МІНІСТЕРСТВО ВНУТРІШНІХ СПРАВ УКРАЇНИ
ХАРКІВСЬКИЙ НАЦІОНАЛЬНИЙ УНІВЕРСИТЕТ
ВНУТРІШНІХ СПРАВ

Факультет № 6
Кафедра соціології та психології

МЕТОДИЧНІ МАТЕРІАЛИ
ДО ПРАКТИЧНИХ ЗАНЯТЬ

з навчальної дисципліни «**Практикум з загальної психології»**
обов'язкових компонент
освітньої програми першого (бакалаврського) рівня вищої освіти

053 Психологія (практична психологія)

Харків 2023

ЗАТВЕРДЖЕНО
Науково-методичною радою
Харківського національного
університету внутрішніх справ
Протокол від 30.08.2023 р. № 7

СХВАЛЕНО
Вченою радою факультету № 6
Протокол від 25.08.2023 р. № 7

ПОГОДЖЕНО
Секцією Науково-методичної ради
ХНУВС з гуманітарних та
соціально-економічних дисциплін
Протокол від29.08.2023 р. № 7

Розглянуто на засіданні кафедри соціології та психології
Протокол від15.08.2023 р. № 8

Розробник:
1. Старший викладач кафедри соціології та психології Солохіна Л.О.

Рецензенти:
1. Провідний науковий співробітник науково-дослідної лабораторії морально-психологічного супроводження службово-бойової діяльності Національної гвардії України науково-дослідного Центру службово-бойової діяльності Національної гвардії України, кандидат психологічних наук, старший науковий співробітник Мацегора Я.В.
2. Доцент кафедри соціології та психології факультету №6 Харківського національного університету внутрішніх справ, кандидат психологічних наук, доцент Шиліна А.А.

1. Розподіл часу навчальної дисципліни за темами

Номер та назва навчальної теми	Кількість годин, відведених на вивчення навчальної дисципліни						Вид контролю
	Всього	з них:					
		Лекції	Семінарські заняття	Практичні заняття	Лабораторні	Самостійна робота	
Семестр № 3							
ТЕМА № 1 «Вступне заняття. Психологічні властивості особистості».	8			**4**		**4**	
ТЕМА № 2 «Дослідження темпераменту».	8			**4**		**4**	
ТЕМА № 3 «Дослідження характеру».	8			**4**		**4**	
ТЕМА № 4 «Дослідження здібностей».	8			**4**		**4**	
ТЕМА № 5 «Спрямованість як компонент психічного життя людини».	8			**4**		**4**	
ТЕМА № 6 «Дослідження відчуттів та сприйняття».	8			**4**		**4**	
ТЕМА № 7 «Дослідження уваги».	9			**4**		**5**	
ТЕМА № 8 «Дослідження пам’яті».	9			**4**		**5**	
ТЕМА № 9 «Дослідження мислення».	9			**4**		**5**	
ТЕМА № 10 «Дослідженнямови».	6			**2**		**4**	
ТЕМА № 11 «Дослідження уяви».	9			**4**		**5**	**залік**
Всього за семестр № 1	**90**			**42**		**48**	
Семестр № 4							

(денна форма навчання)

ТЕМА № 12 «Дослідження емоційних станів людини».	**10**			**6**		**4**	
ТЕМА № 13 «Дослідження емоційних властивостей особистості».	**8**			**4**		**4**	
ТЕМА № 14«Дослідження емоційних типів особистості».	**10**			**6**		**4**	
ТЕМА № 15«Дослідження особливостей емоційно-обумовленої поведінки».	**8**			**4**		**4**	
ТЕМА № 16 «Методики виявлення вміння розпізнавати і описувати емоції людини».	**8**			**4**		**4**	
ТЕМА № 17 «Поняття потреби в психології. Дослідження різних потреб особистості».	**11**			**6**		**5**	
ТЕМА № 18 «Дослідження ціннісних орієнтацій особистості».	**11**			**6**		**5**	
ТЕМА № 19 «Вивчення якостей особистості, що впливають на прийняття рішення».	**8**			**4**		**4**	**залік**
ТЕМА № 20 «Дослідження мотивації спілкування та мотивації поведінки в групі».	**8**			**4**		**4**	
ТЕМА № 21 «Дослідження мотивації учбової діяльності та професійної мотивації».	**8**			**4**		**4**	
Всього за семестр № 4:	**90**			**48**		**42**	

2. Розподіл часу навчальної дисципліни за темами (заочна форма навчання)

Номер та назва навчальної теми	**Кількість годин, відведених на вивчення навчальної дисципліни**						**Вид контролю**
	Всього	**з них:**					
		Лекції	**Семінарські заняття**	**Практичні заняття**	**Лабораторні заняття**	**Самостійна робота**	
Семестр № 3							
ТЕМА № 1 «Вступне заняття. Психологічні властивості	**9**			**2**		**7**	

особистості».							
ТЕМА № 2 «Дослідження темпераменту».	**9**			**2**		**7**	
ТЕМА № 3 «Дослідження характеру».	**9**			**2**		**7**	
ТЕМА № 4 «Дослідження здібностей».	**9**			**2**		**7**	
ТЕМА № 5 «Спрямованість як компонент психічного життя людини».	**7**			**-**		**7**	
ТЕМА № 6 «Дослідження відчуттів та сприйняття».	**9**			**2**		**7**	
ТЕМА № 7 «Дослідження уваги».	**7**			**-**		**7**	
ТЕМА № 8 «Дослідження пам'яті».	**10**			**2**		**8**	
ТЕМА № 9 «Дослідження мислення».	**7**			**-**		**7**	**залік**
ТЕМА № 10 «Дослідження мови».	**7**			**-**		**7**	
ТЕМА № 11 «Дослідження уяви».	**7**			**-**		**7**	
Всього за семестр № 3	**90**			**12**		**78**	
Семестр № 4							
ТЕМА № 12 «Дослідження емоційних станів людини».	**10**			**2**		**8**	
ТЕМА № 13 «Дослідження емоційних властивостей особистості».	**8**			**-**		**8**	
ТЕМА № 14«Дослідження емоційних типів особистості».	**10**			**2**		**8**	
ТЕМА № 15«Дослідження особливостей емоційно-обумовленої поведінки».	**8**			**-**		**8**	
ТЕМА № 16 «Методики виявлення вміння розпізнавати і описувати емоції людини».	**8**			**-**		**8**	
ТЕМА № 17 «Поняття потреби в психології. Дослідження різних потреб особистості».	**10**			**2**		**8**	
ТЕМА № 18 «Дослідження ціннісних орієнтацій особистості».	**8**			**-**		**8**	
ТЕМА № 19 «Вивчення якостей особистості, що впливають на прийняття	**10**			**2**		**8**	

рішення».							
ТЕМА № 20 «Дослідження мотивації спілкування та мотивації поведінки в групі».	**10**			**2**		**8**	**залік**
ТЕМА № 21 «Дослідження мотивації учбової діяльності та професійної мотивації».	**8**			**-**		**8**	
Всього за семестр № 4:	**90**			**10**		**80**	

3. Методичні вказівки до практичних занять
Семестр №3

ТЕМА № 1 «Вступне заняття. Психологічні властивості особистості».

Практичне заняття за темою №1: методи дослідження психологічних властивостейособистості.

Навчальна мета заняття: ознайомлення студентів з методами психологічного дослідження психологічних властивостей особистості, а саме: темперамент, характер, здібності, самооцінка, спрямованість особистості та використанні їх в психологічній практиці, а також в аспекті психологічної самодопомоги.

Кількість годин: 4 год. (денна форма навчання), 2 год. (заочна форма навчання)

Місце проведення: аудиторія.

Навчальні питання:

1. Обговорення зі студентами теоретичних основ психологічних властивостей особистості.
2. Проведення методик та тестів з теми.

Література.

1. Волошина В.В., Долинська Л.В., Ставицька С.О., Темрук О.В. Загальна психологія: Практикум: Навч. посібн. 4-те вид. – К.: Каравела, 2011. - 280 с. http://194.44.152.155/elib/local/sk685984.pdf
2. Герасімова Н.Є. Загальна психологія: практикум. – Черкаси : Видавництво ЧНУ ім. Б. Хмельницького, 2012. – 208 с.
3. Дуткевич Т. В. Загальна психологія. Теоретичний курс. навч. посіб. – К.: Центр учбової літератури, 2016. – 388 с. http://docplayer.net/74036568-Zagalna-psihologiya-teoretichniy-kurs.html
4. Моначин І.Л. Зошит-практикум з курсу «Практикум з загальної психології» Частина І для студентів спеціальності «Психологія». – Тернопіль : ТНТУ імені Івана Пулюя, 2015. - 100 с. http://elartu.tntu.edu.ua/bitstream/123456789/17712/1/%D0%BF%D1%80%D0%B0%D0%BA%D1%82%D0%B8%D0%BA%D1%83%D0%BC%20%D0%BF%D1%81%D0%B8%D1%85%D0%BE%D0%BB%D0%BE%D

0%B3%D0%B0%D0%BC%20%D1%871.pdf

5. Туриніна О. Л. Практикум з психології : Навч. посіб. — К. : МАУП, 2017. — 328 с. https://maup.com.ua/assets/files/lib/book/p08_27.pdf
6. Герасімова Н. Є. Основи загальної психології : самостійна робота студентів: навч. посіб. – Черкаси : Видавництво ЧНУ ім. Б. Хмельницького, 2013. - 68 с.
7. Максименко С.Д. Соловієнко В.О.Загальна психологія.: Навч. посібник. – К.: МАУП, 2010. – 256 с. http://univer.nuczu.edu.ua/tmp_metod/875/Maksimenko_S.D._-_Zagal%27na_psihologiya.pdf

Методичне та матеріально-технічне забезпечення заняття: бланк з тестами, ручка.

План проведення заняття:

І. Порядок проведення вступу до заняття.

На початку заняття, студентам оголошується назва теми практичного заняття, план заняття та ті запитання, що будуть розглянуті.

ІІ. Порядок проведення основної частини заняття.

1. Обговорення теоретичного матеріалу за темою «Психологічні властивості особистості».

Особистість – це людина в системі психологічних характеристик, які соціально обумовленіта проявляються в суспільних зв'язках і відносинах.

Особистість існує в просторі різноманітних характерних для суспільства стосунків. Маючи свідомість, людина орієнтується в складній системі взаємин, вступає во взаємодії, усвідомлює себе, порівнюючи з іншими, переживає ситуації успіху і невдач. Мотиваційна функція діяльності і спілкування реалізується у вигляді спонук, потягів, бажань, спрямованості завдяки таким компонентам особистості, як потреби, мотиви, інтереси. Орієнтування в житті, особливо в людях, у тому числі в самому собі, в міжособистісних стосунках, можлива завдяки пізнавальним процесам і виявляється не лише в поняттях, думках, уявленнях і висновках, але й в ідеалах, самосвідомості, переконаннях, світогляді. Реалізація поведінки людини, програмування її діяльності та спілкування пов'язані з цілеполяганням, здібностями, установками й переконаннями. Регуляція та контроль діяльності, спілкування й стосунків відбувається не лише завдяки темпераменту та характеру, але й домаганням та самооцінці особистості.

Основні психологічні поняття по темі:

Акцентуація характеру - перебільшений розвиток окремих властивостей характеру в збиток іншим, внаслідок чого погіршується взаємодія з навколишніми людьми.

Діяльність - активна взаємодія людини з середовищем, в якому вона досягає свідомо поставленої мети, що виникла в результаті появи у людини певної потреби, мотиву.

Індивід - біологічний організм, носій спільних генотипічних спадкових

властивостей біологічного виду (індивідами ми народжуємося).

Індивідуальність - поєднання психологічних особливостей людини, її складових, своєрідність і її відзнака від інших людей.

Особистість - соціально-психологічна суть людини, що формується в результаті засвоєння людиною суспільних форм свідомості та поведінки, суспільно-історичного досвіду людства.

Локус контролю - характеристика локалізації причин, виходячи з яких, людина пояснює як свою поведінку і відповідальність, так і спостережувану ним поведінку і відповідальність інших людей. *Інтернальний* (внутрішній) локус контролю - пошук причин поведінки і відповідальності в самій людині, в собі; *экстернальний* (зовнішній) локус контролю - локалізація таких причин і відповідальності поза людиною, в навколишньому середовищі, долі.

Мотив - це спонука до діяльності, пов'язана із задоволенням певної потреби.

Мотив досягнення успіху - прагнення людини добиватися успіхів в різних видах діяльності і спілкування.

Мотив уникнення невдачі - відносне стійке прагнення людини уникати невдач в життєвих ситуаціях, пов'язаних з оцінкою іншими людьми результатів її діяльності та спілкування.

Спрямованість - система стійких мотивів (домінуючих потреб, інтересів, схильностей, переконань, ідеалів, світогляду і так далі), що визначає поведінку особистості в зовнішніх умовах, що змінюються.

Потреба - необхідність особистості в способах і умовах свого існування. Потреби можуть бути: *біологічними* (у їжі, сні, захисту від холоду і жари і так далі), *культурними* (формуються на основі природних: на основі природної потреби в їжі - потреба в смачних, спеціально приготованих блюдах та естетичному сервируванні; на основі потреби в одязі - потреба одягатися зручно і сучасно); *духовними* (читання, перегляд фільмів, спектаклів, слухання музики), *матеріальними* (їжа, одяг, житло, предмети побуту і ін.), *соціальними*.

Психологічний захист - регулятивна система, яку особистість використовує для зняття психологічного дискомфорту, переживань, які загрожують Я-образу, та зберігають його на бажаному і можливому для певних умов рівні.

Рефлексія - здатність людини здійснювати самоспостереження, самопізнання, самоаналіз, з'ясування оцінки особових особливостей з боку інших людей, а також критичне оцінювання власних дій, досягнень, ресурсів, особових якостей, результатом чого є їх корекція.

Самооцінка - оцінка особою самою себе, своїх можливостей і місця серед інших людей.

Здібності - індивідуально-психологічні особливості, що забезпечують успіх діяльності і легкість оволодіння нею.

Рівень домагань - бажаний рівень самооцінки особи (рівень Я), максимальний успіх в тому або іншому виді діяльності (спілкування), якого

розраховує добитися людина.

Задатки - деякі генетично детерміновані (природжені) анатомо-фізіологічні особливості нервової системи, складові індивідуально-природну основу формування і розвитку здібностей.

Імпульсивність - схильність людини діяти по першій спонуці, спонтанно, під впливом зовнішніх дій або емоцій, що раптово налинули.

Пластичність - особливість людини гнучко і легко пристосовуватися до нових умов.

Реактивність - особливість людини, зв'язана з силою емоційної реакції на зовнішні і внутрішні подразники.

Ригідність - особливість людини інертно, нечутливо поводитися в умовах, що змінилися.

Темперамент - сукупність якостей, які характеризують динамічні особливості психічних процесів і поведінки людини, їх силу, інтенсивність, прудкість, темп.

Характер - це стійкі індивідуальні особливості особистості, що формуються та систематично виявляються в діяльності і спілкуванні, визначають типові для даної людини способи поведінки.

Екстраверсія-інтроверсія - характеристика індивідуально-психологічних відмінностей людини, крайні плюси якої відповідають переважній спрямованості особистості або на світ зовнішніх об'єктів, або на явища його власного суб'єктивного світу.

2. Проведення методик та тестів з теми.

1) Методика Багаторівневий особистісний опитувальник «Адаптивність» (БОО-АМ) А. Г.Маклакова і С. В. Чермяніна.
2) Експрес-діагностика соціальних цінностей особистості (по Н.П. Фетіскину).

3. Завдання для самостійної роботи.

Провести експрес-діагностику соціальних цінностей особистості (1випробуваний).

III. Порядок проведення заключної частини заняття.

На при кінці заняття студенти дають зворотній зв'язок викладачу, який досвід вони придбали та обговорення результатів виконаних методик з визначенням типових труднощів в роботі.

ТЕМА № 2 «Дослідження темпераменту».

Практичне заняття за темою №2. Методи дослідження темпераменту

Навчальна мета практичного заняття: закріпити знання про темперамент, дати характеристику типів темпераменту: холерик, сангвінік, флегматик, меланхолік ; проведення методики дослідження темпераменту і використанні її в психологічній практиці, а також в аспекті психологічного самопізнання.

Кількість годин: 4 год. (денна форма навчання), 2 год. (заочна форма навчання)

Місце проведення: аудиторія.

Навчальні питання:

1. Обговорення зі студентами теоретичних основ темпераменту особистості, характеристики типівтемпераменту.
2. Проведення методик та тестів з теми.

Література.

1. Васянович Г. П. Основи психології : навчальний посібник / Григорій Петрович Васянович– К. : Педагогічна думка , 2012. – 114 с. https://lib.iitta.gov.ua/9961/1/%D0%92%D0%B0%D1%81%D1%8F%D0%BD%D0%BE%D0%B2%D0%B8%D1%87%20%282%29.pdf
2. Герасімова Н.Є. Загальна психологія: практикум. – Черкаси : Видавництво ЧНУ ім. Б. Хмельницького, 2012. – 208 с.
3. Загальна психологія: Підручник / О. В. Скрипченко, Л. В. Долинська, З. В. Огороднійчук та ін. - К.: Либідь, 2015. - С. 464. http://librarium.inf.ua/%D0%B7%D0%B0%D0%B3%D0%B0%D0%BB%D1%8C%D0%BD%D0%B0_%D0%BF%D1%81%D0%B8%D1%85%D0%BE%D0%BB%D0%BE%D0%B3%D1%96%D1%8F_%D1%81%D0%BA%D1%80%D0%B8%D0%BF%D1%87%D0%B5%D0%BD%D0%BA%D0%BE_2005_%D0%BF%D1%96%D0%B4%D1%80%D1%83%D1%87%D0%BD%D0%B8%D0%BA.html
4. Моначин І.Л. Зошит для лабораторних робіт з курсу «Практикум з загальної психології» для студентів заочної форми навчання спеціальності «Психологія». – Тернопіль : ТНТУ імені Івана Пулюя, 2015.–88с. http://elartu.tntu.edu.ua/bitstream/123456789/17714/1/%D0%BF%D1%80%D0%B0%D0%BA%D1%82%D0%B8%D0%BA%D1%83%D0%BC%20%D0%BF%D1%81%D0%B8%D1%85%D0%BE%D0%BB%D0%BE%D0%B3%D0%B0%D0%BC%20%D0%B7%D0%B0%D0%BE%D1%87%D0%BD%D0%B8%D0%BA%D0%B0%D0%BC.pdf
8. Корольчук М. С., Крайнюк В. М., Марченко В. М. Психологія: схеми, опорні конспекти, методики: Навчальний посібник для студентів вищих навчальних закладів / За заг. ред. М.С.Корольчука. - К.: Ельга, Ніка-Центр, 2015.- 320 с. http://194.44.152.155/elib/local/sk682758.pdf
9. Максименко С.Д. Соловієнко В.О.Загальна психологія.: Навч. посібник. – К.: МАУП, 2010. – 256 с. http://univer.nuczu.edu.ua/tmp_metod/875/Maksimenko_S.D._-_Zagal%27na_psihologiya.pdf

Методичне та матеріально-технічне забезпечення заняття: бланк з тестами, ручка.

План проведення заняття:

І. Порядок проведення вступу до заняття.

На початку заняття, студентам оголошується назва теми практичного заняття, план заняття та ті запитання, що будуть розглянуті.

II. Порядок проведення основної частини заняття.

1.Обговорення теоретичного матеріалу за темою «Методи дослідження темпераменту»:

Темперамент - сукупність якостей, які характеризують динамічні особливості психічних процесів і поведінки людини, їх силу, інтенсивність, швидкість,темп. Темперамент єрезультат об'єднання різноманітних біологічних компонентів, які залучені у функціонування системи поведінки. Це узагальнена система різноманітних психобіологічних властивостей індивідуальної поведінки, що якісно відрізняється, тому темперамент виявляється і в психічному орієнтуванні, і в програмуванні, і в регуляції, і в оцінці життєдіяльності людини у вигляді динамічних процесів і станів. До останніх відносять:

- інтенсивність;
- швидкість;
- темп;
- ритм;
- а також емоційну чутливість і пластичність.

Темперамент належить до первинних форм вищого психічного синтезу. Його фізіологічною основою є тип вищої нервової діяльності, визначуваний співвідношенням сили, врівноваженості, рухливості збудливого і гальмівного процесів. Проте співвідношення між типом вищої нервової діяльності і типами темпераменту (сангвініка, холерика, флегматика і меланхоліка), що традиційно виділяються, далеко неоднозначні.

Темперамент, як психобіологічна властивість особистості, виявляється в особливостях освоєння наочного світу в прагненні до розумової і фізичної праці, в соціальних контактах, в прудкості переходу від одних видів діяльності до інших або від одних способів мислення до інших, в прудкості моторно-рухових актів, в швидкості мови, в емоційній чутливості до розбіжностей між задуманим і результатами спілкування і діяльності, в чутливості до невдач і оцінок людей.

2. Проведення методики з теми.

Методика «Особистісний опитувальник Г. Айзенка».

3.Завдання для самостійної роботи.

Провести методику «Особистісний опитувальник Г. Айзенка» (1випробуваний).

III. Порядок проведення заключної частини заняття.

На при кінці заняття студенти дають зворотній зв'язок викладачу, який досвід вони придбали та обговорення результатів виконаних методик з визначенням типових труднощів в роботі.

ТЕМА № 3 «Дослідження характеру».

Практичне заняття №3. Дослідження характеру.

Навчальна мета практичного заняття: ознайомлення студентів з поняттям характер, його рисами та його формуванням, поняттям акцентуація характеру; проведення характерологічного опитувальника Леонгарда – Шмішека, виявлення типів акцентуацій характеру; використання його в психологічній практиці, а також в аспекті психологічної самодопомоги.

Кількість годин: 4 год. (денна форма навчання), 2 год. (заочна форма навчання)

Місце проведення: аудиторія.

Навчальні питання:

1. Обговорення зі студентами теоретичну основу рис, формування характеру особистості та поняття «акцентуація характеру».
2. Проведення методик та тестів з теми.

Література.

1. Волошина В.В., Долинська Л.В., Ставицька С.О., Темрук О.В. Загальна психологія: Практикум: Навч. посібн. 4-те вид. – К.: Каравела, 2011. - 280 с. http://194.44.152.155/elib/local/sk685984.pdf
2. Герасімова Н.Є. Загальна психологія: практикум. – Черкаси : Видавництво ЧНУ ім. Б. Хмельницького, 2012. – 208 с.
3. Зелінська Т.М., Михайлова І.В. Практикум із загальної психології : навч. посіб. – К. : Каравела, 2014. – 272 с
4. Моначин І.Л. Зошит-практикум з курсу «Практикум з загальної психології» Частина І для студентів спеціальності «Психологія». – Тернопіль : ТНТУ імені Івана Пулюя, 2015. - 100 с. http://elartu.tntu.edu.ua/bitstream/123456789/17712/1/%D0%BF%D1%80%D0%B0%D0%BA%D1%82%D0%B8%D0%BA%D1%83%D0%BC%20%D0%BF%D1%81%D0%B8%D1%85%D0%BE%D0%BB%D0%BE%D0%B3%D0%B0%D0%BC%20%D1%871.pdf
5. Москалець В. П. Загальна психологія: підручник. – К. Ліра–К:, 2020. – 564 с. https://lira-k.com.ua/preview/12628.pdf
6. М’ясоїд П. А. Загальна психологія: навч. посібник для студентів вищих пед. навч. закладів. -– К.:Вища школа, 2014. – 487 с. http://samorozvytok.info/content/p-myasoyid-zagalna-psyhologiya
7. Герасімова Н. Є. Основи загальної психології : самостійна робота студентів: навч. посіб. – Черкаси : Видавництво ЧНУ ім. Б. Хмельницького, 2013. - 68 с.

Методичне та матеріально-технічне забезпечення заняття: бланк з тестами, ручка.

План проведення заняття:

І. Порядок проведення вступу до заняття.

На початку заняття, студентам оголошується назва теми практичного заняття, план заняття та ті запитання, що будуть розглянуті.

ІІ. Порядок проведення основної частини заняття.

1. Обговорення теоретичного матеріалу за темою за темою «Дослідження характеру».

Характер - це стійкі індивідуальні особливості особистості, що формуються і систематичновиявляються в діяльності і спілкуванні, визначають типові для даної людини способи поведінки. **Акцентуація характеру** - перебільшений розвиток окремих властивостей характеру в збиток іншим, внаслідок чого погіршується взаємодія з навколишніми людьми.

Характер - стійке поєднання психічних властивостей людини, в яких виражається його відношення до того, що оточує, способи поведінки і реагування. Характер - це єдність індивідуального і типового, тому що в кожному симптомокомплексі властивостей характеру є свої особливі підструктури з їх неповторними взаєминами. Ймовірно, головними в симптомокоплексі характеру є вольові риси, які при інтеграції їх у властивості особистостівизначають силу або слабкість характеру.

Таким чином, характер не є простою сукупністю або випадковим набором окремих рис. Всі його властивості взаємозв'язані, взаємозалежні. В результаті закономірних взаємозв'язків рис, характер є цілісною ієрархічною структурою. У цій ієрархії одні риси основні, визначаючі,ведучі, а інші - підлеглі. Кожна із структурних властивостей характеру формується за життя в онтогенезі як засіб реалізації стосунків в діяльності і спілкуванні.

У структурі характеру можуть переважати інтелектуальні, емоційні або вольові компоненти.

Фізіологічною основою характеру є динамічний стереотип. Його особливості, так само як виховання і складнощі стосунків з людьми, можуть породити акцентуацію характеру, тобто надмірні посилення окремих рис, які приводять до дисгармонійного поводження людини з іншими людьми, неадекватному відношенню до себе, діяльності і так далі.

Для вивчення властивостей характеру пропонують тест-опитувальник діагности рівня вольової саморегуляції, схильності до ризику і виявлення переважаючих характерологічних тенденцій.

2.Проведення методики з теми.

Методика «Дослідження акцентуацій характеру» (опитувальник К.Леонгарда – Н.Шмішека).

3.Завдання для самостійної роботи.

Провести методику «Дослідження акцентуацій характеру» (1випробуваний).

ІІІ. Порядок проведення заключної частини заняття.

На при кінці заняття студенти дають зворотній зв'язок викладачу, який досвід вони придбали та обговорення результатів виконаних методик з визначенням типових труднощів в роботі.

ТЕМА № 4 «Дослідження здібностей».

Практичне заняття за темою № 4: методики визначення здібностей

Навчальна мета практичного заняття: закріпити у студентів поняття про здібності, їх природні та соціальні передумови, їх структуру; ознайомитись з методиками дослідження різноманітних здібностей, а саме для виявлення комунікативних і організаторських здібностей особистості (уміння чітко і швидко встановлювати ділові та товариські стосунки з людьми, намагання розширювати контакти, участь у групових заходах, уміння впливати на людей, бажання виявляти ініціативу і т. д. для подальшого використання в психологічній практиці, а також в аспекті психологічного самопізнання.

Кількість годин: 4 год. (денна форма навчання), 2 год. (заочна форма навчання)

Місце проведення: аудиторія.

Навчальні питання:

1.Обговорення зі студентами теоретичних основ «Дослідження здібностей».

2.Проведення методик та тестів з теми.

Література.

1. Герасімова Н.Є. Загальна психологія: практикум. – Черкаси : Видавництво ЧНУ ім. Б. Хмельницького, 2012. – 208 с.
2. Дуткевич Т. В. Загальна психологія. Теоретичний курс. навч. посіб. – К.: Центр учбової літератури, 2016. – 388 с. http://docplayer.net/74036568-Zagalna-psihologiya-teoretichniy-kurs.html
3. Загальна психологія: Підручник / О. В. Скрипченко, Л. В. Долинська, З. В. Огороднійчук та ін. - К.: Либідь, 2015. - С. 464. http://librarium.inf.ua/%D0%B7%D0%B0%D0%B3%D0%B0%D0%BB%D1%8C%D0%BD%D0%B0_%D0%BF%D1%81%D0%B8%D1%85%D0%BE%D0%BB%D0%BE%D0%B3%D1%96%D1%8F_%D1%81%D0%BA%D1%80%D0%B8%D0%BF%D1%87%D0%B5%D0%BD%D0%BA%D0%BE_2005_%D0%BF%D1%96%D0%B4%D1%80%D1%83%D1%87%D0%BD%D0%B8%D0%BA.html
4. Зелінська Т.М., Михайлова І.В. Практикум із загальної психології : навч. посіб. – К. : Каравела, 2014. – 272 с
5. Моначин І.Л. Зошит-практикум з курсу «Практикум з загальної психології» Частина І для студентів спеціальності «Психологія». – Тернопіль : ТНТУ імені Івана Пулюя, 2015. - 100 с. http://elartu.tntu.edu.ua/bitstream/123456789/17712/1/%D0%BF%D1%80%D0%B0%D0%BA%D1%82%D0%B8%D0%BA%D1%83%D0%BC%20%D0%BF%D1%81%D0%B8%D1%85%D0%BE%D0%BB%D0%BE%D0%B3%D0%B0%D0%BC%20%D1%871.pdf
6. М’ясоїд П. А. Загальна психологія: навч. посібник для студентів вищих пед. навч. закладів. -– К.:Вища школа, 2014. – 487 с.

http://samorozvytok.info/content/p-myasoyid-zagalna-psyhologiya
7. Максименко С.Д. Соловієнко В.О.Загальна психологія.: Навч. посібник. – К.: МАУП, 2010. – 256 с. http://univer.nuczu.edu.ua/tmp_metod/875/Maksimenko_S.D._-_Zagal%27na_psihologiya.pdf

Методичне та матеріально-технічне забезпечення заняття: бланк з тестами, ручка.

План проведення заняття:

І. Порядок проведення вступу до заняття.

На початку заняття, студентам оголошується назва теми практичного заняття, план заняття та ті запитання, що будуть розглянуті.

ІІ. Порядок проведення основної частини заняття.

1. Обговорення теоретичного матеріалу за темою «Дослідження здібностей»:

Задатки - це деякі генетичні детерміновані (природжені) анатомо-фізіологічні особливості нервової системи, що складають індивідуально-природну основу (передумову) формування та розвитку здібностей.

Здібності - це індивідуально-психологічні особливості особистості, що забезпечують успіх в діяльності, в спілкуванні та легкість оволодіння ними. Здібності не можуть бути зведені до знань, умінь й навиків, які є у людини, але здібності забезпечують їх швидке придбання, і ефективне практичне вживання.

Здібності можна класифікувати як:

1) *природні здібності,* що біологічно обумовлені та пов'язані з природженими задатками і сформовані на їх базі, за наявності елементарного життєвого досвіду через механізми навчання типа умовно-рефлекторних зв'язків;

2) *специфічні людські здібності, які мають* суспільно-історичне походження та забезпечують життя і розвиток в соціальній середі.

Специфічні людські здібності в свою чергу діляться на:

а) *спільні,* що визначають успіхи людини в самих різних видах діяльності і спілкування (розумові здібності, розвинена пам'ять і мова, точність і тонкість рухів рук і т. д.), і *спеціальні,* визначаючі успіхи людини в окремих видах діяльності і спілкування, де необхідні особливого роду завдатки та їх розвиток (здібності математичні, технічні, лінгвістичні для літератури, художньо-мистецькі, спортивні і так далі);

б) *теоретичні,* що визначають схильність людини до абстрактно-логічного мислення і *практичні,* що лежать в основі схильності до конкретно-практичних дій. Поєднання цих здібностей властиве лише різносторонньо обдарованим людям;

в) *учбові,* які впливають на успішність педагогічної діяльності, засвоєння людиною знань, умінь, навиків, формування якостей особистості, та *творчі,* пов'язані з успішністю в створенні здобутків матеріальної і духовної культури,

нових ідей, відкриттів, винаходів;

г) *здібності до спілкування, взаємодії з людьми і предметно-діяльнісні здібності,* пов'язані з взаємодією людей з природою, технікою, художніми образами і так далі. Людина, здібна до багатьох видів діяльності, володіє спільною обдарованістю, *тобто* єдністю спільних здібностей, що обумовлює діапазон його інтелектуальних можливостей, рівень і своєрідність діяльності та спілкування.

Вищий ступінь творчих проявів особистості називається *геніальністю,* а вищий ступінь здібностей особистості в певній діяльності - *талантом.*

2.Проведення методик та тестів з теми.

1) Методика «Виявлення комунікативних і організаторських здібностей » (КОЗ-2).
2) Методика «Дослідження розумових здібностей»
3) Методика «Оцінка рівня здібностей до самоуправління» (По методиці В.І. Андреєва, М.П.Лукашевича).
4) Методика «Визначення здібностей до самовдосконалення (М.П. Лукашевича).

3.Завдання для самостійної роботи.

Провести методику «Визначення здібностей до самовдосконалення. (1випробуваний).

ІІІ. Порядок проведення заключної частини заняття.

На при кінці заняття студенти дають зворотній зв'язок викладачу, який досвід вони придбали та обговорення результатів виконаних методик з визначенням типових труднощів в роботі.

***ТЕМА № 5* «Спрямованість як компонент психічного життя людини».**

Практичне заняття за темою № 5: методики визначення спрямованості особистості.

Навчальна мета практичного заняття: закріплення знань про спрямованість особистості; ознайомлення з методиками визначення спрямованості особистості,спрямованість на себе, спрямованість на спілкування, спрямованість на діло та їхньому використанні в психологічній практиці, а також в аспекті психологічної самодопомоги.

Кількість годин: 4 год. (денна форма навчання), - год. (заочна форма навчання)

Місце проведення: аудиторія.

Навчальні питання:

1.Обговорення зі студентами теоретичних основ «Спрямованість як компонент психічного життя людини».

2.Проведення методик та тестів з теми

Література.

1. Васянович Г. П. Основи психології : навчальний посібник / Григорій Петрович Васянович– К. : Педагогічна думка , 2012. – 114 с. https://lib.iitta.gov.ua/9961/1/%D0%92%D0%B0%D1%81%D1%8F%D0%BD%D0%BE%D0%B2%D0%B8%D1%87%20%282%29.pdf

2. Герасімова Н.Є. Загальна психологія: практикум. – Черкаси : Видавництво ЧНУ ім. Б. Хмельницького, 2012. – 208 с.
3. Дуткевич Т. В. Загальна психологія. Теоретичний курс. навч. посіб. – К.: Центр учбової літератури, 2016. – 388 с. http://docplayer.net/74036568-Zagalna-psihologiya-teoretichniy-kurs.html
4. Моначин І.Л. Зошит для лабораторних робіт з курсу «Практикум з загальної психології» для студентів заочної форми навчання спеціальності «Психологія». – Тернопіль : ТНТУ імені Івана Пулюя, 2015.–88с. http://elartu.tntu.edu.ua/bitstream/123456789/17714/1/%D0%BF%D1%80%D0%B0%D0%BA%D1%82%D0%B8%D0%BA%D1%83%D0%BC%20%D0%BF%D1%81%D0%B8%D1%85%D0%BE%D0%BB%D0%BE%D0%B3%D0%B0%D0%BC%20%D0%B7%D0%B0%D0%BE%D1%87%D0%BD%D0%B8%D0%BA%D0%B0%D0%BC.pdf
5. М’ясоїд П. А. Загальна психологія: навч. посібник для студентів вищих пед. навч. закладів. -– К.:Вища школа, 2014. – 487 с. http://samorozvytok.info/content/p-myasoyid-zagalna-psyhologiya
6. Максименко С.Д. Соловієнко В.О.Загальна психологія.: Навч. посібник. – К.: МАУП, 2010. – 256 с. http://univer.nuczu.edu.ua/tmp_metod/875/Maksimenko_S.D._-_Zagal%27na_psihologiya.pdf

Методичне та матеріально-технічне забезпечення заняття: бланк з тестами, ручка.

План проведення заняття:

І. Порядок проведення вступу до заняття.

На початку заняття, студентам оголошується назва теми практичного заняття, план заняття та ті запитання, що будуть розглянуті.

ІІ. Порядок проведення основної частини заняття.

1. Обговорення теоретичного матеріалу за темою «Спрямованість як компонент психічного життя людини»:

Людина - це суспільна істота, нерозривно пов'язана з соціальною середою, в якій він живе і без якої не може існувати. Все необхідне вона отримує від суспільства в результаті своєї цілеспрямованої діяльності, керуючись при цьому певною метою і завданнями.

Діяльність людини, його вчинки в суспільстві завжди суб'єктивно визначені, виражають все те, що вимагає у нього свого задоволення. У них також виявляються і властиві особистісні стосунки, що склалися в процесі життя і виховання, тобто характерні для неї відношення до суспільства в цілому і до своєї діяльності, поведінці в даній соціальній середі зокрема.

Спрямованість якраз і виражає в інтегрованому вигляді багато з вказаних вище особливостей особи. У ній фокусується основний сенс дій і поведінки.

Спрямованість особистості - це таке її психічна властивість, в якій

виражаються потреби, мотиви, світогляд, установки і цілі її життя і діяльності.

Потреби особистості - це випробовувана нею потреба в чому-небудь.

Мотиви особистості - це ті внутрішні сили, які пов'язані з потребами і спонукають її до певної діяльності.

Світогляд особистості - це система переконань, що склалася у неї, наукових поглядів на природу, суспільство, людські відносини, які стали і її внутрішнім надбанням і відклалися в свідомості у вигляді певної життєвої мети і інтересів, стосунків, позицій.

Установки особистості - це її внутрішня настроєність на здійснення тієї або іншої діяльності або гальмування власної активності.

Установки мають важливе функціональне значення: виступають як стани готовності, що дозволяють осіб ефективніше виконувати певну діяльність. Їх основні функції:

1) визначати стійкий характер протікання діяльності;

2) звільняти особистість від необхідності ухвалювати рішення і довільно контролювати протікання діяльності в стандартних ситуаціях.

Цілі - це найбільш значущі для особистості предмети, явища, завдання і об'єкти, досягнення чого і володіння якими складають суть її життя і діяльності. Цілі реалізують потреби особистості і виступають як образи результату діяльності.

Спрямованість - система стійких мотивів (домінуючих потреб, інтересів, схильностей, переконань, ідеалів, світогляду і так далі), що визначає поведінку особистості в зовнішніх умовах, що змінюються.

Мотив - це спонука до діяльності, пов'язана із задоволенням певної потреби.

Мотив досягнення успіху - прагнення людини добиватися успіхів в різних видах діяльності і спілкування.

Мотив уникнення невдачі - відносне стійке прагнення людини уникати невдач в життєвих ситуаціях, пов'язаних з оцінкою іншими людьми результатів його діяльності і спілкування.

2.Проведення методик та тестів з теми.

1) «Визначення спрямованості особистості» (орієнтаційна анкета) Б. Басса.
2) Методика «Ціннісні орієнтації» (М.Рокич).

3.Завдання для самостійної роботи.

Провести методику «Визначення здібностей до самовдосконалення. (1випробуваний).

ІІІ. Порядок проведення заключної частини заняття.

На при кінці заняття студенти дають зворотній зв'язок викладачу, який досвід вони придбали та обговорення результатів виконаних методик з визначенням типових труднощів в роботі.

ТЕМА № 6 **«Дослідження відчуттів та сприйняття».**

Практичне заняття за темою № 6: дослідження відчуттів та сприйняття

Навчальна мета заняття: Дослідження відчуттів та сприйняття. Властивості й види відчуттів. Дослідження ролі відчуттів у пізнавальній діяльності людини. Пороги чутливості. Методи визначення абсолютних і диференціальних порогів чутливості. Властивості й види сприйняття. Дослідження сприйняття простору і часу. Дослідження особливостей сприйняття форми при пасивному й активному дотику В. К. Гайди й В. В. Шматкова. Дослідження пізнавального контролю при зоровому сприйнятті. Вивчення ілюзії зорового сприйняття. Дослідженняпідзалежності сприйняття.

Кількість годин: 4 год. (денна форма навчання), 2 год. (заочна форма навчання)

Місце проведення: аудиторія.

Навчальні питання:

1.Обговорення зі студентами теоретичних основ пізнавальних процесів відчуття ісприйняття.

2.Проведення методик та тестів з теми.

Література.

1. Волошина В.В., Долинська Л.В., Ставицька С.О., Темрук О.В. Загальна психологія: Практикум: Навч. посібн. 4-те вид. – К.: Каравела, 2011. – 280 с. http://194.44.152.155/elib/local/sk685984.pdf
2. Васянович Г. П. Основи психології : навчальний посібник / Григорій Петрович Васянович– К. : Педагогічна думка , 2012. – 114 с. https://lib.iitta.gov.ua/9961/1/%D0%92%D0%B0%D1%81%D1%8F%D0%BD%D0%BE%D0%B2%D0%B8%D1%87%20%282%29.pdf
3. Герасімова Н.Є. Загальна психологія: практикум. – Черкаси : Видавництво ЧНУ ім. Б. Хмельницького, 2012. – 208 с.
4. Моначин І.Л. Зошит-практикум з курсу «Практикум з загальної психології» Частина ІІ для студентів спеціальності «Психологія». – Тернопіль: ТНТУ імені Івана Пулюя, 2015. – 100 с. http://elartu.tntu.edu.ua/bitstream/123456789/17713/1/praktikum_psikhologam_II.pdf
5. М’ясоїд П. А. Загальна психологія: навч. посібник для студентів вищих пед. навч. закладів. -– К.:Вища школа, 2014. – 487 с. http://samorozvytok.info/content/p-myasoyid-zagalna-psyhologiya
6. Герасімова Н. Є. Основи загальної психології : самостійна робота студентів: навч. посіб. – Черкаси : Видавництво ЧНУ ім. Б. Хмельницького, 2013. - 68 с.
7. Максименко С.Д. Соловієнко В.О.Загальна психологія.: Навч. посібник. – К.: МАУП, 2010. – 256 с. http://univer.nuczu.edu.ua/tmp_metod/875/Maksimenko_S.D._-_Zagal%27na_psihologiya.pdf

Методичне та матеріально-технічне забезпечення заняття: бланк з тестами, ручка.

План проведення заняття:

І. Порядок проведення вступу до заняття.

На початку заняття, студентам оголошується назва теми практичного заняття, план заняття та ті запитання, що будуть розглянуті.

ІІ. Порядок проведення основної частини заняття.

1. Обговорення теоретичного матеріалу за темою «Дослідження відчуттів та сприйняття»:

Відчуття - це психічне відображення окремих властивостей предметів і явищ, що безпосередньо впливають на органи чуття. *Відчуття* - результат перетворення специфічноїенергії подразника в енергію нервових процесів.

За модальності подразника виділяють наступні види відчуттів: *зорові, слухові, нюхові, смакові,тактильні* (шкірні та дотикові).

За місцем розташування рецепторів відчуття діляться на *екстерорецептивні, інтерорецептивні, пропріорецептивні.*

При вимірюванні чутливості важливо враховувати наступні характеристики аналізаторів: *нижній поріг відчуттів* - мінімальна величина подразника, що викликає ледь помітне відчуття; *верхній абсолютний поріг* - найбільша сила подразника, при якій ще виникає відчуття даного виду; латентний період реакції - проміжок часу від моменту подачі сигналу до моменту виникнення відчуття.

Крім того, необхідно враховувати можливості *адаптації* (здатність пристосовуватися до нових умов), *сенсибілізації* - перевищення чутливості в результаті взаємодії відчуттів і *синестезії* - виникнення під впливом одного подразника відчуття, характерного для іншого.

До основних властивостей відчуття відносять: *інтенсивність, якість і тривалість* відчуття.

Сприйняття - психічний процес цілісного відображення предметів і явищ при їх безпосередній дії на органи чуття. Сприйняття є результатом діяльності системи аналізаторів.

У структурі сприйняття виділяють дві основні підструктури: види і властивості сприйняття. Види сприйняття діляться на *прості, складні і спеціальні*. До простих видів відносяться сприйняття кольору, величини і форми предметів. Складні види сприйняття представляють собою поєднання простих видів. До спеціальних видів сприйняття відносяться сприйняття часу, руху, простору і сприйняття людини.

Виділяють наступні властивості сприйняття.

Предметність - реалізується в тому, що вона не є механічною сумою відчуттів провластивості і якості об'єкта, а відразу відображає його

призначення, походження (людина, будинок і т. д.).

Осмисленість - її зв'язок з мисленням проявляється в тому, що сприйняті предмети маютьдля людини життєвий сенс (гарні - погані, корисні-шкідливі і т.д.).

Цілісність - проявляється в тому, що предмет відбивається цілісно

навіть тоді, коли деякі з їївластивостей в даний момент не сприймаються.

Апперцепція - проявляється в її залежності від минулого досвіду особистості, від її психічних станів, мотивів, потреб і інтересів.

Сприйняття. Одне із завдань, наведених у посібнику дозволяє встановити відмінність цих процесів.

2.Проведення методик та тестів з теми.

1) Методика вивчення ролі відчуттів в пізнавальній діяльності людини
2) Методика дослідження сприйняття простору
3) Методика вивчення сприйняття часу.
4) Дослідження особливостей сприйняття форми при пасивному й активному дотику (В.К. Гайди й В. В. Шматкова).

3.Завдання для самостійної роботи.

1) Провести методику вивчення ролі відчуттів в пізнавальній діяльності людини. (1випробуваний).

III. Порядок проведення заключної частини заняття.

На при кінці заняття студенти дають зворотній зв'язок викладачу, який досвід вони придбали та обговорення результатів виконаних методик з визначенням типових труднощів в роботі.

ТЕМА № 7 «Дослідження уваги».

Практичне заняття за темою № 7: методи дослідження уваги

Навчальна мета заняття: Дослідження методів дослідження уваги.

Кількість годин: 4 год. (денна форма навчання),- год. (заочна форма навчання)

Місце проведення: аудиторія.

Навчальні питання:

1.Обговорення зі студентами теоретичних основ визначення уваги та її властивостей.

2.Проведення методик та тестів з теми.

Література.

1. Волошина В.В., Долинська Л.В., Ставицька С.О., Темрук О.В. Загальна психологія: Практикум: Навч. посібн. 4-те вид. – К.: Каравела, 2011. - 280 с. http://194.44.152.155/elib/local/sk685984.pdf

10. Дуткевич Т. В. Загальна психологія. Теоретичний курс. навч. посіб. – К.: Центр учбової літератури, 2016. – 388 с. http://docplayer.net/74036568-Zagalna-psihologiya-teoretichniy-kurs.html

2. Загальна психологія: Підручник / О. В. Скрипченко, Л. В. Долинська, З. В. Огороднійчук та ін. - К.: Либідь, 2015. - С. 464. http://librarium.inf.ua/%D0%B7%D0%B0%D0%B3%D0%B0%D0%BB%D1%8C%D0%BD%D0%B0_%D0%BF%D1%81%D0%B8%D1%85%D0%BE%D0%BB%D0%BE%D0%B3%D1%96%D1%8F_%D1%81%D0%BA%D1%80%D0%B8%D0%BF%D1%87%D0%B5%D0%BD%D0%BA%D0%BE_2005_%D0%BF%D1%96%D0%B4%D1%80%D1%83%D1%87%D0%BD%D0%B8%D0%BA.html

3. Москалець В. П. Загальна психологія: підручник. – К. Ліра–К:, 2020. – 564 с. https://lira-k.com.ua/preview/12628.pdf
4. Корольчук М. С., Крайнюк В. М., Марченко В. М. Психологія: схеми, опорні конспекти, методики: Навчальний посібник для студентів вищих навчальних закладів / За заг. ред. М.С.Корольчука. - К.: Ельга, Ніка-Центр, 2015.- 320 с. http://194.44.152.155/elib/local/sk682758.pdf
5. Професійно-орієнтовані завдання з психології. За ред. О.Л. Музики. Навчальний посібник. – 2-ге вид., перероб. і доп. – Житомир, 2010. – 587 с.

Методичне та матеріально-технічне забезпечення заняття: бланк з тестами, ручка.

План проведення заняття:

І. Порядок проведення вступу до заняття.

На початку заняття, студентам оголошується назва теми практичного заняття, план заняття та ті запитання, що будуть розглянуті.

ІІ. Порядок проведення основної частини заняття.

1. Обговорення теоретичного матеріалу за темою «Дослідження уваги»:

Увага проявляється в спрямованості і зосередженості свідомості на якомусь об’єкті або діяльності при одночасному відволіканні від інших.

Увага може бути внутрішньою і зовнішньою, природною і соціальною, мимовільною, довільноюі післядовільною.

До основних властивостей уваги відносяться: концентрація, стійкість, обсяг. розподіл,переключення.

Стійкість уваги - це здатність зберігати концентрацію уваги тривалий час.

Концентрація уваги - це ступінь її зосередженості на головному в діяльності.

Переключення уваги - це здатність до попереміному виконанню декількох видів діяльності.

Розподіл уваги - це здатність до одночасного виконання декількох видів діяльності.

Об'єм уваги - це здатність одночасно сприймати більшу або меншу кількість об'єктів.

Завдяки увазі, можлива вибіркова активність психічних процесів. Увага як би забезпечує перехід від простого відображення до власне цілеспрямованої діяльності, здійснюючи відбір значної інформації від незначної, контролюючи дію і її результат.

2.Проведення методик та тестів з теми.

1) Методика «Таблиці Шульте».
2) Методика «Рахунок по Крепеліну».
3) Методика дослідження стійкості та концентрації уваги і особливостей працездатності: «Коректурна проба» (Ф.Бурдона).

3.Завдання для самостійної роботи.

Провести методику «Рахунок по Крепеліну». (1випробуваний).

ІІІ. Порядок проведення заключної частини заняття.

На при кінці заняття студенти дають зворотній зв'язок викладачу, який досвід вони придбали та обговорення результатів виконаних методик з визначенням типових труднощів в роботі.

***ТЕМА № 8* «Дослідження пам'яті».**

Практичне заняття за темою № 8: методи дослідження пам'яті.

Навчальна мета заняття: методи дослідження пам'яті. Властивості, види й процеси пам'яті. Вимірювання об'єму короткочасної пам'яті за методом Джекобсона. Методика вивчення мимовільного запам'ятовування. Методика вивчення опосередкованого запам'ятовування конкретних понять. Методика вивчення опосередкованого запам'ятовування абстрактних понять. Вимірювання об'єму оперативної пам'яті. Дослідження короткочасної зорової й слухової пам'яті на числа й букви. Мнемічні прийоми.

Кількість годин: 4 год. (денна форма навчання), 2 год. (заочна форма навчання)

Місце проведення: аудиторія.

Навчальні питання:

1. Обговорення зі студентами теоретичних основ визначення пам'яті та її властивостей.
2. Проведення методик та тестів з теми.

Література.

1. Волошина В.В., Долинська Л.В., Ставицька С.О., Темрук О.В. Загальна психологія: Практикум: Навч. посібн. 4-те вид. – К.: Каравела, 2011. - 280 с. http://194.44.152.155/elib/local/sk685984.pdf
2. Васянович Г. П. Основи психології : навчальний посібник / Григорій Петрович Васянович– К. : Педагогічна думка , 2012. – 114 с. https://lib.iitta.gov.ua/9961/1/%D0%92%D0%B0%D1%81%D1%8F%D0%BD%D0%BE%D0%B2%D0%B8%D1%87%20%282%29.pdf
3. Герасімова Н.Є. Загальна психологія: практикум. – Черкаси : Видавництво ЧНУ ім. Б. Хмельницького, 2012. – 208 с.
4. Загальна психологія: Підручник / О. В. Скрипченко, Л. В. Долинська, З. В. Огороднійчук та ін. - К.: Либідь, 2015. - С. 464. http://librarium.inf.ua/%D0%B7%D0%B0%D0%B3%D0%B0%D0%BB%D1%8C%D0%BD%D0%B0_%D0%BF%D1%81%D0%B8%D1%85%D0%BE%D0%BB%D0%BE%D0%B3%D1%96%D1%8F_%D1%81%D0%BA%D1%80%D0%B8%D0%BF%D1%87%D0%B5%D0%BD%D0%BA%D0%BE_2005_%D0%BF%D1%96%D0%B4%D1%80%D1%83%D1%87%D0%BD%D0%B8%D0%BA.html
5. М'ясоїд П. А. Загальна психологія: навч. посібник для студентів вищих пед. навч. закладів. -– К.:Вища школа, 2014. – 487 с. https://lira-k.com.ua/preview/12628.pdf
6. Професійно-орієнтовані завдання з психології. За ред. О.Л. Музики.

Навчальний посібник. – 2-ге вид., перероб. і доп. – Житомир, 2010. – 587 с.

7. Сергеєнкова О.П., Столярчук О.А., Коханова О.П., Пасєка О.В.Загальна психологія: навч. посіб. — К. : ЦУЛ, 2012. — 296 с.

Методичне та матеріально-технічне забезпечення заняття: бланк з тестами, ручка.

План проведення заняття:

І. Порядок проведення вступу до заняття.

На початку заняття, студентам оголошується назва теми практичного заняття, план заняття та ті запитання, що будуть розглянуті.

ІІ. Порядок проведення основної частини заняття.

1. Обговорення теоретичного матеріалу за темою «Дослідження пам’яті»:

Пам'ять - форма психічного відображення, яка полягає в запам’ятовуванні, збереженні та наступному відтворенні минулого досвіду. Пам'ять є найважливішою пізнавальною функцією. Вона є основою психічної діяльності, становить фундамент людської ерудиції. Процеси пам'яті: *запам'ятовування, збереження, відтворення, забування.*

Запам'ятовування інформації може бути *механічним і логічним* (Смислова пам'ять), *довільним імимовільним, безпосереднім і опосередкованим.*

Розрізняють також такі види пам'яті: *наочно-образну* пам'ять, яка представляє собою пам'ять на зорові, звукові, дотикові, нюхові і т. д. образи; *словесно-логічну* пам'ять, пам'ять за сенсом викладу, її логіку, на співвідношення між елементами одержуваної в словниковій формі інформації; *рухову пам'ять*, пам'ять на рухи; *емоційну пам'ять* - пам'ять на емоційні переживання.

Крім того, існує поділ пам'яті в залежності від часу збереження інформації на *короткочасну ідовгочасну, оперативну і проміжну.*

Індивідуальні відмінності виявляються в основних властивостях кожного виду пам'яті: в об’ємі, міцності, точності, організованості. Ступінь володіння людиною в будь-якому віці своєю пам'яттю також відмінна. Використання спеціальних засобів забезпечує найкращі результати запам'ятовування і пригадування.

Ефективність запам'ятовування залежить від:

- наявності установки (мотиву) на запам'ятовування (чим більше бажання запам’ятати інформацію, тим краще вона запам'ятовується);
- важливість інформації (цінні відомості краще запам'ятовуються, ніж другорядні);
- поєднання запам'ятовування і застосування;
- використання прийомів запам'ятовування (складання плану запам’ятованого матеріалу, розбиття його на смислові одиниці, різнобарвне розфарбування основних понять і визначень при їх конспектуванні і т.д.);

- емоційності сприйняття інформації (все, що пов'язано з почуттями, запам'ятовується краще);
- осмислення (глибокого розуміння) матеріалу;
- кількості повторень;
- психічного стану людини і т.д.

2.Проведення методик та тестів з теми.

1) Методика вивчення об’єму короткочасної пам’яті (за методом Джекобсона).
2) Методика вивчення мимовільного запам'ятовування.
3) Методика вивчення опосередкованого запам'ятовування конкретних понять.
4) Методика вивчення опосередкованого запам'ятовування абстрактних понять.

3.Завдання для самостійної роботи.

Провести методики:

1) Методика вивчення опосередкованого запам'ятовування конкретних понять. (1випробуваний).
2) Методика вивчення опосередкованого запам'ятовування абстрактних понять. (1випробуваний).

ІІІ. Порядок проведення заключної частини заняття.

На при кінці заняття студенти дають зворотній зв'язок викладачу, який досвід вони придбали та обговорення результатів виконаних методик з визначенням типових труднощів в роботі.

ТЕМА № 9 «Дослідження мислення»

Практичне заняття за темою № 9: методи дослідження мислення

Навчальна мета заняття: методи дослідження мислення. Властивості й види мислення. Оцінка рівня розвитку розумових операцій випробуваного. Дослідження понятійного мислення за допомогою методик: «Порівняння понять», «Виключення зайвого», «Логіка зв'язків»,
«Логічність умовиводів». Дослідження аналітичного мислення за допомогою методик «Логічні закономірності» Ліпмана, «Оцінка кількісних відносин», «Встановлення закономірностей». Визначення лабільності-ригідності мислення за допомогою методики словесного лабіринту. Дослідження наочно-образного мислення допомогою за методики піктограм А.Р. Лурії.

Кількість годин: 4 год. (денна форма навчання), - год. (заочна форма навчання)

Місце проведення: аудиторія.

Навчальні питання:

1.Обговорення зі студентами теоретичних основ мислення, його властивостей та видів.

2.Проведення методик та тестів з теми.

Література.

1. Волошина В.В., Долинська Л.В., Ставицька С.О., Темрук О.В. Загальна

психологія: Практикум: Навч. посібн. 4-те вид. – К.: Каравела, 2011. - 280 с. http://194.44.152.155/elib/local/sk685984.pdf

2. Дуткевич Т. В. Загальна психологія. Теоретичний курс. навч. посіб. – К.: Центр учбової літератури, 2016. – 388 сІльїна Н.М., Мисник С.О. Загальна психологія: теорія та практикум : навчальний посібник. – Суми : Університетська книга, 2011. – 352 с. http://docplayer.net/74036568-Zagalna-psihologiya-teoretichniy-kurs.html
3. Москалець В. П. Загальна психологія: підручник. – К. Ліра–К:, 2020. – 564 с. https://lira-k.com.ua/preview/12628.pdf
4. М'ясоїд П. А. Загальна психологія: навч. посібник для студентів вищих пед. навч. закладів. -– К.:Вища школа, 2014. – 487 с. http://samorozvytok.info/content/p-myasoyid-zagalna-psyhologiya
5. Скрипченко О.В., Долинська Л.В., Огороднійчук З.В.Загальна психологія: хрестоматія: навч. посіб. / – К. : Каравела, 2014. – 640 с.
6. Максименко С.Д. Соловієнко В.О.Загальна психологія.: Навч. посібник. – К.: МАУП, 2010. – 256 с. http://univer.nuczu.edu.ua/tmp_metod/875/Maksimenko_S.D._-_Zagal%27na_psihologiya.pdf
7. Сергеєнкова О.П., Столярчук О.А., Коханова О.П., Пасєка О.В.Загальна психологія: навч. посіб. — К. : ЦУЛ, 2012. — 296 с.

Методичне та матеріально-технічне забезпечення заняття: бланк з тестами, ручка.

План проведення заняття:

І. Порядок проведення вступу до заняття.

На початку заняття, студентам оголошується назва теми практичного заняття, план заняття та ті запитання, що будуть розглянуті.

ІІ. Порядок проведення основної частини заняття.

1. Обговорення теоретичного матеріалу за темою «Дослідження мислення»:

Мислення - категорія психічного відображення предметів і явищ дійсності в узагальненому і опосередкованому вигляді. Мислення виконує вищу пізнавальну діяльність. За допомогою мислення здійснюються процеси цілеутворення, програмування дії, регулювання її виконання таконтроль.

В основі структури мислення лежать логічні операції.

Аналіз - це розкладання предмета мислення на складові частини.

Синтез - це з'єднання окремих елементів мислення в одне ціле.

Порівняння-це встановлення між предметами подібності або відмінності, рівності або нерівностіі т.п.

Абстракція - це уявне відвернення від другорядних, неголовних у даний момент, властивостейабо зв'язків предмета.

Узагальнення - це об'єднання багатьох предметів за якоюсь спільного ознакою. *Конкретизація* -це рух думки від загального до конкретного.

Систематизація - це розташування окремих предметів, явищ, думок в певному порядку заякоюсь ознакою.

Виділяють наступні форми мислення.

Поняття - це відображення в свідомості людини відмінних особливостей предметів і явищ. *Судження* - це встановлення зв'язків між поняттями про предмети і явлення, або між їх властивостями та ознаками.

Умовивід - це виведення нового судження з уже відомих. Він може бути *дедуктивним* (виведення приватного судження з більш загального судження), або *індуктивним* (виведеннязагального судження на основі приватного).

Види мислення виділяють за різними підставами. За формою - наочно-дієве, наочно-образне і абстрактно-логічне. За характером вирішувальних завдань - теоретичне, практичне. За ступенем розгорнутості - дискурсивне і інтуїтивне. За ступенем новизни і оригінальності - репродуктивне (відтворююче) і продуктивне(творче).

Для активізації мислення використовують не тільки традиційні (самоорганізація, усвідомлення прийомів розумової праці і т.д.), але і спеціальні форми організації розумового процесу, такі як «мозковий штурм », синектика, метод фокальних об'єктів, метод морфологічного аналізу та ін.

Рішення проблеми включає послідовні фази: підготовку, дозрівання рішення, натхнення,оцінку і перевірку знайденого рішення.

2.Проведення методик та тестів з теми:

1) Методика вивчення особливостей логічного мислення.
2) Методика вивчення аналітичності мислення.
3) Методика вивчення розуміння складних логічних відносин.

3.Завдання для самостійної роботи.

Провести методику вивчення розуміння складних логічних відносин. (1випробуваний).

III. Порядок проведення заключної частини заняття.

На при кінці заняття студенти дають зворотній зв'язок викладачу, який досвід вони придбали та обговорення результатів виконаних методик з визначенням типових труднощів в роботі.

ТЕМА № 10 «Дослідження мови».

Практичне заняття за темою № 10: методи дослідження мови.

Навчальна мета заняття: Методи дослідження мови. Властивості й види мови. Дослідження темпу усної мовної діяльності. Оцінка мовця за допомогою методу семантичного диференціала Ч. Осгуда. Побудова індивідуального профілю аудитора. Оцінка швидкості читання. Визначення стилю життєдіяльності, що воліється, за допомогою методики «розуміння прислів'їв» по Е. Фрому.

Кількість годин: 2 год. (денна форма навчання), - год. (заочна форма навчання)

Місце проведення: аудиторія.

Навчальні питання:

1.Обговорення зі студентами теоретичних основ визначення мови. Властивостей і видів мови,функцій мови, як особливої основи свідомості людини.

2.Проведення методик та тестів з теми.

Література.

1. Волошина В.В., Долинська Л.В., Ставицька С.О., Темрук О.В. Загальна психологія: Практикум: Навч. посібн. 4-те вид. – К.: Каравела, 2011. - 280 с. http://194.44.152.155/elib/local/sk685984.pdf
2. Васянович Г. П. Основи психології : навчальний посібник / Григорій Петрович Васянович– К. : Педагогічна думка , 2012. – 114 с. https://lib.iitta.gov.ua/9961/1/%D0%92%D0%B0%D1%81%D1%8F%D0%BD%D0%BE%D0%B2%D0%B8%D1%87%20%282%29.pdf
3. Дуткевич Т. В. Загальна психологія. Теоретичний курс. навч. посіб. – К.: Центр учбової літератури, 2016. – 388 с. http://docplayer.net/74036568-Zagalna-psihologiya-teoretichniy-kurs.html
4. Загальна психологія: Підручник / О. В. Скрипченко, Л. В. Долинська, З. В. Огороднійчук та ін. - К.: Либідь, 2015. - С. 464. http://librarium.inf.ua/%D0%B7%D0%B0%D0%B3%D0%B0%D0%BB%D1%8C%D0%BD%D0%B0_%D0%BF%D1%81%D0%B8%D1%85%D0%BE%D0%BB%D0%BE%D0%B3%D1%96%D1%8F_%D1%81%D0%BA%D1%80%D0%B8%D0%BF%D1%87%D0%B5%D0%BD%D0%BA%D0%BE_2005_%D0%BF%D1%96%D0%B4%D1%80%D1%83%D1%87%D0%BD%D0%B8%D0%BA.html
5. М’ясоїд П. А. Загальна психологія: навч. посібник для студентів вищих пед. навч. закладів. -– К.:Вища школа, 2014. – 487 с. http://samorozvytok.info/content/p-myasoyid-zagalna-psyhologiya
6. Скрипченко О.В., Долинська Л.В., Огороднійчук З.В.Загальна психологія: хрестоматія: навч. посіб. / – К. : Каравела, 2014. – 640 с.
7. Туриніна О. Л. Практикум з психології : Навч. посіб. — К. : МАУП, 2017. — 328 с. https://maup.com.ua/assets/files/lib/book/p08_27.pdf
8. Максименко С.Д. Соловієнко В.О.Загальна психологія.: Навч. посібник. – К.: МАУП, 2010. – 256 с. http://univer.nuczu.edu.ua/tmp_metod/875/Maksimenko_S.D._-_Zagal%27na_psihologiya.pdf
9. Професійно-орієнтовані завдання з психології. За ред. О.Л. Музики. Навчальний посібник. – 2-ге вид., перероб. і доп. – Житомир, 2010. – 587 с.

Методичне та матеріально-технічне забезпечення заняття: бланк з тестами, ручка.

План проведення заняття:

І. Порядок проведення вступу до заняття.

На початку заняття, студентам оголошується назва теми практичного заняття, план заняття та ті запитання, що будуть розглянуті.

ІІ. Порядок проведення основної частини заняття.

1. Обговорення теоретичного матеріалу за темою «Дослідження мови»:

Мова в психічному житті людини виконує безліч функцій: експресивну, яка полягає в здатності виражати свої переживання; імпресивну, яка виявляється у впливі на співрозмовника; пізнавальну та ін. Так само як і мислення і уява, мова бере участь в програмуванні, а отже, в цілепокладанні. Це участь відбувається і в індивідуальній діяльності людини, і у взаємодії спілкування її з іншими людьми. Крім того, мова становить важливу основу свідомості індивіда.

Оскільки мова - це та, що склалася історично в процесі матеріальної перетворюючої

діяльності людей форма спілкування, опосередкована мовою, то структура мовної дії в принципі збігається зі структурою будь-якої дії і включає фази орієнтування, планування, реалізації та контролю.

Мова може бути активною, конструюватися щоразу заново, і реактивною, що представляєсобою ланцюжок динамічних мовних стереотипів.

Залежно від планів прояви мова ділиться на види: зовнішня і внутрішня, письмова і усна, монологічна і діалогічна. Кожен з перелічених видів мовлення має свої властивості.

2.Проведення методик та тестів з теми.

1) Дослідження ригідності мовлення.
2) Дослідження темпу усної мовної діяльності. 3.Методика «розуміння прислів'їв» по Е. Фрому.
3) Метод семантичного диференціала Ч. Осгуда.

3.Завдання для самостійної роботи.

Провести дослідження ригідності мовлення (1випробуваний).

ІІІ. Порядок проведення заключної частини заняття.

На при кінці заняття студенти дають зворотній зв'язок викладачу, який досвід вони придбали та обговорення результатів виконаних методик з визначенням типових труднощів в роботі.

ТЕМА № 11 «Дослідження уяви».

Практичне заняття за темою № 11: Методи дослідження уяви.

Навчальна мета заняття: методи дослідження уяви. Властивості й види уяви. Дослідження індивідуальних особливостей уяви. Дослідження продуктивності уяви за допомогою набору тесту Роршаха. Дослідження особливостей творчої уяви. Робота з явищем аглютинації.

Кількість годин: 4 год. (денна форма навчання), - год. (заочна форма навчання)

Місце проведення: аудиторія.

Навчальні питання:

1.Обговорення зі студентами теоретичних основ «Дослідження уяви».
2.Проведення методик та тестів з теми.

Література.

1. Волошина В.В., Долинська Л.В., Ставицька С.О., Темрук О.В. Загальна психологія: Практикум: Навч. посібн. 4-те вид. – К.: Каравела, 2011. - 280 с. http://194.44.152.155/elib/local/sk685984.pdf
2. Герасімова Н.Є. Загальна психологія: практикум. – Черкаси : Видавництво ЧНУ ім. Б. Хмельницького, 2012. – 208 с.
3. Дуткевич Т. В. Загальна психологія. Теоретичний курс. навч. посіб. – К.: Центр учбової літератури, 2016. – 388 с. http://docplayer.net/74036568-Zagalna-psihologiya-teoretichniy-kurs.html
4. Загальна психологія: Підручник / О. В. Скрипченко, Л. В. Долинська, З. В. Огороднійчук та ін. - К.: Либідь, 2015. - С. 464. http://librarium.inf.ua/%D0%B7%D0%B0%D0%B3%D0%B0%D0%BB%D1%8C%D0%BD%D0%B0_%D0%BF%D1%81%D0%B8%D1%85%D0%BE%D0%BB%D0%BE%D0%B3%D1%96%D1%8F_%D1%81%D0%BA%D1%80%D0%B8%D0%BF%D1%87%D0%B5%D0%BD%D0%BA%D0%BE_2005_%D0%BF%D1%96%D0%B4%D1%80%D1%83%D1%87%D0%BD%D0%B8%D0%BA.html
5. Ільїна Н.М., Мисник С.О. Загальна психологія: теорія та практикум : навчальнийпосібник. – Суми : Університетська книга, 2011. – 352 с.
6. М’ясоїд П. А. Загальна психологія: навч. посібник для студентів вищих пед. навч. закладів. -– К.:Вища школа, 2014. – 487 с. http://samorozvytok.info/content/p-myasoyid-zagalna-psyhologiya
7. Корольчук М. С., Крайнюк В. М., Марченко В. М. Психологія: схеми, опорні конспекти, методики: Навчальний посібник для студентів вищих навчальних закладів / За заг. ред. М.С.Корольчука. - К.: Ельга, Ніка-Центр, 2015.- 320 с. http://194.44.152.155/elib/local/sk682758.pdf

Методичне та матеріально-технічне забезпечення заняття: бланк з тестами, ручка.

План проведення заняття:

І. Порядок проведення вступу до заняття.

На початку заняття, студентам оголошується назва теми практичного заняття, план заняття та ті запитання, що будуть розглянуті.

ІІ. Порядок проведення основної частини заняття.

1. Обговорення теоретичного матеріалу за темою «Дослідження уяви»:

Уява - це створення нових образів і уявлень, конструюванні властивостей предметів, явищ івідносин на основі попереднього досвіду. Уява тісно пов'язана з мисленням, як форма відображення дійсності вона виконує функції програмування і прогнозування діяльності.

Уява може бути *активною, пасивною, що відтворює і творчою*.

Відтворююча уява - це процес створення нового образу по опису, за схемою, кресленням або малюнком.

Творча уява - це процес самостійного створення образів таких предметів і явищ, яких ще немає в дійсності. Будь-яка творча діяльність, що представляє собою самостійно створення нових

образів, що вимагає відбору матеріалу згідно до задуму, заснована на уяві.

Уявлення і уява за ступенем яскравості, повноти і достовірності бувають чіткими, барвистими і навіть об'ємними, або смутними, розмитими, мало конкретними. Наявність уявлень і уяви - це те, що відрізняє людину від інших представників тваринного світу. Тільки людина починає

діяльність з подання очікуваного результату праці. Без уяви, без мрії, без фантазії життя було б дуже нудним і примітивним, не було б мистецтва, розвитку техніки, вдосконалення знарядь виробництва.

2.Проведення методик та тестів з теми.

1) Методика вивчення творчої уяви.
2) Тест Роршаха.

3.Завдання для самостійної роботи.

1) Теоретично ознайомитись з визначенням явища аглютинації.
2) Провести методику вивчення творчої уяви (1випробуваний).

ІІІ. Порядок проведення заключної частини заняття.

На при кінці заняття студенти дають зворотній зв'язок викладачу, який досвід вони придбали та обговорення результатів виконаних методик з визначенням типових труднощів в роботі.

Семестр №4

ТЕМА № 12 «Дослідження емоційних станів людини»**.**

Практичне заняття. Вивчення емоційних станів людини.

Навчальна мета заняття закріплення знань з емоційних станів людини.

Кількість годин: 6 год. (денна форма навчання), 2 год. (заочна форма навчання)

Місце проведення: аудиторія

Навчальні питання:

1.Обговорення зі студентами теоретичних основ «Дослідження емоційних станів людини»:

- Що таке емоційні стани?
- Надайте характеристику афекту.
- Надайте характеристику стресу.
- Надайте характеристику фрустрації.
- Надайте характеристику емоційному вигоранню.
- Як вивчаються емоційні стани людини?

2.Проведення методик та тестів з теми.

Література.

1. Васянович Г. П. Основи психології : навчальний посібник / Григорій Петрович Васянович– К. : Педагогічна думка , 2012. – 114 с. https://lib.iitta.gov.ua/9961/1/%D0%92%D0%B0%D1%81%D1%8F%D0%BD%D0%BE%D0%B2%D0%B8%D1%87%20%282%29.pdf
2. Герасімова Н.Є. Загальна психологія: практикум. – Черкаси : Видавництво ЧНУ ім. Б. Хмельницького, 2012. – 208 с.
3. Загальна психологія: Підручник / О. В. Скрипченко, Л. В. Долинська, З. В. Огороднійчук та ін. - К.: Либідь, 2015. - С. 464. http://librarium.inf.ua/%D0%B7%D0%B0%D0%B3%D0%B0%D0%BB%D1%8C%D0%BD%D0%B0_%D0%BF%D1%81%D0%B8%D1%85%D0%BE%D0%BB%D0%BE%D0%B3%D1%96%D1%8F_%D1%81%D0%BA%D1%80%D0%B8%D0%BF%D1%87%D0%B5%D0%BD%D0%BA%D0%BE_2005_%D0%BF%D1%96%D0%B4%D1%80%D1%83%D1%87%D0%BD%D0%B8%D0%BA.html
4. Ільїна Н.М., Мисник С.О. Загальна психологія: теорія та практикум : навчальнийпосібник. – Суми : Університетська книга, 2011. – 352 с.
5. Моначин І.Л. Зошит для лабораторних робіт з курсу «Практикум з загальної психології» для студентів заочної форми навчання спеціальності «Психологія». – Тернопіль : ТНТУ імені Івана Пулюя, 2015.–88с. http://elartu.tntu.edu.ua/bitstream/123456789/17714/1/%D0%BF%D1%80%D0%B0%D0%BA%D1%82%D0%B8%D0%BA%D1%83%D0%BC%20%D0%BF%D1%81%D0%B8%D1%85%D0%BE%D0%BB%D0%BE%D0%B3%D0%B0%D0%BC%20%D0%B7%D0%B0%D0%BE%D1%87%D0%BD%D0%B8%D0%BA%D0%B0%D0%BC.pdf
6. Москалець В. П. Загальна психологія: підручник. – К. Ліра–К:, 2020. – 564 с. https://lira-k.com.ua/preview/12628.pdf
7. Корольчук М. С., Крайнюк В. М., Марченко В. М. Психологія: схеми, опорні конспекти, методики: Навчальний посібник для студентів вищих навчальних закладів / За заг. ред. М.С.Корольчука. - К.: Ельга, Ніка-Центр, 2015.- 320 с. http://194.44.152.155/elib/local/sk682758.pdf

Методичне та матеріально-технічне забезпечення заняття: бланк з тестами, ручка.

План проведення заняття:

І. Порядок проведення вступу до заняття.

На початку заняття, студентам оголошується назва теми практичного заняття, план заняття та ті запитання, що будуть розглянуті.

ІІ. Порядок проведення основної частини заняття.

1. Обговорення теоретичного матеріалу за темою«Вивчення емоційних станів людини».

1. У відповіді на перше питання студенти мають надати визначення

основним поняттям теми, насамперед емоціям та їх характеристикам.

Емоції - психічні явища, які відображають у формі переживань особисту значимість та оцінку зовнішніх і внутрішніх ситуацій для життєдіяльності людини. Емоції служать для відображення суб'єктивного ставлення людини до самої себе і до навколишнього світу. *Емоції* - це психічний процес відображення відношення суб'єкта до явищ внутрішнього і зовнішнього світу. Найбільш суттєвою рисою емоцій є суб'єктивність. Так само емоції характеризуються спрямованістю (позитивної або негативної), ступенем напруги і рівнем узагальненості. Фізіологічною основою найпростіших емоцій є діяльність нервових центрів, які знаходяться в нижніх відділах головного мозку, в підкірці. І. П. Павлов писав, що підкіркові центри, будучи центрами складних безумовних рефлексів - харчових, захисних та інших, разом з тим є і фізіологічною основою елементарних емоцій. С. Л. Рубінштейн, розглядаючи емоцію як феномен, виділяє три основні її ознаки:

Три аспекти цілісного визначення емоцій:

а) внутрішнє переживання;

б) фізіологічну активацію (процеси, що проходять в нервовій, ендокринної та інших системах організму);

в) піддаються спостереженню виразні комплекси емоцій (зовнішнє вираження в поведінці).

Класифікація емоційних явищ (Грановська):

1) Афект - найбільш потужна емоційна реакція. Відмінні риси афекту: ситуативність, узагальненість, велика інтенсивність, мала тривалість.

2) Власне емоції - триваліші стану. Вони можуть бути реакцією не тільки на доконаний

події, але і на вірогідні або згадувані.

3) Почуття - ще більш стійкі психічні стани, що мають чітко виражений предметнийхарактер.

4) Настрій - найтриваліше емоційний стан, фарбувальний вся поведінка людини.

5) Стрес - емоційний стан, викликаний несподіваною та напруженою обстановкою.

Емоційні стани - психічні стани, які виникають у процесі життєдіяльності суб'єкта і визначають не тільки рівень інформаційно-енергетичного обміну, але і спрямованість поведінки. Емоції керують людиною набагато сильніше, ніж це здається на перший погляд. Навіть відсутність емоцій це емоція, точніше ціле емоційний стан, який характеризується великою кількістю особливостей у поведінці людини. ОСНОВНІ емоційні стани, що виділяються в психології:

1) Радість (задоволення, веселощі)
2) Смуток (апатія, сум, депресія),
3) Гнів (агресія, озлоблення),
4) Страх (тривога, переляк),
5) Подив (цікавість),

6) Огида (презирство, огиду).

2. У відповіді на друге питання пояснюється, що таке афект, надаються характеристики фізіологічного та патологічного афекта.

Афект - емоційний процес, який швидко опановує людиною, бурхливо протікає, характеризується значними змінами свідомості, порушенням контролю за діями, втратою самовладання, зміною всієї життєдіяльності організму.

Будь-яке почуття людина може переживати в афективній формі. Профілактичні заходи щодо виникнення стану афекту: уникати ситуацій, що породжують афект, використовувати різні відволікаючі дії, прогнозувати негативні наслідки ще до того, як запустився механізм афективного поведінки.

Фізіологічний афект (етапи по Петровському):

1. концентрація на предметі свого почуття;
2. дезорганізація мислення;
3. втрата контролю над діями - спалах;
4. занепад сил.

Особливості фізіологічного афекту: свідомість звужується, але не порушується, майженемає амнезії, виснаження сил невелике, виникає в умовах загрози.

3. У відповіді на третє питання студенти мають надати характеристику стресу та розкрити його особливості та перелічити стадії.

Стрес – це емоційний стан, що раптово виникає у людини під впливом екстремальної ситуації, пов'язаної з небезпекою для життя або діяльністю, що вимагає великої напруги. Стрес як і афект таке ж сильне і короткочасне емоційне переживання. Стрес не тільки дезорганізує, але і мобілізує захисні сили організації для виходу з екстремальної ситуації.

Стрес може надавати як позитивний, так і негативний вплив на особистість. Позитивну роль надає стрес, виконуючи мобілізаційну функцію, негативну роль - шкідливо діючи на нервову систему, викликаючи психічні розлади та різного роду захворювання організму.

Стадії стресу:

1. Стадія тривоги. Це найперша стадія, що виникає при появі подразника, що викликає стрес. Наявність такого подразника викликає ряд фізіологічних змін: у людини частішає дихання, декілька піднімається тиск, підвищується пульс. Змінюються і психічні функції: посилюється збудження, вся увага концентрується на подразнику, виявляється підвищений особистісний контроль ситуації. Всі разом покликане мобілізувати захисні можливості організму і механізми саморегуляції на захист від стресу. Якщо цієї дії досить, то тривога і хвилювання вщухають, стрес закінчується. Більшість стресів дозволяється на цій стадії.

2. Стадія опору. Настає у випадку, якщо стрес-фактор продовжує діяти. Тоді організм захищається від стресу, витрачаючи «резервний» запас сил, з максимальним навантаженням на всі системи організму.

3. Стадія виснаження. Якщо подразник продовжує діяти, то відбувається зменшення можливостей протистояння стресу, тому що виснажуються резерви людини. Знижується загальна опірність організму. Стрес "захоплює" людину і може привести його до хвороби.

Стресові стан по різному впливають на поведінку людей. Одні під впливом стресу виявляють повну безпорадність і не в змозі протистояти стресовим впливам, інші, навпаки, є стресостійкими особистостями і найкраще проявляють себе в моменти небезпеки і в діяльності, що вимагають напруження всіх сил.

4. Відповідаючи на четверте питання необхідно надати характеристику стану фрустрації, тобто пояснити, що *фрустрація* - глибоке переживання стану, який виник під впливом невдач, що мали місце при завищеному рівні домагань особистості. Вона може проявлятися у формі негативних переживань, таких як: озлобленість, досада, апатія і т.п.

Вихід з фрустрації можливий двома шляхами. Або особистість розвиває активну діяльність і досягає успіху, або знижує рівень домагань і задовольняється тими результатами, які може максимально досягти.

5. Надаючи характеристику емоційному вигорянню, слід зазначити, що *емоційне вигоряння*

- це вироблений особистістю механізм психологічного захисту у формі повного або часткового виключення емоцій у відповідь на обрані психотравмуючі впливи.

На думку В.В. Бойко, емоційне вигоряння у професіоналів являє собою один із захисних механізмів, що виражається в певному емоційному ставленні до своєї професійної діяльності. Воно пов'язане з психічною втомою людини, яка тривалий час виконує одну і ту ж роботу, яка призводить до зниження сили мотиву і меншої емоційної реакції на різні робочі ситуації (тобто - до байдужості). «Вигоряння» - почасти функціональний стереотип, оскільки дозволяє людині дозувати і економно витрачати енергетичні ресурси.

6. Як вивчаються емоційні стани людини? Емоції - складний психічний процес, який включає в себе три основних компоненти.

1. Фізіологічний - являє зміни фізіологічних систем, що виникають при емоціях (зміна частотисерцевих скорочень, частоти дихання, зрушення в обмінних процесах, гормональні та ін.)
2. Психологічний - власне переживання (радість, горе, страх та ін.)
3. Поведінковий - експресія (міміка, жести) і різні дії (втеча, боротьба тощо).

Емоції також можна оцінювати за наступними параметрами: модальність, просторово- часові характеристики, інтенсивність, амбівалентність, полярність, узагальненість, двухкомпонентність.

2.Проведення методик та тестів з теми.

1) Діагностика «емоційного інтелекту» Н.Холла.
2) Опитувальник САН (самопочуття, активність, настрій).
3) Діагностика схильності до афективної поведінки. Бойко В.В.

4) Опитувальник для діагностики здатності до емпатії А. Мехрабієна и Н. Эпштейна.
5) Дослідження тривожності Ч.Д.Спілбергера.
6) Шкала депресії Э.Бека.
7) Методика «Діагностика рівня емоційного вигорання» В. В. Бойко.
8) Методика діагностики рівня соціальної фрустрированості Л. И. Вассермана.

3.Завдання для самостійної роботи.

Провести Діагностика «емоційного інтелекту» Н.Холла (1випробуваний).

ІІІ. Порядок проведення заключної частини заняття.

На при кінці заняття студенти дають зворотній зв'язок викладачу, який досвід вони придбали та обговорення результатів виконаних методик з визначенням типових труднощів в роботі.

ТЕМА № 13 «Дослідження емоційних властивостей особистості».

Практичне заняття. Вивчення емоційних властивостей особистості.

Навчальна мета заняття: закріплення знань з емоційних властивостей особистості.

Кількість годин: 4 год. (денна форма навчання), - год. (заочна форма навчання)

Місце проведення: аудиторія

Навчальні питання:

1.Обговорення зі студентами теоретичних основ «Дослідження емоційних властивостей особистості»:

- Що таке емоційні властивості особистості?
- У чому проявляються відмінності в емоційних особливостях особистості?
- Як вивчаються емоційні властивості особистості?

2.Проведення методик та тестів з теми.

Література.

1. Зелінська Т.М., Михайлова І.В. Практикум із загальної психології : навч. посіб. – К. : Каравела, 2014. – 272 с
2. Ільїна Н.М., Мисник С.О. Загальна психологія: теорія та практикум : навчальнийпосібник. – Суми : Університетська книга, 2011. – 352 с.
3. Моначин І.Л. Зошит-практикум з курсу «Практикум з загальної психології» Частина І для студентів спеціальності «Психологія». – Тернопіль : ТНТУ імені Івана Пулюя, 2015. - 100 с. http://elartu.tntu.edu.ua/bitstream/123456789/17712/1/%D0%BF%D1%80%D0%B0%D0%BA%D1%82%D0%B8%D0%BA%D1%83%D0%BC%20%D0%BF%D1%81%D0%B8%D1%85%D0%BE%D0%BB%D0%BE%D0%B3%D0%B0%D0%BC%20%D1%871.pdf
4. Моначин І.Л. Зошит-практикум з курсу «Практикум з загальної психології» Частина ІІ для студентів спеціальності «Психологія». –

Тернопіль: ТНТУ імені Івана Пулюя, 2015. – 100 с. http://elartu.tntu.edu.ua/bitstream/123456789/17713/1/praktikum_psikhologam_II.pdf
5. Москалець В. П. Загальна психологія: підручник. – К. Ліра–К:, 2020. – 564 с. https://lira-k.com.ua/preview/12628.pdf
6. Корольчук М. С., Крайнюк В. М., Марченко В. М. Психологія: схеми, опорні конспекти, методики: Навчальний посібник для студентів вищих навчальних закладів / За заг. ред. М.С.Корольчука. - К.: Ельга, Ніка-Центр, 2015.- 320 с. http://194.44.152.155/elib/local/sk682758.pdf
7. Максименко С.Д. Соловієнко В.О.Загальна психологія.: Навч. посібник. – К.: МАУП, 2010. – 256 с. http://univer.nuczu.edu.ua/tmp_metod/875/Maksimenko_S.D._-_Zagal%27na_psihologiya.pdf

Методичне та матеріально-технічне забезпечення заняття: бланк з тестами, ручка.

План проведення заняття:

І. Порядок проведення вступу до заняття.

На початку заняття, студентам оголошується назва теми практичного заняття, план заняття та ті запитання, що будуть розглянуті.

ІІ. Порядок проведення основної частини заняття.

1. Обговорення теоретичного матеріалу за темою «Дослідження емоційних властивостей особистості»:

1. У відповіді на перше питання студенти мають зазначити, що *емоційні властивості* – це характеристики емоційного реагування, які постійно і яскраво проявляються у даної людини. Користуючись літературою, студенти повинні скласти наступну схему, що відображає емоційні властивості людини та надати їм характеристики.

2. У відповіді на друге питання пояснюється, що емоційне реагування характеризується знаком (позитивні або негативні переживання), впливом на поведінку і діяльність (стимулюючий чи гальмуючий), інтенсивністю (глибина переживань і величина фізіологічних зрушень), тривалістю протікання (короткочасні або тривалі), предметністю (ступінь усвідомленості і зв'язку з конкретним об'єктом) .

3. Індивідуальні відмінності між людьми особливо яскраво виявляються в емоційній сфері. Основні відмінності в емоційній сфері особистості пов'язані з відмінностями у змісті людських почуттів, в тому, на що, на які об'єкти вони спрямовані, і яке відношення людини вони виражають.

За С.Л.Рубінштейном, типові відмінності в емоційних особливості особистості виявляються:

1) у сильною або слабкою емоційної збудливості;

2) в більшій чи меншій емоційної стійкості. Ці відмінності характеризують темперамент людини. Є люди, які легко спалахують і швидко

гаснуть («солом'яний вогонь почуттів»), як і люди, у яких почуття виникає не відразу, але, зайнялися, вони не скоро охолонуть. Добре відомі емоційні розходження людей у сприйнятті навколишнього світу, в його оцінці, у відношенні до тим, що відбувається і очікуваним подій і т.д. Ще А.Ф.Лазурський писав, що якщо добре чи погане настрій стає панівним, постійним, то виникає тип оптиміста або песиміста, який на весь світ дивиться крізь рожеві або темні окуляри. Як психологічна емоційна характеристика людини

- це його загальний тон і настрій на сприйняття і оцінку дійсності. У оптиміста - це світлий, радісний тон сприйняття життя і майбутнього, у песиміста - це настрій пригніченості і безвихідності.

3) силу чи інтенсивність почуття і його глибину. Почуття, сильне в сенсі інтенсивності або стрімкості, з якою воно захоплює людину, може бути неглибоким. Цим захоплення відрізняється від кохання. Любов відмінна від захоплення, в першу чергу, не інтенсивністю почуття, а його глибиною, тобто не тим, як стрімко вона прориває ться в дію, а тим, як глибоко вона проникає в особистість. Глибина проникнення почуття визначається тим, наскільки істотно для даної особистості дане почуття і та сфера, з якою воно пов'язане. При цьому істотну роль грає широта поширення почуття. Вона визначається тим, як широкі і різноманітні ті сфері особистості, з якими дане почуття сплелося. Саме від цього значною мірою залежить міцність почуття.

2.Проведення методик та тестів з теми.

1. Методика «Визначення емоційності» В.В. Суворова.
2. Методика діагностики емоційності по В. М. Русалову.
3. Методика «Визначення емоційної збудливості» П. В. Симонова.

3.Завдання для самостійної роботи.

Провести методику «Визначення емоційності» В.В. Суворова (1випробуваний).

III. Порядок проведення заключної частини заняття.

На при кінці заняття студенти дають зворотній зв'язок викладачу, який досвід вони придбали та обговорення результатів виконаних методик з визначенням типових труднощів в роботі.

***ТЕМА № 14*«Дослідження емоційних типів особистості».**

Практичне заняття. Дослідження емоційних типів особистості.

Навчальна мета заняття: закріпити знання емоційних типів особистості.

Кількість годин: 6 год. (денна форма навчання), 2 год. (заочна форма навчання)

Місце проведення: аудиторія

Навчальні питання:

1.Обговорення зі студентами теоретичних основ «Дослідження емоційних типів особистості»:

- Що таке емоційний тип особистості?
- Які бувають емоційні типи особистості?

- Модальнісні типи емоційності.
- Як вивчаються емоційні типи особистості?

2.Проведення методик та тестів з теми.

Література.

1. Волошина В.В., Долинська Л.В., Ставицька С.О., Темрук О.В. Загальна психологія: Практикум: Навч. посібн. 4-те вид. – К.: Каравела, 2011. - 280 с. http://194.44.152.155/elib/local/sk685984.pdf
2. Дуткевич Т. В. Загальна психологія. Теоретичний курс. навч. посіб. – К.: Центр учбової літератури, 2016. – 388 с. http://docplayer.net/74036568-Zagalna-psihologiya-teoretichniy-kurs.html
3. Ільїна Н.М., Мисник С.О. Загальна психологія: теорія та практикум : навчальнийпосібник. – Суми : Університетська книга, 2011. – 352 с.
4. Москалець В. П. Загальна психологія: підручник. – К. Ліра–К:, 2020. – 564 с. https://lira-k.com.ua/preview/12628.pdf
5. Скрипченко О.В., Долинська Л.В., Огороднійчук З.В.Загальна психологія: хрестоматія: навч. посіб. / – К. : Каравела, 2014. – 640 с.
6. Туриніна О. Л. Практикум з психології : Навч. посіб. — К. : МАУП, 2017. — 328 с. https://maup.com.ua/assets/files/lib/book/p08_27.pdf
7. Корольчук М. С., Крайнюк В. М., Марченко В. М. Психологія: схеми, опорні конспекти, методики: Навчальний посібник для студентів вищих навчальних закладів / За заг. ред. М.С.Корольчука. - К.: Ельга, Ніка-Центр, 2015.- 320 с. http://194.44.152.155/elib/local/sk682758.pdf
8. Професійно-орієнтовані завдання з психології. За ред. О.Л. Музики. Навчальний посібник. – 2-ге вид., перероб. і доп. – Житомир, 2010. – 587 с.

Методичне та матеріально-технічне забезпечення заняття: бланк з тестами, ручка.

План проведення заняття:

І. Порядок проведення вступу до заняття.

На початку заняття, студентам оголошується назва теми практичного заняття, план заняття та ті запитання, що будуть розглянуті.

ІІ. Порядок проведення основної частини заняття.

1. Обговорення теоретичного матеріалу за темою «Дослідження емоційних типів особистості»:

1. У відповіді на перше питання студенти повинні визначити, що різні люди схильні переживати частіше якусь одну з основних емоцій. Таким чином люди діляться на емоційні типи, або, як пише К. Ізард, мають «емоційні риси» (під ними він розуміє схильність індивіда до переживання того чи іншого емоційного стану).

2. У відповіді на друге питання пояснюється, якими бувають емоційні типи особистості. Залежно від виразності різних сторін емоційності виддкремлюють емоційні типи людей, що належать до різних типів

темпераменту (характеру).

Емоційність як тип темпераменту (характеру) - розуміють як ступінь легкості виникнення емоційного стану даної ситуації, а також його інтенсивність.

АКТИВНІСТЬ відображає потребу в дії, у здійсненні плану, задуму. Високоактивні люди не зносять неробства, простою, завжди знаходять собі заняття. Інші інертні, довго думають, першніж почати щось робити.

ПЕРВИННІСТЬ характеризує іншу сторону емоційності - швидкість зникнення емоції. Багато з людей недовго залишаються під враженням пережитого. Вони безперестанку

«розряджають» свої емоції. Таких людей називають «первинними» (радше, це емоційно- лабільні). «ВТОРИННІ» люди є протилежністю до «первинних». Їхній настрій найчастіше буває рівним. Однак, коли чашу їхнього терпіння переповнено, дуже гніваються, ображаються й довго залишаються під враженням пережитого.

Виходячи зі сполучення цих властивостей, було виокремлено вісім типів характерів:

- нервовий: Е+, А-, П;
- сентиментальний: Е+, А-, В;
- бурхливий, дуже діяльний: Е+, А+, П;
- натхненний: Е+, А+, В;
- сангвінік: Е-, А-, П;
- флегматик: Е-, А-, В;
- аморфний, або безтурботний: Е-, А+, П;
- апатичний: Е-, А+, В.

Нервовому типу притаманні сильні й безладні емоційні переживання, він схильний до жорстокості й підозрілості. Чутливий до емоціогенних ситуацій, але його емоції швидко зникають. Постійно перебуває в пошуках нових вражень. Погано переносить одноманітність, яка

швидко викликає в нього нудьгу. Підкоряє реальність своїм хвилинним настроям і бажанням.

Сентиментальний тип теж має високу емоційну збудливість, глибоко й довго переживає як радість, так і прикрість, пам´ятає про них і постійно до них повертається. Це глибока, мрійлива й постійна натура. Вимагає до себе м´якого й доброзичливого ставлення.

Бурхливий тип часом виявляє шалений вияв почуттів. Життєрадісний, коли перебуває в гарному настрої. Зі співчуттям ставиться до інших і не приховує своїх симпатій. Незлопам´ятний,але на докори реагує бурхливим обуренням.

Жагучий тип віддається якійсь справі захоплено, цілковито. Удачу переживає спокійно, без вияву афекту.

Сангвінік малозбудливий, спокійний, оптимістичний.

Флегматик холодний і спокійний.

Аморфний тип байдужий до того, що робить. Емоційно незбудливий.

Апатичний тип теж байдужий до того, що робить. Завжди перебуває в рівному настрої, одержує задоволення від самотності. До інших людей байдужий.

Серед *акцентуаційних типів* особистості, які виокремив К. Леонгард, є афективно- лабільний, афективно-екзальтований, тривожний, емотивний типи.

Афективно-лабільному типу властива легка зміна полярних емоцій. На передній план виходить то один, то інший полюс емоційних переживань. Радісні події викликають не лише радість, а й високу вербальну, рухову активність. Сумні події спричиняють пригніченість, сповільненість реакцій і мислення. Представники цього типу легко заражаються емоціями інших, наприклад, перебуваючи в компанії. При цьому ступінь їхніх зовнішніх реакцій і глибина переживань не відповідає значущості події. Вони можуть виявити бурхливий захват із приводу незначного успіху і впасти в глибокий депресивний стан із приводу дріб´язкової невдачі.

Афективно-екзальтований тип - це темперамент тривоги й щастя. Люди цього типу реагують на життя бурхливіше, ніж інші: вони однаково легко приходять у захват від радісних подій та у розпач від сумних. У них сильно виражена експресія. Прихильність до близьких, друзів, радість за них можуть бути надзвичайно сильними. Спостерігаються пориви захоплення, не пов´язані із суто особистими взаєминами. Мають крайню вразливість із приводу сумних фактів. Жалощі до нещасних людей, до хворих тварин можуть довести таких людей до розпачу. Вони можуть переживати справжнє горе з приводу невеликої невдачі або розчарування. Неприємність друга така людина може переживати сильніше, ніж сам потерпілий. Цей темперамент найчастіше властивий тонким, артистичним натурам: поетам, художникам.

Емотивний тип близький до афективно-екзальтованого типу, але, на відміну від нього, в людей цього типу емоції розвиваються не так швидко. Цей тип теж пов´язаний із чутливістю до тонких, а не грубих емоцій, тобто до того, що пов´язується з душею, з гуманністю й чуйністю. Звичайно людей цього типу називають м’якосердими, задушевними. Вони більш жалісливі, ніж інші, зворушливі, відчувають особливу радість від творів мистецтва, сприйняття природних ландшафтів. Для них характерно сильне зовнішнє вираження своїх переживань, слізливість. У них однаково легко з´являються сльози смутку і радості.

3. *Модальністні типи емоційності*. За П.В. Симоновим кожен тип темпераменту пов´язаний з певною групою емоцій. У холерика, з його рисами подолання, боротьби, агресивності, переважають емоції гніву і люті. Для меланхоліка з його нерішучістю й тяжіннямдо захисту типові страх і боязкість. Сангвініки й флегматики частіше переживають позитивні емоції. Треба, однак, мати на увазі, що чисті типи темпераменту трапляються рідко, в основному вони змішані, тому вияв тієї чи іншої групи емоцій в конкретних людей сильно ускладнюватиметься цією обставиною. Різна виразність схильності до переживання емоцій певної модальності зумовила вивчення якісних

індивідуальних особливостей модальності.

4. Іншу класифікацію емоційних типів запропонував Б.І. Додонов. Хоча він і каже про загальну емоційну спрямованість людей, зумовлену залежно від переживання, насправді в нього йдеться про те, в якій сфері активності людина найчастіше переживає радість:

- надаючи допомогу іншому (альтруїстичний тип);
- досягаючи успіху в роботі (праксичний тип);
- пізнаючи нове, підтверджуючи свої здогади і припущення (гностичний тип).

Оптимізм-песимізм - це поняття, які характеризують ту чи іншу позитивну або негативну

систему поглядів людини на світ. В оптиміста світле, радісне сприйняття життя й очікування майбутнього, у песиміста - настрій безвиході.

Сором´язливі - часто занурені в себе, нетовариські. Їм легше спілкуватися з молодшими за віком, ніж зі старшими й більш компетентними людьми. Вони схильні до стресового реагування на звичайні життєві ситуації з пасивно-захисного типу. Болісно переживають ситуації, коли виявляються в центрі уваги групи людей або коли їх оцінюють. Їм властиве занепокоєння. У стані високої тривоги не можуть сконцентрувати увагу. Нерішучі, недостатньо наполегливі щодо досягнення мети, їм важко приймати рішення. Зазнають труднощів у спілкуванні, особливо з особами протилежної статі.

Крайня сором´язливість, за даними П. Пілконіса й Ф. Зімбардо, має негативні наслідки. Розрізняють вікову сором´язливість, яка виникає в період активного засвоєння дитиною соціального досвіду.

БЕЗСОРОМНІ - це надмірно вільні в спілкуванні, товариські до нав´язливості, безцеремонні люди. В.М. Куніцина виокремлює п´ять типів (груп) безсоромних.

- високотемпераментні люди, імпульсивні, в них відсутній контроль над словами.
- погано виховані люди, а також орієнтовані на самоствердження. Вони можуть перервати розмову, не вибачившись, у них немає почуття міри й такту, екстравагантні.
- збудливі психопати, істероїдні особистості, егоцентричні, безцеремонні й нав´язливі до хамства.
- люди морально збочені, кар´єристи, безсоромні в найгіршому значенні слова. Самозакохані й нахабні, хоча зовні ввічливі. Підлабузники стосовно старших й брутальні змолодшими.
- неадекватно адаптовані сором´язливі; це ті, хто, намагаючись перебороти свою сором´язливість, впадає в інші крайнощі.

Вразливі й мстиві. Вразливість як емоційна властивість особистості визначає легкість виникнення емоції образи. У гордих, марнолюбних, самолюбних людей загострене почуття власної гідності, внаслідок чого вони розцінюють як образливі звичайні слова на їх адресу, підозрюють людей у

тому, що їх навмисно кривдять, хоча ті навіть і не думали про це. Вразливість, за даними Ковальова, пов´язана зі схильністю до агресивної поведінки, причому цейзв´язок тісніший у дівчат порівняно з хлопчиками.

Мстивість - це схильність людини до помсти, тобто до агресії у відплату за заподіяне зло. Між мстивістю й схильністю до агресивної поведінки, за даними Ковальова, у більшості вікових груп виявлено зв´язок, причому більш тісний - у дівчат.

Емпатійні. Емпатія означає духовне єднання. Коли одна людина настільки переймається переживаннями іншої, що часом ототожнюється з нею, ніби розчиняючись у ній. Ця емоційна особливість людини відіграє значну роль у спілкуванні людей, у сприйнятті ними один одного, встановленні порозуміння між ними.

Тривожні. У багатьох людей є висока тривожність, тобто виражена емоційна властивість особистості, яка сприяє частим виявам стану тривоги (занепокоєння) у всіляких життєвих ситуаціях, у тому числі й таких, які цьому не сприяють. Певний рівень тривожності - природна й обов´язкова особливість активної діяльності особистості, - це так звана корисна тривожність. Висока тривожність виявляється в тенденції об´єктивно оцінювати явища, предмети, події як небезпечні, загрозливі, з наступним переживанням стану тривоги. Тривожні люди бояться труднощів, почуваються непевно.

Совісні. У низці праць закордонних авторів совість або здатність відчувати провину розглядають як особистісну рису. Сприяє формуванню совісності релігійне виховання, віра вБога але головним чинником залишається моральне виховання формування соціально зрілої особистості. Виявлено, наприклад, що чинник статі має сильніший вплив на переживання провини, ніж релігійність: чоловіки набагато рідше говорили про переживання провини, ніж жінки.

Допитливі. К.К. Платонов визначає цікавість як властивість особистості, яка виражаєтьсяу нецілеспрямованій емоційно забарвленій допитливості. Отже, допитливість як стійка риса особистості, відображає й емоційну, і мотиваційну сферу особистості в їхній єдності, утворюючи своєрідний емоційно-мотиваційний комплекс.

2.Проведення методик та тестів з теми.

1) Методика «Діагностика рівня емпатії» І. М. Юсупова.
2) Методика «Визначення емоційної спрямованості» Б. І. Додонова.
3) Характерологічний опитувальник К. Леонгарда.
4) Опросник Басса-Дарки.
5) Тест «Песиміст-оптиміст».
6) Методика діагностики рівня тривожності по Філіпсу.
7) Методика. Діагностика рівня емпатійних здібностей В. В. Бойко.

3.Завдання для самостійної роботи.

Провести характерологічний опитувальник К. Леонгарда (1випробуваний).

ІІІ. Порядок проведення заключної частини заняття.

На при кінці заняття студенти дають зворотній зв'язок викладачу, який досвід вони придбали та обговорення результатів виконаних методик з

визначенням типових труднощів в роботі.

***ТЕМА № 15*«Дослідження особливостей емоційно-обумовленої поведінки».**
Практичне заняття. Дослідження особливостей емоційно-обумовленої поведінки
Навчальна мета заняття: знання особливостей емоційно-обумовленої поведінки.
Кількість годин: 4 год. (денна форма навчання), - год. (заочна форма навчання)
Місце проведення: аудиторія

Навчальні питання:

1. Обговорення зі студентами теоретичних основ «Дослідження емоційних властивостей особистості»:
   - Види емоційно-обумовленої поведінки.
   - Що таке емоційні дії?
   - Надайте характеристику аскетизму та гедонізму.
   - Надайте характеристику горюванню (жалю).
   - Надайте характеристику альтруїзму.
2. Проведення методик та тестів з теми.

Література.

1. Герасімова Н.Є. Загальна психологія: практикум. – Черкаси : Видавництво ЧНУ ім. Б. Хмельницького, 2012. – 208 с.
2. Дуткевич Т. В. Загальна психологія. Теоретичний курс. навч. посіб. – К.: Центр учбової літератури, 2016. – 388 с. http://docplayer.net/74036568-Zagalna-psihologiya-teoretichniy-kurs.html
3. Загальна психологія: Підручник / О. В. Скрипченко, Л. В. Долинська, З. В. Огороднійчук та ін. - К.: Либідь, 2015. - С. 464. http://librarium.inf.ua/%D0%B7%D0%B0%D0%B3%D0%B0%D0%BB%D1%8C%D0%BD%D0%B0_%D0%BF%D1%81%D0%B8%D1%85%D0%BE%D0%BB%D0%BE%D0%B3%D1%96%D1%8F_%D1%81%D0%BA%D1%80%D0%B8%D0%BF%D1%87%D0%B5%D0%BD%D0%BA%D0%BE_2005_%D0%BF%D1%96%D0%B4%D1%80%D1%83%D1%87%D0%BD%D0%B8%D0%BA.html
4. Моначин І.Л. Зошит для лабораторних робіт з курсу «Практикум з загальної психології» для студентів заочної форми навчання спеціальності «Психологія». – Тернопіль : ТНТУ імені Івана Пулюя, 2015.–88с. http://elartu.tntu.edu.ua/bitstream/123456789/17714/1/%D0%BF%D1%80%D0%B0%D0%BA%D1%82%D0%B8%D0%BA%D1%83%D0%BC%20%D0%BF%D1%81%D0%B8%D1%85%D0%BE%D0%BB%D0%BE%D0%B3%D0%B0%D0%BC%20%D0%B7%D0%B0%D0%BE%D1%87%D0%BD%D0%B8%D0%BA%D0%B0%D0%BC.pdf
5. Корольчук М. С., Крайнюк В. М., Марченко В. М. Психологія: схеми,

опорні конспекти, методики: Навчальний посібник для студентів вищих навчальних закладів / За заг. ред. М.С.Корольчука. - К.: Ельга, Ніка-Центр, 2015.- 320 с. http://194.44.152.155/elib/local/sk682758.pdf

6. Максименко С.Д. Соловієнко В.О.Загальна психологія.: Навч. посібник. – К.: МАУП, 2010. – 256 с. http://univer.nuczu.edu.ua/tmp_metod/875/Maksimenko_S.D._-_Zagal%27na_psihologiya.pdf

Методичне та матеріально-технічне забезпечення заняття: бланк з тестами, ручка.

План проведення заняття:

І. Порядок проведення вступу до заняття.

На початку заняття, студентам оголошується назва теми практичного заняття, план заняття та ті запитання, що будуть розглянуті.

ІІ. Порядок проведення основної частини заняття.

1. Обговорення теоретичного матеріалу за темою «Дослідження особливостей емоційно-обумовленої поведінки»:

1. Користуючись літературою студенти повинні визначити емоційно обумовлену (афективну) поведінку та визначити її види.

Емоції чинять істотний вплив, що активує вольову сферу. Позитивні, адекватні за інтенсивністю сценічні емоції здатні багаторазово підвищити продуктивність діяльності людини, а також продуктивність праці. Негативні емоції астенічного характеру є причиною стресу інегативно впливають на стан здоров‘я, ефективність діяльності і спілкування. В. В. Бойко виділяє три види емоційної поведінки в процесі спілкування: резонування, відстороненість і дісонування.

Емоційне резонування - це здатність особистості відгукуватися на різні емоційні стани партнерів. Емоційний резонанс між партнерами викликає складання їх енергій, укладених в емоціях, і стимулює додатковий психологічний ефект взаємодії - синергізм.

При *емоційної відстороненості* людина у відповідь на емоційний стан оточуючих проявляє невиразні, приглушені емоції. Вона може бути наслідком емоційної ригідності як властивості людини.

Емоційне *дісонування* характеризується, як зазначає Бойко, демонстративним вимиканням особистості з емоційної атмосфери спілкування або проявом емоцій, протилежних за змістом ситуації взаємодії.

2. На відміну від емоційного реагування, яке здійснюється у людини і тварин мимоволі, *емоційні довільні реакції (дії)* - це довільні, навмисні відповіді людини на емоціогенну ситуацію. Ці відповіді можуть бути мовними і руховими.

При афективній поведінці можливі різні прояви агресивності (запальність, уразливість, мстивість) привертають до агресивної поведінки, тобто до прояву агресії в тій чи іншій формі.

Агресивна поведінка починається з виникнення конфліктної (при спілкуванні) або фруструючої (при діяльності) ситуацій, які грають роль зовнішнього стимулу. Проте виникнення цих ситуацій ще не свідчить про виникнення в людини станів конфлікту або фрустрації. Так, для виникнення стану конфлікту, по-перше, необхідно, щоб зіткнення думок, бажань, інтересів, цілей між спілкуються було усвідомлено суб'єктами як таке, по-друге, необхідно, щоб суб'єкти спілкування не захотіли піти на компроміс, по-третє, необхідно , щоб між ними виникли взаємні неприязні відносини - ворожість (або, принаймні, в одного з них). Виходячи з обраного суб'єктом способу поведінки, виділяють вербальну та фізичну агресію, а також третій самостійний видтакої поведінки - непряму агресію.

Виділяють такі види *фрустраційного реагування* на емоційно значущі ситуації:

1) рухове порушення - безцільні і неупорядковані реакції;
2) апатія;
3) агресія і деструкція;
4) стереотип - тенденція до сліпого повторення фіксованого поводження;
5) регресія, що виявляється в примітивізації поведінки, у поверненні до поведінкових моделей, що домінували в більш ранні періоди життя, або в зниженні якості виконання (Child, Waterhous, 1952).

3. В відповіді на третє питання слід визначити, що *гедонізм* (від грец. Hedone - насолода) – є особливою формою поведінки людини, обумовленої емоційними переживаннями. Ця поведінка

пов'язана з етичної позицією, яка має насолоду як вище благо і критерій людського поводження. Прагнення до насолоди, задоволення розглядається в гедонізмі як основний рушійний початок людини, закладений у ньому від природи, що зумовлює всю його поведінку. Така людина живе заради отримання насолод, як правило, низького порядку, і прагне до цього найбільш легким і прямим шляхом.

4. Розкриваючи поняття горювання (жалю), треба звернути увагу на те, що *горювання* або, як його називає Дж. Ейврі (Averill, 1968), скорбота, - це соціокультурна поведінка, викликана переживанням горя, пов'язаного з втратою близької людини.

Для горювання використовуються різні дії - *плач, голосіння, стогони* та ін. Вони багато в чому обумовлені історичними традиціями, які існують у народу або певної соціальної групи (Stroebe et al, 1992). Японці, відчуваючи горе, можуть усміхатися при сторонніх, щоб не обтяжувати інших своїми переживаннями. Згідно християнським традиціям, небіжчика відспівують, влаштовують поминки в день похорону, на дев'ятий і сороковий день. У той же час потрібно, щоб «погорював необхідне», люди якомога швидше оправлялася від свого горя і поверталися до нормального способу життя, в тому числі і на роботу (на третій - п'ятий день). В Єгипті ж, навпаки, близьких покійного заохочують зосереджуватися на своєму горі і займатися катарсичним виливом

своїх почуттів. У багатьох культурах, зокрема в російському селі, вираз горя у вигляді плачу і голосінь показує, наскільки велика втрата і глибина скорботи.

5. У відповіді на питання щодо альтруїзму треба визначити наступне. Під *альтруїстичною* розуміють поведінку, спрямовану на благо інших і не розраховану на будь-яку зовнішню нагороду. Багато в чому альтруїзм проявляється завдяки наявності у людей емпатії, саме тому його можна розглядати як один з видів емоційно обумовленого поведінки.

А. Ф. Лазурський (1922) писав, що в основі альтруїзму лежить комплекс емоційних властивостей людини: почуття симпатії чи процес «вдчування», афективна збудливість, сила і тривалість емоцій, а також значний розвиток вольової діяльності, спрямованої на допомогу стражденним і нужденним, відсутність егоїзму і себелюбства, що доходить часто до самозабуття і самопожертви, значний розвиток моральних якостей, інтерес до внутрішніх, душевних переживань.

Залежно від спрямованості особистості альтруїзм може приймати різні форми. Як пише А. Ф. Лазурський, «значно розвинена вольова діяльність, спрямована переважно на боротьбу з жорстокими і корисливими гнобителями, робить з людини непохитного, запеклого борця за правду і людинолюбство ... або глибока віра в блага освіти і в можливість ідейно-морального переродження людства змушує діяльного альтруїста всі свої сили направити на виховання підростаючого покоління (Песталоцці), або ми маємо глибоко релігійну людини, типового споглядальника, якого, однак, гаряча любов до людей, проникаюча все його релігійні погляди, змушує не усамітнюватися в пустелі, а все життя свою присвятити справі проповіді і порятунку заблуканого людства (Франциск Асизький), або, навпаки, людина зовсім іншого складу, типовий промисловець, обережно розважливий і практичний, весь свій статок і всю свою енергію присвячує бідному люду і створює для робітничого класу нові форми організації (Роберт Оуен)».

2.Проведення методик та тестів з теми.

1) Методика «Некерована емоційна збудливість».
2) Методика «Діагностика схильності до агресивної поведінки» А.Ассінгера.
3) Методика «Агресивна поведінка» Е.П. Ільін, П.А. Ковалев.
4) Тест «Руки» Вагнера (Hand Test).
5) Методика «Виявлення установок, спрямованих на альтруїзм - егоїзм».

3.Завдання для самостійної роботи.

Провести методику «Виявлення установок, спрямованих на альтруїзм - егоїзм» (1випробуваний).

III. Порядок проведення заключної частини заняття.

На при кінці заняття студенти дають зворотній зв'язок викладачу, який досвід вони придбали та обговорення результатів виконаних методик з визначенням типових труднощів в роботі.

ТЕМА № 16 «Методики виявлення вміння розпізнавати і описувати емоції людини».

Практичне заняття. Методики виявлення вміння розпізнавати і описувати емоції людини.

Навчальна мета заняття: засвоїти методики виявлення вміння розпізнавати і описуватиемоції людини .

Кількість годин: 4 год. (денна форма навчання), - год. (заочна форма навчання)

Місце проведення: аудиторія

Навчальні питання:

1.Обговорення зі студентами теоретичних основ «Вміння розпізнавати і описувати емоціїлюдини»:
- Які засоби розпізнавати емоції людини ви знаєте?
- Сформуйте словник емоцій.

2.Проведення методик та тестів з теми.

Література.

1. Волошина В.В., Долинська Л.В., Ставицька С.О., Темрук О.В. Загальна психологія: Практикум: Навч. посібн. 4-те вид. – К.: Каравела, 2011. - 280 с. http://194.44.152.155/elib/local/sk685984.pdf
2. Герасімова Н.Є. Загальна психологія: практикум. – Черкаси : Видавництво ЧНУ ім. Б. Хмельницького, 2012. – 208 с.
3. Загальна психологія: Підручник / О. В. Скрипченко, Л. В. Долинська, З. В. Огороднійчук та ін. - К.: Либідь, 2015. - С. 464. http://librarium.inf.ua/%D0%B7%D0%B0%D0%B3%D0%B0%D0%BB%D1%8C%D0%BD%D0%B0_%D0%BF%D1%81%D0%B8%D1%85%D0%BE%D0%BB%D0%BE%D0%B3%D1%96%D1%8F_%D1%81%D0%BA%D1%80%D0%B8%D0%BF%D1%87%D0%B5%D0%BD%D0%BA%D0%BE_2005_%D0%BF%D1%96%D0%B4%D1%80%D1%83%D1%87%D0%BD%D0%B8%D0%BA.html
4. Моначин І.Л. Зошит для лабораторних робіт з курсу «Практикум з загальної психології» для студентів заочної форми навчання спеціальності «Психологія». – Тернопіль : ТНТУ імені Івана Пулюя, 2015.–88с. http://elartu.tntu.edu.ua/bitstream/123456789/17714/1/%D0%BF%D1%80%D0%B0%D0%BA%D1%82%D0%B8%D0%BA%D1%83%D0%BC%20%D0%BF%D1%81%D0%B8%D1%85%D0%BE%D0%BB%D0%BE%D0%B3%D0%B0%D0%BC%20%D0%B7%D0%B0%D0%BE%D1%87%D0%BD%D0%B8%D0%BA%D0%B0%D0%BC.pdf
5. Туриніна О. Л. Практикум з психології : Навч. посіб. — К. : МАУП, 2017. — 328 с. https://maup.com.ua/assets/files/lib/book/p08_27.pdf
6. Сергеєнкова О.П., Столярчук О.А., Коханова О.П., Пасєка О.В.Загальна психологія: навч. посіб. — К. : ЦУЛ, 2012. — 296 с.

Методичне та матеріально-технічне забезпечення заняття: бланк з тестами, ручка.

План проведення заняття:

І. Порядок проведення вступу до заняття.

На початку заняття, студентам оголошується назва теми практичного заняття, план заняття та ті запитання, що будуть розглянуті.

ІІ. Порядок проведення основної частини заняття.

1. Обговорення теоретичного матеріалу за темою «Методики виявлення вміннярозпізнавати і описувати емоції людини»:

1. Відповідаючи на перше питання студенти повинні визначити, що розуміння емоцій іншої людини є важливим для процесу спілкування між людьми як у побуті, так і в професіях типу

«людина-людина». Крім того, візуальне спостереження за емоційним станом людини в процесі

здійснення ним професійної діяльності дозволяє вчасно вживати заходів по регуляції його стану, що знижує травматизм на виробництві, підвищує продуктивність праці (Зінченко, 1983).

Є дані, що вже через дев'ять хвилин після народження дитина може пізнавати стимул, що схематично нагадує обличчя (Freedman, 1974). Показано, що чим більше матері обговорюють з трирічними дітьми емоційні стани, що виникають у них, тим краще вони, досягнувши шестирічного віку, розпізнають емоційні прояви незнайомих дорослих (Dunn et al., 1991).

Як зазначає Н. Н. Данилова (2000), з еволюційної точки зору зовнішня експресія емоцій була б марною, якби люди не могли декодувати ці сигнали і, отже, розуміти і адекватно реагувати на них. Механізм декодування експресивній інформації повинен мати здатність диференціювати патерні лицьової експресії, а також ідентифікувати їх як сигнали певних емоційних станів. Цей механізм був досліджений шведським вченим У. Дімбергом (Dimberg, 1988). Він встановив, що лицьова експресія залежно від знака емоції по-різному впливає на емоційний стан і умовно-рефлекторні реакції страху у партнерів. Важливо, що лицьова експресія може впливати на рівні підсвідомості, коли людина не віддає собі звіту в події та факті її впливу.

2. Щодо відповіді на друге запитання – користуючись літературою студенти повинні скласти словник емоцій.

2.Проведення методик та тестів з теми.

1) Методика «Асоціативний словник емоцій».
2) Методика оцінки «емоційного інтелекту» (опитувальник EQ).
3) Методика «Самооцінка емоційного стану».

3.Завдання для самостійної роботи.

Провести методику «Самооцінка емоційного стану» (1випробуваний).

ІІІ. Порядок проведення заключної частини заняття.

На при кінці заняття студенти дають зворотній зв'язок викладачу, який досвід вони придбали та обговорення результатів виконаних методик з

визначенням типових труднощів в роботі.

ТЕМА № 17 **«Поняття потреби в психології. Дослідження різних потреб особистості».**

Практичне заняття. Поняття потреби в психології. Дослідження різних потреб особистості.

Навчальна мета заняття: засвоїти методики, що лежать в основі вивчення різних потреб особистості.

Кількість годин: 6 год. (денна форма навчання), 2 год. (заочна форма навчання)

Місце проведення: аудиторія

Навчальні питання:

1.Обговорення зі студентами теоретичних основ «Поняття потреби в психології. Дослідження різних потреб особистості»:

- У чому є різниця між потребою та мотивом?
- Що таке мотивація людини?
- Наведіть схему трансформації нужди в задачу.
- Що таке ієрархія мотивів?
- Як вивчаються потреби особистості?

2.Проведення методик та тестів з теми.

Література.

1. Волошина В.В., Долинська Л.В., Ставицька С.О., Темрук О.В. Загальна психологія: Практикум: Навч. посібн. 4-те вид. – К.: Каравела, 2011. - 280 с. http://194.44.152.155/elib/local/sk685984.pdf
2. Герасімова Н.Є. Загальна психологія: практикум. – Черкаси : Видавництво ЧНУ ім. Б. Хмельницького, 2012. – 208 с.
3. Дуткевич Т. В. Загальна психологія. Теоретичний курс. навч. посіб. – К.: Центр учбової літератури, 2016. – 388 с. http://docplayer.net/74036568-Zagalna-psihologiya-teoretichniy-kurs.html
4. Зелінська Т.М., Михайлова І.В. Практикум із загальної психології : навч. посіб. – К. : Каравела, 2014. – 272 с
5. Ільїна Н.М., Мисник С.О. Загальна психологія: теорія та практикум : навчальнийпосібник. – Суми : Університетська книга, 2011. – 352 с.
6. Моначин І.Л. Зошит-практикум з курсу «Практикум з загальної психології» Частина ІІ для студентів спеціальності «Психологія». – Тернопіль: ТНТУ імені Івана Пулюя, 2015. – 100 с. http://elartu.tntu.edu.ua/bitstream/123456789/17713/1/praktikum_psikhologam_II.pdf
7. Москалець В. П. Загальна психологія: підручник. – К. Ліра–К:, 2020. – 564 с. https://lira-k.com.ua/preview/12628.pdf
8. Скрипченко О.В., Долинська Л.В., Огороднійчук З.В.Загальна психологія: хрестоматія: навч. посіб. / – К. : Каравела, 2014. – 640 с.

9. Професійно-орієнтовані завдання з психології. За ред. О.Л. Музики. Навчальний посібник. – 2-ге вид., перероб. і доп. – Житомир, 2010. – 587 с.

Методичне та матеріально-технічне забезпечення заняття: бланк з тестами, ручка.

План проведення заняття:

І. Порядок проведення вступу до заняття.

На початку заняття, студентам оголошується назва теми практичного заняття, план заняття та ті запитання, що будуть розглянуті.

ІІ. Порядок проведення основної частини заняття.

1. Обговорення теоретичного матеріалу за темою «Поняття потреби в психології.Дослідження різних потреб особистості»:

1. У відповіді на перше питання студенти повинні розповісти про те, що існують потреби органічні та потреби особистісні.

Потреба органічна – це нужда організму в чомусь, нестача чогось.

Потреба особистості - пережите стан внутрішньої напруги, що виникає внаслідок відображення у свідомості потреби (потрібності, бажаності чогось) і спонукає психічну активність, пов'язану з цілепокладанням.

Мотив (лат. movers - приводити в рух, штовхати) - складне психологічне утворення, що спонукає до свідомих дій і вчинків і служить для них основою (обгрунтуванням).

Співвідношення між потребами і мотивами, виходячи з висловлених в психологічній літературі точок зору, можна систематизувати таким чином:

1) між потребою і мотивом можливі далекі і опосередковані відношення;

2) потреба дає поштовх до виникнення мотиву;

3) потреба перетворюється в мотив після опредметнення, тобто після знаходження предмета, щоможе її задовольнити;

4) потреба - частина мотиву;

5) потреба і є мотив.

Відповідно до проявів мотивів мотивуючі фактори поділяються на три класи: потреби як основа активності; причини, які обумовлюють вибір діяльності залежно від спрямованості особистості; суб’єктивні переживання, емоції як форми регуляції (саморегуляції) поведінки і діяльності. Саме в емоціях оцінюється сенс і результат діяльності. Якщо останній не відповідає меті діяльності, то емоції змінюють її загальну спрямованість, включають допоміжні спонукання,які посилюють вихідні.

2. У відповіді на друге питання пояснюється, що для додання сенсу діяльності А. Н. Леонтьєв і висунув свої уявлення про мотив: Людина формується в діяльності, а особистість виступає як сукупність ієрархічних відносин діяльностей; для цього використовуються такі поняття, як потреби, мотиви, емоції сенс і значення. Таким чином спрямованість особистості – це

: сукупність стійких мотивів, що орієнтують поведінку і діяльність

особистості незалежно від конкретних умов.

Тобто мотивація людини – система мотивів, яка визначає конкретні форми діяльності або поведінки людини.

Мотивація на основі врахування мотивуючих факторів забезпечує спрямованість і регуляцію активності людини. Усі мотиви діяльності є результатом відображення людиною умов свого існування та усвідомлення потреб. Мотив як усвідомлена потреба в досягненні бажаних умов і результатів діяльності набирає форми внутрішніх спонукань людини, тобто характеризує внутрішню мотивацію. Зовнішні спонукання працівника до тієї чи іншої форми трудової поведінки через використання різних стимулів характеризуються як зовнішня мотивація. Проте ефективність зовнішніх впливів може бути забезпечена лише за умови, коли вони стають мотивами, суб'єктивно значущими для працівника, відповідають його потребам та інтересам.

3. Відповідь на третє питання має бути такою:

НУЖДА → ПОТРЕБА → МОТИВ → ЦІЛЬ →ЗАДАЧА

4. У відповіді на четверте питання висвітлюється наступне. Людині властива ієрархія мотивів — від найбільш загальних, які характеризують спрямованість її діяльності (концепція життя, система цінностей), до ситуативних, пов'язаних із задоволенням певних потреб в конкретній ситуації. Серед цих мотивів одні також мають більше, інші менше значення. Можливі ситуації, коли має місце зіткнення різних мотивів, що вимагає від людини вольового рішення, тобто вибору певного способу діяльності в досягненні мети.

5. Система мотивів, які виконують функцію спонукання, спрямування і регулювання діяльності, утворює мотиваційну сферу особистості.

Мотиваційна сфера представлена: актуальними мотивами, які фактично спонукають до діяльності; потенційними мотивами, які сформовані, але не виявляються в діяльності.

Зауважимо, проте, що мотиваційна сфера людини динамічна, мотивація може посилюватися або послаблюватися. Можуть змінюватися ієрархія і стійкість мотивів.

У мотиваційній сфері вирізняють три зони мотивації: центральна зона, у межах якої незадоволені потреби, виступаючи в формі значущих мотивів, зумовлюють активну, напружену діяльність працівника; зона мотивації, яка пов'язана з потребами, що постійно і легко задовольняються, значущість їх часто людиною недооцінюється, однак втрата одразу ж виявляє високу особистісну цінність; зона мотивації, в основі якої лежать потреби, для задоволення яких поки що немає можливостей і вони не можуть викликати адекватної їм діяльності.

2.Проведення методик та тестів з теми.

1) Методика «Потреба у спілкуванні, потреба у досягненні».
2) Методика «Оцінка потреби у схваленні».
3) Методика «Діагностика потреби у пошуках відчуттів» М. Цукермана.
4) Методика «Пізнавальна потреба».

5) Методика «Мотивація афіліації».

3.Завдання для самостійної роботи.

Провести методику «Діагностика потреби у пошуках відчуттів» М. Цукермана (1випробуваний).

ІІІ. Порядок проведення заключної частини заняття.

На при кінці заняття студенти дають зворотній зв'язок викладачу, який досвід вони придбали та обговорення результатів виконаних методик з визначенням типових труднощів в роботі.

***ТЕМА № 18* «Дослідження ціннісних орієнтацій особистості».**

Практичне заняття. Дослідження ціннісних орієнтацій особистості.

Навчальна мета заняття: засвоїти методики, що лежать в основі вивчення ціннісних орієнтацій особистості.

Кількість годин: 6 год. (денна форма навчання), - год. (заочна форма навчання)

Місце проведення: аудиторія

Навчальні питання:

1.Обговорення зі студентами теоретичних основ «Дослідження ціннісних орієнтацій особистості»:

- Цінності, їх співвідношення з потребами.
- Розкрийте зміст поняття система цінностей особистості.
- Що таке інструментальні та термінальні цінності (за Рокичем)?
- Як вивчається ціннісна сфера особистості?

2.Проведення методик та тестів з теми.

Література.

1. Васянович Г. П. Основи психології : навчальний посібник / Григорій Петрович Васянович– К. : Педагогічна думка , 2012. – 114 с. https://lib.iitta.gov.ua/9961/1/%D0%92%D0%B0%D1%81%D1%8F%D0%BD%D0%BE%D0%B2%D0%B8%D1%87%20%282%29.pdf
2. Герасімова Н.Є. Загальна психологія: практикум. – Черкаси : Видавництво ЧНУ ім. Б. Хмельницького, 2012. – 208 с.
3. Загальна психологія: Підручник / О. В. Скрипченко, Л. В. Долинська, З. В. Огороднійчук та ін. - К.: Либідь, 2015. - С. 464. http://librarium.inf.ua/%D0%B7%D0%B0%D0%B3%D0%B0%D0%BB%D1%8C%D0%BD%D0%B0_%D0%BF%D1%81%D0%B8%D1%85%D0%BE%D0%BB%D0%BE%D0%B3%D1%96%D1%8F_%D1%81%D0%BA%D1%80%D0%B8%D0%BF%D1%87%D0%B5%D0%BD%D0%BA%D0%BE_2005_%D0%BF%D1%96%D0%B4%D1%80%D1%83%D1%87%D0%BD%D0%B8%D0%BA.html
4. Моначин І.Л. Зошит-практикум з курсу «Практикум з загальної психології» Частина І для студентів спеціальності «Психологія». – Тернопіль : ТНТУ імені Івана Пулюя, 2015. - 100 с.

http://elartu.tntu.edu.ua/bitstream/123456789/17712/1/%D0%BF%D1%80%D0%B0%D0%BA%D1%82%D0%B8%D0%BA%D1%83%D0%BC%20%D0%BF%D1%81%D0%B8%D1%85%D0%BE%D0%BB%D0%BE%D0%B3%D0%B0%D0%BC%20%D1%871.pdf

5. Москалець В. П. Загальна психологія: підручник. – К. Ліра–К:, 2020. – 564 с. https://lira-k.com.ua/preview/12628.pdf
6. М'ясоїд П. А. Загальна психологія: навч. посібник для студентів вищих пед. навч. закладів. -– К.:Вища школа, 2014. – 487 с. http://samorozvytok.info/content/p-myasoyid-zagalna-psyhologiya
7. Скрипченко О.В., Долинська Л.В., Огороднійчук З.В.Загальна психологія: хрестоматія: навч. посіб. / – К. : Каравела, 2014. – 640 с.
8. Герасімова Н. Є. Основи загальної психології : самостійна робота студентів: навч. посіб. – Черкаси : Видавництво ЧНУ ім. Б. Хмельницького, 2013. - 68 с.
9. Корольчук М. С., Крайнюк В. М., Марченко В. М. Психологія: схеми, опорні конспекти, методики: Навчальний посібник для студентів вищих навчальних закладів / За заг. ред. М.С.Корольчука. - К.: Ельга, Ніка-Центр, 2015.- 320 с. http://194.44.152.155/elib/local/sk682758.pdf
10. Максименко С.Д. Соловієнко В.О.Загальна психологія.: Навч. посібник. – К.: МАУП, 2010. – 256 с. http://univer.nuczu.edu.ua/tmp_metod/875/Maksimenko_S.D._-_Zagal%27na_psihologiya.pdf

Методичне та матеріально-технічне забезпечення заняття: бланк з тестами, ручка.

План проведення заняття:

І. Порядок проведення вступу до заняття.

На початку заняття, студентам оголошується назва теми практичного заняття, план заняття та ті запитання, що будуть розглянуті.

ІІ. Порядок проведення основної частини заняття.

1. Обговорення теоретичного матеріалу за темою «Дослідження ціннісних орієнтаційособистості»:

1. У відповіді на перше питання студенти повинні відзначити, що свій ціннісний світ людина вибудовує в процесі предметно-практичної діяльності. А будь-який акт діяльності включає в себе ідеальний момент, під час якого складається задум дії, її ідеальна мета, план реалізації, а також життєвий смисл цієї діяльності, загалом те, задля чого здійснюється вся дія. Саме цей момент діяльності і характеризує категорія цінності. Генетично цінності в процесі суспільної практики акумулювали в собі потреби, інтереси, емоційні переживання суб'єкта.

Цінності виростали з нестатку як стану об'єктивної нестачі того, що потрібне для розвитку й існування індивіда. Потреба формувалась уже як

усвідомлений нестаток, а потім потребатрансформувалась в інтерес. На відміну від потреби, що спрямовувала людину на об'єкт її задоволення, інтерес орієнтований на ті умови, які забезпечують можливість задоволення потреби. Інтерес формується об'єктивно, як відображення місця індивіда в системі суспільних відносин, а суб'єктивно він відображається в меті. Мета — це ідеальний, спонукальний імпульс до активної діяльності, в якій відтворюється ідеальний образ задоволеної потреби, що спонукає людину до діяльності.

2. Відповідаючи на друге питання слід відзначити, що об'єднані в єдиний комплекс потреби, інтереси й емоційні переживання утворюють єдиний феномен цінності. Можна визначити цінність як об'єктивну значимість явищ, ідей, речей, зумовлену потребами й інтересами соціального суб'єкта. Але цінністю є не тільки наше ставлення до об'єктивних речей, а й предмет, який знаходить потреба для свого задоволення, отже, це — функція предмета задовольняти наші потреби. Маючи таку складну будову, цінності в процесі діяльності виконують роль останньої підстави вибору цілей і засобів реалізації діяльності.

3. У відповіді на третє питання студенти повинні розкрити наступне. Ціннісні орієнтації є важливим компонентом структури особистості, в них ніби резюмується весь життєвий досвід,

накопичений особистістю в її індивідуальному розвитку. Це той компонент структури особистості, який являє собою певну вісь свідомості, навколо якої обертаються помисли і почуття людини і з точки зору якої вирішується багато життєвих питань.

В.В. Гаврилюк та Н.А. Трикоз виділяють чотири основні типи систем цінностей:

- *Життєву систему,* яка об'єднує цінності людського життя, визначає цілі буття, людського сенсу існування, цінності волі, правди, краси, тобто загальнолюдські цінності;
- *Вітальну систему* - це цінності збереження та підтримки повсякденного життя, здоров'я,безпеки, комфорту;
- *Інтеракціоністську* систему - це цінності і думки, важливі в міжособистому і груповому спілкуванні: гарні стосунки, спокійна совість, влада, взаємодопомога;
- *Соціалізаційну систему* - цінності, які визначають процес формування особистості:соціально схвалені і навпаки.

4. Із загального набору запропонованих суспільством цінностей людина вибирає - вважає кращими, відмовляється, веде боротьбу "за" або "проти", зважує - свої цінності. Цінності - це не те, за що платимо, а те, заради чого живемо.

Наприклад, система професійних цінностей включає п'ять видів цінностей:

перший вид (цінності-цілі), які розкривають значення, зміст та ідеальні результатипрофесійної діяльності;

другий вид (цінності-засоби), які визначають значення, зміст способів і

засобівпрофесійної діяльності;

третій вид (цінності-відносини), які розкривають значення, зміст відносин як основногомеханізму функціонування професійної діяльності;

четвертий вид (цінності-знання), які розкривають значення, зміст необхідних дляздійснення професійної діяльності знань;

п'ятий вид (цінності-якості), що розкривають значення, зміст необхідних для здійсненняпрофесійної діяльності якостей.

5. У відповіді на наступне питання студенти мають відповісти, що *термінальні цінності* Рокіч визначає як переконання в тому, що якась кінцева мета індивідуального існування (наприклад, щасливе сімейне життя, мир у всьому світі) з особистої та громадської точок зору коштує того, щоб до неї прагнути; *інструментальні цінності* він визначає як переконання в тому, що якийсь образ дій (наприклад, чесність, раціоналізм) є і з особистої, і з суспільної точок зору кращим в будь-яких ситуаціях.

2.Проведення методик та тестів з теми.

- Методика «Ціннісні орієнтації» М. Рокича.
- Методика «Рівень співвідношення «цінності» й «доступності» в різних сферах» О.Б.Фанталової.
- Методика «Діагностика мотиваційної структури особистості» В. Л. Мільмана.

3.Завдання для самостійної роботи.

Провести методику «Ціннісні орієнтації» (1випробуваний).

III. Порядок проведення заключної частини заняття.

На при кінці заняття студенти дають зворотній зв'язок викладачу, який досвід вони придбали та обговорення результатів виконаних методик з визначенням типових труднощів в роботі.

ТЕМА № 19 «Вивчення якостей особистості, що впливають на прийняття рішення».

Практичне заняття. Вивчення якостей особистості, що впливають на прийняття рішення**.**

Навчальна мета заняття: засвоїти методики, що лежать в основі вивчення якостейособистості, що впливають на прийняття рішення.

Кількість годин: 4 год. (денна форма навчання), 2 год. (заочна форма навчання)

Місце проведення: аудиторія

Навчальні питання:

4. Обговорення зі студентами теоретичних основ якостей особистості, що впливають на прийняття рішення.
   - Які саме якості особистості впливають на прийняття нею рішень?
   - Чим характеризується особистість з перевагою мотивації прагнення до успіху?
   - Чим характеризується особистість з перевагою мотивації до уникнення невдач?

- Чим характеризується особистість з перевагою раціональності?

5. Проведення методик та тестів з теми.

Література.

1. Васянович Г. П. Основи психології : навчальний посібник / Григорій Петрович Васянович– К. : Педагогічна думка , 2012. – 114 с. https://lib.iitta.gov.ua/9961/1/%D0%92%D0%B0%D1%81%D1%8F%D0%BD%D0%BE%D0%B2%D0%B8%D1%87%20%282%29.pdf
2. Герасімова Н.Є. Загальна психологія: практикум. – Черкаси : Видавництво ЧНУ ім. Б. Хмельницького, 2012. – 208 с.
3. Дуткевич Т. В. Загальна психологія. Теоретичний курс. навч. посіб. – К.: Центр учбової літератури, 2016. – 388 с. http://docplayer.net/74036568-Zagalna-psihologiya-teoretichniy-kurs.html
4. Моначин І.Л. Зошит для лабораторних робіт з курсу «Практикум з загальної психології» для студентів заочної форми навчання спеціальності «Психологія». – Тернопіль : ТНТУ імені Івана Пулюя, 2015.–88с. http://elartu.tntu.edu.ua/bitstream/123456789/17714/1/%D0%BF%D1%80%D0%B0%D0%BA%D1%82%D0%B8%D0%BA%D1%83%D0%BC%20%D0%BF%D1%81%D0%B8%D1%85%D0%BE%D0%BB%D0%BE%D0%B3%D0%B0%D0%BC%20%D0%B7%D0%B0%D0%BE%D1%87%D0%BD%D0%B8%D0%BA%D0%B0%D0%BC.pdf
5. Моначин І.Л. Зошит-практикум з курсу «Практикум з загальної психології» Частина І для студентів спеціальності «Психологія». – Тернопіль : ТНТУ імені Івана Пулюя, 2015. - 100 с. http://elartu.tntu.edu.ua/bitstream/123456789/17712/1/%D0%BF%D1%80%D0%B0%D0%BA%D1%82%D0%B8%D0%BA%D1%83%D0%BC%20%D0%BF%D1%81%D0%B8%D1%85%D0%BE%D0%BB%D0%BE%D0%B3%D0%B0%D0%BC%20%D1%871.pdf
6. Моначин І.Л. Зошит-практикум з курсу «Практикум з загальної психології» Частина ІІ для студентів спеціальності «Психологія». – Тернопіль: ТНТУ імені Івана Пулюя, 2015. – 100 с. http://elartu.tntu.edu.ua/bitstream/123456789/17713/1/praktikum_psikhologam_II.pdf
7. Максименко С.Д. Соловієнко В.О.Загальна психологія.: Навч. посібник. – К.: МАУП, 2010. – 256 с. http://univer.nuczu.edu.ua/tmp_metod/875/Maksimenko_S.D._-_Zagal%27na_psihologiya.pdf

Методичне та матеріально-технічне забезпечення заняття: бланк з тестами, ручка.

План проведення заняття:

І. Порядок проведення вступу до заняття.

На початку заняття, студентам оголошується назва теми практичного заняття, план заняття та ті запитання, що будуть розглянуті.

ІІ. Порядок проведення основної частини заняття.

1. Обговорення теоретичного матеріалу за темою «Вивчення якостей особистості, що впливають на прийняття рішення»:

Розкриваючи зміст першого питання, слід зазначити, що кожна людина має свою систему цінностей, що визначає її дії і впливає на прийняті рішення. Також ціннісні орієнтаціївпливають на спосіб, яким приймаються рішення. Треба розуміти, що також індивідуальні якості людей у значно більшій мірі впливають на процес, ніж на результат прийняття рішення. Звичайно, не можна заперечувати, що існує загальна залежність між рівнем розвитку окремих психічних процесів людини (перш за все, когнітивних) і якістю його рішень. Однак ця залежність носить саме загальний характер і часто спотворюється під впливом інших факторів. Наприклад, навіть така важлива якість, як рівень інтелекту, який відноситься до загальних здібностям особистості, безпосередньо не пов'язане з якістю рішень. Більш того, дослідження показують, що інтелект лише на 15% визначає собою якість управлінських рішень.

Набагато сильніше індивідуальні якості впливають на те, яким способом люди воліють приймати рішення. При цьому свідомо чи несвідомо вони вибирають такий спосіб, який заснований на більш «сильних» сторонах їх особистості, і компенсують за рахунок цього вплив «слабких» індивідуальних якостей на результат вибору. У результаті люди, що володіють різними індивідуальними якостями і застосовують в силу цього різні способи, можуть прийняти однакове рішення. Саме тому не спостерігається прямої залежності між окремими властивостями особистості і якістю рішень. Однак не можна стверджувати, що такої залежності немає взагалі. Звичайно, є. Але вона носить більш складний і опосередкований характер. Безпосереднє ж вплив індивідуальні якості надають саме на способи та стилі прийняття рішень.

По-друге, всі індивідуальні якості людей реально взаємопов'язані і невіддільні одне від іншого. Тому результати і способи прийняття рішень залежать скоріше не від окремих якостей особистості або їх простій «суми», а від того, як вони поєднуються, утворюючи нові, більш складні якості, тобто від цілісних комплексів або системи якостей.

Таким чином, система індивідуальних якостей влаштована так, що вона дозволяє послабити вплив «слабких» і посилити вплив «сильних» якостей на прийняття рішень. Подібна компенсація проводиться шляхом вибору людиною таких способів прийняття рішень, які найбільше відповідають його системі якостей. При цьому вибираються способи, засновані на сильних сторонах індивідуальності і не потребують використання якостей, розвинених недостатньо.

У відповіді на наступні питання необхідно зазначити, що людина має два різних мотиву, функціонально пов'язаних з діяльністю, спрямованою на

досягнення успіху. Це - мотив досягнення успіху і мотив уникнення невдачі. Доля людини і його положення в суспільстві багато в чому залежать від того, домінує у нього мотивація досягнення успіху або мотивація уникнення невдач.

Помічено, що люди, у яких сильніше виражено прагнення до досягнення успіхів досягають в житті більшого, ніж ті, у кого воно виражене слабо або відсутній. Н. І. Конюхов визначає мотивацію досягнення як вироблений у психіці механізм досягнення, що діє за формулою: мотив «жага успіху» - активність - мета - «досягнення успіху». Мотив досягнення відображає потребу особистості усіма доступними засобами уникнути невдачі і досягти бажаного результату.

Мотивація уникнення невдачі розглядається як вироблений у психіці механізм уникнення помилок, невдач, нерідко будь-якими шляхами і засобами. Для особистості, з переважанням мотивації уникнення невдач, головне не допустити помилки, уникнути невдачі, навіть ціною сильної трансформації початкової, головної мети, її повного або часткового недосягнення.

Згідно Х. Хекхаузеном, мотивація досягнення може бути визначена як спроба збільшити або зберегти максимально високими здібності людини до всіх видів діяльності, до яких можуть бути застосовані критерії успішності і де виконання подібної діяльності може, отже, призвести або до успіху, або до невдачі. Мотивація досягнення спрямована на певний кінцевий результат, що отримується завдяки власним особливостям людини, а саме: на досягнення успіху чи уникнення невдачі. Вона підштовхує людину до «природного» результату ряду пов'язаних один з одним дій. Передбачається чітка послідовність серії дій, вироблених одне за іншим. Для мотивації досягнення характерний постійний перегляд цілей.

Х. Хекхаузен вважав, що дана характеристика мотивації досягнення важлива, тому що ланцюг дій, спрямованих на досягнення мети, може перериватися на якийсь час, іноді на місяці або роки. Також важливою характеристикою мотивації досягнення, на його думку, є постійне повернення до перерваного заняття. Таким чином, «створюються складні і довгий час існуючі структури з основної, побічної і входить до їх складу діяльності, які ведуть за допомогою досягнення серії" субцілей "до головної, нехай навіть дуже віддаленою. Планування стає необхідним для досягнення впорядкованої послідовності та функціональної організації ланцюга дій. Цей часовий охоплення ряду дій ... і відрізняє мотивацію досягнення від безлічі інших мотивів».

2.Проведення методик та тестів з теми.

1) Методика «Вимірювання раціональності».
2) Методика «Діагностика ригідності» Г. Айзенка.
3) Методика «Імпульсивність».
4) Методика «Мотивація до успіху» Т. Элерса.
5) Методика «Мотивація до уникання невдач».
6) Методика «Мотивація успіху та страху невдачі» А.А. Реана.

7) Методика «Когнітивна орієнтація (локус контролю)» Дж. Роттера.

3.Завдання для самостійної роботи.

Провести методику «Когнітивна орієнтація (локус контролю)» Дж. Роттера. (1випробуваний).

ІІІ. Порядок проведення заключної частини заняття.

На при кінці заняття студенти дають зворотній зв'язок викладачу, який досвід вони придбали та обговорення результатів виконаних методик з визначенням типових труднощів в роботі.

***ТЕМА № 20* «Дослідження мотивації спілкування та мотивації поведінки в групі».**

Практичне заняття. Дослідження мотивації спілкування та мотивації поведінки в групі.

Навчальна мета заняття: засвоїти методики, що лежать в основі вивчення вивчення мотивації спілкування та мотивації поведінки в групі.

Кількість годин: 4 год. (денна форма навчання), 2 год. (заочна форма навчання)

Місце проведення: аудиторія

Навчальні питання:

1. Обговорення зі студентами теоретичних основ психологічних властивостей особистості.
   - Потреба в спілкуванні і мотивація афіліації.
   - Вікові особливості мотивації спілкування.
   - Діагностика основних тенденцій поведінки в реальній групі.

2.Проведення методик та тестів з теми.

Література.

1. Дуткевич Т. В. Загальна психологія. Теоретичний курс. навч. посіб. – К.: Центр учбової літератури, 2016. – 388 с. Загальна психологія: Підручник / О. В. Скрипченко, Л. В. Долинська, З. В. Огороднійчук та ін. - К.: Либідь, 2015. - С. 464. http://docplayer.net/74036568-Zagalna-psihologiya-teoretichniy-kurs.html
2. Зелінська Т.М., Михайлова І.В. Практикум із загальної психології : навч. посіб. – К. : Каравела, 2014. – 272 с
3. М’ясоїд П. А. Загальна психологія: навч. посібник для студентів вищих пед. навч. закладів. -– К.:Вища школа, 2014. – 487 с. http://samorozvytok.info/content/p-myasoyid-zagalna-psyhologiya
4. Скрипченко О.В., Долинська Л.В., Огороднійчук З.В.Загальна психологія: хрестоматія: навч. посіб. / – К. : Каравела, 2014. – 640 с.
5. Туриніна О. Л. Практикум з психології : Навч. посіб. — К. : МАУП, 2017. — 328 с. https://maup.com.ua/assets/files/lib/book/p08_27.pdf
6. Максименко С.Д. Соловієнко В.О.Загальна психологія.: Навч. посібник. – К.: МАУП, 2010. – 256 с.

http://univer.nuczu.edu.ua/tmp_metod/875/Maksimenko_S.D._-_Zagal%27na_psihologiya.pdf

7. Сергеєнкова О.П., Столярчук О.А., Коханова О.П., Пасєка О.В.Загальна психологія: навч. посіб. — К. : ЦУЛ, 2012. — 296 с.

Методичне та матеріально-технічне забезпечення заняття: бланк з тестами, ручка.

План проведення заняття:

І. Порядок проведення вступу до заняття.

На початку заняття, студентам оголошується назва теми практичного заняття, план заняття та ті запитання, що будуть розглянуті.

ІІ. Порядок проведення основної частини заняття.

I. Обговорення теоретичного матеріалу за темою «Дослідження мотивації спілкування тамотивації поведінки в групі»:

1. Розкриваючи зміст першого питання, треба наголосити, що людина не може існувати поза соціальною дійсністю. Тільки включаючись у процес практичної діяльності, вона виявляє свою соціальну суть, формує соціальні якості, виробляє ціннісні орієнтації.

Потреба у спілкуванні виникає в перші місяці життя дитини, а вже на третьому році в неї чітко виявляється бажання спілкуватися з іншими. Через спілкування дитина засвоює те, що психологічно робить її людиною. Це стосується людських особливостей поведінки (мораль, культура), людських взаємин (доброта, порядність та ін.). У спілкуванні формується характер дитини, воля, почуття, здібності, мотиви та соціальні потреби, зокрема потреби у взаємодії з іншими людьми.

Термін „афіліація” походить від англійського слова „affiliation”, що означає зв’язок і пояснюється як „прагнення бути в товаристві інших людей, потреба у спілкуванні, у здійсненні емоційних контактів, у проявах дружби та любові”. На думку Л.А. Лєпіхової, афіліація – це „соціальний мотив, що спонукає до взаємодії на основі взаємної привабливості, дружніх стосунків і прихильностей, що взаємозбагачують і приносять задоволення”.

Г. Мюррей описує мотив афіліації як прагнення заводити дружбу, радіти іншим людям, любити їх, співпрацювати і спілкуватися з ними у груповій взаємодії. Мета афіліації – взаємний, довірливий зв’язок, де кожний із партнерів, якщо й не любить іншого, то ставиться до нього прихильно, приймає його, по-дружньому підтримує, симпатизує йому. Афіліативні стосунки можуть бути спрямовані як на знайомих, так і на незнайомих людей і проявляються у позитивних мовленнєвих висловлюваннях, дружелюбному виразі обличчя, тривалості контакту очей, у частоті кивання головою, в позі, жестикулюванні.

Тенденції до афіліації зростають при втягуванні (включенні) суб’єкта в потенційно небезпечну стресову ситуацію. При цьому товариство (громада) інших людей дозволяє йому перевірити обраний спосіб поведінки і характер

реакцій на складну і небезпечну обстановку. У певних межах близькість інших призводить до прямого зниження тривожності, пом’якшуючи наслідки як фізіологічного, так і психологічного стресу. Блокування афіліації викликає почуття самотності, відчуженості і породжує фрустрацію.

Зарубіжні дослідники визначають мотив афіліації як складне психологічне явище, зміст якого неоднорідний і складається з таких потреб: контактувати з людьми, бути членом групи, взаємодіяти з оточуючими, надавати і приймати допомогу.

2. Щодо вікових особливостей мотивації спілкування. З приходом дитини до школи одним із головних об'єктів пізнання для неї стає поведінка однокласників, їхні дії та вчинки, які характеризують їх як учнів. З виходом спілкування школяра за межі класного колективу, коли виникають зв'язки з різними особами поза класом і в інших, ніж навчання, видах діяльності, у його системі знань про людей відбуваються нові важливі зміни.

3. Підлітковий вік – період інтенсивного розвитку мотиваційної сфери, а ієрархічні відносини в потребово-мотиваційній сфері особистості підлітків складаються на користь мотивів самоствердження. Ряд дослідників відзначає загострення афілятивної потреби в молодшому підлітковому віці. В.А.Петровський вказує на наявність особливої потреби людини бути особистістю, тобто потреби в персоналізації. Потреба у спілкуванні молодших підлітків у міру дорослішання перетворюється на потребу в популярності. Саме ця динаміка зумовлює соціальну поведінку підлітків, нестабільність і постійні зміни структури міжособистісних стосунків у підліткових групах. Дані про домінування індивідуалістичних мотивів у підлітків в усіх видах діяльності підтверджують, що підліток діє, щоб показати і довести всім (насамперед ровесникам) власну значущість.

2.Проведення методик та тестів з теми.

1) Методика «Конфліктна особистість».
2) Методика «Особистісна агресивність та конфліктність» Є. П. Ільїна та П.А. Ковальова.
3) Методика «Q-сортировка: діагностика основних тенденцій поведінки в реальній групі».
4) Методика «Опитувальник Лірі» Т. Лірі, Г. Лефоржа, Р. Сазека.

3.Завдання для самостійної роботи.

Провести методику «Опитувальник Лірі» Т. Лірі, Г. Лефоржа, Р. Сазека.

ІІІ. Порядок проведення заключної частини заняття.

На при кінці заняття студенти дають зворотній зв'язок викладачу, який досвід вони придбали та обговорення результатів виконаних методик з визначенням типових труднощів в роботі.

ТЕМА № 21 «Дослідження мотивації учбової діяльності та професійної мотивації».

Практичне заняття. Дослідження мотивації учбової діяльності та професійної мотивації.

Навчальна мета заняття: засвоїти методики, що лежать в основі вивчення мотивації учбової діяльності та професійної мотивації.
Кількість годин: 4 год. (денна форма навчання), - год. (заочна форма навчання)
Місце проведення: аудиторія

Навчальні питання:

1. Обговорення зі студентами теоретичних дослідження мотивації учбової діяльності та професійної мотивації:
   - Особливості вивчення мотивів навчальної діяльності.
   - Чим характеризується особистість з перевагою мотивації до набуття знань?
   - Чим характеризується особистість з перевагою мотивації на отримання оцінки?
   - Чим характеризується особистість з перевагою мотиву влади?
   - Як вивчається професійна мотивація та мотивація учбової діяльності?
2. Проведення методик та тестів з теми.

Література.

1. Васянович Г. П. Основи психології : навчальний посібник / Григорій Петрович Васянович– К. : Педагогічна думка , 2012. – 114 с. https://lib.iitta.gov.ua/9961/1/%D0%92%D0%B0%D1%81%D1%8F%D0%BD%D0%BE%D0%B2%D0%B8%D1%87%20%282%29.pdf
2. Дуткевич Т. В. Загальна психологія. Теоретичний курс. навч. посіб. – К.: Центр учбової літератури, 2016. – 388 с. http://docplayer.net/74036568-Zagalna-psihologiya-teoretichniy-kurs.html
3. Моначин І.Л. Зошит-практикум з курсу «Практикум з загальної психології» Частина І для студентів спеціальності «Психологія». – Тернопіль : ТНТУ імені Івана Пулюя, 2015. - 100 с. http://elartu.tntu.edu.ua/bitstream/123456789/17712/1/%D0%BF%D1%80%D0%B0%D0%BA%D1%82%D0%B8%D0%BA%D1%83%D0%BC%20%D0%BF%D1%81%D0%B8%D1%85%D0%BE%D0%BB%D0%BE%D0%B3%D0%B0%D0%BC%20%D1%871.pdf
4. Москалець В. П. Загальна психологія: підручник. – К. Ліра–К:, 2020. – 564 с. https://lira-k.com.ua/preview/12628.pdf
5. М’ясоїд П. А. Загальна психологія: навч. посібник для студентів вищих пед. навч. закладів. -– К.:Вища школа, 2014. – 487 с. http://samorozvytok.info/content/p-myasoyid-zagalna-psyhologiya
6. Корольчук М. С., Крайнюк В. М., Марченко В. М. Психологія: схеми, опорні конспекти, методики: Навчальний посібник для студентів вищих навчальних закладів / За заг. ред. М.С.Корольчука. - К.: Ельга, Ніка-Центр, 2015.- 320 с. http://194.44.152.155/elib/local/sk682758.pdf
7. Професійно-орієнтовані завдання з психології. За ред. О.Л. Музики. Навчальний посібник. – 2-ге вид., перероб. і доп. – Житомир, 2010. – 587 с.

Методичне та матеріально-технічне забезпечення заняття: бланк з тестами,

ручка.

План проведення заняття:

І. Порядок проведення вступу до заняття.

На початку заняття, студентам оголошується назва теми практичного заняття, план заняття та ті запитання, що будуть розглянуті.

ІІ. Порядок проведення основної частини заняття.

1. Обговорення теоретичного матеріалу за темою «Дослідження мотивації учбової діяльності та професійної мотивації»:

Для формування відповідей на перше питання студентам пропонується вивчити та скластиконспект гл. 13 Мотивація учбової діяльності (Ильин Е. П. – Мотивація и мотиви. – СПб, 2000 – 512 с.)

Для відповіді на наступні питання слід наголосити, що суспільству майбутнього потрібні люди з актуальними знаннями, гнучкістю і критичністю мислення, творчою ініціативою, високим адаптаційним потенціалом. Для цього студент повинен орієнтуватися на вміння творчо переробляти інформацію і формувати якісний інтелектуальний продукт.

Мотиви, що пов'язані з прагненням за допомогою хороших відміток завоювати певне положення в класі, типові для підлітків, в старших класах відходять на другий план. Тут уже оцінка - це критерій знань, вона в значній мірі втрачає свою спонукальну силу; замість неї роль спонукача до навчання починає грати прагнення до знань.

Таким чином, роль оцінки як мети навчання з віком змінюється. Змінюється з віком і співвідношення між мотиваціями на придбання знань і отримання гарних оцінок.

Щоб мати можливість знайти своє місце в житті, студент повинен володіти певнимиякостями, які має розвивати не на «оцінку»:

- гнучко адаптуватися у мінливих життєвих ситуаціях;
- самостійно і критично мислити;
- уміти бачити і формулювати проблему, знаходити шляхи раціонального розв'язання;
- усвідомлювати, деі яким чином здобутізнання можуть
- бути здатним генерувати нові ідеї;
- творчо мислити;
- уміти працювати з інформацією;
- бути комунікабельним, контактним, уміти працювати у колективі, різних ситуаціях;
- уміти самостійно працювати над розвитком власного інтелекту.

У відповіді на четверте питання необхідно зазначити, що мотив влади спонукає людину до того, щоб мати владу над людьми і подіями, що відбуваються навколо, контролювати їх, керувати ними, надавати на них вплив.

Люди, що мають такий мотив, активно прагнуть до влади, отримують задоволення від того, що мають владу і користуються нею. Вони активно прагнуть займати керівні пости, є учасниками різних політичних рухів і

громадських організацій, намагаються очолити відповідні рухи і організації. У групах і колективах, до яких ці люди належать, вони намагаються стати лідерами і зберегти за собою це положення. Є різні думки про цінність і моральної виправданості прагнення, відповідного даному мотиву. Одні фахівці відносяться до наявності у людини такого мотиву нейтрально, вважаючи, що розвинений мотив такого роду ще не характеризує людину як доброго чи поганого, вся справа в тому, для чого людина прагне отримати і зберегти владу. Якщо влада йому необхідна тільки для того, щоб задовольняти свої амбіції чи витягувати з володіння владою особисті вигоди для себе, то таке прагнення до влади навряд чи морально виправдано. Однак якщо людина прагне до влади для того, щоб, скориставшись нею, надати користь людям, то це виглядає цілком морально виправданим.

2.Проведення методик та тестів з теми.

1) Методика «Спрямованість до набування знань» Є. П. Ільїна та Н.О. Курдюкової.
2) Методика «Спрямованість на оцінку» Є. П. Ільїна та Н.О. Курдюкової.
3) «Диференціально-діагностичний опитувальник» ДДО.
4) Методика «Дослідження пізнавальних інтересів у зв’язку з завданнями професійноїорієнтації.
5) Методика «Виявлення установок «праця-гроші».
6) Методика «Опитувальник професійної готовності» Л.Н. Кабардової.
7) Методика «Мотив влади».

3.Завдання для самостійної роботи.

Провести методику «Спрямованість до набування знань» Є. П. Ільїна та Н.О. Курдюкової (1випробуваний).

ІІІ. Порядок проведення заключної частини заняття.

На при кінці заняття студенти дають зворотній зв'язок викладачу, який досвід вони придбали та обговорення результатів виконаних методик з визначенням типових труднощів в роботі.

1. Рекомендована література (основна, допоміжна),інформаційні ресурси в Інтернеті

Основна:

1. Волошина В.В., Долинська Л.В., Ставицька С.О., Темрук О.В. Загальна психологія: Практикум: Навч. посібн. 4-те вид. – К.: Каравела, 2011. - 280 с. http://194.44.152.155/elib/local/sk685984.pdf
2. Васянович Г. П. Основи психології : навчальний посібник / Григорій Петрович Васянович– К. : Педагогічна думка , 2012. – 114 с.

https://lib.iitta.gov.ua/9961/1/%D0%92%D0%B0%D1%81%D1%8F%D0%BD%D0%BE%D0%B2%D0%B8%D1%87%20%282%29.pdf

3. Герасімова Н.Є. Загальна психологія: практикум. – Черкаси : Видавництво ЧНУ ім. Б. Хмельницького, 2012. – 208 с.
4. Дуткевич Т. В. Загальна психологія. Теоретичний курс. навч. посіб. – К.: Центр учбової літератури, 2016. – 388 с. http://docplayer.net/74036568-Zagalna-psihologiya-teoretichniy-kurs.html
5. Загальна психологія: Підручник / О. В. Скрипченко, Л. В. Долинська, З. В. Огороднійчук та ін. - К.: Либідь, 2015. - С. 464. http://librarium.inf.ua/%D0%B7%D0%B0%D0%B3%D0%B0%D0%BB%D1%8C%D0%BD%D0%B0_%D0%BF%D1%81%D0%B8%D1%85%D0%BE%D0%BB%D0%BE%D0%B3%D1%96%D1%8F_%D1%81%D0%BA%D1%80%D0%B8%D0%BF%D1%87%D0%B5%D0%BD%D0%BA%D0%BE_2005_%D0%BF%D1%96%D0%B4%D1%80%D1%83%D1%87%D0%BD%D0%B8%D0%BA.html
6. Зелінська Т.М., Михайлова І.В. Практикум із загальної психології : навч. посіб. – К. : Каравела, 2014. – 272 с
7. Ільїна Н.М., Мисник С.О. Загальна психологія: теорія та практикум : навчальнийпосібник. – Суми : Університетська книга, 2011. – 352 с.
8. Моначин І.Л. Зошит для лабораторних робіт з курсу «Практикум з загальної психології» для студентів заочної форми навчання спеціальності «Психологія». – Тернопіль : ТНТУ імені Івана Пулюя, 2015.–88с. http://elartu.tntu.edu.ua/bitstream/123456789/17714/1/%D0%BF%D1%80%D0%B0%D0%BA%D1%82%D0%B8%D0%BA%D1%83%D0%BC%20%D0%BF%D1%81%D0%B8%D1%85%D0%BE%D0%BB%D0%BE%D0%B3%D0%B0%D0%BC%20%D0%B7%D0%B0%D0%BE%D1%87%D0%BD%D0%B8%D0%BA%D0%B0%D0%BC.pdf
9. Моначин І.Л. Зошит-практикум з курсу «Практикум з загальної психології» Частина І для студентів спеціальності «Психологія». – Тернопіль : ТНТУ імені Івана Пулюя, 2015. - 100 с. http://elartu.tntu.edu.ua/bitstream/123456789/17712/1/%D0%BF%D1%80%D0%B0%D0%BA%D1%82%D0%B8%D0%BA%D1%83%D0%BC%20%D0%BF%D1%81%D0%B8%D1%85%D0%BE%D0%BB%D0%BE%D0%B3%D0%B0%D0%BC%20%D1%871.pdf
10. Моначин І.Л. Зошит-практикум з курсу «Практикум з загальної психології» Частина ІІ для студентів спеціальності «Психологія». – Тернопіль: ТНТУ імені Івана Пулюя, 2015. – 100 с. http://elartu.tntu.edu.ua/bitstream/123456789/17713/1/praktikum_psikhologam_II.pdf
11. Москалець В. П. Загальна психологія: підручник. – К. Ліра–К:, 2020. – 564 с. https://lira-k.com.ua/preview/12628.pdf

12. М’ясоїд П. А. Загальна психологія: навч. посібник для студентів вищих пед. навч. закладів. -– К.:Вища школа, 2014. – 487 с. http://samorozvytok.info/content/p-myasoyid-zagalna-psyhologiya
13. Скрипченко О.В., Долинська Л.В., Огороднійчук З.В.Загальна психологія: хрестоматія: навч. посіб. / – К. : Каравела, 2014. – 640 с.
14. Туриніна О. Л. Практикум з психології : Навч. посіб. — К. : МАУП, 2017. — 328 с. https://maup.com.ua/assets/files/lib/book/p08_27.pdf

Допоміжна:

15. Герасімова Н. Є. Основи загальної психології : самостійна робота студентів: навч. посіб. – Черкаси : Видавництво ЧНУ ім. Б. Хмельницького, 2013. - 68 с.
16. Корольчук М. С., Крайнюк В. М., Марченко В. М. Психологія: схеми, опорні конспекти, методики: Навчальний посібник для студентів вищих навчальних закладів / За заг. ред. М.С.Корольчука. - К.: Ельга, Ніка-Центр, 2015.- 320 с. http://194.44.152.155/elib/local/sk682758.pdf
17. Максименко С.Д. Соловієнко В.О.Загальна психологія.: Навч. посібник. – К.: МАУП, 2010. – 256 с. http://univer.nuczu.edu.ua/tmp_metod/875/Maksimenko_S.D._-_Zagal%27na_psihologiya.pdf
18. Професійно-орієнтовані завдання з психології. За ред. О.Л. Музики. Навчальний посібник. – 2-ге вид., перероб. і доп. – Житомир, 2010. – 587 с.
19. Сергеєнкова О.П., Столярчук О.А., Коханова О.П., Пасєка О.В.Загальна психологія: навч. посіб. — К. : ЦУЛ, 2012. — 296 с.

Інформаційні ресурси в Інтернеті:

20. Пошукова система Google Scholar http://scholar.google.com/
21. Пошукова система Springer https://link.springer.com/
22. Пошукова система Scirus https://www.elsevier.com/
23. Пошукова система Google books https://books.google.com/
24. Пошукова система WorldWideScience.org https://worldwidescience.org/
25. Пошукова система DOAJ https://www.doaj.org/
26. Пошукова система DOAB https://www.doabooks.org/