

Міністерство освіти і науки України
Харківський національний університет імені В. Н. Каразіна

ВІКОВА ПСИХОЛОГІЯ

Методичні рекомендації до лабораторних занять
з навчальної дисципліни для здобувачів вищої освіти першого (бакалаврського)
рівня заочної форми здобуття освіти за спеціальністю 053 «Психологія»

Електронний ресурс

Рецензенти:

Ольга РАДЬКО – канд. психол. н., доцент, доцент кафедри психології, педагогіки та філософії Харківської державної академії культури;

Олена МИЛОСЛАВСЬКА – канд. психол. н., доцент, доцент кафедри прикладної психології 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 № 1 від 23 жовтня 2025 року)*

Вікова психологія : методичні рекомендації до лабораторних занять
В 43 з навчальної дисципліни для здобувачів вищої освіти першого (бакалаврського) рівня
заочної форми здобуття освіти за спеціальністю 053 «Психологія» [Електронний
ресурс] / уклад. Є. Л. Скворчевська. – Харків : ХНУ імені В. Н. Каразіна, 2025. –
(PDF 42 с.)

Методичні рекомендації складено для здобувачів першого (бакалаврського) рівня вищої освіти заочної форми навчання відповідно до ОП «Психологія». У методичних рекомендаціях подано тематику лекцій, лабораторних занять, питання для обговорення, творчі завдання, запитання для самоконтролю, рекомендовану літературу, перелік інформаційних ресурсів для опанування дисципліни.

УДК 159.922.6(072)

© Харківський національний університет
імені В. Н. Каразіна, 2025

© Скворчевська Є. Л., уклад., 2025

ЗМІСТ

ВСТУП	4
РОЗДІЛ 1. ОГЛЯД НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ	7
РОЗДІЛ 2. ОРГАНІЗАЦІЙНО-МЕТОДИЧНИЙ СУПРОВІД ЛАБОРАТОРНИХ ЗАНЯТЬ З НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ «ВІКОВА ПСИХОЛОГІЯ»	9
РОЗДІЛ 3. СИСТЕМА ОЦІНЮВАННЯ НАВЧАЛЬНИХ ДОСЯГНЕНЬ ЗДОБУВАЧІВ ЗА ДИСЦИПЛІНОЮ «ВІКОВА ПСИХОЛОГІЯ»	36
РЕКОМЕНДОВАНА ЛІТЕРАТУРА	40
ДОДАТКИ	41

ВСТУП

Вікова психологія – це галузь психологічної науки, що вивчає закономірності розвитку та функціонування психіки людини на всіх етапах її індивідуального життя, тобто онтогенезу.

Вікова психологія має широкий арсенал наукових методів для вивчення психічного та особистісного розвитку людини. Обізнаність щодо вимог та особливостей їх використання дає змогу практичному психологу широко і всебічно визначити ступінь і характер розвитку психічних явищ у межах вікових періодів та застосувати знання закономірностей і механізмів вікового розвитку психіки для створення умов, які б йому сприяли.

З'ясування у рамках вікової психології закономірностей розвитку психіки на різних етапах життя – від дитинства до старості – дозволяє визначити нормативи розвитку (когнітивного, емоційного, соціального), розуміти зміст вікових криз, сприяти їх розв'язанню. Вікова психологія важлива для організації ситуації розвитку дитини. Для практичної роботи психологу важливо адекватно підібрати методи діагностики залежно від віку людини, вміти правильно їх застосовувати, а знання з вікової психології допоможуть обрати ефективні методи та прийоми роботи. Вивчення вікової психології є передумовою для успішної професійної діяльності психолога, дозволяючи надавати кваліфіковану допомогу з урахуванням вікових особливостей клієнтів.

Отже, актуальність навчальної дисципліни зумовлена потребою у спеціалістах які мають професійні компетентності та особистісні якості необхідні для роботи практичного психолога.

Мета засвоєння дисципліни полягає у формуванні цілісного уявлення про психічний розвиток людини в онтогенезі, про закономірності психічного розвитку та характеристики різних вікових періодів та етапів розвитку людини протягом її життєвого шляху.

Основні завдання вивчення дисципліни:

- вміння використовувати отримані знання з курсу в практичній діяльності (ЗК 1);

- знання та розуміння предметної області та розуміння професійної діяльності (ЗК 2);
- здатність оперувати категоріально-понятійним апаратом психології (СК 1);
- здатність до ретроспективного аналізу вітчизняного та зарубіжного досвіду розуміння природи виникнення, функціонування та розвитку психічних явищ (СК 2);
- розуміння природи поведінки, діяльності та вчинків (СК 3);
- озброєння студентів такими здобутками сучасної психологічної науки, які б сприяли їх особистісному та професійному самовдосконаленню, навчанню та саморозвитку (СК 12).

Кількість кредитів: 5 кредитів.

Загальна кількість годин: 150 годин.

Заплановані результати навчання

Згідно з вимогами освітньо-професійної програми, студенти повинні досягти таких результатів навчання:

- **знати** закономірності та особливості розвитку і функціонування психічних явищ в контексті професійних завдань (ПР 2);
- **знати**, розуміти та дотримуватися етичних принципів професійної діяльності психолога (ПР 16);
- **вміти** аналізувати та пояснювати психічні явища, ідентифікувати психологічні проблеми та пропонувати шляхи їх розв'язання (ПР 1);
- пропонувати власні способи вирішення психологічних задач і проблем у процесі професійної діяльності, приймати та аргументувати власні рішення щодо їх розв'язання (ПР 9);
- формулювати думку логічно, доступно, дискутувати, обстоювати власну позицію, модифікувати висловлювання відповідно до культуральних особливостей співрозмовника (ПР 10);

- складати та реалізовувати план консультативного процесу з урахуванням специфіки запиту та індивідуальних особливостей клієнта, забезпечувати ефективність власних дій (ПР 11);

- взаємодіяти, вступати у комунікацію, бути зрозумілим, толерантно ставитися до осіб, що мають інші культуральні чи гендерно-вікові відмінності (ПР 13);

- **володіти** навичками пошук інформації з різних джерел, у т.ч. з використанням інформаційно-комунікаційних технологій, для вирішення професійних завдань (ПР 3).

РОЗДІЛ 1

ОГЛЯД НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ

Засвоєння курсу «Вікова психологія» передбачає аудиторні (лекційні, лабораторні заняття) і самостійну роботу здобувачів першого (бакалаврського) рівня вищої освіти (таблиця 1.1).

Таблиця 1.1

Структура навчальної дисципліни

Назви розділів і тем	Кількість годин					
	заочна форма					
	усього	у тому числі				
л		п	лаб.	інд.	с.р.	
Розділ 1. Вступ до вікової психології						
Тема 1. Предмет, завдання та методи вікової психології	4	2		2		32
Тема 2.Особливості психічного розвитку	4	2		2		34
Разом за розділом 1	8	4		4		66
Розділ 2. Особливості психічного розвитку в різні вікові періоди						
Тема 3. Теорії індивідуального розвитку людини	4	2		2		34
Тема 4. Особливості психічного розвитку в різні вікові періоди	4	2		2		34
Разом за розділом 2	8	4		8		68
Усього годин	150	8		8		134

Тематичний план навчальної дисципліни

1. ВСТУП ДО ВІКОВОЇ ПСИХОЛОГІЇ

Тема 1. Предмет, завдання та методи вікової психології.

Предмет і завдання вікової психології. Історичний аналіз поняття дитинства. Характеристика методів загальної психології. Головні поняття вікової психології.

Тема 2. Особливості психічного розвитку.

Особливості психічного розвитку. Закони психічного розвитку. Показники психічного розвитку. Вікова періодизація. Основні вікові етапи та їх характеристика. Провідні сили розвитку та умови психічного розвитку. Кризи вікового розвитку.

2. ОСОБЛИВОСТІ ПСИХІЧНОГО РОЗВИТКУ В РІЗНІ ВІКОВІ ПЕРІОДИ

Тема 3. Теорії індивідуального розвитку людини.

Зарубіжні теорії розвитку людини: психоаналітична теорія З.Фрейда, епігенетична теорія розвитку людини Е.Еріксона, учіння Ж.Піаже про інтелектуальний розвиток дитини, теорія морального розвитку людини Л.Колберга. Вітчизняні теорії розвитку людини: теорія розвитку вищих психічних функцій в контексті культурно-історичного та діяльнісного підходів.

Тема 4. Особливості психічного розвитку в різні вікові періоди.

Анатомо-фізіологічні особливості розвитку новонародженої дитини та немовляти. Особливості психічного розвитку новонародженої дитини. Особливості психічного розвитку в ранньому дитинстві. Психологічна характеристика дошкільного віку. Особливості психічного розвитку молодшого школяра. Особливості психічного розвитку підлітка. Особливості психічного розвитку старшокласника.

РОЗДІЛ 2

ОРГАНІЗАЦІЙНО-МЕТОДИЧНИЙ СУПРОВІД ЛАБОРАТОРНИХ ЗАНЯТЬ З НАВЧАЛЬНОЇ ДИСЦИПЛІНИ «ВІКОВА ПСИХОЛОГІЯ»

Лабораторне заняття № 1

Соціальна ситуація розвитку дитини

Питання для обговорення

1. Що таке соціальна ситуація розвитку?
2. Охарактеризуйте напрями особистих взаємин особистості.
3. Чим відрізняються взаємини дитини з однолітками та дорослими?
4. Опишіть вплив вихователів та педагогів на розвиток дитини.

Творчі завдання представлені в таблиці 2.1.

Таблиця 2.1

Творчі завдання

№	Мета	Завдання
1	Аналіз соціальної взаємодії дошкільників.	Проаналізувати конфліктну ситуацію, що склалася між дошкільниками (діти 5-6 років): під час прогулянки у ДООУ діти не можуть поділити між собою іграшку.
2	Вивчення значення підтримки від однолітків для соціального розвитку дітей.	Скласти план розвивальної роботи з дітьми дошкільного віку для формування здатності до взаємопідтримки.
3	Розвиток соціальних навичок через ігрові ситуації.	Змодельовати ситуацію конфлікту в дитячій групі. Запропонувати шляхи її розв'язання.
4	Визначення впливу взаємодії з дорослими на формування соціальних навичок у підлітків.	Розробити питання інтерв'ю з підлітками щодо їхньої взаємодії з батьками або вчителями для виявлення соціальних навичок у підлітків.
5	Аналіз впливу характеру взаємодії на соціальну адаптацію дітей у шкільному віці.	Визначити основні аспекти спілкування дітей та як вони впливають на соціальну адаптацію.
6	Вивчення ролі емоційного інтелекту в розвитку соціальних умінь у дітей	Розробити ігрову вправу, де діти мають висловити свої почуття та реакції на чужі емоції.

	старшого дошкільного віку.	
--	----------------------------	--

Продовження таблиці 2.1

№	Мета	Завдання
7	Розвиток навичок співпраці та комунікації серед дітей дошкільного віку.	Створити спільну ігрову ситуацію, де діти повинні розв'язати завдання разом.
8	Вивчення впливу ігрових технік на соціальну адаптацію дітей дошкільного віку.	Розробити спеціальну ігрову ситуацію, яка передбачає взаємодію дітей дошкільного віку.
9	Аналіз впливу ігрових рольових ситуацій на формування соціальної ідентичності у підлітків.	Розробити модель ігрової ситуації для учнів старших класів (старший підлітковий вік) для визначення їх ролей у міжособистісній взаємодії.
10	Вивчення впливу сімейного середовища на соціальний розвиток дитини раннього віку.	Розробити анкету для батьків щодо їхньої взаємодії з дітьми та визначити ключові аспекти забезпечення соціального розвитку.
11	Дослідити значення дружби у молодшому шкільному віці.	Створити «Дерево дружби», де студенти мають описати, які якості вони вважають важливими для дружніх стосунків у дітей 6-10 років.
12	Визначити вплив авторитету дорослого на соціальну поведінку дитини.	Розробити модель ситуації, де дорослий дає дитині завдання з вибором (наприклад, чесність чи вигода) та провести аналіз поведінки дитини.
13	Дослідити процес соціалізації підлітків через Інтернет-спілкування.	Розробити та презентувати кейс-дослідження впливу соціальних мереж на формування самооцінки та соціальних ролей.
14	Вивчити соціальну ситуацію розвитку та особливості психічного розвитку дітей у неповних сім'ях.	Підготувати психологічний портрет дитини, вихованої одним із батьків.
15	Дослідити вплив дитячих колективів (гуртків, секцій) на соціальний розвиток молодших школярів.	Розробити опитування серед дітей молодшого шкільного віку або їхніх батьків про участь у гуртках та визначити, які соціальні навички при цьому розвиваються.
16	Розкрити роль гри як провідної діяльності в соціалізації дошкільника.	Розробити авторську гру, яка сприяє формуванню комунікативних навичок у дітей 4-6 років.

Продовження таблиці 2.1

№	Мета	Завдання
17	Визначити механізми впливу однолітків на засвоєння підлітками соціальних норм поведінки.	Розробити кейсову ситуацію щодо визначення механізми впливу однолітків на засвоєння соціальних норм поведінки підлітками та запропонувати психологічну інтерпретацію.
18	Дослідити феномен булінгу в підлітковому середовищі.	Скласти план профілактичної роботи з учнівським колективом для запобігання булінгу.
19	Вивчити вплив батьківських стилів виховання на розвиток особистості дітей.	Провести аналіз типів виховання (авторитарний, демократичний, ліберальний) та їхніх наслідків для соціалізації дітей.
20	Проаналізувати вплив старших братів/сестер на розвиток особистості молодших дітей.	Створити модель взаємодії в родині за участю дітей різного віку.
21	Визначити роль соціального статусу дитини в колективі для розвитку особистості.	Провести імітаційну соціометрію серед учасників семінару для визначення лідерів і відкинутих.
22	Розкрити специфіку взаємодії з учителем та однокласниками дітей з низькою мотивацією до навчання у молодшій школі.	Проаналізувати можливі зміни характеру навчальної взаємодії з однолітками та вчителем. Розробити рекомендації щодо підвищення мотивації навчання.
23	Дослідити вплив значущих дорослих (педагог, тренер, наставник) на формування соціальних орієнтирів підлітка.	Підготувати аналіз значущих особистісних орієнтирів на прикладі педагога, тренера або наставника.
24	Визначити роль конфліктних ситуацій у розвитку соціальної компетентності дітей.	Розробити алгоритм розв'язання конфлікту між дітьми у різних вікових групах (старший дошкільний вік, молодший шкільний вік, підлітковий вік).
25	Проаналізувати вплив засобів масової інформації на соціальну поведінку дітей.	Провести аналіз сюжетів популярних дитячих мультфільмів або блогів щодо формування соціальних настанов.
26	Вивчити вплив партнерської взаємодії на розвиток соціальних навичок у дітей.	Створити групову вправу, де кожна дитина матиме можливість виступити в ролі лідера та виконавця.

Закінчення таблиці 2.1

№	Мета	Завдання
27	Дослідити особливості розвитку соціальної відповідальності у підлітковому віці.	Розробити проєкт соціальної ініціативи для підлітків (волонтерство, допомога молодшим школярам тощо).
28	Проаналізувати зміни у сприйнятті себе як члена соціальної групи в підлітковому віці.	Провести самоаналіз з використанням метафори «Я — у дзеркалі суспільства».
29	Визначити роль емоційного інтелекту у формуванні соціальних відносин дітей	Підготувати серію вправ для розвитку емоційної чутливості у дітей дошкільного віку.
30	Дослідити роль гри «у дорослого» в соціальному розвитку дитини.	Створити сценарій рольової гри «Магазин», «Лікарня», «Школа» з аналізом її значення для соціалізації.

Кейсові-ситуації

1. Кейс «Перша розлука з мамою» (немовлячий вік)

Ситуація: 8-місячне немовля починає плакати, коли мама виходить з кімнати навіть на кілька хвилин.

Запитання для обговорення:

1. Як ця ситуація відображає соціальну ситуацію розвитку дитини?
2. Які новоутворення формуються в цей період?
3. Як правильно реагувати дорослим?

2. Кейс «Я сам!» (ранній вік)

Ситуація: дворічна дитина наполягає самостійно одягати взуття, відмовляючись від допомоги дорослих, хоча поки робить це незграбно.

Запитання для обговорення:

1. Як ця поведінка пов'язана з соціальною ситуацією розвитку раннього віку?
2. Які психологічні новоутворення проявляються?
3. Як підтримати дитину у формуванні автономії?

3. Кейс «Дружба чи іграшка?» (дошкільний вік)

Ситуація: під час гри в садочку двоє дітей посварилися через іграшку. Один з дітей починає плакати і вимагає повернути її.

Запитання для обговорення:

1. Які особливості соціальної ситуації розвитку дошкільника тут проявляються?
2. Яке значення мають ігрові конфлікти для розвитку дитини?
3. Як дорослий може допомогти дітям вирішити ситуацію?

4. Кейс «Шкільна тривога» (молодший шкільний вік)

Ситуація: першокласник відмовляється йти до школи, бо боїться зробити помилку перед однокласниками.

Запитання для обговорення:

1. Як ця ситуація пов'язана з соціальною ситуацією розвитку молодшого школяра?
2. Які новоутворення формуються в цьому віці?
3. Які стратегії допомоги дитини доречні?

5. Кейс «Хто головний у класі?» (молодший шкільний вік)

Ситуація: у класі з'явився «неформальний лідер», думка якого впливає на всіх однокласників.

Запитання для обговорення:

1. Як змінюються соціальні стосунки протягом молодшого шкільного віку?
2. Яке значення має визнання з боку однолітків?
3. Як педагог може підтримати конструктивні лідерські якості?

6. Кейс «Важлива думка друзів» (підлітковий вік)

Ситуація: підліток починає копіювати стиль одягу та поведінку свого товариша, щоб «не бути білою вороною».

Запитання для обговорення:

1. Як ця поведінка пояснюється соціальною ситуацією розвитку підлітка?
2. Які новоутворення віку тут проявляються?
3. Як підтримати формування власної ідентичності?

7. Кейс «Онлайн-спілкування» (підлітковий вік)

Ситуація: 13-річна дівчинка проводить більше часу в онлайн-чатах, ніж у живому спілкуванні.

Запитання для обговорення:

1. Як змінюється соціальна ситуація розвитку підлітка в умовах цифрової взаємодії?
2. Які можливості та ризики виникають?
3. Як педагог чи батьки можуть підтримати баланс онлайн-офлайн спілкування?

8. Кейс «Вибір майбутньої професії» (старший шкільний вік)

Ситуація: учень 10 класу не знає, яку професію обрати, і переживає через це.

Запитання для обговорення:

1. Як ця ситуація пов'язана з соціальною ситуацією розвитку юнака?
2. Яке значення має професійне самовизначення на цьому етапі?
3. Які методи профорієнтації доцільні?

9. Кейс «Чиє схвалення важливіше?» (підлітковий вік)

Ситуація: підліток починає ігнорувати поради батьків, натомість орієнтуючись на думку однолітків.

Запитання для обговорення:

1. Як ця поведінка пояснюється соціальною ситуацією розвитку?
2. Які новоутворення притаманні цьому віку?
3. Як зберегти контакт з підлітком, не руйнуючи автономії?

10. Кейс «Перший робочий досвід» (старший шкільний вік)

Ситуація: старшокласник підробляє у вільний час і конфліктує з батьками через несумісність навчання і роботи.

Запитання для обговорення:

1. Як ця ситуація пов'язана з соціальною ситуацією розвитку юнацького віку?
2. Які цінності формуються через перший досвід соціальної відповідальності?
3. Як сприяти гармонійному поєднанню навчання та роботи?

Запитання для самоконтролю

1. У чому сутність поняття «психічний розвиток»?
2. Що таке кількісні та якісні зміни психічного розвитку?
3. Що є умовами психічного розвитку і яка їх характеристика?
4. Що таке закономірності психічного розвитку особистості?
5. Якими є рушійні сили розвитку в онтогенезі?
6. У чому сутність поняття «провідна діяльність»?
7. Яким чином можна пояснити сутність поняття «соціальна ситуація розвитку»?
8. Які основні умови особистісного розвитку?
9. У чому полягають суперечності розвитку особистості?
10. Які ви знаєте сензитивні періоди розвитку?

Рекомендована література

1. Вікова психологія: конспект лекцій / укладачі: П. І. Сахно, Н. М. Теслик. Суми : Сумський державний університет, 2024. 190 с.
2. Пісоцький В. П., Горянська А. М. Теоретичні питання вікової психології : навчальний посібник для закладів вищої освіти; 2-е вид., випр. і доповн. 2023. 232 с.

Лабораторне заняття № 2

Провідна діяльність і новоутворення

Питання для обговорення

1. Що таке провідна діяльність?
2. Чим новоутворення відрізняються від провідної діяльності?
3. У чому важливість зміни провідної діяльності на кожному віковому етапі розвитку?
4. Назвіть і охарактеризуйте провідну діяльність періоду немовляти.
5. Охарактеризуйте провідну діяльність раннього віку.
6. Охарактеризуйте провідну діяльність дошкільного віку.
7. Охарактеризуйте провідну діяльність молодшого шкільного віку.
8. Охарактеризуйте провідну діяльність підліткового віку.

9. Охарактеризуйте провідну діяльність юнацького віку.

10. У чому відмінності провідної діяльності на кожному віковому етапі розвитку?

Таблиця з динамікою провідної діяльності в онтогенезі представлена в Додатку А.

Творчі завдання представлені в таблиці 2.2.

Таблиця 2.2

Творчі завдання

№	Мета	Завдання
1	Дослідити провідну діяльність немовляти (емоційне спілкування з дорослим).	Змодельовати ситуацію «першої усмішки» дитини у взаємодії з дорослим, обговорити, як ця взаємодія сприяє формуванню довіри до світу.
2	Вивчити предметно-маніпулятивну діяльність у ранньому віці.	Розробити гру з побутовими предметами, яка стимулює пізнавальну активність дітей 1-3 років.
3	Виявити новоутворення раннього дитинства (самостійність, активність).	Змодельовати вправу «Я сам!» (наприклад, зав'язування шнурків), обговорити її значення для психічного розвитку.
4	Вивчити роль гри як провідної діяльності дошкільника.	Розробити сюжетно-рольову гру «Магазин» та проаналізувати як вона сприяє формуванню новоутворення (довільна поведінка, розвиток уяви).
5	Дослідити формування моральної свідомості у дошкільному віці.	Створити сценарій гри, яка сприяє формуванню співчуття та співпраці серед дітей.
6	Вивчити особливості гри з правилами у старшому дошкільному віці.	Розробити гру на кшталт «Школа ввічливості», де дитина мусить дотримуватись правил, які самі ж діти сформулювали.

Продовження таблиці 2.2

№	Мета	Завдання
7	Визначити значення командної гри для розвитку співпраці у дошкільників.	Розробити гру для дітей дошкільного віку «Збудуй міст разом», де діти повинні взаємодіяти для досягнення спільної мети.
8	Вивчити роль примірювання соціальних ролей у	Розробити гру «Ким я хочу бути?» з відповідними зовнішніми атрибутами та

	дошкільному віці.	змістом професій.
9	Проаналізувати особливості розвитку соціальних навичок у процесі сюжетно-рольової гри дитини дошкільного віку.	Розробити гру «Лікарня», де діти виконують ролі лікаря, медсестри, пацієнта.
10	Вивчити роль навчальної діяльності у молодшому шкільному віці.	Розробити фрагмент інтерактивного уроку, що сприяє формуванню довільної уваги і теоретичного мислення.
11	Дослідити формування внутрішнього плану дій у молодшого школяра.	Створити вправу «Сплануй день екскурсії», де учасники планують маршрут, час, необхідні ресурси.
12	Дослідити роль уяви у покращенні емоційного стану дитини молодшого шкільного віку.	На прикладі авторської казки на подолання страху вивчити зміни у емоційному стані дитини.
13	Вивчити вплив навчальної мотивації на успішність молодших школярів.	Створити гру-квест «Подорож країною Знань», де за виконання завдань діти отримують символічні нагороди.
14	Вивчити формування вольових якостей у молодшому шкільному віці.	Розробити гру «Подолай перешкоди», яка вимагає тривалої концентрації і подолання труднощів.
15	Дослідити розвиток довільної уваги у молодшого школяра.	Створити гру «Стоп-рух», де дитина повинна миттєво реагувати на зміну команди ведучого.
16	Дослідити формування колективних взаємин у молодших школярів.	Розробити проєкт «Класна газета», де учасники спільно працюють над контентом.
17	Дослідити розвиток емоційного інтелекту у молодших школярів та підлітків.	Розробити гру «Впізнай емоцію» за мімікою, жестами та голосом.
18	Виявити уявлення про «Образ-Я» у підлітковому віці.	Розробити вправу «Дзеркало» для аналізу власного образу очима однолітків.

Закінчення таблиці 2.2

№	Мета	Завдання
19	Проаналізувати роль неформальних груп у розвитку підлітка.	Змодельовати ситуацію групового вибору (приклад: планування спільної діяльності).
20	Проаналізувати розвиток моральної свідомості підлітків у процесі спілкування.	Розіграти кейс «Чи сказати правду другу, якщо це його образить?» з обговоренням цінностей.

21	Дослідити роль активного слухання у розвитку комунікативних навичок підлітків.	Розробити вправу «Інтерв'ю з другом», де кожен підліток вчиться слухати та перефразовувати відповіді співрозмовника.
22	Дослідити вплив щоденної рефлексії на самооцінку підлітків.	Розробити «Щоденника успіхів», де підлітки будуть фіксувати власні досягнення та аналізують почуття.
23	Дослідити формування самооцінки у підлітковому віці.	Розробити вправу «Комплімент по колу», де учасники висловлюють позитивні якості своїм одноліткам.
24	Вивчити вплив рефлексії на формування самосвідомості підлітка.	Створити вправу «Мій день очима іншого», де учасник уявляє, як його день виглядає з боку близької людини.
25	Проаналізувати особливості розвитку вольової саморегуляції у підлітковому віці.	Розробити вправу «Тренування терпіння» (завдання на очікування чи відкладене задоволення).
26	Дослідити формування життєвих цілей і планів у підлітковому віці.	Створити «Мапу мрій» — колаж із візуалізацією особистих цілей та ресурсів для їх досягнення.
27	Дослідити розвиток рефлексії у підлітковому віці.	Розробити вправу «Мої досягнення за тиждень» з елементами рефлексії.
28	Дослідити особистісне та професійне самовизначення в юнацькому віці.	Провести вправу «Я через 3 роки» та проаналізувати результати.
29	Вивчити процес професійного самовизначення у юнацькому віці.	Розробити індивідуальний проєкт «Мій професійний шлях», включаючи аналіз власних здібностей та інтересів.
30	Проаналізувати формування цілей і життєвих пріоритетів у юнацькому віці.	Розробити вправу «Колесо балансу», в якій учасники оцінюють баланс важливих сфер життя та формулюють цілі.

Кейсові-ситуації

1. Кейс «Перша гра з іншими дітьми» (дошкільний вік)

Ситуація: чотирирічна дитина вперше бере участь у спільній сюжетно-рольовій грі, але їй складно дотримуватись правил та взаємодіяти з іншими.

Запитання для обговорення:

1. Чому гра є провідною діяльністю у дошкільному віці?
2. Які новоутворення формуються через сюжетно-рольову гру?

3. Як дорослі можуть допомогти дитині включитися в гру?

2. Кейс «Сам собі господар» (ранній вік)

Ситуація: дворічна дитина наполягає на тому, щоб сама їсти ложкою, хоча часто розливає їжу.

Запитання для обговорення:

1. Чому предметно-маніпулятивна діяльність є провідною у цьому віці?
2. Які новоутворення закладаються через самостійні дії?
3. Як правильно реагувати дорослим на прагнення до самостійності?

3. Кейс «Навчання без інтересу» (молодший шкільний вік)

Ситуація: другокласник виконує завдання механічно, не проявляючи зацікавленості, хоча має хороші здібності.

Запитання для обговорення:

1. Чому навчальна діяльність стає провідною в молодшому шкільному віці?
2. Які новоутворення мають формуватися через навчання?
3. Як вчитель може стимулювати пізнавальний інтерес?

4. Кейс «Який я?» (підлітковий вік)

Ситуація: підліток починає аналізувати свої вчинки та цікавитися думкою оточення про себе.

Запитання для обговорення:

1. Чому інтимно-особистісне спілкування з однолітками є провідною діяльністю підлітка?
2. Яке новоутворення формується під час спілкування?
3. Як дорослі можуть допомогти в розвитку рефлексії?

5. Кейс «Шкільний лідер» (молодший шкільний вік)

Ситуація: учень 3 класу організовує однокласників для участі в шкільному конкурсі.

Запитання для обговорення:

1. Як навчальна діяльність поєднується з формуванням соціальних новоутворень?
2. Які особистісні якості розвиваються через таку активність?
3. Як учитель може підтримати лідерський потенціал?

6. Кейс «Конфлікт друзів» (підлітковий вік)

Ситуація: двоє підлітків посварилися через суперечку в груповій роботі. Вони переживають через втрату дружби.

Запитання для обговорення:

1. Як провідна діяльність підлітка впливає на емоційно-особистісний розвиток?
2. Які новоутворення формуються у процесі вирішення конфліктів?
3. Яку роль відіграє педагог у навчанні конструктивного спілкування?

7. Кейс «Мій вибір професії» (юнацький вік)

Ситуація: старшокласник активно шукає інформацію про професії, пробує себе у різних сферах (волонтерство, курси).

Запитання для обговорення:

1. Чому навчально-професійна діяльність є провідною у юнацькому віці?
2. Які новоутворення формуються завдяки навчально-професійній діяльності?
3. Як дорослі можуть підтримати процес самовизначення?

8. Кейс «Конструкторська майстерня» (ранній вік)

Ситуація: трирічна дитина зосереджено будує вежу з кубиків, експериментує зі стійкістю конструкцій.

Запитання для обговорення:

1. Чому предметно-маніпулятивна діяльність є провідною?
2. Які психічні новоутворення формуються у результаті предметно-маніпулятивної діяльності?
3. Як батьки можуть стимулювати пізнавальну активність?

9. Кейс «Спільна творчість» (шкільний вік)

Ситуація: семирічна дитина разом із друзями малює спільний плакат для свята. В процесі діти узгоджують ідеї, розподіляють ролі.

Запитання для обговорення:

1. Як навчальна діяльність впливає на розвиток комунікативних навичок?
2. Які новоутворення формуються через колективну творчість?
3. Як педагог може організувати ефективну спільну діяльність?

10. Кейс «Рольова гра в сім'ю» (дошкільний вік)

Ситуація: група дітей грає в сім'ю, розподіляючи ролі та відтворюючи побутові сцени. Один з дітей хоче одночасно бути і татом, і водієм.

Запитання для обговорення:

1. Чому сюжетно-рольова гра є провідною діяльністю у дошкільному віці?
2. Які новоутворення формуються через рольову гру?
3. Як дорослий може допомогти врегулювати рольовий конфлікт?

Запитання для самоконтролю

1. Дайте визначення поняття «провідна діяльність».
2. Охарактеризуйте поняття «новоутворення».
3. У чому суть провідної діяльності та які є новоутворення у періоді немовляти?
4. У чому суть провідної діяльності та які є новоутворення ранньому віці?
5. У чому суть провідної діяльності в дошкільному віці?
6. Чим відрізняється провідна діяльність дошкільного та молодшого шкільного віку?
7. Як батькам сприяти зміні провідної діяльності у дитини?
8. У чому суть провідної діяльності та які є новоутворення підліткового віку?
9. Охарактеризуйте роль однолітків у житті підлітка.
10. У чому суть провідної діяльності та які є новоутворення юнацького віку?

Рекомендована література

1. Вікова психологія: конспект лекцій / укладачі: П. І. Сахно, Н. М. Теслик. Суми : Сумський державний університет, 2024. 190 с.

2. Кацавець Р. С. Вікова психологія: виникнення та розвиток. *DICTUM FACTUM*. 2020. №1.(6). С. 97-104.

3. Пісоцький В. П., Горянська А. М. Теоретичні питання вікової психології : навчальний посібник для закладів вищої освіти; 2-е вид., випр. і доповн. 2023. 232 с.

Лабораторне заняття № 3

Психічний розвиток дитини

Питання для обговорення

1. Що так онтогенез?
2. Охарактеризуйте закономірності психічного розвитку.
3. Назвіть показники психічного розвитку.
4. Вікова періодизація та її характеристика.
5. Рушійні сили розвитку та умови психічного розвитку дитини.

Творчі завдання представлені в таблиці 2.3.

Таблиця 2.3

Творчі завдання

№	Мета	Завдання
1	Поглибити розуміння особливостей емоційного розвитку дітей раннього віку.	Скласти та проілюструвати казку про емоції дитини (радість, страх, сором), що змінюються під впливом ставлення дорослого.
2	Дослідити роль гри та фантазування у психічному розвитку дошкільника.	Розробити сюжет для рольової гри, спрямованої на розвиток уяви та креативного мислення дитини.
3	Ознайомити з особливостями мовленнєвого розвитку у дітей.	Створити дидактичну гру для стимуляції розвитку мовлення у дітей 3-5 років.
4	Дослідити процес становлення «Я-концепції» молодшого школяра.	Підготувати «Книгу про себе» (макет), яку дитина зможе заповнювати разом з батьками.
5	Сформувати розуміння структури готовності дитини до навчання.	Розробити серію ігор (3-5 ігор) для визначення рівня психологічної готовності до школи.
6	Формування навичок аналізу вікових особливостей	Розробити «Карту психічного розвитку дитини» з акцентом на ключові

	розвитку.	новоутворення кожного вікового періоду.
7	Проаналізувати розвиток комунікативних навичок студента як майбутнього фахівця.	У парах зіграти сценку: один студент — психолог, інший — батько/мати дитини 3 років. Завдання — дати рекомендації щодо подолання вікової кризи.
8	Вивчення етапів формування мовлення у дитини.	Розробити схему розвитку мовлення від 0 до 7 років з прикладами характерних мовленнєвих проявів дитини на кожному етапі.
9	Дослідити гру як провідну діяльність у дошкільному віці.	Проаналізувати фрагмент дитячої гри у дошкільному віці та визначити її вплив на психічний розвиток.
10	Формування навичок комплексної характеристики дитини.	На основі опису дитини молодшого шкільного віку скласти психологічний портрет (темперамент, характер, емоційність, рівень пізнавальної активності).
11	Вивчення впливу казки на моральнісний розвиток.	Обрати казку та проаналізувати як дитина сприймає події казки та її героїв в залежності від віку. Порівняти розуміння казки у дошкільному та шкільному віці.

Продовження таблиці 2.3

№	Мета	Завдання
12	Ознайомитись із впливом родинної системи на психічний розвиток дитини.	Побудувати генограму дитини з описом впливу родичів на її психічний розвиток (на прикладі власної генограми).
13	Вивчення механізмів подолання вікових криз.	Скласти поради для батьків щодо подолання кризи 1, 3 або 7 років.
14	Розуміння сенситивних періодів розвитку.	Проаналізувати сенситивні періоди розвитку пам'яті та мислення у дошкільному та шкільному віці.
15	Опанування методик діагностики уяви.	Розробити план аналізу уяви дитини дошкільного віку.
16	Вивчення особливостей мовлення дитини.	Проаналізувати приклади дитячих висловлювань на предмет логіки мислення (за Ж.Піаже).
17	Дослідити прийоми розвитку пам'яті.	Розробити 2 вправи на розвиток довільної та опосередкованої пам'яті для дітей 6-10 років.
18	Проаналізувати соціальну ситуацію розвитку дитини	Створити опис соціальної ситуації розвитку для дитини 1-3 років.

	раннього віку.	
19	Опанування розвивальних ігрових методів.	Створити авторську гру для розвитку уваги у дітей дошкільного віку.
20	Проаналізувати розуміння дитячого світосприйняття дитини старшого дошкільного віку.	Написати короткий етюд від імені дитини 5-6 років про її день або яскраву подію.
21	Вивчення механізмів формування страхів.	Проаналізувати ситуацію, яка призвела до виникнення страху. Розробити пам'ятку для батьків про способи профілактики дитячих страхів.
22	Опанування методів діагностики уваги.	Проаналізувати методи діагностики уваги дітей дошкільного та шкільного віку.
23	Формування навичок соціальної взаємодії.	Розробити гру спрямовану на розвиток навичок соціальної взаємодії та проаналізувати її вплив на емоційний стан дітей.
24	Навчитися аналізувати поведінку дитини в групі.	Провести аналіз ситуації з описом поведінки дитини у колективі (на основі відео або опису).

Закінчення таблиці 2.3

25	Вивчення особливостей дитячої допитливості.	Скласти перелік типових запитань дитини 3-5 років та визначити їх значення для когнітивного розвитку.
26	Опанувати методики розвитку сенсорної сфери.	Підібрати або розробити вправи для розвитку зорового сприйняття, музичного сприйняття, тактильних відчуттів у дітей 1-3 роки.
27	Ознайомитись з психологічними аспектами адаптації.	Розробити план дій для полегшення адаптації дитини до ДООУ (ігрові методи, батьківські поради).
28	Дослідити зв'язок між руховою активністю та когнітивним розвитком дітей старшого дошкільного віку.	Розробити комплекс вправ для розвитку рухових навичок дітей 5-6 років, які одночасно стимулюють когнітивні функції (пам'ять, увагу, сприймання).
29	Вивчити підходи до підтримки дитини під час емоційних криз.	Створити план дій для психолога та батьків на період емоційної кризи (наприклад, при зміні місця проживання, початок відвідування дошкільної освітньої установи, розлучення батьків).
30	Вивчити роль мультфільмів у формуванні емоційної сфери	Обрати один популярний мультфільм для дітей (наприклад, «Ведмедик

дітей.	Паддінгтон», «Леді та бродяга», «Моана») і проаналізувати його вплив на розвиток емоцій (сміх, страх, радість, співчуття). Написати коротку рецензію на мультфільм з точки зору його впливу на психічний розвиток дитини.
--------	---

Додаткові завдання

Завдання 1. Вирішення проблемних ситуацій, згідно теоретичних підходів щодо психічного розвитку дітей:

1. Е.Еріксон вивчав виховання дітей у індієських племенах і виявив, що кожному з них притаманний своєрідний стиль материнства і особливості виховання. Чим визначається той чи інший стиль виховання? Обґрунтуйте своє рішення.

2. Все частіше говорять про недостатність жіночності у наших дівчат. Жіночність – це природна чи набута якість? На основі якої теорії щодо психічного розвитку легко вирішується і пояснюється таке становище?

Завдання 2. Прочитайте прислів'я та дайте відповідь на поставлені питання:

1. Яблуко від яблуні далеко не падає.
2. Вмів дитину родити, вмій її й навчити.
3. Син то мій, але розум у нього свій.

Значення яких факторів розвитку підкреслюється у цих прислів'ях? Оцініть їх правильність з точки зору наукової психології.

Завдання 3. Складіть таблицю «Порівняльна характеристика теорій психічного розвитку». Приклад оформлення представлений в таблиці 2.4.

Завдання 4. Підберіть ігри для дітей раннього віку і проаналізуйте їх вплив на психічний розвиток дитини.

Таблиця 2.4

Порівняльна характеристика теорій психічного розвитку

Концепція, теорія	Поняття про розвиток	Роль біологічних передумов	Роль соціального середовища	Роль навчання і виховання	Рушійні сили розвитку
-------------------	----------------------	----------------------------	-----------------------------	---------------------------	-----------------------

	психіки				
Біогенетична					
Психодинамічна					
Біхевіоризм					
Когнітивна					
Гуманістична					

Кейсові-ситуації

1. Проблеми з адаптацією до дошкільної освітньої установи

Ситуація: 3-річний хлопчик, Олексій, відвідує дошкільну освітню установу протягом трьох тижнів. Щодня він плаче, коли його залишають, і відмовляється грати з іншими дітьми. Його батьки стурбовані і не знають, як йому допомогти.

Запитання для обговорення:

1. Які чинники можуть впливати на адаптацію дитини в новому середовищі?
2. Як психолог може допомогти батькам і дитині здолати цей період?
3. Як вихователь повинен реагувати на дану поведінку дитини?

2. Затримка мовного розвитку

Ситуація: 4-річна дівчинка, Ірина, має обмежений словниковий запас і не здатна правильно вимовляти деякі звуки. Вона часто використовує лише короткі фрази.

Запитання для обговорення:

1. Як оцінити дану стадію мовного розвитку дитини?
2. Які методи можна застосувати для покращення мовного розвитку?
3. Які інші чинники можуть бути причиною такої затримки?

3. Емоційні проблеми у дитини 5 років після розлучення батьків

Ситуація: 5-річний Дмитро після розлучення батьків став більше замкнутим, часто агресивним і відмовляється йти в дошкільну освітню установу. Він переживає сильний стрес, і батьки не можуть знайти підхід до нього.

Запитання для обговорення:

1. Як можна допомогти дитині подолати емоційний стрес після розлучення батьків?
2. Які методи психологічної підтримки можуть бути ефективними в такій ситуації?
3. Які методи не будуть ефективними в даній ситуації?

4. Проблеми з поведінкою в групі однолітків

Ситуація: 6-річна Аня часто конфліктує з іншими дітьми в дошкільній освітній установі, не може знайти спільної мови з однолітками і часто ображає їх. Вона відмовляється брати участь у групових іграх.

Запитання для обговорення:

1. Які можуть бути причини такої поведінки?
2. Як психолог може допомогти дитині краще взаємодіяти з іншими дітьми та розвивати соціальні навички?
3. Що впливає на адаптацію дитини?

5. Страх темряви у 4-річної дитини

Ситуація: 4-річна Ксенія боїться залишатися в темряві і відмовляється спати без включеного світла. Вона часто прокидається вночі, плаче і боїться темряви.

Запитання для обговорення:

1. Що є причиною даного страху?
2. Як допомогти дитині подолати страх темряви?
3. Які психологічні методи можна використовувати для роботи з дитячими страхами?

6. Проблеми з самооцінкою у 7-річної дитини

Ситуація: 7-річний Макс не вірить у свої сили та часто порівнює себе з іншими дітьми, кажучи, що він «не такий розумний, як інші». Він не хоче брати участь у класних заходах і вважає, що йому нічого не вдасться.

Запитання для обговорення:

1. Як можна допомогти дитині підвищити самооцінку?

2. Які вправи чи методи можна використовувати для розвитку впевненості в собі?
3. Назвіть причини даної поведінки.

7. Проблеми з концентрацією уваги у 6-річного хлопчика

Ситуація: 6-річний Віталій часто не може сконцентруватися на завданнях, які йому дають в школі, та часто втрачає інтерес до виконання завдань. Це заважає йому виконувати домашнє завдання та брати участь у класних активностях.

Запитання для обговорення:

1. Які причини можуть впливати на труднощі з концентрацією?
2. Які стратегії можна застосувати для покращення уваги дитини?
3. Як викликати інтерес до навчання?

8. Конфлікти між братом і сестрою

Ситуація: 5-річна Світлана і 7-річний Іван часто сваряться між собою, відмовляються ділитися іграшками, ображають один одного. Батьки не знають, як вирішити конфлікти і допомогти дітям краще ладнати між собою.

Запитання для обговорення:

1. Як можна допомогти дітям розвивати навички співпраці та вирішення конфліктів?
2. Які підходи можуть допомогти зменшити напруженість у відносинах між братом і сестрою?
3. Як навчити дітей ділитися іграшками?

9. Формування емоційної залежності у дитини

Ситуація: 3-річна Марина не може залишити маму навіть на кілька хвилин, плаче, якщо мама йде з кімнати. Вона проявляє сильну емоційну залежність і боїться залишатися наодинці.

Запитання для обговорення:

1. Як оцінити рівень емоційної залежності у дитини?

2. Які методи психологічної підтримки можна застосувати для зниження рівня тривожності та розвивати самостійність?
3. Що робити матері в такій ситуації?

10. Складнощі в соціалізації у 5-річної дитини

Ситуація: 5-річна Оля часто залишається осторонь під час ігор з однолітками, не вступає в комунікацію і не бажає спілкуватися з іншими дітьми. Вона виглядає замкнутою і не хоче брати участь у колективних заходах.

Запитання для обговорення:

1. Які можуть бути причини такої соціальної ізоляції?
2. Як психолог може допомогти дитині розвинути соціальні навички і адаптуватися в групі?
3. Як розвинути комунікативні навички дитини?

Запитання для самоконтролю

1. Хто є представниками біогенетичних теорій психічного розвитку?
2. У чому сутність концепції рекапітуляції?
3. Охарактеризуйте теорію конвергенції?
4. Які є психоаналітичні стадії психічного розвитку за З. Фройдом?
5. Які є стадії життєвого шляху особистості за Е. Еріксоном?
6. Охарактеризуйте теорію соціального навічіння і хто є її представниками?
7. У чому сутність теорії навічіння у психічному розвитку особистості? Хто є представниками даного напрямку?
8. У чому суть когнітивного підходу Ж.Піаже?
9. Хто є представником біогенетичної теорії?
10. Які основні ідеї щодо закономірностей дитячого розвитку наголошують представники гуманістичного напрямку?

Рекомендована література

1. Вікова психологія: конспект лекцій / укладачі: П. І. Сахно, Н. М. Теслик. Суми : Сумський державний університет, 2024. 190 с.

2. Кацавець Р. С. Вікова психологія: виникнення та розвиток. *DICTUM FACTUM*. 2020. №1.(6). С. 97-104.
3. Пісоцький В. П., Горянська А. М. Теоретичні питання вікової психології : навчальний посібник для закладів вищої освіти; 2-е вид., випр. і доповн. 2023. 232 с.

Лабораторне заняття № 4

Вікові кризи

Питання для обговорення

1. Що таке вікова криза?
2. Які існують вікові кризи?
3. У чому відмінності переживання кризи у дитячому та дорослому віці?
4. Охарактеризуйте теорію психосоціального розвитку Е. Еріксона.
5. Які основні ознаки (поведінкові, емоційні, соціальні) характерні для кризи 3 років?
6. У чому полягають особливості кризи 6-7 років та як вона впливає на адаптацію дитини до школи?
7. Які новоутворення виникають у дитини після подолання вікових криз? Наведіть приклади для різних вікових періодів.
8. Які фактори можуть ускладнити або пом'якшити перебіг вікової кризи у дітей?
9. Чим відрізняється криза юнацького віку від підліткової? Як змінюється її зміст у сучасних реаліях?
10. Які можливі наслідки ігнорування вікових криз дитини дорослими?

Творчі завдання представлені в таблиці 2.5.

Таблиця 2.5

Творчі завдання

№	Мета	Завдання
1	Ознайомитись з особливостями кризи новонародженості.	Створити «Психологічний портрет дитини у кризі новонародженості»: які зміни відбуваються, які дії батьків

		будуть сприяти розвитку дитини.
2	Дослідити особливості кризи першого року життя дитини.	Розробити практичні рекомендації для батьків: як б підтримати дитину в кризі 1 року, не обмежуючи її ініціативність.
3	Проаналізувати характерні особливості «кризи трьох років».	Створити рольову гру для демонстрації типових ситуацій «упертості» та «негативізму» дитини. Опишіть можливі варіанти реакції дорослого.
4	Дослідити психологічні передумови готовності до шкільного навчання.	Розробити сценарій консультації для батьків на тему: «Як зрозуміти, що дитина готова до школи?».
5	Вивчити особливості самосвідомості підлітка у кризовий період.	Розробити креативний плакат «Проблеми та ресурси підлітка в період кризи», використовуючи приклади з реального життя.
6	Розглянути феномен ідентичності та її кризи в юнацькому віці.	Розробити інтерв'ю-опитувальник для самоаналізу ідентичності юнака/дівчини (10 питань).

Продовження таблиці 2.5

№	Мета	Завдання
7	Систематизувати знання про вікові кризи дитинства.	Скласти порівняльну таблицю, де (потрібно) вказати: причини кризи, типові прояви, роль дорослого, можливі наслідки.
8	Осмыслити переживання дитини під час вікової кризи через образи.	Написати коротку казку (1 сторінка), яка символічно відображає переживання дитини у кризі трьох років.
9	Розкрити різні погляди на проблему підліткової кризи.	Підготувати сценарій для короткого відеоролика (3-5 хв), де відображено діалог між підлітком і батьками в кризовій ситуації. Додайте коментарі психолога.
10	Створити візуальну модель вікових криз згідно з концепцією Е. Еріксона.	Розробити плакат-діаграму. Де були б відображені вікові кризи від народження до юнацтва, їх характеристику та завдання розвитку.
11	Розглянути особливості протікання вікової кризи старшої дитини, якщо вона співпадає з народженням сиблінга.	Скласти рекомендації для батьків, як підготувати старшу дитину до появи в родині немовляти, щоб знизити ризик кризових реакцій.
12	Виявити особливості самооцінки підлітка в період кризи.	Розробити дидактичну гру для формування позитивної самооцінки у підлітків.

13	Визначити причини агресивної поведінки підлітка в кризовий період.	Розробити кейс-консультацію для батьків підлітка, схильного до агресії. Описати алгоритм дій психолога.
14	Порівняти прояви кризи 3 років у різних культурах.	Скласти короткий огляд (до 1 сторінки), як кризу 3 років долають в різних країнах (наприклад, Японія, Швеція, Україна).
15	Осмыслити кризу як позитивний етап особистісного розвитку.	Створити мотиваційний постер «Криза = розвиток». На ньому позначте, які новоутворення виникають після проходження кожної вікової кризи.
16	Дослідити механізми формування адекватної самооцінки підлітка.	Створити пам'ятку для батьків: «Як допомогти підлітку зберегти впевненість у собі?».
17	Вивчити труднощі адаптації до школи як кризову ситуацію.	Скласти психологічний чек-лист для вчителя: «10 ознак шкільної дезадаптації» та шляхи їх подолання.

Завершення таблиці 2.5

№	Мета	Завдання
18	Ознайомити з чинниками, які впливають на інтенсивність перебігу вікових криз.	Розробити таблицю з переліком чинників, які впливають на інтенсивність перебігу вікових криз.
19	Розкрити особливості переживання майбутнього в юнацькому віці.	Розробити тренінгове завдання «Мій образ майбутнього «Я» для старшокласників».
20	Дослідити вплив дитячих вікових криз на психологічний стан батьків.	Підготувати буклет для батьків: «Як зберігати спокій і ресурсність під час криз розвитку дитини?».
21	Навчити студентів моделювати індивідуальні стратегії психологічної підтримки.	Скласти індивідуальний план психологічного супроводу підлітка в кризовий період з урахуванням його потреб.
22	Ознайомити з ігровими технологіями роботи з дітьми в кризовий період.	Розробити авторську гру (настільну чи сюжетно-рольову) для дитини 3-4 років, яка допомагає пройти кризу «Я сам!».
23	Проаналізувати зв'язок стилю виховання з перебігом вікових криз.	Створити таблицю «Як стиль виховання впливає на перебіг вікових криз» з прикладами.
24	Дослідити проблему вибору професії як кризову ситуацію.	Розробити тренінгове завдання для студентів «Мої цінності та моя професія».
25	Ознайомити з поняттям «медіатор кризи» в контексті	Розробити модель консультації «Як дорослий може бути медіатором у

	дитячої психології.	подоланні вікової кризи дитини».
26	Систематизувати знання про вікові кризи.	Намалювати схему у вигляді дерева, де коріння — причини криз, стовбур — вік, а гілки — психічні й особистісні новоутворення.
27	Ознайомити з арт-терапевтичними методами роботи з кризами.	Розробити малюнкове завдання для дитини 6-7 років, яка переживає кризу вступу до школи.
28	Ознайомити з сучасними дослідженнями підліткових криз.	Підготувати міні-дослідження «Криза підлітка в епоху соціальних мереж: як змінився її перебіг».
29	Навчити методам розвитку емоційного інтелекту.	Розробити вправу для дітей 5-6 років на розвиток уміння висловлювати свої почуття словами.
30	Розвинути здатність бачити кризу з точки зору самої дитини.	Створити комікс з 5-6 кадрів, де дитина розповідає про свої переживання під час кризи 3 або 6 років.

Кейсові-ситуації

1. Тема: «Криза 1 року: перші кроки до самостійності»

Ситуація: малюк активно вимагає самостійності — намагається їсти ложкою, одягатися, ходити без мами. Батьки з добрих намірів постійно допомагають, оберігаючи від помилок. У відповідь дитина починає протестувати, влаштовує істерики.

Запитання для обговорення:

1. Яка головна причина такої поведінки дитини?
2. Які рекомендації можна дати батькам для подолання цієї кризи?

2. Тема: «Криза 3 років: «Я сам!»

Ситуація: трирічний хлопчик категорично відмовляється слухатися дорослих: не хоче вдягати запропонований одяг, наполягає на своїх рішеннях, навіть у небезпечних ситуаціях.

Запитання для обговорення:

1. Які прояви кризи 3 років спостерігаються у поведінці дитини?
2. Як дорослим слід реагувати на такі прояви?

3. Тема: «Криза 6-7 років: шкільна дезадаптація»

Ситуація: першокласниця Марійка, яка раніше із задоволенням відвідувала дошкільну освітню установу, раптом стала замкнутою, не хоче йти до школи, скаржитися на втому, з'явилися сльози й примхи.

Запитання для обговорення:

1. Чи пов'язана така поведінка з віковою кризою?
2. Яку допомогу слід надати дитині та її батькам?

4. Тема: «Криза підліткового віку: конфлікт поколінь»

Ситуація: 13-річний підліток сперечається з батьками з будь-якого приводу, закривається в кімнаті, ігнорує прохання. Батьки сприймають це як «погану поведінку» та посилюють контроль.

Запитання для обговорення:

1. Чому конфлікт набув такої форми?
2. Які кроки допоможуть знизити напругу в родині?

5. Тема: «Криза юнацького віку: вибір професії»

Ситуація: старшокласниця Віолетта не може визначитися з майбутньою професією. Вона вагається, переживає тривогу, не впевнена в собі. Батьки наполягають на «практичному» виборі.

Запитання для обговорення:

1. Яку вікову кризу переживає Віолетта?
2. Як можна допомогти їй у виборі життєвого шляху?

6. Тема: «Криза трьох років у дошкільній освітній установі»

Ситуація: в групі дошкільної освітньої установи з'явився хлопчик, який постійно конфліктує з однолітками, відмовляється підкорятись вихователю, часто вперто мовчить або демонстративно кричить.

Запитання для обговорення:

1. Як проявляється криза 3 років у соціумі?
2. Які методи виховної роботи можна застосувати до такої дитини?

7. Тема: «Криза 1 року: сепараційна тривога»

Ситуація: рік і два місяці дівчинка почала сильно плакати, коли мама відходить навіть на кілька хвилин. Раніше вона гралася спокійно з бабусею.

Запитання для обговорення:

1. Чи є це типовим проявом вікової кризи?
2. Як допомогти дитині легше пережити сепарацію?

8. Тема: «Криза підліткового віку: самооцінка і булінг»

Ситуація: 14-річний хлопець стикається з булінгом у школі. Він стає замкнутим, уникає спілкування, у нього з'являються суїцидальні висловлювання.

Запитання для обговорення:

1. Як вікова криза підсилює гостроту переживань у цій ситуації?
2. Які дії мають вжити шкільний психолог та батьки?

9. Тема: «Криза 6-7 років: перфекціонізм першокласника»

Ситуація: хлопчик Богдан надто болісно реагує на будь-які помилки: зриває листки зошита, відмовляється продовжувати роботу, розчаровується в собі.

Запитання для обговорення:

1. Які причини такої поведінки в контексті вікової кризи?
2. Які вправи допоможуть дитині навчитися адекватно реагувати на невдачі?

10. Тема: «Юнацька криза і відчуття самотності»

Ситуація: 17-річний юнак, незважаючи на зовнішній успіх, відчувається самотнім, часто задумується над сенсом життя, відчуває себе «не таким, як усі».

Запитання для обговорення:

1. Які особливості юнацької вікової кризи відображені в цій ситуації?
2. Як можна підтримати юнака на цьому етапі?

Запитання для самоконтролю

1. Що таке криза розвитку?
2. Назвіть, які бувають кризи?

3. У чому проявляється криза новонародженості?
4. Охарактеризуйте ознаки кризи 1 року?
5. Охарактеризуйте ознаки кризи 3 року?
6. Опишіть відмінності прояву кризи у дитини в 1 та 3 роки.
7. Охарактеризуйте ознаки кризи підліткового віку.

Рекомендована література

1. Вікова психологія: конспект лекцій / укладачі: П. І. Сахно, Н. М. Теслик. Суми : Сумський державний університет, 2024. 190 с.
2. Пісоцький В. П., Горянська А. М. Теоретичні питання вікової психології : навчальний посібник для закладів вищої освіти; 2-е вид., випр. і доповн. 2023. 232 с.

РОЗДІЛ 3

СИСТЕМА ОЦІНЮВАННЯ НАВЧАЛЬНИХ ДОСЯГНЕНЬ ЗДОБУВАЧІВ ЗА ДИСЦИПЛІНОЮ «ВІКОВА ПСИХОЛОГІЯ»

Методами контролю в курсі «Вікова психологія» є поточний контроль, контрольна робота, передбачена навчальним планом для заочної форми навчання, екзамен.

Поточний контроль проводиться викладачем на лабораторних заняттях, самостійна робота виконується студентами у поза аудиторний час. Завданнями поточного контролю є перевірка рівня опанування теоретичного матеріалу з курсу, виконання творчих завдань, заохочення навчальної активності студентів. Основною метою поточного контролю є забезпечення зворотного зв'язку між викладачем та студентами у процесі навчання, забезпечення управління навчальною мотивацією студентів. Поточний контроль може проводитися у формі усного опитування або письмового експрес-контролю на лабораторних заняттях, у формі виступів студентів при обговоренні питань та за результатами виконання творчих завдань.

Кожне лабораторне заняття оцінюється від 0 до 5 балів.

5 балів студент отримує, якщо виконує творче завдання та розв'язує кейсову ситуацію, дає повну відповідь на запитання, виявляє активність на занятті (доповнює відповіді інших, вступає в дискусію, виявляє бажання відповідати);

4 бали студент отримує, якщо виконує творче завдання та розв'язує кейсову ситуацію, дає повну відповідь на запитання, виявляє активність кейсову ситуацію, відповідає на запитання, але при цьому відповідь не достатньо повна, виявляє помірну активність на занятті (доповнює відповіді інших, вступає в дискусію, виявляє бажання відповідати);

3 бали студент отримує, якщо частково виконує творче завдання та не повністю розв'язує кейсову ситуацію, дає неповні відповідь на запитання, його активність на занятті низька;

2-1 бал студент отримує у разі виконання або лише творчого завдання, або кейсової ситуації, не дає відповіді на запитання та проявляє низьку активність на занятті.

Контрольна робота, передбачена навчальним планом для заочної форми навчання, проводиться за темою №4 «Особливості психічного розвитку в різні вікові періоди».

Контрольна робота складається з двох завдань.

Завдання №1 контрольної роботи – «Характеристика вікових криз»: для кожного віку потрібно визначити назву кризи, симптом (або симптоми), що характеризує(-ють) фазу вступу в кризу, а також в чому він проявляється. Відповіді необхідно внести в таблицю 3.1 (дивись приклад. Примітка – число рядків у таблиці може бути збільшене).

Таблиця 3.1

Характеристика вікових криз

Назва кризи	Симптом	Особливості прояву
Криза 3-х років	негативізм	Дитина не бажає чогось робити лише тому, що це запропонував хтось із дорослих (реакція не на дію, а

		на пропозицію дорослих)

Завдання №2 контрольної роботи – «Особливості розвитку самосвідомості у різні вікові періоди».

Відповіді необхідно внести в таблицю 3.2.

Таблиця 3.2

Особливості розвитку самосвідомості у різні вікові періоди

Віковий період	Процес самопізнання відбувається
Раннє дитинство	
Дошкільне дитинство	
Молодше шкільне дитинство	
Підлітковий вік	
Рання юність	

Завдання контрольної роботи №1 оцінюється:

20 балів – зазначені всі складові таблиці, проведено повний аналіз криз, студент демонструє володіння термінологією, вільно орієнтується в питаннях, які пов'язані з психологічними аспектами вікових криз;

15 балів – зазначені всі складові таблиці, але є незначні помилки в аналізі особливостей прояву криз, студент демонструє володіння термінологією, вільно орієнтується в питаннях, які пов'язані з психологічними аспектами вікових криз;

10 балів – зазначені всі складові таблиці, але є незначні помилки в аналізі особливостей прояву, студент демонструє не дуже високий рівень володіння термінологією й орієнтації в темі;

5 бали – зазначені деякі складові таблиці, аналіз проведено не повністю або мають деякі суттєві помилки, студент демонструє низький рівень володіння термінологією та слабо орієнтується в темі;

1 бал – зазначені деякі складові таблиці, аналіз проведено на низькому рівні або повністю відсутній, студент демонструє низький рівень володіння термінологією та слабо орієнтується в темі.

Якщо робота здається з запізненням, то знімається 1 бал за кожен тиждень.

Завдання контрольної роботи №2 оцінюється:

20 балів – зазначені всі складові таблиці, проведено повний аналіз особливостей розвитку самосвідомості у різні вікові періоди, студент демонструє володіння термінологією, вільно орієнтується в питаннях, які пов'язані з аспектами вікової психології;

15 бали – зазначені всі складові таблиці, але є незначні помилки (1-2 помилки) в аналізі, студент демонструє володіння термінологією, вільно орієнтується в питаннях, які пов'язані з аспектами вікової психології;

10 бали – зазначені всі складові таблиці, але є незначні помилки (3-4 помилки) в аналізі, студент демонструє не дуже високий рівень володіння термінологією й орієнтації в темі;

5 бали – зазначені деякі складові таблиці, аналіз проведено не повністю або мають деякі суттєві помилки, студент демонструє низький рівень володіння термінологією та слабо орієнтується в темі;

1 бал – зазначені деякі складові таблиці, аналіз проведено на низькому рівні або він повністю відсутній, студент демонструє низький рівень володіння термінологією та слабо орієнтується в темі.

Якщо робота здається з запізненням, то знімається 1 бал за кожен тиждень.

Студент допускається до підсумкового семестрового контролю *(екзамену)* за умови отримання 20 балів.

Екзамен відбиває засвоєння студентом матеріалів курсу за всіма розділами.

Екзаменаційна робота являє собою тестові завдання. Максимальна кількість балів складає 40. Підсумковий контроль здійснюється на платформі Moodle.

Шкала оцінювання представлена в таблиці 3.3.

Таблиця 3.3

Шкала оцінювання: національна та ECTS

Сума балів за всі види навчальної діяльності протягом семестру	Оцінка за національною шкалою	
	для екзамену	для заліку
90 – 100	відмінно	зараховано
70-89	добре	
50-69	задовільно	
1-49	незадовільно	не зараховано

РЕКОМЕНДОВАНА ЛІТЕРАТУРА

1. Вікова психологія: конспект лекцій / укладачі: П. І. Сахно, Н. М. Теслик. Суми : Сумський державний університет, 2024. 190 с.
<https://essuir.sumdu.edu.ua/bitstream-download/123456789/97861/1/Sakhno.pdf;jsessionid=034F15A1F10145748BDD272250DE1F84>
2. Кацавець Р. С. Вікова психологія: виникнення та розвиток. *DICTUM FACTUM*. 2020. №1.(6). С. 97-104.
<https://df.duit.in.ua/index.php/dictum/article/view/130/113>
3. Пісоцький В. П., Горянська А. М. Теоретичні питання вікової психології : навчальний посібник для закладів вищої освіти; 2-е вид., випр. і доповн. 2023. 232 с.
http://lib.ndu.edu.ua/dspace/bitstream/123456789/3445/1/%D0%9C%D0%90%D0%9A%D0%95%D0%A2_%D0%92%D1%96%D0%BA_%D0%BF%D1%81%D0%B8%D1%85%D0%BE%D0%BB.pdf

Інформаційні ресурси

1. Центральна наукова бібліотека Харківського національного університету імені В.Н. Каразіна: <http://www-library.univer.kharkov.ua/ukr/>

2. Інститут психології імені Г.С. Костюка Національної академії педагогічних наук України: <http://psychology-naes-ua.institute/>

Таблиця 3.4

Офіційні сайти періодичної літератури

Назва журналу	Офіційний сайт
Особлива дитина: навчання і виховання	http://ojs.csnukr.in.ua/index.php/Exceptional_child
Науковий вісник УМО. Серія: педагогіка	http://umo.edu.ua/
Вісник серія «Психологія» ХНУ імені В.Н. Каразіна	https://periodicals.karazin.ua/psychology/

ДОДАТКИ

Додаток А

Динаміка провідної діяльності в онтогенезі

Віковий період	Провідна діяльність
період немовляти	безпосереднє емоційне спілкування з дорослим
ранній вік	предметно-маніпулятивна діяльність
дошкільний вік	ігрова діяльність
молодший шкільний вік	навчальна діяльність
підлітковий вік	інтимно-особистісне спілкування з однолітками
юнацький вік	навчально-професійна діяльність

Електронне навчальне видання комбінованого використання
Можна використовувати в локальному та мережному режимі

Скворчевська Євгенія Леонідівна

ВІКОВА ПСИХОЛОГІЯ

Методичні рекомендації до лабораторних занять
з навчальної дисципліни для здобувачів вищої освіти першого (бакалаврського)
рівня заочної форми здобуття освіти за спеціальністю 053 «Психологія»

В авторській редакції

Підписано до розміщення 23.10.2025. Гарнітура Times New Roman.
Ум. друк. арк. 2,92. Обсяг 1,034 Мб. Зам. № 516/25.

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