

МІНІСТЕРСТВО ОСВІТИ І НАУКИ УКРАЇНИ
ХАРКІВСЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ
імені В. Н. КАРАЗІНА

ПСИХОЛОГІЯ

Методичні вказівки до виконання практичних робіт з дисципліни
для здобувачів вищої освіти першого (бакалаврського) рівня
за спеціальностями 015 «Професійна освіта (за спеціалізаціями)»,
073 «Менеджмент», 141 «Електроенергетика,
електротехніка та електромеханіка»

Електронний ресурс

Харків – 2025

Рецензенти:

Наталія Кучеренко – кандидат психологічних наук, доцент, в. о. завідувачки кафедри «Практичної психології» Навчально-наукового інституту «Українська інженерно-педагогічна академія» Харківського національного університету імені В. Н. Каразіна;

Вікторія Кулешова – доктор педагогічних наук, професор, професор кафедри освітніх технологій та охорони праці Бахмутського навчально-наукового професійно-педагогічного інституту Харківського національного університету імені В. Н. Каразіна.

*Затверджено до розміщення в мережі Інтернет рішенням Науково-методичної ради
Харківського національного університету імені В. Н. Каразіна
(протокол № 5 від 30 січня 2025 року)*

Психологія : методичні вказівки до виконання практичних робіт
П 86 з дисципліни для здобувачів вищої освіти першого (бакалаврського) рівня за спеціальностями 015 «Професійна освіта (за спеціалізаціями)», 073 «Менеджмент», 141 «Електроенергетика, електротехніка та електромеханіка» [Електронний ресурс] / укладач О. А. Атаєва. – Харків : ХНУ імені В. Н. Каразіна, 2025. – (PDF 90 с.)

Практичні вказівки з дисципліни «Психологія» спрямовані на закріплення теоретичних знань і розвиток навичок аналізу психологічних процесів, явищ та індивідуальних особливостей особистості.

Зміст вказівок охоплює такі аспекти: основи психології (предмет, завдання, методи); психологія особистості (темперамент, характер, здібності); спілкування та міжособистісні стосунки; пізнавальні процеси (відчуття, сприйняття, увага); емоційно-вольова сфера; вікова психологія (дошкільний, шкільний, підлітковий віки).

Практичні заняття сприятимуть розвитку вмінь застосовувати психологічні знання в реальних ситуаціях, аналізувати поведінку, емоційний стан та пізнавальні процеси людини.

УДК 159.9(075.5)

ЗМІСТ

ВСТУП.....	4
Практичне заняття 1-2 «Предмет, завдання, методи психології».....	5
Практичне заняття 3-4 «Психологія особистості».....	15
Практичне заняття 5-6 «Спілкування».....	19
Практичне заняття 7-8 «Пізнавальні процеси: відчуття, сприйняття, увага».....	26
Практичне заняття 9-10 «Психічні властивості особистості. Темперамент. Характер».....	32
Практичне заняття 11-12 «Емоційно-вольова сфера особистості».....	36
Практичне заняття 13-14 «Психологія групи. Міжособистісні стосунки і конфлікти».....	44
Практичне заняття 15-16 «Розвиток навичок і умінь перцептивного спілкування».....	53
Практичне заняття 17-18 «Предмет, завдання та методи вікової психології».....	63
Практичне заняття 19-20 «Психологічні особливості розвитку дитини до вступу в школу».....	69
Практичне заняття 21-22 «Психологія дитини молодшого шкільного віку»...	76
Практичне заняття 21-22 «Психологічні властивості підліткового віку»....	82
СПИСОК ЛІТЕРАТУРИ.....	89

ВСТУП

Психологія є однією з ключових наук, яка досліджує закономірності функціонування психіки, поведінки, а також міжособистісних і соціальних взаємодій. Її значущість зростає у сучасному світі, де людина постійно стикається зі швидкими змінами, високими вимогами до адаптивності, емоційної стійкості, здатності до ефективної комунікації та вирішення конфліктів. Завдяки психологічним знанням ми краще розуміємо природу людських вчинків, особливості розвитку особистості, динаміку стосунків у групах і вплив середовища на формування характеру.

Методичні вказівки до практичних занять із психології створені для того, щоб допомогти студентам засвоїти основні поняття, принципи й методи цієї науки, а також застосувати їх на практиці. Вони спрямовані на формування у майбутніх фахівців аналітичних навичок, уміння оцінювати психологічний стан людини, аналізувати поведінкові прояви та ефективно працювати з групами й індивідами.

Курс охоплює низку фундаментальних питань, які розкривають психологічну сутність людини в різних її проявах. Практичні заняття структуровані таким чином, щоб послідовно формувати у студентів знання про базові поняття психології, такі як предмет і завдання науки, її методи дослідження, а також сприяти їхньому глибокому розумінню складних феноменів людської психіки.

На початкових етапах курсу розглядаються основи психології: її предмет, завдання, методи та значення у сучасному житті. Ці знання є базою для подальшого вивчення складніших тем. Надалі увага зосереджується на психології особистості, що включає аналіз індивідуальних рис характеру, темпераменту, мотиваційної та емоційно-вольової сфер особистості.

Окремий блок занять присвячений вивченню соціальної психології, яка охоплює питання міжособистісного спілкування, групової динаміки та конфліктів. Розуміння цих аспектів має важливе значення для формування успішних стосунків як у професійній діяльності, так і в повсякденному житті.

Особливе місце у курсі займають заняття, присвячені віковій психології, яка досліджує закономірності розвитку психіки людини на різних етапах життя. Практичні теми включають вивчення психологічних особливостей дитини дошкільного віку, молодшого школяра та підлітка. Таке вивчення дозволяє студентам зрозуміти вікові особливості формування психіки, пізнавальних процесів, характеру та соціальних навичок.

Таким чином, цей курс має комплексний підхід до вивчення психології, який поєднує теоретичні знання та практичні навички. Він сприятиме глибшому розумінню психологічних особливостей людини, формуванню професійних компетентностей, розвитку аналітичного мислення та підготовці студентів до роботи з різними категоріями населення.

Ці методичні вказівки розроблені з метою підтримати студентів у вивченні психології, допомогти їм глибше осягнути людську природу та зрозуміти, як знання психології можуть бути застосовані для вирішення реальних життєвих і професійних завдань.

ПРАКТИЧНЕ ЗАНЯТТЯ 1-2

Тема: Предмет, завдання, методи психології

ТЕОРИТИЧНА ЧАСТИНА.

Дайте письмову відповідь на слідуючи контрольні питання:

1. Що є предметом психології?
2. Чи існує душа як реальність? Поясніть вираз «душа болить». Охарактеризуйте вислів «душевна людина». Чи тотожні поняття «душа» і «психіка»? У чому виявляється психіка людини?
3. Чи можна вивчати психіку тільки шляхом життєвого спостереження? Чим методи психології відрізняються від методів інших наук? Чи дає гарантію достовірності отримання даних методом психологічного дослідження?
4. Поясніть, як трактували психіку на різних етапах розвитку психологічної науки.
5. Чим відрізняється розвиток психіки у тварин в умовах біологічної еволюції та в людини в умовах історичного процесу?

ПРАКТИЧНА ЧАСТИНА.

Завдання 1. Визначте, які види психічних явищ (процеси, властивості, стани) виявляються в таких ситуаціях:

1. Школяр зосереджено виконує домашнє завдання.
2. Дівчина, повернувшись додому, із захопленням переповідає сюжет нового фільму матері.
3. Начальник дуже суворий із підлеглими, грубо поводитьсь з ними, дратується з будь-якого приводу.
4. Хлопчик дуже засмутився, дізнавшись, що їхній клас не їде на екскурсію.
5. Офіціант перераховує відвідувачу всі найменування наявних в асортименті вин.

Завдання 2. Визначте, які галузі психології вирішують такі завдання:

1. Визначити фактори, що впливають на перебіг кризи підліткового віку.
2. Виявити причини зниження продуктивності праці на підприємстві.
3. Розробити способи залучення уваги учнів на уроці.
4. Виявити лідера в колективі й залучити його до організації групової роботи.
5. Визначити темперамент людини за особливостями поведінки.
6. Вивчити вплив добових біоритмів людини на продуктивність її праці.

7. Установити обсяг короткочасної пам'яті в людей похилого віку.
8. Розробити способи встановлення ділових взаємин у колективі, що формується.

Завдання 3. Визначте, які методи психологічних досліджень використовувалися в таких ситуаціях:

1. Для перевірки дієвості розробленої вченими методики швидкого навчання іноземної мови організовується дослідження, під час якого одну групу піддослідних навчають запропонованим способом, а іншу – традиційним. Потім результати порівнюються.
2. Групі людей необхідно письмово відповісти на запитання про їхні інтереси.
3. Психолог пропонує дітям намалювати неіснуючу тварину.
4. На консультації в психолога відвідувач розповідає про проблеми, які його турбують.
5. Досліджуючи трудову діяльність менеджера, психолог залишається непомітним у приміщенні.
6. Щоб дізнатися про особливості міжособистісних стосунків, що виникають у групах туристів, які прямують далекими маршрутами, психолог, вдаючи звичайного туриста, приєднується до однієї з груп.
7. Під час відбору учнів у клас для обдарованих дітей психолог вивчає їхні здібності за допомогою спеціальних тестових завдань.

Завдання 4. Поясніть:

1. У багатьох річках живе найпростіша за своєю будовою тварина – губка. Губку можна припікати розпеченим залізом, пропускати через її тіло електричний струм, але тварина ніяк не реагує на подразники. Чому так відбувається?
2. Павук, що знаходиться в банці разом із мухою, «не впізнає» її, навіть якщо дуже голодний, тоді як за звичних умов навмисно ловить комаху в павутину та з'їдає. Поясніть поведінку павука.
3. Згідно з правилами поведінки в школі учні повинні працювати на уроці доти, доки вчитель скаже: «Урок закінчено. Можна йти», – навіть якщо дзвінок пролунав раніше. Але часто дзвінок наприкінці уроку викликає в школярів рухливе збудження, вони припиняють працювати, прагнучи якнайшвидше вийти з класу. Який фізіологічний механізм лежить в основі описаного психічного явища?
4. Письменник А. Беляєв створив у своїй уяві голову професора Доуеля, наділену здібностями відчувати, мислити, згадувати, тобто здатністю продукувати психіку. Цей фантастичний образ має під собою реальні основи, тому що голову (точніше, мозок) вважають органом психіки, а психіку, відповідно, функцією мозку. Чи могла насправді функціонувати голова професора Доуеля? Чи буде така голова мислити? Які особливості психіки

відрізнятимуть цей своєрідний суб'єкт (якщо можна так його назвати) від інших людей?

Завдання 5. Назвіть форми поведінки тварин.

1. Мурашиний лев (родина комах із ряду сітчастокрилих), ледь вилупившись із яйця, виповзає на мурашину стежку, що вабить його запахом мурашиної кислоти. Там він обирає суху піщану ділянку, де викопує ямку й ховається в ній. Мураха, яка біжить цією стежкою, оббігає ямку, але в цей момент неминуче скидає вниз кілька піщинок, які падають на голову мурашиного лева. Мурашиний лев сильним рухом голови викидає струмінь піску саме в той бік, звідки на нього посипалися піщинки, і збиває мураху. Вона падає прямо в розкриті клішні мурашиного лева, який з'їдає її.

2. Недалеко від клітки на підлозі лежить персик. Шимпанзе спробував лапою дістати його, але не зміг. Не допомогли ні кривий прутик, ні палиця. Тоді мавпа схопила гілку та спробувала просунути її між прутами клітки. Сучки заважали впоратися з завданням, тож шимпанзе їх обламав і дістав, нарешті, персик.

3. Собаки допомагають саперам відшукувати та знешкоджувати міни. Наприклад, вівчарка Дік знайшла понад 12 000 мін.

Завдання 6. Визначте, яка діяльність – свідомо чи несвідомо – представлена в наведених нижче прикладах?

1. Учень швидко й правильно виконує множення багатозначних чисел, але не пам'ятає правил множення.

2. Під час сеансу гіпнозу респонденту, що перебуває в гіпнотичному стані, було запропоновано вкрати гаманець у товариша. Респондент не зміг виконати цього завдання, а ось інші накази – умитися, взяти книгу – виконав.

3. Готуючись до публічного виступу, до іспитів, змагань або відповідальної ділової зустрічі, дуже корисно заздалегідь змодельовати свою можливу емоційну реакцію. Таке попереднє «програвання» різних емоційних ситуацій, зазвичай, допомагає розумніше й спокійніше вирішувати безліч життєвих конфліктів, не витрачаючи психофізіологічних резервів організму.

Завдання 7. Дайте відповідь на запитання «вірно чи невірно?»

1. Аристотель один із перших філософів, які розглядали розум як невід'ємну частину живого організму.

2. Концепція Вундта мала на меті виявити структуру свідомості.

3. Згідно з Платоном, душа мешкає в тілі протягом життя людини, а після його смерті переходить у «світ тіней».

4. На думку біхевіористів, тільки поведінка, що піддається спостереженню, може бути описана об'єктивно.

5. Гештальтисти вважають, що наше сприйняття світу створюється із елементів, які мозок організовує.

6. Перша лабораторія психології заснована Вундтом у 1889 році для вивчення структури свідомості.

Завдання 8. Індивідуальність особистості істотно визначається специфікою взаємодії півкуль. Користуючись інформацією, наведеною в таблиці 1. Визначте, яка з півкуль виконує такі функції:

керує правою частиною тіла й відповідає за раціонально-логічну оцінку дійсності;

керує лівою частиною й пізнає світ за допомогою емоцій;

реалізує здатність до одномоментного сприйняття предметів, зображень, ситуацій;

сприймає конкретні деталі, частини, елементи;

переважно оперує знаковою інформацією;

забезпечує можливість логічних конструкцій;

здійснює розпізнавання обличч людей, сприйняття музики, різних невербальних звуків (наприклад, шуму дощу, шелесту листя тощо);

відповідає за орієнтацію в просторі, розпізнавання складних образів, емоційне ставлення до сприйнятих об'єктів.

Таблиця 1– Функціональна специфіка півкуль мозку

<i>Ліва</i>	<i>Права</i>
Хронологічний порядок	Поточний час
Читання карт, схем	Конкретний простір
Запам'ятовування імен, слів, символів	Запам'ятовування образів, конкретних подій, упізнавання обличчя людей
Мовна активність, чутливість до сенсу	Емоційна активність
Оптимізм	Песимізм
Детальне сприйняття	Цілісне, образне сприйняття
Технічна творчість, точні знання	Художня творчість, емоційність

Завдання 9. Ознайомтеся із завданням та визначте, яка півкуля у вас є провідною.

Інструкція. Яка з півкуль у вас є провідною, ви можете визначити, виконавши такі завдання.

1. Сплетіть кілька разів пальці рук і Ви помітите, що зверху завжди знаходиться один і той самий великий палець: якщо лівий, то Ви емоційна людина, правий – переважає аналітичний склад розуму.

2. Візьміть ручку або олівець. Спробуйте прицілитися, обравши мішень

і дивлячись на неї двома очима через кінчик ручки чи олівця. Зажмурте одне око, потім друге. Якщо мішень значно зміщується при заплющеному лівому оці, то ліве око – ведуче, і навпаки. Праве ведуче свідчить про твердий і наполегливий характер, ліве – про м'який і поступливий.

3. Якщо при сплетінні рук на грудях (із ліктем) виявляється права рука, Ви схильні до простоти й добродушності, ліва – до кокетування.

4. Якщо Вам зручніше, аплодуючи, плескати правою рукою, можна говорити про рішучість вашого характеру, якщо лівої, то Ви схильні до коливань перед прийняттям рішення.

Обробка результатів

Позначте отримані в чотирьох тестах результати буквами П (правий) і Л (лівий) і визначте особливості свого характеру у варіантах відповідей.

ПППП. Вам властива сталість орієнтації на загальноприйняту думку. Ви не любите конфліктувати, сперечатися, сваритися.

ПППЛ. Визначальна риса Вашого характеру – нерішучість.

ПППЛ. Вам властива рішучість, почуття гумору, артистизм. Це дуже контактний тип характеру.

ППЛЛ. Рідкісний тип характеру, близький до попереднього, але м'якший.

Спостерігається деяке протиріччя між нерішучістю й твердістю.

ПЛПП. Варіант, що поєднує аналітичний склад розуму з м'якістю характеру. Повільне звикання до нового, обережність.

ПЛПЛ. Слабкий і найрідкісніший тип характеру, володарі якого піддаються чужому впливу, часто беззахисні.

ЛППП. Таке поєднання зустрічається дуже часто. Головна риса – емоційність, що поєднується з недостатньою наполегливістю. Ви піддаєтесь чужому впливу. Водночас пристосовуєтеся до різних умов життя. Щасливі з друзями, легко знаходите порозуміння з людьми.

ЛЛПП. Вам властиві м'якість і наївність. Вимагаєте особливого, уважного ставлення.

ЛЛПП. Вам притаманні дружелюбність і простота, певна невизначеність в інтересах, а також схильність до самоаналізу.

ЛЛПЛ. У Вашому характері переважає простодушність, м'якість, довірливість. Дуже рідкісне поєднання.

ЛЛПЛ. Ви емоційні, енергійні, рішучі, але часто наспіх приймаєте рішення, які призводять до ускладнень. Вам необхідно виробити в собі «гальмівний механізм».

ЛЛЛЛ. Неконсервативний тип характеру. Ви здатні поглянути на старі речі по-новому. Вам притаманні емоційність, егоїзм, упертість, що іноді переходить у замкнутість.

ЛЛЛЛ. Найсильніший тип характеру. Вас важко в чомусь переконати. Важко змінюєте свою точку зору. Але водночас енергійні, наполегливо домагаєтесь цілей.

ЛЛЛЛ. Дуже схожий на попередній тип. Та сама наполегливість у

досягненні поставлених цілей, схильність до самоаналізу. Але друзів знаходите важко.

ПЛЛП. У Вас легкий характер. Умієте уникати конфліктів, любите подорожувати. Легко знаходите друзів. Але часто змінюєте свої захоплення.

ПЛЛЛ. Мінливість і незалежність. Ви здаєтесь м'яким, але в справі – вимогливі й наполегливі.

Завдання 10. Ознайомтеся з методикою Реймонда Кеттела та визначте ступінь ригідності - пластичності своєї психіки.

Інструкція: Пропонується написати одну і ту ж пропозицію «У полі вже випав сніг.» (17 літер та крапка – всього 18 знаків) у різних варіантах.

Варіант 1. Необхідно за 30 секунд написати звичайними, прописними літерами як найбільше разів пропозицію «У поле вже випав сніг.» Підрахуйте кількість знаків.

Варіант 2. Цю пропозицію необхідно за 30 секунд написати друкованими літерами. Підрахуйте кількість знаків.

Варіант 3. Тепер необхідно написати ту ж пропозицію за 30 секунд, змінюючи букви: перша – друкована, друга – прописна. Підрахуйте кількість знаків.

Варіант 4. Тепер пишемо цю пропозицію протягом 30 секунд, подвоюючи кожну букву. Підрахуйте кількість знаків.

Обробка результатів

Порахуйте кількість знаків, написаних звичайними, прописними літерами.

Порахуйте загальну кількість знаків: друкованих, друкованих та прописних, подвоєних та розділіть на 3.

Рівень пластичності психіки можна визначити, розділивши останній показник кількості знаків, написаних звичайними літерами.

Чим ближче показник до одиниці, тим вища пластичність психічної діяльності, тобто швидке пристосування до обставин, що змінюються: 0,4 - 0,5 - низький рівень, 0,5 - 0,6 - середній рівень, 0,6 - 0,7 - високий рівень, 0,7 і більше - дуже високий рівень.

Завдання 11. Ознайомтеся з методикою «Виявлення професійно важливих якостей фахівців системи «людина-техніка» та визначте цілу низку своїх психофізичних особливостей: фізичний розвиток та стан здоров'я, посидючість, увагу, почуття самозбереження, реакцію, витримку, відповідальність, уміння зосередитися.

Інструкція. Перед вами питання, які допоможуть вам оцінити вибір професії, вивчити властивості вашої особистості та ступінь її нервово-

психічної стійкості. На запитання потрібно відповідати «так» або «ні», проставляючи відповіді у таблиці відповідей під цифрою відповідного питання. Час виконання тесту – 20-30 хвилин.

Запитання:

- 1 Чи подобається вам дивитися на дорогу через вітрове скло автомобіля?
- 2 Чи зможете ви пробігти 1 кілометр?
- 3 Чи завжди ви доводите розпочату справу до кінця?
- 4 Чи часто вам вдається зловити випадково зачеплені столові прилади (ложку, чашку, тарілку тощо)?
- 5 Чи існують у вас болі (тяжкість) у попереку (спині)?
- 6 Ви людина розсіяна?
- 7 Чи часто ви лаєтесь в громадських місцях (транспорті, магазині тощо)?
- 8 Чи любите ви ризикувати?
- 9 Чи лякають вас різкі звуки?
- 10 Чи любите ви працювати самотійно?
- 11 Чи любили ви у школі уроки праці?
- 12 Чи любите ви читати в подорожі?
- 13 Чи піднімете вантаж вагою 16 кг і більше?
- 14 Ви людина обов'язкова?
- 15 Чи може шокувати вас несподівана ситуація?
- 16 Чи добре ви розрізняєте кольори?
- 17 Чи часто ви втрачаєте предмети побуту?
- 18 Чи легко вивести вас з рівноваги?
- 19 Чи любите ви грати в азартні ігри?
- 20 Чи можете ви нормально виконувати роботу, коли включено приймач, магнітофон?
- 21 Чи подобається вам одноманітна робота?
- 22 Чи зможете ви відразу розібратися у складному технічному кресленні?
- 23 Чи приносить вам задоволення розбиратися в технічному пристрої машини?
- 24 Чи любите ви займатися спортом?
- 25 Ви поїхали б на червоне світло?
- 26 Чи вмієте ви повністю розслаблятися?
- 27 Чи гарний у вас зір?
- 28 Чи вмієте ви зосередитись на одній справі?
- 29 Ви людина витримана?
- 30 Чи вмієте ви вчасно зупинити себе, коли бачите, що у Вас нічого не виходить?

31 Чи часто ви забуваєте вимкнути чайник, кран у ванній, закрити квартиру тощо?

32 Чи любите ви споглядати природу, гарні будови тощо?

33 Чи подобається вам читати, слухати, дивитися фільм про науково-технічні досягнення, пристрій та експлуатацію техніки?

34 Чи подобається вам керувати технічним засобом?

35 Чи стомлюють вас подорожі?

36 Чи прийдете ви спокійно на навчання, не виконавши завдання?

37 Ви швидко виконуєте отриману роботу?

38 Чи добре ви бачите вночі?

39 Чи легко вас відвернути від будь-якого заняття?

40 Ви часто сваритеся через дрібниці?

41 Чи слідуєте ви приказці «Або груди в хрестах, або голова в куцах»?

42 Ви часто відволікаєтесь на сторонні справи?

43 Вас присипляє монотонна робота?

44 Чи приносить вам задоволення щось винаходити і конструювати?

45 Чи любить вас техніка?

46 Чи любите ви фізичну роботу?

47 Чи часто ви спізнюєтеся на роботу (заняття, зустріч тощо)?

48 Ви людина рухлива?

49 Чи викликає у вас огиду запах бензину?

50 Ви людина уважна?

51 Чи вмієте ви стримувати свої емоції?

52 Чи властиве вам почуття самозбереження?

53 Чи траплялося, що, задумавшись, ви могли пройти під'їзд свого будинку, не помітити знайомого, що йде вам назустріч тощо?

54 Ви людина посидюча?

55 Чи подобається вам розбиратися у пристрої побутових електро- та радіоприладів?

Обробка результатів зводиться до підрахунку кількості відповідей «так» та «ні». За кожен відповідь, яка збігається з «ключом», нараховується 1 бал. Якщо відповідь не збіглася з «ключом», бали не нараховуються. Аркуш відповідей складено так, щоб можна було підрахувати кількість «так» і «ні» відповідно до «ключа» за 11 параметрами.

1 Інтерес до техніки.

2 Фізичний розвиток.

3 Наявність почуття відповідальності.

4 Швидкість прийняття рішення (реакція).

5 Стан здоров'я.

6 Увага.

7 Психологічна стійкість.

8 Наявність почуття самозбереження.

9 Стійкість до зовнішніх подразників.

10 Схильність до одноманітної роботи.

11 Технічна грамотність.

Якщо за кожним з одинадцяти параметрів ви набрали більше 3 балів – це говорить про виразність тієї чи іншої якості.

Аркуш відповідей

	ПАРАМЕТРИ											
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	
№ П И Т А Н Н Я	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	номер
												відповідь
												бал
	12	13	14	15	16	17	18	19	20	21	22	номер
												відповідь
												бал
	23	24	25	26	27	28	29	30	31	32	33	номер
												відповідь
												бал
	34	35	36	37	38	39	40	41	42	43	44	номер
												відповідь
												бал
	45	46	47	48	49	50	51	52	53	54	55	номер
												відповідь
												бал
Сума:												

Ключ: при відповідях «так» на запитання: 1, 2, 3, 4, 10, 11, 12, 13, 14, 19, 30, 32, 33, 34, 37, 44, 45, 46, 48, 50, 51, 52, 54, 55 та "ні" на запитання: 6, 7, 8, 9, 15, 17, 18, 19, 25, 31, 35, 36, 39, 40, 41, 42, 43, 47, 53 присвоюється 1 бал.

P.S. За будь-якої відповіді «ні» на запитання 16, 27, 38 та «так» на питання 5, 49 рекомендується пройти медичне обстеження.

Контрольний тест

1. Головними формами прояву й існування психіки є:

- а) психічні процеси, факти, функції;
- б) психічні реакції, властивості, стани;
- в) психічні процеси, стани, властивості.

2. Згідно з найпоширенішою в сучасній психології точкою зору, психіка є властивістю:

- а) усього живого;
- б) усього існуючого;
- в) тільки людини;
- г) людини й більшості тварин.

3. Психіка людини:

- а) передається дитині на генетичному рівні;
- б) розвивається в дитини спонтанно, сама собою;
- в) формується в процесі засвоєння загальнолюдського досвіду;
- г) усі відповіді правильні.

4. Метод організації дослідження, згідно з яким протягом тривалого часу вивчаються ті самі досліджувані, називають:

- а) лонгітюдним;
- б) експериментом;
- в) порівняльним;
- г) наглядом.

5. Античне психологічне знання було пов'язане з:

- а) філософією;
- б) теологією;
- в) алхімією;
- г) астрологією.

6. Із діяльністю якого автора пов'язують початок історії наукової психології:

- а) Гіппократа;
- б) Вундта;
- в) Арістотеля;
- г) Фрейда.

7. Складний ланцюжок безумовних рефлексів, генетично обумовлених, спільних для окремого виду тварин, – це:

- а) таксиси;
- б) рефлекси;
- в) інстинкти;
- г) навички.

8. Яка форма поведінки найбільш притаманна стадії розвитку психіки «предметне сприйняття»:

- а) інстинкти;
- б) інтелектуальна поведінка;
- в) навички;
- г) рефлекс.

9. Функцією лівої півкулі мозку є:

- а) мовна активність;
- б) емоційна активність;
- в) запам'ятовування образів, ідентифікація осіб;
- г) сприйняття світу похмурим.

10. Функцією правої півкулі мозку є:

- а) детальне сприйняття;
- б) образне прийняття;
- в) мовна активність;
- г) бачення світу веселим, легким.

ПРАКТИЧНЕ ЗАНЯТТЯ 3-4

Тема: Психологія особистості.

ТЕОРИТИЧНА ЧАСТИНА

Дайте письмову відповідь на слідуючи контрольні питання:

1. Що означають поняття „людина”, „індивід”, „особистість”, „індивідуальність”?
2. Доведіть правильність твердження „Кожна особистість є індивідом, проте не кожний індивід - особистість”.
3. Які Ви знаєте підходи до структури особистості?
4. Які, на Вашу думку, компоненти структури особистості є провідними і визначають поведінку людини?
5. У чому полягає сутність спрямованості особистості? Чи можна розуміти спрямованість людини як прояв усіх притаманних їй спонукань?

Завдання II. Психологічні задачі.

1. Чому не можна поставити знак рівності між індивідом і особистістю? Чи відомий Вам факт існування індивіда, який не був би особистістю? Чи відомий факт існування особистості поза і без індивіда як її конкретного носія?

2. Виділіть окремо ті особливості, які характеризують людину або як індивіда, або як особистість. Сумлінність, несміливість, висока швидкість рухових реакцій, скромність, правдивість, пластичність, упертість, швидкий темп діяльності, реактивність, рухливість, мала чутливість до громадської оцінки.

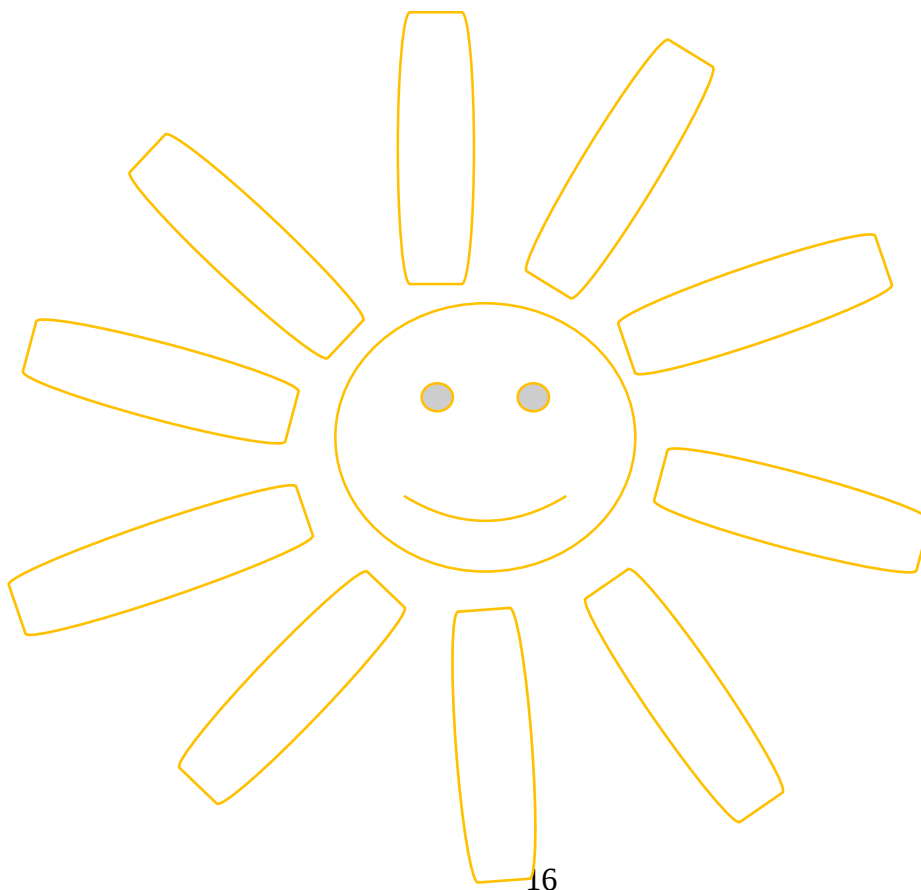
3. Існує думка, що кожна особистість являє собою неповторну єдність спадкових, психічних і соціальних рис, що перебувають у нерозривному зв'язку з конкретною ситуацією життя даного індивіда. Чи можна складне і неповторне, що є в особистості звести до певних груп і розглядати кожну особистість як представника однієї з цих груп? Доведіть справедливність Вашої відповіді.

ПРАКТИЧНА ЧАСТИНА

Завдання I. Вправа «Мій портрет в позитивному проміні сонця»

Намалюйте сонце, в центрі сонячного кола напишіть своє ім'я або намалюйте емоційний портрет. Потім уздовж променів напишіть всі свої позитивні або загально-позитивні якості, які можуть охарактеризувати особистість. Постарайтеся, щоб було якомога більше промінців. Це і буде відповідь на питання «Чому ми заслуговуємо пошани?».

Рисунок.



Афірмація. Виберіть зі своїх характеристик одну якість, що подобається вам найбільш. Сядьте зручніше, глибоко зітхніть, розслабтеся. Подумайте коли і як востаннє виявилася у вашій поведінці ця якість? Відновіть у своїй уяві цей випадок. Що ви бачили тоді? Що чули? Що відчувало ваше тіло..., ваші руки..., шкіра на обличчі? Зануритесь в ту ситуацію, переживіть її заново. Ви можете залишатися в цьому стані стільки, стільки захочете і вийти з нього за бажанням, коли захочете.

Завдання II. За посиланням пройти тести і зафіксувати результати.

БЛОК 1

Тест на доброту (3 хв.)

https://psycho-test.org/uk/test/тест_на_доброту.html

Результат

Тест на спостережливість (4 хв.)

https://psychotest.org/uk/test/тест_на_спостережливість.html

Результат

Тест на надійність (5 хв.)

https://psycho-test.org/uk/test/тест_на_надійність.html

Результат

Тест на лідерство (5 хв.)

https://psycho-test.org/uk/test/leadership_test.html

Результат

Тест на щедрість (3 хв.)

https://psycho-test.org/uk/test/generosity_test.html

Результат

Завдання 3. За посиланням пройти тести і зафіксувати результати.

БЛОК2

Тест на цинізм

https://psycho-test.org/uk/test/cynicism_test.html

Результат

Тест на нарцисизм

https://psycho-test.org/uk/test/test_for_narcissism.html

Результат

Тест на холоднокровність

https://psycho-test.org/uk/test/coolness_test.html

Результат

Тест на жадібність

https://psycho-test.org/uk/test/greed_test.html

Результат

Тест на інфантильність

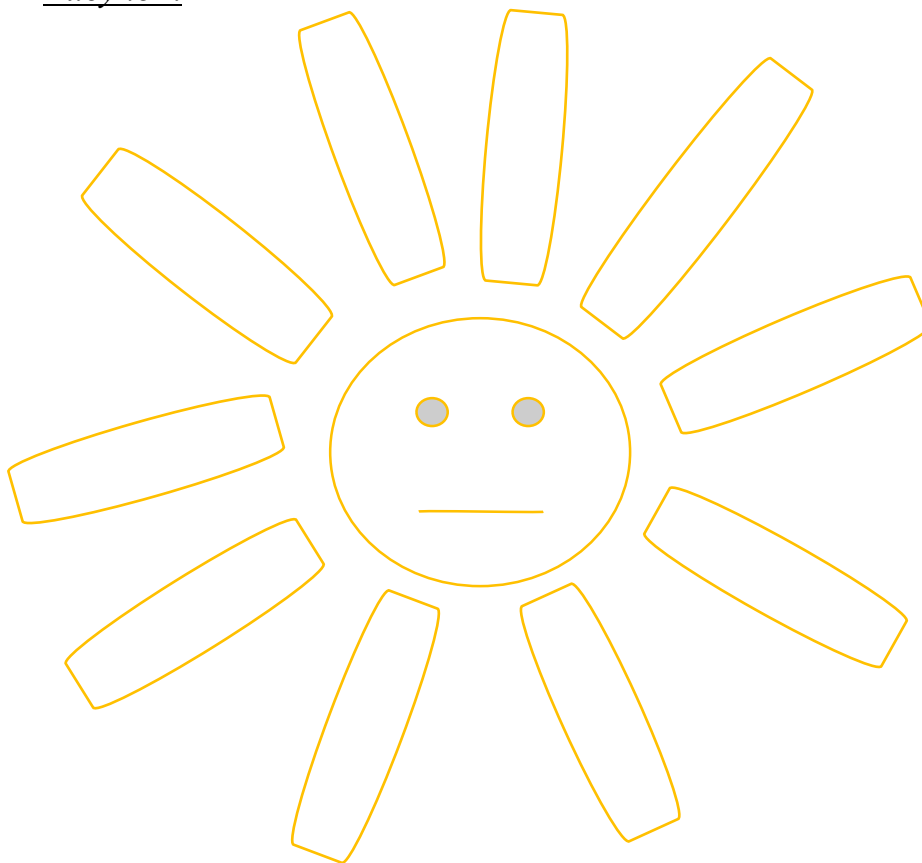
https://psycho-test.org/uk/test/infantilism_test.html

Результат

Завдання 4. Вправа «Мій портрет в негативному проміні сонця»

Намалюйте сонце, в центрі сонячного кола напишіть своє ім'я або намалюйте емоційний портрет. Потім уздовж променів напишіть всі свої негативні або загально-негативні якості, які можуть охарактеризувати особистість. Це і буде відповідь на питання «Чому ми не заслуговуємо пошани?».

Рисунок.



Афірмація. Напишіть на аркушах паперу рису характеру, якої б ви хотіли позбутися. Підійдіть до кошика для сміття, зімніть папірець і викиньте його. Можете назвати вголос ту рису, яка вам заважає. Уявіть, що ви викинули не просто папірець, а негативну рису характеру.

Людина впродовж життя самовдосконалюється. Ми часто не можемо змінити ситуацію, але можемо змінити своє ставлення до неї. Я бажаю вам успіхів у самовдосконаленні.

ЗАГАЛЬНИЙ ВИСНОВОК.

1. Що нового про себе в процесі тестування ви дізналися?
2. Особливості вашого характеру відрізняються від результатів тестування?
3. Чи хотіли ви щось змінити у своєму характері?

ПРАКТИЧНЕ ЗАНЯТТЯ 5-6

Тема: Спілкування.

ТЕОРИТИЧНА ЧАСТИНА.

Дайте письмову відповідь на слідуєчи контрольні питання:

1. Як пов'язані між собою діяльність і спілкування?
2. Охарактеризуйте роль невербальних засобів спілкування?
3. Чи можна використовувати внутрішнє мовлення для спілкування з іншими людьми? Поясніть свою думку.
4. Які ви знаєте механізми сприймання і розуміння людини людиною? Охарактеризуйте їх.
5. Охарактеризуйте аспекти спілкування.

ПРАКТИЧНА ЧАСТИНА.

Завдання 1. Відео тест Пальмера. «Чи вмієте ви ладнати з людьми»?

Завдання 2. Ознайомтесь із прийомами переконання ділового партнера для подальшого виконання практичних завдань з метою навчання переконання в діловому спілкуванні (ПАМ'ЯТКА).

1. Черговість аргументів, що наводяться, впливає на їхню переконливість. Найпереконливіший такий порядок аргументів: сильні – середні – один найсильніший.

Не кількість аргументів вирішує результат справи, а їхня надійність. Не рекомендовано також починати з прохання, варто починати з аргументів: оскільки прохання без аргументів має найменші шанси на позитивне рішення. Важливо враховувати ще одну обставину: один і той самий аргумент для різних людей може бути і сильним, і слабким.

2. Для отримання позитивного рішення з дуже важливого для Вас питання поставте його на третє місце, нехай йому передують два коротких, простих для співрозмовника питання, на які він без проблем скаже Вам «так».

Підтверджено, що коли людина говорить або чує «ні», у кров надходять гормони норадреналіну, які налаштовують її на боротьбу. Навпаки, слово «так» призводить до виділення морфіноподібних речовин – «гормонів задоволення». Одержавши дві порції «гормону задоволення», співрозмовник розслабляється, налаштовується доброзичливо, йому психологічно легше погодитися, ніж вступати в боротьбу. Такі питання повинні бути короткими, щоб не втомити співрозмовника, не забирати в нього багато часу.

3. Переконливість аргументів значною мірою залежить від іміджу й статусу того, хто переконує.

Одна справа, коли говорить людина авторитетна, шанована, інша ситуація – коли це незначна особа, яка не сприймається серйозно. Високий

посадовий чи соціальний статус, видатні успіхи в якійсь галузі, освіченість, визнання оточенням, високі особистісні якості піднімають статус та імідж людини, а разом із ними – і вагу її аргументів.

4. Не заганяйте в кут себе, не знижуйте свій статус.

Невпевнена поведінка принижує людину й асоціюється з її низьким статусом. Варто уникати вибачень (без належних для цього причин), проявів ознак непевності. Наведемо декілька типових прикладів «самогубного» початку бесіди: «Вибачте, я не завадив?», «Будь ласка, якщо у Вас є час мене вислухати».

5. Не принижуйте статус та імідж співрозмовника.

Будь-який прояв неповаги, зневаги до співрозмовника – це замах на його статус, який спричиняє негативну реакцію. Не намагайтеся вказати співрозмовнику на помилку або його неправоту – це негативно впливає на імідж того, кого критикують. Відвідувач відчуває себе менш значущим, якщо його крісло стоїть далеко від столу господаря кабінету.

6. До аргументів приємного нам співрозмовника ми ставимось поблажливо, а до аргументів неприємного – критично.

Приємне враження, як відомо, створюється багатьма обставинами: поважним ставленням, умінням вислухати, грамотною промовою, приємними манерами, зовнішнім виглядом тощо.

7. Бажаючи переконати співрозмовника, починайте не з моментів, які розділяють Вас, а з того, у чому Ви згодні з ним.

Кожен із великим задоволенням вислуховує те, із чим він згоден і що не суперечить його поглядам. І навпаки, ми дратуємось, коли почуте суперечить сформованій у нас думці. Перше – робить того, хто говорить, приємним співрозмовником, друге – неприємним.

8. Будьте хорошим слухачем.

Уважне слухання – запорука Вашої переконливості. Ніколи не переконаєш, якщо не зрозумієш хід думок співрозмовника. Крім того, уважний слухач привертає до себе співрозмовника.

9. Уникайте конфліктогенів.

Конфліктогени – це слова або дії (бездіяльність), що можуть призвести до конфлікту: грубість, погрози, глузування, безапеляційність тощо. Зазвичай вони не залишаються непоміченими й розмова перетворюється на суперечку.

9. Перевіряйте, чи правильно Ви розумієте одне одного.

Багато слів має декілька значень залежно від контексту. Зазвичай співрозмовники просто по-різному розуміють тему розмови, і варто тільки зрозуміти одне одного, щоб дійти згоди.

10. Слідкуйте за мімікою, жестами й позами – своїми та співрозмовника.

Той, хто знає мову жестів і поз, «читає» співрозмовника, отримуючи додаткову інформацію. Водночас часто ми буваємо непереконливі, якщо наші жести й пози не відповідають словами, що виголошуються. Знання особливостей невербальної комунікації дають змогу зробити мову

переконливішою.

11. Покажіть, що те, що Ви пропонуєте, задовольняє якусь із потреб співрозмовника.

Людина потребує задоволення багатьох потреб: потреби в безпеці, упевненості в майбутньому, потреби належати до якоїсь спільності, потреби в повазі, у самореалізації, в отриманні позитивних емоцій тощо. І все це слугує джерелом знаходження сильних аргументів.

12. Добре перевірена (зокрема в рекламній справі) класична схема послідовного впливу на свідомість людини:

Увага – інтерес – бажання – дія. Увагу можна привернути незвичністю викладу, його формою, візуальними засобами. Інтерес виникає, коли слухач зрозуміє, що він може задовольнити якусь із своїх потреб. Бажання виникає, коли він побачить, що мета досяжна. Дія є результатом бажання й підказки, що саме треба зробити для його задоволення.

Завдання 3. Використовуючи попередню інформацію, виконайте завдання на формування вмінь переконання в спілкуванні.

1. Спробуйте переконати здійснювати пробіжки:
 - а) даму середніх років;
 - б) літнього чоловіка.
2. Спробуйте переконати кинути палити:
 - а) восьмикласника;
 - б) тридцятирічну жінку.
3. Спробуйте переконати зробити пожертву в товариство із захисту безпритульних собак:
 - а) молоду жінку;
 - б) успішного директора фірми.
4. Переконливо доведіть, що:
 - а) щасливий шлюб можливий тільки тоді, коли молоді люди пристрасно люблять один одного;
 - б) щасливий шлюб неможливий, якщо молоді люди пристрасно люблять один одного.
5. Уявіть, що Ви продавець на базарі. Зазиваючи покупців, потрібно продати:
 - а) ласти;
 - б) мікроскоп;
 - в) підручник із культури ділового спілкування.

Завдання 4. Виконайте вправи на формування оптимального тону спілкування.

Наведені фрази прочитайте з п'ятьма різними відтінками тону й голосу (спокійним, дружнім, злісним, уїдлигим, керівним). Слухачі повинні визначити, який відтінок тону Ви презентували.

1. Не читайте свою доповідь з кам'яним обличчям і стоячи як бовдур.
2. Хіба Ви не знаєте, що ця людина тут більше не працює?

Завдання 5. Проаналізуйте наведені нижче афоризми.

1. Не засмучуюся, якщо люди мене не розуміють, засмучуюся, якщо я не розумію людей. *Конфуцій.*
2. Коли сказати нічого, завжди говорять погано. *Вольтер.*
3. Скарга на те, що нас не розуміють, найчастіше походить від того, що ми не розуміємо людей. *Василь Ключевський.*
4. Спілкування з поганими людьми псує хороші устої. *Ієронім.*
5. У спілкуванні варто триматися так, щоб друзів не робити ворогами, а ворогів друзями. *Піфагор.*
6. Без дружби ніяке спілкування між людьми не має цінності. *Сократ.*
7. Спілкування облагороджує й підносить; у суспільстві людина мимоволі, без будь-кого удавання тримає себе інакше, ніж на самоті. *Людвіг Фейєрбах.*
8. Люди, пізнання яких однакове, недовго залишаються кращим товариством одне для одного. *Ральф Емерсон.*
9. Треба набагато частіше слухати, ніж говорити, бо дуже важко говорити багато, не сказавши чогось зайвого. *Людвиг XIV Бурбон.*
10. Критика подібна до поштового голуба: вона завжди повертається назад. *Дейл Карнегі.*

Завдання 5. Виконайте завдання з продуктивних технологій спілкування.

Технологія «ВИ – ПІДХОД»

Галузь застосування: у ситуації важливості виявлення інтересу партнера.

Практичний ефект: стандартні фрази прозвучать інакше, що полегшить співрозмовнику сприйняття нашої думки. Розмова ведеться на рівних, партнери уникають тиску й маніпуляції.

Суть: здатність людини подивитися на ситуацію очима свого співрозмовника й продемонструвати значущість його думки для нас

<i>Стандартний варіант</i>	<i>«Ви – підхід»</i>
Ми вважаємо, що...	Як Ви вважаєте?
Я переконаний, що ...	Ви погодитеся з тим, що ...?
Нам необхідно, щоб Ви	Вас це влаштує?

Завдання: перетворіть фрази, використовуючи технологію «Ви – підходу».

Технологія «Я – ТВЕРДЖЕННЯ»

Галузь застосування: у ситуації необхідності висловлення свого невдоволення поведінкою іншої людини, уникаючи звинувачень.

Практичний ефект: ми позбавляємося від негативних емоцій у коректній формі, що дозволяє нам обговорювати суть справи, а не з'ясовувати стосунки з партнером. Чи дає ця технологія гарантію того, що партнер прийме

нашу модель спілкування? Гарантії немає, але ми так само пропонуємо йому чесні правила гри.

Суть: не давати оцінки поведінці й особистості співрозмовника, а говорити про ситуацію, про своє сприйняття його поведінки. Можна запропонувати рецепт нейтральної форми висловлювань.

Завдання: перетворіть фрази, використовуючи технологію «Я – твердження».

Обвинувальна форма: «Ти мені брешеш» – «Я – твердження»: «Мені здається, що це не відповідає дійсності».

Технологія «ПОЗИТИВНОГО СПІЛКУВАННЯ»

Галузь застосування: у ситуації, коли ми хочемо домогтися позитивної відповіді

Практичний ефект: існує взаємозв'язок між нашими очікуваннями й поведінкою партнера. Негативні очікування вірогідно реалізуються (з людиною часто трапляється те, чого вона найбільше боїться).

Суть: питання, що містить заперечення, провокує негативну відповідь. Якщо нам потрібна позитивна відповідь, необхідно прибирати з формулювань питань заперечення «не», «чи не можна», «ні» тощо.

<i>Негативний варіант</i>	<i>Позитивне спілкування</i>
Не могли б Ви...?	Могли б Ви ...?
Чи немає у Вас ...?	Чи є у Вас...?
Це недалеко	Це близько

Завдання: перебудуйте фрази, користуючись технологією «Позитивного спілкування».

Завдання 6. Психологічна гра, яка спрямована на виявлення групової поведінки.

Психологічна гра «КАТАСТРОФА НА ПОВІТРЯНІЙ КУЛІ»

Група знаходиться в кошику повітряної кулі, яка летить над океаном. Несподівано куля починає втрачати висоту. Удалині, у напрямку вітру, кілька безлюдних островів. Є шанс урятуватися й долетіти до острова, якщо позбутися якихось не дуже потрібних речей, що містяться в кошику кулі. Питання полягає в тому, що саме викинути? Якісь речі можуть стати в пригоді для життя на островах, щоправда, скільки там доведеться пробути, ніхто не знає.

Список речей, які містяться в кошику повітряної кулі:

1. Миски, кружки, ложки.
2. Ракетниці з сигнальними ракетами.
3. Географічні карти, компас.
4. Консерви м'ясні.
5. Сокири, ножі, лопати.

6. Каністра з питною водою.
7. Аптечка.
8. Гвинтівка з набором набоїв.
9. Шоколад.
10. Золото, коштовності.
11. Собака породи водолаз.
12. Рибальська снасть.
13. Туалетні приладдя.
14. Сіль, цукор, набір вітамінів.
15. Медичний спирт.

Потрібно розташувати названі предмети за ступенем їхньої значущості для виживання людей у цих умовах. Першим номером зазначається предмет, який вирішено викинути найперше, другим номером той, що викидається наступним, і далі. П'ятнадцятим номером зазначається найважливіший предмет - його викинуть останнім. Гра йде в два етапи.

Етап 1. Кожен виконує завдання самостійно.

Етап 2. Завдання обговорюється групою.

Щоб досягти згоди, група повинна дійти до єдиної думки. Досягти цього нелегко, бо не кожна оцінка отримує повне схвалення всіма. Група має вибирати такі оцінки, із якими погоджуються всі хоча б частково.

Завдання 7. Тест

1. Спосіб розуміння партнера без осмислювання, коли емоційне входження у позицію іншої людини одразу ж призводить до відповідних власних дій, – це:

- а) емпатія;
- б) стереотипізація;
- в) рефлексія;
- г) каузальна атрибуція.

2. Спосіб розуміння партнера по спілкуванню через усвідомлене чи неусвідомлене уподібнення його характеристикам – це:

- а) стереотипізація;
- б) рефлексія;
- в) емпатія;
- г) каузальна атрибуція.

3. Мовлення – це:

- а) процес відображення думок і почуттів;
- б) процес спілкування засобами мови;
- в) усі відповіді правильні;
- г) усі відповіді неправильні.

4. Каузальна атрибуція:

- а) ціннісна значущість, якої надає собі індивід загалом та окремим бокам своєї особистості, діяльності, поведінки;
- б) емоційний аспект розуміння іншої людини, здатність емоційно відгукнутися на її проблеми;
- в) інтерпретація суб'єктом чинників і мотив поведінки інших людей на основі власного досвіду проживання подібних ситуацій;
- г) динамічна система уявлень людини про себе.

5. Процес використання людиною мови з метою спілкування:

- а) спілкування;
- б) мовлення;
- в) мова;
- г) діяльність.

6. Сприймання, класифікування й оцінка іншої людини на основі певних уявлень – це:

- а) емпатія;
- б) стереотипізація;
- в) рефлексія;
- г) каузальна атрибуція.

7. Внутрішнє мовлення – це:

- а) пасивне оволодіння мовою;
- б) самостійний, самотній вид мовлення;
- в) розмова людини сама із собою;
- г) мовлення, яке виступає як фаза планування діяльності, формування думок і пов'язане із зовнішнім мовленням.

8. Спілкування як обмін інформацією:

- а) комунікація;
- б) інтеракція;
- в) перцепція;
- г) ідентифікація.

9. Знайти зайве поняття:

- а) каузальна атрибуція;
- б) стереотипізація;
- в) самосвідомість;
- г) ідентифікація.

10. До невербальних засобів спілкування не належать:

- а) жести, міміка;
- б) слова, вигуки;
- в) паузи, сміх;
- г) взаємоположення партнерів, часові особливості спілкування.

ПРАКТИЧНЕ ЗАНЯТТЯ 7-8

Тема: Пізнавальні процеси: відчуття, сприйняття, увага

ТЕОРИТИЧНА ЧАСТИНА.

Завдання І. Дайте письмову відповідь на слідуючи контрольні питання:

1. Які існують пороги відчуттів?
2. Розкрийте зміст адаптації та охарактеризуйте її види.
3. У чому полягає сутність сенсibiliзації та синестезії?
4. Чи можна розглядати сприйняття як суму відчуттів?
5. Які перцептивні дії виокремлюють у процесі сприйняття?

ПРАКТИЧНА ЧАСТИНА.

Завдання 1. Дайте відповідь, чому:

- а) світлова реклама влаштована так, що світло то загоряється, то гасне;
- б) льотчики не можуть одночасно низько вести літак і відшукувати на землі дрібні предмети;
- в) перебуваючи в гостях і будучи повністю захопленим розмовою зі співрозмовником, Ви моментально реагуєте на своє ім'я, неголосно вимовлене в іншій групі гостей («феномен вечірки»);
- г) живий, але поверхневий розум французи визначають так: він не здатний до справи, що вимагає тривалого дихання;
- д) у багатьох спортивних змаганнях звучить попередня команда.

Завдання 2. Побудуйте логічний ряд із понять у такий спосіб, щоб кожне попереднє було родовим (загальнішим) щодо наступного поняття.

Відчуття, психіка, дотик, пізнання, відображення, чуттєвий образ.

.....→.....→.....→.....→.....→.....

Завдання 3. Виконайте тест «Провідний тип сприйняття».

Мета дослідження: визначення головного типу сприйняття.

Інструкція. Дайте відповідь на питання. У таблиці визначте яскравим кольором номери питань, на які буде відповідь «згоден».

Тип А	1	5	8	10	12	14	19	21	23	27	31	32	39	40	42	45
Тип Б	3	4	9	11	16	18	22	25	28	29	30	35	38	41	44	47
Тип С	2	6	7	13	15	17	20	24	26	33	34	36	37	43	46	48

Твердження:

1. Люблю спостерігати за хмарами й зірками.
2. Часто наспівую собі тихенько.
3. Не визнаю моди, яка незручна.
4. Обожаю приймати душ, відвідувати сауну.

5. Для мене важливий колір автомобіля.
6. Упізнаю того, хто увійшов до кімнати, почувши його кроки.
7. Мене розважає наслідування діалектам.
8. Багато часу присвячую зовнішньому вигляду.
9. Люблю масаж.
10. Коли є вільний час, люблю розглядати людей.
11. Погано себе почуваю, якщо мало рухаюся.
12. Розглядаючи одяг у вітрині, знаю, що він мені пасуватиме.
13. Коли чую стару мелодію, до мене повертаються спогади минулого.
14. Часто читаю чи дивлюся телевізор під час прийому їжі.
15. Дуже часто розмовляю телефоном.
16. Люблю смакувати нові оригінальні страви.
17. Волію слухати розповідь, яку хтось читає, ніж читати самому.
18. Після поганого дня мій організм у напруженні.
19. Охоче й багато фотографую.
20. Довго пам'ятаю, що мені сказали приятелі та знайомі.
21. Легко віддаю гроші за квіти, оскільки вони прикрашають життя.
22. Увечері люблю приймати гарячу ванну.
23. Намагаюся записувати свої особисті справи.
24. Часто розмовляю сам із собою.
25. Після тривалої поїздки на машині довго приходжу до тями.
26. Тембр голосу багато говорить мені про людину.
27. Дуже часто оцінюю людей за манерою одягатися.
28. Люблю потягатися, розправляти кінцівки, розминатися.
29. Занадто тверде й дуже м'яке ліжко – це для мене мука.
30. Мені нелегко знайти зручне взуття.
31. Дуже люблю ходити в кіно.
32. Упізнаю побачені колись обличчя навіть через роки.
33. Люблю ходити під дощем, коли краплини стукують по парасольці.
34. Умію слухати те, що мені говорять.
35. Люблю танцювати, займатися спортом чи гімнастикою.
36. Не можу заснути, коли в кімнаті чути звуки годинника.
37. Коли слухаю музику, для мене важлива якість апаратури.
38. Коли слухаю музику, відбиваю ритм ногою.
39. На відпочинку не люблю оглядати пам'ятники архітектури.
40. Дуже дратує безлад.
41. Не люблю синтетичні тканини.
42. Уважаю, що атмосфера в кімнаті залежить від освітлення.
43. У вільний час люблю слухати музику.
44. Саме потиск руки багато говорить мені про особистість.
45. Охоче відвідую галереї та виставки.
46. Серйозна дискусія – це захоплююча справа.
47. Через дотик можна сказати значно більше, ніж словами.
48. У шумі не можу зосередитися.

Інтерпретація результатів:

Тип А – бачити. Малюнки, образні описи, фотографії говорять людям цього типу більше, ніж слова. Вони моментально схоплюють усе, що можна побачити: кольори, форми, лінії, гармонію та безлад, проте люблять їх чи ні, судять за тим, як на них дивляться.

Тип В – відчувати, відчувати на дотик. Почуття та враження людей цього типу стосуються переважно того, що відноситься до дотику, інтуїції, здогаду. У розмові їх цікавлять внутрішні переживання, але люблять їх чи ні, судять за тим, як до них торкаються.

Тип С – чути. Величезне значення для людей цього типу має все акустичне: звуки, слова, музика, шумові ефекти, але люблять їх чи ні, судять за тим, що їм говорять.

Подібність типів може сприяти спілкуванню, розбіжність породжує конфлікти й непорозуміння.

Завдання 4. Які з наведених висловлювань вірні (В) або не вірні (Н)?

1. Увага – необхідна умова виконання будь-якої діяльності.
2. Увага – вроджена, генетична здатність людини.
3. Увага людини визначається структурою діяльності, відображає її протікання та служить механізмом контролю.
4. В акті зосередження свідомості має місце відображення дійсності.
5. Увага – прояв внутрішньої волі, первинної духовної сили людини.
6. Довільна увага – свідомо регульоване зосередження на об'єкті, спрямоване вимогами діяльності.

Завдання 5. Виконайте тест на уважність.

Мета: визначити рівень уважності.

Інструкція. Дайте відповідь «так» чи «ні» на питання».

Питання:

1. Коли Ви граєте в якусь гру, чи часто програєте через неуважність?
2. Чи розігрують Вас знайомі?
3. Чи вмієте Ви одночасно займатися якоюсь справою та слухати, про що говорять навколо?
4. Чи знаходили Ви коли-небудь на вулиці гроші або ключі?
5. Чи дивитеся Ви уважно навсідч, коли переходите вулицю?
6. Чи можете Ви пригадати подробиці фільму, який подивилися вчора?
7. Коли відволікають від читання або будь-якої роботи, Ви дратуєтесь?
8. Чи перевіряєте Ви решту в магазині?
9. Чи швидко знаходите у квартирі потрібну річ?
10. Чи здригаєтесь, коли раптово хтось покличе Вас на вулиці?
11. Чи буває, що Ви одну людину приймаєте за іншу?
12. Захопившись бесідою в транспорті, чи можете Ви проїхати потрібну зупинку?
13. Чи можете Ви назвати дати народження близьких?
14. Чи легко Ви прокидаєтесь?

15. Чи знайдете у великому місті без сторонньої допомоги те місце, де побували один раз рік тому?

Обробка результатів

Одним балом оцінюються відповіді «так» на питання 2, 3, 4, 5, 6, 8, 9, 13, 14, 15 і відповіді «ні» на питання 1, 7, 10, 11, 12. Підсумуйте відповіді.

Інтерпретація результатів

11 балів і більше. Ви дивно уважні й проникливі. Вашій пам'яті можна тільки позаздрити.

5–10 балів. Ви досить уважні, не забуваєте нічого важливого, хоча й не про все пам'ятаєте, але все ж здатні у відповідальний момент зосередитися й не допустити помилки.

4 бали й менше. Ви дуже неуважні й це причина багатьох бід. Ви вперто не надаєте значення таким «дрібницям», хоча через Вашу неувагу неприємності терпить і оточення. Вам обов'язково потрібно тренувати свою увагу.

Завдання 6. Прокоментуйте наведені ситуації. У чому причини неувважності? Геніальність робить людей неувважними чи увага робить із них геніїв?

1. Одного разу І. Ньютон задумав зварити яйце. Узявши годинник, він запам'ятав початок варіння, але через деякий час виявив, що тримає в руках яйце, а варить годинник.

2. Відома історія, коли Н. Жуковський прийшов додому й подзвонив; через двері запитали: «Вам кого?» Він у відповідь: «Скажіть, чи вдома господар?» – «Ні». – «А господиня?» – «Ні, і господині немає. А що передати?» – «Скажіть, що приходив Жуковський».

3. Одного разу у відомого математика Гільберта був званий вечір. Після приходу одного з гостей мадам Гільберт відвела чоловіка в бік і сказала: «Давид, піди зміни краватку». Гільберт пішов. Минула година, а він все не повертався. Стривожена господиня будинку вирушила на пошуки чоловіка і, заглянувши в спальню, виявила, що він міцно спить у ліжку. Прокинувшись, Гільберт згадав, що, знявши краватку, автоматично став роздягатися далі й, одягнувши піжаму, ліг у ліжку.

4. Дені Дідро, наймаючи візників, забував відпускати їх, через що йому доводилося платити за всі дні, які вони марно простоювали біля його будинку.

Завдання 7. Прочитайте текст. Визначте найуважнішого. Відповідь аргументуйте.

Якось зав'язалася суперечка, хто найуважніший. Один стверджував, що це Іван Іванович: «Коли він читає книгу або слухає, що йому говорять, то ніщо його не може відволікти: ні поява когось у кімнаті, ні розмова сусідів, ні звук радіо. Уся його увага поглинена тим, що він робить у цей момент».

Інший учасник вважав найуважнішим Павла Миколайовича: «Із яким би захопленням він не розповідав (здається, що він весь поглинений розповіддю), жодна деталь поведінки учнів у класі не вислизає з його уваги. Він бачить і чує все, що діється навколо».

Третій вважав, що уважнішим за всіх є Микола Васильович: «Одного разу ми йшли в повній темряві дорогою й раптом несподівано спалахнуло та відразу згасло світло електричного ліхтарика. Ми встигли лише ледь помітити фігуру чоловіка, а Микола Васильович за цю коротку мить розгледів і чоловіка, і автомат у його руках, і що поруч стоїть собака, і навіть побачив червону зірочку на кашкеті. Виявилося, що він все помітив правильно. Ми зустріли прикордонника».

Завдання 8. Виберіть правильну відповідь із варіантів:

1. Під впливом смаку цукру знижується колірна чутливість до оранжево-червоних променів завдяки явищу:

- а) взаємодії аналізаторів;
- б) сенсibilізації;
- в) синестезії;
- г) контрасту;
- д) усі відповіді неправильні.

2. Під впливом попереднього подразнення ока червоним кольором чутливість зору в темряві посилюється внаслідок:

- а) контрасту;
- б) адаптації;
- в) синестезії;
- г) взаємодії аналізаторів;
- д) усі відповіді неправильні.

3. Під впливом деяких запахів (гераніолу, бергамотового масла) відбувається загострення слухової чутливості внаслідок:

- а) синестезії;
- б) контрасту;
- в) адаптації;
- г) сенсibilізації;
- д) взаємодії аналізаторів.

4. Після занурення руки в холодну воду подразник, нагрітий до 30°C , сприймається як теплий. Цю реакцію можна пояснити таким явищем:

- а) адаптація;
- б) контраст;
- в) синестезія;
- г) сенсibilізація;
- д) усі відповіді правильні.

5. Розмовляючи телефоном, ми чуємо не всі звуки, але розуміємо всю фразу завдяки такій властивості сприйняття:

- а) апперцепція;
- б) константність;
- в) предметність;
- г) цілісність;
- д) категоріальність.

6. Побачивши незнайомий предмет, ми намагаємося віднайти в ньому подібність зі знайомими нам об'єктами, віднести до якоїсь категорії, у цьому виявляється така властивість сприйняття як:

- а) цілісність;
- б) константність;
- в) апперцепція;
- г) предметність;
- д) категоріальність.

7. Чорнильна пляма, зазвичай, сприймається як цілісний предмет (птаха, якась тварина тощо). Відбувається це завдяки такій властивості сприйняття як:

- а) апперцепція;
- б) цілісність;
- в) категоріальність;
- г) предметність;
- д) константність.

8. Зосередженість свідомості на якомусь предметі, явищі, переживанні забезпечує:

- а) сприйняття;
- б) увага;
- в) рефлексія;
- г) упізнавання;
- д) усі відповіді правильні.

9. Увага виконує функцію:

- а) активізації потрібних психофізіологічних процесів;
- б) цілеспрямованого організованого відбору інформації, що надходить;
- в) забезпечення тривалого зосередження на об'єкті;
- г) фокусування свідомості на необхідних елементах дійсності;
- д) усі відповіді правильні.

10. Орієнтовний рефлекс розглядається як об'єктивна, вроджена ознака такого виду уваги, як:

- а) мимовільна;
- б) довільна;
- в) післядовільна;
- г) усі відповіді правильні;
- д) усі відповіді неправильні.

ПРАКТИЧНЕ ЗАНЯТТЯ 9-10

Тема: Психічні властивості особистості. Темперамент. Характер

ТЕОРИТИЧНА ЧАСТИНА

Дайте письмову відповідь на слідуючи контрольні питання:

1. Яку психічну властивість особистості називають темпераментом? У чому саме вона виявляється?
2. Хто першим здійснив спробу визначити типи темпераменту? Який внесок у вчення про темперамент І. П. Павлова?
3. Визначте фізіологічні основи і характер кожного типу темпераменту. Чи можна змінити свій тип темпераменту?
4. У чому виявляється взаємозв'язок характеру й темпераменту?
5. Поясніть значення поняття «риса характеру». Назвіть головні етапи формування характеру.

ПРАКТИЧНА ЧАСТИНА.

Завдання 1. Відеоролик. Тест на тип темпераменту. Висновок.

Завдання 2. Прочитайте інформацію, подану в уривках, і визначте тип темпераменту.

1. Улюблений колір – червоний. Вони живуть сьогоднішнім днем. Уже в дитинстві «червоні» діти серед кольорових олівців вибирають саме червоний. І весь світ для них здається яскравим і дивним.

2. Довго пам'ятають образи. Завжди серйозні, майже ніколи не відчують свободи й розкутості, приємної веселості. Вони ніколи не бувають активістами й громадськими діячами. Геніїв на нашій планеті якраз більше серед цих людей. Учені стверджують, що їх приблизно 48 %. Цікаве спостереження зробили лікарі: люди даного типу темпераменту в сільській місцевості нерідко перетворюються на флегматиків, а то й на сангвіників. Можливо, впливає свіже повітря, вода, їжа, праця й те, що в селі немає великого скупчення людей.

3. Нелегко розсмішити або розгнівати. Вони роблять усе без поспіху. Їхні смаки: спокійна музика, спокійна обстановка, пастельні кольори (перевагу надають синьому – світло-блакитному). Надійні в дружбі, сім'ї. В екстремальних умовах губляться, тому потребують підтримки.

4. Завжди перебувають із кимось у стані «війни». Медики стверджують, що в спеціалізованих закладах, колоніях, в'язницях їх найбільше. Вони надмірно агресивні. Серед композиторів, поетів, акторів, художників багато людей даного типу. Вони розкуті, компанійські. Музику люблять гучну, кольори дуже яскраві, різку зміну подій. Професії таких людей часто пов'язані з ризиком: дресирувальник, верхолаз, альпініст, атлет цирку, льотчик-випробувач, мандрівник.

Завдання 3. За характеристикою позитивних і негативних сторін визначте тип темпераменту, напишіть його замість знаку питання.

?	
<i>Позитивні сторони</i>	<i>Негативні сторони</i>
Висока чутливість, м'якість, людяність, доброзичливість, здатність до емпатії.	Повільність, байдужість, товстошкірість, сухість.

?	
<i>Негативні сторони</i>	<i>Позитивні сторони</i>
Схильність до зарозумілості, легковажність, поверховість, над товариськість, ненадійність.	Енергійність, захопленість, пристрасність, рухливість, цілеспрямованість.

?	
<i>Позитивні сторони</i>	<i>Негативні сторони</i>
Стійкість, постійність, терплячість, самовладання, надійність.	Низька працездатність, недовірливість, вразливість, замкненість, сором'язливість.

?	
<i>Негативні сторони</i>	<i>Позитивні сторони</i>
Запальність, агресивність, нестриманість, нетерплячість, конфліктність.	Життєрадісність, захопленість, чуйність, товариськість.

Завдання 4. Оберіть особливості, властиві сангвініку, флегматику, холерику й меланхоліку із доданих. Запишіть їх по типах.

Бадьорий, підвищений настрій, швидка пристосованість до нових обставин, повільне засвоєння й зміна навичок, невпевненість у собі, підвищена емоційна збудливість, витриманість, одноманітність міміки, енергійність, рухливість, пригніченість і розгубленість у разі невдач, швидка поява й зміна почуттів та емоційних станів, низька активність, терплячість, невиразність мовлення, рівний, спокійний настрій, збуджений стан, зосередженість уваги.

1. Сангвінік
2. Флегматик
3. Холерик
4. Меланхолік

Завдання 5. Уявіть, що Ви – керівник фірми й підбираєте співробітників. Людей якого типу темпераменту Ви б хотіли бачити на шести таких посадах і поясніть свій вибір:

1) секретар-референт, 2) водій, 3) агент із реклами, 4) бухгалтер, 5) агент зі зв'язків із громадськістю, 6) охоронець?

Завдання 6. Розв'язання психологічних ситуацій.

Ситуація № 1.

Учениці восьмого класу, важко розбиратися з клопотами життя у школі-інтернаті. Під впливом невдач вона швидко «опускає руки». Ніна добре співає й танцює, і тому прагне брати участь у концертах художньої самодіяльності. На репетиціях, коли щось не виходить, у неї різко змінюється настрій, і тоді вона може навіть розплакатися і розкиснути. Ніна досить недовірлива і досить болюче переживає несправедливість. У такі хвилини вона заглиблюється в себе, замикається в колі своїх переживань, покарання переживає дуже складно.

Ситуація № 2.

Слюсар працює на заводі вісім років. Завжди спокійний, тихий, непомітний, він тривалий час не привертав до себе уваги як організатор. Після неодноразового успішного виконання невеликих організаторських задач був висунутий в бригадири. В організаційній роботі неспішний, мовчазний, більше показує, ніж розказує і доводить, справою навчає, прикладом виховує, усе робить повільно, але ґрунтовно. Про нього говорять, що робить повільно, але переробляти після нього не доводиться. Спокійна діловитість та емоційна врівноваженість вирізняють його як бригадира.

Ситуація № 3.

У дитинстві хлопчик був виключно діяльною і невтомлюваною дитиною. Також він вирізнявся розумовою працездатністю. Протягом навчального дня він з повною увагою і напруженням працював на всіх уроках, не проявляючи ознак в'ялості або зниження активності. Хлопчик ніколи не боявся незнайомих людей, поводив себе серед них повільно і невимушено. Смілива, небоязка поведінка в різноманітних обставинах і пов'язане із цим почуття впевненості властиві Віталію. Невдачі в навчанні не пригнічують хлопчика. Низька оцінка не позбавляє його бадьорості і віри у власні сили.

Ситуація № 4.

Дівчинці 8 років, вона жвава, життєрадісна, кокетлива, любить поговорити; добра, але заздрісна, намагається бути помітною в колективі, заслужити похвалу. Товариська, енергійна. Іра цікавиться усім, але й інтереси не стійкі, вона швидко втрачає зацікавленість. Багато уваги приділяє своїй зовнішності: годинами може сидіти перед дзеркалом, змінювати зачіски, перев'язувати стрічки, уплітаючи у волосся квіти. Дівчинка в колективі активна, але якщо їй доводиться у загальній діяльності підпорядковуватися комусь з товаришів, вона втрачає будь-який інтерес до справи, стає до всього байдужою.

Завдання 7. Визначте спосіб реагування людей різних типів темпераментів на запропоновану ситуацію: трамвай наїхав на жінку, яка переходила рейки і наніс їй тяжких ушкоджень.

«Це була жахлива картина - пролунав роздираючий душу зойк, ринула кров. Мені почувся навіть хрускіт кісток, що ламалися. Ця картина стоїть у мене перед очима, переслідує мене, хвилює і тривожить».

«При мені вагон розчавив нещасну жінку. Ось людська доля: може вона поспішала до коханого чоловіка, до улюблених діток, під сімейний дах...А може не все так погано, може вона залишилась живою і лише поранена... Треба сподіватись на краще!».

«Розчавили жінку! Я давно казав, що міська управа недбало ставиться до виконання власних обов'язків: чи можна доручати управління трамваем таким водіям, які не вміють вчасно дзвонити і попереджати неухважного або глухого перехожого. І ось результат. Судити потрібно за ці недогляди й суворо судити!».

«Їхав я в кареті бачу стоїть трамвай, біля нього натовп, щось дивляться, я піднявся і бачу: лежить якась жінка поперек рейок, ймовірно, наїхали і розчавили. Я сів на своє місце і сказав візнику: «Пішов швидше».

Завдання 8. Вигадайте історію, у якій всі учасники будуть наділені тим чи іншим темпераментом. І ось ці герої потрапляють у якусь певну ситуацію. Як поведуть вони себе в силу свого темпераменту, що будуть робити? Пам'ятайте, що у цих людей різні психологічні особливості.

Ситуації: «Затримка рейсу». «Наречена спізнилася на весілля». «Завис комп'ютер». «Перегляд нового фільму».

Завдання 9. Які риси характеру виявляються в таких ситуаціях:

1. Людина ретельно готується до публічного виступу.
2. Дівчинка постійно розкидає свої речі, незважаючи на зауваження матері.
3. Школяр часто приходить на заняття з невиконаним домашнім завданням.
4. Старший брат не бажає ділитися солодощами з молодшим.
5. Співробітник не любить, коли його публічно хвалить керівник.
6. У компанії друзів він завжди в центрі уваги.
7. Юнак докладає максимум зусиль, щоб потрапити на міжнародні змагання.
8. Він не може відмовити, коли звертаються за допомогою.
9. Він завжди вітає зі святами всіх рідних і знайомих.
10. Навіть незначна критика викликає в нього негативну реакцію.

Завдання 10. Визначте тип акцентуації характеру особи.

1. Дівчина поводить себе зухвало, намагаючись привернути увагу оточенням.
2. Юнак завжди сором'язливий, чутливий, не любить шумних компаній, вважає за краще мати одного-двох друзів.
3. Співробітник лабораторії завжди виконує роботу за визначеним зразком, вважаючи що «нововведення» тільки зашкодять відпрацьованій технології.

4. Студент активний, упевнений у своїх силах, але водночас схильний давати обіцянки й не виконувати їх.

5. Учень добре знається на шкільному матеріалові, завжди готується до уроків, але соромиться відповідати перед усім класом.

6. Співробітник наукового відділу весь робочий час працює наодинці, практично не спілкується з колегами, оскільки не відчуває потреби в комунікації.

7. Юнак дуже любить перебувати в компанії, жартувати й розповідати анекдоти, бути заводієм.

8. Дівчина постійно сумнівається – чи правильно вона обрала одяг, чи правильно вчинила.

9. Хлопчик під час гри з друзями став відбирати в них іграшки, у пориві злості побився з ними й потім довго ходив ображений, намагався помститися.

10. Дівчинка перейшла на інший бік вулиці, коли їй перебіг дорогу чорний кіт.

11. Жінка прийшла з роботи втомлена, посварилася з чоловіком через невимитий посуд, але потім стала вибачатися за свою поведінку.

12. Актриса під час знімання вимагає до себе особливого ставлення та уваги, влаштовує скандали з будь-якого приводу, може піти зі знімального майданчика, якщо їй щось не влаштовує.

ПРАКТИЧНЕ ЗАНЯТТЯ 11-12

Тема: Емоційно-вольова сфера особистості

ТЕОРИТИЧНА ЧАСТИНА

Дайте письмову відповідь на слідуєчі контрольні питання:

1. Дайте визначення понять «почуття й емоції». Поясніть відмінності в прояві емоційних станів і почуттів людини.

2. Розкрийте зміст видів почуттів, емоційних, моральних, естетичних, інтелектуальних.

3. Як проявляються стенічні й астенічні емоції в поведінці людини. У чому виражається негативна роль афекту?

4. У чому виражаються функції емоційних проявів людини?

5. Дайте визначення поняття «воля». Розкрийте структуру вольової дії та назвіть функції волі.

ПРАКТИЧНА ЧАСТИНА

Завдання 1. Аналітичне завдання.

Проаналізуйте, чим відрізняються форми прояву гніву жінок і чоловіків (критерії: логічність, тривалість дозрівання, прояви, закінчення). Дайте рекомендації щодо боротьби з гнівливістю.

Чому гнів належить до смертних гріхів?

Завдання 2. Визначте, до якої категорії емоційних явищ (стенічні й астенічні емоції, настрій, афект, стрес) належить переживання, описане в кожному випадку.

1. Отримавши у свої ворота гол, гравці стали непізнаваними – куди їм поділися їхній запал та одержимість.

2. Під час складання вступного іспиту з математики сильний учень, відмінник не може впоратися з простенькою задачею. Він каже, що у нього якийсь дивний стан: усе забув.

3. Учень 7 класу розповідає, що коли він дуже засмучений, то завжди всім починає говорити грубості. Злість так захоплює його, що він хоче її вилити на інших. Через це виникають сварки, бійки й інші непорозуміння. Пізніше він шкодує про скоєне й кається.

4. Під час навчання стрибкам із парашутом деякі новачки не знаходять у собі сили, щоб вистрибнути з літака. Інших тільки повторним наказом вдається змусити зробити крок за його межі. Страх і хвилювання не залишають їх і тоді, коли шовковий купол парашута розкривається над головою. Люди втрачають здатність сприймати те, що відбувається, і не можуть зробити жодної розумної дії. Іноді такий стан не можна подолати й доводиться прощатися з мрією про стрибки.

5. Графиня Ростова після отримання звістки про загибель сина Петра «лежала на кріслі дивно-ніяково випинаючись, і билася головою об стіну...

– Наташо! кричала вона, відштовхуючи від себе оточення. – Ідіть геть, усе неправда! Убили! Ха-ха-ха! неправда!» (Л. М. Толстой «Війна й мир»).

Завдання 3. Проведіть дослідження імпульсивності у себе.

Методика: Дослідження імпульсивності.

Мета дослідження: виявлення рівня імпульсивності.

Матеріали та обладнання: тест-опитувальник В. А. Лосенкова.

Інструкція: Запропонований Вам тест – опитувальник містить 20 запитань. До кожного із запитань додано шкалу відповідей. Уважно прочитайте кожне запитання і обведіть колом номер вибраної Вами відповіді. У тексті немає «поганих» і «гарних» відповідей. Намагайтеся почуватися вільно і відповідати щиро. Перевагу надавайте тій відповіді, яка перша спадає Вам на думку.

Опитувальник:

I. Якщо Ви беретесь за яку-небудь справу, то чи завжди доводите її до кінця?

1. Звичайно, так.
2. Мабуть, так.
3. Мабуть, ні.
4. Ні, не завжди.

II. Ви завжди спокійно реагуєте на різкі чи невдалі зауваження на свою адресу?

1. Звичайно, так.

2. Мабуть, так.
 3. Мабуть, ні.
 4. Звичайно, ні.
- III. Ви завжди виконуєте свої обіцянки?
1. Звичайно, так.
 2. Мабуть, так.
 3. Мабуть, ні.
 4. Звичайно, ні.
- IV. Ви часто говорите і дієте під впливом хвилинного настрою?
1. Дуже часто.
 2. Досить часто.
 3. Досить рідко.
 4. Майже ніколи.
- V. Чи ви добре володієте собою в критичних, напружених ситуаціях?
1. Так, завжди володію.
 2. Мабуть, завжди.
 3. Мабуть, ні.
 4. Ні, не володію.
- VI. Чи часто у вас без достатньо вагомих причин змінюється настрій?
1. Таке зустрічається дуже часто.
 2. Буває час від часу.
 3. Таке трапляється рідко.
 4. Такого взагалі не буває.
- VII. Чи часто вам доводиться робити щось наспіх, коли час обмежений?
1. Звичайно, так.
 2. Мабуть, так.
 3. Мабуть, ні.
 4. Звичайно, ні.
- VIII. Чи могли б Ви назвати себе цілеспрямованою людиною?
1. Так, звичайно.
 2. Мабуть, так.
 3. Швидше всього, ні.
 4. Ні.
- IX. Чи дотримуєтесь Ви у словах і вчинках прислів'я «Сім разів відміряй, один раз відріж»?
1. Так завжди.
 2. Часто.
 3. Рідко.
 4. Ні, майже ніколи.
- X. Ви нарочито байдужі до тих, хто несправедливо сварить і зачіпає Вас, наприклад, в автобусі чи трамваї?
1. Так, я реаую майже завжди.
 2. Так, я реаую досить часто.
 3. Я рідко так реаую.

4. Я ніколи не реаую

XI. Ви сумніваєтесь у своїх силах і здібностях?

1. Так, часто.

2. Інколи.

3. Рідко.

4. Майже ніколи.

XII. Чи легко Ви захоплюєтеся новою справою, до якої потім можете швидко охолонути?

1. Звичайно, так.

2. Мабуь, так.

3. Мабуь, ні.

4. Звичайно, ні.

XIII. Ви вмієте стримувати себе, коли хтось із начальства без причини Вам дорікає?

1. Звичайно, так.

2. Мабуь, так.

3. Мабуь, ні.

4. Звичайно, ні.

XIV. Вам здається, що Ви ще не знайшли себе?

1. Згоден, саме так воно і є.

2. Швидше всього, це так.

3. З цим я навряд чи погоджуюся.

4. Я з цим, звичайно, не згоден.

XV. Чи буває так, що під впливом яких-небуь обставин Ваша думка про самого себе не раз змінювалася?

1. Саме так.

2. Досить ймовірно.

3. Малоймовірно.

4. Майже неможливо.

XVI. Зазвичай, Вас важко вивести із себе?

1. Звичайно, так.

2. Мабуь, так.

3. Мабуь, ні.

4. Звичайно, ні.

XVII. Чи виникають у Вас бажання, які з багатьох причин нездійсненні?

1. Такі бажання виникають у мене часто.

2. Такі бажання виникають час від часу.

3. У мене рідко виникають такі бажання.

4. Заздалегідь нездійснених бажань у мене не виникає.

XVIII. Чи помічаєте Ви, обговорюючи з кимось важливі життєві проблеми, що Ваші погляди ще не визначилися?

1. Так, часто помічаю.

2. Іноді помічаю.

3. Помічаю досить рідко.

4. Ні, ніколи не помічаю.

XIX. Чи трапляється таке, що якась справа Вам так набридає, що не закінчивши її, Ви беретесь за нову?

1. Так, часто трапляється.

2. Іноді таке буває.

3. Так буває досить рідко.

4. Таке майже ніколи не трапляється.

XX. Ви досить неврівноважена людина?

1. Звичайно, так.

2. Мабуть, так.

3. Мабуть, ні.

4. Звичайно, ні.

Обробка результатів.

У процесі обробки результатів підраховують величину показань імпульсивності Пі. Вона є сумою балів, набраною за всіма шкалами тесту-опитувальника.

У даному тесті-опитувальнику чотирибальна шкала відповідей.

Для запитань I, II, III, V, VIII, IX, X, XIII, XVI номер шкали відповідає кількості балів, тобто 1,2,3 або 4 (наприклад, питання №II-2 бали, №III-3 бали).

Для запитань IV,VI,VII, XI, XII, XIV, XV, XVII, XVIII, XIX, XX бали рахуються за шкалою у зворотному порядку, тобто шкалі I відповідає 4 бали, шкалі II- 3 бали, шкалі III- 2 бали, а шкалі IV - 1 бал.

Бланк відповідей

Варіанти відповіді	I	II	III	IV	V	VI	VII	VIII	IX	X	XI	XII	XIII	XIV	XV	XVI	XVII	XVIII	XIX	XX
1.Звичайно, так																				
БАЛИ																				
2.Мабуть, так																				
БАЛИ																				
3.Мабуть, ні																				
БАЛИ																				
4.Звичайно, ні																				
БАЛИ																				
ІТОГ																				

Аналіз результатів

Імпульсивність - це риса, протилежна волевим якостям цілеспрямованості і наполегливості. Чим більша величина показника імпульсивності Пі, тим більше рівень імпульсивності.

Рівень імпульсивності може бути охарактеризовано як високий, середній, низький.

Якщо величина Пі лежить у межах 66 – 80, то імпульсивність високого рівня, тобто виражена сильно; якщо величина Пі від 35 до 65, то рівень імпульсивності середній, тобто вона помірна; а якщо величина 34 і менше – імпульсивність низького рівня.

Імпульсивні люди часто мають невизначені життєві плани; в них немає інтересів і вони захоплюються то одним, то іншим.

Люди з низьким рівнем імпульсивності, навпаки, цілеспрямовані, мають чіткі ціннісні орієнтації, проявляють наполегливість у досягненні поставленої мети, намагаються довести розпочате до кінця.

Якщо імпульсивність висока, то треба скласти програму самовиховання, спрямовану на зниження її та збільшення цілеспрямованості. При цьому потрібно враховувати особливості локусу суб'єктивного контролю.

Завдання 4. Визначте, які види почуттів описані.

1. «Я танув і тремтів від невимовної насолоди, коли, писав музику до «Онегіна» (із листа П. І. Чайковського).

2. Після довгих зусиль учневі вдалося вирішити важке завдання, наслідком чого стала нестримна радість.

3. Хлопчик-староста був зовсім пригнічений тим, що хлопці назвали його «зрадником», оскільки він повідомив класному керівнику, хто розбив скло.

Завдання 5. Розкрийте зміст наведених визначень почуття «заздрість»?

«Заздрість – один із стимулів мрії» (Ілля Шевелєв).

«У заздрість, серед іншого, закладена любов до справедливості» (Вільям Хезлітт).

«Заздрісникові важко визнати чийось перевагу, але ще важче пробачити його» (А. Гришанков).

«Заздрість – ворог щасливих» (Епіктет).

«Заздрість – один із найдієвіших елементів ненависті» (О. Бальзак).

«Заздрість – сестра змагання, значить із хорошого роду» (О. С. Пушкін).

«Безсила злість втішає себе лихослів'ям» (П'єр Буаст).

«Заздрість – визнання себе переможеним» (А. Скрябін).

«Заздрість нападається на найвищі переваги й щадить одну тільки посередність» (Гастон де Левіс).

«Заздрість – мимовільна данина поваги, яку нікчемність платить гідності» (Антуан де Ламотт).

Завдання 6. Поясніть, чому виникають такі змістові протиріччя у виявленні почуттів.

1. Коли люди зустрічають близьких на вокзалі після довгої розлуки, вони часто плачуть, замість того, щоб радіти.

2. На весіллі молодята, замість того, щоб радіти, часто відчувають взаємне роздратування й переживають комплекс негативних емоцій.

3. Коли людина наштотується на перешкоду у своїй діяльності, вона, замість смутку й печалі, часто демонструє гнів, лють, агресію.

4. Спортсмени, виборовши світовий рекорд, замість відчуття гордості й щастя, часто плачуть і дратуються.

5. Коли людину провокують, ображають, зачіпають, вона часто сміється в обличчя кривднику.

6. У напружених екстремальних, ризикованих ситуаціях замість страху люди жартують, сміються.

Завдання 7. Завершіть давню притчу. Поясніть описане явище.

«Куди ти йдеш?» – запитав мандрівник, зустрівшись із Чумою.

«Іду в Багдад. Мені треба заморити там п'ять тисяч осіб». Через кілька днів той самий чоловік знову зустрів Чуму.

«Ти ж сказала, що замориш п'ять тисяч чоловік, а заморила п'ятдесят», – дорікнув він їй.

«Ні, – заперечила Чума, – я згубила тільки п'ять. Решта померла від ...»

Завдання 8. Визначте, які з названих позитивних і негативних емоцій відповідають стану підвищеної активності людини, а які – зниженої.

Радість, мрії, страх, обурення, туга, паніка, гнів, пригніченість, печаль, захват, страждання, лють, щастя, жах, екстаз, смуток, насолода, роздратування, здивування, інтерес.

Завдання 9. Визначте, де в поданих ситуаціях виявляється спонукальна, а де – гальмівна функція волі.

1. П'ятикласник наполегливо працює над завданням із математики, тому що мама дозволяє йому гуляти тільки тоді, коли уроки зроблені.

2. Під час повітряного бою льотчик отримав смертельне поранення. Якоїсь мить він зрозумів, що, якщо випустить із рук штурвал літака, загинуть усі, хто в ньому перебуває. І ось льотчик продовжує керувати літаком. Він благополучно садить його на землю і... з літака його виносять уже мертвим.

3. Абітурієнт уже втретє недобирає балів для вступу на навчання до обраного ЗВО, тож наступного року буде ще більш старанно готуватися.

4. Студент наполегливо вчить формули всю ніч перед іспитом. Очі злипаються, однак він підбадьорює себе думкою, що це останній іспит і він повинен здати його добре, аби не втратити стипендію.

5. Офіціанта образив клієнт ресторану, обливши його горілкою. Однак хлопець стійко переніс цю образу, сподіваючись отримати щедрі чайові.

6. Жінка третій день сидить на дієті, щоб до суботи схуднути до розміру сукні, яку вона планує одягнути на важливу подію.

7. Тринадцятирічний хлопчик купив скарбничку для того, щоб не витратити гроші, які він збирає на шкіряну «косуху».

8. Перед боксерським поєдинком Дерек Чисора дав ляпаса Віталію Кличку й виплюнув воду в обличчя його братові Володимиру, однак брати Клички витримали зневагу й не стали відповідати кривдникові поза рингом.

Завдання 10. Виконайте тест з метою визначення ступеня розвитку сили волі.

Інструкція. Відповідаючи на питання, позначте в таблиці знаком «+» обрану Вами одну з трьох відповідей «так», «не знаю (іноді)», «ні».

Питання:

1. Чи в змозі Ви завершити розпочату роботу, яка Вам нецікава, незважаючи на те, що час та обставини дозволяють зупинитися й пізніше знову повернутися до неї?

2. Долаєте Ви без особливих зусиль внутрішній опір, коли потрібно зробити щось неприємне (наприклад, заступити на чергування у вихідний день)?

3. Коли Ви потрапляєте в конфліктну ситуацію – у навчанні чи побуті – чи в змозі Ви взяти себе в руки настільки, щоб поглянути на ситуацію тверезо з максимальною об'єктивністю?

4. Якщо Вам призначено дієту, чи зможете подолати кулінарні спокуси?

5. Чи знайдете Ви вранці сили встати раніше, як було заплановано ввечері?

6. Чи залишитеся Ви на місці події, щоб дати свідчення?

7. Чи швидко Ви відповідаєте на листи?

8. Якщо у Вас викликає страх майбутній політ літаком або відвідування стоматологічного кабінету, чи зумієте Ви без особливих зусиль подолати це почуття та в останній момент не змінити свого наміру?

9. Чи будете Ви приймати дуже неприємні ліки, які Вам наполегливо рекомендує лікар?

10. Чи стримаєте Ви зопалу дане слово, навіть якщо його виконання завдасть чимало клопоту, іншими словами – чи є Ви людиною слова?

11. Чи не вагаючись Ви вирушаєте в ділову поїздку до незнайомого міста?

12. Чи дотримуетесь Ви чіткого розпорядку дня: час пробудження, прийому їжі, занять, прибирання й інших справ?

13. Чи ставитеся Ви несхвально до бібліотечних боржників?

14. Найцікавіша телепередача не змусить Вас відкласти виконання термінової роботи. Чи це так?

15. Чи зможете зупинити сварку й замовкнути, якими б образливими не здалися Вам слова «протилежної сторони»?

Обробка результатів

Підсумуйте отримані відповіді за такою системою: «так» – 2 бали; «ні» – 0 балів; «не знаю» – 1 бал.

Бланк відповідей

Варіанти відповіді	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	Разом
Так																
Ні																
Не знаю (іноді)																

Інтерпретація результатів

0–12 балів. Сила волі у Вас слабка. Ви просто робите те, що легше й цікавіше, навіть якщо це в чомусь може зашкодити. До обов'язків ставитеся нерідко абияк, що буває причиною різних Ваших неприємностей. Ваша позиція виражається відомим висловом: «Мені що, більше за всіх треба?» Будь-яке прохання, будь-який обов'язок Ви сприймаєте мало не як фізичний біль. Справа тут не тільки в слабкій волі, а й в егоїзмі. Спробуйте поглянути на себе, враховуючи таку оцінку, можливо, це допоможе змінити Ваше ставлення до оточення і щось «змінити» у своєму характері. Якщо вдасться – від цього виграє не тільки Ви.

13–21 бал. Сила волі у Вас середня. Якщо зіткнетеся з перешкодами, то почнете діяти, щоб подолати їх. Але якщо побачите обхідний шлях, тут же скористаєтеся ним. Не перестараетесь, але й дане Вами слово стримаєте. Неприємну роботу постараетесь виконати, хоча й побурчите. Із доброї волі зайві обов'язки на себе не візьмете. Це інколи негативно позначається на ставленні до Вас керівника, не з кращого боку характеризує і в очах оточення. Якщо хочете досягти в житті більшого, тренуйте волю.

22–30 балів. Із силою волі у Вас усе гаразд. На Вас можна покластися – Ви не підведете. Вас не страшать ані нові доручення, ані далекі поїздки, ані складні справи. Але іноді Ваша тверда й непримиренна позиція з непринципових питань докучає оточенню. Сила волі – це дуже добре, але треба розвивати ще й такі якості, як гнучкість, поблажливість, доброта.

ПРАКТИЧНЕ ЗАНЯТТЯ 13-14

Тема: Психологія групи. Міжособистісні стосунки і конфлікти.

ТЕОРИТИЧНА ЧАСТИНА.

Дайте письмову відповідь на слідуючи контрольні питання:

1. Що спільне та відмінне у діяльності корпорації та колективу? Дайте визначення цим поняттям.
2. Дайте характеристику внутрішньогруповим процесам.
3. Що таке референтність та у чому її специфіка?

4. Дайте характеристику поняттю «згуртованість групи»: основні показники, умови, динаміка розвитку. Назвіть основні причини психологічної несумісності індивіда з групою.

5. Які бувають види конфліктів, їх причини, функції, шляхи розв'язання?

ПРАКТИЧНА ЧАСТИНА.

Завдання 1. Схематично-табличне завдання.

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

2. Скласти таблицю «Вища форма розвитку групи», використовуючи матеріал лекції, підручника.

Завдання 2. Обґрунтуйте відповідь:

1. У чому суттєва різниця офіційного та неофіційного лідера групи?

2. Обґрунтуйте відповідь: чи існують якості особистості, які необхідні для лідерства за будь-яких умов?

3. Чи впливає на реальну популярність особистості статус формального лідера? Обґрунтуйте свою відповідь.

Завдання 3. Визначте за допомогою психологічного тесту основні тенденції Вашої поведінки в групі.

Методика «Q-сортування» (В. Стефансон)

Мета дослідження: вивчення уявлень людини про себе; визначення основних тенденцій поведінки людини в реальній групі: залежність, незалежність, товариськість, некоммунікбельність, прийняття «боротьби», «уникнення боротьби».

Інструкція. Прочитайте твердження. Співвіднесіть, наскільки вони притаманні Вам («так», «ні», «сумніваюсь»).

Твердження:

1. Критичний до оточення і товаришів.
2. Виникає тривога, коли в групі починається конфлікт.
3. Схильний слухати поради лідера.
4. Не схильний до занадто близьких стосунків із товаришами.
5. Подобається дружність у групі.
6. Схильний суперечити лідеру.
7. Відчуває симпатії до одного-двох членів групи.
8. Уникає зустрічей і зборів у групі.
9. Подобається похвала лідера.
10. Незалежний у судженнях і манері поведінки.
11. Готовий стати на чийсь бік у суперечці.
12. Схильний керувати товаришами.
13. Радіє спілкуванню з одним-двома друзями.
14. Зовні спокійний під час прояву ворожості з боку членів групи.

15. Схильний підтримувати настрій своєї групи.
16. Не надаю значення особистим якостям членів групи.
17. Схильний відволікати групу від її цілей.
18. Відчуває задоволення у разі протиставлення себе лідеру.
19. Хотів би зблизитися з деякими членами групи.
20. Воліє залишатися нейтральним у суперечці.
21. Подобається, коли лідер активний і добре керує.
22. Віддає перевагу холоднокровному обговоренню розбіжностей.
23. Недостатньо стриманий у вираженні почуттів.
24. Прагне згуртувати навколо себе односторонців.
25. Незадоволений занадто формальними відносинами.
26. Коли звинувачують – розгублюється й мовчить.
27. Воліє погоджуватися з основними напрямками.
28. Прив'язаний до групи в цілому більше, ніж до окремих товаришів.
29. Схильний затягувати й загострювати суперечку.
30. Прагне бути в центрі уваги.
31. Хотів би бути членом вужчого угруповання.
32. Схильний до компромісів.
33. Відчуває внутрішнє занепокоєння, коли лідер чинить усупереч його очікуванням.
34. Болісно реагує на зауваження товаришів.
35. Може бути підступним і вкрадливим.
36. Схильний взяти на себе керівництво в групі.
37. Відвертий у групі.
38. Виникає нервово занепокоєння під час групових розбіжностей.
39. Уважає за краще, коли лідер бере на себе відповідальність під час планування робіт.
40. Не схильний відповідати на прояв дружності.
41. Схильний сердитися на товаришів.
42. Намагається вести інших проти лідера.
43. Легко знайомиться за межами групи.
44. Намагається уникати втягування в суперечку.
45. Легко погоджується з пропозиціями інших членів групи.
46. Чинить опір щодо утворення угруповань.
47. Насмішкуватий та іронічний, коли роздратований.
48. Має неприязнь до тих, хто намагається виділитися.
49. Віддає перевагу меншій, але більш інтимній групі.
50. Намагається не показувати свої справжні почуття.
51. Стає на бік лідера під час групових розбіжностей.
52. Ініціативний у встановленні контактів у спілкуванні.
53. Уникає критики щодо товаришів.
54. Уважає кращим звертатися до лідера частіше, ніж до інших.
55. Не подобається, коли відносини в групі стають занадто фамільярними.

56. Любить затівати суперечки.
57. Прагне утримувати свій високий статус у групі.
58. Схильний втручатися в контакти товаришів, порушувати їх.
59. Схильний до перепалок, задиристий.
60. Схильний висловлювати невдоволення лідером.

Обробка та інтерпретація результатів тесту

Відповіді розносяться згідно з відповідними ключами й підраховуються тенденції по кожній зі сполучених пар. Оскільки заперечення однієї якості є визнанням полярної якості, кількість відповідей «так» додається до кількості відповідей «ні» протилежних тенденцій.

Три-чотири відповіді «сумніваюся» щодо окремих тенденцій розцінюються як ознака нерішучості, ухильності, астенічності, проте в інших випадках це може свідчити про відому вибірковість у поведінці, про тактичну гнучкість, стеничність. Ці якості можна верифікувати, аналізуючи їх у сукупності з іншими особистісними особливостями.

Можлива й нульова оцінка, коли суми відповідей за однією тенденцією збігаються з сумою відповідей за протилежною. Саме таке положення може стати джерелом внутрішнього конфлікту особистості, що знаходиться у владі протилежних тенденцій, що мають однакову виразність.

Залежність: 3, 9, 15, 21, 27, 33, 39, 45, 51, 54.

Незалежність: 6, 12, 18, 24, 30, 36, 42, 48, 57, 60.

Товариськість: 5, 7, 13, 19, 25, 31, 37, 43, 49, 52.

Нетовариськість: 4, 10, 16, 22, 28, 34, 40, 46, 55, 58.

Прийняття «боротьби»: 1, 11, 17, 23, 29, 35, 41, 47, 56, 59.

Уникання «боротьби»: 2, 8, 14, 20, 26, 32, 38, 44, 50, 53.

Опис шкал тесту

Тенденція до залежності визначена як внутрішнє прагнення індивіда до прийняття групових стандартів і цінностей: соціальних і морально-етичних.

Тенденція до товариськості свідчить про контактність, прагнення до утворення емоційних зв'язків як у своїй групі, так і за її межами.

Тенденція до «боротьби» – активне прагнення особистості брати участь у груповому житті, домагатися більш високого статусу в системі міжособистісних взаємин.

Тенденція до уникнення «боротьби» показує прагнення уникнути взаємодії, зберегти нейтралітет у групових суперечках і конфліктах, схильність до компромісних рішень.

Кожна з тенденцій має внутрішню й зовнішню характеристику, тобто залежність, товариськість і «боротьба» можуть бути істинними, внутрішньо притаманними особистості, а можуть бути зовнішніми, своєрідною «маскою», що приховує справжнє обличчя людини.

Якщо число позитивних відповідей у кожній сполученій парі (залежність – незалежність, товариськість – нетовариськість, прийняття «боротьби» – уникнення «боротьби») наближається до 20, то говорять про дійсне переважання тієї чи іншої стійкої тенденції, властивої індивіду.

Завдання 4. Визначте за допомогою психологічного тесту Ваш стиль міжособистісної взаємодії.

**Визначення стилю міжособистісної взаємодії
(С. В. Максимов, Ю. А. Лобейко)**

Мета дослідження: визначення стилів взаємодії та керівництва, визначення рівня активності – пасивності в міжособистісній взаємодії.

Інструкція. Уважно прочитайте кожне твердження й оцініть за п'ятибальною шкалою частоту прояву тієї чи іншої дії у Вашій звичайній взаємодії з іншими людьми.

Часто

5 4 3

Рідко

2 1

Твердження:

1. Вказую людям, що потрібно робити.
2. Вислуховую думку інших людей.
3. Даю можливість іншим брати участь у прийнятті рішення.
4. Даю можливість іншим діяти самостійно.
5. Наполегливо пояснюю, як потрібно щось робити.
6. Навчаю людей, як потрібно працювати.
7. Раджуся з іншими.
8. Не заважаю іншим працювати.
9. Вказую, коли потрібно виконувати роботу.
10. Зважаю на успіхи інших.
11. Підтримую ініціативу.
12. Не втручаюся в процес визначення цілей діяльності іншими.
13. Показую, як потрібно працювати.
14. Іноді даю можливість іншим брати участь в обдумуванні проблеми.
15. Уважно вислуховую співрозмовників.
16. Якщо втручаюся в справи інших, то по-діловому.
17. Думки інших не поділяю.
18. Докладаю зусиль для того, щоб залагодити розбіжності.
19. Намагаюся залагоджувати розбіжності.
20. Уважаю, що кожен повинен застосовувати свій таланти як може.

Обробка та інтерпретація результатів тесту:

1 стиль - дії 1, 5, 9, 13, 17 вказують на прихильність до директивного стилю;

2 стиль - дії 3, 7, 11, 15, 19 свідчать про прихильність до колегіального стилю;

3 стиль - дії 4, 8, 12, 16, 20 є індикаторами невтручання в дії інших людей;

4 стиль - дії 2, 6, 10, 14, 18 дають підставу судити про прихильність до ділового стилю.

У кожній групі максимально можна набрати 25 балів.

20 і більше балів свідчать про те, що опитуваний є прихильником стилю 1, 2, 3 або 4.

Якщо в якійсь групі набрано 12-14 балів, опитуваний схильний іноді проявляти цей стиль взаємодії.

Загальний показник (за опитувальником в цілому) у 70-80 балів вказує на спрямованість до взаємодії з людьми.

Показник у 30-40 балів говорить про пасивність особистості в груповій діяльності. Бажано зіставити самооцінку з оцінками підлеглих і колег. Саме на основі такого порівняння можлива свідомо корекція свого індивідуального стилю діяльності.

Завдання 5. Визначте за допомогою психологічного тесту Вашу бажану роль у групі.

Тест «Соціальні ролі в групі»

Мета дослідження: визначення бажаної соціальної ролі в групі.

Інструкція. У кожному розділі розподіліть 10 балів між твердженнями, які, на Вашу думку, найкраще характеризують Вашу поведінку. Ці бали можна або розподілити між декількома твердженнями, або в окремому випадку всі 10 балів віддати якомусь одному твердженню. Вносьте бали в таблицю.

Твердження:

1. *Що, на мою думку, я можу привнести в групову роботу:*

А. Я швидко знаходжу нові можливості.

Б. Я можу добре працювати з великою кількістю людей.

В. У мене багато нових ідей.

Г. Я допомагаю іншим людям висувати їхні ідеї.

Д. Я здатний дуже ефективно працювати й мені подобається інтенсивна робота.

Е. Я згоден бути непопулярним, якщо в підсумку це призведе до гарних результатів.

Ж. Зазвичай, я працюю швидко.

И. У мене немає упереджень, тому завжди допускаю альтернативній дії.

2. *Виявляю свої недоліки під час групової роботи, можливо, це тому, що:*

А. Я дуже напружений, якщо запланований захід не проведено.

Б. Я даю занадто велику свободу людям, чия точку зору вважаю обґрунтованою.

В. Я маю слабкість багато говорити самому.

Г. Власний погляд на речі заважає мені негайно розділяти ентузіазм колег.

Д. Якщо мені необхідно чогось досягти, буваю авторитарним.

Е. Мені важко поставити себе на місце керівника, оскільки боюся зруйнувати атмосферу співпраці в групі.

Ж. Я дуже захоплююся власними ідеями та втрачаю суть того, що відбувається в групі.

И. Мої колеги вважають, що я занадто турбуюся через несуттєві деталі й

хвилююся, що нічого не вийде.

3. Коли я включений в роботу з іншими:

А. Я впливаю на людей, не пригнічуючи їх.

Б. Я дуже уважний, отже помилок через недбалість бути не може.

В. Я готовий наполягати на якійсь дії, щоб не втратити час і не випустити з уваги головну мету.

Г. У мене завжди є оригінальні ідеї.

Д. Я завжди готовий підтримати хорошу пропозицію в загальних інтересах.

Е. Я дуже уважний до нових ідей і пропозицій.

Ж. Оточенню подобається моя холодна розсудливість.

И. Мені можна довірити контроль за роботою.

4. Під час групової роботи характерним є те, що:

А. Я дуже зацікавлений у тому, щоб добре знати своїх колег.

Б. Я спокійно поділяю погляди оточення або дотримуюся поглядів меншості.

В. У мене завжди знайдуться аргументи для спростування помилкових пропозицій.

Г. Я думаю, що маю здібності виконати роботу в разі форс-мажору.

Д. У мене є схильність уникати очевидного, припускаючи щось несподіване.

Е. Усе, за що я беруся, намагаюся зробити найдосконалішим. Ж. Я готовий встановлювати контакти й поза групою.

И. Хоча мене цікавлять усі точки зору, я, не вагаючись, можу прийняти власне рішення, якщо потрібно.

5. Я отримую задоволення від своєї роботи, тому що:

А. Мені подобається аналізувати ситуації та шукати правильний вибір.

Б. Мені подобається знаходити практичні розв'язання проблеми.

В. Мені подобається відчувати, що я впливаю на встановлення хороших взаємин.

Г. Мені приємно впливати на прийняття рішень.

Д. У мене є можливість зустрічатися з людьми, які можуть запропонувати щось нове.

Е. Я можу домогтися згоди людей щодо перебігу виконання роботи.

Ж. Мені подобається зосереджувати власну увагу на виконанні поставлених завдань.

И. Мені подобається працювати в галузі, де можу застосовувати уяву й творчі здібності.

6. Якщо я несподівано отримав важке завдання, яке необхідно виконати в обмежений час і з незнайомими людьми:

А. Я буду відчувати себе загнаним у глухий кут, поки не знайду вихід із нього й не вироблю свою лінію поведінки.

Б. Я буду працювати з тим, у кого виявиться найкраще рішення, навіть якщо він мені не симпатичний.

В. Я намагатимуся знайти людей, між якими зможу розділити на частини це завдання, у такий спосіб зменшивши обсяг роботи.

Г. Моє вроджене почуття часу не дозволить мені відійти від графіка.

Д. Я вірю, що буду спокійно, на межі своїх можливостей, йти прямо до мети.

Е. Я буду прагнути досягти визначеної мети всупереч будь-яким скрутним ситуаціям.

Ж. Я готовий взяти виконання роботи на себе, якщо побачу, що група не впорається.

И. Я влаштую обговорення, задля стимулювання людей до висловлення нових ідей і пошуку можливостей просування до мети.

7. Мої проблеми під час роботи в групі:

А. Я завжди показую нетерпіння, якщо хтось гальмує процес.

Б. Деякі люди критикують мене за те, що я занадто аналітичний і мені не вистачає інтуїції.

В. Моє бажання переконатися, що робота виконується на найвищому рівні, викликає невдоволення.

Г. Мені дуже швидко все набридає, і я сподіваюся тільки на одного-двох людей, які можуть надихнути мене.

Д. Мені важко розпочати роботу, якщо чітко не уявляю своєї мети.

Е. Іноді важко пояснити іншим якісь складні речі, що приходять мені на розум.

Ж. Я розумію, що вимагаю від інших зробити те, чого сам зробити не можу.

И. Якщо натрапляю на реальний опір, то мені важко чітко викласти власну точку зору.

Обробка результатів та інтерпретація.

Побудуйте таблицю відповідно до наведеного нижче «ключа», вписуючи з кожного питання поруч із відповідною буквою ту кількість балів, яку Ви дали цьому варіанту відповіді в таблиці відповідей випробуваного. Підрахуйте суму балів у кожному з восьми стовпців. Виділіть ті стовпці-ролі, які набрали найбільшу суму. Ці ролі Ви частіше виконуєте в групі.

Ключ

Питання	I	II	III	IV	V	VI	VII	VIII
1	Г	Е	В	И	Ж	Б	А	Д
2	Б	Д	Ж	Г	А	Е	В	И
3	А	В	Г	Ж	И	Д	Е	Б
4	И	Б	И	В	Г	А	Ж	Д
5	Е	Г	И	А	Б	В	Д	Ж
6	В	Ж	А	Д	Е	Б	И	Г
7	Ж	А	Е	Б	Д	И	Г	В
Підсумок								

Прочитайте й проаналізуйте опис ролей у груповій взаємодії:

I роль – голова; *II роль* – формувач; *III роль* – генератор ідей; *IV роль* – оцінювач ідей; *V роль* – організатор роботи; *VI роль* – організатор групи; *VII роль* – дослідник ресурсів; *VIII роль* – завершувач.

Завдання 6. Візьміть участь у вирішенні ситуаційних завдань щодо визначення конфліктної ситуації (визначити причину конфлікту, конфліктну ситуацію, інцидент).

Ситуація 1. Вас нещодавно призначено менеджером по персоналу. Ви ще погано знаєте співробітників фірми, які ще теж не знають Вас в обличчя. Ви йдете на нараду до генерального директора, проходить повз кімнату для паління й помічаєте двох співробітників, які курять і про щось жваво розмовляють. Повертаючись із наради, яка тривала одну годину, Ви знову бачите тих самих співробітників на тому самому місці за бесідою.

Як би Ви вчинили в такій ситуації? Поясніть свою поведінку.

Ситуація 2. Ви начальник відділу. У відділі напружена ситуація: зриваються терміни виконання робіт, не вистачає співробітників. Виїжджаючи у відрядження, Ви випадково зустрічаєте свою підлеглу – молоду жінку, яка вже два тижні перебуває на лікарняному. Ви бачите її абсолютно здоровою. Дівчина когось із нетерпінням очікує в аеропорту.

Як Ви вчините в такій ситуації? Поясніть свою поведінку.

Ситуація 3. Одна співробітниця висловлює інші претензії щодо систематичних численних помилок в її роботі. Друга співробітниця приймає висловлювані претензії за образу. Між ними виникає конфлікт.

У чому причина конфлікту? Визначте конфліктну ситуацію.

Ситуація 4. Керівник узяв на роботу фахівця, який має працювати в підпорядкуванні його заступника. Прийом на роботу не було узгоджено із заступником. Незабаром виявилася нездатність нового працівника виконувати свої обов'язки. Заступник у службовій записці доповідає про це керівнику...

Як би Ви вчинили на місці керівника? Програйте можливі варіанти.

Ситуація 5. У відповідь на критику, яка прозвучала на службовій нараді від підлеглого, начальник почав прискіпуватися до дрібниць у його роботі й посилив контроль за його діяльністю.

У чому причина конфлікту? Визначте конфліктну ситуацію.

Ситуація 6. Ви досвідчений, авторитетний начальник відділу, який давно обіймає цю посаду. Напередодні свята Ви надали прізвища кращих співробітників свого відділу для заохочення. Серед тих, кому має бути вручена грамота та грошова премія, Сидоров, якого Ви особисто попередили про необхідність з'явитися на урочисті збори для нагородження. Сидоров разом зі своєю сім'єю з'явився, але грамоту й премію, з невідомих для Вас причин, йому не вручили. Наступного дня, не встигнувши розібратися в причинах непорозуміння, Ви випадково зустрічаєте Сидорова в коридорі.

Які можливі варіанти розвитку ситуації, що виникла? Як би Ви поводитись у кожній із них?

Ситуація 7. Робітники одного з цехів підприємства неодноразово заявляли про незадовільні умови праці, висловлювали побоювання за своє здоров'я (у цеху не приділялося належної уваги забезпеченню безпеки праці). Працівникам уже понад три місяці не виплачували заробітну плату. Два дні тому з одним із робітників на виробництві стався нещасний випадок. Це переповнило чашу терпіння робітників. Вони відмовилися працювати й запросили на збори керівництво підприємства...

Як би Ви вчинили в цій ситуації як керівник підприємства?

ПРАКТИЧНЕ ЗАНЯТТЯ 15-16

Тема: Розвиток навичок і умінь перцептивного спілкування

ТЕОРИТИЧНА ЧАСТИНА

Дайте письмову відповідь на слідуючи контрольні питання:

1. Розкрийте поняття «соціальна перцепція» та її особливості.
2. Які механізми міжособистісного сприйняття ви можете назвати?
3. Перерахуйте фундаментальні помилки каузальної атрибуції?
4. Які бувають види соціальних стереотипів?
5. Перелічіть і розкрити основні ефекти сприйняття?

ПРАКТИЧНА ЧАСТИНА

Завдання 1.

I. Проаналізуйте уривки з художніх творів, визначте типову схему перцепції, помилки соціального сприйняття.

1. «Дивна річ, якою повною буває ілюзія того, що краса є добро. Гарна жінка говорить дурниці. Ти її слухаєш і не чуєш дурниць, а чуєш розумне. Вона говорить і робить паскудні речі, а ти бачиш щось дуже миле. Коли вона не говорить ні дурниць, ні гидоти, а гарна, то переконуєшся, що вона чудо як розумна і моральна» (Л.М. Толстий «Крейцерова соната»).

2. «Що дозволено Юпітеру, то не дозволену бугаю» (прислів'я).

3. «Краса робить справжні дива. Всі душевні недоліки, які є у красуні, замість того, аби викликати огиду, стають надзвичайно привабливі» (М.В. Гоголь «Невський проспект»).

II. Прикладом якоїсь фундаментальної помилки каузальної атрибуції є наступний експеримент.

Уявіть, що вам запропонували за 2500 грн. протягом 2 годин ходити з рекламним плакатом «Кока-коли» центральною вулицею вашого міста. Чи

погодилися б ви? А тепер припустимо, що все населення вашого міста віком від 18 до 60 років – це 100%. Скільки відсотків із них, на вашу думку, прийняли б аналогічну пропозицію? Подивіться, чи віднесли ви себе до більшості (пам'ятаєте, що 50% – це більшість).

Досвід проведення цього експерименту, отриманий на сучасних громадянах, показує, що, за рідкісними винятками, люди зараховують себе до більшості.

III. До якого ефекту сприйняття можна віднести опис експерименту?

1. Молодим людям запропонували оцінити жіночий почерк, причому до тексту додався жіночий портрет. В одних групах піддослідних використовувався портрет жінки з привабливою зовнішністю, а в інших – портрет «дурниці». Вищі оцінки отримав почерк гарної жінки.

2. Згадайте зі свого життя випадки, коли перше враження про якусь людину виявилось для вас помилковим? Що ви відчували, коли це зрозуміли? Що сприяло створенню неправильного сприйняття? Як ви усвідомили його хибність? Про які помилки, можливо, йшлося?

3. Олександр Дюма у своїй книзі про подорож розповідає наступну історію про випадок, що трапився з імператором Олександром І.

«Одного разу, прибувши в малоросійське село, одягнений у військовий сюртук, без будь-яких зовнішніх відзнак, які б вказували на його звання, Олександр вийшов з коляски і, поки перепрягали коней, пішки піднявся на невисокий пагорб, на вершині якого дорога роздвоювалася. Там стояв невеличкий будиночок, крайній у цьому селищі, а біля порога будинку сидів, покурюючи, чоловік, одягнений у шинель, що нагадувала шати імператора.

- Приятелю, - запитав Олександр, вживши слово, яке зазвичай використовують співрозмовники у розмові на рівних, - якою з цих доріг треба їхати, щоб дістатися до...?

Людина з люлькою оглянула імператора з голови до ніг, здивована, що якийсь мандрівник дозволив собі звернутися до людини його чину так фамільярно, і, недбало, вказавши рукою на одну з доріг, сказав:

- По цій, голубчику.

Імператор зрозумів, що припустився помилки, надто безцеремонно звернувшись до такої важливої особи, якою був на вигляд його співрозмовник.

- Вибачте, пане, - сказав він, наблизившись до нього і піднісши долоню до свого кашкета, - ви дозволите ще одне запитання?

- Ну так? Яке? – спитав курець зневажливо.

- Дозвольте поцікавитись: який у вас чин?

- Вгадайте

- Мабуть, пане - поручик?

- Беріть вище.

- Капітане?

- Ще вище.
- Майор?
- Давайте далі...
- Підполковнику?
- Ось тепер у крапку.

Імператор вклонився.

- А тепер моя черга, - сказав чоловік, пихкаючи трубкою.
- Будь ласка, хто ви?
- Відгадайте, – відповів імператор.
- Поручник?
- Вище.

- Капітане?

- Ще вище.

- Майор?

- Далі, далі...

- Підполковнику?

- Мимо.

Курець підвівся з місця.

- Полковнику?

- Не вгадали.

Людина вийняла трубку з рота і прийняла шанобливу позу.

- Ваше превосходительство, отже генерал-лейтенант?

- Вже ближче.

- Може, фельдмаршал?

- Ще зусилля, підполковнику, і ви вгадаєте.

- Його імператорська величність! - Вигукнув підполковник, випустивши з рота трубку, яка, впавши на землю, розлетілася на шматочки ... »

Поясніть і розкрийте, який чинник завадив курцеві дізнатися імператора за схемою стереотипізації:

- а) фактор привабливості;
- б) фактор відношення до нас;
- в) фактор переваги.

4. Що ви знаєте про феномен «байдужого спостерігача»? Які фактори можуть вплинути на отримання необхідної допомоги?

Прочитайте опис ситуацій та вкажіть, у якій із двох ситуацій у героя більше шансів дочекатися допомоги від оточуючих. Аргументуйте свою думку.

а) Турист заблукав і не може знайти дорогу до готелю у невеликому провінційному містечку.

АБО

Турист заблукав і не може знайти дорогу до готелю у багатомільйонному місті.

б) Сергій Олексійович на своїй машині «Лада-Калина» їхав з дачі на важливу зустріч із представниками великої фірми, з якою передбачалося співробітництво. Раптом щось трапилося зі зчепленням. Сергій Олексійович у випрасуваному костюмі та суворій краватці стояв на дорозі і чекав на допомогу. Дорога оголошувалась лише ревом мотоциклів рокерів.

АБО

Сергій їхав мотоциклом у місто, раптова поломка змусила його зупинитися на узбіччі дороги. Вдалині з'явилися мотоцикли рокерів.

в) Порив мокрого вітру вирвав з рук Ольги парасольку і погнав її вздовж набережної.

АБО

Ольга намагається прилаштувати свою пляжну парасольку, але вона ніяк не може захистити її від сонячних променів.

5. Про який вид стереотипів йдеться у дослідженнях американського вченого Secorda? Люди зі схожими рисами обличчя справді виявилися схожими між собою і за особистісними характеристиками.

IV. Проаналізуйте текст і сформулюйте свої уявлення про роль кольору в соціальній перцепції.

- Я уловлюю сигнали у вигляді кольорів... Деякі з нас можуть відчувати кольори, що випромінюють інші люди. Сигнали, які випромінюєте ви, я сприймаю як блідо-червоні. Щось тепле, але агресивне. Як сигнал попередження. Він притягує до себе, але й говорить про якусь небезпеку...

- Послухати його, так все бісове населення – ходяча веселка.

- Є деякі психологічні підтвердження тому, що він говорить. Різні емоції асоціюються з кольорами. Це є підставою для підбору кольорової гами в суспільних місцях, в кімнатах готелю, інститутах. Блакитний, наприклад, асоціюється з депресією. В психіатричних клініках ти знайдеш чимало кімнат, пофарбованих блакитними кольорами. Червоний - колір агресії, гніву. Чорний – хворобливий, лиховісний і так далі... Я уловлюю пастельні відтінки від багатьох жінок, ці жіночі відтінки відповідають кольорам їхнього одягу - рожеві, жовті, блідо-блакитні і зелені. Це пасивні, холодні, тендітні дамочки. Іноді я бачу жінку, що випромінює темні сильні кольори, наприклад, темно-синій, бордовий або червоний. Вони більш сильного типу. Зазвичай агресивні, вони можуть бути адвокатами, лікарями або діловими жінками і часто носять костюми цих кольорів (П. Корнуэлл).

Завдання 2. Проведіть «Тест комунікативних умінь» (Л. Міхельсона). Прокоментуйте отримані результати і зробіть висновок.

Мета: Визначення рівня комунікативної компетентності і якості сформованості основних комунікативних умінь.

Інструкція: «Опитувальник містить опис 27 комунікативних ситуацій. До кожної ситуації пропонується 5 можливих варіантів поведінки. Уважно

прочитайте кожну з описаних ситуацій і виберіть один варіант поведінки в ній. Це має бути найбільш характерна для Вас поведінка, те, що Ви дійсно робите в таких випадках, а не те, що, по-вашому, слід було б робити. Не можна вибирати два або більше варіантів або приписувати варіант, не зазначений в опитувальнику».

Тестовий матеріал

1. *Хто-небудь говорить Вам: "Мені здається, що Ви чудова людина". Ви зазвичай в подібних ситуаціях:*

- а) Говорите: "Ні, що Ви! Я таким не є".
- б) Говорите з посмішкою: "Спасибі, я дійсно людина видатна".
- в) Говорите: "Спасибі".
- г) Нічого не говорите і при цьому червонієте.
- д) Говорите: "Так, я думаю, що відрізняюся від інших і в кращу сторону".

2. *Хто-небудь здійснює дію або вчинок, які, на Вашу думку, є чудовими. У таких випадках Ви зазвичай:*

- а) Поступаєте так, як якщо б ця дія не була настільки чудовою, і при цьому говорите: "Нормально".
- б) Говорите: "Це було чудово, але я бачив результати трохи краще".
- в) Нічого не говорите.
- г) Говорите: "Я можу зробити набагато краще".
- д) Говорите: "Це дійсно чудово!"

3. *Ви займаєтеся справою, яка Вам подобається, і думаєте, що вона у Вас виходить дуже добре. Хто-небудь говорить: "Мені це не подобається!" Зазвичай в таких випадках Ви:*

- а) Говорите: "Ви - дурень!"
- б) Говорите: "Я все ж думаю, що це заслуговує гарної оцінки".
- в) Говорите: "Ви праві", хоча насправді не згодні з цим.
- г) Говорите: "Я думаю, що це видатний рівень! Що Ви в цьому розумієте".
- д) Відчуваєте себе скривдженим і нічого не говорите у відповідь.

4. *Ви забули взяти з собою якийсь предмет, а думали, що принесли його, і хтось говорить Вам: "Ви такий тюхтій! Ви забули б і свою голову, якби вона не була прикріплена до плечей". Зазвичай Ви у відповідь:*

- а) Говорите: "У будь-якому випадку, я розумніше за Вас! Крім того, що Ви в цьому розумієте!".
- б) Говорите: "Так, Ви праві. Іноді я веду себе як тюхтій."
- в) Говорите: "Якщо хто-небудь тюхтій, то це Ви".
- г) Говорите: "У всіх людей є недоліки. Я не заслуговую такої оцінки тільки за те, що забув щось."
- д) Нічого не говорите або взагалі ігноруєте цю заяву.

5. *Хто-небудь, з ким Ви домовилися зустрітися, запізнився на 30 хвилин, і це Вас засмутило, причому людина ця не дає жодних пояснень своєму запізненню. У відповідь Ви зазвичай:*

- а) Говорите: "Я засмучений тим, що Ви змусили мене стільки чекати".
- б) Говорите: "Я все думав, коли ж Ви прийдете".
- в) Говорите: "Це був останній раз, коли я змусив себе чекати Вас".
- г) Нічого не говорите цій людині.
- д) Говорите: "Ви ж обіцяли. Як Ви сміли так спізнюватися!"

6. Вам потрібно, щоб хто-небудь зробив для Вас одну річ. Зазвичай в таких випадках Ви:

- а) Нікого ні про що не просите.
- б) Говорите: "Ви повинні зробити це для мене".
- в) Говорите: "Не могли б Ви зробити для мене одну річ?", після цього пояснюєте суть справи.
- г) Злегка натякаєте, що Вам потрібна послуга цієї людини.
- д) Говорите: "Я дуже хочу, щоб Ви зробили це для мене".

7. Ви знаєте, що хтось відчуває себе засмученим. Зазвичай в таких ситуаціях Ви:

- а) Говорите: "Ви виглядаєте засмученими. Чи не можу я допомогти.?"
- б) Перебуваючи поряд, не заводите розмови про його стан.
- в) Говорите: "У Вас якась неприємність?"
- г) Нічого не говорите і залишаєте цю людину наодинці з собою.
- д) Сміючись говорите: "Ви просто як велика дитина!"

8. Ви відчуваєте себе засмученим, а хто-небудь говорить: "Ви виглядаєте засмученими". Зазвичай в таких ситуаціях Ви:

- а) Негативно качаєте головою або ніяк не реагуєте.
- б) Говорите: "Це не Ваша справа!"
- в) Говорите: "Так, я трохи засмучений. Спасибі за участь".
- г) Говорите: "Дарма".
- д) Говорите: "Я засмучений, залиште мене одного".

9. Хто-небудь засуджує Вас за помилку, яку зробив інший. У таких випадках Ви зазвичай:

- а) Говорите: "Ви збожеволіли!"
- б) Говорите: "Це не моя вина. Цю помилку зробив хтось інший".
- в) Говорите: "Я не думаю, що це моя вина".
- г) Говорите: "Залиште мене у спокої, Ви не знаєте, що Ви говорите".
- д) Приймаєте свою провину або не кажете нічого.

10. Хто-небудь просить Вас зробити що-небудь, але Ви не знаєте, чому це повинно бути зроблено. Зазвичай в таких випадках Ви:

- а) Говорите: "Це не має ніякого сенсу, я не хочу це робити".
- б) Виконуєте прохання і нічого не говорите.
- в) Говорите: "Це дурість; я не збираюся цього робити".
- г) Перш ніж виконати прохання, говорите: "Поясніть, будь ласка, чому це повинно бути зроблено".
- д) Говорите: "Якщо Ви цього хочете ...", після чого виконуєте прохання.

11. *Хтось говорить Вам, що на його думку, те, що Ви зробили, чудово. У таких випадках Ви зазвичай:*

- а) Говорите: "Так, я, зазвичай, це роблю краще, ніж більшість інших".
- б) Говорите: "Ні, це не було настільки здорово".
- в) Говорите: "Правильно, я дійсно це роблю краще за всіх".
- г) Говорите: "Спасибі".
- д) Ігноруєте почуте і нічого не відповідаєте.

12. *Хто-небудь був дуже люб'язний з Вами. Зазвичай в таких випадках Ви:*

- а) Говорите: "Ви дійсно були дуже люб'язні по відношенню до мене".
- б) Дієте так, ніби ця людина не була настільки люб'язна до Вас, і говорите: "Так, дякую".

в) Говорите: "Ви поводитися відносно мене цілком нормально, але я заслуговую більшого.

- г) Ігноруєте цей факт і нічого не говорите.
- д) Говорите: "Ви поводитися відносно мене недостатньо добре".

13. *Ви розмовляєте з приятелем дуже голосно, і хто-небудь говорить Вам: "Вибачте, але Ви поводитися занадто шумно". У таких випадках Ви:*

- а) Негайно припиняєте бесіду.
- б) Говорите: "Якщо Вам це не подобається, провалюйте звідси".
- в) Говорите: "Вибачте, я буду говорити тихіше", після чого розмовляєте приглушеним голосом.

- г) Говорите: "Вибачте" і припиняєте бесіду.
- д) Говорите: "Все в порядку" і продовжуєте голосно розмовляти.

14. *Ви стоїте в черзі, і хто-небудь стає попереду Вас. Зазвичай в таких випадках Ви:*

- а) Неголосно коментуєте це, ні до кого не звертаючись, наприклад: "Деякі люди поведуться дуже нервово".
- б) Говорите: "Ставайте в хвіст черги!"
- в) Нічого не говорите цьому типу.
- г) Говорите голосно: "Вийди з черги, ти, нахаба!"
- д) Говорите: "Я зайняв чергу раніше. Будь ласка, станьте в кінець черги".

15. *Хто-небудь робить що-небудь таке, що Вам не подобається і викликає у Вас сильне роздратування. Зазвичай в таких випадках Ви:*

- а) Викрикуєте: "Ви бовдур, я ненавиджу Вас!"
- б) Говорите: "Я сердитий на Вас. Мені не подобається те, що Ви робите."
- в) Дієте так, щоб пошкодити цій справі, але нічого цього типу не кажете.
- г) Говорите: "Я розсерджений. Ви мені не подобаєтесь".
- д) Ігноруєте цю подію і нічого не говорите цьому типу.

16. *Хто-небудь має що-небудь таке, чим Ви хотіли б користуватися. Зазвичай в таких випадках Ви:*

- а) Говорите цій людині, щоб вона дала Вам цю річ.
- б) Утримуєтеся від усяких прохань.

в) Відбираєте цю річ.

г) Говорите цій людині, що Ви хотіли б користуватися даним предметом, і потім просите його у неї.

д) Розмірковує про цей предмет, але не просите його для користування.

17. *Хто-небудь запитує, чи може він отримати у Вас певний предмет для тимчасового користування, але оскільки це новий предмет, Вам не хочеться його позичати. У таких випадках Ви зазвичай:*

а) Говорите: "Ні, я тільки що отримав його і не хочу з ним розлучатися; може бути коли-небудь потім".

б) Говорите: "Взагалі-то я не хотів би його давати, але Ви можете покористуватися ним".

в) Говорите: "Ні, придбайте свій!"

г) Позичаєте цей предмет всупереч своєму небажанню.

д) Говорите: "Ви збожеволіли!"

18. *Якісь люди ведуть бесіду про хобі, яке подобається і Вам, і Ви хотіли б приєднатися до розмови. У таких випадках Ви зазвичай:*

а) Не кажите нічого.

б) Перериваєте бесіду і відразу розповісте про свої успіхи в цьому хобі.

в) Підходите ближче до групи і при слушній нагоді вступаєте в розмову.

г) Підходите ближче і очікуєте, коли звернуть на Вас увагу.

д) Перериваєте і негайно говорите, як сильно Вам подобається це хобі.

19. *Ви займаєтеся своїм хобі, а хто-небудь питає: "Що Ви робите?"*

Зазвичай Ви:

а) Говорите: "О, це дрібниця". Або: "Та нічого особливого".

б) Говорите: "Не заважайте, хіба Ви не бачите, що я зайнятий?"

в) Продовжуєте мовчки працювати.

г) Говорите: "Це зовсім Вас не стосується".

д) Припиняєте роботу і пояснюєте, що саме Ви робите.

20. *Ви бачите людину, яка спіткнулася і падає. У таких випадках Ви:*

а) Розсміявшись, говорите: "Чому Ви не дивитесь під ноги?"

б) Говорите: "У Вас все гаразд? Може я щось можу для Вас зробити?"

в) Питаєте: "Що сталося?"

г) Говорите: "Це все вибоїни в тротуарі".

д) Ніяк не реагуєте на цю подію.

21. *Ви стукнулися головою об полицю і набили шишку. Хто-небудь говорить: "З Вами все гаразд?". Зазвичай Ви:*

а) Говорите: "Я прекрасно себе почуваю. Залиште мене у спокої!"

б) Нічого не говорите, ігноруючи цю людину.

в) Говорите: "Чому Ви не займаєтеся своєю справою?"

г) Говорите: "Ні, я забив свою голову, дякую за увагу до мене".

д) Говорите: "Дарма, у мене все буде о'кей".

22. *Ви припустилися помилки, але вина за неї покладена на когось*

іншого. Зазвичай в таких випадках Ви:

- а) Не нажите нічого.
- б) Говорите: "Це їх помилка!"
- в) Говорите: "Цю помилку допустив Я".
- г) Говорите: "Я не думаю, що це зробила ця людина".
- д) Говорите: "Це їх гірка доля".

23. Ви відчуваєте себе ображеним словами, сказаними ким-небудь на Вашу адресу. У таких випадках Ви зазвичай:

- а) Ідете геть від цієї людини, не сказавши їй, що вона засмутила Вас.
- б) Заявляєте цій людині, щоб вона не сміла більше цього робити.
- в) Нічого не говорите цій людині, хоча відчуваєте себе скривдженим.
- г) У свою чергу ображаєте цю людину, називаючи її по імені.
- д) Заявляєте цій людині, що Вам не подобається те, що вона сказала, і що вона не повинна цього робити знову.

24. Хто-небудь часто перебиває, коли Ви говорите. Зазвичай в таких випадках Ви:

- а) Говорите: "Вибачте, але я хотів би закінчити те, про що розповідав".
- б) Говорите: "Так не роблять. Можу я продовжити свою розповідь?"
- в) Перериваєте цю людину, відновлюючи свою розповідь.
- г) Нічого не говорите, дозволяючи іншій людині продовжувати свою промову.
- д) Говорите: "Замовкніть! Ви мене перебили".

25. Хто-небудь просить Вас зробити що-небудь, що завадило б Вам здійснити свої плани. У цих умовах Ви зазвичай:

- а) Говорите: "Я дійсно мав інші плани, але я зроблю те, що Ви хочете.
- б) Говорите: "Ні в якому разі! Пошукайте кого-небудь ще".
- в) Говорите: "Добре, я зроблю те, що Ви хочете".
- г) Говорите: "Відійдіть, залиште мене в спокої".
- д) Говорите: "Я вже приступив до здійснення інших планів. Можливо, коли-небудь потім".

26. Ви бачите когось, з ким хотіли б зустрітися і познайомитися. У цій ситуації Ви зазвичай:

- а) Радісно окликаєте цю людину і йдете їй назустріч.
- б) Підходите до цієї людини, представляєтеся і починаєте з нею розмову.
- в) Підходите до цієї людини і чекаєте, коли вона заговорить з Вами.
- г) Підходите до цієї людини і починаєте розповідати про великі справи, які зробили Ви.
- д) Нічого не говорите цій людині.

27. Хто-небудь, кого Ви раніше не зустрічали, зупиняється і гукає Вас вигуком "Привіт!". У таких випадках Ви зазвичай:

- а) Говорите: "Що Вам потрібно?"
- б) Не кажете нічого.

- в) Говорите: "Залиште мене у спокої".
- г) Вимовляєте у відповідь "Привіт!", представляєтеся і просите цю людину представитися у свою чергу.
- д) Киваєте головою, вимовляєте "Привіт!" і проходите мимо.

Обробка та аналіз результатів. Даний тест являє собою різновид тесту досягнень, тобто побудований за типом завдання, у якого є правильна відповідь – деякий еталонний варіант поведінки, який відповідає компетентному, впевненому, партнерському стилю. Ступінь наближення до еталону можна визначити по числу правильних відповідей. Неправильні відповіді підрозділяються на неправильні "знизу" (залежні) і неправильні "зверху" (агресивні). Вам пропонується ключ, за допомогою якого можна визначити, до якого типу реагування належить обраний варіант відповіді: впевненого, залежного або агресивного. У результаті пропонується підрахувати число правильних і неправильних відповідей у відсотковому відношенні до загального числа обраних відповідей.

Відзначте, який спосіб спілкування Ви вибрали (залежний, компетентний, агресивний) в кожній запропонованій ситуації відповідно до ключа. Проаналізуйте результати: які вміння у Вас сформовані, який тип поведінки переважає?

Всі питання розділені авторами на 5 типів комунікативних ситуацій:

- 1 тип. - ситуації, в яких потрібна реакція на позитивні висловлювання партнера (питання 1, 2, 11, 12);
- 2 тип. - ситуації, в яких людина повинна реагувати на негативні висловлювання (питання 3, 4, 5, 15, 23, 24);
- 3 тип. - ситуації, в яких до людини звертаються з проханням (питання 6, 10, 14, 16, 17, 25);
- 4. ситуації бесіди (13, 18, 19, 26, 27);
- 5. ситуації, в яких потрібно проявити емпатію (розуміння почуттів і станів іншої людини (питання 7, 8, 9, 20, 21, 22).

Блоки умінь:

- 1. Уміння надавати і приймати знаки уваги – питання 1, 2, 11, 12.
- 2. Реагування на справедливу критику – питання 4, 13.
- 3. Реагування на несправедливу критику – питання 3, 9.
- 4. Реагування на провокуючу поведінку з боку співрозмовника – питання 5, 14, 15, 23, 24.
- 5. Уміння звернутися з проханням – питання 6, 16.
- 6. Уміння відповісти відмовою на прохання, сказати "ні" – питання 10, 17, 25.
- 7. Уміння самому надати співчуття, підтримку – питання 7, 20.
- 8. Уміння самому приймати співчуття і підтримку – питання 8, 21.
- 9. Уміння вступити в контакт з іншими, контактність – питання 18, 26.
- 10. Реагування на спробу вступити з Вами в контакт – питання 19, 27.

ПРАКТИЧНЕ ЗАНЯТТЯ 17-18

Тема: Предмет, завдання та методи вікової психології

ТЕОРИТИЧНА ЧАСТИНА.

Дайте письмову відповідь на слідуючи контрольні питання:

1. Чи було виникнення вікової психології закономірним явищем розвитку психічної науки? Чому? З якими галузями психології вікова психологія пов'язана найбільш тісно?
2. Які з методів збору фактичних даних є найбільш важливими для вікової психології? Чому?
3. Доведіть, що психологічна спостережливість – складова частина педагогічної майстерності вчителя.
4. Дайте порівняльну характеристику методів спостереження та експерименту у віковій психології.
5. Як Ви оціните ідею розподілу дітей за їх інтелектуальними здібностями за допомогою психологічних тестів з тим, щоб навчати їх в подальшому за навчальними програмами різної складності. Аргументуйте свою точку зору.

ПРАКТИЧНА ЧАСТИНА.

Завдання 1. Порівняйте предмет і завдання вікової психології та предмет і завдання загальної психології. Визначте спільне та відмінне.

Завдання 2. Визначте, якими методами користувалися дослідники?

1. Трьома групами дослідників вивчалася пам'ять дітей-дошкільників трьома різними способами.

У першому випадку дослідник відвідував звичайні заняття дітей у дитячому садку, на яких діти заучували вірші. При цьому реєструвалася кількість повторень вірша, необхідна для запам'ятовування.

У другому випадку дослідник пропонував дітям гру «Магазин», в ході якої кожна дитина усно отримувала перелік «товарів», які мала «купити» в уявному магазині через деякий час. При цьому реєструвалася кількість «товарів», про які дитина згадала, роблячи «покупки».

У третьому випадку дітям (кожному окремо) пропонувалося запам'ятати ряд слів і через деякий час відтворити їх. При цьому реєструвалася кількість слів, які дитина відтворювала.

У чому переваги та недоліки кожного із методів?

2. Студент Олександр вивчав методом спостереження успішність засвоєння різними учнями середньої школи навчального матеріалу, що викладався за новою методикою. При цьому він був присутній на уроку і реєстрував реакції учнів на питання вчителя. Одного разу одна з учениць відповіла на питання дуже тихо і Олександр не почув відповіді. Тоді він піднявся і попросив ученицю повторити відповідь голосніше.

Якої помилки припустився Олександр?

3. У кінці навчального року вихователька зібрала малюнки за рік і на батьківських зборах доповіла, як діти зросли за цей час, якими навичками малювання вони оволоділи, як у них розвинена уява, спостережливість. Особливу увагу вона звернула на малюнки дітей за задумом.

Укажіть метод вивчення особливостей дитячої психіки вихователем дитсадка.

Завдання 3. Проаналізуйте наведену анкету. Визначте, які з питань не відповідають вимогам до анкетного методу? Чому?

1. У тебе є друзі?
2. Ти бився коли-небудь?
3. У тебе часто буває поганий апетит?
4. Ти можеш за себе постояти?
5. Кого ти більше любиш: маму чи тата?
6. Ти любиш ходити до школи?
7. Ти можеш назвати себе розумним?
8. Ти ніколи не помиляєшся у людях?
9. Ти б краще жив удома з батьками чи з бабусею?
10. Хто з учителів тобі подобається найбільше?

Завдання 4. Проаналізуйте протокол спостереження, проведеного студенткою.

Визначте, у яких записах (а, б, в, г, д, е) відображено об'єктивні факти, а у яких – їх тлумачення (суб'єктивна інформація).

Заняття із математики у старшій групі дитячого садка. Об'єкт спостереження: Саша (5 років)

Протокол спостереження

Дії вихователя	Дії дітей	Дії Саші
а) вихователь добре підготовлений до заняття	б) всі діти уважно слухають і добре працюють	в) Саша швидко підняв руку на перше питання: «На скільки більше предметів на верхній сходинці порівняно із нижньою?»
г) задав питання: «Чи правильно відповів Саша?»	д) діти знають відповідь, тому що всі підняли руки	е) Саша слухає уважно, він хоче все зрозуміти

Чому необхідно реєструвати лише факти спостереження, супутні ситуації, а не їх інтерпретацію?

Завдання 5. Прокоментуйте висловлювання науковців:

1). «Людина не отримує від природи у готовому вигляді розумову діяльність, а вчиться мислити, засвоює розумові операції. Задача вчителя – вміло керувати цим процесом, контролювати не лише результати розумової діяльності, але й хід її формування».

2) «Деякі люди вважають, що розумові здібності спадкові. Інші ж вважають, що це не так: всі люди здатні досягти однакового рівня розумового розвитку, якщо їм будуть надані однаково сприятливі умови навчання. Перші стверджують, що діти, які успадкували гени хороших розумових здібностей, стануть високоінтелектуальними особистостями, навіть без особливого навчання, в той час як діти, яким не пощастило щодо генів, не зможуть здобути користі навіть із найкращого навчання».

3) «Ми починаємо життя, маючи на руках гени, як гравець починає партію, маючи на руках карти. Іноді роздача може бути такою невдалою, що складно очікувати навіть помірною успіху. Ще рідше вона буває настільки чудовою, що для досягнення успіху не потрібно жодних старань. Частіше за все успіх залежить від уміння і досвіду гравця. Справедливо буде зазначити, що межі його успіху визначаються картами, якими володіють він та інші гравці; проте наскільки він наблизиться до межі, залежить від його уміння. Хороший гравець із поганими картами може досягти більшого успіху, ніж поганий гравець із хорошими картами».

4) «Дитина не розвивається спочатку і потім виховується та навчається, вона розвивається навчаючись, і навчається, розвиваючись. У реальному перебігу навчання і розвитку відбувається і одне й інше – і засвоєння певної системи знань, і, разом з тим, розвиток здібностей дитини».

До яких методологічних позицій схилиються автори наведених висловлювань? Які теорії психічного розвитку не визнають дитину суб'єктом впливу? Аргументуйте свою думку. Висловіть свою думку щодо даного питання.

Завдання 6. Дайте відповідь.

1. Серед деяких батьків поширена думка, що недоліки їх дітей (наприклад, лінощі, впертість, непослух тощо) – зумовлені спадковістю.

Чому теорія спадковості поширена серед батьків? Дайте психологічне обґрунтування. Які фактори психічного розвитку впливають на формування рис характеру дитини?

2. Відомо, що у розвитку дитини значну роль відіграє приклад батьків, який діти наслідують.

Чому іноді у активних і діяльних батьків виростають ліниві і пасивні діти? Назвіть можливі причини.

3. Психологи відзначають, що у закритих дитячих будинках, незважаючи на достатню турботу персоналу, діти перших років життя погано набирають вагу, пізно починають ходити, часто хворіють і різко відстають у загальному психічному розвитку.

Поясніть причини такого явища. Чи можливе воно в умовах сімейного виховання дитини?

4. Петрик (2 роки 7 місяців) часто хворів, подовгу знаходився у лікарні, практично не розмовляв. Згодом мамі довелося витратити багато зусиль для того, щоб хлопчик нормально говорив.

Назвіть основну причину труднощів у засвоєнні мовлення Петром.

5. Коля – рухливий хлопчик. Його руки постійно чимось зайняті. Він хапає предмети, що потрапляють на очі. У нього з’являється багато ідей, він намагається їх відразу висловити. Коля непосида: в усьому він хоче взяти участь, все спробувати, проте дуже швидко кидає почату справу і береться за нову. Мамі це не подобається. Вона постійно його стримує, заспокоює.

Поясніть, чи можна дитину-непосиду зробити спокійною? Дайте психологічне обґрунтування. Якою, на вашу думку, має бути поведінка мами із точки зору психологічної доцільності виховних впливів?

6. Учень 2 класу Костя (9 років) зовні виглядає років на 6. У поведінці відчувається невпевненість. У сім’ї Кості – мама, бабуся, дідусь. Батько залишив родину. Ніяких скандалів, бійок, пиятики.

Розмовляємо із хлопчиком:

– Ким ти, Костя, будеш, коли виростеш?

– Ким-небудь буду, звичайно...Адже усі дорослі кимось бувають... Можливо, буду слюсарем... або буду вулиці підмітати...не знаю, не впевнений...

– Як ти вчишся?

– Слабкий я, часто хворію. За усіма предметами погані оцінки. Дуже боюся, коли до дошки викликають... Стою і дивлюся на усіх – соромно мені, що нічого сказати не можу. І все забуваю, навіть те, що знав...

– А ти хочеш, щоб були оцінки?

– Ні, не хочу. Якби їх не було, ніхто б не знав, що я такий поганий, що зовсім нічого не вмію...

Дайте психологічний коментар ситуації. Які фактори психічного розвитку і яким чином могли вплинути на психічний розвиток Кості?

Завдання 7. Тест.

1. Вікова психологія вивчає психіку людини в:

- а) філогенезі;
- б) онтогенезі;
- в) в філогенезі і онтогенезі;
- г) всі відповіді невірні.

2. Вивчення психіки в онтогенезі це –

- а) вивчення психіки в розвитку;
- б) вивчення психіки на різних етапах еволюції тваринного світу від найпростіших організмів до людини;
- в) вивчення психіки на різних етапах психічного розвитку людини від народження до старості;
- г) вивчення дитячої психіки.

3. Предметом вікової психології є:

- а) дослідження психологічних закономірностей процесу спрямованої соціалізації;

- б) психологічні закономірності навчання і виховання дітей різного віку;
- в) вікова динаміка психіки людини, розвиток психічних процесів і властивостей особистості;
- г) вивчення особливостей дитячої психіки.

4. Вікова психологія не включає такий розділ:

- а) геронтопсихологія;
- б) порівняльна психологія;
- в) психологія зрілості;
- г) психологія дошкільника.

5. Найбільш вивченим розділом вікової психології є:

- а) психологія старіння;
- б) психологія зрілості;
- в) психологія дитинства;
- г) психологія юнацтва.

6. Вікова психологія найтісніше пов'язана з такими галузями психологічної науки:

- а) соціальна психологія, психологія індивідуальних відмінностей;
- б) педагогічна психологія, загальна психологія;
- в) психологія аномального розвитку, диференційна психологія;
- г) психологія особистості, шкільна психологія.

7. Геронтопсихологія вивчає психологічні особливості людини такого віку:

- а) похилого;
- б) підліткового;
- в) юнацького;
- г) пренатального.

8. Ананьєв Б.Г. розрізняє такі групи методів психологічних досліджень:

- а) спостереження, експериментальні методи, неекспериментальні методи, методи обробки та інтерпретації даних;
- б) емпіричні, експериментальні, гуманітарні, інтерпретаційні;
- в) організаційні, емпіричні, інтерпретаційні, методи обробки даних;
- г) спостереження, експеримент, опитування, тестування, метод поздовжніх зрізів, методи обробки даних.

9. Основні методи досліджень вікової психології:

- а) близнюковий метод, спостереження, формуючий експеримент;
- б) спостереження, експеримент;
- в) експеримент, тестування;
- г) спостереження, анкетування, тестування.

10. Основні недоліки методу спостереження:

- а) пасивність дослідника, складність повторного дослідження;
- б) суб'єктивізм дослідника, особистість вивчається фрагментарно;
- в) можливе надмірне втручання психолога в хід дослідження;
- г) потребує багато часу; поведінка досліджуваних може бути неприродною.

11. Експеримент в роботі з дітьми дозволяє отримати кращі результати тоді, коли він організований і проведений у формі:

- а) діалогу;
- б) лабораторного дослідження;
- в) іспиту;
- г) гри.

12. Метод близнюків дозволяє дослідити проблему співвідношення впливу на психічний розвиток людини наступних чинників:

- а) сім'ї і школи;
- б) навчання і виховання;
- в) філогенезу і онтогенезу;
- г) спадковості і середовища.

13. Загальнонауковий метод дослідження, який полягає у виконанні досліджуваним певного завдання чи їх серій, це:

- а) психологічне тестування;
- б) лонгітюдний метод;
- в) анкетування;
- г) моделювання.

14. Який метод психології полягає у виявленні впливу життєвих подій на розвиток психіки людини:

- а) соціометричний;
- б) природний експеримент;
- в) лонгітюдний;
- г) біографічний.

15. Виберіть найбільш правильну характеристика методу психологічного експерименту:

- а) експериментатор втручається в природний перебіг подій, але не має можливості викликати досліджувані явища;
- б) експериментатор втручається в природний перебіг подій і викликає за бажанням досліджувані явища;
- в) експериментатор не втручається в природний перебіг подій, але відповідні дані одержує за допомогою експериментальної апаратури;
- г) дослідник обов'язково залучає до експерименту дві групи – контрольну та експериментальну.

ПРАКТИЧНЕ ЗАНЯТТЯ 19-20

Тема: Психологічні особливості розвитку дитини до вступу в школу

ТЕОРИТИЧНА ЧАСТИНА.

Дайте письмову відповідь на слідуючи контрольні питання:

1. Значущість раннього дитинства для подальшого розвитку особистості.
2. Провідна діяльність у ранньому віці та її розвиток.
3. Особливості розвитку мовлення дітей раннього віку.
4. Формування особистості дитини в ранньому віці.
5. Характеристика розвитку пізнавальних процесів у ранньому віці.

ПРАКТИЧНА ЧАСТИНА.

Завдання 1. Психологічні завдання.

1. Шлях жінки до материнства тривалий і складний. Ще до народження дитини майбутня мама повинна знати про особливості розвитку дитини і специфіку піклування про неї, повинна розвивати свою емоційну сферу і готуватися до спілкування з дитиною.

Що сприяє розвитку почуття материнства? Висловіть свою думку з цього приводу.

2. Дослідники стверджують, що новонароджений, знаходячись у стані голодного збудження, заспокоюється, якщо чує спокійне серцебиття матері, що записане на магнітофон.

Поясніть це явище.

3. Мама Наталки (дівчини 4 місяці) весь час – і на прогулянці, і вдома – розмовляє з донькою, наспівує їй пісеньки.

Сусідка сказала їй : «Ну що ти з нею говориш, вона все одно нічого ще не розуміє!».

Дайте психологічний коментар ситуації. Який вплив здійснює мовлення дорослого на розвиток психіки дитини?

4. Коли тато підійшов до доньки Олі (10 місяців) у незнайомому форменому кашкеті, дівчинка раптом гірко заплакала.

Чому так трапилося?

5. Юрі (9 місяців) дуже подобається викидати іграшки з ліжка або манежу. Продавлюючи іграшки в отвори сітки ліжка або між стойками манежу, Юра випускає їх з рук: падають кільця, качечка, брязкальце та інше.

Мама постійно піднімає іграшки і складає їх до ліжка або манежу, а син достає їх і знову кидає на підлогу.

Як має поводитись мама в даній ситуації? Який вид мислення розвивається у малюка при подібних діях з іграшками, предметами?

6. Мишкові (1 рік 3 місяці) ще важко даються слова, і він часто застосовує жести. Мати, зрозумівши чого він хоче, відразу виконує його бажання.

Чи впливає швидке задоволення потреб дитини на розвиток її мовлення?

7. Мишко (2 роки 5 місяців) у своїй родині чує багато казок, розповідей, розмов на різні теми. Мама вважає, що це необхідно для його психічного розвитку.

Миколка (2 роки 5 місяців) у своїй родині, навпаки, мало чує, але багато бачить. Мама йому постійно купує книжки з картинками. Разом вони розглядають їх, милуючись гарними малюнками.

Дайте психологічний коментар ситуаціям Що недовраховує мама Мишика і мама Миколки? Аргументуйте свою думку.

8. Ліна (3 роки) співає пісеньку «Ялинка». Замість слів «мороз сніжком укутував», вона промовляє «мороз мішком укутував».

Наталя (2 роки 10 місяців) співає цю пісеньку так: «... вовк, сердитий вовк із лисом пробігав» (замість «рисцою пробігав»).

Дайте психологічний аналіз причин викривлення слів. Як поводитись дорослим в цих ситуаціях?

9. Беручи олівці й папір, Сергійко сказав, що він намалює солдата. Однак, коли малюнок було закінчено, хлопчик заявив, що він намалював потяг.

Чи закономірне це явище? Якими особливостями психічного розвитку можна його пояснити?

10. Лбоня закинув м'ячик на шафу і намагається безуспішно його дістати. Мама пропонує йому подумати, як можна дістати м'ячик. Лбоня відповідає: «Потрібно не думати, потрібно діставати!»

Які особливості мислення проявилися у хлопчика в даній ситуації?

11. «Це добре, що ти вирішив прибрати олівці, тепер можеш іти гратися,» – сказав вихователь Вані (хлопчику 3 роки).

Ваня і не думав збирати олівці, але після слів вихователя він і сам повірив, що хотів це зробити. Хлопчик охоче виконав підказані йому дії.

На які особливості формування особистості дитини спирався вихователь у даній ситуації?

12. «Я теж хочу варити кашу», – говорить Ніна (дівчинці 3 роки), спостерігаючи, як мама варить кашу. «Ти ще маленька, – відповідає мама, – кашу варять лише дорослі». «Я хочу», – наполягає дівчинка. Нарешті мама не витримує: «Не заважай мені, іди гратись»

З яким явищем у розвитку дитини пов'язана поведінка Ніни? Яка роль дорослого в цей період розвитку дошкільника?

13. Одна мама говорить іншій:

– Як гарно малює ваш Сергійко. А у мого сина одні каракулі. Скільки не говорю, щоб він малював акуратно, однак малює погано.

– А ви пробували його вчити?

– Я часто саджаю Петрика за малювання. Мабуть, у нього немає здібностей, засмутилась мама Петрика.

Дайте психологічний коментар ситуації.

14. Дитині старшого дошкільного віку запропонували розв'язати задачу:

«Мама з'їла 3 цукерки, а син 2. Скільки вони разом з'їли цукерок?»
Хлопчик відмовився розв'язати задачу, мотивуючи тим, що так не буває.

Якими особливостями розвитку пізнавальної сфери дитини можна пояснити це явище?

Завдання 2. Тест: "Готовність дитини до школи"

Мета тесту: Оцінити психологічні особливості розвитку дитини, необхідні для успішного навчання в школі.

Інструкція для батьків/вчителів:

Запитання слід задавати дитині в невимушеній атмосфері. Для кожного запитання надайте можливість дитині відповісти самостійно. Відповіді фіксуються у формі:

2 бали – виконано повністю;

1 бал – частково виконано;

0 балів – не виконано.

Питання тесту

Когнітивний розвиток

1. Назви кілька предметів, які ти бачиш у цій кімнаті.

2. Скільки буде $2 + 3$?

3. Чи можеш повторити за мною слова: "сонце, дерево, зошит"?
(Перевірка пам'яті).

4. Покажи праву руку. А тепер ліву.

5. Що станеться, якщо влітку випаде сніг? (Оцінка логічного мислення).

Мовленнєвий розвиток

6. Назви кольори цього малюнка.

7. Склади речення зі словами "м'яч" і "гра".

8. Розкажи, що ти сьогодні їв/їла на сніданок.

Емоційний розвиток

9. Що тебе радує?

10. Що робити, якщо ти засмутився/засмутилася?

Соціальний розвиток

11. Що робити, якщо ти хочеш позичити олівець у друга?

12. Як поводитись, якщо хтось тебе образив?

Мотиваційна готовність до навчання

13. Чому ти хочеш ходити до школи?

14. Що ти думаєш про нових друзів у школі?

Обробка результатів

27-30 балів – дитина добре підготовлена до школи;

20-26 балів – необхідно звернути увагу на деякі аспекти (емоційний стан, соціальні навички);

Менше 20 балів – варто приділити увагу всім аспектам розвитку.

Окремо проаналізуйте кожну категорію (когнітивний розвиток, емоційний розвиток тощо), щоб визначити сильні та слабкі сторони дитини.

Завдання 3. Тест для батьків: "Чи готова ваша дитина до школи?"

Мета тесту: Визначити психологічні та соціальні аспекти готовності дитини до навчання в школі на основі оцінки батьків.

Інструкція для батьків:

Прочитайте кожне твердження та оберіть варіант відповіді, який найкраще відповідає поведінці вашої дитини:

так – 2 бали; іноді – 1 бал; ні – 0 балів.

Питання тесту:

1. Когнітивний розвиток

1. Ваша дитина може зосередитися на одному завданні протягом 10-15 хвилин.

2. Дитина вміє рахувати хоча б до 10.

3. Вона може розпізнати та назвати основні геометричні фігури (круг, квадрат, трикутник).

4. Дитина розуміє поняття "більше", "менше", "однаково".

5. Вона запам'ятовує та переказує короткі історії чи казки.

2. Мовленнєвий розвиток

6. Дитина чітко формулює свої думки, відповідаючи на запитання.

7. Вона може підтримувати просту бесіду.

8. У мовленні дитини немає значних мовленнєвих порушень (картавості, сильного шепелявлення тощо).

3. Емоційна зрілість

9. Дитина адекватно реагує на успіхи та невдачі (не плаче або не ображається без причини).

10. Вона здатна самотійно заспокоїтися у стресових ситуаціях.

11. Дитина проявляє інтерес до нових знань та діяльності.

4. Соціальні навички

12. Дитина вміє ділитися іграшками або іншими речами з однолітками.

13. Вона легко знаходить спільну мову з іншими дітьми.

14. Дитина розуміє та дотримується простих правил поведінки (наприклад, черги).

5. Мотивація до навчання

15. Дитина висловлює бажання піти до школи.

16. Їй цікаво дізнаватися нове (запитує про навколишній світ, цікавиться книжками).

Обробка результатів

27–32 бали – ваша дитина повністю готова до школи.

20–26 балів – дитина має певний потенціал, але варто звернути увагу на окремі аспекти.

Менше 20 балів – варто приділити більше уваги підготовці дитини до школи.

Проаналізуйте результати за категоріями:

Якщо низькі бали в категорії "Когнітивний розвиток", слід більше займатися завданнями на логіку, рахунок і пам'ять.

Якщо проблеми в "Емоційній зрілості", варто допомогти дитині розвивати самоконтроль та емоційну стійкість.

У разі труднощів у "Соціальних навичках", важливо створювати більше ситуацій для спілкування з однолітками.

Завдання 4. Тест.

1. Етап розвитку дитини в лоні матері має назву:

- а) пренатальний;
- б) плодовий;
- в) ембріональний;
- г) постнатальний.

2. У середньому, період від зачаття до пологів триває:

- а) 25 тижнів;
- б) 30 тижнів;
- в) 40 тижнів;
- г) 55 тижнів.

3. Першим мнемічним процесом, що з'являється в немовляти, є:

- а) запам'ятовування;
- б) відтворення;
- в) впізнавання;
- г) порівняння.

4. Підтримуючий контакт батьків із новонародженою дитиною, нерозривна емоційна єдність між ними - це суть якого поняття:

- а) шпиталізм;
- б) імпринтинг;
- в) бондінг;
- г) сиблінг.

5. Провідною діяльністю для немовляти є:

- а) сюжетно-рольова гра;
- б) емоційно-безпосереднє спілкування з дорослими;
- в) предметна діяльність;
- г) навчальна діяльність.

6. Які реакції немовляти супроводжують "комплекс пожвавлення": 1) фіксація погляду на обличчі матері; 2) слухове зосередження; 3) рухи рук і ніг; 4) посмішка:

- а) 1, 3, 4;
- б) 2, 3, 4;
- в) 1, 2, 3;
- г) 1, 2, 4.

7. Психічне новоутворення, що формується в кінці фази новонародженості:

- а) емоційне мовлення;
- б) комплекс пожвавлення;
- в) маніпуляції з предметами;
- г) спілкування з дорослим.

8. Поява смоктальних рухів дитини в певному положенні на колінах у матері, яке передуює годуванню, є рефлексом:

- а) набутим;
- б) вродженим;
- в) реактивним;
- г) умовним.

9. Немовлячий вік – це період розвитку дитини:

- а) від 2-х років до 3-х років;
- б) від народження до 1-го року;
- в) від 1-го року до 3-х років;
- г) від 6 місяців до 1,5-2 років.

10. Найвагомішою причиною відставання психічного розвитку немовлят є:

- а) поганий гігієнічний догляд за дитиною дорослими;
- б) недостатність спілкування дитини з дорослими;
- в) недоношеність;
- г) надмірна опіка дитини.

11. Пізнавальному розвитку дитини сприяє:

- а) "комплекс пожвавлення";
- б) постійність довкілля;
- в) відчуття безпеки;
- г) різноманітність вражень.

12. Ознаки кризи одного року:

- а) негативізм, впертість, усамотнення, примхливість;
- б) порушення сну, апетиту, афективні реакції, зростання самостійності;
- в) прагнення до самостійності, актуалізація пізнавальних потреб, поява «автономної мови», внутрішній план дій;
- г) агресивність, афективні спалахи, демонстративність поведінки, манірність.

13. В основі наочно-дійового мислення дитини лежать:

- а) емоції і сприйняття;
- б) пам'ять і дія;
- в) сприйняття і пам'ять;
- г) сприйняття і дія;
- д) поняття.

14. У дитини раннього віку здатність підпорядковувати мотиви:

- а) залежить від ситуації;
- б) залежить від змісту діяльності;
- в) сформована в достатній мірі;
- г) не сформована.

15. Яскраві емоційні реакції, що виникають у дитини раннього віку при фрустрації і супроводжуються криком, плачем, биттям ногами або руками називаються:

- а) девіантною поведінкою;
- б) емоційною розрядкою;
- в) афективними спалахами;
- г) деструктивною поведінкою.

16. Психологічним змістом кризи 3-х років є:

- а) зміна системи стосунків з однолітками;
- б) зміна системи стосунків з дорослими і виділення свого "я";
- в) збільшення контактів з дорослими;
- г) демонстрація свого "я".

17. Поведінка 3-річної дитини, що виражається в нетерпимому ставленні до інших дітей, прагненні обмежити їх права в сім'ї, називається:

- а) деспотизмом;
- б) ревнощами;
- в) знеціненням;
- г) протестом-бунтом.

18. Провідною діяльністю для дитини раннього віку є:

- а) ігрова діяльність;
- б) практична діяльність;
- в) предметно-маніпулятивна діяльність;
- г) діяльність навчальна.

19. Сукупність слів, якими дитина користується, називається:

- а) пасивним словником;
- б) активним словником;
- в) резервним словником;
- г) лінгвістичним запасом.

20. Поведінка дитини, орієнтована на ситуацію, що безпосередньо сприймається, називається:

- а) польовою;
- б) імпульсивною;
- в) спонтанною;
- г) ситуативною.

ПРАКТИЧНЕ ЗАНЯТТЯ 21-22

Тема: Психологія дитини молодшого шкільного віку

ТЕОРИТИЧНА ЧАСТИНА

Дайте письмову відповідь на слідуєчі контрольні питання:

1. Готовність дитини до навчання у школі.
2. Проблема адаптації дитини до шкільного навчання.
3. Основні фактори психічного розвитку молодшого школяра.
4. Психічні новоутворення в структурі особистості молодшого школяра.
5. Характеристика міжособистісних взаємин молодших школярів.

ПРАКТИЧНА ЧАСТИНА

Завдання 1. Психологічні завдання.

1. Світлана (6,5 років) навчається у першому класі. Вона вмє читати, писати, їй подобається танцювати, співати, декламувати. Мама пишається донькою, а Света – сама собою.

Якось, йдучи додому разом з мамою, дівчинка сказала: «Вчителька мене ненавидить. Не хвалить. Мені дають завдання складніші, ніж іншим, щоб я не знала, як відповісти. У дитячому садку було краще».

Дайте психологічний коментар ситуації. В чому різниця стосунків в системі «дитина – педагог» у дитячому садочку і у школі?

2. Женя був активним, допитливим хлопчиком. У дитячому садочку він швидко засвоював зміст занять, любив читати, але й водночас був неуважним, непосидючим.

У першому класі на уроках він часто відволікається, не слухає пояснень вчителя і відповідей товаришів, тому часто отримує зауваження, на що болісно реагує.

Які властивості особистості не були сформовані у Жені? Як допомогти хлопчику вчитися?

3. У якому випадку учні 1-го класу краще запам'ятають 10 картинок: якщо їм дати спеціальне завдання запам'ятати картинки або якщо спеціального завдання не давати, але запропонувати розкласифікувати ці картинки за певним принципом?

Чому? Якими закономірностями пам'яті це пояснюється?

4. Вчителька II класу стала помічати, що Міла змирилася зі своїми оцінками по 5 балів. Учіння мало цікавило її. Більше приваблювала суспільна діяльність – Міла була відмінним санітаром.

І ось одного разу в її зошиті під роботою, яку більше ніж на 5 балів оцінити було неможна, з'явився запис: «Третій рядок написаний чудово. Краще ніж у всіх. Спробуй-но зробити так всю роботу».

Міла хвалилася, показувала зошит подругам. Просила маму просиджувати поряд, щоб інші рядки вийшли такими ж, як і третій.

Дайте психологічний коментар ситуації. Чи можна розвинути у дівчинки інтерес до учіння.

5. Таня навчається у першому класі. Їй важко дається учіння, особливо читання. Вдома мама всаджує її за стіл і починає питати: «Як називається ця буква...? Що тут написано?» – Дівчинка мовчить.

– Ну ось, нічого не знаєш! На, вчи сама! – і мама іде у справах на кухню. Через деякий час повертається і перевіряє. Покращення у читанні не має

– Сьогодні гратися не підеш, будеш читати!

Дайте психологічне обґрунтування характеру спілкування мами з донькою. Які психологічні особливості віку дівчинки не враховані мамою при організації її учіння? Як можна допомогти дівчинці у навчанні?

6. Сергійко часто пропускав уроки. Вчителька залишалась з ним після занять.

Допомагало, але інтересу до учіння виховати у Сергія не вдавалось.

«Знаєш, Сергій, – сказала одного разу вчителька, – розповім тобі я по секрету, що будемо вивчати наступного уроку». – Сергій погодився без ентузіазму, але... Наступного уроку він, з радістю поглядаючи навкруги, безперервно тягнув руку. Він розумів пояснення не гірше за інших.

Того ж дня він знову після уроків запитально подивився на вчительку:

«Розкажіть, про що ви будете розповідати завтра!».

Поясніть, чому Сергійкові не допомагали додаткові завдання після уроків? Чому змінилася його поведінка на уроці, після попередньої розповіді вчителя?

7. На уроках у першому класі нерідко можна почути, як учні доповідають вчителю: «А Іра не ті стовпчики розв'язала, їй Валя не так показала» або «Віра зовсім не розв'язала».

Інші, побачивши на уроці у товариша невірне рішення, голосно вигукують: «А у нього помилка!» – або серед тиші класу піднімаються і схвильовано вказують:

«А Володя три приклади пропустив».

Чим пояснюється така поведінка школярів? Як повинен поводитись вчитель у таких випадках.

8. Вчителька 3-го класу під час контрольної роботи декілька разів робить суворе зауваження: «Не списуй у товариша! Знайшов у кого списувати! Він і сам не знає, як правильно писати».

В іншому класі вчителька один раз переконливо сказала: «Діти, не потрібно закриватися одне від одного, це негарно, ніхто у вас не списує».

Дайте психологічну оцінку діям двох учителів.

9. «Здається, Льоня хороший, скромний хлопчик?» – запитали у першокласника про його сусіда. «Ага-а ... хороший! – іронічно вигукуює

хлопчик. – Тільки двійки отримує!»

Коли маленьку Маринку запитали, чи є у неї подруги, вона відповіла: «Ні, вони всі далеко живуть!» – «Ну, а в класі, є хороші дівчата, які тобі подобаються?»

– «А як же, – відповіла дівчинка, – у нас є відмінниці!»

Які особливості взаємостосунків першокласників проявилися у наведених прикладах?

10. Учень першого класу на зауваження вчительки про порушення дисципліни відповів: «Я Вас, Марія Іванівна, слухатись не буду, бо моя мама говорить, що Ви дура».

Дайте психологічну оцінку вчинку учня. Як би ви діяли на місці вчителя у даній ситуації.

Завдання 2. Тест: "Оцінка психологічних особливостей дитини молодшого шкільного віку"

Мета тесту: Дослідити когнітивний, емоційний, соціальний і мотиваційний розвиток дитини для виявлення сильних сторін і можливих зон розвитку.

Інструкція. Тест проводиться у формі гри, бесіди та спостереження. Питання задаються у невимушеній атмосфері. Результати оцінюються за бальною системою:

2 бали – завдання виконано повністю;

1 бал – виконано частково або з допомогою;

0 балів – завдання не виконано.

Питання тесту.

1. Когнітивні особливості

1. **Завдання:** "Назви чотири пори року та розкажи, що відбувається восени."

Оцінюється пам'ять, логіка, зв'язність мовлення.

2. **Завдання:** "Порахуй від 1 до 20 і назад."

Оцінюється здатність до послідовного мислення.

3. **Завдання:** "Що спільного між яблуком і грушею? А між книгою і зошитом?"

Оцінюється здатність знаходити подібності, аналіз.

4. **Завдання:** "Повтори за мною числа: 3-5-8-2." (Потім збільшити кількість цифр до 5-6.)

Оцінюється короткотривала пам'ять.

2. Емоційний розвиток

5. **Питання:** "Що ти робиш, коли тобі радісно? А коли сумно?"

Оцінюється емоційна грамотність, здатність виражати емоції.

6. **Завдання:** Показати дитині зображення людей із різними емоціями (радість, злість, сум, здивування). Попросити назвати емоції.

Оцінюється здатність розпізнавати емоції.

7. **Питання:** "Що ти робиш, якщо не можеш знайти улюблену іграшку?"

Оцінюється емоційна стійкість.

3. Соціальні навички

8. Питання: "Що робити, якщо однокласник попросить у тебе олівець?"

Оцінюється здатність до співпраці, взаємодії.

9. Питання: "Що ти скажеш, якщо хтось ненавмисно тебе штовхнув?"

Оцінюється здатність до прощення та вирішення конфліктів.

10. Завдання: Попросити дитину намалювати малюнок для друга чи вчителя.

Оцінюється здатність ділитися та думати про інших.

4. Мотиваційний розвиток

11. Питання: "Чому ти ходиш до школи? Що тобі там подобається?"

Оцінюється рівень навчальної мотивації.

12. Завдання: "Розкажи про улюблене заняття вдома."

Оцінюється інтерес до пізнавальної діяльності.

Обробка результатів

22–26 балів: високий рівень розвитку;

15–21 бал: нормальний рівень із можливими зонами для покращення;

менше 15 балів: потрібна додаткова увага до певних аспектів розвитку;

Оцініть виконання завдань за категоріями:

Когнітивний розвиток: проблеми з увагою, пам'яттю або логічним мисленням можуть свідчити про потребу в додаткових заняттях чи іграх.

Емоційний розвиток: низькі результати можуть вказувати на труднощі з емоційною регуляцією.

Соціальні навички: труднощі у взаємодії з іншими дітьми або дорослими можуть потребувати корекції.

Мотиваційний розвиток: низький рівень мотивації може вказувати на необхідність додаткового заохочення чи створення умов для інтересу до навчання.

Завдання 3. Тест.

1. Симптомами кризи семи років є:

- а) усвідомлення своїх переживань та втрата безпосередності;
- б) висока емоційна активність;
- в) зміни у взаєминах з дорослими;
- г) виникнення нового ставлення до себе.

2. Провідною діяльністю для молодшого школяра є:

- а) сюжетно-рольова гра;
- б) емоційно-безпосереднє спілкування з дорослими;
- в) предметно-маніпулятивна діяльність;
- г) навчальна діяльність.

3. Компонентами навчальної діяльності молодшого школяра є навчальні завдання, _____, контроль, оцінка.

- а) орієнтувальні дії;
- б) манера поведінки учителя;
- в) самоконтроль;
- г) навчальні дії.

4. Криза 7 років - це:

- а) період народження соціального "Я", переоцінка цінностей, виникнення внутрішнього життя дитини, втрата дитячої безпосередності;
- б) легковажність, наївність, самовпевненість;
- в) тривожність, демонстративність, сором'язливість
- г) період контрастів.

5. Основні новоутворення молодшого шкільного віку:

- а) рефлексія, самовизначення;
- б) довільність, внутрішній план дій;
- в) довільність, внутрішній план дій, рефлексія;
- г) довільність, внутрішній план дій, рефлексія, почуття дорослості.

6. Самооцінка молодшого школяра характеризується такими рисами:

- а) стійкість, незалежність від зовнішніх оцінок;
- б) ситуативність, нестійкість;
- в) залежність від оцінок вчителя;
- г) вірні відповіді б і в.

7. Особливості темпераменту особливо чітко проявляються:

- а) у підлітковому віці;
- б) у молодшому шкільному віці;
- в) у немовлячому віці;
- г) у ранньому віці.

8. Спроможність цілеспрямовано докладати вольові зусилля для організації певної діяльності - це сутність такого новоутворення психіки молодших школярів:

- а) наполегливості,
- б) осмисленості;
- в) мимовільності;
- г) довільності.

9. Пам'ять молодшого школяра характеризується такими ознаками:

- а) поступове зростання довільної та словесно-логічної пам'яті;
- б) переважання мимовільної пам'яті;
- в) опанування прийомами логічного запам'ятовування;
- г) розвиток пам'яті цілком залежить від організації навчання.

10. Яка особливість пізнавальної сфери формується в молодшому шкільному віці:

- а) спостережливість;
- б) довготривалість;
- в) спрямованість;
- г) довільність.

11. Протягом молодшого шкільного віку поступово зростає значення таких пізнавальних процесів:

- а) уява і увага;
- б) пам'ять і мовлення;
- в) мовлення і мислення;
- г) сприймання і пам'яті.

12. Назвіть характерні ознаки нормального особистісного розвитку молодшого школяра:

- а) загальне позитивне ставлення до своєї особистості;
- б) рефлексія і самооцінка, яка починає корегуватись оцінками не тільки вчителями, а й товаришів;
- в) загострення критичного ставлення до себе, збільшення негативних самооцінок, що стосуються в основному пізнавальної сфери;
- г) негативна самооцінка і самолюбство, які стосуються результатів різних видів діяльності.

13. Характеристики емоційної сфери молодшого школяра:

- а) вразливість, переважання бадьорого настрою, краще розуміння вияву емоцій оточуючими;
- б) сором'язливість, залежність настрою від ситуацій, емоційна стійкість;
- в) контрастність емоцій, нестійкість та ситуативність настрою, песимізм;
- г) залежність настрою від оцінок однолітків, ефективність, імпульсивність, низький рівень самоконтролю.

14. Якою особливістю психіки молодших школярів зумовлена необхідність використання вчителем початкової школи великої кількості наочності:

- а) переважанням наочно-образного мислення;
- б) браком пізнавальної активності дітей;
- в) недостатнім розвитком довільної уваги молодших школярів;
- г) нестійкою навчальною мотивацією.

15. Позитивне ставлення до школи, відповідальність щодо результатів учіння - це вияви такого психічного новоутворення молодших школярів:

- а) рефлексії;
- б) внутрішньої позиції школяра;
- в) довільності психічних функцій;
- г) самоконтролю і самоорганізації.

ПРАКТИЧНЕ ЗАНЯТТЯ 23-24

Тема: Психологічні властивості підліткового віку

ТЕОРИТИЧНА ЧАСТИНА.

Дайте письмову відповідь на слідуючи контрольні питання:

1. Анатомо-фізіологічна перебудова організму та її вплив на психічні особливості і поведінку підлітків.
2. Різні підходи до пояснення причин кризи підліткового періоду.
3. Вплив міжособистісних стосунків з однолітками та розвиток особистості підлітка.
4. Перебудова учбової діяльності у підлітковому віці.
5. Прояви девіантної поведінки у підлітковому віці та можливості її попередження.

ПРАКТИЧНА ЧАСТИНА.

Завдання 1. Психологічні завдання.

1. Використовуючи новоутворення підліткового віку, доведіть правильність тези О.М. Леонтьєва, що в даний період відбувається «друге народження особистості».
2. Порівняйте різні точки зору на проблему провідної діяльності у підлітковому віці. Доберіть аргументи на користь цих позицій.
3. Спираючись на знання про психологічні особливості підліткового періоду, спробуйте знайти декілька прийнятних варіантів доцільної поведінки вчителя у даних ситуаціях:
 - Вчитель їде автобусом і бачить: підліток, роздратований грубим тоном жінки похилого віку, що стоїть поряд, вимагаючи поступитися місцем, не погоджується зробити це і вказує на вільні місця, що розташовані далі від дверей.
 - Хлопчики VI класу навідріз відмовляються готувати привітання дівчаткам до 8 Березня, пояснюючи це тим, що дівчатка не привітали їх із Днем захисника Вітчизни.
 - Здібний учень виконує учбові завдання пасивно, абияк, впевнений, що його роботи будуть не гіршими, ніж у інших.
 - Оголошено конкурс на кращий малюнок. Дівчинка принесла самостійно виконану роботу. Вчитель бачить, що робота слабка, але, незважаючи на це, дівчинці вона подобається.
 - Вчитель бачить, що один з учнів демонстративно не працює на його уроках.
4. Проаналізуйте наведені ситуації. Визначте, які психологічні особливості підлітків зумовили успішність розв'язання проблем:
 - а) На початок уроку вчитель проходить класом, перевіряючи наявність матеріалу у школярів. Відразу помічає дівчинку, що ретельно розглядає свої руки. На минулому занятті Оленка теж була без матеріалу. Вчитель не став з'ясовувати причину при всьому класі.

– Всі відкривають зошити і підручники. Олена сьогодні буде працювати біля дошки. – Наступного уроку в Оленки вже були матеріали, необхідні для роботи.

б) Серед учнів 6-го класу Віка не користувалася повагою. У класі дівчинку вважали безініціативною, не здатною до будь-якої діяльності. Учні не довіряли Вікі, уникали вступати в контакти.

Клас готувався провести вечір казок у підшефному класі, і вчитель вирішив привернути Віку до цієї роботи.

Поговоривши з дівчинкою, вчитель з'ясував, що Віка захоплюється малюванням. Дівчинка охоче погодилась допомогти у оформленні вечора. Вчитель похвалив її, ставлячи за приклад. Для Віки це було несподіванкою, що послужила поштовхом до змінень у поведінці.

5. Хлопчик приніс до класу записку, що пояснювала, чому він пропустив уроки.

«Ти справді хворів?» – запитав вчитель. Хлопчик мовчав. «А це дійсно мама писала?» – Хлопчик мовчав. «Тоді хто ж це писав?» – продовжував допитуватись вчитель. «Ніхто!» – різко відповів хлопчик.

Дайте психологічний коментар ситуації. Як би ви поводитись на місці вчителя?

6. Учень 7-го класу, який мав зауваження за порушення поведінки, випадково розбив вікно. При обговоренні цієї події в класі інший учень взяв на себе провину товариша.

Якими психологічними особливостями розвитку пояснюється даний вчинок? Чи можна назвати моральним такий вчинок?

7. У зарубіжних дослідженнях вивчалися три типи дисциплінарних впливів на дітей:

- а) використання влади, наказ;
- б) пояснення;
- в) позбавлення батьківської любові.

Поясніть, який тип дисциплінарного впливу є найбільш прийнятним у підлітковому віці. Чому?

8. Прокоментуйте наведені висловлювання із позицій вікової психології. «Коли мені було чотирнадцять, мій батько був такий дурний, що я насилу переносив його; але коли мені виповнився двадцять один рік, я був здивований, наскільки цей старий чоловік порозумнішав за останні сім років».

«Підлітки: істоти, які ще не здогадуються, що одного прекрасного дня вони будуть знати про життя так само мало, як їхні батьки». (Р. Уолдер американський психолог).

Про які особливості підліткової психіки свідчать наведені висловлювання? Аргументуйте свою відповідь.

9. Прокоментуйте думку Л.С. Виготського: «Підлітка характеризує не слабкість волі, а слабкість цілей».

Якими особливостями вікового розвитку може бути пояснена означена тенденція?

10. Е.Г. Ейдемільер стверджує, що корекція поведінки підлітка можлива лише тоді, коли сам підліток хоче змінити свою поведінку.

Як, на вашу думку, можна підвищити ефективність процесу корекції девіантної поведінки у підлітковому віці?

Завдання 2. Тест: "Психологічні властивості підліткового віку"

Мета тесту: Визначити основні психологічні особливості підлітка, включаючи самооцінку, емоційну стабільність, соціальні навички та рівень самосвідомості.

Інструкція. Тест складається з кількох блоків питань. Відповіді оцінюються за шкалою:

3 бали – завжди або повністю згоден;

2 бали – іноді або частково згоден;

1 бал – рідко або не згоден.

Тест можна проводити у формі індивідуальної бесіди або анкетування.

Емоційний розвиток

1. Я часто відчуваю тривогу без видимої причини.

2. Я легко впадаю в злість або роздратування.

3. Мені важко самотійно впоратися зі своїми емоціями.

4. У мене є речі, які допомагають мені заспокоїтися (хобі, спорт тощо).

5. Я можу пояснити, чому почуваюся щасливим або сумним.

Самооцінка та самосвідомість

6. Я впевнений/впевнена у своїх силах.

7. Мені подобається, як я виглядаю.

8. Я можу визнати свої помилки перед іншими.

9. Я відчуваю, що інші мене розуміють і підтримують.

10. Мені важливо, що про мене думають інші.

Соціальні навички

11. Я легко знаходжу спільну мову з однолітками.

12. Я можу висловити свою думку, навіть якщо вона відрізняється від думки інших.

13. Я вмію працювати в команді.

14. У мене є один або кілька друзів, яким я можу довіряти.

15. Я добре розумію, коли люди навколо мене засмучені чи щасливі.

Когнітивні особливості

16. Я вмію планувати свій час і дотримуватися планів.

17. Мені подобається дізнаватися щось нове.

18. Я можу зосередитися на завданні, навіть якщо мені нецікаво.

19. Я аналізую свої помилки, щоб більше їх не повторювати.

20. Мені важко приймати рішення самотійно.

Обробка результатів

51–60 балів: високий рівень психологічної зрілості.

40–50 балів: середній рівень зрілості з можливими зонами розвитку.

Менше 40 балів: потреба в додатковій увазі до окремих аспектів (емоційний стан, самооцінка, соціальні навички).

Якісний аналіз:

Емоційний розвиток: низькі бали можуть вказувати на емоційну нестабільність або проблеми зі саморегуляцією.

Самооцінка: низькі бали свідчать про труднощі з упевненістю в собі, самоідентифікацією.

Соціальні навички: труднощі у взаємодії з однолітками чи недостатня емпатія.

Когнітивні особливості: проблеми з організованістю, концентрацією або критичним мисленням.

Завдання 3. Тест.

1. Підлітковий вік – це вік від:

- а) 10-ти до 15-ти років;
- б) 6-ти до 10-ти років;
- в) 15-ти до 17-ти років;
- г) 14-ти до 16-ти років.

2. Основний психосоціальний конфлікт у підлітково-юнацькому віці, за Е. Еріксоном, – це конфлікт:

- а) між інтимністю та ізоляцією;
- б) між особистою ідентичністю та рольовою невизначеністю;
- в) між особистою ідентичністю та ізоляцією;
- г) між ізоляцією та рольовою невизначеністю.

3. Новоутворенням критичної фази підліткового віку, свідченням його початку є:

- а) саморегуляція;
- б) сексуальна активність;
- в) девіантна поведінка;
- г) почуття дорослості.

4. Прискорений фізичний і психічний розвиток особистості, це:

- а) стагнація;
- б) компенсація нервової системи;
- в) акселерація;
- г) сенситивність.

5. Е. Еріксон у своїй періодизації життєвого циклу людини як основне новоутворення підліткового віку визначив:

- а) егоцентризм;
- б) рефлексію;
- в) ідентичність;
- г) інтеграцію.

6. *Виберіть твердження, яке найточніше характеризує розвиток мислення в підлітковому віці.*

- а) в підлітковому віці остаточно формуються найбільш складні форми мислення, зокрема абстрактне та формальне мислення;
- б) відбувається перехід від конкретного та наочного мислення, починають формуватися абстрактне та формальне мислення;
- в) мислення підлітка в основному образне, з елементами логічного, в ньому чітко проявляються індивідуальні відмінності;
- г) підлітки схильні до пустих мудрувань, резонерства, фантазувань.

7. *Виберіть твердження, яке найточніше характеризує розвиток моральної сфери в підлітковому віці.*

- а) відбувається посилене формування моральних почуттів, моральні норми поведінки стають ефективним керівництвом до дії. Проте підлітки не завжди усвідомлюють зв'язок між відомими їм загальними нормами і власною поведінкою в тій чи іншій конкретній ситуації.
- б) підлітки мало цікавляться моральними нормами, ігнорують їх;
- в) підліткам властива реакція негативізму, вони категорично не сприймають моральні вимоги, пропонувані суспільством і прагнуть виробити власні норми;
- г) моральна свідомість вже достатньо сформована на попередніх етапах розвитку, тому в підлітковому віці значних змін у ній не відбувається.

8. *Знайдіть помилкове твердження. Пам'ятайте у підлітковому віці*

- а) стає більш інтелектуальною;
- б) стає краще керованою, довірливою;
- в) характеризується переважанням механічного запам'ятовування;
- д) стає більш смисловою, з опорою на змістові зв'язки в матеріалі.

9. *Вважається, що підлітковий вік характеризується шизотимністю. Що це означає?*

- а) для багатьох підлітків є небезпека захворіти на шизофренію;
- б) поведінці підлітків часто властиві різкі контрасти (чуйність-байдужість, розкутість-сором'язливість тощо);
- в) підлітки часто схильні до усамітнення, сприймають навколишній світ по-своєму;
- г) підлітки схильні до агресивності, афективних спалахів, їхня поведінка часто імпульсивна.

10. *Важливе завдання для підлітка:*

- а) формування самосвідомості;
- б) адаптація до власного тілесного і сексуального дозрівання;
- в) успішна соціалізація;
- г) професійне самовизначення;
- д) формування акцентуацій характеру.

11. *Основна суперечність підліткового віку:*
- а) між дитячістю і дорослістю;
 - б) між темпами статевого дозрівання та інтелектуального розвитку;
 - в) між прагненням до дорослості і недостатнім рівнем розвитку особистості;
 - г) між фізичним та психічним розвитком.
12. *До підлітка починають ставитися з урахуванням його почуття дорослості, виражають готовність обговорити його проблеми у сім'ї:*
- а) відчуженій від проблем підлітка;
 - б) авторитарній, із сталими стереотипами;
 - в) зі ставленням потурання;
 - г) з високою рефлексією і відповідальністю.
13. *Перша ознака настання пубертатного періоду - це:*
- а) прискорення розвитку;
 - б) зміна ваги;
 - в) перша еякуляція;
 - г) погіршення успішності навчання.
14. *Центральне місце в статевому дозріванні підлітка займає регуляція:*
- а) фізична;
 - б) гормональна;
 - в) біохімічна;
 - г) нервова.
15. *На думку Л. Виготського, основні новоутворення підліткового віку – це:*
- а) статеве дозрівання і децентрація;
 - б) почуття дорослості та ідентичність;
 - в) рефлексія та самосвідомість;
 - г) мотив досягнення певного соціального статусу та потреба в неформальному спілкуванні.
16. *Цілеспрямоване обмеження себе в їжі, голодування, зумовлене прагненням до схуднення, - це нервова:*
- а) шизофренія;
 - б) дисморфофобія;
 - в) депривація;
 - г) анорексія.
17. *Важливим (основним) стимулом до навчання в підлітковому віці є:*
- а) прагнення до визнання серед однолітків;
 - б) похвала батьків;
 - в) бажання отримати гарну оцінку;
 - г) вибір майбутньої професії.

18. В підлітковому віці акцентуації характеру:

- а) не проявляються;
- б) проявляються в неявній формі;
- в) не мають певних закономірностей;
- г) проявляються особливо чітко.

19. Який вид мислення інтенсивно формується в підлітковому віці:

- а) наочно-образне;
- б) логічно-формальне;
- в) образно-логічне;
- г) абстрактне.

20. У підлітків переважає _____ мислення.

- а) наочно-дійове;
- б) наочно-образне;
- в) понятійне, абстрактне;
- г) формально-образне.

21. Рефлексія – це:

- а) те ж саме, що і рефлекс;
- б) властивість мислення;
- в) здатність підлітка до співчуття, співпереживання;
- г) здатність подивитися на себе зі сторони, очима інших людей.

22. Який процес фізичного розвитку підлітка найбільше впливає на його психіку:

- а) збільшення маси тіла, росту, сили, витривалості;
- б) акселерація;
- в) ретардація;
- г) статеве дозрівання.

23. Назвіть характеристики соціальної ситуації розвитку підлітка:

- а) взаємини зі старшими будуються на емоційних контактах;
- б) мораль слухняності перетворюється на мораль рівності;
- в) почувати себе дорослим, мати право вибору, мати право на свою думку;
- г) усвідомлення важливості учіння як суспільно-значущої діяльності.

24. Як можна охарактеризувати ставлення старшокласників до навчання?

- а) ставлення до навчання суттєво не змінюється порівняно з підлітковим віком;
- б) інтерес до навчання зростає, особливо до предметів, пов'язаних з майбутніми життєвими планами;
- в) інтерес до навчання ще більше знижується;
- г) як правило інтерес до навчання зростає лише в учнів, які добре вчаться.

СПИСОК ЛІТЕРАТУРИ

1. Варій, М. Й., Ортинський В. Л. Основи психології і педагогіки / Національний університет "Львівська політехніка". Львів : Львівської політехніки, 2019. 547 с.
2. Дуткевич Т. Загальна психологія. Теоретичний курс. Київ : Центр навч. літ., 2019. 388 с.
3. Загальна психологія : навч. посіб. / О. П. Сергєєнкова та ін. Київ : Центр учб. літ., 2020. 295 с.
4. Загальна психологія : підручник / О. В. Скрипченко та ін. Київ : Каравела, 2019. 464 с.
5. Загальна психологія : підручник / О. В. Скрипченко та ін. Київ : Каравела, 2022. 464 с.
6. Ільїна Н., Мисник С. Загальна психологія: теорія і практикум : навч. посібник., 2021. 352 с.
7. Мирончук М. А. Психологія пізнавальних процесів. Київ : Центр навч. літ., 2019. 138 с.
8. Павелків Р.В. Загальна психологія : підручник. Київ : Кондор, 2019. 576 с.
9. Партико Т. Б. Загальна психологія : підруч. для студ. ВНЗ. Київ : Дім «Ін Юре», 2019. 416 с.
10. Пасніченко, А. Е. Психологія пізнавальної сфери особистості: відчуття, сприймання, мислення : курс лекцій. Чернівці : ВПЦ «Місто», 2018. 320 с.
11. Практикум із загальної психології : методичні рекомендації до лабораторних занять з курсу / Н. Ф. Портницька та ін. Житомир : ЖДУ ім. І. Франка, 2020. 100 с.
12. Психологія: підручник / за ред. Ю. Л. Трофімова. Київ : Либідь, 2021. 560 с.
13. Савчин М. Загальна психологія: підручник. Київ : ВЦ «Академія», 2020. 344 с.
14. Свааб Д. Ми – це наш мозок. Харків : КСД, 2019. 332 с.
15. Шуневич О. М. Розвиток емоційного інтелекту особистості учня: лінгводидактичний аспект. Українська мова й література в школі, 2022. №6. С. 2-7.

Електронне навчальне видання комбінованого використання
Можна використовувати в локальному та мережному режимі

Атаєва Олена Алімівна

ПСИХОЛОГІЯ

Методичні вказівки до виконання практичних робіт з дисципліни
для здобувачів вищої освіти першого (бакалаврського) рівня
за спеціальностями 015 «Професійна освіта (за спеціалізаціями)»,
073 «Менеджмент», 141 «Електроенергетика,
електротехніка та електромеханіка»

В авторській редакції

Підписано до розміщення 30.01.2025. Гарнітура Times New Roman.
Ум. друк. арк. 5,69. Обсяг 1,331 Мб. Зам. № 13/25.

Харківський національний університет імені В. Н. Каразіна,
61022, м. Харків, майдан Свободи, 4.
Свідоцтво суб'єкта видавничої справи ДК № 3367 від 13.01.2009
Видавництво ХНУ імені В. Н. Каразіна