насильства. Чи можна,

дбаючи про всебічний розвиток особистості, розв'язувати цю задачу бато-гом? Розвиток і насильство. Чи можна пов'язати ці поняття? Талант – завжди любов до життя, до людей, до Батьківщини, гостре відчуття власної гідності».

***Хто має рацію в цій дискусії? Які висновки впливають з її аналізу?***

### **Задача 9.**

Нижче наведено перелік різних психологічних властивостей особистості і висловлювання про професії вчителя.

***1. Необхідно зазначити, які властивості характеризують здібності, необхідні для професії вчителя.***

***2. Які властивості є стрижневими?***

Найневиправніших», «важковиховуваних» учнів переводили в клас до вчителя П.Я. Йому швидко вдавалося їх обеззброїти. З проникливістю слідчого він розбирався в спонукальних причинах їхніх вчинків, у промислах і прагненнях кожного. П.Я.Вмів запалити своїх учнів високою ідеєю служіння народові, відповідальності за долю людей.

Він учив цьому всією своєю поведінкою. А його уроки з історії! Як яскраво, барвисто, захоплююче розповідав він про подвиги героїв, з якою невблаганною логікою підводив він до викриття рушійних сил розвитку подій! За виразом очей, обличчя він визначав, як учні реагують на події, як вони розуміють їх. П.Я. завжди заохочував самостійні вчинки учнів і щиро радів їхнім успіхам (із спогадів)

### **Задача 10.**

***У прикладах виділіть умови, що сприяють розвитку здібностей.***

А. Батько й мати Колі – художники. Хлопчик часто спостерігав за їхньою роботою, намагався «допомогти» їм. З раннього дитинства Коля багато малював. Він любив уміщувати складні композиції на папірці завбільшки з сірникову коробку. На сьомому році життя Коля цілком самостійно опанував закони перспективи. Хлопчик буквально не розлучався зі своїми блокнотами, куди замальовував усе, що вражало його уяву, будило в ньому почуття. Коля багато спостерігав, рано почав читати спеціальну літературу. Вивчав життя й діяльність видатних митців, відвідував картинні галереї, виставки. Дванадцятирічний хлопчик захопився фарбами, барвами, пошуками власного колориту. До своєї творчості ставився з винятковою вимогливістю і самокритичністю, працював постійно й захоплено. На селі не лінувався вставати рано-вранці, щоб написати схід сонця чи пастуха в полі, не пропускав нагоди зробити етюд під місяцем. Коля старанно вчиться в середній художній школі. (За О.П.Єресь.)

Б. Ученицю Зіну в I класі всі вважали тупою і бездарною: вона не вміла зв'язно говорити, не знала, скільки на руках пальців. Особливо важко давалася їй арифметика: не вміла рахувати навіть до чотирьох і не мала

ніякого уявлення про абстрактне число, не вміла проробляти ніяких дій над числами. Складалося враження, що в дівчинки немає ні пам'яті, ні розуміння. Учителька знайшла метод, за яким Зіна засвоїла склад і назви чисел. Учителька помітила. Що дівчинка твердо пам'ятає назви букв. Тоді вона вирішила кожну цифру, починаючи з трьох, позначати початковою буквою і склала таблиці з малюнків, цифр і букв – згори намалювала морквинки, під кожним малюнком – цифру, що відповідає кількості намальованих морквинок, і під нею букву, з якої починалася назва написаної цифри. Дівчинці давалося завдання знайти відповідне число. Після тижневих вправ вона засвоїла склад і назви чисел, могла їх називати і показувати без букв. Відчувши результати своєї праці, Зіна почала вперто працювати і повірила в себе. Учителька уважно стежила за її успіхами і заохочувала дівчинку. Зіна навчилася наполегливості, умінню долати труднощі. Вона зрівнялася з класом і не відрізнялася за здібностями від однолітків. (За О.П. Єресь.)

В. Хлопчик попросив батька купити іграшкове парове судно. Батько відтягав купівлю і запропонував синові самому збудувати модель вітрильного човна, що той і зробив з невеликою батьковою допомогою. Та човен перекинувся у воді. Хлопчик почав дошукуватися причини. Батько пояснив, що для побудови човна треба знати закони механіки і розумітися на кресленні. Син почав уважно вдивлятися в малюнки і креслення кораблів. Підвищився його інтерес до креслення й фізики. Він збудував кілька моделей, які вже не перекидалися. Виник інтерес до воєнної історії та морських битв. У старших класах хлопчика всерйоз зацікавили закони суднобудування, які він уміло застосовував у моделюванні кораблів. (За П.М.Якобсоном, 1969.)

### **Задача 11.**

Група здобувачів мала схарактеризувати свого товариша, використовуючи лише прикметники. В результаті було отримано такий ряд слів: розумний, стриманий, серйозний, емоційно стійкий, сумлінний, ініціативний, чутливий, чуйний, творчий, активний.

***Які з цих слів описують темперамент, які характер, а які здібності? За якими ознаками це вами визначено?***

### **Задача 12**

Учені методом тестування виміряли математичні здібності учнів одного класу і досить точно оцінили їх у кожного. Проте вчителів математики вони дали заздалегідь неправдиву інформацію: двох «посередніх учнів схарактеризували як схильних до математики». Коли через рік у тому ж класі провели повторне тестування, то виявилось, що ті два учні справді виявили неабиякі математичні здібності.

***Як би ви пояснили це явище? Чим обумовлені такі зміни у здібностях школярів?***

### **Задача 13**

Френсіс Гальтон визначив, що число обдарованих та високо обдарованих дітей є незмінним до загальної кількості населення і складає відповідно 20-25% та 1-3%.

***Чи обґрунтованим, на ваш погляд, є таке твердження?***

### **Задача 14**

Професійна діяльність може займати різне місце у структурі смисложиттєвих орієнтацій: у одних випадках вона може складати головний сенс життя, в інших – бути «вагомим» компонентом, і на кінець – «периферійним».

Експериментально встановлено, якщо педагогічна діяльність займає периферійне місце у структурі професійних орієнтацій вчителя, то нерідко виникає дисонанс між вимогами професії та проявами індивідуальності. Людина не справляється з вимогами педагогічної діяльності або їх реалізація супроводжується надмірним напруженням сил та так званим емоційним вигоранням.

Педагоги ж, які працюють творчо, мають високі показники осмисленості життя. Бажаний вік для них відповідає наявному (в той час як представники інших груп побоюються або соромляться свого віку, їм хотілось би бути молодшими); вони отримують задоволення від самого процесу життя та цінують кожний її етап. На відміну від інших вчителів, які хотіли б скоріше піти на пенсію, творчі вчителі готові займатися професійною діяльністю до самого кінця свого життя. Вони більш оптимістично сприймають своє життя та у двічі більше задоволені своїм життям (Є.А. Максимова).

***Розкрийте на даному прикладі характер зв'язку між індивідуальністю, спрямованістю особистості, здібностями, стилем професійної діяльності та успішністю в цій діяльності?***

## **ПРАКТИЧНІ ЗАВДАННЯ ДЛЯ САМОСТІЙНОГО ВИКОНАННЯ**

1. Дослідіть рівень розвитку комунікативних та організаційних здібностей у мабутьних вчителів та майбутніх фахівців непедагогічного спрямування, користуючись методикою КОС. Оформіть протокол дослідження, порівняйте результати студентів різного напрямку підготовки.

2. Дослідіть творчі здібності студентів з різним рівнем успішності. З'ясуйте, чи пов'язані академічна успішність та креативність. Які умови навчання сприяють розвитку творчого потенціала студента.

## **ПИТАННЯ ДЛЯ САМОПЕРЕВІРКИ**

1. Дайте визначення здібностей і поясніть його.
2. Що таке задатки і яка їх роль у розвитку здібностей?
3. Як поділяються здібності на види за змістом і за характером діяльності?

4. Які здібності належать до загальних, які до – спеціальних?

5. До яких здібностей (загальних чи спеціальних) ви віднесете здатність до навчання?

6. Як ви розумієте твердження: «Загальні здібності виявляються в спеціальних, тобто в здібностях до якоїсь конкретної галузі діяльності, а розвитком спеціальних здібностей розвиваються і загальні»?

8. У чому виявляються індивідуальні відмінності у здібностях людей?

9. Що ви розумієте під обдарованістю, талановитістю, геніальністю? Назвіть імена людей, яких ви відносите до обдарованих, талановитих, геніальних.

11. У чому полягає зв'язок розумових здібностей з працездатністю людини та вольовими якостями людини ?

12. Яке значення мають здібності у професійному самовизначенні учнів?

## МАТЕРІАЛИ ДЛЯ РОБОТИ НА ЗАНЯТТІ

### ОПЕРАТИВНИЙ КОТРОЛЬ ЗНАНЬ

1. Яке з наведених визначень здібностей є правильним?

а) здібності – індивідуально-психологічні властивості, що є необхідною умовою виконання творчої діяльності.

б) психічні властивості, що зумовлюють успішне навчання.

в) психічні властивості, що є природженими і служать основою успішного виконання будь-якої діяльності.

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

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

2. Яке твердження є правильним?

а) здібності існують незалежно від діяльності і поза нею.

б) поза діяльністю здібності існувати не можуть.

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

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

3. Під задатками потрібно розуміти:

а) природжені здібності до якоїсь діяльності;

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

в) психологічні властивості, що є умовою успішного виконання якоїсь діяльності.

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

4. Яке з наведених нижче тверджень вірно відображає зв'язок між здібностями та знаннями, вміннями, навичками ?

а) здібності - це високий рівень розвитку загальних та спеціальних знань, вмінь та навичок;

б) здібності не залежать від знань вмінь та навичок;

в) здібності розвиваються в процесі набуття людиною нових знань, вмінь та навичок;

г) здібності не зводяться до наявних у індивіда знань, умінь та навичок;

д) здібності спираються на наявні у людини знання, вміння та навички;

е) вірними є твердження А, В;

ж) вірними є твердження В, Д і Г;

з) вірними є твердження Б, Д .

5. Основною ознакою наявності у людини здібностей є:

а) швидкість, легкість, міцність оволодіння знаннями та ефективне їх використання на практиці;

б) висока продуктивність діяльності;

в) відсутність ускладнень при оволодінні новими знаннями та способами дій.

6. Чи можуть однаково високі результати вступних іспитів з математики двох студентів слугувати основою висновку про їх математичні здібності ?

а) так;

б) ні.

7. Яке з тверджень про залежність успіху в діяльності від здібностей є не правильним:

а) успіх в діяльності залежить від наявності у людини потрібної саме для цієї діяльності якості;

б) успіх в діяльності залежить від поєднання різних психічних якостей;

в) одна здібність може бути умовою успіху в різних діяльностях.

8. Якою закономірністю розвитку здібностей пояснюється те, що дефіцит якоїсь однієї здібності не виключає можливість успішного виконання діяльності, навіть якщо ця діяльність найтіснішим чином пов'язана саме з цією здібністю?:

а) взаємодія здібностей;

б) компенсація здібностей;

в) вікова сенситивність в розвитку здібностей;

г) розвиток здібностей в діяльності.

9. Яке з тверджень вірно розкриває структуру здібностей:

а) здібність – досить проста властивість людини, що зумовлює можливість успішного виконання нею певної діяльності:

б) здібність – це сентитична властивість людини, що включає низку часткових та загальних властивостей у певному їх поєднанні;

в) здібність – це синтетичне поєднання пізнавальних властивостей особистості.

10. На зв'язок здібностей з якими властивостями особистості вказано у наступному висловлюванні П.І.Чайковського: «Весь секрет у тому, що я працюю щоденно і акуратно. ... коли немає особливої наснаги до занять, то завжди вмію змусити себе перебороти несхильність і захопитися»:

- а) здібностей та емоцій;
- б) здібностей та волі;
- в) здібностей та нахилів;
- г) здібностей та самооцінки.

11. Здібності, що виявляються у всіх різновидах діяльності – в навчанні, праці, грі, розумовій діяльності тощо називаються:

- а) загальними;
- б) спеціальними;
- в) теоретичними;
- г) практичними;
- д) навчальними;
- е) творчими;
- є) предметно-пізнавальними;
- ж) міжособистісними.

12. Здібності, що визначають здатність створювати предмети матеріальної та духовної культури, породжувати нові ідеї, робити відкриття та оригінальні винаходи називаються:

- а) загальними;
- б) спеціальними;
- в) теоретичними;
- г) практичними;
- д) навчальними;
- е) творчими;

13. Найпоширенішим засобом оцінки міри виявлення здібностей є:

- а) опитувальники;
- б) аналіз продуктів діяльності;
- в) тести;

14. Кожна здібність включає в свою структуру:

- а) провідні і допоміжні властивості;
- б) провідні, допоміжні і спеціальні властивості;
- в) загальні та спеціальні властивості;
- г) загальні та часткові властивості.

15. Задатки – це природні передумови розвитку здібностей, що є однаковими у всіх людей:

- а) так;
- б) ні.

16. Яке з тверджень вірно розкриває особливості зв'язку задатків та здібностей:

а) задатки є багатозначними, вони можуть розвиватися у різних напрямках, перетворюючись у різні здібності;

б) між здібностями і задатками існує однозначний зв'язок: певні задатки жорстко визначають розвиток певних здібностей.

в) всі задатки, з якими народжується людина, обов'язково перетворюються на здібності.

17. Найбільш правомірною є гіпотеза про зв'язок задатків з :

а) мікроструктурою мозку;

б) мікроструктурою органів чуття;

в) диференційними особливостями нервових процесів (сила, врівноваженість, рухливість, тип нервової системи);

г) вагою мозку;

д) розміром окремих частин мозку.

18. Основними вимогами до діяльності, що формує здібності є :

а) творчий характер діяльності;

б) оптимальний рівень її складності,

в) інтерес суб'єкта до виконуваної діяльності;

г) інтелектуальна навантаженість діяльності;

д) практична корисність діяльності.

19. Вихованню яких здібностей (мнемічних, розумових, уяви) сприяють такі навчальні заняття?

а) учням двічі зачитували текст, потім пропонували якомога правильніше викласти його зміст;

б) зазначити схожість і відмінність клімату Європи та Азії на тих самих широтах;

в) скласти план щойно прочитаного тексту і письмово викласти його;

г) переказати повідомлення учителя про схожість і відмінність дієприкметників і дієприслівників;

д) описати флору, фауну та вигляд різних міст у різних точках земної кулі у формі «Бортового журналу»;

е) за поданим списком відтворити фарбами картину природи.

## ФОРМИ РОБОТИ НА ЗАНЯТТІ

### Семінар

#### **«Здібності в структурі індивідуально-психологічних властивостей людини»**

**Мета:** поглиблення уявлення про структуру та умови розвитку здібностей людини.

#### **Питання для обговорення:**

1. Поняття про здібності у психології
2. Природа здібностей. Здібності і задатки
3. Структура здібностей
4. Види здібностей
5. Рівні розвитку здібностей та їх психологічна оцінка.
6. Розвиток здібностей

На занятті обговорюються питання у відповідності до плану. Студенти діляться своїми знаннями та поглядами стосовно прочитаного. Ставлять одне одному додаткові запитання. Обговорюють проблеми, які викликали

### Групова дискусія

#### **«Обдарованість: спадковість чи виховання?»**

**Мета:** з'ясування особливостей взаємозв'язку спадкових чинників та соціальних умов в процесі розвитку здібностей людини.

#### **Хід дискусії**

1. Група розділяється на мікрогрупи з умовними назвами «Спадковість» та «Виховання». Групи утворюються на основі суб'єктивного ставлення учасників до ролі спадковості і виховання в розвитку здібностей людини.
2. Кожній групі, пропонується проаналізувати психологічні факти з точки зору ролі спадковості або ж ролі соціальних умов.
3. Презентація результатів обговорення мікрогруп.
4. Спільно створюється перелік умов. Від яких залежить розвиток здібностей людини.

#### **Питання для дискусії**

В.А.Моцарт у 4 роки почав писати музику, у 8 – створив перші сонати і симфонії, 11- оперу. І.Ю.Рєпін у 3 роки вирізував з паперу коників, а у 6 – малював фарбами. Досить рано прокинувся поетичний і малярський геній Т.Г.Шевченка. Х.Капабланка у 13 років став чемпіоном Куби, а свою першу шахову перемогу здобув у 4 роки, через кілька годин після того, як побачив гру батька з сусідом. Т.Едісон почав своє винахідництво в 12 років, коли, розвозячи газети, організував у багажному вагоні лабораторію. У. Гамільтон у 12 років володів дванадцятьма мовами.

Чи доводять ці факти вродженість таланту?

## ЛАБОРАТОРНИЙ ПРАКТИКУМ

### Практичне завдання 1

#### Вивчення загальних інтелектуальних здібностей

**Вступний коментар.** Психологічна діагностика здібностей – це одна з найбільш популярних галузей психології в останні два десятиріччя.

Усі існуючі тести інтелекту можна умовно поділити на дві групи: 1) тести «швидкості» та 2) тести «рівня». Якщо при проведенні перших вводиться жорсткий ліміт часу, то при проведенні других, хоча й існують обмеження часу виконання тесту або субтесту, головними труднощами для досліджуваного є особливості завдань. Зустрічаються варіанти тестів, де використовуються обидва види ускладнень.

Найбільш поширеними в нашій країні тестами загального інтелекту та його структури є: прогресивні матриці Равена, тест Векслера, тест Амтхауера, тест Айзенка, культурно незалежний тест Кеттелла.

Пропонуємо ознайомитися на занятті із діагностичними можливостями ряду тестів загального інтелекту у комп'ютеризованій версії або бланковому варіанті.

Для більш детального ознайомлення обрано тест висхідної складності (прогресивні матриці), який було створено Равеном разом із Пенроузом у 1936 році. Цей тест має декілька модифікацій: існує чорно-біла та кольорова його версії; версії для дітей (5–11 років), дітей і підлітків (8–14 років), дорослих (20–65 років), а також для осіб із високими інтелектуальними досягненнями. Останній варіант, створений у 1977 році, включає вербальну і невербальну частини. В основу завдань покладена теорія гештальта та теорія інтелекту Спірмена. Передбачається, що досліджуваний первинно сприймає завдання як ціле, потім виокремлює закономірності зміни елементів образу, після чого елементи включаються у цілісний образ і знаходиться частина зображення, якої не вистачає.

Надійність теста Равена варіює у межах від 0,70 до 0,89; кореляція з успішністю шкільного навчання (учбовою оцінкою) становить 0,72.

**Мета:** визначення рівня розвитку загального інтелекту за методикою «Тест зростаючої складності» (методика Равена).

**Матеріали та обладнання:** матриці Равена (додаток Д) та бланки для відповідей.

#### **Хід роботи**

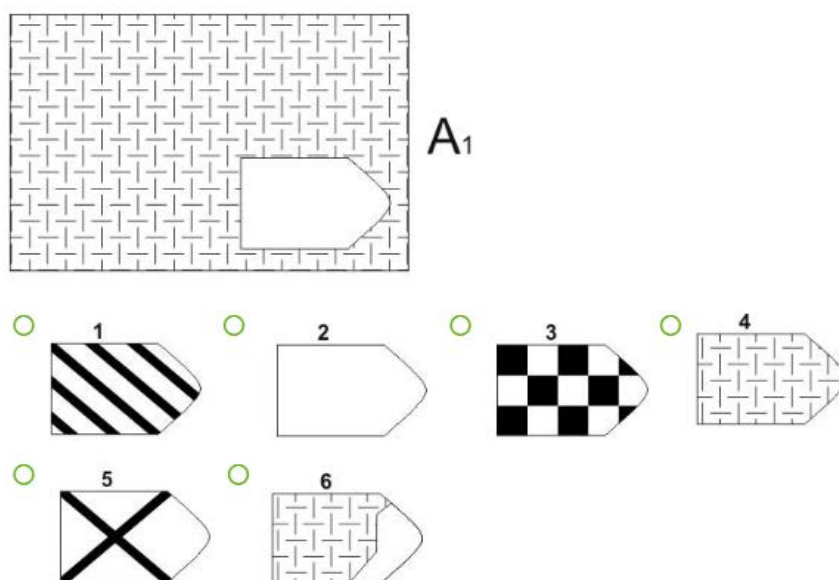
1. Здійсніть самодіагностику загального інтелекту з допомогою матриць Равена онлайн. Перейдіть за покликанням: <https://naurok.com.ua/test/tablici-ravena-shkala-progresivnih-matric-574099.html>

Вам буде запропоновано 60 завдань, кожне з яких містить основне зображення, що має певний фон або складові елементи, або фігури, які пов'язані певною залежністю. При цьому у нижньому правому кутку зображення не вистачає одного фрагмента (або елемента). Вам необхідно

встановити залежність, що пов'язує між собою вказані елементи зображення, а потім вибрати серед запропонованих варіантів елемент, якого не вистачає в основному зображенні. Час на виконання тесту – 20 хвилин.

2. Зафіксуйте свої результати у протокол заняття та дайте їм інтерпретацію.

### Зразок матриці Равена



### Практичне завдання 2

#### Вивчення творчих здібностей

**Вступний коментар.** Концепція креативності як універсальної пізнавальної творчої здібності набула популярності після публікації робіт Дж.Гілфорда. Учений указав на принципову відмінність між двома типами мисленнєвих операцій: конвергенцією та дивергенцією.

*Конвергентне мислення* актуалізується у тому випадку, коли людині, що розв'язує завдання, потрібно на основі множини умов знайти єдине правильне рішення. Дж.Гілфорд ототожнив здібність до конвергентного мислення з тестовим інтелектом, що вимірюється тестами IQ.

*Дивергентне мислення* визначається ним як такий тип, що йде в різних напрямках і припускає варіювання шляхів вирішення проблеми, призводить до неочікуваних висновків та результатів. Саме операцію дивергенції Дж.Гілфорд вважав основою творчих здібностей.

Дж.Гілфорд виділив шість основних параметрів креативності:

- 1) здатність до виявлення та постановки проблем;
- 2) здатність до генерування великої кількості ідей;
- 3) гучкість – здатність продукувати різноманітні ідеї;
- 4) оригінальність – здатність відповідати на подразники нестандартно;
- 5) здатність удосконалювати об'єкт, додаючи деталі;

б) здібність розв'язувати проблеми – здатність до аналізу й синтезу.

На основі цих теоретичних передумов Гілфодом та Торренсом створено тести креативності, що вимірюють, переважно, дивергентну продуктивність.

Із 60-х років у дослідженнях креативності почалася справжня «психометрична революція». З цього часу розроблено цілий ряд концепцій і конкретних методик діагностики креативності, які належать М.Волоху, Н.Когану, С.Медніку, Р.Стернбергу, В.Дружиніну, Н.Харзратовій.

**Мета:** ознайомлення з методами діагностики креативності й набуття вміння визначати творчі здібності, користуючись двома субтестами, розроблених Торренсом на образне та вербальне творче мислення. Субтест «Завершення зображень» містить матеріали для аналізу результатів, що дозволить навчитися оцінювати розвиток невербальної креативності.

**Матеріали та обладнання:** бланки з графічними завданнями: шість малюнків із деяким набором елементів.

### **Хід роботи**

1. Тест проводиться викладачем у групі. Під час його проведення потрібно створити доброзичливу атмосферу та мінімізувати мотивацію досягнення через те, що креативність виявляється повною мірою лише за таких умов.

2. Час тестування по можливості не обмежується, на кожний малюнок орієнтовно витрачається 1–2 хвилини.

3. Після завершення малювання студенти обмінюються роботами та обробляють результати один одного згідно з поданою нижче інтерпретацією під керівництвом викладача.

4. Результати дослідження кожен студент заносить у протокол заняття.

## **ТЕСТ Торренса<sup>6</sup>**

**Мета:** оцінка рівня розвитку творчих здібностей.

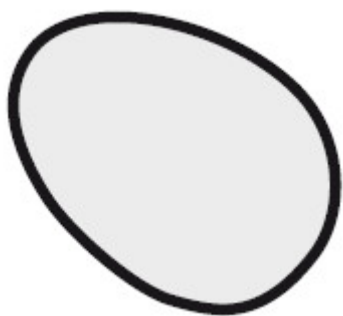
### **ЗАВДАННЯ № 1. ОБРАЗНЕ ТВОРЧЕ МИСЛЕННЯ**

#### **Субтест 1. Намалюй картинку.**

Тестовий матеріал:

а) фігура овальної форми з кольорового паперу. Колір фігури може бути будь-який, але такий, щоб можна було малювати деталі не тільки зовні, але і всередині контуру;

<sup>6</sup>Тест подається з використанням матеріалів сату «Дитячий психолог»:  
<https://salو.li/0CCcd36>



б) чистий аркуш паперу; в) клей; г) кольорові олівці.

**Інструкція.** Ви отримали фігуру з кольорового паперу і клей. Придумайте будь-яку картину, частиною якої була б ця фігура. Це може бути будь-який предмет, явище або розповідь. За допомогою клею помістіть цю фігуру на чистому аркуші в будь-якому місці. А потім домалюйте її олівцями, щоб вийшла задумана вами картина.

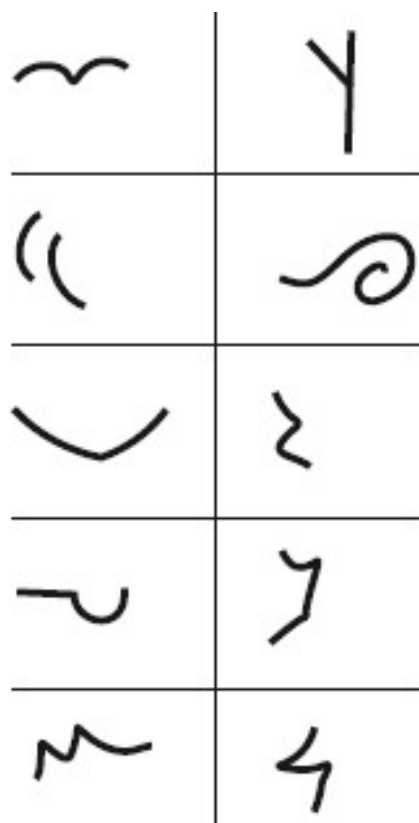
Спробуйте придумати таку картину, яку ніхто б не зміг придумати. Доповнюйте свій малюнок новими деталями та ідеями, щоб зробити з нього якомога більш цікаву і захоплюючу історію.

Коли ви закінчите малюнок, придумайте до нього назву і напишіть внизу аркуша. Зробіть цю назву якомога більш незвичайною.

### **Субтест 2. Закінчи малюнок.**

Тестовий матеріал:

а) простий олівець; б) тестовий бланк, що складається з десяти квадратів, в яких зображені графічні контури різної форми.

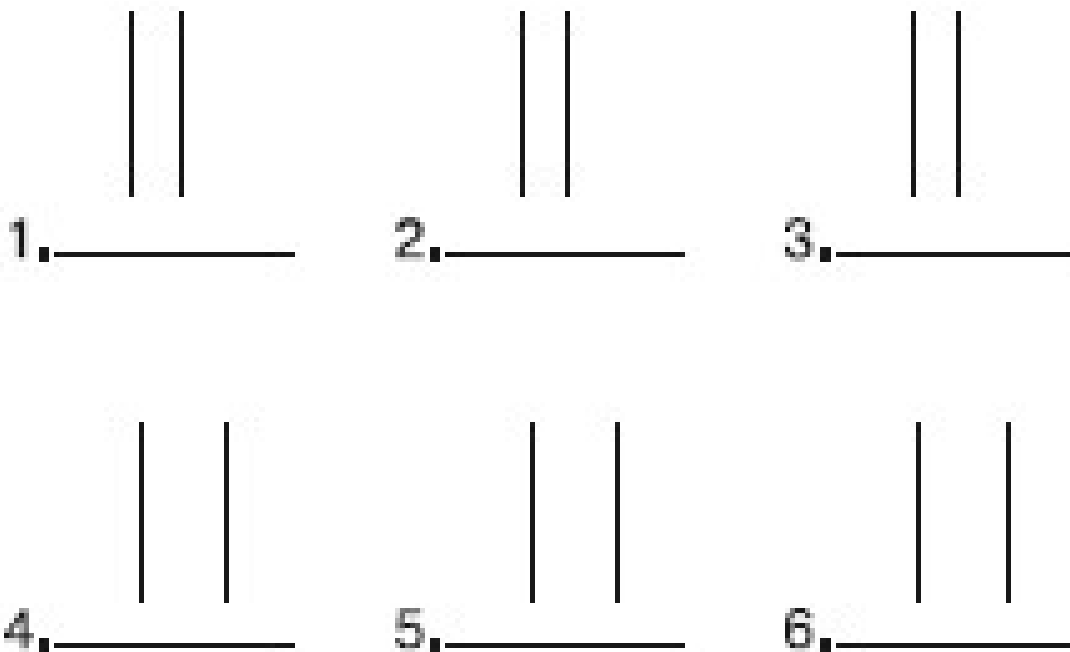


**Інструкція.** На цих аркушах намальовані незакінчені фігурки. Якщо додати до них лінії, вийдуть цікаві предмети або сюжетні картинки. Спробуйте придумати такі картинки або історію, які ніхто більше придумати не зможе. Зробіть її повною та цікавою, додавайте до неї нові ідеї. Придумайте цікаву назву для кожної картинки і напишіть її внизу цієї картинки. (Якщо діти засмучені тим, що не встигають закінчити завдання вчасно, скажіть наступне: «Ви всі працюєте по-різному. Деякі встигають намалювати всі малюнки дуже швидко, а потім повертаються до них і додають деталі. Інші встигають намалювати лише кілька, але з кожного малюнку створюють дуже складні розповіді. Продовжуйте працювати так, як вам більше подобається, як вам зручніше «.).

### Субтест 3. Лінії

**Інструкція.** Побудуйте якомога більше предметів або сюжетних картинок з кожної пари ліній. Ці лінії повинні становити основну частину вашої картини. Олівцем додайте лінії до кожної пари, щоб картина була закінчена. Можна малювати між лініями, над лініями, навколо ліній – де завгодно. Складіть якомога більше предметів або картинок. Спробуйте зробити їх якомога більш цікавими. Підпишіть кожну картинку, придумавши назву.

Після закінчення десяти хвилин виконання завдання припиняється. Якщо діти не змогли написати назви до своїх малюнків, з'ясуйте у них назви відразу після тестування.



Тест творчого мислення П. Торренса. Інструкція. Обробка результатів.

## ЗАВДАННЯ № 2. ВЕРБАЛЬНЕ ТВОРЧЕ МИСЛЕННЯ

**Інструкція.** Пропоную вам виконати захоплюючі завдання. Всі вони вимагають від вас уяви, для того, щоб придумати нові ідеї та скомбінувати їх різним чином. При виконанні кожного завдання намагайтесь придумати щось нове і незвичайне, чого ніхто більше не зможе придумати. Спробуйте потім доповнити вашу ідею так, щоб вийшла цікава розповідь-картинка.

Час виконання кожного завдання обмежений. Працюйте швидко, але не поспішайте. Намагайтесь обмірковувати ідеї. Якщо ви встигнете повністю виконати завдання до команди про закінчення часу – сидіть тихо і чекайте, поки не буде дано дозвіл всім приступити до наступного завдання. Якщо ви не встигаєте виконати завдання у відведений період часу, переходите до виконання наступного за загальною команді. Якщо у вас виникнуть питання, мовчки підніміть руку, і я підійду до вас і дам необхідні роз'яснення.

Перші три завдання будуть пов'язані з малюнком, який ви бачите:



Ці завдання дозволяють дізнатися, чи вмієте ви ставити питання і будувати здогадки про деякі події, їх причини та наслідки.

**Подивіться на картинку і подумайте: що сталося? Що можна з упевненістю сказати, дивлячись на цю картинку? Що потрібно ще дізнатися, щоб зрозуміти, що трапилося, чому це сталося і чим це може закінчитися?**

### **Завдання 1. Постав запитання.**

**Інструкція.** Напиши всі питання, які можеш придумати за цією картинкою (до цього і до подальших завдань додається чистий аркуш паперу, на якому в стовпчик проставлені номери запитань від 1 до 23). Постав всі питання, які необхідні для того, щоб зрозуміти, що сталося. Не став таких запитань, на які можна відповісти, глянувши на картинку. Розглядати картинку можеш скільки завгодно.

### **Завдання 2. Відгадай причини.**

**Інструкція.** Спробуй знайти і записати якомога більше причин події, зображеної на малюнку. Можна виходити з тих подій, які могли б трапитися до моменту, зображеного на картинці, або через багато часу після нього. Не бійся будувати здогадки.

### **Завдання 3. Відгадай наслідки.**

**Інструкція.** Вкажи якомога більше можливих результатів події, зображеної на малюнку. Напиши про те, що може трапитися відразу після події, або про те, що може трапитися в далекому майбутньому.

### **Завдання 4. Результати удосконалення.**

**Інструкція.** Ти бачиш малюнок (ескіз) м'якої іграшки – слона.



Придумай, як можна змінити цього іграшкового слона, щоб дітям було веселіше з ним грати. Напиши найцікавіші і незвичайні способи його зміни.

### **Завдання 5. Незвичайні способи вживання (картонні коробки).**

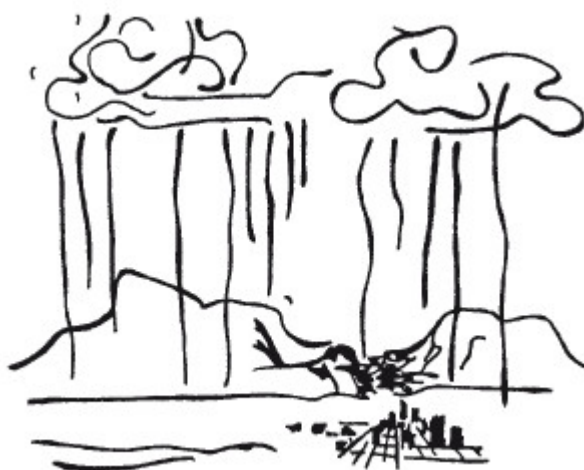
**Інструкція.** Більшість людей викидають порожні картонні коробки, але ці коробки можуть мати тисячі цікавих і незвичайних способів використання. Придумай якнайбільше таких цікавих і незвичайних способів використання. Не обмежуйте себе тільки такими способами, які ти бачив або про які чув.

### Завдання 6. Незвичайні питання.

Інструкція. У цьому завданні потрібно придумати якомога більше питань про картонні коробки. Ці питання повинні спонукати до найрізноманітніших відповідей і залучати інтерес до інших коробок. Спробуйте придумати найбільш незвичайні питання про такі властивості картонних коробок, які зазвичай не приходять в голову.

### Завдання 7. Давайте уявимо.

Інструкція. Уяви собі таку неймовірну ситуацію: до хмар прикріплені мотузки, які звисають до землі.



Що трапилось? Подумай, до яких можливих подій це призведе, які можуть бути наслідки? Вислови якомога більше здогадок і припущень. Запиши свої думки і припущення.

### Обробка експериментальних даних

Характеристика основних показників творчого мислення

1. **Легкість** (швидкість) – кількісний показник, що відображає здатність до породження великої кількості ідей (асоціацій, образів). Вимірюється числом результатів.

2. **Гнучкість** – відображає здатність висувати різноманітні ідеї, переходити від одного аспекту проблеми до інших, використовувати різні стратегії вирішення.

Вимірюється числом категорій. Категорії:

- світ природи;
- тваринний світ;
- людина;
- механічне;
- символічне;
- декоративні елементи;
- видове (місто, будинок, шосе, двір);
- мистецтво;
- динамічні явища.

3. **Оригінальність** – характеризує здатність до висування ідей, відмінних від очевидних, нормативних. Вимірюється кількістю неординарних відповідей, образів, ідей.

4. **Розробленість** (ретельність, деталізація образів) – фіксує здатність до винахідництва, конструктивної діяльності. Вимірюється кількістю істотних і несуттєвих деталей при розробці основної ідеї.

При обробці експериментальних даних необхідно мати на увазі, що причини низьких і високих показників по всіх когнітивних параметрах креативності можуть бути різними. Так, низькі показники за фактором «швидкість» можуть бути пов'язані з високою деталізацією, розробленістю ідей. Високі показники по даному фактору можуть свідчити про імпульсивність або поверховість мислення. Низькі показники за фактором «гнучкість» свідчать про ригідність мислення або низьку інформованість, слабку мотивацію. Надзвичайно високі показники мають «негативний відтінок» і можуть свідчити про нездатність до єдиної лінії в мисленні. Високий коефіцієнт оригінальності іноді спостерігається при психічних і невротичних розладах.

Тому при обробці емпіричних даних істотним є не тільки кількісний результат (бали), а й причини цього результату.

До уваги пропонуємо розгорнуту інтерпретацію до завдання № 1 Образотворче творче мислення. Адаптація тесту здійснена співробітниками центру «Творча обдарованість» Н. В. Шумакова, Е. І. Шелбановою, Н. П. Щербо.

#### **Оцінка виконання завдання субтесту №1 «Намалюй картинку»**

**Оригінальність.** При обробці використовується шкала від 0 до 5 балів, згідно частоті однакових відповідей. Відповіді, що зустрічаються в 5% і більше випадків, отримують 0 балів. Так само оцінюються і очевидні відповіді, на кшталт «крапля», «груша», «яйце».

Відповіді, що зустрічаються в 4,00-4,99%, оцінюються 1 балом, в 3,00-3,99% – 2 балами, в 2,00-2,99% – 3 балами, в 1,00-1, 99% – 4 балами. Всі інші відповіді отримують 5 балів.

Не зараховуються відповіді, які не відповідають завданню, якщо малюнок не пов'язаний з кольоровою фігурою.

**Ретельність розробки.** При оцінці ретельності розробки бали даються за кожну значущу деталь (істотну ідею), що доповнює вихідну стимульну фігуру, як в межах її контуру, так і за її межами. При цьому основна найпростіша відповідь має бути значущою, інакше її розробленість не оцінюється.

Один бал дається за кожну істотну деталь загальної відповіді (при цьому кожен клас деталей оцінюється один раз і при повторенні не враховується):

- колір, якщо він доповнює основну ідею;
- штрихування (але не за кожну лінію, а за загальну ідею);
- краса, якщо вона має сенс;

- кожен варіант оформлення (крім чисто кількісних повторень), значимо по відношенню до основної відповіді;
- кожен подробицю у назві понад необхідного.

Якщо лінія розділяє малюнок на дві значущі частини, підраховуються бали в обох частинах малюнка. Якщо лінія позначає певний предмет (пояс, шарф ...), вона оцінюється одним балом.

### **Оцінка виконання завдання по субтесту 2 «Закінчи малюнок»**

**Швидкість.** Цей показник визначається підрахунком числа завершених фігур. Максимальний бал дорівнює 10.

**Гнучкість.** Цей показник визначається числом різних категорій відповідей. Для визначення категорій можуть використовуватися як самі малюнки, так і їх назви (що іноді не збігається).

**Оригінальність** і ретельність розробки оцінюється аналогічно обробці завдання субтеста 1.

### **Оцінка виконання завдання по субтесту 3 «Лінія»**

Проводиться аналогічно першим двом технологіям.

Додаткові преміальні бали за оригінальність ідеї. Такі бали даються:

1. За нестандартність мислення і відхилення від загальноприйнятого, яке проявляється в об'єднанні кількох вихідних повторюваних фігур (пар паралельних ліній) в єдиний малюнок. П. Торренс відносить це до проявів високого рівня творчих здібностей. Такі діти бачать можливості там, де вони приховані від інших.

У зв'язку з цим необхідно присуджувати додаткові бали за об'єднання в блоки вихідних фігур: об'єднання двох пар ліній – 2 бали; трьох – п'яти пар – 5 балів, шести – десяти пар – 10 балів, одинадцяти – п'ятнадцяти пар – 15 балів, більше п'ятнадцяти пар – 20 балів.

Ці преміальні бали додаються до загальної суми балів за оригінальність по всьому третьому завданню.

## **Практичне завдання 3**

### **Визначення рівня розвитку спеціальних здібностей**

**Вступний коментар.** Спеціальні здібності визначають успіхи людини у специфічних видах діяльності, для здійснення яких потрібні задатки особливого характеру та їх розвиток. До таких здібностей належать педагогічні, математичні, технічні, музичні тощо.

Даний психологічний тест діагностує аналітичні математичні здібності. Аналітичні математичні здібності відносяться до академічних: вони дозволяють людині краще засвоювати навчальний матеріал, у даному випадку – математику. Ці здібності корелюють з коефіцієнтом інтелектуальності. Ті, хто має низькі показники не виявляють схильності до аналізу, а також схильні до легковажних вчинків.

Методику можна застосовувати при профвідборі для визначення математичних здібностей починаючи з віку 12 років. Методика має чотири різні форми (А, Б, В та Г). Дана форма - форма А.

**Мета:** ознайомитися із методами діагностики спеціальних здібностей

**Необхідні матеріали:** стимульний бланк та бланк для відповідей.

### Хід роботи

1. Виконати методику під керівництвом викладача.
2. Інтерпретувати результати.
3. Сформулювати висновки щодо рівня розвитку математичних здібностей.

### ТЕСТ «АНАЛІТИЧНІ МАТЕМАТИЧНІ ЗДІБНОСТІ»

**Інструкція.** Зараз ви отримаєте завдання. Кожне завдання утворене рядом чисел. Ці числа знаходяться у певній закономірності. Знайдіть цю закономірність. Одне з чисел у ряду пропущене. Використовуючи знайдену закономірність визначіть це число. Запишіть це число в бланк відповідей та приступайте до наступного завдання. Якщо не вдається вирішити одне завдання, то переходьте до іншого. На виконання завдань відводиться – 15 хвилин.

### СТИМУЛЬНИЙ БЛАНК

- 1) 196 175 154 133 112 91 ... 49 28 7
- 2) 39 24 23 41 7 58 -9 75 -25 ...
- 3) -31 -30 -55 -1 -79 ... -103 57 -127 86
- 4) 23 ... 57 74 91 108 125 142 159 176
- 5) 155 ... 205 230 255 280 305 330 355 380
- 6) 5 -4 -13 ... -31 -40 -49 -58 -67 -76
- 7) -15 -1 4 -9 8 9 ... 17 14 3
- 8) 89 ... 73 83 57 70 41 57 25 44
- 9) ... -28 -16 -12 -8 4 0 20 8 36
- 10) 11 18 12 ... 9 7 21 0 2 26
- 11) 0 -9 -10 -7 -17 -3 ... -25 4 -21
- 12) 6 -8 1 1 -15 6 ... -22 11 -9
- 13) 95 95 112 86 129 ... 146 68 163 59

14) 92 105 106 133 120 161 ... 189 148 217

15) 6 -3 -21 15 -48 33 ... 51 -102 69

16) 120 ... 62 33 4 -25 -54 -83 -112 -141

17) 7 31 55 79 103 127 151 175 ... 223

18) -2 -13 -27 -29 ... -45 -77 -61 -102 -77

19) -19 4 27 50 73 96 119 142 ... 188

20) 38 28 18 ... -2 -12 -22 -32 -42 -52

### БЛАНК ВІДПОВІДЕЙ

Прізвище \_\_\_\_\_

Вік \_\_\_\_\_

1. \_\_\_\_\_

2. \_\_\_\_\_

3. \_\_\_\_\_

4. \_\_\_\_\_

5. \_\_\_\_\_

6. \_\_\_\_\_

7. \_\_\_\_\_

8. \_\_\_\_\_

9. \_\_\_\_\_

10. \_\_\_\_\_

11. \_\_\_\_\_

12. \_\_\_\_\_

13. \_\_\_\_\_

14. \_\_\_\_\_

15. \_\_\_\_\_

16. \_\_\_\_\_

17. \_\_\_\_\_

18. \_\_\_\_\_

19. \_\_\_\_\_

20. \_\_\_\_\_

## Обработка результатов

З допомогою ключа підрахуйте кількість правильних відповідей. За кожну правильну відповідь нарахуйте один бал. Таким чином максимальний бал складає – 20.

### КЛЮЧ

- 1) 70
- 2) 92
- 3) 28
- 4) 40
- 5) 180
- 6) -22
- 7) -3
- 8) 96
- 9) -24
- 10) 16
- 11) -14
- 12) -4
- 13) 77
- 14) 134
- 15) -75
- 16) 91
- 17) 199
- 18) -52
- 19) 165
- 20) 8

Нижче наводиться таблиця орієнтовних нормативів.

Вік	Низький рівень	Середній рівень	Високий рівень
12 - 13	0 - 4	5 - 9	10 - 20
14 - 16	0 - 6	7 - 11	12 - 20
17+	0 - 8	9 - 13	14 - 20

## **МЕТОДИКА ВИЯВЛЕННЯ «КОМУНІКАТИВНИХ ТА ОРГАНІЗАТОРСЬКИХ ЗДІБНОСТЕЙ» (КОС – 2)**

Дана методика призначена для виявлення комунікативних та організаторських схильностей особистості (вміння чітко та швидко налагоджувати ділові та товариські контакти з людьми, бажання розширити контакти, участь у групових заходах, вміння впливати на людей, їхнє бачення, проявляти ініціативу тощо). Методика складається із 40 запитань, на кожне з яких досліджуваний повинен дати відповідь «так» або «ні». Час виконання методики – 10–15 хв. При цьому окремо визначається рівень комунікативних і організаторських здібностей.

**Інструкція.** Дайте відповідь «так» або «ні» на поставлені нижче запитання.

### **Тестові завдання**

1. Чи є у Вас потяг до вивчення різних людей та встановлення з ними знайомств?
2. Чи подобається Вам займатися громадською роботою?
3. Чи довго турбує Вас почуття образи, що спричинив Вам хто-небудь з товаришів?
4. Чи завжди Вам важко орієнтуватися у критичній ситуації, що склалася?
5. Чи багато у Вас друзів, з якими Ви постійно спілкуєтесь?
6. Чи часто Вам вдається прихилити більшість своїх товаришів до прийняття ними Вашої думки?
7. Чи правда, що Вам приємніше і простіше проводити час за книжками або за яким-небудь іншим заняттям, ніж з людьми?
8. Якщо виникли певні перешкоди у здійсненні Ваших намірів, чи легко Вам від них відмовитися?
9. Чи легко Ви встановлюєте контакти з людьми, які є значно старшими за Вас?
10. Чи любите Ви придумувати і організовувати із своїми товаришами різноманітні ігри та розваги?
11. Чи важко Вам включитися у нові для Вас компанії (колективи)?
12. Чи часто Ви відкладаєте на майбутнє справи, які слід було б виконати сьогодні?
13. Чи легко Вам вдається встановлювати контакти і спілкуватися з незнайомими людьми?
14. Чи прагнете Ви, щоб Ваші товариші діяли у відповідності з Вашою думкою?
15. Чи важко Вам освоюватися у новому колективі?
16. Правда, що у Вас не буває конфліктів з товаришами через невиконання ними своїх обіцянок та обов'язків?
17. Чи прагнете Ви, якщо обставини сприяють цьому, познайомитися і поспілкуватися з незнайомою людиною?

18. Чи часто у вирішенні важливих справ Ви берете ініціативу в свої руки?
19. Чи дратують Вас оточуючі люди, чи виникає у Вас бажання побути на самоті?
20. Чи правда, що Ви, як правило, погано орієнтуєтесь у незнайомій для Вас обстановці?
21. Чи подобається Вам постійно знаходитися серед людей?
22. Чи виникає у Вас відчуття дискомфорту, якщо Вам не вдається завершити розпочату справу?
23. Чи важко Вам проявляти ініціативу, щоб познайомитися з іншою людиною?
24. Чи правда, що Ви втомлюєтесь від постійного спілкування з друзями?
25. Чи подобається Вам брати участь у колективних іграх?
26. Чи часто Ви проявляєте ініціативу під час вирішення проблем, які зачіпають інтереси Ваших друзів?
27. Чи правда, що Ви відчуваєте себе невпевнено серед незнайомих?
28. Чи правда, що Ви не прагнете до того, щоб довести істинність своїх дій чи слів?
29. Чи вважаєте Ви, що Вам не важко внести пожвавлення у незнайоме товариство?
30. Чи берете Ви участь у громадському житті вузу, фірми ?
31. Чи прагнете Ви обмежити коло своїх знайомих?
32. Чи вірно, що Ви не прагнете відстоювати свою думку чи рішення, якщо його не одразу прийняли друзі?
33. Чи відчуваєте Ви себе комфортно, потрапивши у незнайому компанію?
34. Чи охоче Ви приступаєте до організації різних заходів для своїх товаришів?
35. Чи правда, що Ви губитеся, коли треба говорити щось великій кількості людей?
36. Чи часто Ви запізнюєтесь на ділові зустрічі, побачення?
37. У Вас багато друзів?
38. Чи часто Ви буваєте у центрі уваги своїх друзів?
39. Ви відчуваєте дискомфорт під час спілкування з малознайомими людьми?
40. Чи правда, що Ви не дуже впевнено почуваетесь в оточенні великої групи своїх друзів?

### **Аналіз результату.**

Ключ для обробки даних за методикою «КОС-2»:

КОМУНІКАТИВНІ ЗДІБНОСТІ +/- Так 1, 5, 9, 13, 17, 21, 25, 29, 33, 37.

/-/ Ні 3, 7, 11, 15, 19, 23, 27, 31, 35, 39.

ОРГАНІЗАТОРСЬКІ ЗДІБНОСТІ +/- Так 2, 6, 10, 14, 18, 22, 26, 30, 34, 38

/-/ Ні 4, 8, 12, 16, 20, 24, 28, 32, 36, 40.

Після опитування підраховується кількість співпадаючих з ключем відповідей за кожним розділом методики. Оцінюючий коефіцієнт (К) комунікативних або організаторських здібностей виражений через відношення кількості співпадаючих відповідей по кожному розділу до максимально можливої кількості відповідей, що співпали:

$K = x/20$ , (9) де, К – величина оцінюючого коефіцієнту; х – кількість відповідей, що співпали з ключем.

Показники, отримані за даною методикою, можуть коливатися від 0 до 1. Показники, близькі до 1, свідчать про високий рівень комунікативних чи організаторських здібностей, близькі до 0 – про низький рівень. Оцінний коефіцієнт (К) – це первинна кількісна характеристика матеріалів дослідження.

Для якісної стандартизації результатів дослідження використовуються шкали оцінок, у яких тому чи іншому діапазону кількісних показників К відповідає визначена оцінка. Наприклад, у Вас кількість відповідей, що співпали, виявилась 19 за шкалою комунікативних здібностей і 16 за шкалою організаторських здібностей. Користуючись формулою, вираховуємо за

формулою:

$$K_k = 19/20 = 0,95 \text{ й } K_o = 16/20 = 0,8.$$

Записуємо отримані результати в бланк відповідей і порівнюємо їх зі шкалами оцінок комунікативних та організаторських здібностей (таблиці 1, 2).

**Таблиця 1.**  
**Шкала оцінок комунікативних здібностей**

Коефіцієнт	Оцінка	Рівень комунікативних здібностей
0,10 – 0,45	1	Низький
0,46 – 0,55	2	Нижче середнього
0,56 – 0,65	3	Середній
0,66 – 0,75	4	Високий
0,76 – 1,00	5	Дуже високий

**Таблиця 2.**  
**Шкала оцінок організаторських здібностей**

Коефіцієнт	Оцінка	Рівень організаторських здібностей
0,20 – 0,55	1	Низький
0,56 – 0,65	2	Нижче середнього
0,66 – 0,70	3	Середній
0,71 – 0,80	4	Високий
0,81 – 1,00	5	Дуже високий

**Якщо Ви отримали оцінку «1»**, то Вам характерний досить низький рівень виявлення здібностей до комунікативної та організаційної діяльності.

**Для тих, хто отримав оцінку «2»**, розвиток комунікативних та організаторських здібностей знаходиться на рівні нижче середнього. Ви не прагнете до спілкування, почуваетесь скуто в новій компанії, колективі, надаєте перевагу проведенню вільного часу на самоті, обмежуєте свої знайомства, переживаєте труднощі при встановленні контактів з людьми і, виступаючи перед аудиторією, погано орієнтуєтесь в незнайомій ситуації, не відстоюєте свою думку, важко переживаєте образи. Виявлення ініціативи в громадській діяльності досить занижене, у багатьох справах Ви уникаєте прийняття самостійних рішень.

**Якщо Ви отримали оцінку «3»**, то для Вас характерний середній рівень виявлення комунікативних та організаторських здібностей. Ви прагнете до контакту з людьми, не обмежуючи коло своїх знайомств, відстоюєте свою думку, плануєте роботу. Однак, «потенціал» цих здібностей не відрізняється високою стійкістю. У майбутньому Ви потребуєте серйозної і планомірної роботи по формуванню і розвитку комунікативних та організаторських здібностей.

**Якщо Ви отримали оцінку «4»**, то Вас можна віднести до групи людей з високим рівнем виявлення комунікативних та організаторських здібностей. Ви не губитесь у новій ситуації, швидко знаходите друзів, постійно намагаєтесь розширити коло знайомих, займаєтесь громадською діяльністю, допомагаєте близьким, друзям, виявляєте ініціативу в спілкуванні, із задоволенням приймаєте участь в організації громадських заходів, здатні приймати самостійно рішення в екстремальній ситуації.

**Якщо Ви отримали оцінку «5»**, то Вас можна віднести до групи людей з найбільш високим рівнем виявлення комунікативних та організаторських здібностей, для Вас характерні швидка орієнтація у важких ситуаціях, невимушена поведінка в новому колективі. Ви ініціативні, приймаєте самостійні рішення, відстоюєте свою думку. Ви легко почуваете себе в незнайомій компанії, любите і вмієте організовувати різноманітні ігри, колективні справи.

При інтерпретації отриманих даних потрібно пам'ятати, що вони лише констатують наявний рівень комунікативних та організаторських здібностей у даний період розвитку особистості. Якщо результати тестування виявляться невисокими, то це зовсім не означає, що цих здібностей потенційно у Вас немає. Просто не були створені умови для їх виявлення та розвитку або у Вас самого не було нагальної потреби отримати відповідні вміння.

## ЛІТЕРАТУРА

### ОСНОВНА ЛІТЕРАТУРА

1. Варій М. Й. Загальна психологія: підр. Київ: Центр учбової літератури, 2009. С.316-320
2. Дуткевич Т. В. Загальна психологія: навч.посіб. Київ: Центр учбової літератури, 2016. С. 120-127.
3. Загальна психологія: підручник. / С.Д.Максименко та ін.2-ге вид. Вінниця, Нова Книга, 2008. С. 247-258.
4. Загальна психологія: підручник / О. В. Скрипченко, Л. В. Долинська, З. В. Огороднійчук та ін. Київ: Вид-во «Каравела», 2020. С. 363-374.
5. Костюк Г.С. Навчально-виховний процес і психічний розвиток особистості / Г.С. Костюк. Київ: Либідь, 2001. С.108-112.
6. М'ясоїд П. А. Загальна психологія: навч. посібник. Київ: Вища школа. 2004. С.416-435.
7. Палій А. А. Диференціальна психологія: навч. посіб. Київ: Академвидав, 2010. С.389-509.
8. Партико, Т. Б. Загальна психологія: підручн. Київ: Видавничий Дім «Ін Юре», 2008. С.101-125.
9. Савчин М. В. Загальна психологія: навчальний посібник; 4-те видання. Київ: ВЦ «Академія», 2024. 352 с.

### ДОДАТКОВА ЛІТЕРАТУРА

10. Аксиогенез обдарованої особистості в освітньому просторі: монографія / О. Л. Музика, Д. К. Корольов, О. О. Музика, Н. О. Никончук та ін.; Інст. психол. ім. Г. С. Костюка НАПН України; за ред. О. Л. Музики. Київ: Видавничий Дім «Слово», 2020. 160 с. URL: <https://lib.iitta.gov.ua/723153/>
11. Біла М. Здібності: дефініції та характеристики // Актуальні проблеми психології обдарованості та творчості: новітні розробки українських вчених: матеріали Міжнародної наукової конференції, Київ, 12 червня 2014 р. С. 13-20.
12. Ільїна Н.М. Психологія творчості та обдарованості: навчальний посібник. Київ: Університетська книга, 2023. 234 с.
13. Карпенко Н. А. Психологія творчості: навч. посібник. Львів: ЛьвДУВС, 2016. 156 с.
14. Корольов Д. К. Психологія обдарованості: навчальний посібник. Київ: Видавництво «Міленіум», 2024. 176 с.
15. Музика О.Л. Розвиток здібностей та обдарованості в процесі вікового розвитку особистості // Актуальні проблеми психології: Проблеми психології творчості та обдарованості. Збірник наукових праць Інституту психології ім. Г.С. Костюка АПН України / За ред. В.О.Моляко. Житомир: Вид-во ЖДУ ім.І.Франка, 2007. Т.12, вип. 2. С.142-148.

16. Обдарованість: сутність, структура, перспективи розвитку // Актуальні проблеми психології: Проблеми психології обдарованості: зб. наук. пр. / за ред. С.Д. Максименко та Р.О. Семенової. Т. 6. Вип. 3. Житомир: Вид-во ЖДУ ім. І. Франка, 2008. С. 48-51.

17. Психологічні засади розвитку обдарованої особистості в освітньому середовищі: методичний посібник / О. Л. Музика, Д. К. Корольов, Р. О. Семенова та ін.; за ред. О.Л. Музики. Київ-Житомир: Вид-во ЖДУ ім. І. Франка, 2015. 146 с.

18. Соціальна взаємодія і цінності обдарованої особистості: методичний посібник / О.Л. Музика, І.М. Біла, Д.К.Корольов та ін.; за ред. О.Л. Музики. Київ: Інститут психології імені Г.С. Костюка НАПН України, 2018. 130 с.

19. Ціннісна детермінація становлення обдарованої особистості: монографія / О. Л. Музика, І. М. Біла, Д. К. Корольов та ін.; за ред. О. Л. Музики. Київ: Видавничий Дім «Слово», 2017. 220 с.

## ДОДАТКИ

Додаток А

*Схема класифікацій сучасних теорій особистості.*

Додаток Б

*Завдання і для подолання сором'язливості.*

*(Ф.Зімбардо)*

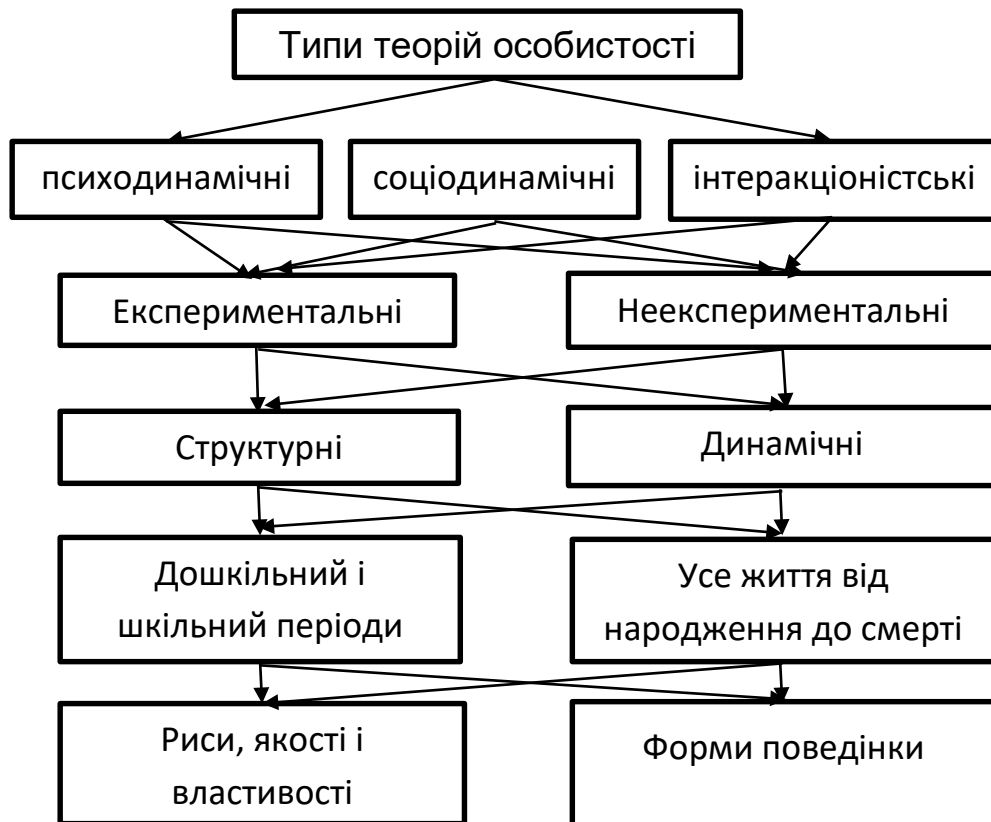
Додаток В

*Матриці Равена.*

Додаток Г

*Атлас типових малюнків до методики Торренса.*

## СХЕМА КЛАСИФІКАЦІЇ СУЧАСНИХ ТЕОРІЙ ОСОБИСТОСТІ



### Основа для Класифікації

- 1) Спосіб пояснення поведінки
- 2) Спосіб отримання даних про особистість
- 3) Точка зору на особистість
- 4) Віковий діапазон
- 5) Поняття, в яких описується особистість

## ЗАВДАННЯ ДЛЯ ПОДОЛАННЯ СОРОМ'ЯЗЛИВОСТІ (Ф. Зімбардо)

### ***Малюємо автопортрет***

Це завдання допоможе Вам зрозуміти, як Ви сприймаєте себе.

Візьміть великий аркуш паперу, набір кольорових олівців та намалюйте себе у будь-якій манері. Зображення може претендувати на точність або бути символічним. Зобразити можна своє обличчя або себе у повний зріст, у одязі або без нього. Дайте своєму малюнку назву. Зробіть все це, перш ніж рухатися далі!

Чи займає Ваш малюнок весь простір аркуша? Чи виконано зображення різкими, перерваними лініями? Чи всі частини тіла присутні? Які відсутні? Можливо, якісь частини тіла замасковані або зображені непропорційно? Ви одягнені чи оголені? Чи можна його показати іншим?

Які кольори переважають?

Чи виражене якесь почуття? Яке (які)? Чи є у Вас відчуття, що Ви щось приховали?

На зображенні Ви знаходитесь у спокої чи у дії? У Вас вийшла самотня фігура чи її підсилює якийсь фон?

### ***Дивлячись у дзеркало***

Ось ще одна вправа на самосприйняття.

Станьте перед дзеркалом та подивіться у нього не менше ніж 10 хвилин. Уважно роздивіться всі частини свого тіла. Що Ви побачили? Що у Вас найкраще? Як би Ви описали себе незнайомій людині, наприклад, тій, що повинна зустріти Вас на вокзалі?

Уявіть, що Ви бачите себе вперше. Яке Ваше перше враження?

Що потрібно для того, щоб це враження було кращим? Яка найбільш неприємна особливість Вашої зовнішності? Уявіть, що ця риса виражена до огидності. А тепер посмійтеся над образом, що утворився, немов над відображенням у кривому дзеркалі.

Якщо Ви не проти, то роздивіться себе оголеним. Спочатку у дзеркалі, а потім безпосередньо роздивіться своє тіло. Які частини тіла Вас задовольняють? Які потребують вдосконалення? Від яких би зовнішніх рис Ви хотіли б відмовитися? Що Ви хотіли б натомість?

### ***Фільм про своє життя***

Ця вправа допоможе вам пильніше вдивитися у те, чим є Ваше життя.

Розслабтеся та заплющте очі. Уявіть, що Ви дивитеся повнометражний кінофільм про своє життя. Де відбувається дія фільму? Який основний

сюжет? Хто головні герої? Хто є другорядним персонажем? Хто постановник картини? Що роблять глядачі, коли дивляться фільм? У чому полягає кульмінація сюжету? Яким є його фінал? Які висновки можна зробити із фільму? Що відчувають глядачі, коли закінчується фільм?

### ***Відмовтеся від самоприниження***

Згадайте всі негативні моменти Вашого життя впродовж останніх років, що примусили Вас думати про себе погано. Що, на Ваш погляд, постійно викликає напади самоприниження?

Серйозно розберіться у самозвинуваченнях. Кожного разу, коли Ви починаєте себе картати, кажіть собі «Стоп». Робіть це до того часу, поки зовсім не втратите звичку до самоприниження.

Відмітьте, скільки разів упродовж дня Вам вдалося утриматися від подібних думок. Нагороджуйте себе за це.

### ***Контраргументи***

Складіть список своїх слабких сторін. Розмістіть його на лівому боці аркуша паперу. Із правого боку навпроти кожного пункту вкажіть те позитивне, що можна протиставити.

Наприклад:

Нікому з тих, хто мене знає, я не подобаюсь.	Ті, хто мене справді знає, ставляться до мене добре.
У мене майже немає привабливих рис.	У мене маса привабливих рис.

Розгорніть та обґрунтуйте контраргументи. Знайдіть для них відповідні приклади. Почніть думати про себе у термінах правої колонки, а не лівої.

### ***Інша назва для сором'язливого***

Буває, що ми сором'язливо поведимося в одній або двох ситуаціях, проте вважаємо себе сором'язливою людиною. Замість того, щоб вважати та говорити: «Я сором'язлива людина», намагайтеся думати та висловлюватися про себе у більш конкретних поняттях, беручи до уваги певні обставини та реакції. Наприклад: «Я хвилююся, коли виступаю публічно», «У компанії я почуваю себе не на своєму місці», «Я нервуюся, зустрічаючи президента нашої фірми» або ще більш конкретно: «В мене прискорюється серцебиття, коли я відчуваю, що дівчина звернула на мене увагу».

Складіть максимально повний список своїх рішень, які належать до певної ситуації. Потім вирішіть, яким чином ці реакції можна придушити або змінити. Наприклад, якщо в розмові з дівчиною у Вас тремтять руки, переплетіть пальці, покладіть руки на коліна або, у крайньому разі, засуньте у кишені.

## ***Гострий діалог***

Складіть список усіх людей, які нехтують Вами або поряд із якими Ви почуваетесь сором'язливо. Поставте напроти два стільця. Сядьте на один із них та уявіть, що на іншому сидить номер перший із Вашого списку.

Звертаючись до нього, висловіть усе, що пов'язане із проблемою Вашої сором'язливості. Потім пересядьте на його стілець і спробуйте відповісти з його точки зору. Поверніться на «своє» місце та виконайте те саме стосовно іншої людини. І так далі.

### ***Якби я не був сором'язливим...***

Влаштуйтеся зручніше та заплющте очі. Уявіть собі людину або ситуацію, яка змушує Вас переживати сором'язливість. Не пропустіть ніяких дрібниць, жодної деталі, жодного слова і жесту.

А тепер уявіть, як би Ви повели себе у цій ситуації, якби не були сором'язливою людиною. Що б Ви зробили? Що б сказали? Чим усе могло б закінчитися?

Пробуджуйте у собі цей ідеальний образ кожного дня упродовж тижня.

Коли наступного разу Вам доведеться реально потрапити в таку ситуацію, відтворіть у свідомості позитивний образ і спробуйте поводити себе відповідно.

### ***Чи знаєш ти, що мені у тобі подобається?***

Виберіть з-поміж своїх друзів того, кому Ви більш за все довіряєте, зробіть цю вправу разом із ним. Кожен із Вас повинен скласти список рис, які йому подобаються в іншому. (Спробуйте, щоб список включав десять пунктів.) По черзі поясніть один одному, чому Ви включили у список кожен пункт. Почніть словами: «Що мені у тобі дійсно подобається, то це...»

Як Ви почуваете себе, коли друг Вас хвалить? Навчіться приймати похвалу (щонайменше подякуйте) та насолодіться радістю, яку приносять компліменти.

Навчіться обдаровувати компліментами своїх друзів. Використовуйте ці навички у повсякденному житті, не жалкуючи похвалу навіть за звичайні речі.

### ***Як розвивалася Ваша сором'язливість?***

Напишіть твір про те, як у Вас почала розвиватися сором'язливість. Зверніть увагу на такі моменти:

- Пригадайте, коли Ви вперше відчули сором'язливість. Опишіть цю ситуацію, включіть до неї людей, а також Ваші відчуття.

- Яка думка про себе виникла у Вас на основі цього випадку?

- Чи говорив Вам хтось щось таке, що змусило Вас визнати себе сором'язливим? Що було сказано? Яке рішення Ви прийняли, почувши ці слова?

- Яким був наступний епізод, коли Ви знову відчули себе сором'язливим?

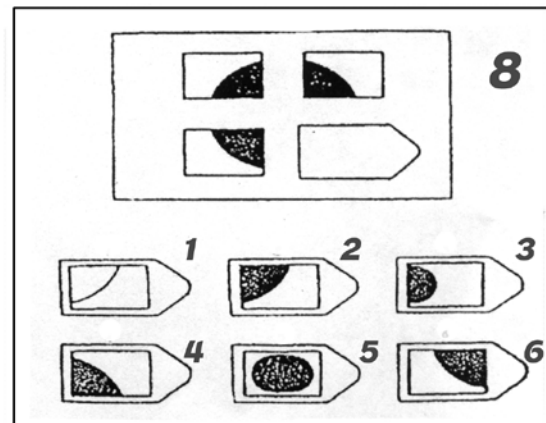
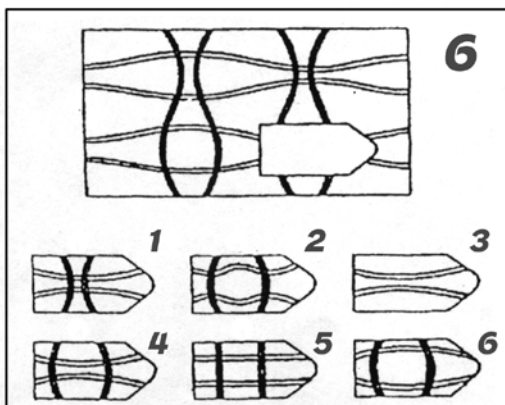
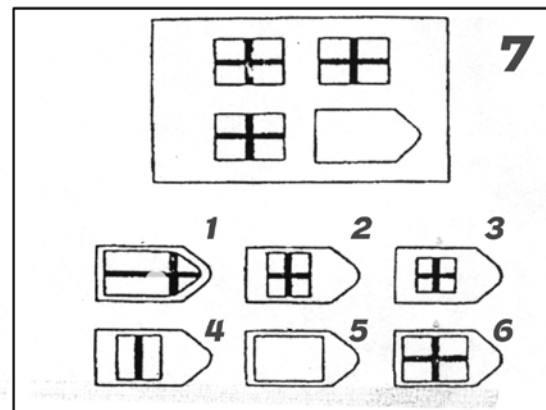
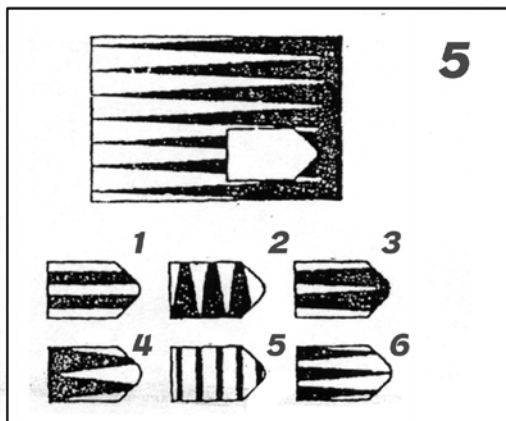
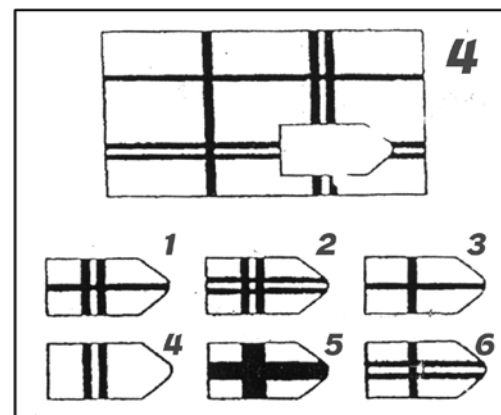
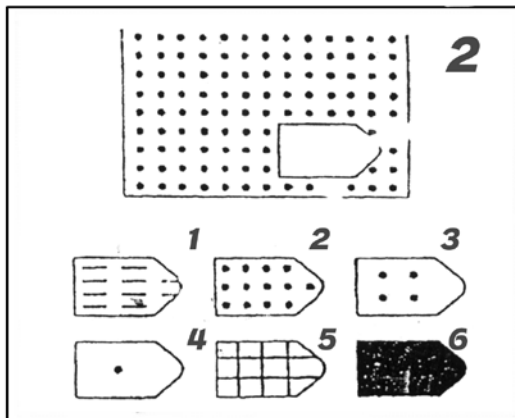
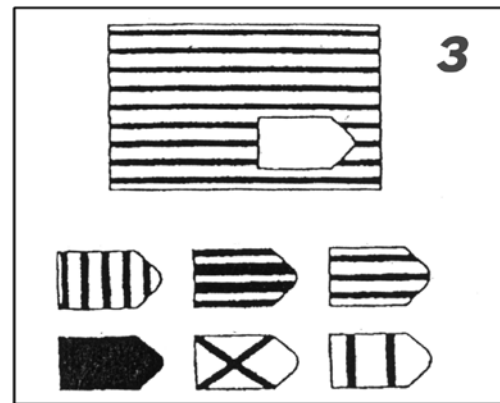
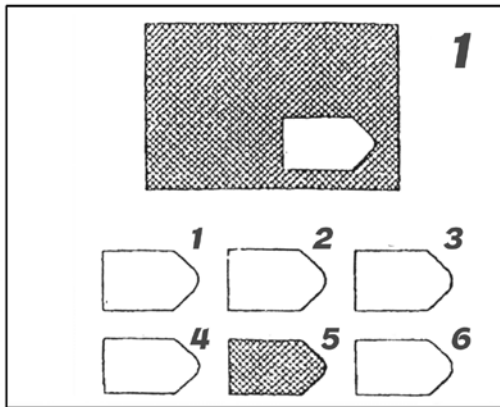
- Пригадайте випадок із дитинства, підліткового віку, попереднього року, коли Ви найбільш сильно відчули свою сором'язливість. Чи продовжують схожі обставини викликати у Вас почуття скутості?

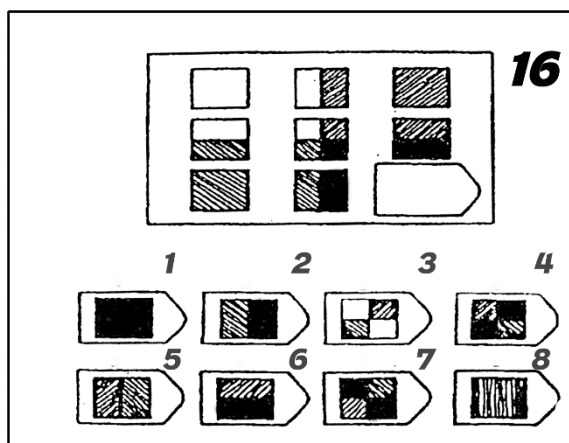
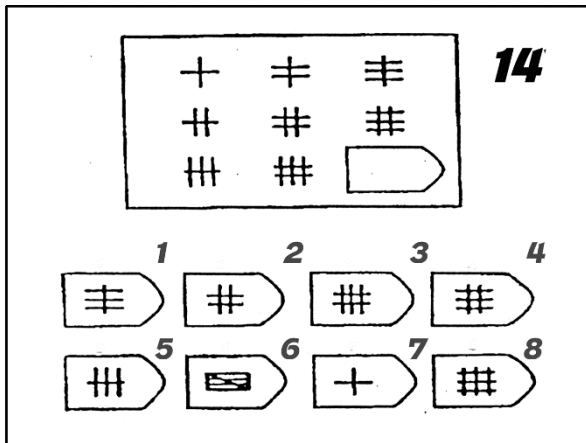
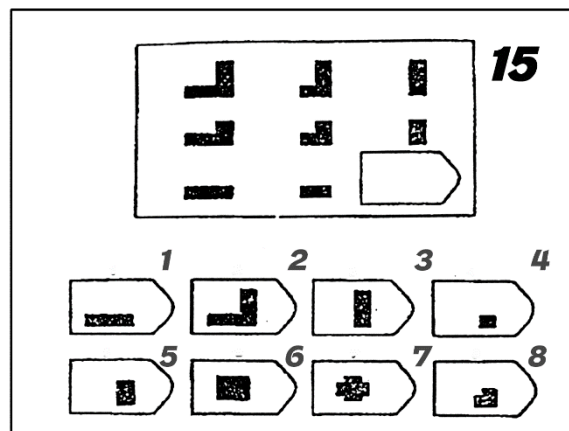
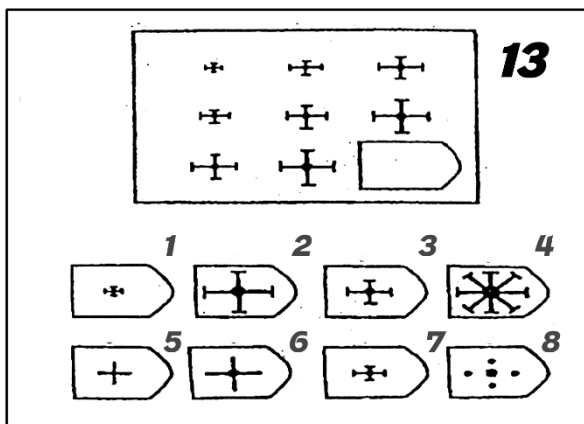
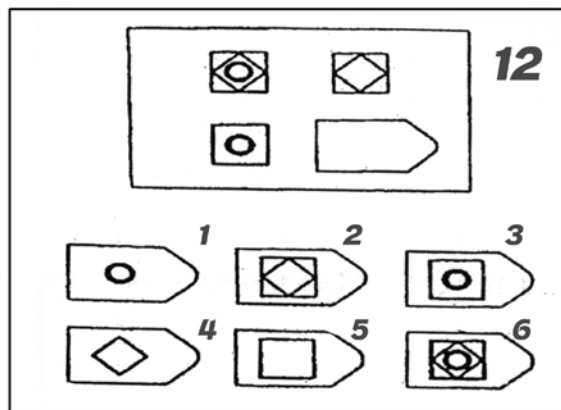
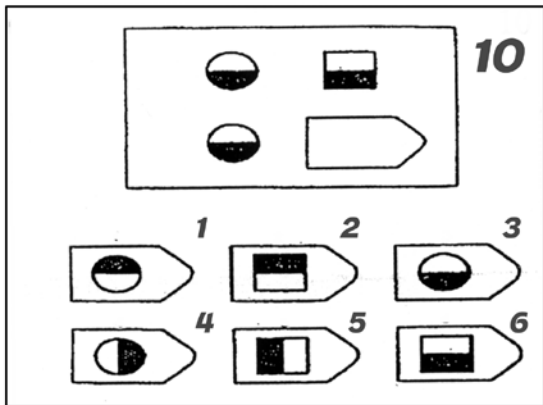
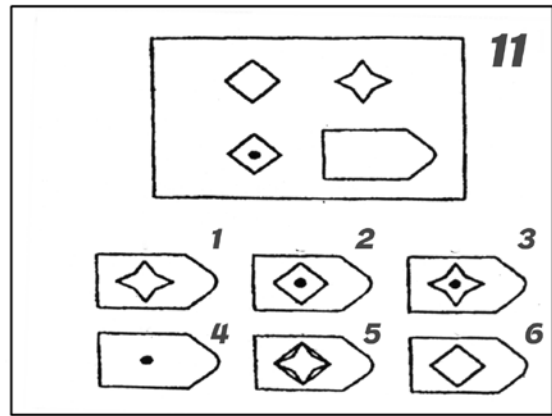
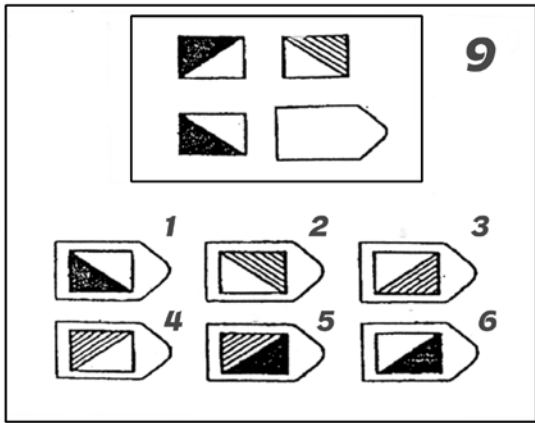
- Чи трапляється тепер, що хтось говорить Вам щось таке, через що Ви вважаєте себе сором'язливим?

- Чи знають інші люди, що Ви сором'язлива людина? Як Ви це демонструєте? Як скоро після першої зустрічі Ви повідомляєте це про себе? Чи викликаєте Ви скутість у інших людей?

- Що допомагає Вам подолати скутість та напруженість у присутності незнайомих людей?

## МАТРИЦІ РАВЕНА





**17**

1 2 3 4  
5 6 7 8

**19**

1 2 3 4  
5 6 7 8

**18**

1 2 3 4  
5 6 7 8

**20**

1 2 3 4  
5 6 7 8

**21**

1 2 3 4  
5 6 7 8

**23**

1 2 3 4  
5 6 7 8

**22**

1 2 3 4  
5 6 7 8

**24**

1 2 3 4  
5 6 7 8

**25**

1 2 3 4  
5 6 7 8

**27**

1 2 3 4  
5 6 7 8

**26**

1 2 3 4  
5 6 7 8

**28**

1 2 3 4  
5 6 7 8

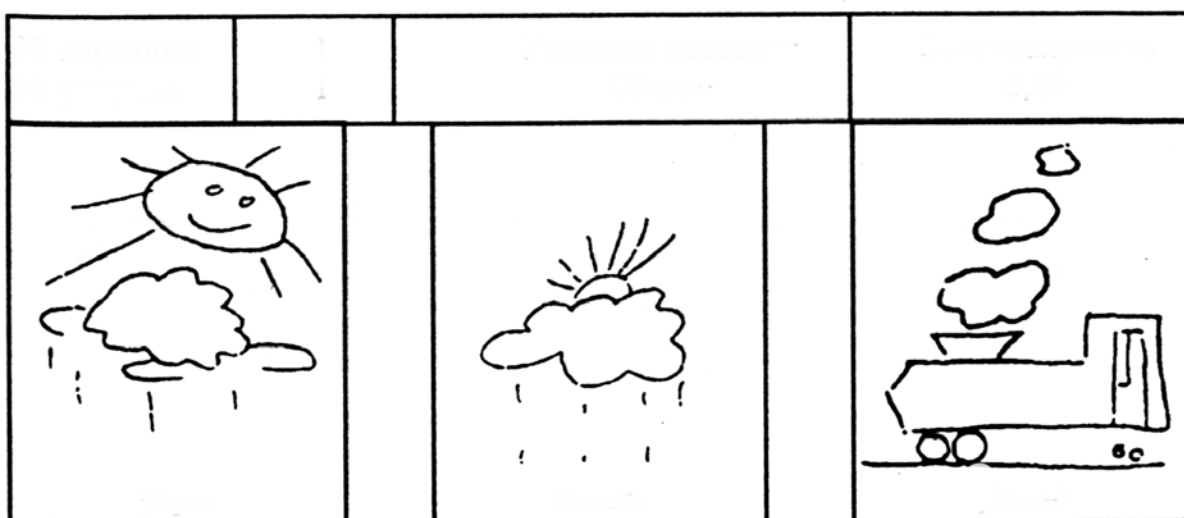
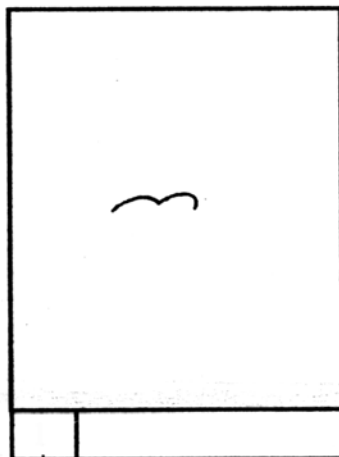
**29**

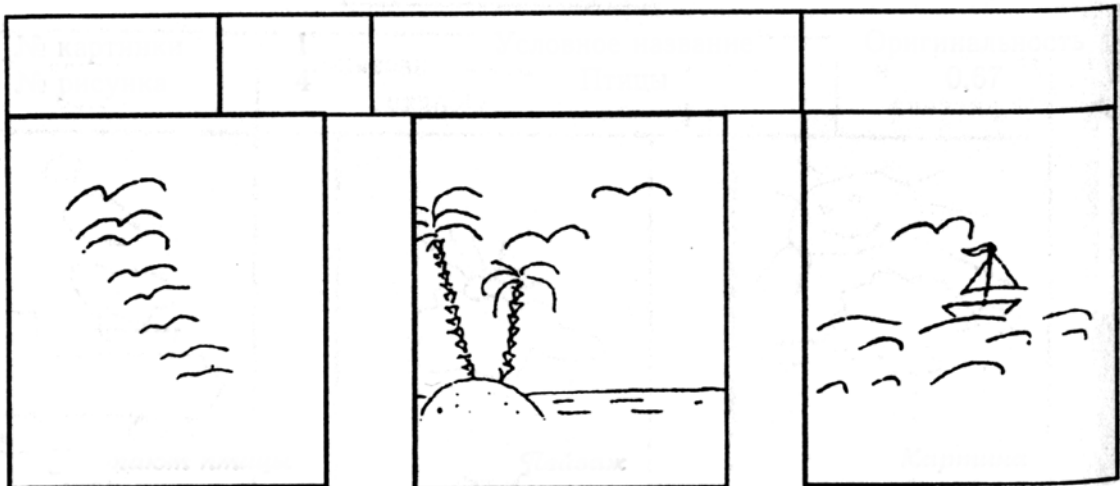
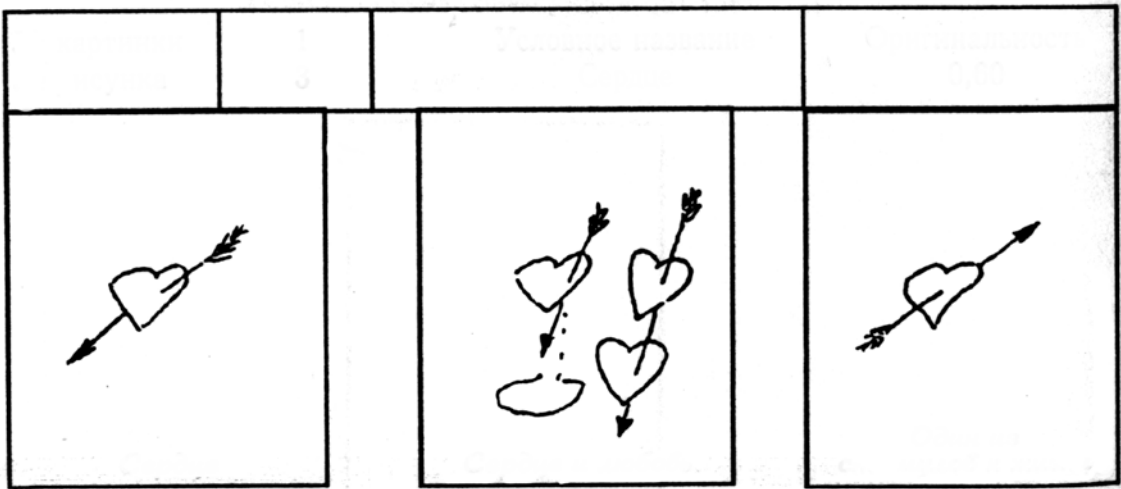
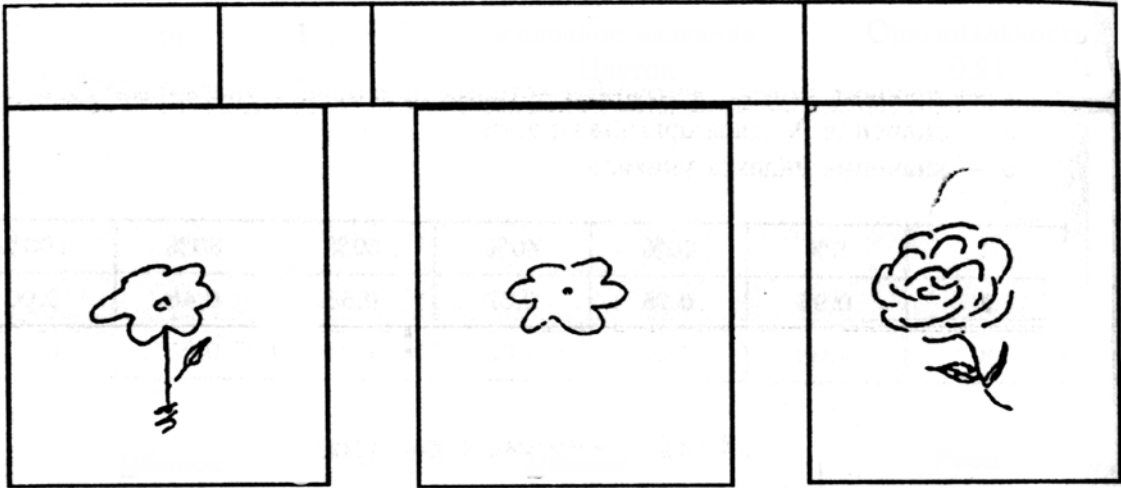
1 2 3 4  
5 6 7 8

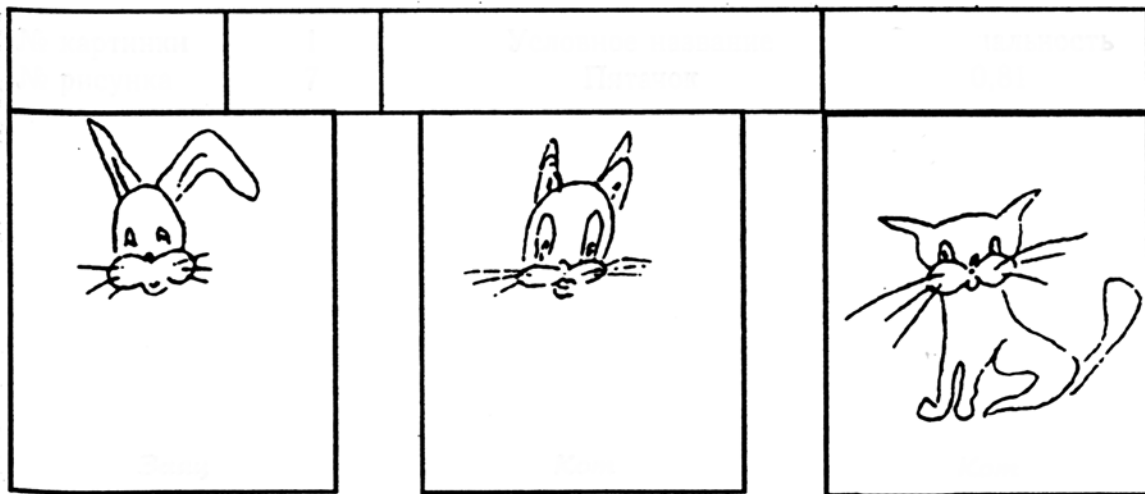
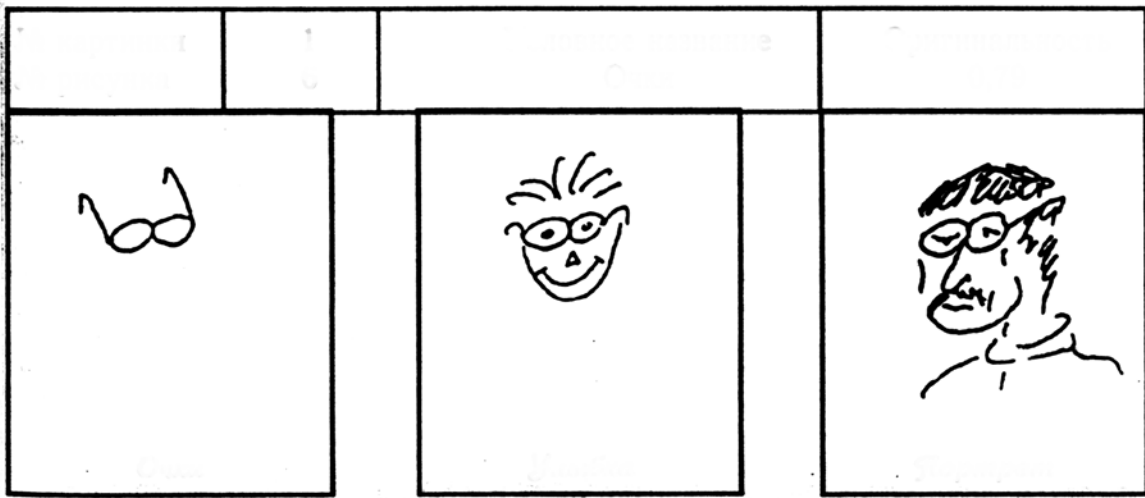
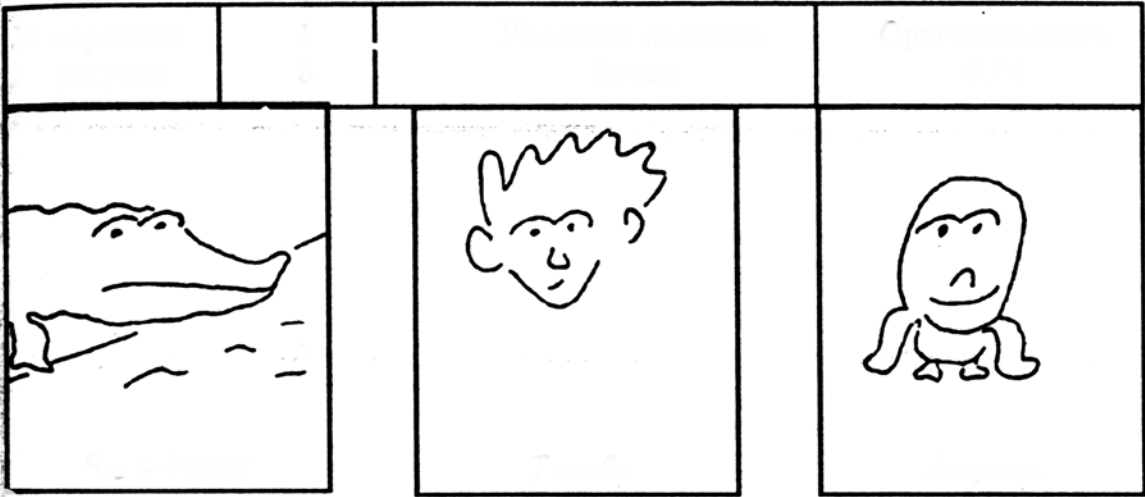
**30**

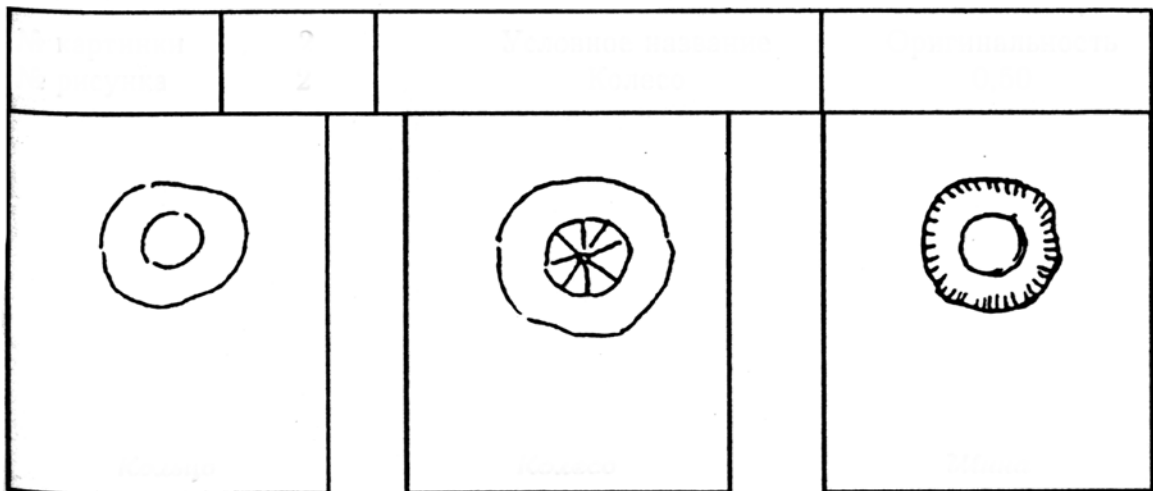
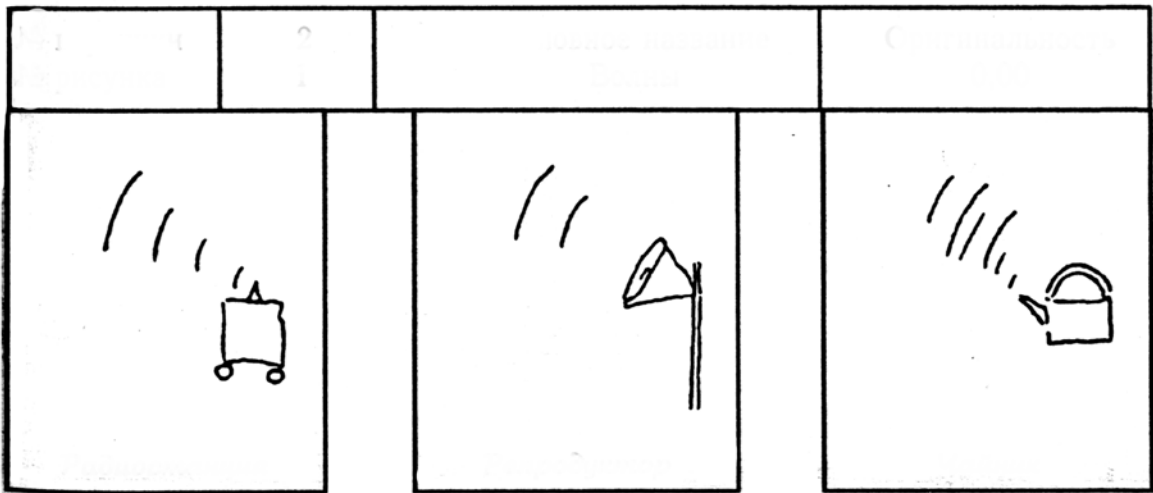
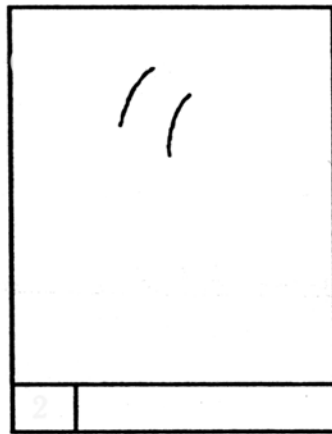
1 2 3 4  
5 6 7 8

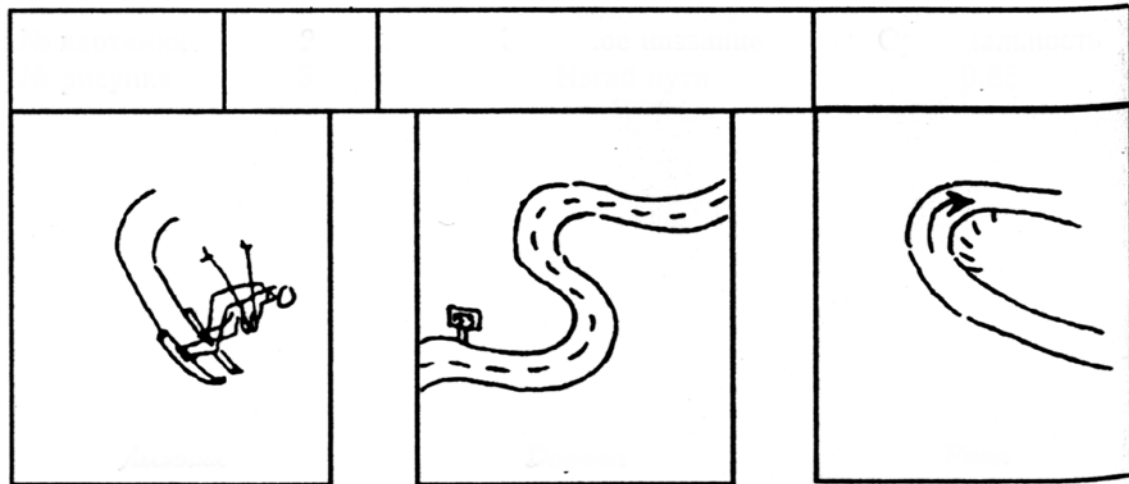
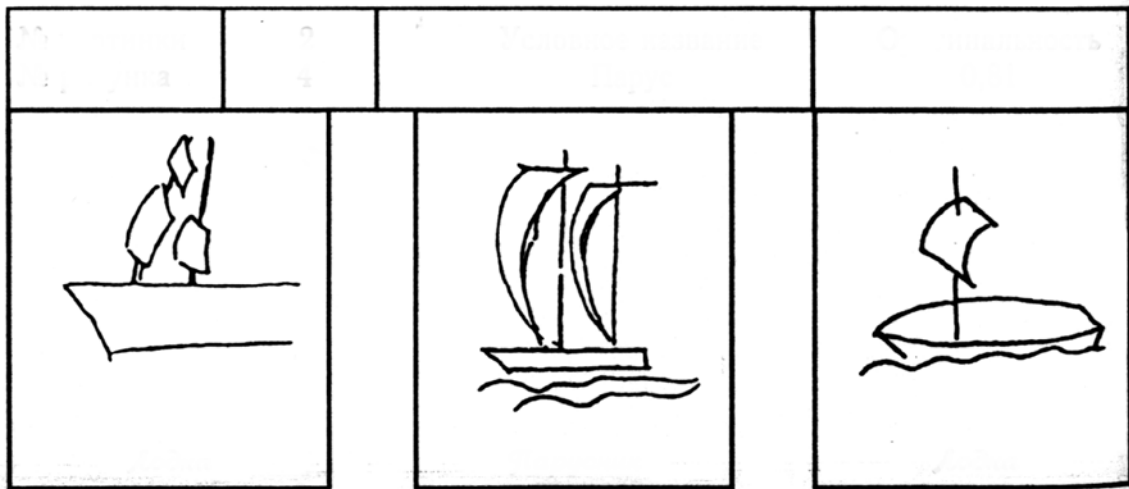
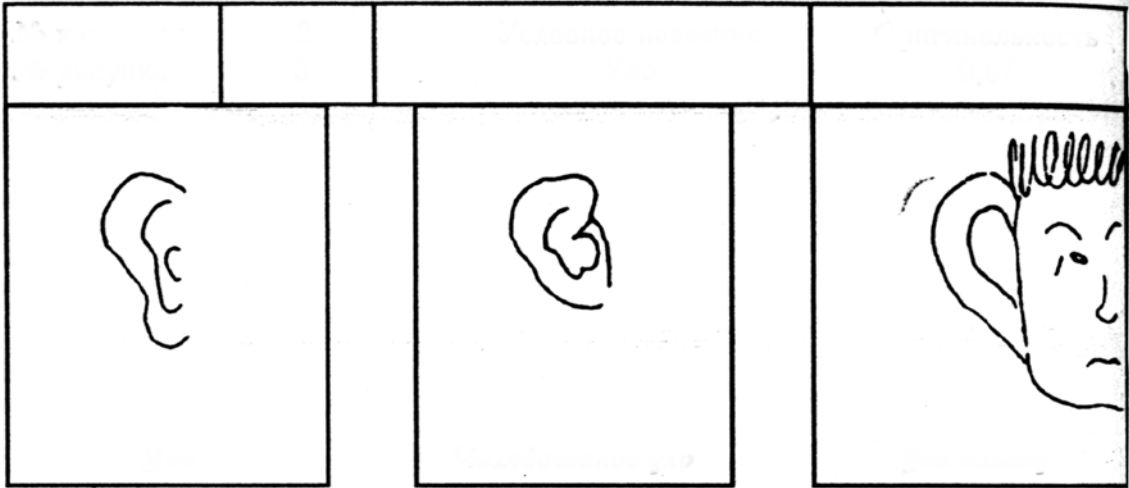
Додаток Г  
АТЛАС ТИПОВИХ МАЛЮНКІВ ДО МЕТОДИКИ ТОРРЕНСА

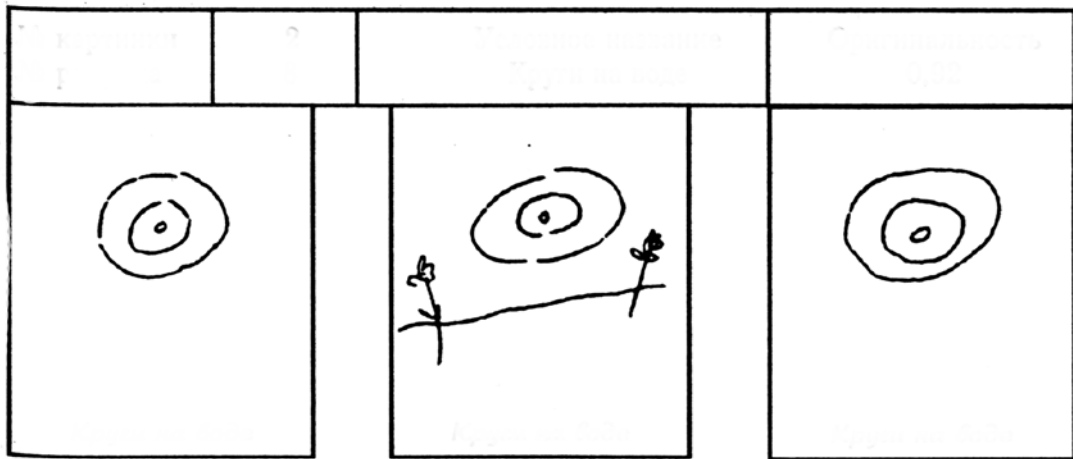
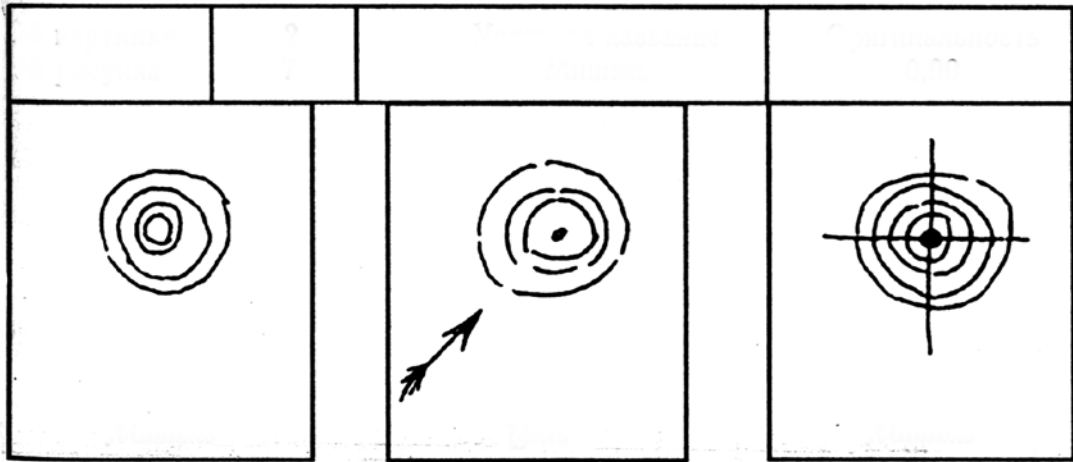
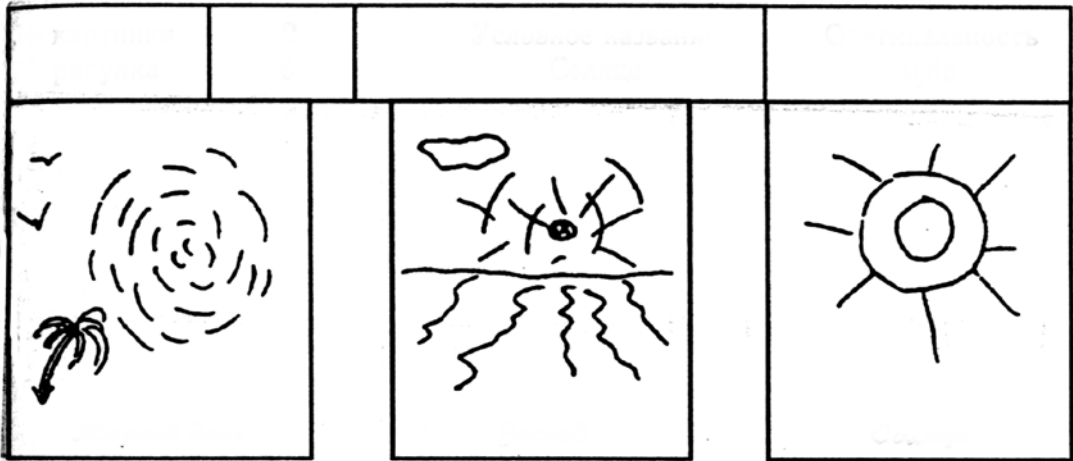


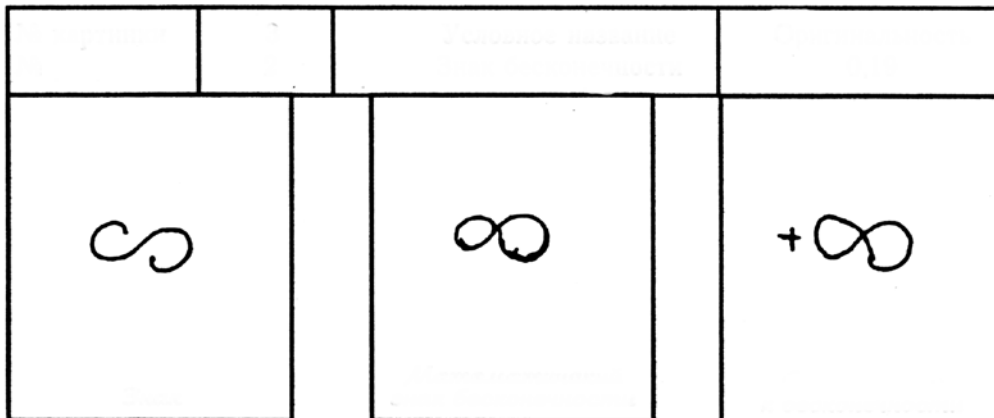
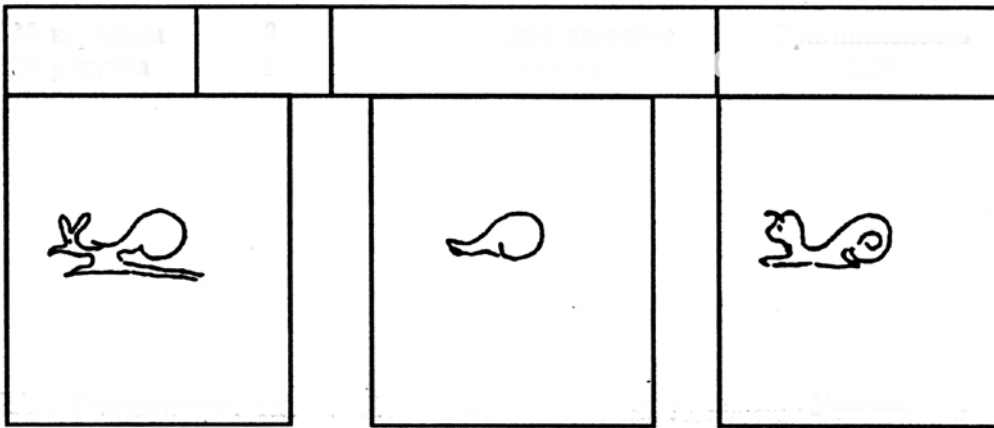
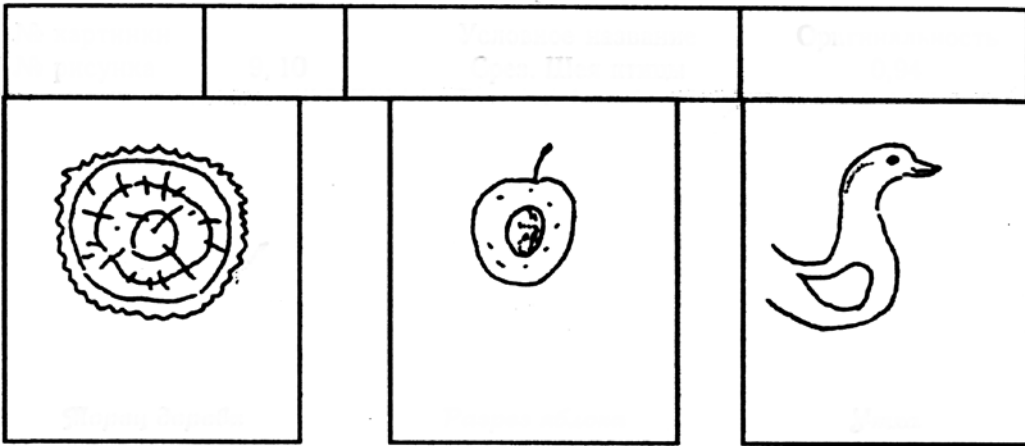


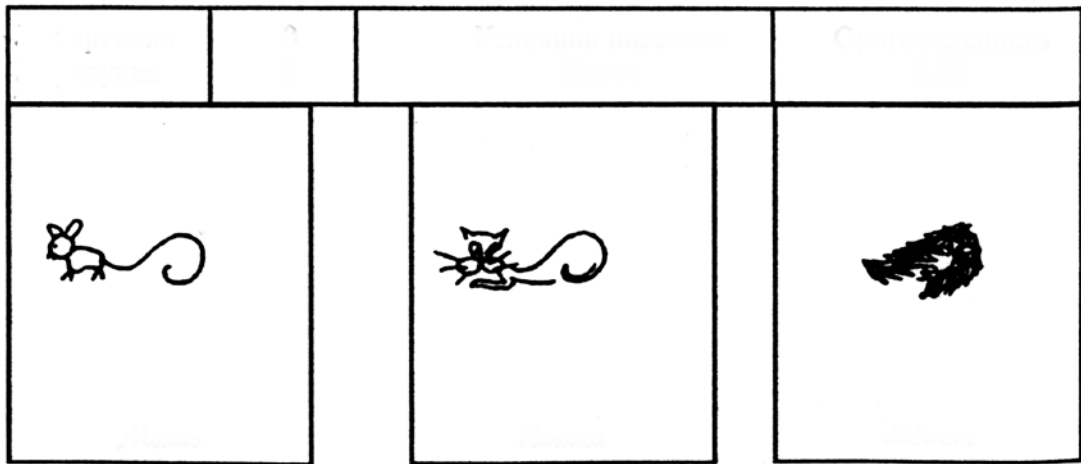
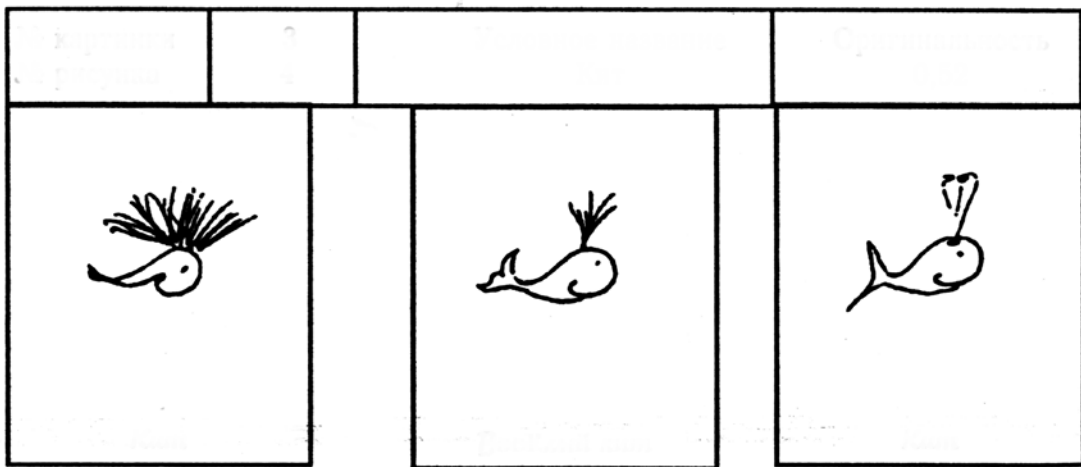
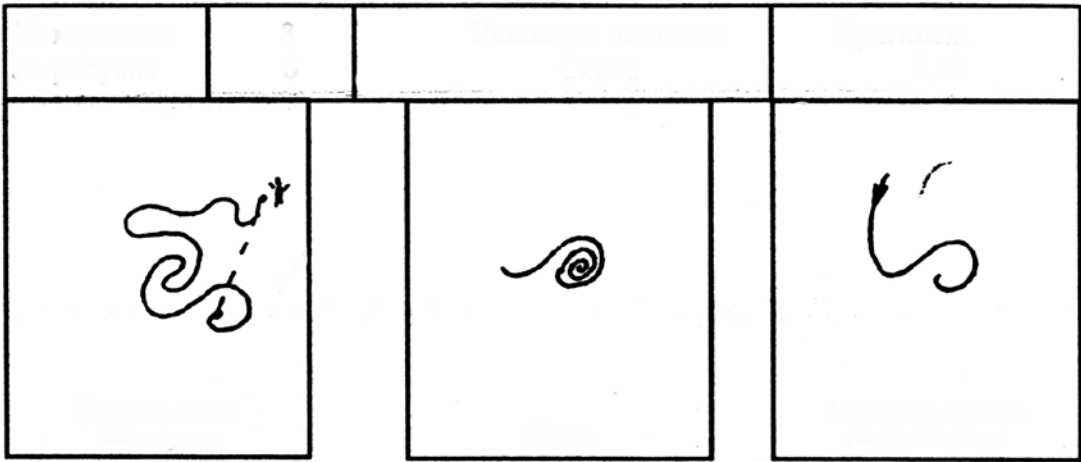


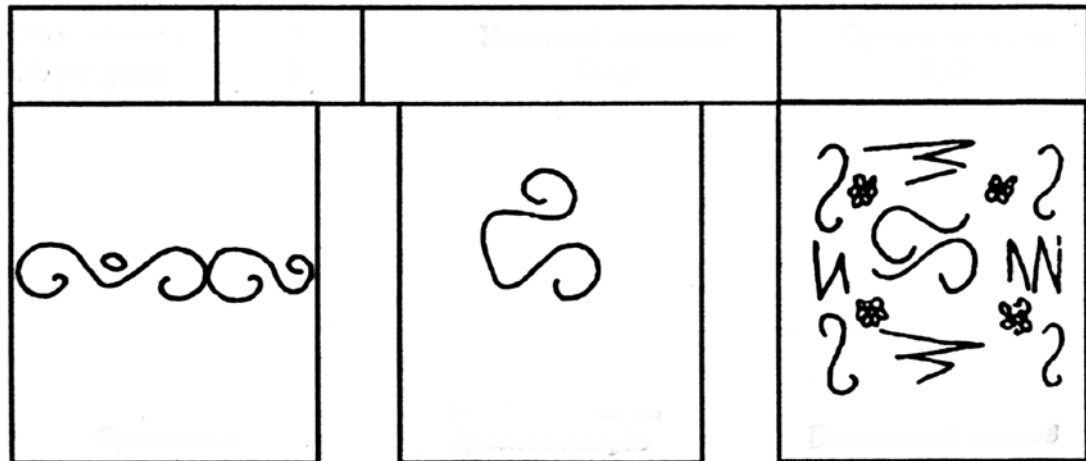
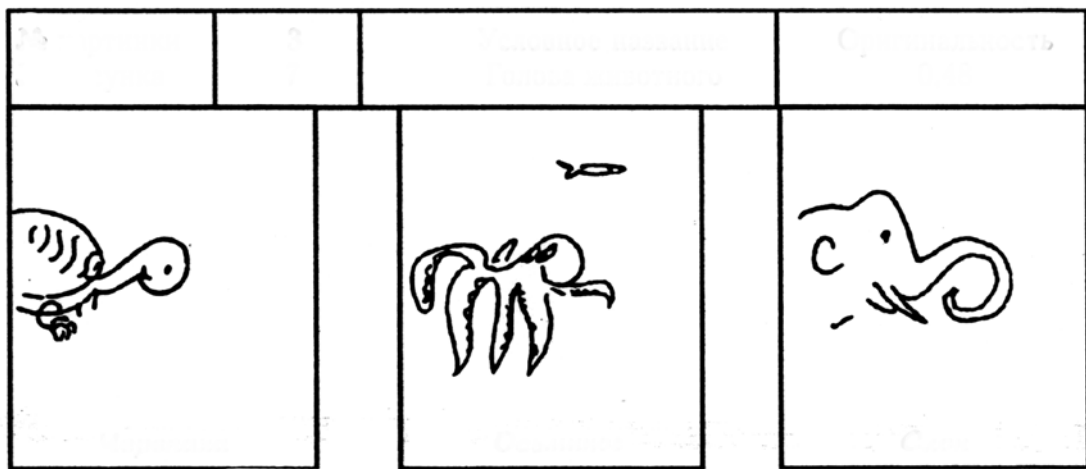
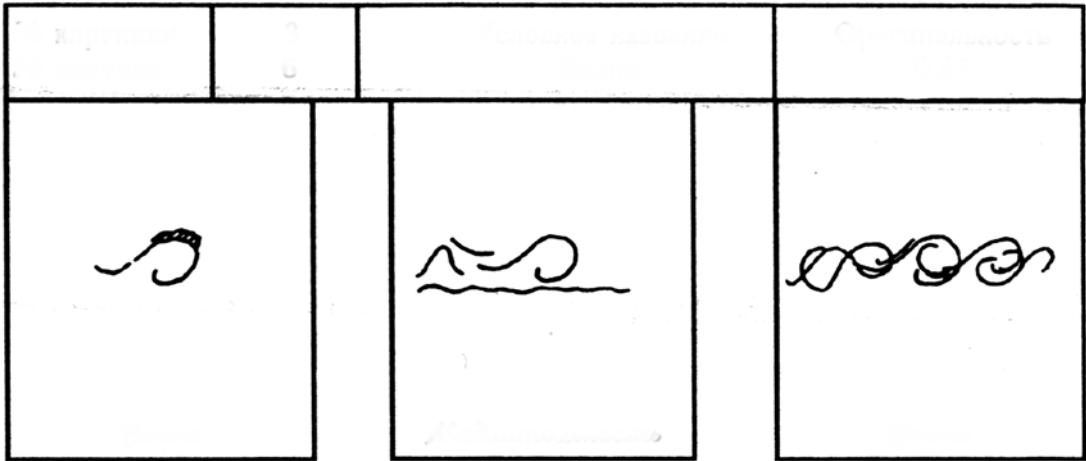


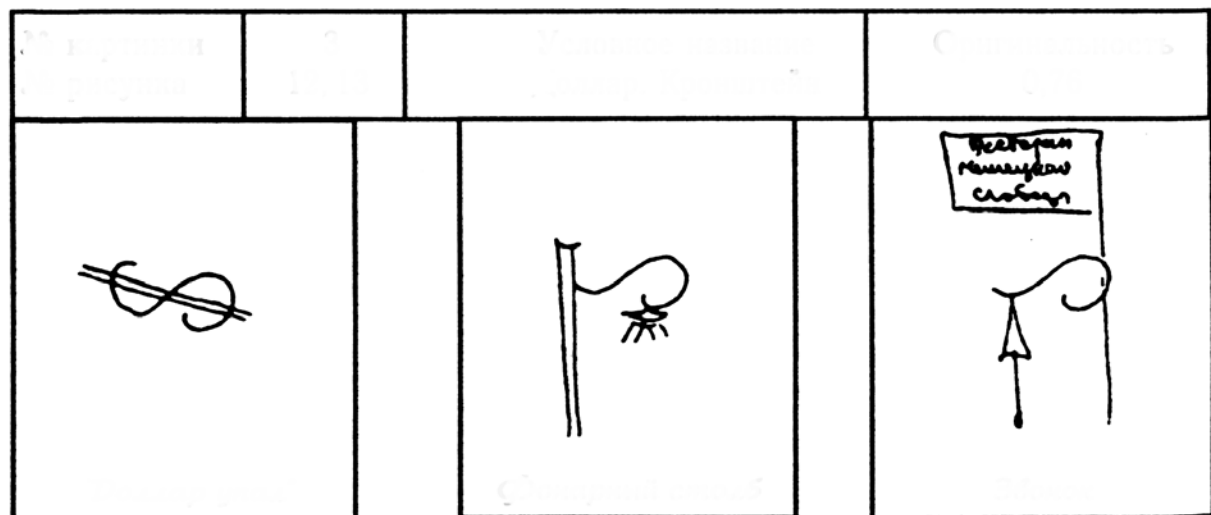
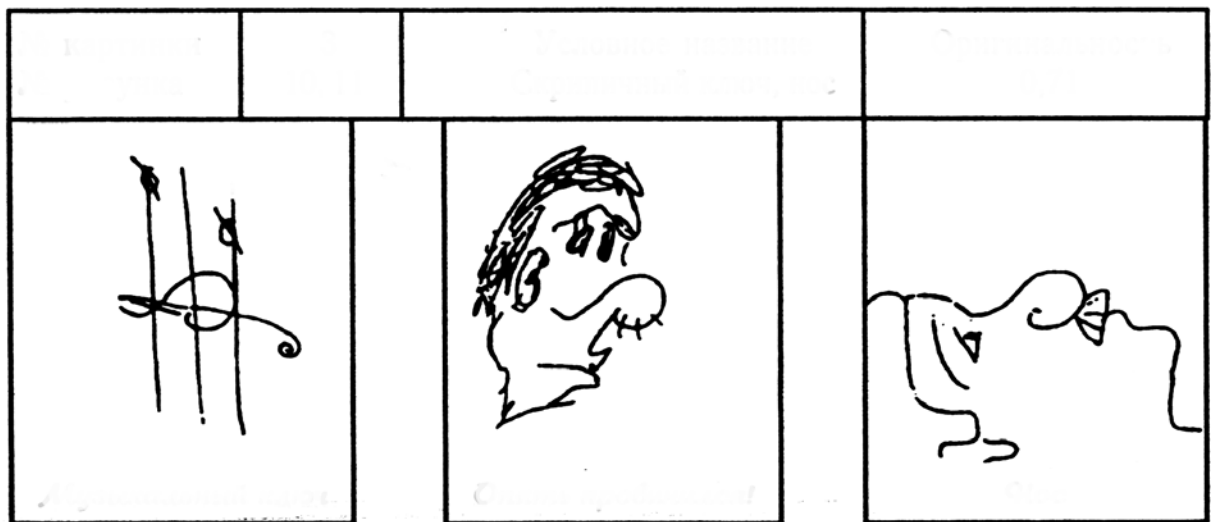
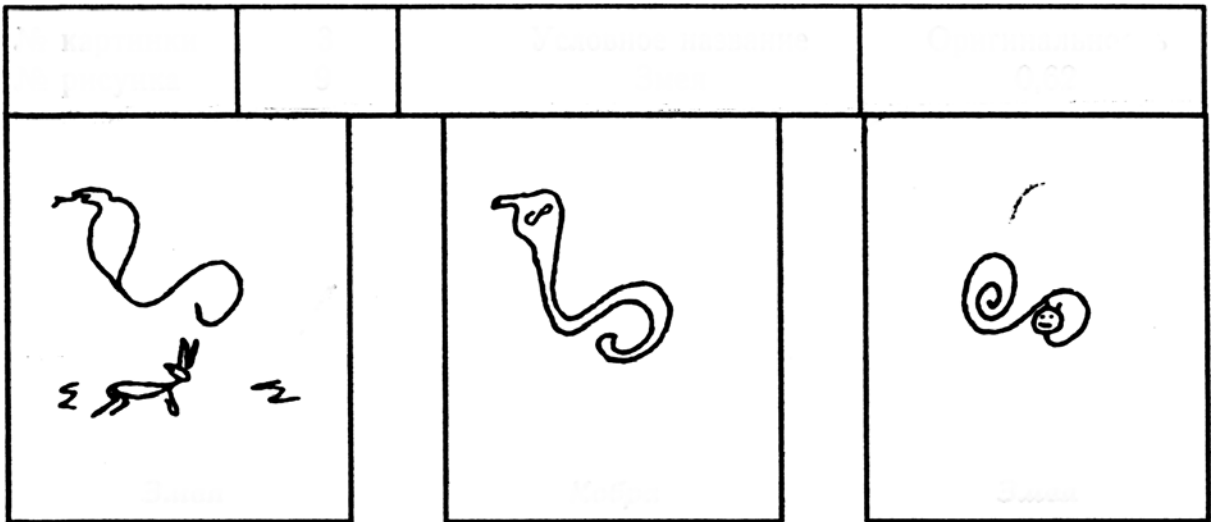


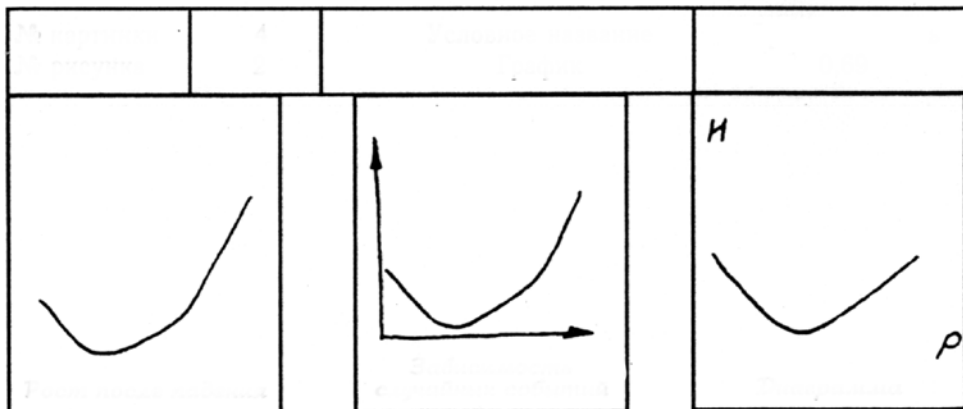
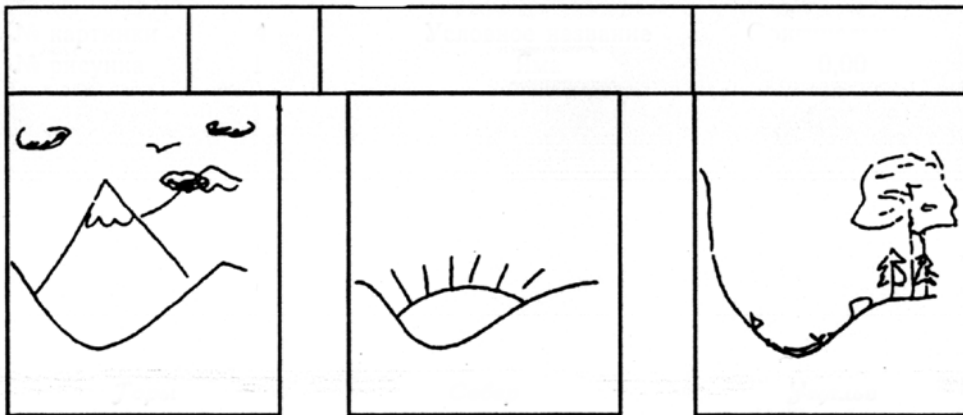
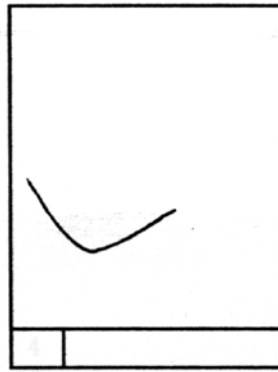
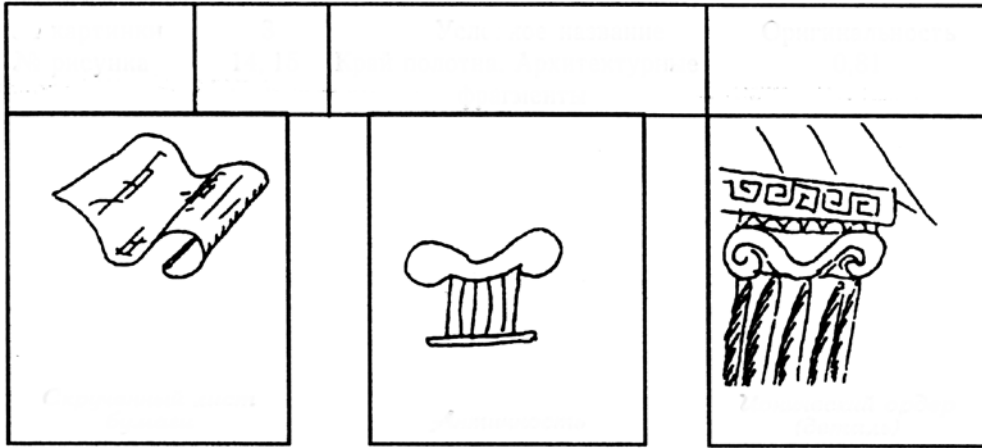


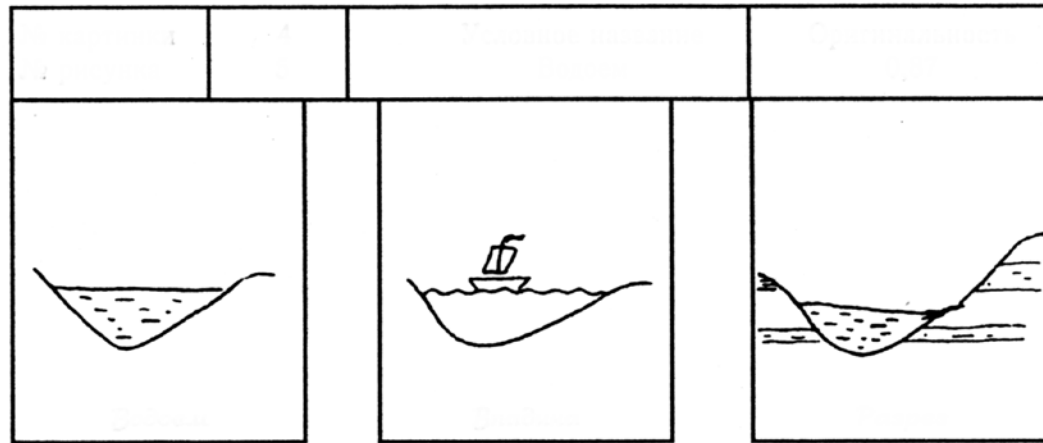
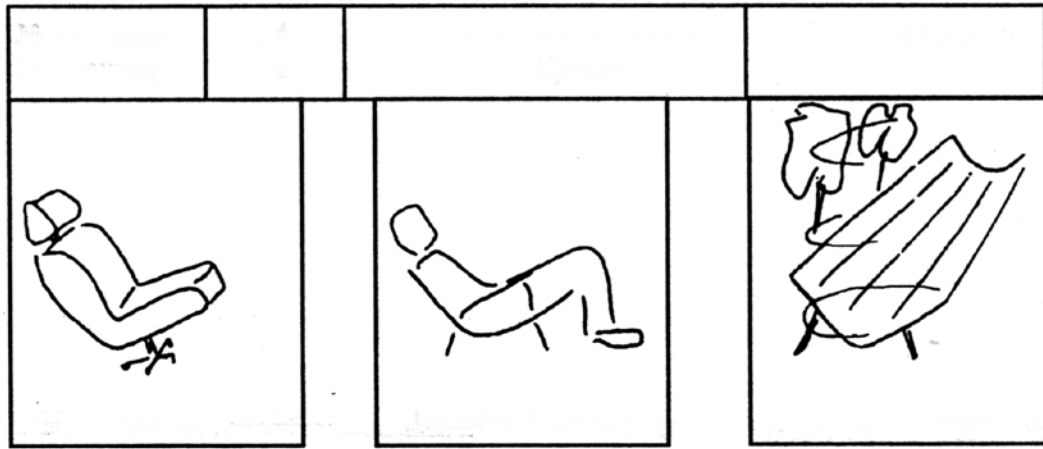
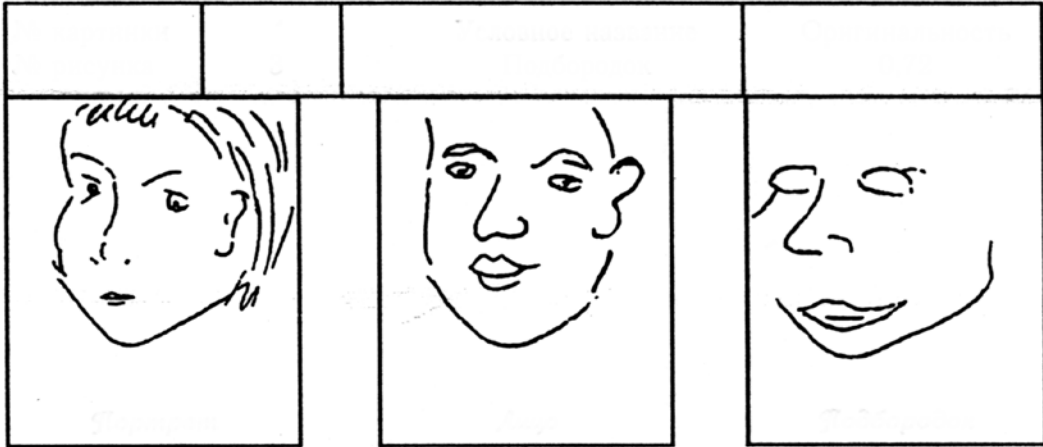


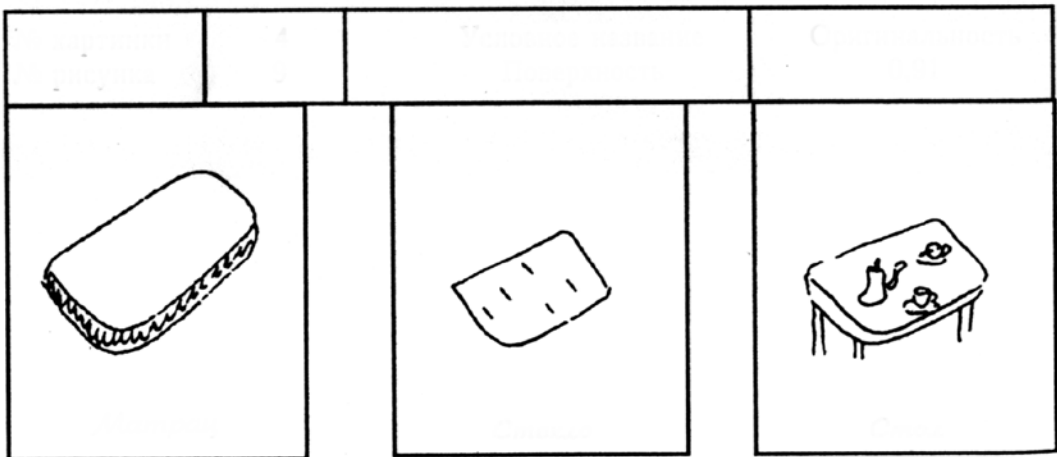
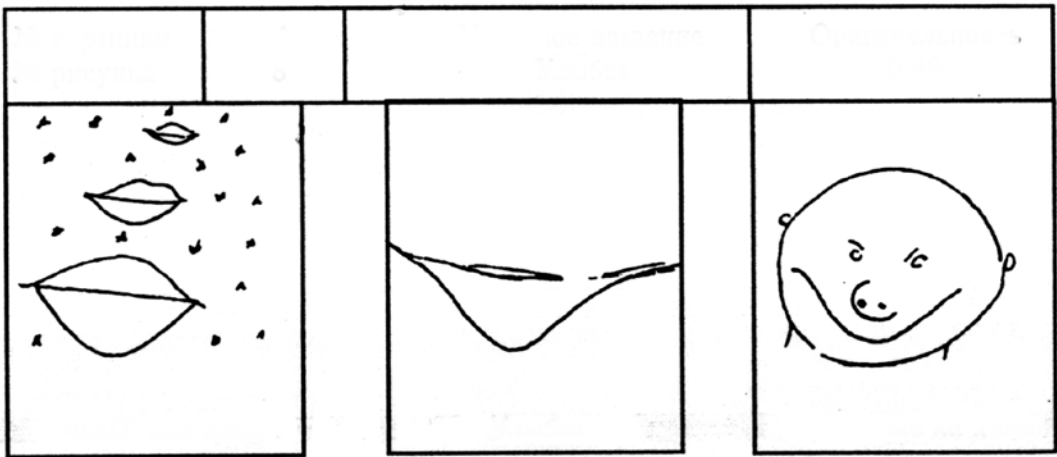
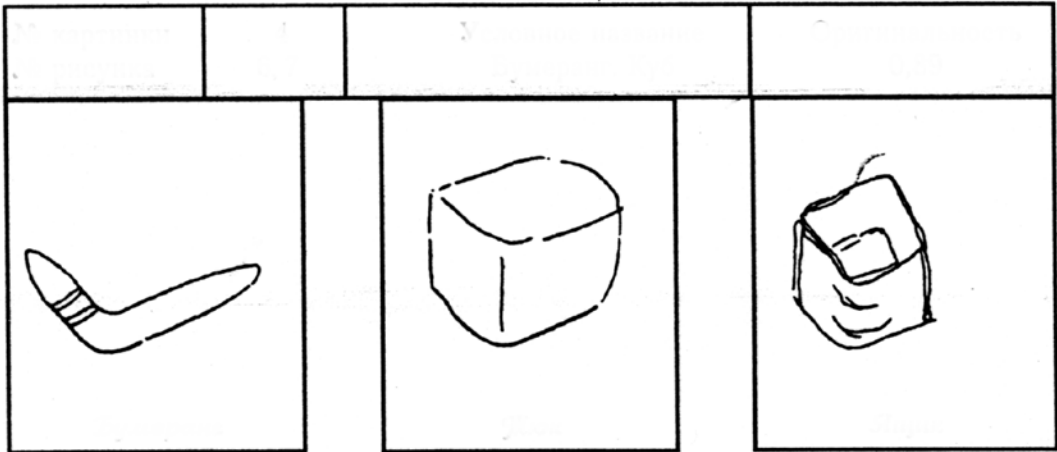


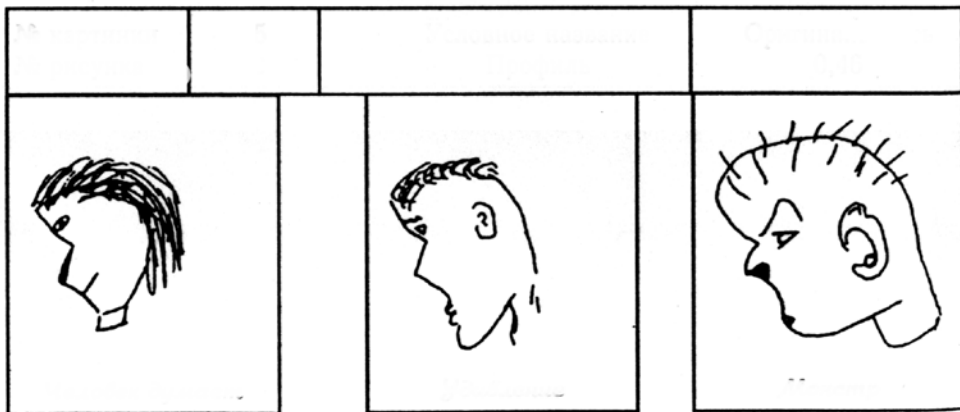
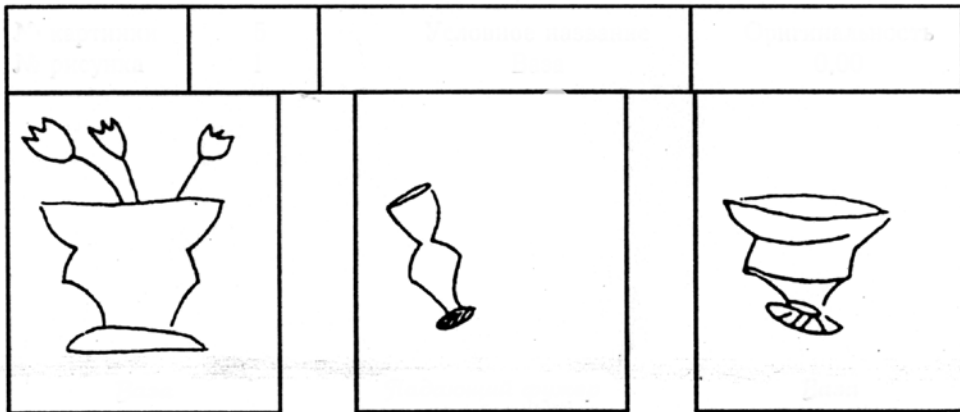
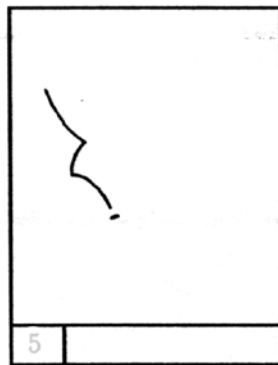
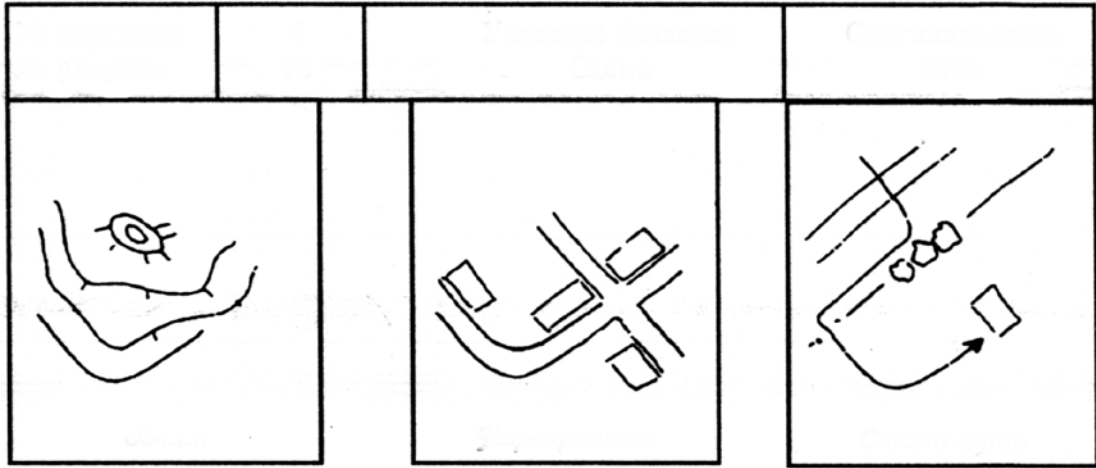


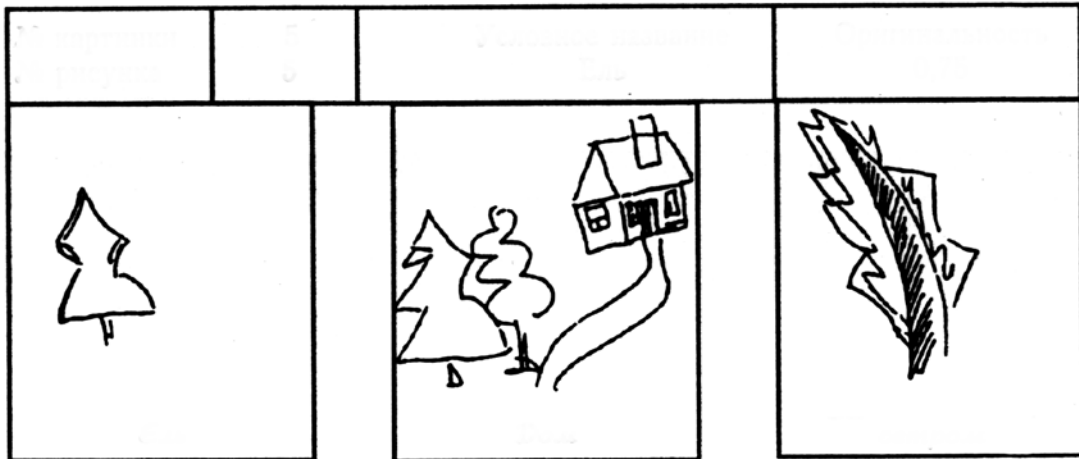
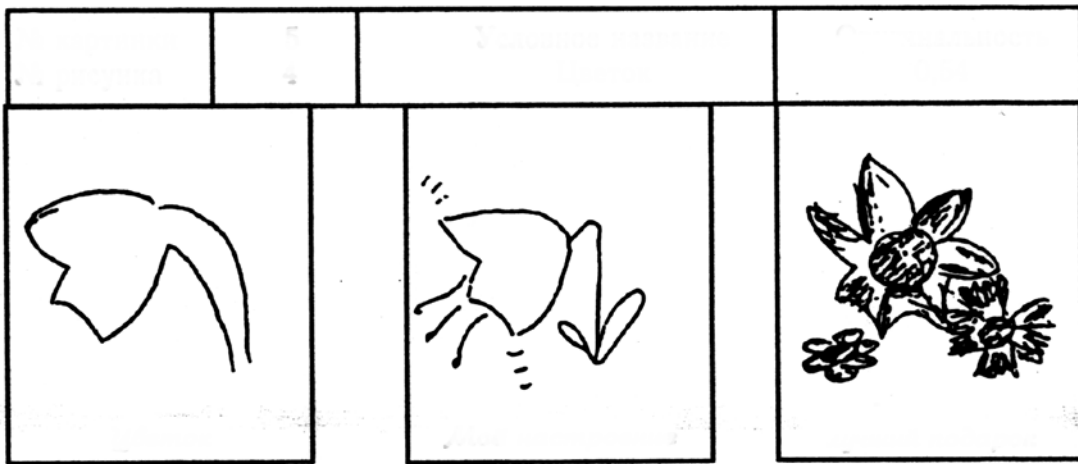
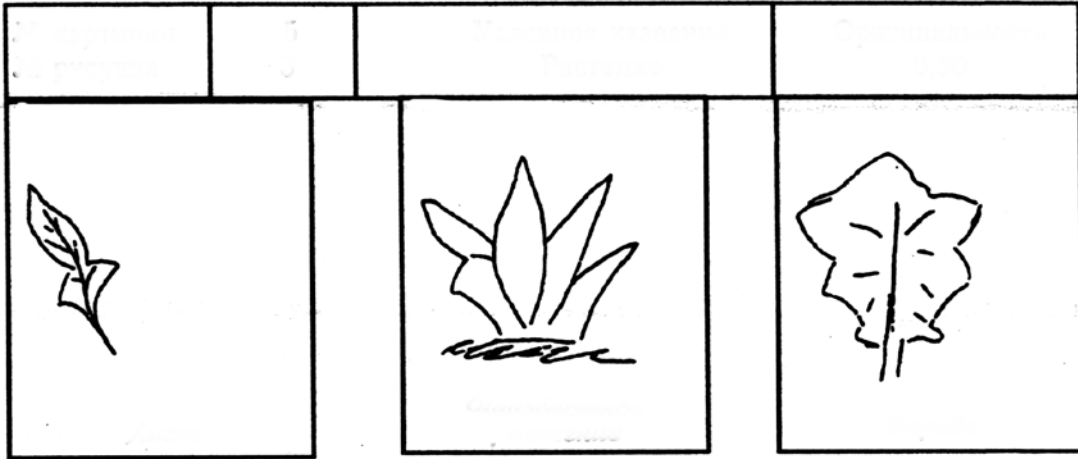


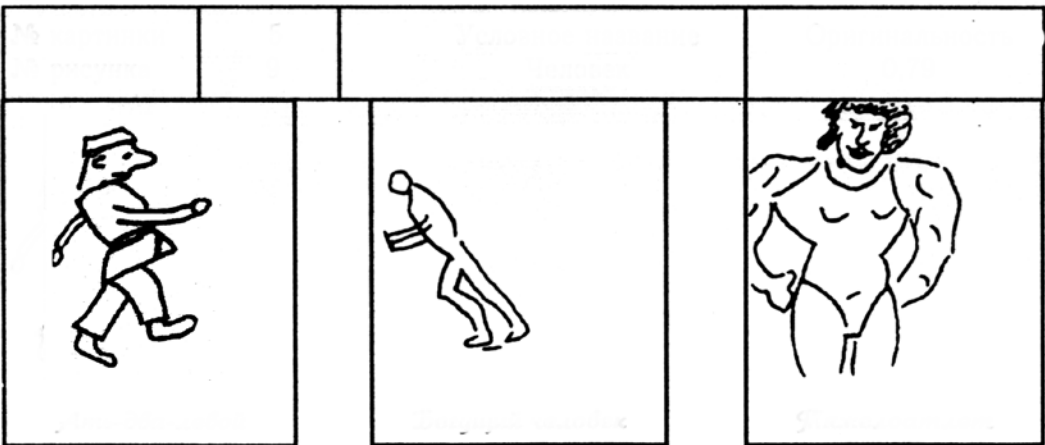
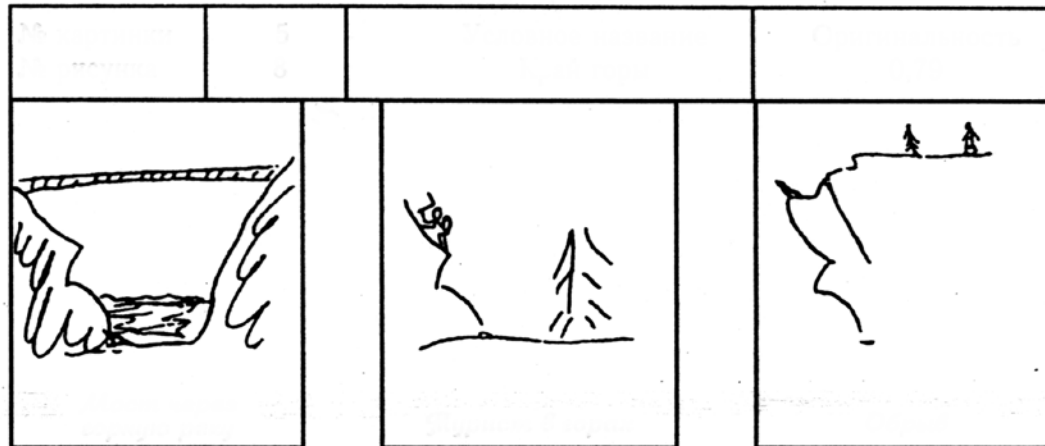
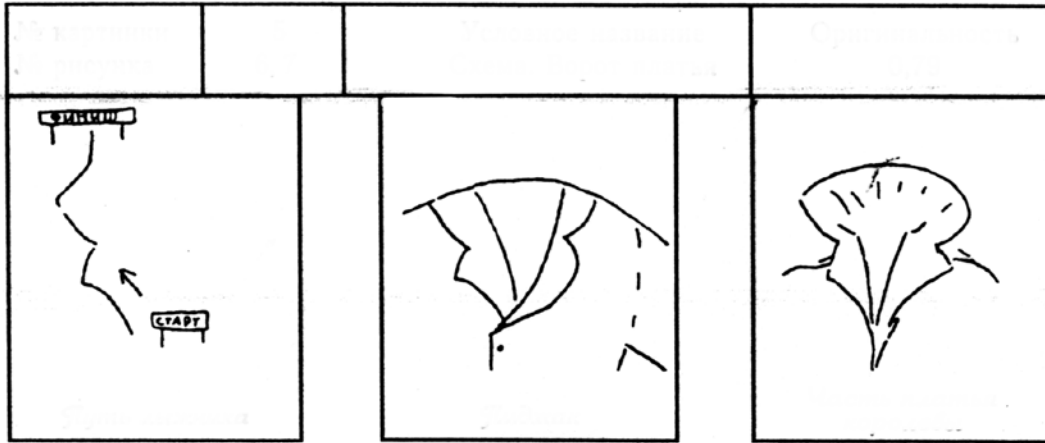


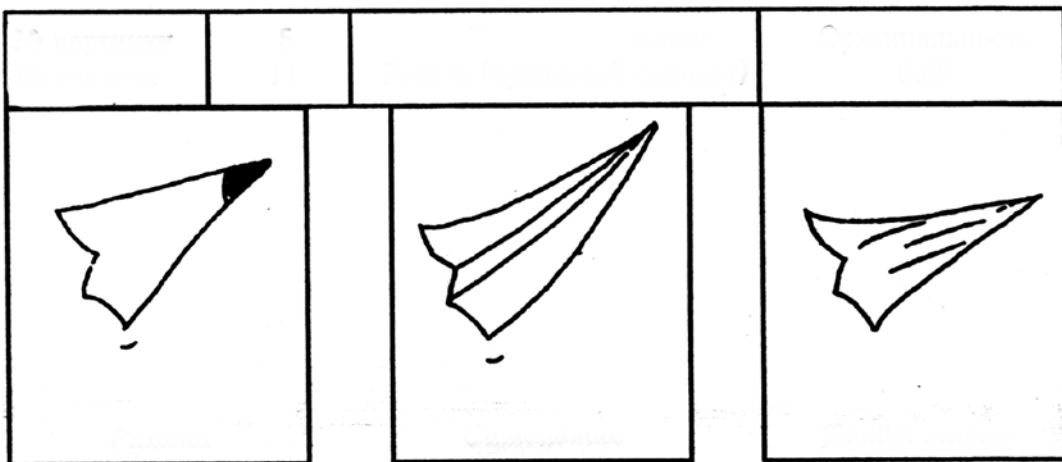
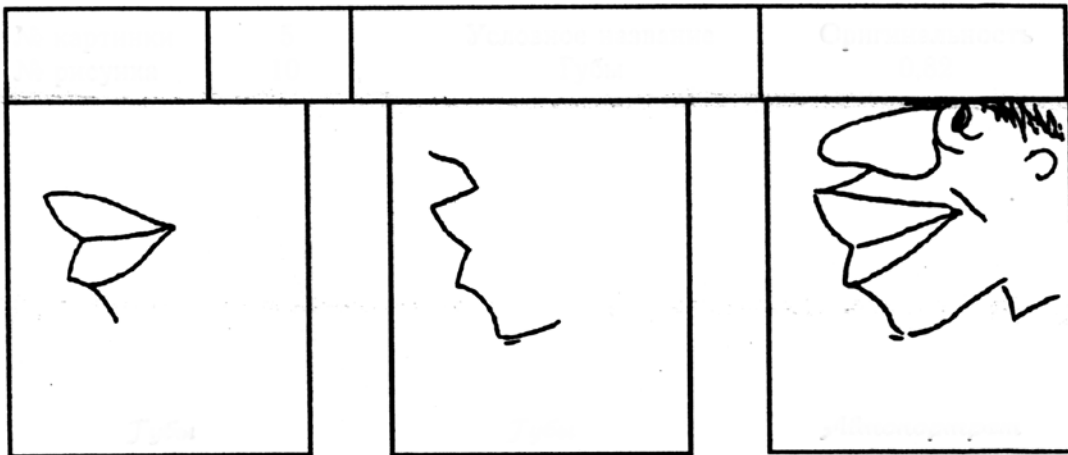


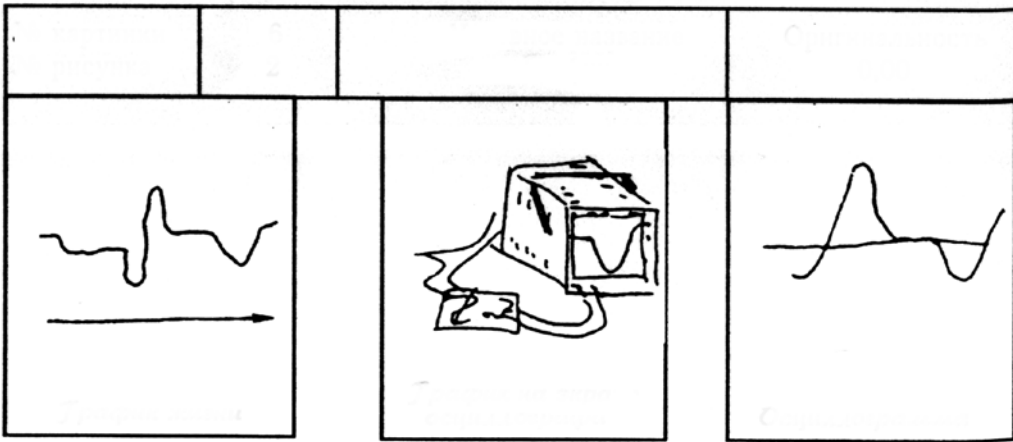
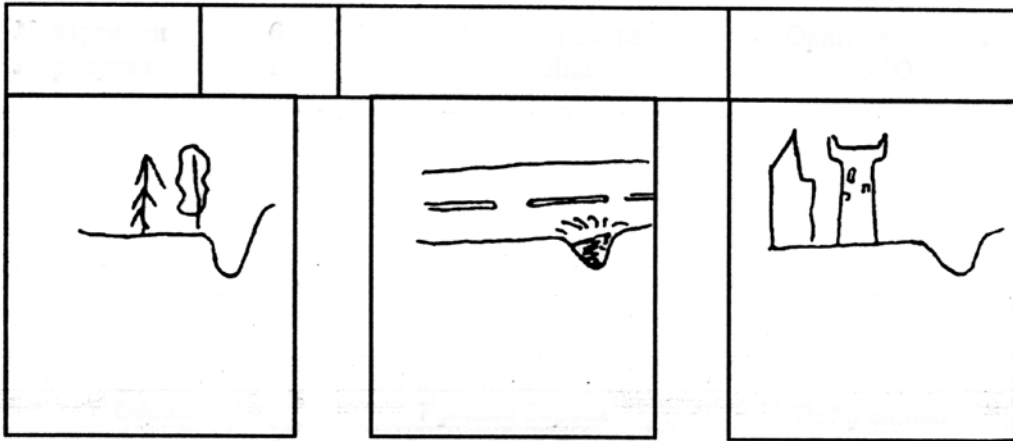
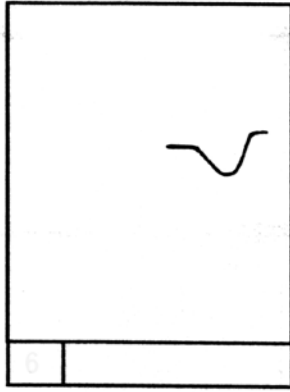


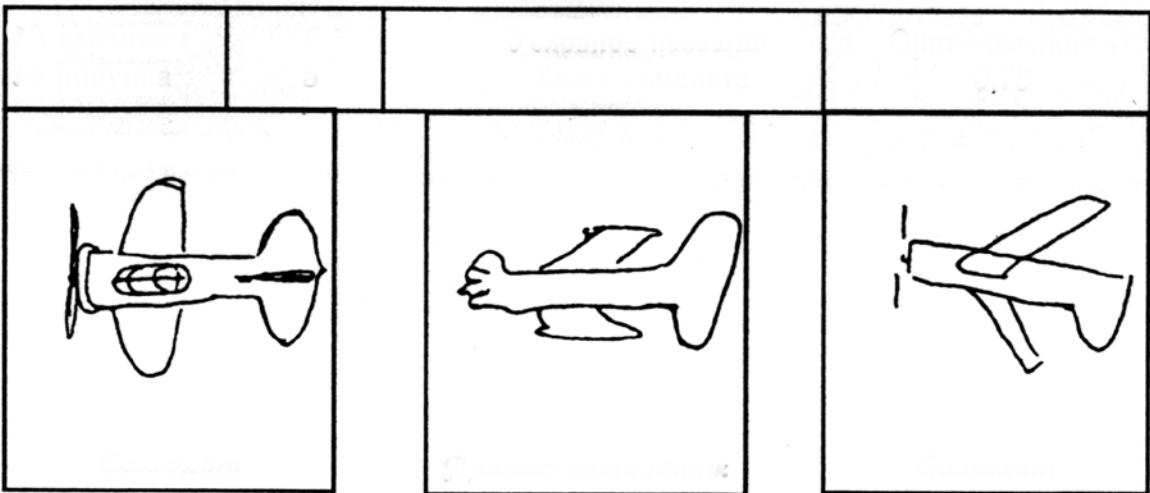
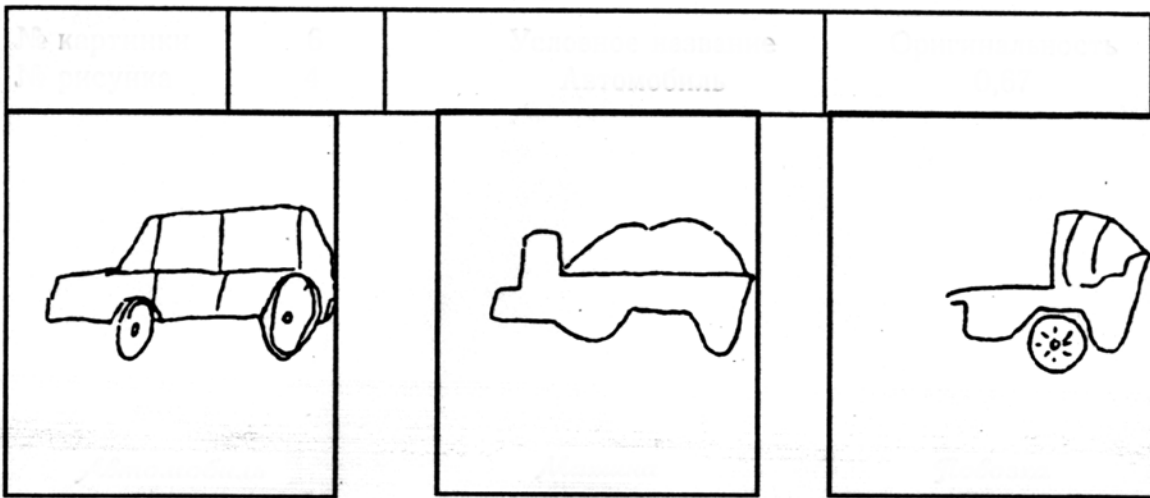
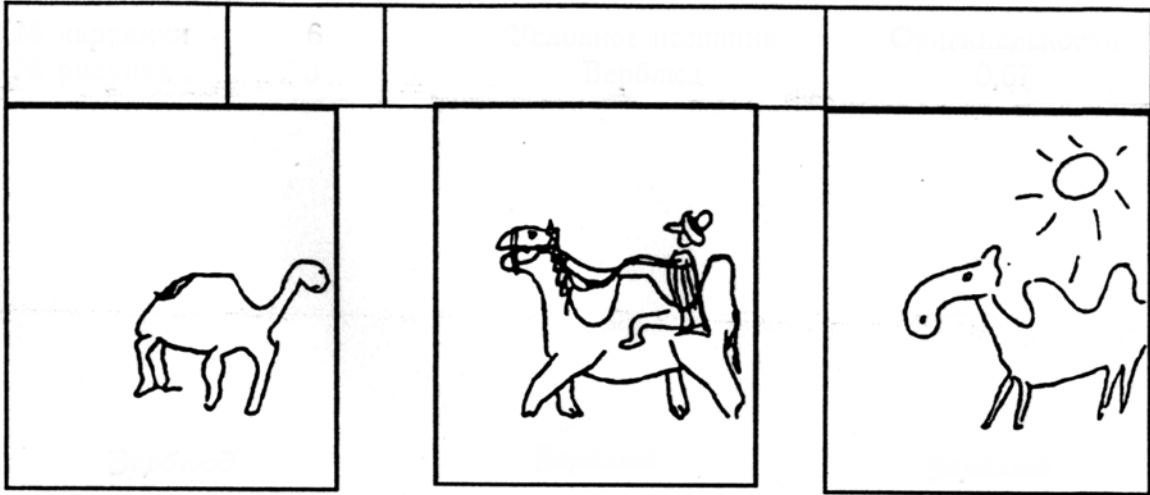


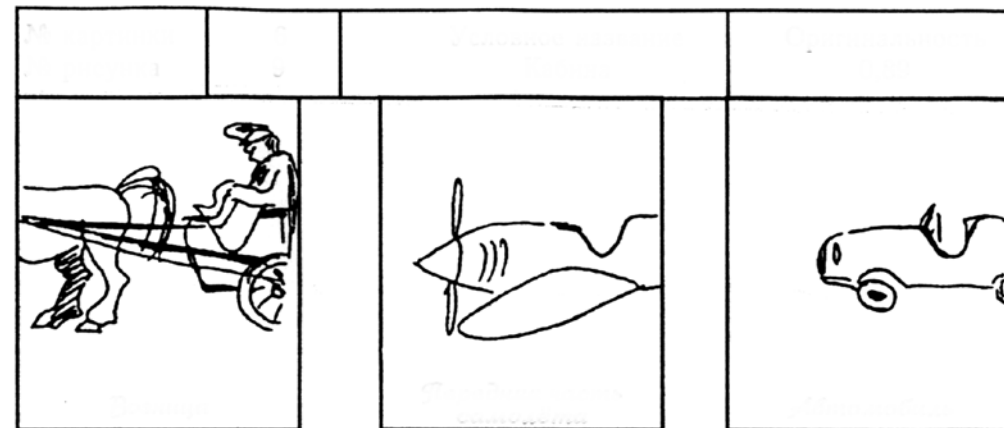
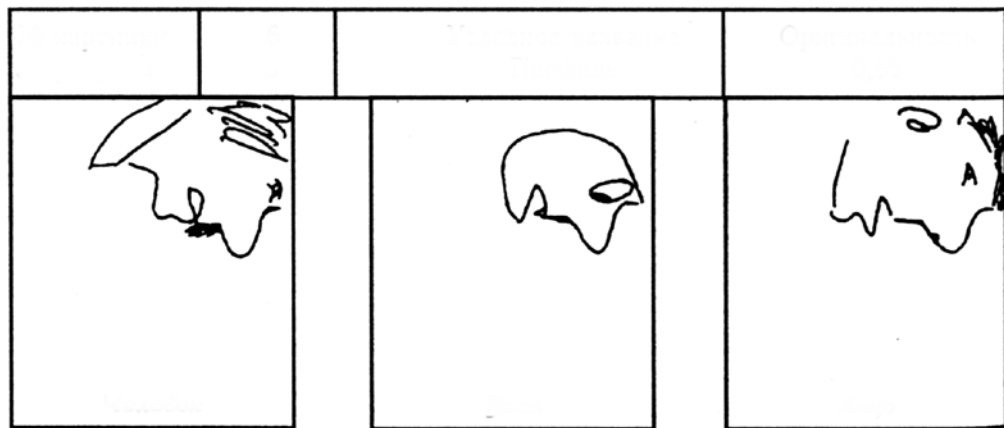
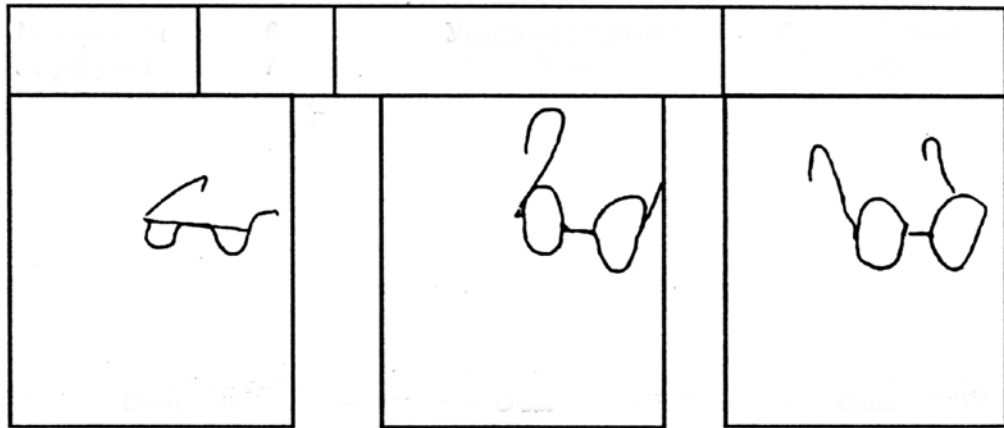
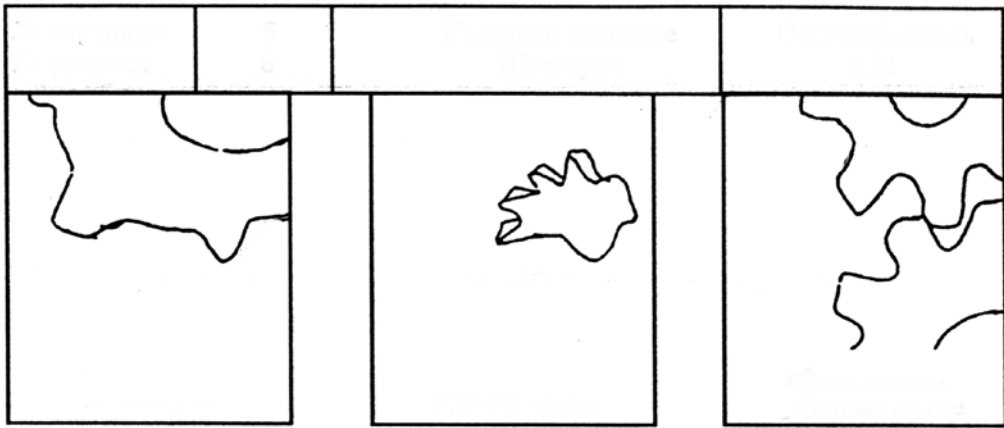












Навчальне видання

# Психологія

Загальна психологія

Том I

Технічний редактор – І. П. Борис  
Комп'ютерна верстка – В. М. Косяк

---

Підписано до друку  
Гарнітура Arial  
Замовлення №

Формат 60x84/8  
Обл.-вид. арк. 19,39  
Ум. друк. арк. 41,85

Папір офсетний  
Тираж ел. вар.

---



Ніжинський державний університет  
імені Миколи Гоголя  
м. Ніжин, вул. Воздвиженська, 3-А  
(04631) 7-19-72  
E-mail: [vidavn\\_ndu@ukr.net](mailto:vidavn_ndu@ukr.net)  
[www.ndu.edu.ua](http://www.ndu.edu.ua)

Свідоцтво суб'єкта видавничої справи  
ДК № 2137 від 29.03.05 р.