МІНІСТЕРСТВО ВНУТРІШНІХ СПРАВ УКРАЇНИ

Харківський національний університет внутрішніх справ

Кафедра педагогіки та психології факультет № 3

МЕТОДИЧНІ МАТЕРІАЛИ
ДО СЕМІНАРСЬКИХ ТА ПРАКТИЧНИХ ЗАНЯТЬ

із навчальної дисципліни **«Диференціальна психологія»**

вибіркових компонент

освітньої програми першого (бакалаврського) рівня вищої освіти

за спеціальністю 053 Психологія (психолог ювенальної превенції)

Харків 2023

ЗАТВЕРДЖЕНО
Науково-методичною радою
Харківського національного
університету внутрішніх справ
Протокол від 21.12.2023 № 11

СХВАЛЕНО
Вченою радою факультету № 3
Протокол від 20.12.2023 № 13

ПОГОДЖЕНО
Секцією науково-методичної ради
з гуманітарних та соціально-
економічних дисциплін ХНУВС
Протокол від 21.12.2023 № 11

Розглянуто на засіданні кафедри педагогіки та психології
(Протокол від 14.12.2023 № 20)

Розробники:
професор кафедри педагогіки та психології, кандидат психологічних наук, доцент факультету № 3 ХНУВС Харченко С.В.

Рецензенти:
1. начальник кафедри психології та педагогіки гуманітарного факультету НАНГУ, кандидат психологічних наук, доцент С.О. Ларіонов
2. доцент кафедри педагогіки та психології факультету № 3 ХНУВС, кандидат психологічних наук, доцент Доценко В.В.

1. Розподіл часу навчальної дисципліни за темами

Номер та найменування теми	Кількість годин відведених на вивчення навчальної дисципліни						вид контролю
	Всього	з них:					
		лекції	Семінарські	Практичні заняття	Лабораторні заняття	Самостійна робота	
Семестр № 5							
Тема № 1: *Диференціальна психологія як галузь психологічної науки*	8	2	2			4	**залік**
Тема № 2: *Індивідні характеристики особистості людини*	16	2	2	4		8	
Тема № 3: *Здібності*	28	4	4	4		12	
Тема № 4: *Стилі прийому та переробки інформації*	28	4	4	4		12	
Тема № 5: *Стилі особистості*	28	4	4	4		12	
Тема № 6: *Стилі поведінки*	28	4	4	4		12	
Всього за семестр № 5:	**120**	**20**	**20**	**20**		**60**	

3. Методичні вказівки до семінарських та практичних занять

Тема № 1: Диференціальна психологія як галузь психологічної науки

Семінарське заняття. Диференціальна психологія як галузь психологічної науки.

Навчальна мета заняття: закріпити й поглибити розуміння здобувачів вищої освіти про диференціальну психологію як галузь психологічної науки.

Кількість годин: 2.

Навчальні питання:

1. Закономірність диференціально-психологічного напрямку в сучасній науці.
2. Індивідуальні відмінності в ранніх психологічних теоріях.
3. Виникнення експериментальної психології.
4. Вплив біології та генетики на розвиток диференціальної психології.
5. Поява диференціальної психології як окремої галузі психологічної науки.
6. Розвиток статистичного методу.
7. Психогенетичний метод в диференціальній психології.
8. Історичний метод в диференціальній психології.

Методичні вказівки:

1. Закономірність диференціально-психологічного напрямку в сучасній науці.

Особливо важливими для виокремлення і розвитку диференціальної психології стали дослідження англійського вченого *Френсіса Ґальтона* (1822–1911). Ф. Ґальтон першим спробував застосувати еволюційні принципи мінливості, відбору та пристосованості для дослідження людських індивідів. Наукові інтереси Ґальтона були пов’язані з вивченням спадковості.

У диференціальній психології відбувається аналіз природи і властивостей більшості традиційних груп, психологічні особливості людей, які відрізняються за ознаками статі, раси, культури тощо. Порівняльне

дослідження різних груп допомагає прояснити фундаментальні проблеми індивідуальних відмінностей у цілому, можна побачити, як виявляються індивідуальні відмінності та прослідкувати, до чого вони призводять. Групові відмінності у поведінці, які розглядаються спільно з іншими супутніми відмінностями між групами, дозволяють ефективно аналізувати причини відмінностей між людьми. Порівняння того, як певний психологічний феномен виявляється в різних групах, може сприяти більш чіткому розумінню самого феномена. Висновки загальної психології, перевірені у рамках диференціальної психології на різних групах людей, нерідко виявляються не всеохопними, тобто на деяких групах не підтверджуються.

2. Індивідуальні відмінності в ранніх психологічних теоріях.

Одним з найбільш ранніх прикладів явного вивчення індивідуальних відмінностей, є «Держава» Платона. Основною метою його ідеальної держави було, насправді, розподіл людей відповідно до призначених для них задач.

У роботах Аристотеля значне місце відведене аналізу групових відмінностей, в тому числі, відмінностей видових, расових, соціальних і статевих, що виявляються в психіці і моралі.

У трудах і в практичній діяльності групи просвітників «натуралістів» в кінці вісімнадцятого і початку дев'ятнадцятого віку, включаючи Руссо, Песталоці, Гербарта і Фребеля, відбивається очевидне зростання інтересу до індивідуальності дитини.

3. Виникнення експериментальної психології.

Більшість представників ранньої експериментальної психології були фізіологами, чиї експерименти поступово починали придбавати психологічне забарвлення. Внаслідок ідеї і методи фізіології нерідко переносилися безпосередньо в психологію, яка як наука знаходилася ще на дитячій стадії розвитку. Як відомо, у 1879 році Вільгельм Вундт відкрив першу лабораторію експериментальної психології в Лейпциге. Експерименти психологічної

властивості вже проводилися до цього Вебером, Фехнером, Гельмгольцем і іншими, але лабораторія Вундту була першою, створеною виключно для психологічних досліджень і можливості, що надавала при цьому для навчання студентів методам нової науки. Природно, вона вплинула істотний чином на розвиток ранньої експериментальної психології. Лабораторія Вундту залучала студентів з різних країн, які, після повернення на батьківщину, засновували подібні лабораторії в своїх власних країнах.

4. Вплив біології та генетики на розвиток диференціальної психології.

У кінці дев'ятнадцятого століття біологія під впливом дарвіновської теорії еволюції розвивалася дуже швидко. Ця теорія, зокрема, сприяла зростанню інтересу до порівняльного аналізу, що передбачає спостереження за тим, як одні і ті ж якості виявляються у представників різних видів. У пошуках того, що могло б підтвердити істинність еволюційної теорії, Дарвін і його сучасники зібрали величезну первинну базу даних про поведінку тварин. Почавши з опису деяких нестандартних випадків і аналізу спостережень, ці дослідники, зрештою, сприяли тому, що в двадцятому віці стало можливим провести справжні, з високою мірою контролю, експерименти з тваринами. Такі дослідження поведінки тварин виявилися вельми корисними у всіх відносинах для розвитку диференціальної психології.

Особливо важливими для диференціальної психології є дослідження англійського біолога Френсіса Гальтона, одного з найбільш знаменитих послідовників Дарвіна.

5. Поява диференціальної психології як окремої галузі психологічної науки.

На початок XX віку диференціальна психологія почала знаходити конкретні форми. У 1895 році А. Біне і В. Генрі опублікували статтю під назвою «Психологія індивідуальності», яка являла собою перший систематичний аналіз цілей, предмета і методів диференціальної психології.

Це не виглядало претензійним, оскільки відображало реальний статус даної галузі психології в той час.

У 1900 році з'явилася перша редакція книги Штерна по диференціальній психології «Психологія індивідуальних відмінностей». У 1-ой частини книги розглядаються суть, проблеми і методи диференціальної психології. До предмета цього розділу психології Штерн відніс відмінності між індивідами, расові і культурні відмінності, професійних і суспільних груп, а також статеві. Основоположну проблему диференціальної психології він характеризував як триєдину. По-перше, яка природа психологічного життя індивідів і груп, яка міра їх відмінностей? По-друге, які чинники визначають ці відмінності або впливають на них? У зв'язку з цим він згадав спадковість, клімат, соціальний або культурний рівень, освіту, адаптацію тощо. По-третє, в чому виявляються відмінності?

6. Розвиток статистичного методу.

Статистичний аналіз є одним з основних методичних засобів, які використовує диференціальна психологія. З метою пристосування статистичних методів до процедур обробки зібраних даних індивідуальних відмінностей.

Статистичні методи – це прийоми прикладної математики, використовувані психологією для підвищення об’єктивності й вірогідності одержуваних даних, для обробки експериментальних результатів.

Зараз виділяють кілька напрямків використання статистичних методів у психології: а) описова статистика, що включає групування, класифікацію, графічне оформлення даних; б) теорія статистичного висновку, використовувана для прогнозування результату за даними обстеження вибірок; в) теорія планування експериментів, яка служить для виявлення й перевірки причинних зв’язків між змінними.

Кожна психічна якість, будь-яка особливість психіки може бути розглянута як точка на певному континуумі, який виражає зміну цієї риси від

мінімуму до максимуму. Майже щоразу, коли розглянута якість є результатом дії багатьох змінних, виходить крива нормального розподілу, тобто малих (субнормальних) і більших (супернормальних) значень звичайно менше, ніж значень середньої величини (нормальних).

Як і в статистиці, в психологічних тестах існують певні базові поняття. Однимз них є поняття *норми.* Ніякі результуючі значення психологічних тестів не мають значення доти, поки вони не порівнюються з тестовими нормами. Ці норми виникають в процесі стандартизації нового тесту, при проходженні через нього великої кількості випробуваних, що представляють ту популяцію, для якої даний тест був розроблений. Потім отримані дані використовуються як стандарт для оцінки показників індивідів. Норми можуть виражатися по-різному, наприклад: як інтелектуальний вік, як відсотки або як стандартні значення, але всі вони дозволяють досліднику, порівнюючи результати випробуваного з результатами стандартизированої вибірки, визначити його *«положення»*.

7. Психогенетичний метод в диференціальній психології.

Психогенетичні методи спрямовані на виділення факторів середовища і спадковості в індивідуальних варіаціях психологічних якостей.

Генеалогічний метод – метод дослідження родин, родоводів, що використовувався Ф. Ґальтоном під час написання книги «Спадковий геній». Передумовою для застосування цього методу виступає наступне положення: якщо певна ознака є спадковою і кодується в генах, то чим ближче споріднення, тим вища подібність між людьми за цією ознакою. Тому в генеалогічному методі обов’язково використовується інформація про родичів першого ступеня спорідненості, які утворюють нуклеарну родину (це пари батько – нащадок і сиблінг – сиблінг). Тільки такі родичі мають посередньо 50 % спільних генів. У міру зменшення ступеня споріднення у наслідуваних якостях повинно проявлятися менше подібності.

8. Історичний метод в диференціальній психології.

*Історичні методи (методи аналізу документів)*присвячені вивченню видатних особистостей, особливостям середовища і спадковості, які послужили імпульсами для їх духовного становлення. Як правило, дослідники обирають своїм об'єктом історичну постать – людину, діяльність якої становить культурну чи цивілізаційну цінність. Однак історичний метод може бути застосований і для докладного вивчення цілком ординарних людей. До цієї групи відносять біографічний, щоденниковий, автобіографічний методи; їх характерною рисою є використання першоджерел або біографій.

Біографічний метод – вивчення особистої біографії видатної людини протягом тривалого періоду часу її життя для складання психологічного портрета. У випадку використання даних біографа труднощі полягають в інтерпретації його суб'єктивної точки зору, адже найчастіше замість безсторонніх фактів він подає власні оцінювальні висновки.

Щоденниковий метод – варіант біографічного методу, зазвичай присвячений вивченню життя пересічної людини і передбачає опис її розвитку та поведінки, котрий базується на тривалих спостереженнях експертом (батьками, вихователями, колегами тощо).

Автобіографія – це життєпис, що ґрунтується на безпосередніх враженнях і ретроспективному досвіді самого досліджуваного. Результати застосування цього методу можуть бути істотно викривленими.

Література

1. Карапетрова О. В. Диференціальна психологія : навч.-метод. посібник. Міністерство освіти і науки України ; Бердянський державний педагогічний університет. Бердянськ : БДПУ, 2014.

2. Крюкова М. А. Диференціальна психологія : навчально-методичний посібник (для студентів факультету психології, політології та соціології НУ »ОЮА»). Одеса : Фенікс, 2019. 38 с.

3. Мазяр О. В. Диференціальна психологія : модульний курс :

навчальний посібник. Київ : Видавничий дім «Кондор», 2017. 284 с

4. Палій А.А. Диференціальна психологія: Курс лекцій Київ : Академвидав, 2010. URL : https://symboldrama.if.ua/wp-content/uploads/2020/03/a.a.-palij-dyfyrencziana-psyhologiya.pdf

5. Романовська Л.І. Диференційна психологія : навч. посіб. Львів : Навч. посіб., 2018.

6. Харченко С.В. Диференціальна психологія. Навчальний посібник Харків : ХНУВС, 2012.

Тема № 2: Індивідні характеристики особистості людини

Семінарське заняття. Темперамент, статура та функціональна асиметрія як джерела індивідуальних відмінностей людини

Навчальна мета заняття: закріпити й поглибити розуміння здобувачів вищої освіти про темперамент, статуру та функціональну асиметрію як джерела індивідуальних відмінностей людини

Кількість годин: 2.

Навчальні питання:

1. Темперамент джерело індивідуальних відмінностей
2. Функціональна асиметрія як джерело індивідуальних відмінностей людини.
3. Статура як джерело індивідуальних відмінностей.

Методичні вказівки:

1. Темперамент як джерело індивідуальних відмінностей.

І. П. Павлов обґрунтував свою думку наявністю у тварин і людини певної вираженості властивостей нервової системи. При цьому спочатку він робив наголос на співвідношенні збудження і гальмування, а пізніше – на силі нервової системи. Даючи фізіологічне обґрунтування різних типів поведінки (темпераментів), І. П. Павлов прийшов до ідеї різного сполучення типологічних особливостей проявів властивостей нервової системи і пов’язав

типи темпераменту з типами нервової системи.

Позитивним у цьому підході до типів можна визнати наступне:

1) під психологічні категорії поведінки (темперамент) було підведено більш сучасну фізіологічну базу (взявши старі назви типів темпераменту, І. П. Павлов базувався, пояснюючи причини їх появи, на закономірностях протікання нервової діяльності, у тому числі вищих мозкових відділів);

2) поведінка пов'язувалася із сукупністю типологічних особливостей прояву властивостей нервової системи.

Але попри зовнішню стрункість і простоту, створена І. П. Павловим класифікація типів темпераменту, на думку Б. Теплова, мала й такі недоліки:

- зазначені І. П. Павловим сполучення типологічних особливостей прояву властивостей нервової системи, як було пізніше виявлено, зустрічаються не так часто;

- відсутній єдиний підхід до виділення типів: в одному випадку тип пов'язується з трьома типологічними особливостями, в іншому – з двома, а в третьому – з однією типологічною особливістю (слабкістю нервової системи), при цьому слабкість нервової системи може давати найрізноманітніші сполучення з типологічними особливостями – рухливістю та інертністю збудження і гальмування, або врівноваженістю з перевагою одного з процесів;

- отримані пізніше дані свідчать, що холеричний тип поведінки пов'язаний не із силою нервової системи, а з її слабкістю;

- суттєві психологічні характеристики людини І. П. Павлов виводив безпосередньо з фізіологічних феноменів – особливостей протікання нервових процесів, без будь-яких проміжних психофізіологічних феноменів: мотивів, схильностей, здібностей тощо.

2. Статура як джерело індивідуальних відмінностей.

Протягом XX ст. чимало дослідників намагалися встановити зв'язок між статурою і властивостями особистості. Усі подібні теорії ґрунтуються на двох положеннях, які сукупно називають «конституціональною гіпотезою»: по-

перше, статура і поведінка значущо пов’язані одна з одною; по-друге, цей зв’язок швидше за все базується на спадковості.

Основним джерелом спостережень за зв’язком між статурою і темпераментом служила психіатрична практика. *Ернст Кречмер* (1888–1964) свого часу помітив, що залежно від типу тілесної конституції людина виявляється схильною до конкретного психіатричного захворювання. Оскільки багато душевних хвороб можуть бути витлумачені як прояв надмірного, патологічного посилення тієї чи іншої індивідуальної риси особистості, то на його думку можна вловити зв’язок між тілесними і психологічними особливостями і у здорових людей.

3. Функціональна асиметрія як джерело індивідуальних відмінностей людини

Сучасні уявлення про білатеральність півкуль складалися поступово на основі клінічних та експериментальних даних, починаючи з робіт П. Брока та С. Верніке про переважний зв’язок розладів мовленнєвих функцій з ушкодженнями лівої півкулі. Сьогодні відомо про провідну роль лівої півкулі у здійсненні не тільки мовленнєвих функцій, але й інших, пов’язаних із мовою – функцій читання, письма, рахунку, пам’яті, мислення. Встановлено і специфічний внесок правої півкулі в організацію вищих психічних функцій, насамперед тих, які протікають на чуттєвому рівні, наочно. Вивчаються процеси онтогенезу спеціалізації півкуль і встановлення поступового онтогенетичного наростання асиметрії півкуль, найбільша вираженість якої досягається у зрілому віці й потім, у міру старіння, зменшується. Отримано дані й про статеві відмінності у вираженості латералізації функцій.

Водночас жодна з півкуль не може розглядатися як цілком відповідальна за психічну діяльність у цілому, певну сферу психіки або окрему функцію. Кожна півкуля домінує згідно з властивим їй принципом роботи, відповідно до того внеску, який вона робить у загальну мозкову організацію будь-якої психічної функції. Іншими словами, під час здійснення певної психічної

функції «задіяні» обидві півкулі головного мозку, так що кожна відіграє свою роль.

Функціональна асиметрія великих півкуль головного мозку має не загальний, а парціальний характер. У різних психічних явищах характер функціональної асиметрії може бути неоднаковим.

Література

1. Карапетрова О. В. Диференціальна психологія : навч.-метод. посібник. Міністерство освіти і науки України ; Бердянський державний педагогічний університет. Бердянськ : БДПУ, 2014.

2. Крюкова М. А. Диференціальна психологія : навчально-методичний посібник (для студентів факультету психології, політології та соціології НУ »ОЮА»). Одеса : Фенікс, 2019. 38 с.

3. Мазяр О. В. Диференціальна психологія : модульний курс : навчальний посібник. Київ : Видавничий дім «Кондор», 2017. 284 с

4. Палій А.А. Диференціальна психологія: Курс лекцій Київ : Академвидав, 2010. URL : https://symboldrama.if.ua/wp-content/uploads/2020/03/a.a.-palij-dyfyrencziana-psyhologiya.pdf

5. Романовська Л.І. Диференційна психологія : навч. посіб. Львів : Навч. посіб., 2018.

6. Харченко С.В. Диференціальна психологія. Навчальний посібник Харків : ХНУВС, 2012.

Тема № 2: Індивідні характеристики особистості людини

Практичне заняття 1. Темперамент та функціональна асиметрія як джерела індивідуальних відмінностей людини

Навчальна мета заняття: сформувати у здобувачів вищої освіти навички вивчення індивідних характеристик особистості людини.

Час проведення: 2 години

Місце проведення: навчальна аудиторія.

Навчальні питання:

1. Діагностика психодинамічних властивостей особистості (Б.М. Смирнов).

2. Методика вивчення провідної півкулі.

Література, матеріально-технічне та методичне забезпечення

1. Мазяр О. В. Диференціальна психологія : модульний курс : навчальний посібник. Київ : Видавничий дім «Кондор», 2017.

2. Романовська Л.І. Диференційна психологія : навч. посіб. Львів : Навч. посіб., 2018.

3. Харченко С.В. Диференціальна психологія. Навчальний посібник Харків : ХНУВС, 2012.

План проведення заняття

І. Вступ.

1. Екстраверсія - інтроверсія - особливість людини, що виражається в переважному напрямку активності особистості чи зовні (на світ зовнішніх об'єктів: оточуючих людей, подій, предметів), чи усередину (на явища власного суб'єктивного світу, на свої переживання і думки).

2. Пластичність - ригідність - особливість людини пружно і легко пристосовуватися до нових умов чи інертно, незворушно поводитися в умовах, що змінилися.

3. Емоційна збудливість - особливість людини, яка пов'язана із силою емоційної реакції на зовнішні і внутрішні подразники.

4. Темп реакції - особливість людини, що виявляється у швидкості протікання психічних процесів, і у визначеній мері психічних станів.

5. Активність - здатність людини в подоланні зовнішніх і внутрішніх обмежень у виробництві, у соціально значимих перетвореннях, у присвоєнні багатства, засвоєнні духовної культури.

II. Основна частина заняття

Проводиться діагностика психодинамічних властивостей особистості за допомогою методики Б.М. Смирнова.

Перед обробкою необхідно переконатися, що відповіді дані на всі питання. Для підрахунку балів по тій або іншій шкалі використовуються ключі. Спочатку необхідно перекодувати деякі відповіді, зазначені в ключі для даної шкали. Кожний збіг відповіді досліджуваного з ключем оцінюється в один бал. Підрахунок балів проводиться шляхом підсумовування всіх балів по даній шкалі.

Середі оцінки та зони вираженності властивостей темпераменту

Екстраверсія	Ригідність	Емоційна збудливість	Темп реакції	Активність
22—26 (дуже висока)	16—20 (дуже висока)	18—20 (дуже висока)	20—22 (дуже швидкий)	24—26 (дуже висока)
17—21 (висока)	12—15 (висока)	14—17 (висока)	14—19 (швидкий)	17—23 (висока)
21—16 (середня)	7—11 (середня)	8—13 (середня)	9—13 (середній)	14—20 (середня)
7 - 11 (висока інтроверсія)	3--6 (висока пластичність)	4 –7 (висока емоційна врівноваженість)	5 — 8 (повільний)	9—13 (низька)
0—6 (дуже висока інтроверсія)	0—2 (дуже висока пластичність)	0—3 (дуже висока емоційна врівноваженість)	0—4 (дуже повільний)	0—8 (дуже низька)

Проводиться методика вивчення провідної півкулі та визначається відповідний тип.

ІІІ. Заключна частина заняття

Кожен зі здобувачів вищої освіти формулює висновок за отриманими результатами. Викладач перевіряє якість висновків та надає, в разі необхідності, допомогу. В групі необхідно наприкінці заняття обговорити достоїнства й недоліки методик.

Тема № 2: Індивідні характеристики особистості людини

Практичне заняття 2. Темперамент та стать як джерела індивідуальних відмінностей людини

Навчальна мета заняття: сформувати у здобувачів вищої освіти навички вивчення індивідних характеристик особистості людини.

Час проведення: 2 години

Місце проведення: навчальна аудиторія.

Навчальні питання:

1. Тест Г. Хейманса на визначення темпераменту та соціотипи.
2. Методика на визначення фімінності – маскулінності С. Бем.

Література, матеріально-технічне та методичне забезпечення

1. Мазяр О. В. Диференціальна психологія : модульний курс : навчальний посібник. Київ : Видавничий дім «Кондор», 2017. 284 с

2. Романовська Л.І. Диференційна психологія : навч. посіб. Львів : Навч. посіб., 2018.

3. Харченко С.В. Диференціальна психологія. Навчальний посібник Харків : ХНУВС, 2012.

План проведення заняття

І. Вступ.

Пристрасна людина дуже емоційна (Е+) і активна (А+), але вторинність (В+) не дає їй можливості вийти за рамки або розкидатися по дрібницях, спрямовуючи її діяльність тільки в один бік.

Холерик не особливо переймається наслідками своїх дій (В–), тому йому

більшою мірою властива рішучість та оптимістичність (А+). Більш ніж часто холериків можна назвати серцевими людьми (Е+), при цьому вони не завжди розуміють, що таке почуття міри і коли варто зупинитися.

Сентиментальні меланхоліки – це дуже чутливі та мрійливі за вдачею люди (Е+). Вторинність (В+) змушує їх до обережності та побоювання, до прагнення вдивитися далеко і зуміти передбачити можливі наслідки тих чи інших вчинків. При цьому низька активність (А–) позбавляє їх здатності у важкій ситуації зібрати сили та мобілізуватися, що в свою чергу може показати їхню боязкість і полохливість.

Флегматик – це абсолютно стійка психічна особистість. Вона активна (А+), заздалегідь добре розраховує свої сили і наперед планує свої дії (В+), досить ініціативна, при цьому не схильна витрачати час на порожні чи непотрібні, на її думку, переживання (Е–). Домовитися з флегматиком або переконати його прийняти інше рішення, використовуючи виключно істотні аргументи.

Нервовий - це тип особистості, якому властиво переживати і засмучуватися з найменшого приводу і кожному дрібниці (Е +), при цьому він нічого не робитиме, щоб подолати або виправити важку ситуацію, що склалася (А-), яку на додачу йому далеко не завжди вдається спрогнозувати та запобігти (В–).

Сангвінік – це добре адаптована особистість, вона спокійна (Е–), навіть у прагненні подолати конфлікти, що склалися, швидше сприйматиме їх як гру, (А+). Первинність (В–) дає можливість бути відкритою вирішення будь-яких проблем.

Апатик – це тип особистості, якому властиво виконувати повсякденну рутинну роботу, що вимагає певного шаблону, стандарту та порядку.

Аморфік - це тип особистості, якому властиво будь-яку роботу відкласти на завтра. У його вчинках та діях немає елементарної чіткості та пунктуальності. При цьому якщо вийшло Е+, то це етик, а якщо вийшло Е-, то це логік.

Стереотипи маскулінності - фемінінності виражають нормативні уявлення про соматичні, психічні, поведінчі властивості, характерні для чоловіків і жінок. Чоловіки - маскулінні, тобто компетентні, домінантні, незалежні, агресивні, самовпевнені, схильні до логічних роздумів, керування своїми почуттями. Жінки – фемінінні, тобто більш пасивні, залежні, емоційні, турботливі, ніжні.

Психологічна стать - як характеристика особистості і поведінки індивіда з точки зору маскулінності і фемінінності (мужності-жіночності).

Концепція андрогінії С. Бем, що засвідчила неспроможність протиставлення традиційної психології маскулінності і фемінінності і підкреслила важливість психологічної характеристики людини, суть якої полягає в здатності змінювати свою поведінку залежно від ситуації, в умінні протистояти стресовим ситуаціям і досягати значних успіхів у різних сферах життєдіяльності.

Андрогінія - одночасне поєднання і чоловічих, і жіночих рис.

II. Основна частина заняття

В групі проводиться тест Хейманса на визначення темпераменту та соціотипи. Здобувачі вищої освіти визначають власний тип темпераменті та складають висновок.

В групі проводиться методика на визначення фімінності – маскулідності С. Бем. Здобувачі вищої освіти визначають власний гендер та складають висновок.

III. Заключна частина заняття

Кожен зі здобувачів вищої освіти формулює висновок за отриманими результатами. Викладач перевіряє якість висновків та надає, в разі необхідності, допомогу. В групі необхідно наприкінці заняття обговорити достоїнства й недоліки методик.

Тема № 3: Здібності

Семінарське заняття Здібності

Навчальна мета заняття: закріпити й поглибити розуміння здобувачів вищої

освіти про здібності як характеристику індивідуальних відмінностей людини Кількість годин 2.

Навчальні питання:

1. Математичні здібності.
2. Педагогічні здібності.
3. Здібності до образотворчої діяльності.
4. Креативність.

Методичні вказівки:

1. Математичні здібності.

У структурі математичних здібностей ним виділено наступні основні компоненти:

1) здатність до формалізованого сприйняття математичного матеріалу, схоплювання формальної структури завдання;

2) здатність до швидкого і широкого узагальнення математичних об'єктів, відносин і дій;

3) здатність до згортання (скорочення) процесу математичного мислення і системи відповідних дій. Здатність мислити згорнутими структурами;

4) гнучкість розумових процесів у математичній діяльності;

5) здатність до швидкої та вільної перебудови спрямованості розумового процесу, перемикання із прямого на зворотний хід думки;

6) прагнення ясності, простоти, ощадливості й раціональності рішень;

7) математична пам'ять (узагальнена пам'ять на математичні відносини, схеми міркувань і доказів, методи вирішення завдань і принципи підходу до них).

2. Педагогічні здібності.

В. А. Крутецький, синтезуючи різні точки зору на зміст ***педагогічних здібностей***, виділяє наступні:

- дидактичні (здатність передавати учнем навчальний матеріал);

- академічні (здібності до відповідної галузі науки – до математики, юриспруденції тощо);

- перцептивні (здатність проникати у внутрішній світ учня);

- мовні (здатність яскраво й чітко висловлювати свої думки і почуття);

- авторитарні (здатність безпосереднього емоційно-вольового впливу на учня);

- педагогічна уява (передбачення наслідків своїх дій);

- здатність до розподілу уваги.

Інші автори доповнюють цей перелік, виділяючи:

- професійну пильність,

- оптимістичне прогнозування,

- мобільність (адекватність реакцій),

- педагогічну інтуїцію та техніку.

4. Здібності до образотворчої діяльності

У структурі *здібностей до образотворчої діяльності* опорну функцію виконує гостра зорова чутливість, яка забезпечує легкість і повноту сприйняття простору й колористичних відносин. Для вправного малюнка необхідні:

1) почуття лінії;

2) почуття пропорції;

3) почуття симетрії;

4) почуття світлотіні.

Другим, не менш важливим опорним компонентом образотворчих здібностей виступає спеціальна вмілість руки. У руці живописця синтезовано високорозвинені моторні функції з узагальненими вміннями, що закріпилися у системах рухів.

Провідною властивістю особистості художника виступає також здібність до художньої уяви, без якої неможливі розробка і втілення в картині задуму художника (композиція, колористичне виконання тощо).

4. Креативність.

В англо-американській психології у середині 1950-х рр. виділилося в окремий напрямок досліджень і набуло великої популярності вивчення особливої групи здібностей, сукупно названих креативністю (від лат. creatio – створення).

Ґілфорд виділив чотири основних параметри креативності:

1) оригінальність – здатність продукувати віддалені асоціації, незвичні відповіді;

2) семантична гнучкість – здатність виявити основну властивість об'єкта і запропонувати новий спосіб його використання;

3) образна адаптивна гнучкість – здатність змінити форму стимулу таким чином, щоб побачити у ньому нові ознаки й можливості для використання;

4) семантична спонтанна гнучкість – здатність продукувати різноманітні ідеї в нерегламентованій ситуації. Загальний інтелект не включається у структуру креативності.

Творчим людям властиві наступні особистісні риси:

1) незалежність – особистісні стандарти важливіші від стандартів групи, неконформність оцінок та суджень;

2) відкритість розуму – готовність повірити своїм і чужим фантазіям, сприйнятливість до нового і незвичного;

3) висока толерантність до невизначених і нерозв'язних ситуацій, конструктивна активність у цих ситуаціях;

4) розвинене естетичне почуття, прагнення до краси.

Більшість дослідників виявляють під час аналізу сімейних відносин наступні параметри:

1) гармонійність – негармонійність відносин між батьками, а також між батьками і дітьми;

2) творча – нетворча особистість батька як взірець для наслідування і суб'єкт ідентифікації;

3) спільність інтелектуальних інтересів членів родини або її відсутність;

4) очікування батьків щодо дитини: очікування досягнень або незалежності.

Література

1. Карапетрова О. В. Диференціальна психологія : навч.-метод. посібник. Міністерство освіти і науки України ; Бердянський державний педагогічний університет. Бердянськ : БДПУ, 2014.

2. Крюкова М. А. Диференціальна психологія : навчально-методичний посібник (для студентів факультету психології, політології та соціології НУ »ОЮА»). Одеса : Фенікс, 2019. 38 с.

3. Мазяр О. В. Диференціальна психологія : модульний курс : навчальний посібник. Київ : Видавничий дім «Кондор», 2017. 284 с

4. Палій А.А. Диференціальна психологія: Курс лекцій Київ : Академвидав, 2010. URL : https://symboldrama.if.ua/wp-content/uploads/2020/03/a.a.-palij-dyfyrencziana-psyhologiya.pdf

5. Туриніна О.Л. Психологія творчості : навч. посіб. Київ : МАУП, 2007.

6. Харченко С.В. Диференціальна психологія. Навчальний посібник Харків : ХНУВС, 2012.

Тема № 3: Здібності

Практичне заняття 1. Тест Е. Торренса (адаптований варіант).

Навчальна мета заняття: сформувати у здобувачів вищої освіти навички вивчення здібностей людини.

Час проведення: 4 години

Місце проведення: навчальна аудиторія.

Навчальні питання:

1. Тест Торренса (адаптований варіант).

Література, матеріально-технічне та методичне забезпечення

1. Мазяр О. В. Диференціальна психологія : модульний курс : навчальний посібник. Київ : Видавничий дім «Кондор», 2017.

2. Романовська Л.І. Диференційна психологія : навч. посіб. Львів : Навч. посіб., 2018.

3. Харченко С.В. Диференціальна психологія. Навчальний посібник Харків : ХНУВС, 2012.

4. Тестовий матеріал методики Тест Е. Торренса (адаптований варіант).

План проведення заняття

І. Вступ.

Тест вперше запропонований американським психологом Е. Торренсом в 1962 р. Тест призначений для діагностики креативності починаючи з дошкільного віку (5-6 років). Головне завдання, яке ставив перед собою Е. Торренс, – отримати модель творчих процесів, що відображає їх природну складність.

В основі цього методу лежить здатність до дивергентного мислення (Дж. Гілфорд), до перетворень і створення асоціацій, здатність породжувати нові ідеї та розробляти їх.

Оптимальний розмір групи – 15-35 досліджуваних. Для молодших дітей розмір груп слід зменшити до 10-15 осіб, а для дошкільнят переважно індивідуальне тестування.

Якщо інструкція викликає запитання, треба відповісти на них повторенням інструкції, але більш зрозумілими для них словами.

Характеристика основних показників:

1. Легкість (швидкість) – кількісний показник, що відображає здатність до породження великої кількості ідей (асоціацій, образів). Вимірюється числом результатів.

2. Гнучкість – відображає здатність висувати різноманітні ідеї, переходити від одного аспекту проблеми до інших, використовувати різні стратегії вирішення. Вимірюється числом категорій.

Категорії: • світ природи;

• тваринний світ;

• людина;

• механічне;

• символічне;

• декоративні елементи;

• видове (місто, будинок, шосе, двір);

• мистецтво;

• динамічні явища.

3. Оригінальність – характеризує здатність до висування ідей, відмінних від очевидних, нормативних. Вимірюється кількістю неординарних відповідей, образів, ідей.

4. Розробленість (ретельність, деталізація образів) – фіксує здатність до винахідництва, конструктивної діяльності. Вимірюється кількістю істотних і несуттєвих деталей при розробці основної ідеї.

При обробці даних необхідно мати на увазі, що причини низьких і високих показників по всіх когнітивних параметрах креативності можуть бути різними. Так, низькі показники за фактором «швидкість» можуть бути пов'язані з високою деталізацією, розробленістю ідей. Високі показники по даному фактору можуть свідчити про імпульсивність або поверховість мислення. Низькі показники за фактором «гнучкість» свідчать про ригідність мислення або низьку інформованість, слабку мотивацію. Надзвичайно високі показники мають «негативний відтінок» і можуть свідчити про нездатність до єдиної лінії в мисленні. Високий коефіцієнт оригінальності іноді спостерігається при психічних і невротичних розладах. Тому при обробці емпіричних даних істотним є не тільки кількісний результат (бали), а й причини цього результату.

II. Основна частина заняття

В групі проводиться Тест Е. Торренса (адаптований варіант). Кожен проводить обробку результатів та обраховує основні показники.

ІІІ. Заключна частина заняття

Кожен зі здобувачів вищої освіти формулює висновок за отриманими результатами. Викладач перевіряє якість висновків та надає, в разі необхідності, допомогу. В групі необхідно наприкінці заняття обговорити достоїнства й недоліки методики.

Тема № 4: Стилі прийому та переробки інформації

Семінарське заняття 1**.** Стилі прийому та переробки інформації

Навчальна мета заняття: закріпити й поглибити розуміння здобувачів вищої освіти про стилі прийому та переробки інформації

Кількість годин: 2.

Навчальні питання:

1. Першосигнальний та другосигнальний типи переробки інформації.
2. Перцептивні когнітивні стилі.
3. Когнітивний стиль рефлексивність – імпульсивність.
4. Когнітивний стильригідність – гнучкість.

Методичні вказівки:

1. Першосигнальний та другосигнальний типи переробки інформації.

Вперше питання про існування індивідуальних відмінностей у способах кодування інформації поставив російський фізіолог І. П. Павлову рамках вчення про дві сигнальні системи кори головного мозку. Перша сигнальна система (1-а СС) здійснює аналіз і синтез безпосередніх впливів зовнішньої дійсності та внутрішнього середовища організму з опорою на почуттєві враження (сенсорні й перцептивні сигнали). Друга сигнальна система (2-а СС) забезпечує орієнтування в середовищі за допомогою слова з опорою на різні форми мовленнєвої діяльності (словесні сигнали).

2. Перцептивні когнітивні стилі.

У руслі доктрини нейролінгвістичного програмування (НЛП) було

виділено три основні сфери «сенсорного досвіду» людини: *візуальна*, *аудіальна*, *кінестетична*. Відповідно, різні люди переважно сприймають і обробляють інформацію про своє оточення візуально (за допомогою перцептивних або уявних зорових образів), аудіально (за допомогою слуху) та кінестетично (через дотик, нюх, смак). Поряд з візуалами, аудіалами, кінестетикамиокремо виділяють також *дігіталів* – людей, які більшою мірою покладаються не на чуттєву, а більш складну духовно-відчуттєву сферу.

3. Когнітивний стиль рефлексивність – імпульсивність.

Когнітивний стиль за критерієм ***рефлексивність – імпульсивність*** було виділено *Д. Каганом* під час вивчення інтелектуальної діяльності, коли в умовах невизначеності треба було прийняти рішення і зробити правильний вибір з певної множини альтернатив. Розглянутий параметр описує тенденцію обдумувати та ставити під сумнів критерії, взяті за основу ухвалення рішення в умовах вибору з кількох імовірних альтернатив, а також ступінь непевності з приводу того, яка з них виявиться більш вірною.

4. Когнітивний стиль ригідність – гнучкість.

Когнітивний стиль за критерієм ***ригідність – гнучкість (флексибільність) пізнавального контролю*** пов’язаний із легкістю або труднощами зміни способу діяльності або перемикання свідомості з одного інформаційного алфавіту на інший.

Література

1. Карапетрова О. В. Диференціальна психологія : навч.-метод. посібник. Міністерство освіти і науки України ; Бердянський державний педагогічний університет. Бердянськ : БДПУ, 2014.

2. Крюкова М. А. Диференціальна психологія : навчально-методичний посібник (для студентів факультету психології, політології та соціології НУ »ОЮА»). Одеса : Фенікс, 2019. 38 с.

3. Мазяр О. В. Диференціальна психологія : модульний курс : навчальний посібник. Київ : Видавничий дім «Кондор», 2017. 284 с

4. Палій А.А. Диференціальна психологія: Курс лекцій Київ : Академвидав, 2010. URL : https://symboldrama.if.ua/wp-content/uploads/2020/03/a.a.-palij-dyfyrencziana-psyhologiya.pdf

5. Романовська Л.І. Диференційна психологія : навч. посіб. Львів : Навч. посіб., 2018.

6. Харченко С.В. Диференціальна психологія. Навчальний посібник Харків : ХНУВС, 2012.

Тема № 4: Стилі прийому та переробки інформації

Семінарське заняття 2**.** Когнітивні стилі.

Навчальна мета заняття:закріпити й поглибити розуміння здобувачів вищої освіти прополезалежність - поленезалежність

Кількість годин: 2.

Навчальні питання:

1. Когнітивний стиль «толерантність – інтолерантність до нереалістичного досвіду».

2. Когнітивний стиль «когнітивна простота – складність».

3. Новітні тенденції в дослідженні когнітивних стилів.

Методичні вказівки:

1. Когнітивний стиль «толерантність – інтолерантність до нереалістичного досвіду».

Толерантність до нереалістичного досвіду припускає можливість прийняття вражень, невідповідних, навіть протилежних наявним у людини (наприклад, при швидкій зміні картинок з конем виникає відчуття її руху). Нетолерантні люди пручаються видимому, тому що воно суперечить їх знанню. Фактично мова йде про уміння приймати невідповідну наявним установкам інформацію та сприймати зовнішній вплив таким, яке воно є

насправді.

Даний когнітивний стиль виявляє себе в ситуаціях, для яких характерна невизначеність, двозначність. Толерантність до нереалістичного досвіду припускає можливість прийняття вражень, що не відповідають або навіть суперечних наявним у людини поданням, які він оцінює як правильні й очевидні.

Толерантні особи оцінюють досвід по фактичних характеристиках і мало схильні формулювати його в термінах «звичайного», «очікуваного», «відомого». Нетолерантні особи пручаються пізнавальному досвіду, у якому вихідні дані суперечать їх наявному знанню. Нетолерантні до нереалістичного досвіду випробувані в завданнях на сортування відрізняються тенденцією формувати групи об'єктів по стандартним, підставам, що передбачаються легко. Крім того, нетолерантні випробувані схильні задавати багато уточнюючих питань в умовах аналізу невизначених інтерперсональних ситуацій.

Нетолерантні до нереалістичного досвіду особи, очевидно, у силу своєї неготовності приймати інформацію, що суперечить їхнім вихідним очікуванням, знанням і установкам, відрізняється більше високим рівнем тривоги.

2. Когнітивний стиль «когнітивна простота – складність».

Своїм теоретичним джерелом стильовий параметр когнітивна простота – складність має теорію персональних конструктів Дж. Келлі. Людина розуміє, інтерпретує, оцінює й прогнозує дійсність на основі певним чином організованої системи особистісних конструктів. Конструкти, будучи способом диференціації об'єктів, можуть бути застосовані до оцінки іншої людини, що перебуває в тої або іншій рольовій позиції, самого себе, конкретних ситуацій, реальних предметів. Когнітивна складність індивідуальної конструктивної системи означає, що суб'єкт створює багатомірну модель реальності, виділяючи в ній безліч взаємозалежних сторін.

Когнітивна простота, навпроти, свідчить про те, що розуміння й інтерпретація суб'єкта, що відбувається у свідомості, здійснюються в спрощеній формі на основі обмеженого набору відомостей.

Високий ступінь складності конструктивної системи означає, що дана людина будує своє сприйняття ситуації, виділяючи в ній безліч взаємозалежних сторін. Низький ступінь складності конструктивної системи, навпроти, свідчить про те, що інтерпретація й розуміння даної людини, що відбувається у свідомості, здійснюються в спрощеній формі на основі оперирования обмеженим набором відомостей.

Когнітивно прості й складні особи по-різному сприймають інших людей, у різній мері змінюють свою думку про людину під впливом додаткової інформації, у різному ступені інтегрують суперечливу інформації про інших людей, розрізняються з погляду позитивності їх оцінки.

Когнітивно складні випробувані студенти є в основному екстравертами, тривожними та емоційними. Кочарян О. С. виявив схильність когниітивно складних студентів до маніпулятивних форм спілкування, комунікативній і особистісній тривозі.

Відомо, що когнітивно складні працівники розглядаються колегами як більше здатні до розуміння партнерів по спілкуванню. Особи з високою когнітивною складністю сприймаються як більше привабливі в соціальному й фізичному відношенні, тоді як когнітивно простим віддається перевага при ділових контактах. Особи когнітивно прості більш позитивно оцінюють себе й своїх знайомих, більше підкреслюють своя подібність із ними. Навпроти, особи когнітивно складні більш критично сприймають себе й інших людей, відзначаючи більше відмінностей між собою й своїми знайомими. Існує негативний кореляційний зв'язок між ступенем когнітивної складності й рівнем соціального інтелекту.

Нетолерантні до нереалістичного досвіду особи, очевидно, у силу своєї неготовності приймати інформацію, що суперечить їхнім вихідним очікуванням, знанням і установкам, відрізняється більше високим рівнем

тривоги.

3. Новітні тенденції в дослідженні когнітивних стилів.

В останні роки в дослідженнях когнітивних стилів з'явилася низка нових тенденцій. Насамперед, розширився перелік тих індивідуальних розходжень, які розглядаються як когнітивні стилі. Так, до когнітивних стилів стали відносити: конвергентність — дівергентність (вузький, фокусований, логічний або широкий, відкритий, асоціативний спосіб рішення проблем); внутрішній — зовнішній локус контролю (розходження в орієнтаціях на себе або на фактори оточення); адаптивний — іноватівний стилі (перевага конвенціональних, відомих процедур або схильність переформулювати, виділяти нові перспективи при рішенні проблем), вербалізацію— візуалізацію (переваги у використанні вербальної або візуальної стратегій у процесі переробки інформації).

Д. Уорделл і Дж. Ройс вся безліч описаних когнітивних стилів розділили на три групи за критерієм «співвідношення в структурі кожного стилю когнітивних і афективних компонентів». Відповідно були виділені когнітивні стилі (когнітивна простота-складність, вузький-широкий діапазон еквівалентності, широта категорії, аналітична-тематична категоризація, конкрентність-абстрактність, загострение—сглаживание), афективні стилі (ригідний-гнучкий пізнавальний контроль, імпульсивність-рефлективність, толерантність до нереалістичного досвіду, фізіогномічність-буквальність сприйняття) і когнитивно-афективні стилі (полезалежність-поленезалежність, вузькість-широта сканування, швидкість ідей).

Ч. Носал побудував типологію когнітивних стилів на основі врахування особливостей процесів переробки інформації, виділивши два їхні аспекти - рівні переробки інформації й способи її організації. Рівні переробки інформації включають: перцепцію (рівень створення репрезентацій навколишнього у формі короткочасних перцептивных образів); концепцію (рівень створення понятійних репрезентацій); моделі (рівень специфіки

структур індивідуального досвіду); програми (рівень регуляції цілеспрямованого поводження). Способи організації інформації («метаизмерения») включають: структуру поля, сканування, шкали еквівалентності й характер контролю.

Крім того, спостерігається тенденція розширення значення терміна «стиль». У стильових дослідженнях, поряд з когнітивними стилями, сталі виділяти стилі інтелектуальної діяльності, що характеризують індивідуальні розходження між людьми в характері постановки й рішення проблем, а також «стилі навчання», що проявляються у воліються способах, що, навчальної діяльності.

Література

1. Карапетрова О. В. Диференціальна психологія : навч.-метод. посібник. Міністерство освіти і науки України ; Бердянський державний педагогічний університет. Бердянськ : БДПУ, 2014.

2. Крюкова М. А. Диференціальна психологія : навчально-методичний посібник (для студентів факультету психології, політології та соціології НУ »ОЮА»). Одеса : Фенікс, 2019. 38 с.

3. Мазяр О. В. Диференціальна психологія : модульний курс : навчальний посібник. Київ : Видавничий дім «Кондор», 2017. 284 с

4. Палій А.А. Диференціальна психологія: Курс лекцій Київ : Академвидав, 2010. URL : https://symboldrama.if.ua/wp-content/uploads/2020/03/a.a.-palij-dyfyrencziana-psyhologiya.pdf

5. Романовська Л.І. Диференційна психологія : навч. посіб. Львів : Навч. посіб., 2018.

6. Харченко С.В. Диференціальна психологія. Навчальний посібник Харків : ХНУВС, 2012.

Тема № 4: Стилі прийому та переробки інформації

Практичне заняття 1. Полезалежність – поленезалежність та аналітичність – синтетичність як стилі прийому та переробки інформації.

Навчальна мета заняття: сформувати у здобувачів вищої освіти навички вивчення полезалежності – поленезалежності та аналітичності – синтетичності як стилів прийому та переробки інформації людини.

Час проведення: 2 години

Місце проведення: навчальна аудиторія.

Навчальні питання:

1. Визначення полезалежності – поленезалежності (методика «Приховані фігури» (модифікована методика Л. Терстоуна)).
2. Визначення аналітичності - синтетичності (тест Гарднера).

Література, матеріально-технічне та методичне забезпечення

1. Мазяр О. В. Диференціальна психологія : модульний курс : навчальний посібник. Київ : Видавничий дім «Кондор», 2017. 284 с
2. Романовська Л.І. Диференційна психологія : навч. посіб. Львів : Навч. посіб., 2018.
3. Харченко С.В. Диференціальна психологія. Навчальний посібник Харків : ХНУВС, 2012.

План проведення заняття

І. Вступ.

У полезалежних сприйняття фігур, що пред'являлися, на визначеному тлі спотворювалося через недостатнє відокремлення і диференціювання частин в образі сприйняття, у поленезалежних було адекватним у зв'язку зі здатністю виділяти стимули з контексту.

Спосіб просторової орієнтації пов'язаний зі здатністю виділяти окрему деталь чи фігуру з цілісного просторового контексту (складної фігури). Поленезалежність - уміння переборювати видиме поле і структурувати його, виділяти в ньому окремі елементи. Полезалежність - всі елементи видимого полючи виявляються жорстко зв'язаними, а деталі важковідокремлювальні від просторового тла.

Когнітивний стиль аналітичність - синтетичність показує індивідуальні особливості людини в оцінці подібності та відмінності об'єктів. Одні люди при вільній класифікації об'єктів розділяють їх на безліч груп з малим обсягом (аналітичність), інші ж - на мале число груп, але з великим числом об'єктів (сінтетичність).

II. Основна частина заняття

В групі проводиться проводяться методика «Приховані фігури» (модифікована методика Л. Терстоуна) та тест Гарднера.

Методика «Приховані фігури» (модифікована методика Л. Терстоуна) - це 8 тестових сторінок по 7 завдань на кожній. Випробуваному необхідно визначити чи міститься задана фігура в 4 запропонованих. Час роботи 10 хвилин.

Чим більш швидко і правильно випробуваний справляється з завданнями, тим більше виражена поленезалежність і навпаки, чим більш повільно працює випробуваний і більше помилок робить, тим більше виражена полезалежність.

Кожний здобувач індивідуально порівнює свої відповіді з правильними та підраховує кількість правильних відповідей.

У тесті Гарднера необхідно класифікувати фігури, представлені в матриці бланка. У залежності від кількості виділених випробуваним груп визначається характер такого когнітивного стилю як аналітичність - синтетичність. Відповідно, чим менше груп виділяє випробуваний, тим більше виражена орієнтація на пошук загального, синтетична спрямованість мислення. При цьому, чим більше груп виділяє випробуваний, тим більше виражена орієнтація на пошук відмінного, аналітична спрямованість мислення.

Кожен здобувач визначає кількість виділених груп фігур та формулює висновок за отриманими результатами. Викладач перевіряє якість висновків та надає, в разі необхідності, допомогу.

III. Заключна частина заняття

Кожен зі здобувачів вищої освіти формулює висновок за отриманими результатами. Викладач перевіряє якість висновків та надає, в разі необхідності, допомогу. В групі необхідно наприкінці заняття обговорити достоїнства й недоліки методик.

Тема № 4: Стилі прийому та переробки інформації

Практичне заняття 2. Стилі прийому та переробки інформації.

Навчальна мета заняття: сформувати у здобувачів вищої освіти навички вивчення стилів прийому та переробки інформації людини.

Час проведення: 2 години

Місце проведення: навчальна аудиторія.

Навчальні питання:

1. Тест Бремсона і Харрісона.
2. Методика діагностики індивідуальної міри розвитку властивості рефлексивності А. В. Карпова.
3. БІАС-тест для з визначення репрезентативних систем.

Література, матеріально-технічне та методичне забезпечення

1. Мазяр О. В. Диференціальна психологія : модульний курс : навчальний посібник. Київ : Видавничий дім «Кондор», 2017. 284 с
2. Романовська Л.І. Диференційна психологія : навч. посіб. Львів : Навч. посіб., 2018.
3. Харченко С.В. Диференціальна психологія. Навчальний посібник Харків : ХНУВС, 2012.

План проведення заняття

I. Вступ.

Бремсон і Харрісон описали - на основі якісного аналізу специфіки добутків провідних філософів - п'ять «інтелектуальних стилів».

1. Синтетичний стиль (типовим представником даного стилю є Георг Вільгельм Гегель). Своєрідність розуму таких людей проявляється в схильності будувати з безлічі окремих елементів (явищ, фактів) цілісний погляд на проблему, у рамках якого сполучаються ідеї, здавалося б, у принципі несумісні. Характерні комбінування ідей при явній перевазі протиріч, парадоксів, софизмов, орієнтація на пошук максимально широких узагальнень. На тлі жагучої любові до теорій (головним чином, своїм власним) відзначається активна ворожість до фактів («якщо факти не відповідають моїй теорії, тим гірше для фактів»). Агресивні в інтелектуальному спілкуванні, люблять провокувати інтелектуальні конфлікти аж до відкритої конфронтації, обожнюють приголомшуючі питання й відповіді, схильні схоплювати негативні аспекти проблеми (тому в них, як правило, репутація баламутів), добре почувають інновації.

2. Ідеалістичний стиль (представником є Іммануїл Кант). Для людей цього типу характерний - аналогічно представникам синтетичного стилю - широкий погляд на речі, однак останній ґрунтується на інтуїтивних оцінках. Конкретні факти, цифри, вимоги формальної логіки ними, як правило, ігноруються. Відрізняються підвищеним інтересом до цілям і цінностям, категоріям добра й зла (їх цікавлять питання типу «Хто винуватий та що робити?»). В інтелектуальному спілкуванні неконфліктні, неагресивні, толерантні до думок інших людей, орієнтовані на пошук засобів для досягнення згоди, оскільки домінує установка на об'єднання різних позицій в інтересах досягнення загальної перспективної мети. Зазнають труднощів при необхідності вирішувати чітко структуровані (математичні, логічні) завдання.

3. Прагматичний стиль (представником є Джон Дьюї). В основі інтелектуальної активності людей з таким складом розуму лежить безпосередній особистий досвід, через призму якого оцінюються знання й відшукуються підходи до рішення проблем. Проблеми виявляються й формулюються на основі практичного експериментування. Характерний послідовний (крок за кроком) тип мислення, схильність до попереднього

плануванню всіх аспектів своєї діяльності. Інтелектуальні переконання як такі відсутні («у них нема рації, тому що мир непередбачений та непізнаваний»). Їх відрізняє готовність до співробітництва, відсутність песимізму й нігілізму, життєвий запал і високий рівень ентузіазму при рішенні прикладних проблем.

4. Аналітичний стиль (представником є Готфрід Вільгельм Лейбниц). Для людей подібного типу характерна ретельна, систематична, обережна манера аналізу проблеми з установкою на вивчення всіх можливих варіантів її рішення. Погано переносять невизначеність і невідомість, оскільки схильні бачити мир закономірним і передбачуваним, орієнтовані на побудову ясної, упорядкованої картини що відбуває. Домінує інтерес до технологій, методам, інструментам, а також до пошуку й нагромадження нової або додаткової інформації. Цінують і поважають авторитети.

5. Реалістичний стиль (представником є Джон Локк). Люди з таким складом розуму вірять у реальність тільки того, що можна безпосередньо побачити й «спробувати», при цьому факти сприймаються як вихідна й кінцева цінність. Воліють чіткі питання й відповіді з орієнтацією на одержання практично значимого результату. Болісно реагують на випадки «неправильного пристрою» тих або інших фрагментів світу й прагнуть їх виправити. Характерна антипатія до всього ірраціонального та суб'єктивному. Яскраво виражена потреба контролювати ситуацію й дії інших людей.

Для рефлексивних людей характерно уповільнене реагування в такій ситуації, рішення приймається на основі ретельного зважування всіх «за» і «проти». Вони намагаються не допускати помилок, для чого збирають більше інформації про стимул перед відповіддю, використовують більш продуктивні способи рішення задач, успішніше застосовують придбані в процесі навчання стратегії діяльності в нових умовах.

В руслі нейрон - лінгвістичного програмування були виділені три основні сфери «сенсорного досвіду» людини: візуальна, аудіальна, кінестетична. Відповідно, різні люди переважно приймають та переробляють інформацію про своє оточення візуально (за допомогою перцептивних або

уявних зорових образів), аудіально (за допомогою слуху) та кінестетично (через дотик, понюх та інші почуттєві враження).

Для *візуала* типова наступна пізнавальна позиція - дивитися, представляти, спостерігати; для *аудіала* - слухати, говорити, обговорювати; для *кінестетика* - діяти, почувати, відчувати. У звичайних умовах сприйняття дійсності має полісенсорний характер. У стресовій ситуації людина схильна використовувати один (домінуючий) сенсорний канал.

II. Основна частина заняття

В групі проводиться проводяться Тест Бремсона і Харрісона, методика діагностики рефлексивності як особистісної якості та БІАС-тест для з визначення репрезентативних систем.

Кожен здобувач формулює висновок за отриманими результатами. Викладач перевіряє якість висновків та надає, в разі необхідності, допомогу.

III. Заключна частина заняття

Кожен зі здобувачів вищої освіти формулює висновок за отриманими результатами. Викладач перевіряє якість висновків та надає, в разі необхідності, допомогу. В групі необхідно наприкінці заняття обговорити достоїнства й недоліки методик.

Тема № 5: Стилі особистості

Семінарське заняття Стилі особистості.

Навчальна мета заняття: закріпити й поглибити розуміння здобувачів вищої освіти про стилі особистості.

Кількість годин: 2

Навчальні питання:

1. Характер.
2. Екстравертована та інтровертована людина.
3. Інтернальний та екстернальний локусу контролю.

Методичні вказівки:

1. Характер

Характер – індивідуальна комбінація стійких психічних особливостей людини, яка обумовлює типовий для даного суб'єкта спосіб поведінки у певних життєвих умовах і обставинах. Характером називають повсякденну своєрідність складу психічної діяльності, що проявляється в особливостях соціальної поведінки особистості, і в першу чергу – у ставленні до професії, людей, самого себе. Становлення характеру відбувається в умовах включення особистості в різні за рівнем розвитку соціальні групи.

Фромм виділяв п'ять найпоширеніших у сучасних суспільствах *соціальних типів характеру*. Ці соціальні типи, або форми встановлення відносин з іншими, виступають результатом взаємодії екзистенціальних потреб і соціального контексту, у якому живуть люди. Фромм розділив їх на два великих класи: *непродуктивні* (нездорові) і *продуктивні* (здорові) типи. До категорії непродуктивних він відніс *рецептивний, експлуатуючий, накопичуючий і ринковий* типи характеру. Категорію продуктивних представляє тип *ідеального психічного здоров'я* в розумінні Фромма.

Є. Шостром поділив людей на *актуалізаторів* і *маніпуляторів*. Людина-актуалізатор – чесна, щира, усвідомлює життєві цілі, вільна (відкритість, спонтанність). Людина-маніпулятор відрізняється нещирістю, байдужістю або недружністю до партнерів, прагне експлуатувати та контролювати інших. На думку Є. Шострома, «сучасна людина в результаті своїх нескінченних маніпулювань втратила будь-яку можливість виражати себе прямо й творчо і звела себе до рівня стурбованого автомата, який увесь свій час витрачає на те, щоб не втратити минуле і застрахувати майбутнє».

2.Екстравертована та інтровертована людина

Виходячи із властиво психологічних відмінностей між людьми, *Карл Густав Юнґ* виділив спочатку два найбільш узагальнених типи – *екстравертований* та *інтровертований*. В основі відмінностей між цими

двома типами лежить суб'єктно-об'єктна орієнтація.

Для ***екстравертів*** характерна спрямованість на об'єкт. Зовнішні фактори – думки інших людей, загальноприйняті уявлення, об'єктивні обставини – визначають їх вчинки й рішення значно більшою мірою, ніж їх власне, особисте ставлення до навколишньої дійсності. Така зовнішня спрямованість дозволяє їм легко пристосовуватися до обставин. Однак надмірна екстравертованість приховує певні небезпеки. Так, їх власне самопочуття або здоров'я можуть виявитися для них недостатньо «зовнішніми» факторами для того, щоб звертати на них увагу. Інший приклад – це розчинення в об'єкті. Повне підпорядкування своїх інтересів об'єктивним вимогам може призвести до звалювання на себе непосильної роботи та до нервового і фізичного виснаження.

Для ***інтроверта*** вирішальними є особистісно-суб'єктивні точки відліку. У нього суб'єктивне завжди превалює над об'єктивним, і цінність суб'єкта завжди вища, ніж цінність об'єкта. Переживаючи, наприклад, певне почуття, інтроверт звертає увагу не на події або людей, які ці почуття викликали, а, насамперед, на власні переживання. Інтровертована установка виражається і в тому, що власна думка виявляється для інтроверта завжди більш вагомим аргументом, ніж зовнішня реальність. Часто власна думка затуляє перед інтровертом об'єктивні факти.

Окрім свідомої установки, обидва типи – екстравертований та інтровертований – мають, за Юнґом, і несвідому установку. Несвідома установка виконує щодо свідомої компенсаторну функцію і перебуває з нею в *реципрокних* (протилежних) відносинах: чим сильніші прояви свідомої установки (на об'єкти чи суб'єктів), тим примітивнішою та інфантильнішою стає несвідома.

Якщо свідома установка сильно перебільшена, то несвідоме втрачає свій компенсаторний характер. Так, наприклад, інтроверти в цьому випадку можуть наділяти об'єкти небезпечними і магічними рисами. При цьому, чим сильнішою є свідома інтровертована установка, тим більше тривоги й

недовіри викликають у цих інтровертів нові й незнайомі об’єкти, тим страшнішим стає для них спілкування з оточуючими. Ідеалом стає незаселений острів.

3. Інтернальний та екстернальний локусу контролю.

Локус контролю є важливою інтегральною характеристикою особистості, показником взаємозв'язку ставлення до себе й до навколишнього світу. Інтернальність або екстернальність - це певний особистісний паттерн, цілісна особистісна комбінація.

Говорять про два типи локусу контролю: *інтернальном та екстернальном*. При першому людина здебільшого приймає відповідальність за події, які відбуваються в її житті, на себе, пояснюючи їх своєю поведінкою, характером, здібностями; при другому людина схильна приписувати відповідальність за всі зовнішнім факторам: іншим людям, долі або випадковості, навколишньому середовищу.

Інтернали більш впевнені в собі, спокійні та доброзичливі, більш популярні, чим екстернали. П. Хавен було виявлено, що підлітки із внутрішнім локусом контролю більш позитивно ставляться до вчителів, а також до представників правоохоронних органів. *Інтернали* відрізняються більшою терпимістю, цілеспрямованістю, самостійністю, меншою агресивністю, більш доброзичливим ставленням до навколишних (у тому числі, до співробітників правоохоронних органів), чим екстернали. За даними К. Муздибаєва, існує позитивна кореляція між інтернальністю та наявністю сенсу життя: чим більше суб’єкт вірить, що все залежить від його власних зусиль та здібностей, тим в більшій мері знаходить він у житті сенс та цілі. *Інтернальність* корелює із соціальною зрілістю й просоціальною поведінкою.

Екстерналів відрізняють підвищена тривожність, стурбованість, менша терпимість до інших і підвищена агресивність, конформність, менша популярність. Все це, звичайно, природно пов'язано з їх переконанням про залежність від зовнішніх обставин та неможливістю управляти своїми

справами.

Є дані про більшу схильність *екстерналів* до обману та здійснення аморальних вчинків, а також про специфічність (у зазначеному контексті) соціально-перцептивних настанов: чим більше виражені в суб'єкта екстернальні якості, тим більше ймовірності, що він вважає навколишніх його людей нечесними. *Екстернальність* кореляційно пов'язана з недостатньою соціальною зрілістю та асоціальною поведінкою. Серед молодих делінквентів частка екстерналів становить 84 %, в той час як до інтерналів відносяться лише 16 %.У групі молодих людей із просоціальною орієнтацією, що демонструють у поведінці високий для їх віку рівень соціальної зрілості, інтерналами виявилися 72 %, а екстерналами лише 4 %.

Література

1. Карапетрова О. В. Диференціальна психологія : навч.-метод. посібник. Міністерство освіти і науки України ; Бердянський державний педагогічний університет. Бердянськ : БДПУ, 2014.

2. Крюкова М. А. Диференціальна психологія : навчально-методичний посібник (для студентів факультету психології, політології та соціології НУ »ОЮА»). Одеса : Фенікс, 2019. 38 с.

3. Мазяр О. В. Диференціальна психологія : модульний курс : навчальний посібник. Київ : Видавничий дім «Кондор», 2017. 284 с

4. Палій А.А. Диференціальна психологія: Курс лекцій Київ : Академвидав, 2010. URL : https://symboldrama.if.ua/wp-content/uploads/2020/03/a.a.-palij-dyfyrencziana-psyhologiya.pdf

5. Романовська Л.І. Диференційна психологія : навч. посіб. Львів : Навч. посіб., 2018.

6. Харченко С.В. Диференціальна психологія. Навчальний посібник Харків : ХНУВС, 2012.

Тема № 5: Стилі особистості.

Семінарське заняття 2. Стилі особистості в діяльності.

Навчальна мета заняття: закріпити й поглибити розуміння здобувачів вищої освіти про стилі особистості

Кількість годин: 2

Навчальні питання:

1. Мотивація досягнення успіху – уникання невдачі.
2. Рівень домагань та самооцінки.
3. Саморегуляція довільної активності людини.

Методичні вказівки:

Мотивація досягнення – це спроба збільшити або зберегти максимально високими здібності людини до всіх видів діяльності, до яких можуть бути застосовані критерії успішності й де виконання подібної діяльності може, таким чином, привести або до успіху, або до невдачі.

Відомо, що успіх і невдача розцінюються як такі тільки у сфері завдань середньої складності; досягнення чогось, що є занадто простим, не розглядається як успіх, а невдача у досягненні занадто складного не переживається як невдача. Якщо досягнення мети стає згодом усе простішим, то стимул досягнення поступово зменшується, доки зовсім не зникне, хоча зовнішні умови середовища залишаються незмінними. Те ж саме відбувається, якщо будь-що залишається недосяжним.

Мотивація досягнень спрямована на певний кінцевий результат, одержуваний завдяки власним здібностям людини, а саме: на досягнення успіху або уникання невдачі.

Мотивація досягнення – прагнення людиною успіхів у різних видах діяльності. У його основі лежать емоційні переживання, пов’язані із соціальним прийняттям тих успіхів, які досягаються індивідом.

Поведінка, орієнтована на досягнення, передбачає наявність у кожної людини мотивів досягнення успіху та уникання невдачі. Інакше кажучи, усі люди мають здатність цікавитися досягненням успіху і тривожитися з приводу

невдач. Однак кожна окрема людина має домінуючу тенденцію керуватися або мотивом досягнення, або мотивом уникання невдачі. У принципі мотив досягнення пов'язаний з продуктивним виконанням діяльності, а мотив уникання невдачі – із тривожністю й захисною поведінкою.

Після виконання серії завдань і одержання інформації про успіхи й невдачі в їх вирішенні ті, хто мотивований на досягнення, змінюють ставлення до своїх невдач, а мотивовані на невдачу, навпаки, – до своїх успіхів.

Мотивовані на невдачу у випадку простих та добре заучених навичок працюють швидше, їх результати знижуються повільніше, ніж у мотивованих на успіх. Під час вирішення завдань проблемного характеру, що вимагають продуктивного мислення, ці ж люди погіршують роботу в умовах дефіциту часу, а в мотивованих на успіх вона поліпшується.

Знання людиною своїх здібностей впливає на її очікування успіху. Коли у шкільному класі є весь діапазон здібностей, тільки учні із середніми здібностями будуть дуже сильно мотивовані на досягнення і (або) уникання невдачі. Ні в дуже кмітливих, ні в малоздібних школярів не буде сильної мотивації, пов'язаної з досягненням, оскільки ситуація змагання буде здаватися або занадто легкою, або занадто важкою.

Виділені дві незалежні тенденції, які існують у межах мотиву досягнення. Вони характеризують два типи людей: одні прагнуть успіху, а інші хочуть уникнути невдачі. Обидві тенденції позначаються як *мотивація досягнення (потреба в досягненнях).* У випадку з першою тенденцією, приступаючи до діяльності, людина думає насамперед про досягнення успіху. Друга ж змушує людину думати головним чином про можливість невдачі, осуду, покарання. Для такого індивіда очікування негативних наслідків стає визначальним (згадаймо оповідання А. П. Чехова «Людина у футлярі», герой якого діяв за принципом «як би чого не сталося»). Дослідження, виконані Д. Мак-Клелландом, виявили три основні характеристики людей, що мають яскраво виражене прагнення досягнень.

1. Прагнуть працювати в таких умовах, які дозволяють їм під час вирішення

різноманітних проблем брати відповідальність на себе.

2. Схильні до заздалегідь «прорахованого» ризику і ставлять перед собою реальні й досяжні цілі.

3. Постійно потребують визнання своїх заслуг і зворотного зв’язку, тому що їм необхідно знати, наскільки добре вони працюють.

Люди, націлені на успіх, найсильніше мотивуються завданнями середньої складності (з імовірністю досягнень успіху від 30 до 50 %), мотивовані ж на невдачу – завданнями або занадто легкими, або підвищеної складності. Стосовно цілей, досягнення яких залежить від випадковості, орієнтовані на успіх прагнуть найменш ризикованих ставок, а мотивовані на невдачу – найбільш ризикованих, тому що вони думають, начебто досягнення результату від їх здібностей не залежить.

Мотивовані на успіх у ситуації гри обирають більш сильного партнера, тобто віддають перевагу меншому ступеню досяжності результату. Мотивовані на невдачу обирають в аналогічних обставинах рівного собі партнера.

2. Рівень домагань та самооцінки.

У кожної людини є певний фіксований рівень домагань, тобто більш-менш об'єктивна оцінка своїх можливостей при розв'язку життєвих завдань певного роду. Вона суттєво залежить від попереднього життєвого досвіду.

Деякі люди стабільно орієнтовані не на досягнення успіху, а на запобігання невдачі. У ситуаціях вільного вибору вони звичайно прагнуть вибирати найбільш легкі завдання, щоб без усякого ризику гарантувати собі успіх. Іноді навпаки, вони обирають самі важкі цілі, завдання, оскільки отут їх невдача буде виправдана об'єктивними обставинами

У той же час індивідуальний рівень домагань суттєво міняється залежно від конкретних життєвих ситуацій. Наприклад, на його величину впливає ступінь прикладених до розв'язку завдання зусиль. Люди, орієнтовані на важку мету, можуть бути розчаровані, якщо виявиться, що ця мета була легкою. Її

досягнення не принесе їй почуття задоволення.

Суттєво впливає на рівень домагань особистості й той факт, успіх або невдачу пережила людина перед вибором нового завдання або дії. Найчастіше, випробувавши реальну або уявну невдачу, вона знижує рівень домагань, вибираючи більш легкий варіант. При досягненні успіху вона може підвищити рівень домагань, орієнтуючись на більш високі цілі й результати. Однак є люди, не здатні до гнучкого реагування на життєві обставини. Випробовуючи невдачу за невдачею в тій сфері, яка їм явно не під силу, вони продовжують свої спроби, претендуючи на успіх. Оскільки знизити свої амбіції, реально усвідомити обставини вони не можуть, то для порятунку самоповаги перекидають відповідальність зовні, пояснюючи невдачі зловмисністю інших людей. У цьому випадку проблема полягає в зниженні рівня домагань, усуненні необґрунтованого комплексу переваги.

Таким чином, найважливішою характеристикою рівня домагань конкретної особистості є його реалістичність. Люди, що мають *реалістичний рівень* домагань, характеризуються впевненістю в собі, своїх силах і можливостях, вони більш послідовні у виборі цілей і наполегливі в їх досягненні, досягають більшої продуктивності. У той же час вони відносно незалежні від оцінок навколишніх, мають власні критерії оцінювання зовнішніх обставин власних дій.

Нереалістичний рівень домагань (неадекватно завищений або занижений) приводить до розладів відносин людини з навколишнім світом: до невпевності у своїх силах, підвищеній вимогливості, прагненню уникати ситуацій змагання, порівняння, зіставлення, до помилковості прогнозів, нерівномірної екстраполяції, що відбувається на якісно інші життєві сфери, некритичності в оцінках досягнутого, залежності від чужої думки, нездатності оперативно виправити помилки тощо.

Рівень самооцінки впливає на психічне благополуччя особистості. *Висока самооцінка* супроводжується почуттям впевненості в собі, у правильності своїх вчинків, ставлення навколишніх, переборення життєвих

труднощів, відчуттям задоволеності собою й наявністю сприятливих життєвих перспектив. *Низька самооцінка* робить особистість невпевненою, залежною, потребуючою опіки й заступництва, зовнішніх схвалень, супроводжується внутрішнім дискомфортом.

Зустрічається також *нестійка самооцінка*: людина залежно від конкретної ситуації як би кидається в крайнощі, то перебуваючи в стані повної самовпевненості, то повністю принизливо ставлячись до себе. Така самооцінка зазвичай пов'язана з обставинами життя, зокрема, з так званим «маятниковим» вихованням, коли одні вихователі занадто вимогливі, а інші попустительски ставилися до її дій і вчинків. Характер такої самооцінки залежить від успішності або неуспішності конкретної діяльності, відносини навколишніх.

Та або інша самооцінка не може однозначно розглядатися як «гарна» або «погана». Поряд з тим комфортом, який привносить у самосприйняття висока самооцінка, вона може викликати в особистості відчуття самодостатності, завершеності індивідуального розвитку, опору об'єктивно необхідним змінам. І одночасно низька самооцінка, яка безумовно заподіює людині істотний дискомфорт, може спонукувати її до подальшого розвитку. Правда, вона ж може викликати в неї відчуття марності щось робити, пасивності.

Ще одним важливим аспектом самооцінки є її співвідношення з оцінками навколишніх. Тут починається інший рівень її впливу на стан особистості й особливості реалізованої нею поведінки.

Відповідно до оцінок навколишніх розрізняють *адекватні* й *неадекватні* самооцінки.

Адекватно висока самооцінка психологічно є найбільш сприятливою для особистості. Високий ступінь збігу - еталонна моделль, яка властива особистості, підтримується й навколишніми. Отже, у своїй поведінці особистість може розраховувати на визнання, допомогу й підтримку навколишніх, їх щирість, довіряти їм.

Якщо ж навколишні оцінюють особистість нижче, ніж вона сама, то подібну самооцінку називають *неадекватно завищеною*. Ця самооцінка

приводить до виникнення множинних конфліктів з навколишніми. Адже людина схильна переоцінювати себе не тільки в цілому, але й у ситуаціях, які явно не дають для цього приводу. А оскільки навколишні їй протидіють, то вона скоріше готова звинуватити їх у нерозумінні, упередженості, несправедливості, чим погодитися з тим, що переоцінила себе. У відповідь на відкидання її претензій вона звичайно озлоблюється, проявляє підозріліть, помисливість, поводиться зарозуміло або агресивно. В остаточному підсумку, вона відкидає групу, що не визнає її високої самооцінки, перериває з нею контакти, замикається.

*Неадекватно низька самооцінк*а сприяє формуванню в людини відчуття непевності в собі, постійної погрози, що виходить від навколишніх. Вона мимоволі стримує свою активність, тому що постійно боїться, що її не зрозуміють, відкинуть, не реалізує всіх своїх можливостей, соромиться виявити ініціативу. Їй властиві постійні самозвинувачення у свою адресу, приступи самобичування.

Людина буде завзято відмовлятися визнати більш високу, чим власна, оцінку своїх якостей навколишніми, вважаючи, що насправді вона не така, якою її вважають. Більше того, сприятлива оцінка навколишніх може породжувати в неї додаткові причини для переживань. Наприклад, вона буде підозрювати, що її просто жалують і тому прагнуть заспокоїти.

Люди з низькою самооцінкою з більшою готовністю фіксують власні невдачі, чим досягнення, вважають позитивні результати випадковими, а неуспіх - фатально визначеним.

Адекватно низька самооцінка може приводити до того, що людина або шукає нову групу, у якій її будуть цінувати вище, або знижує рівень своїх домагань і соціальну активність, потребу в міжособистісних контакту, або прибігає до різноманітних і часто неадекватних прийомів пониження внутрішнього дискомфорту. Наприклад, до відмови від еталона, його збіднінню, часткової або повної редукції. Виробляє новий еталон, у який уводяться якості соціально несхвалювані, але зате наявні в даного людини «у

наявності» (наприклад, уводить культ фізичної сили в групі де до цього цінували знання).

Відома схильність особистості при наявності протиріччя міняти насамперед очікувану оцінку. Не одержавши очікуваного підтвердження високої самооцінки від навколишніх, випробуваний зберігає самооцінку, але знижує оцінку очікувану. З'ясувалося також, що підвищення оцінки, яку особистість дає навколишнім, веде до підвищення її реальної оцінки навколишніми. Група немов повертає їй її високу оцінка причому збільшену.

3. Саморегуляція довільної активності людини

Усвідомлена саморегуляція довільної активності людини - це цілісна система психічних засобів, за допомогою якої людина здатна управляти своєю цілеспрямованою активністю. Системи психічної саморегуляції мають універсальну структуру для різних видів активності людини, і в цій структурі можна виділити основні компоненти, що виконують різні функції в усвідомленому довільному керуванні.

У якості основних функціональних компонентів моделі саморегуляції були виділені наступні:

- цілі діяльності;
- модель значимих умов;
- програма виконавських дій;
- критерії успішності;
- оцінювання результатів;
- корекція діяльності.

Ці компоненти взаємозалежні між собою, мають складну архітектоніку й можуть здійснюватися як послідовно, так і паралельно.

Успішність різних видів практичної діяльності забезпечується сформованістю цілісної системи саморегуляції, а будь-який структурно-функціональний дефект (недостатня реалізація будь-якого функціонального компонента саморегуляції, нерозвиненість міжфункціональних зв'язків)

процесу регуляції істотно обмежує ефективність виконання самих різних видів діяльності.

Саморегуляції здійснюється як єдиний процес, забезпечуючи мобілізацію та інтеграцію психологічних особливостей людини для досягнення цілей діяльності та поведінки. Процес саморегуляції сприяє виробленню гармонічної поведінки, на його основі розвивається здатність управляти собою згідно реалізації поставленої мети, направляти свою поведінку відповідно до вимог життя й професійними або навчальними завданнями.

Індивідуальні особливості саморегуляції можна розділити на наступні категорії:

1) Індивідуальні особливості планування цілей. Вони описують індивідуальні відмінності у висуванні, прийнятті, утриманні цілей. Цілеполагання є для саморегуляції системостворюючим компонентом. Відмінності в плануванні цілей пов'язані з різною активністю висування цілей, адекватністю цього процесу зовнішній і внутрішній суб'єктній умовам, ієрархичністю цілей.

2) Особливості моделювання, тобто аналізу зовнішніх і внутрішніх умов діяльності й виділення комплексу умов, значимих для досягнення мети. Модель значимих умов виконує в психічній регуляції діяльності функцію джерела інформації про умови, облік яких необхідний для визначення програми реалізації діяльності. Зміст моделі є оперативним, тобто залежить від мети й умов діяльності, але ступінь вибірковості й прагматичності моделі, ступінь її інформаційної повноти, розвиненість і структура здійснюваних гностичних дій індивідуально різні.

3) Особливості програмування майбутніх виконавчих дій, необхідних для досягнення поставленої мети. У функції програмування входить антиципація компонентного складу майбутніх дій, способів, якими вони будуть здійснюватися, і властиво послідовності здійснення планованих дій. Стійкі індивідуальні особливості програмування багато в чому будуть

визначатися мірою деталізації виконавських дій, ступенем співвіднесеності програми з об'єктивними й суб'єктивними передумовами й умовами успішного здійснення діяльності. Індивідуально своєрідні можуть бути й способи досягнення мети.

4) Особливості контролю, оцінювання й корекції своєї активності. Ці регуляторні процеси пронизують весь процес саморегуляції, тому що на кожній стадії досягнення мети відбувається контроль актуального стану системи й результатів дій шляхом їх звірення із прогнозованими параметрами, оцінка неузгодженості й ухвалення рішення про корекцію виконавських (керуючих) дій або про перехід до наступної стадії реалізації діяльності.

Індивідуальні відмінності в здійсненні контрольно-корекційних функцій стосуються як ступеня, так і характеру контролю відносно різних діяльнісним підсистемам. Так, індивідуальні відмінності проявляються в схильності до максимальної частоти (безперервності) контрольних оцінок по ходу діяльності; у ступені неузгодженостей, що викликають корекцію дій; у схильності до превентивних корекцій дій при результатах, що відхиляються від ідеалу, але вже відповідним заданим критеріям (нормам) тощо. Індивідуальні відмінності можуть проявлятися й у тенденції до завищення або заниження строгості суб'єктивних критеріїв оцінки реальних результатів або способів дій у порівнянні з нормативно заданими.

Важливо відзначити, що поряд зі специфічними особливостями, характерними лише для якоїсь однієї окремої регуляторної функції, існують і такі особливості, які характеризують функціонування кожної ланки регуляції, і, тим самим, процесу регуляції в цілому, будучи, по суті, властивостями особистості.

До таких особливостей саморегуляції можна віднести:

а) адекватність (умов діяльності суб'єктивно прийнятої моделі умов, програми, способів контролю, критеріїв успішності та інших блоків регуляції);

б) усвідомленість (уявлень про умови й про програму дій, про контрольовані параметри, про критерії успішності тощо, відповідно до їх

співвідносної значимості для досягнення мети);

в) гнучкість (процесу регуляції, можливість внесення корекцій у функціонування різних регуляторних блоків, коли цього вимагають умови діяльності);

г) надійність та стійкість (функціонування регуляторних блоків та їх структури в умовах психічної напруженості).

Звичайно, індивідуально-регуляторні властивості не обмежуються тільки оперативними властивостями. Так, до них можна віднести й такі особистісні властивості як упевненість, ініціативність, обережність, критичність, самостійність, відповідальність.

Найважливішою індивідуальною характеристикою є загальний рівень, або ступінь усвідомленої саморегуляції. Ця інтегральна характеристика індивідуальної саморегуляції відбиває актуальні можливості людини усвідомлено ініціювати й управляти довільною активністю. Дослідження показали, що чим вище рівень усвідомленої саморегуляції, тим вище можливості людини з оволодіння новими видами діяльності, і тем ширше коло тих діяльностей, який людина може опанувати (при наявності спеціальних здібностей і відповідної мотивації).

При відносно рівній розвиненості всіх компонентів саморегуляції діагностується *гармонічний регуляторний профіль*, при наявності виражених відмінностей у рівні сформованості компонентів говоримо про *акцентований профіль*. Очевидно, що *гармонічний профіль* регуляції може бути сформований на різному загальному рівні регуляції: високому, середньому або низькому.

Акцентований профіль регуляції характеризується не тільки загальним рівнем саморегуляції й взаємозв'язком ланок саморегуляції, але й специфікою їх регуляторного профілю, ступенем розвиненості окремих регуляторних ланок і характером їх взаємозв'язків (наявністю компенсаторних відносин).

Компонентами профілю можуть бути регуляторно - особистісні властивості (гнучкість, надійність, самостійність), які є характеристиками

цілісної системи саморегуляції й одночасно виявляють свою приналежність до особистості як суб'єкта довільної активності і є її властивостями.

Така диференціація поняття стильових особливостей регуляторики прямо відбиває особистісний компонент у процесі саморегуляції й, відповідно, підкреслює специфіку стилю саморегуляції в його взаємозв'язку з особистісними структурами різного рівня.

На основі структури регуляторних профілів виділені типи стилів саморегуляції, різним образом пов'язані з успішністю й особистісними змінними. *Гармонічні стилі саморегуляції*, що включають у свою структуру високорозвинені й взаємозалежні стильові особливості регуляторики, є істотною передумовою високих досягнень. Такі стилі саморегуляції частіше розвиваються у видах діяльності із гранично високими вимогами до саморегуляції й можуть бути сформовані людиною незалежно від особистісного типу за умови високої мотивації досягнення успіху й наявності спеціальних здібностей. Загальний же низький рівень, слабка сформованість основних процесів саморегуляції стає перешкодою для високих досягнень у самих різних видах діяльності.

В найпоширеніших *акцентованих стилях саморегуляції* специфіка індивідуального профілю детермінується розвиненістю регуляторно-особистісних властивостей (самостійністю, гнучкістю, надійністю тощо). У цьому змісті регуляторно - особистісні властивості є стилестворюючими. При наявності вираженої індивідуальної специфіки в профілі саморегуляції й розбіжності її з регуляторною специфікою діяльності, успішність діяльності багато в чому буде залежати від прагнення й можливості суб'єкта сформувати такий стиль саморегуляції, коли недостатня розвиненість окремих регуляторних процесів буде скомпенсована іншими, високорозвиненими процесами.

Література

1. Карапетрова О. В. Диференціальна психологія : навч.-метод. посібник. Міністерство освіти і науки України ; Бердянський державний педагогічний університет. Бердянськ : БДПУ, 2014.

2. Крюкова М. А. Диференціальна психологія : навчально-методичний посібник (для студентів факультету психології, політології та соціології НУ »ОЮА»). Одеса : Фенікс, 2019. 38 с.

3. Мазяр О. В. Диференціальна психологія : модульний курс : навчальний посібник. Київ : Видавничий дім «Кондор», 2017. 284 с

4. Палій А.А. Диференціальна психологія: Курс лекцій Київ : Академвидав, 2010. URL : https://symboldrama.if.ua/wp-content/uploads/2020/03/a.a.-palij-dyfyrencziana-psyhologiya.pdf

5. Романовська Л.І. Диференційна психологія : навч. посіб. Львів : Навч. посіб., 2018.

6. Харченко С.В. Диференціальна психологія. Навчальний посібник Харків : ХНУВС, 2012.

Тема № 5: Стилі особистості.

Практичне заняття 1. Стилі особистості.

Навчальна мета заняття: сформувати у здобувачів вищої освіти навички вивчення стилей особистості.

Час проведення: 2 години

Місце проведення: навчальна аудиторія.

Навчальні питання:

1. Індикатор типів Майерс – Брігс.
2. Ідентифікаційний тест «Соціотех-1»
3. Методики визначення локусу контролю.

Література, матеріально-технічне та методичне забезпечення

1. Мазяр О. В. Диференціальна психологія : модульний курс : навчальний посібник. Київ : Видавничий дім «Кондор», 2017. 284 с

2. Романовська Л.І. Диференційна психологія : навч. посіб. Львів : Навч. посіб., 2018.

3. Харченко С.В. Диференціальна психологія. Навчальний посібник Харків : ХНУВС, 2012.

План проведення заняття

I. Вступ.

II. Основна частина заняття

Сполучення між окремими ознаками за І. Каганцем:

Ознаки			Абревіатура	Псевдонім
Раціональність				
логіка	сенсоріка	екстраверсія інтроверсія	ЛСЕ ЛСІ	Холмс Максим
	інтуїція	Екстраверсія інтроверсія	ЛИЕ ЛІІ	Джек Декарт
етика	сенсорика	Екстраверсія інтроверсія	ЕСЕ ЕСІ	Гюго Драйзер
	інтуїція	Екстраверсія інтроверсія	ЕІЕ ЕІІ	Гамлет Д-р Ватсон
Ірраціональність				
сенсорика	логіка	Екстраверсія інтроверсія	СЛЕ СЛІ	Македонський Габен
	етика	Екстраверсія інтроверсія	СЕЕ СЕІ	Цезарь Дюма
інтуїція	логіка	Екстраверсія інтроверсія	ІЛЕ ІЛІ	Дон-Кіхот Бальзак
	етика	екстраверсія інтроверсія	ІЕЕ ІЕІ	Гекслі Єсенін

1. В групі проводиться Ідентифікаційний тест «Соціотех-1» та методика УСК.

ІІІ. Заключна частина заняття

Кожен зі здобувачів вищої освіти формулює висновок за отриманими результатами. Викладач перевіряє якість висновків та надає, в разі необхідності, допомогу. В групі необхідно наприкінці заняття обговорити достоїнства й недоліки методик.

Тема № 5: Стилі особистості.

Практичне заняття 2. Стилі саморегуляції.

Навчальна мета заняття: сформувати у здобувачів вищої освіти навички вивчення стилей саморегуляції особистості.

Час проведення: 2 години

Місце проведення: навчальна аудиторія.

Навчальні питання:

1. Стилі саморегуляції особистості.

Література, матеріально-технічне та методичне забезпечення

1. Мазяр О. В. Диференціальна психологія : модульний курс : навчальний посібник. Київ : Видавничий дім «Кондор», 2017. 284 с

2. Романовська Л.І. Диференційна психологія : навч. посіб. Львів : Навч. посіб., 2018.

3. Харченко С.В. Диференціальна психологія. Навчальний посібник Харків : ХНУВС, 2012.

План проведення заняття

І. Вступ.

Усвідомлена саморегуляція довільної активності людини – це цілісна система психічних засобів, за допомогою якої людина здатна управляти своєю цілеспрямованою активністю. Системи психічної саморегуляції мають універсальну структуру для різних видів активності людини, і в цій структурі можна виділити основні компоненти, що виконують різні функції в усвідомленому довільному управлінні людиною своєю поведінкою.

Як основні функціональні компоненти моделі саморегуляції були

виділені наступні:

- цілі діяльності;
- модель значущих умов;
- програма виконавських дій;
- критерії успішності;
- оцінювання результатів;
- корекція діяльності.

Ці компоненти взаємозалежні між собою, мають складну архітектоніку й можуть здійснюватися як послідовно, так і паралельно.

Успішність різних видів практичної діяльності забезпечується сформованістю цілісної системи саморегуляції, а будь-який структурно-функціональний дефект (недостатня реалізація якогось чи декількох функціональних компонентів саморегуляції, нерозвиненість міжфункціональних зв'язків) процесу регуляції істотно обмежує ефективність виконання найрізноманітніших дій.

Саморегуляція здійснюється як єдиний процес, забезпечуючи мобілізацію та інтеграцію психологічних особливостей людини для досягнення цілей діяльності та поведінки. Процес саморегуляції сприяє виробленню гармонійної поведінки, на його основі розвивається здатність управляти собою згідно з поставленою метою, спрямовувати свою поведінку відповідно до вимог життя і професійних або навчальних завдань.

Індивідуальні особливості саморегуляції можна розділити на наступні категорії:

1. Індивідуальні особливості планування цілей. Вони описують індивідуальні відмінності у висуванні, прийнятті, утриманні цілей. Цілепокладання є для саморегуляції системоутворюючим компонентом. Відмінності у плануванні цілей пов'язані з різною активністю висування цілей, адекватністю цього процесу зовнішнім і внутрішнім (суб'єктним) умовам, ієрархічністю цілей.

2. Особливості моделювання, тобто аналізу зовнішніх і внутрішніх умов

діяльності й виділення комплексу умов, значущих для досягнення мети. Модель значущих умов виконує у психічній регуляції діяльності функцію джерела інформації про умови, врахування яких необхідне для визначення програми реалізації діяльності. Зміст моделі є оперативним, тобто залежить від мети та умов діяльності, але ступінь вибірковості й прагматичності моделі, ступінь її інформаційної повноти, розвиненість і структура здійснюваних пізнавальних дій є індивідуально різними.

3. Особливості програмування майбутніх виконавчих дій, необхідних для досягнення поставленої мети. У функції програмування входить антиципація компонентного складу майбутніх дій, способів, якими вони будуть здійснюватися, і власне послідовності здійснення планованих дій. Стійкі індивідуальні особливості програмування багато в чому будуть визначатися мірою деталізації виконавських дій, ступенем співвіднесеності програми з об'єктивними й суб'єктивними передумовами та умовами успішного здійснення діяльності. Індивідуально своєрідними можуть бути й способи досягнення мети.

4. Особливості контролю, оцінювання і корекції своєї активності. Ці регуляторні процеси пронизують весь процес саморегуляції, тому що на кожній стадії досягнення мети відбувається контроль актуального стану системи і результатів дій шляхом їх звірення із прогнозованими параметрами, оцінка неузгодженості та ухвалення рішення про корекцію виконавських (управлінських) дій або про перехід до наступної стадії реалізації діяльності.

Індивідуальні відмінності у здійсненні контрольно-корекційних функцій стосуються як ступеня, так і характеру контролю відносно різних діяльнісних підсистем. Так, індивідуальні відмінності проявляються у схильності до максимальної частоти (безперервності) контрольних оцінок по ходу діяльності; у ступені неузгодженостей, що викликають корекцію дій; у схильності до превентивних корекцій дій при результатах, що відхиляються від ідеалу, але вже відповідним заданим критеріям (нормам) тощо. Індивідуальні відмінності можуть проявлятися також у тенденції до завищення або заниження чіткості

суб’єктивних критеріїв оцінки реальних результатів або способів дій у порівнянні з нормативно заданими.

Важливо відзначити, що поряд зі специфічними особливостями, характерними лише для якоїсь однієї окремої регуляторної функції, існують і такі особливості, які характеризують функціонування кожної ланки регуляції, і, тим самим, процесу регуляції в цілому, будучи, по суті, властивостями особистості.

До таких особливостей саморегуляції можна віднести:

а) адекватність (умов діяльності суб’єктивно прийнятій моделі умов, програмі, способам контролю, критеріям успішності та іншим блокам регуляції);

б) усвідомленість (уявлень про умови й про програму дій, про контрольовані параметри, про критерії успішності тощо, відповідно до їх співвідносної значущості для досягнення мети);

в) гнучкість (процесу регуляції, можливість внесення корекцій у функціонування різних регуляторних блоків, коли цього вимагають умови діяльності);

г) надійність і стійкість (функціонування регуляторних блоків та їх структури в умовах психічної напруженості).

Авжеж, індивідуально-регуляторні властивості не обмежуються тільки оперативними властивостями. Так, до них можна віднести й такі особистісні властивості, як упевненість, ініціативність, обережність, критичність, самостійність, відповідальність.

Найважливішою індивідуальною характеристикою є загальний рівень або ступінь усвідомленої саморегуляції. Ця інтегральна характеристика індивідуальної саморегуляції відбиває актуальні можливості людини усвідомлено ініціювати та управляти довільною активністю. Дослідження свідчать, що чим вищим є рівень усвідомленої саморегуляції, тим вищими є можливості людини з оволодіння новими видами діяльності, і тим ширше коло тих діяльностей, яке людина може опанувати (за наявності спеціальних

здібностей і відповідної мотивації).

За умов відносно однакової розвиненості усіх компонентів саморегуляції діагностується *гармонійний регуляторний профіль*, за наявності ж виражених відмінностей у рівні сформованості компонентів говоримо про *акцентований профіль*. Очевидно, що гармонійний профіль регуляції може бути сформований на різних загальних рівнях регуляції: високому, середньому або низькому.

Акцентований профіль регуляції характеризується не тільки загальним рівнем саморегуляції та взаємозв'язком між ланками саморегуляції, але й специфікою їх регуляторного профілю, ступенем розвиненості окремих регуляторних ланок і характером їх взаємозв'язків (наявністю компенсаторних відносин).

Компонентами профілю можуть бути регуляторно-особистісні властивості (гнучкість, надійність, самостійність), які є характеристиками цілісної системи саморегуляції та водночас виявляють свою приналежність до особистості як суб'єкта довільної активності й виступають її властивостями.

Така диференціація поняття стильових особливостей регуляторики безпосередньо відбиває особистісний компонент у процесі саморегуляції та, відповідно, підкреслює специфіку стилю саморегуляції в його взаємозв'язку з особистісними структурами різних рівнів.

На основі структури регуляторних профілів виділено ***типи стилів саморегуляції***, у різний спосіб пов'язані з успішністю та особистісними змінними. *Гармонійні стилі саморегуляції*, що включають у свою структуру високорозвинені та взаємозалежні стильові особливості регуляторики, є істотною передумовою високих досягнень. Такі стилі саморегуляції частіше розвиваються у видах діяльності із гранично високими вимогами до саморегуляції та можуть бути сформовані людиною незалежно від особистісного типу за умови високої мотивації досягнення успіху й наявності спеціальних здібностей. Загальний же низький рівень, слабка сформованість основних процесів саморегуляції стає перешкодою для високих досягнень у найрізноманітніших видах діяльності.

У найпоширеніших *акцентованих стилях саморегуляції* специфіка індивідуального профілю детермінується розвиненістю регуляторно-особистісних властивостей (самостійністю, гнучкістю,надійністю тощо). У цьому сенсі регуляторно-особистісні властивості є стилеутворюючими. За наявності вираженої індивідуальної специфіки у профілі саморегуляції та розбіжності її з регуляторною специфікою діяльності успішність діяльності багато в чому буде залежати від прагнення й можливості суб’єкта сформувати такий стиль саморегуляції, коли недостатня розвиненість окремих регуляторних процесів буде компенсована іншими, високорозвиненими процесами.

II. Основна частина заняття

Провести та обробити отримані результати за опитувальником В.І. Моросанової «Стиль саморегуляції поведінки»

Опитувальник ССП-98 складається з 46 тверджень, що входять до складу шести шкал, що виділяються відповідно до основних регуляторних процесів (планування, моделювання, програмування, оцінки результатів) та регуляторно-особистісними властивостями (гнучкості та самостійності) До складу кожної шкали входять по дев'ять тверджень. Структура опитувальника така, що ряд тверджень входять до складу одразу двох шкал у зв'язку з тим, що їх можна віднести до характеристики регуляторного процесу, так і характеристики регуляції.

Шкала Планування характеризує індивідуальні особливості цілепокладання та утримання цілей, рівень сформованості у людини усвідомленої планування діяльності. За високих показників за цією шкалою у суб'єкта сформована потреба у свідомому плануванні діяльності, плани у разі реалістичні, деталізовані, ієрархічні, дієві та стійкі, цілі діяльності висуваються самостійно. У випробуваних із низькими показниками за шкалою потреба у плануванні розвинена слабо, плани схильні до частої зміни, поставлена мета рідко буває досягнута, планування не дієве, малореалістичне.

Такі випробувані не замислюються про своє майбутнє, цілі висувають ситуативно і зазвичай несамостійно.

Шкала Моделювання дозволяє діагностувати індивідуальну розвиненість уявлень про систему зовнішніх та внутрішніх значущих умов, ступінь їх усвідомленості, деталізованості та адекватності. Випробувані з високими показниками за шкалою здатні виділяти значущі умови досягнення цілей як у поточній ситуації, так і в перспективному майбутньому, що проявляється у адекватності програм дій планам діяльності, відповідності одержуваних результатів прийнятим цілям. В умовах мінливих змін обставин, при зміні способу життя, переході на іншу систему роботи такі випробувані здатні гнучко змінювати модель значних умов і, програму дій. У випробуваних з низькими показниками за шкалою слабка сформованість процесів моделювання призводить до неадекватної оцінки значних внутрішніх умов та зовнішніх обставин, що проявляється у фантазуванні, яке може супроводжуватися різкими перепадами ставлення до розвитку ситуації, наслідків своїх дій. У таких випробуваних часто виникають труднощі у визначенні мети та програми дій, адекватних поточній ситуації, вони не завжди помічають зміну ситуації, що також часто призводить до невдач.

Шкала Програмування діагностує індивідуальну розвиненість усвідомленого програмування людиною своїх дій. Високі показники за цією шкалою говорять про потребу, що сформувалася в людини, продумувати способи своїх дій і поведінки для досягнення намічених цілей, деталізованості та розгорнутості програм, що розробляються. Програми розробляються самостійно, вони гнучкі змінюються за нових обставин і стійкі у ситуації перешкод. За невідповідності отриманих результатів цілям проводиться корекція програми дій до отримання прийнятною для суб'єкта успішності. Низькі показники за шкалою програмування кажуть про невміння та небажання суб'єкта продумувати послідовність своїх дій. Такі випробувані воліють діяти імпульсивно, вони можуть самостійно сформувати програму дій, що часто стикаються з неадекватністю отриманих результатів цілям

діяльності і при цьому не вносять змін до програми дій, діючи шляхом проб та помилок.

Шкала Оцінювання результатів характеризує індивідуальну розвиненість та адекватність оцінки випробуваним себе та результатів своєї діяльності та поведінки. Високі показники за цією шкалою свідчать про розвиненість та адекватність самооцінки, сформованості та стійкості суб'єктивних критеріїв оцінки успішності досягнення результатів. Суб'єкт адекватно оцінює як сам факт неузгодженості отриманих результатів з метою діяльності, що так і призвели до нього причини, гнучко адаптуючись до зміни умов. При низьких показниках за цією шкалою випробуваний не помічає своїх помилок, некритичний до своїх дій. Суб'єктивні критерії успішності недостатньо стійкі, що веде до різкого погіршення якості результатів зі збільшенням обсягу роботи, погіршення стану або виникнення зовнішніх труднощів.

Шкала Гнучкість діагностує рівень сформованості регуляторної гнучкості, тобто. здатності перебудовувати систему саморегуляції у зв'язку із зміною зовнішніх та внутрішніх умов. Випробувані з високими показниками за шкалою гнучкості демонструють пластичність усіх регуляторних процесів. У разі виникнення непередбачуваних обставин такі випробувані легко перебудовують плани та програми виконавчих дій та поведінки, здатні швидко оцінити зміну значимих умов та перебудувати програму дій. У разі виникнення неузгодженості отриманих результатів із прийнятою метою своєчасно оцінюють сам факт неузгодженості, вносять корекцію у регуляцію. Гнучкість регуляторики дозволяє адекватно реагувати на швидке зміна подій та успішно вирішувати поставлене завдання у ситуації ризику. Випробувані з низькими показниками за шкалою гнучкості в динамічній обстановці, що швидко змінюється почуваються невпевнено, насилу звикають до змін у житті, зміні обстановки та способу життя. У таких умовах незважаючи навіть на сформованість процесів регулювання, вони не здатні адекватно реагувати на ситуацію, швидко та своєчасно планувати діяльність та поведінка, розробляти

програму дій, виділяти значні умови, оцінювати неузгодженість отриманих результатів з метою діяльності та вносити корекції. У результаті таких випробуваних неминуче виникають регуляторні збої і, як наслідок, невдачі у виконанні діяльності.

Шкала Самостійність характеризує розвиненість регуляторної автономності. Наявність високих показників за шкалою самостійності свідчить про автономність організації активності людини, її здатності самостійно планувати діяльність та поведінку, організовувати роботу з досягненню висунутої мети, контролювати її хід виконання, аналізувати та оцінювати як проміжні, так і кінцеві результати діяльності. Випробувані з низькими показниками за шкалою самостійності залежать від думок та оцінок оточуючих. Плани та програми дій розробляються несамостійно, такі випробувані часто і некритично слідують чужим порадам. При відсутності сторонньої допомоги у таких піддослідних неминуче виникають регуляторні збої.

Загальний рівень саморегуляції

Характеризує загальний рівень сформованості індивідуальної системи усвідомленої саморегуляції довільної активності людини Для випробуваних із високими показниками загального рівня саморегуляції характерна усвідомленість та взаємопов'язаність у загальній структурі індивідуального регулювання регуляторних ланок. Такі випробувані самостійні, гнучко та адекватно реагують на зміну умов, висування та досягнення мети вони великою мірою усвідомлено. За високої мотивації досягнення вони здатні формувати такий стиль саморегуляції, який дозволяє компенсувати вплив особистісних, характерологічних особливостей, що перешкоджають досягненню мети. Чим вище загальний рівень усвідомленої саморегуляції, тим легше людина опановує нові видами активності, впевненіше почувається в незнайомих ситуаціях, тим стабільнішим за нього успіхи у звичних видах діяльності. У випробуваних з низькими показниками за даною шкалі потреба в усвідомленому плануванні та програмуванні своєї поведінки несформована,

вони залежні від ситуації та думки оточуючих людей. Можливість компенсації несприятливих для досягнення поставленої мети особистісних особливостей у таких випробуваних знижено порівняно з випробуваними з високим рівнем регуляції.

III. Заключна частина заняття

Кожен зі здобувачів вищої освіти формулює висновок за отриманими результатами. Викладач перевіряє якість висновків та надає, в разі необхідності, допомогу. В групі необхідно наприкінці заняття обговорити достоїнства й недоліки методик.

Тема № 6: Стилі поведінки та діяльності.

Семінарське заняття 1. Стилі поведінки.

Навчальна мета заняття: закріпити й поглибити розуміння здобувачів вищої освіти про стилі поведінки та діяльності.

Кількість годин 2/

Навчальні питання:

1. Особливості поведінки людини у стресовій ситуації.
2. Індивідуальні особливості навчальної діяльності.
3. Диференціально-психологічні аспекти професійної діяльності.
4. Класифікації стилів керівництва та підпорядкування

Методичні вказівки:

1. Особливості поведінки людини у стресовій ситуації

Існують різні способи подолання життєвих труднощів (у психології їх називають *coping strategies*, від англійського coping – переборювати). Психологічне подолання – це індивідуальний спосіб взаємодії із ситуацією відповідно до її логіки, значущості в житті людини та її психологічних можливостей. У широкому сенсі слово «coping» включає усі види взаємодії

суб'єкта із завданнями зовнішнього або внутрішнього характеру – спроби опанувати або пом'якшити, звикнути або ухилитися від вимог проблемної ситуації. Частково це поняття перетинається з поняттям психологічних захистів, однак воно є ширшим, тому що включає не тільки ментальну, але й фактичну реальність.

Індивідуальні форми психологічного подолання тяжіють до двох полюсів:

1) вирішення проблеми (об'єкт-орієнтоване або проблемно орієнтоване подолання);

2) зміна власних установок відносно ситуації (емоційно орієнтоване подолання).

До першого типу відносять реальне вирішення проблеми, «випрямлення» ситуації, пошук додаткової інформації, звернення до соціальної підтримки. Другий тип включає відкидання проблеми, свідому відмову від пошуку інформації (подібно страусові, що зариває голову в пісок), зниження самооцінки й на цій підставі – відмову від боротьби («це мені не під силу»), емоційну експресію (гнів, розпач, скорбота).

Деякі автори виділяють окремо три способи емоційно орієнтованого психологічного подолання: 1) самозвинувачення (blamedself), що виражається в критиці, жалях і напучуваннях самого себе; 2) уникання (avoidance), при якому людина продовжує поводитися, ніби нічого не сталося; 3) примарні надії (wishfulthinking), коли людина сподівається на диво.

Згідно з дослідженнями *Стефана Розенцвейга*, стан фрустрації за спрямованістю може виражатися у трьох формах поведінки (реакцій) людини: *екстрапунітивній*, *інтрапунітивній* та *імпунітивній*.

Екстрапунітивна форма пов'язана з виникненням внутрішнього «підбурювача» до агресії зі спрямованістю реакції назовні (*зовніобвинувачувальні реакції*). Людина обвинувачує в тому, що сталося, обставини, інших людей. У неї з'являється дратівливість, почуття досади, озлобленості, проявляються впертість, прагнення будь-що добитися

поставленої мети. Поведінка внаслідок цього стає малопластичною, примітивною, використовуються раніше заучені форми поведінки, навіть якщо вони не призводять до потрібного результату.

Інтрапунітивна форма фрустрації характеризується аутоагресією: обвинуваченням у невдачі самого себе, появою почуття провини. У людини виникають пригніченість, тривожність, вона стає замкнутою, мовчазною. Вирішуючи завдання, людина звертається до більш примітивних форм, обмежує види діяльності й задоволення своїх інтересів.

Імпунітивна форма реагування пов'язана зі ставленням до невдачі або як до неминучої, фатальної, або як до малозначущої події, наслідки якої з часом можна буде виправити. Людина не звинувачує ні себе, ні інших.

За даними *В. Е. Василенко*, екстрапунітивні реакції пов'язані з інтелектом негативно, а інтрапунітивні та імпунітивні – позитивно. У школярів молодших класів переважають екстрапунітивні форми реагування.

Виділяють наступні *види фрустраційного реагування*:

1) *рухові розлади* – безцільні й неупорядковані реакції;

2) *апатія*;

3) *агресія і деструкція*;

4) *стереотипія* – тенденція до сліпого повторення фіксованої поведінки;

5) *регресія*, що виявляється у примітивізації поведінки, у звертанні до поведінкових моделей, що домінували в більш ранні періоди життя, у зниженні якості виконання.

2. Індивідуальні особливості навчальної діяльності

Особи зі слабкою нервовою системою більше схильні до репродуктивної інтелектуальної активності. Стомлюваність і необхідність спеціального відпочинку після шкільних занять, часті перерви під час підготовки уроків. Для занять потребують повної тиші й самоти.

Для таких учнів характерні відносна відособленість підготовчих, виконавчих і контрольних дій у виконанні завдань, більша тривалість

підготовчих і контрольних дій. Більшість виправлень і доповнень вносяться під час перевірки. Прагнуть братися за нову роботу, лише повністю завершивши попередню; виконання завдань, отриманих на тривалий строк, заздалегідь планується шляхом складання планів занять на день, тиждень тощо. У письмовій мові переважають складні конструкції з різними підрядними зв'язками, тобто вислови більш розгорнуті (більша кількість одиниць і слів у пропозиції). Перевага письмової мови перед усним викладом.

Нерідко відзначається звуження обсягу розумової діяльності, певне зниження її ефективності; ще більш виражене розмежування орієнтовних, виконавчих і контрольних дій. Загальна тривалість виконання завдань збільшується.

Особи із сильною нервовою системою більш схильні до творчості, до більшої евристичної інтелектуальної активності. Мають меншу схильність до втоми та у зв'язку із цим менше часу витрачають на відпочинок, готують уроки «за один присіст». Прагнуть займатися не в абсолютній тиші, а разом з товаришами.

Підготовчі, виконавчі й контрольні дії більш-менш «злиті», звідси менший час, затрачуваний на підготовчі й контрольні дії-виправлення, виправлення і доповнення робляться переважно у процесі роботи. Протягом тривалого проміжку часу можуть пам'ятати й вирішувати паралельно кілька завдань без спеціального їх планування і розподілу в часі у вигляді складання плану роботи. Конспективність письмової мови (користування переважно простими реченнями, з меншою кількістю слів і значеннєвих одиниць в одному реченні та слів в одній значеннєвій одиниці). Перевага усного мовлення перед письмовим викладом своїх думок.

У ситуації напруги спостерігається деяке підвищення ефективності розумової діяльності, орієнтовні та контрольні дії ще більше зливаються з виконавчими, завдяки чому має місце скорочення загального часу виконання завдань.

В. П. Боярінцев, вивчаючи прогнозуючу функцію в молодших школярів

і підлітків, відзначив взаємовплив таких пар властивостей темпераменту, як екстраверсія – інтроверсія і пластичність – ригідність. У ригідних інтровертів виявляється краще й більш глибоке усвідомлення всіх змін ситуації, а пластичні екстраверти краще здійснюють мобільне порівняння та узагальнення даних у процесі аналізу сьогодення й минулого у змінній ситуації.

Учні зі слабкою нервовою системою свою швидку стомлюваність компенсують частими перервами для відпочинку, розумною організацією діяльності, дотриманням спланованого режиму дня. Недостатню зосередженість і розсіяність уваги вони компенсують посиленим контролем і перевіркою робіт після їх виконання. Повільний темп розумової роботи компенсується ретельною попередньою підготовкою роботи, що дає можливість «слабким» на перших її етапах обганяти «сильних», оскільки в останніх спостерігається повільне входження у роботу. Попередня ретельна підготовка дає можливість зменшити нервово-психічну напругу, що виникає в них у відповідальні моменти навчальної діяльності.

Учні з інертністю нервових процесів як правило використовують наступні прийоми, що прискорюють їх діяльність:

- дають неповну відповідь з наступним доповненням після короткої паузи; така тактика дозволяє викроїти відсутній для обмірковування час, коли вчитель ставить запитання у високому темпі й вимагає негайної відповіді;

- дають випереджаючі відповіді, коли вчитель у високому темпі одне за одним ставить завдання, послідовність яких ясна (наприклад, коли питання записані на дошці); інертні можуть прискорити роботу за рахунок виконання наступного завдання, пропустивши попереднє;

- виконують превентивні дії: готуючи відповіді, перш ніж відповістити на поставлене запитання, інертний попередньо готується і відповідає тільки після того, як формулювання відповіді вже готове; конструювання відповіді під час самого виступу викликає в них труднощі.

3. Диференціально-психологічні аспекти професійної діяльності

Становлення професійно важливих якостей починається з виникнення професійної мотивації. *Дж. Холланд* вважав, що вибір професії – це в першу чергу вибір способу життя, пов'язаний з Я-концепцією людини. *А. Л. Тайлер* вважала, що професійні переваги пов'язані з тими ситуаціями вибору, які людина долає на певному етапі свого життєвого шляху, у такий спосіб обмежуючи й роблячи більш спеціалізованим коридор можливостей людини. Ці наслідки вибору не тільки характеризують тип особистості, але й дозволяють прогнозувати її подальший розвиток.

Професія – це спосіб самореалізації людини, тому в професійній ролі вона повинна розглядатись у контексті її особистої філософії. Залежно від того, що для людей є найвищою цінністю, інакше кажучи, для чого вони живуть, їх можна розподіляти по групах. Перші кроки в цьому напрямку були зроблені німецьким психологом *Е. Шпрангером*. Він описав шість типів особистості, які відбивають особливості її ставлення до світу в цілому. На думку вченого, кожна людина може самоактуалізуватися в будь-якій професійній сфері, стати творцем власного життя, якщо знайде для себе нішу, у якій і реалізує свої основні потреби.

Для *теоретичної* людини такою потребою є пізнання закономірностей життя. Чим би вона не займалася – створенням генетичної зброї чи шиттям чобіт, вона прагне побачити внутрішній зв'язок між явищами, а її основна винагорода – встановлення цих зв'язків.

Економічна людина, на відміну від теоретичної, хоче домогтися користі від пізнання, хоче поставити знання на службу людині.

Естетична людина пізнає світ через самовираження, у будь-якій діяльності вона прагне залишити частину себе, і найбільше покарання для неї – це поставлення її в умови, за яких вона повинна дотримуватися жорстких вимог повсякденності, які не залишають місця для творчості.

Соціальна людина шукає себе в інших, визнання й можливість зробити щось для світу – близьких або далеких – це для неї основна життєва потреба.

Політична людина не може обійтися без того, щоб не панувати над оточуючими: виборцями, учнями, колегами або просто власною родиною.

І, нарешті, *релігійна* людина (яка, до речі, може бути й атеїстом) почуває себе добре, тільки коли відчуває наповненість свого життя сенсом.

Шпрангер у своїй класифікації вказав напрямок для зростання й розвитку особистості, її самоактуалізації. Серед виділених ним типів немає поганих і гарних, здорових і хворих, однак ці якості можуть бути привнесені неправильним вихованням без розуміння основних потреб людини.

У вітчизняній психології спрямованість особистості поділяють на три типи орієнтації людини.

Орієнтація на себе пов'язана з вираженою центрацією на собі, своїх думках, почуттях, переживаннях. Вона характеризується такими показниками, як тривожність, турбота про фізичне благополуччя, висока помисливість, егоцентризм, детермінованість поведінки самопочуттям і своїм настроєм. Переважними мотивами при цьому є особисті досягнення, прагнення самоствердження.

Особиста спрямованість створює перевагу мотивів власного благополуччя, прагнення особистої першості й престижу. Така людина найчастіше буває владною, зайнятою сама собою, своїми почуттями, переживаннями й мало реагує на потребі оточуючих людей, ігнорує інших співробітників (учнів) або роботу (навчальні завдання), які повинна виконати. У роботі бачить насамперед можливість задовольнити свої домагання безвідносно до інтересів інших учасників спільної діяльності або колег.

Це людина, яка очікує пряму винагороду і задоволення незалежно від характеру роботи, яку виконує, або безвідносно співробітників, з якими працює. В уявленні такої людини група є буквально «театром», у якому можна задовольнити певні особисті потреби. Інші члени групи є одночасно акторами й глядачами, перед очима яких така людина може показувати свої особисті труднощі, відстоювати гідність, здобувати повагу або суспільний статус, бути агресивною або панувати.

У переважній більшості випадків такі люди характеризуються як неприємні, агресивні, недовірливі, ревниві, напружені, дратівливі, тривожні, з недостатнім самоконтролем, незрілі, лабільні, консервативні й невпевнені.

Наступний вид орієнтації – *на предметну діяльність (на справу, на об'єкт)* характеризується вираженими потребами у пізнанні, освоєнні предметного і комунікативного середовища.

Ділова спрямованість або спрямованість на завдання відбиває перевагу мотивів, пов'язаних з досягненням групою поставленої мети. Людина з такою спрямованістю бере керівництво у свої руки, коли мова йде про вибір завдань, намагається обґрунтовано довести свою точку зору, яку вважає корисною для виконання завдання. Зазвичай такий працівник прагне співпрацювати з колективом і домагається найбільшої продуктивності роботи тих, ким він керує. Йому притаманні захопленість в оволодінні новими знаннями та вміннями, самим процесом діяльності, прагнення пізнання.

Ступінь вираженості цієї спрямованості відбиває інтенсивність, з якою людина виконує завдання, вирішує проблеми, і якою мірою вона зацікавлена виконувати свою роботу якнайкраще.

Люди з такою спрямованістю самостійні й рішучі, вольові, холодні й нетовариські, тверезі, радикальні, недогматичні, без потреби в будь-якій допомозі, спокійні, розвинені, включаючи інтелект.

Нарешті, *орієнтація на інших (на групу)* проявляється у перевазі позитивного ставлення до спілкування, а провідні мотиви визначаються в основному мотивами та інтересами інших людей. Вочевидь, зміст орієнтації може бути прийнятним для певної професії або протипоказаним їй.

Спрямованість на взаємодію має місце, коли вчинки людини зумовлені її потребою в спілкуванні, прагненням підтримувати гарні відносини з товаришами по роботі. Як правило, особи зі спрямованістю на взаємодію поступаються тиску групи, не приймають на себе керівництва. Така людина виявляє цікавість до спільної діяльності, хоча може й не сприяти успішному виконанню завдання, так що її фактична допомога може бути мінімальною. Її

цікавить не стільки кінцевий результат діяльності, скільки сама спільна діяльність.

Людина намагається підтримувати гарні стосунки з людьми, але лише «на поверхні», що часто перешкоджає виконанню конкретних завдань або наданню справжньої, щирої допомоги. Така людина проявляє значний інтерес, коли мова йде про колективну діяльність, але по суті справи сама не вносить помітного внеску у здійснення трудових завдань групи.

Такі люди бажають симпатії та дружби, вони залежні від групи, не прагнуть досягти гарних результатів, відрізняються недостатньою автономністю, чекають турботи з боку інших, їх тепла, любові, не мають агресивних тенденцій.

Тип *A* відповідає класичному опису ризикового типу М. Фрідмана і Р. Розенмана, що характеризується екстремально високим суб'єктивним значенням професійної діяльності, високим ступенемготовності до енергетичних витрат, низькою стійкістю до фрустрацій та стресів. Високий рівень негативних емоцій, що є наслідком психічного перевантаження, прагнення досконалості й пов'язаної із цим незадоволеності ефективністю своєї діяльності, а також відсутність соціальної підтримки дозволяють віднести цей тип до групи ризику з імовірністю досить швидкого розвитку *синдрому професійного вигоряння*.

Тип *B* (англ. *burnout*) – відзначений низьким суб'єктивним значенням діяльності, низькою стресостійкістю, обмеженою здатністю до релаксації та конструктивного вирішення проблем, тенденцією до відмови від діяльності у важких ситуаціях, постійним почуттям занепокоєння і безпредметного страху. Слід зазначити, що при низькому суб'єктивному значенні діяльності спостерігається подібність типів *B* та *S*, однак відмінність між ними полягає в тому, що тип *B* не здатний до збереження необхідної дистанції щодо роботи. Це призводить до додаткових психічних навантажень, постійної незадоволеності собою, зниження загальної психічної стійкості організму, апатії та небажання виконувати професійні завдання.

Набуття в результаті роботи у даній професії таких особливостей соціальної перцепції та поведінки, які проявляються й поза професійною діяльністю, має назву *професійна деформація*. Захопленість будь-якою професійною сферою при зниженні інтересу до інших є наслідком професійної деформації. Прикладом такої деформації може служити феномен «*трудоголізму*», коли людина більшу частину часу проводить на робочому місці, вона говорить і думає тільки про роботу, втрачаючи інтерес до інших сфер життя.

Трудоголік має психологічну залежність від роботи і неконтрольовану потребу постійно трудитися. *В. Оутс* наводить наступні ознаки трудоголізму: працівник із гордістю розповідає про те, як він багато працює, презирливо озивається про інших, які працюють менше й гірше, ніж він; нездатний відповісти відмовою в проханні виконати додаткову роботу і схильний до суперництва.

За визначенням *М. Макловіц*, трудоголіки – це люди, у яких має місце внутрішнє бажання працювати багато й ретельно; вони працюють більше, ніж передбачають їхні посадові обов'язки або очікують підприємці. Усім трудоголікам властиві шість спільних рис: вони працюють інтенсивно, енергійно, з більшим бажанням і прагнуть перевершити своїх колег; вони відчувають сильні сумніви щодо своїх можливостей; віддають перевагу роботі над відпочинком; можуть трудитися завжди й скрізь; намагаються витрачати свій час із максимальною користю і не роблять відмінності між роботою та задоволенням.

Трудоголіки уникають йти у відпустку або брати відгули. Причин цьому декілька. У них ніколи не було гарних вражень від відпустки. Крім того, під час відпочинку вони не можуть повністю відірватися від роботи, а традиційні форми відпочинку й розваг видаються їм втратами часу, позбавленими сенсу. Трудоголіки вважають, що відпустка приносить лише нові турботи й тривоги, пов'язані з підготовкою до неї. До того ж, вони бояться втратити під час відпустки повний контроль над своїми робочими справами.

Термін «емоційне вигоряння» *(burnout)* увів американський психіатр *Х. Дж. Фрейденберг*. Спочатку цей термін визначався як стан знемоги, виснаження з відчуттям власної нікчемності. *Б. Пельман* і *Е. Хартман*, узагальнивши багато визначень «вигоряння», виділяли три головні компоненти: емоційне та/або фізичне виснаження, деперсоналізація і знижена виробнича продуктивність.

Емоційне виснаження виявляється у відчуттях емоційної перенапруги та у почутті спустошеності, вичерпаності своїх емоційних ресурсів. Людина відчуває, що не може віддаватися роботі з такою ж наснагою, бажанням, як раніше. Подібні стани мають місце у замкнених робочих колективах, члени яких тривалий час (до півроку) виконують спільну діяльність.

Знижена виробнича продуктивність має наслідком зниження самооцінки своєї компетентності (у негативному сприйнятті себе як професіонала), невдоволення собою, негативне ставлення до себе як особистості.

4. Класифікації стилів керівництва та підпорядкування

Різні автори пропонують свої підстави для опису стилів керівництва.

Д. Макгрегор розробив дві протилежні моделі керівників – *X* і Y. Відповідно до першої моделі *(X)* керівник вважає, що він повинен неодмінно мати риси диктатора, оскільки:

• люди зазвичай не люблять працювати і намагаються ухилитися від своїх обов’язків;

• працівників потрібно змушувати трудитися, маніпулювати ними, загрожувати й карати, щоб добитися виконання поставлених перед організацією цілей;

• люди прагнуть бути спрямовуваними, захищеними і уникати відповідальності.

Керівник, що відповідає моделі Y, виходить із цілком протилежних уявлень:

• людям подобається працювати, і для багатьох у праці приховане

джерело задоволення;

• більшість працівників керуються самодисципліною і не мають потреби в погрозах; вони також зацікавлені у досягненні поставлених перед організацією цілей;

• багато хто не тільки не уникають відповідальності, але, навпаки, прагнуть її;

• здібності до творчості у вирішенні організаційних проблем притаманні не тільки керівникам;

• заохочення є найкращим способом для того, щоб надихнути людей на виконання завдань, що стоять перед організацією.

Найпоширенішою класифікацією стилів керівництва є класифікація *К. Левіна*, згідно з якою виділяються: 1) *автократичний (авторитарний)*, 2) *демократичний* і 3) *ліберальний (поблажливий)*стилі, які відрізняються за ступенем зосередженості у керівника функцій керівництва та участі його і керованого ним колективу у прийнятті рішень.

1. *Автократичний (авторитарний) стиль* передбачає тверде керівництво – розпорядження, інструкції, що вимагають від групи неухильного виконання. Керівник, що дотримується цього стилю, визначає всю діяльність групи, прописує усі технічні прийоми та дії.

Для цього стилю характерні чітка постановка цілей діяльності, енергійна форма розпоряджень, наказів, нетерпимість до всього, що йде врозріз із думкою керівника. Члени групи в такого керівника постійно перебувають у стані невизначеності щодо своїх майбутніх дій, знають тільки свої вузькі короткотермінові завдання.

Зв’язки між учасниками зводяться керівником до мінімуму, так щоб вони здійснювалися тільки за його посередництвом або під його спостереженням. Керівник за необхідності розбиває підлеглих на групи, незважаючи на їхню думку. У похвалах і критиці дотримується тільки своєї думки.

На думку К. Левіна, авторитарний стиль керівництва – це знеособленість

і відчуженість, але не відверта ворожість.

Польський психолог *Е. Старостяк* виділив в авторитарному стилі три підтипи:

• *Жорсткий.* Такий керівник суворий, але справедливий, підтримує вже існуючі взаємини в колективі навіть при змінах ситуації; прихильник субординації, добре ставиться до підлеглих, які «знають своє місце». Багато хто з підлеглих схвалюють такий спосіб керівництва, тому що він зменшує їх особисту відповідальність за невдачу колективу. При цьому підлеглі вважають, що виконують лише індивідуальні обов'язки.

• *Хазяйський.* Подібний керівник нав'язує свою позицію батьківської турботи про підлеглих, приділяє увагу підвищенню їх матеріального благополуччя, втручається в їхні справи, навіть особисті. Гіпертрофований захист і опіка підлеглих можуть викликати в них відповідну агресивну реакцію. Вони будуть чинити серйозний опір керівнику. Інші звикають до такої системи керівництва й часом прагнуть до її збереження, оскільки будь-яка їх дія і бажання в цьому випадку вже «запрограмовані».

• *Непослідовний.* Це недотепний, незібраний, як правило, деспотичний керівник. Він демонструє видимість могутності, але невпевнений у собі, прагне висувати в актив більш слабкого, але покірного, ніж більше знаючого, але самостійного. Дріб'язково причепливий, готовий іти на компроміси, які допоможуть йому уникнути відповідальності у разі невдачі.

2. При *демократичному стилі керівництва* група тією або іншою мірою підключається до організації діяльності. Керівник дозволяє членам групи брати участь (і навіть вітає це) у визначенні змісту її діяльності, розподіляє між ними відповідальність, заохочує і будує відносини між підлеглими, прагнучи зменшити внутрішньогрупову напругу; створює атмосферу товариства і ділового співробітництва. Усі члени групи в загальному вигляді знають усі основні етапи діяльності. Коли хтось просить поради, керівник пропонує на вибір не один, а кілька способів досягнення мети. Керівник намагається бути об'єктивним у своїй похвалі та критиці їх учасників.

Позицію керівника, що дотримується демократичного стилю, можна охарактеризувати словами «перший серед рівних». Його влада необхідна для раціонального виконання поставлених перед колективом завдань, але не ґрунтується на наказах і репресіях. Такий керівник більш доступний для підлеглих, які почувають себе з ним комфортно і спілкуються вільно та охоче. Надання підлеглим у ряді випадків самостійності та ініціативи сприяє формуванню в них зрілої в соціальному плані поведінки.

Однак відсутність твердості та агресивності подібний керівник повинен компенсувати більшою, ніж звичайно, включеністю в роботу.

3. У рамках *поблажливого (ліберального) стилю* керівник бере участь в організації діяльності групи і втручається в неї тільки в тому випадку, коли члени цієї групи звертаються до нього, причому його втручання реалізується у формі порад і пояснень. Членам групи дається повна свобода ухвалювати свої власні рішення. Матеріали та інформація надаються їм тільки тоді, коли вони просять про це самі. Керівники, що демонструють такий стиль, рідко роблять зауваження.

Р.Б. Гітельмахер описав три типи підпорядкування:

1) людина сприймає його як вимушене й зовні нав’язане відношення. Ці люди відрізняються поганим розумінням таких мотиваторів, як потреба, необхідність. Вимоги до подібної людини доцільно викладати у формі прохання або поради;

2) людина цілком задоволена своїм становищем підлеглого, тому що це звільняє її від необхідності ухвалювати відповідальні рішення; вона сповідує принцип «нехай думає начальник»;

3) людина усвідомлює необхідність підпорядкування; воно в неї переходить у звичку (це називають ще «почуттям обов’язку»). Однак при цьому її ініціативність не притлумлюється. В основі такого типу підпорядкування лежить критична оцінка керівника і визнання його авторитету.

Література

1. Карапетрова О. В. Диференціальна психологія : навч.-метод. посібник. Міністерство освіти і науки України ; Бердянський державний педагогічний університет. Бердянськ : БДПУ, 2014.

2. Крюкова М. А. Диференціальна психологія : навчально-методичний посібник (для студентів факультету психології, політології та соціології НУ »ОЮА»). Одеса : Фенікс, 2019. 38 с.

3. Мазяр О. В. Диференціальна психологія : модульний курс : навчальний посібник. Київ : Видавничий дім «Кондор», 2017. 284 с

4. Палій А.А. Диференціальна психологія: Курс лекцій Київ : Академвидав, 2010. URL : https://symboldrama.if.ua/wp-content/uploads/2020/03/a.a.-palij-dyfyrencziana-psyhologiya.pdf

5. Романовська Л.І. Диференційна психологія : навч. посіб. Львів : Навч. посіб., 2018.

6. Харченко С.В. Диференціальна психологія. Навчальний посібник Харків : ХНУВС, 2012.

Тема № 6: Стилі поведінки та діяльності.

Практичне заняття 1. Поведінкові стратегії індивідуальності за О. Лібіним.

Навчальна мета заняття: сформувати у здобувачів вищої освіти навички вивчення стилей поведінки та діяльності.

Час проведення: 2 години

Місце проведення: навчальна аудиторія.

Навчальні питання:

1. Поведінкові стратегії індивідуальності за О. В. Лібіним

Література, матеріально-технічне та методичне забезпечення

1. Мазяр О. В. Диференціальна психологія : модульний курс : навчальний посібник. Київ : Видавничий дім «Кондор», 2017. 284 с

2. Романовська Л.І. Диференційна психологія : навч. посіб. Львів : Навч. посіб., 2018.

3. Харченко С.В. Диференціальна психологія. Навчальний посібник Харків : ХНУВС, 2012.

План проведення заняття

І. Вступ.

О. Лібіним виділено вісім типів індивідуальності, які поєднують собою різнорівневі властивості, а також особливості взаємодії суб'єкта із середовищем у єдиній структурі індивідуальності.

Агостеніки. Виражена потреба в діях. Розвинута велика психомоторика. Велике значення має не тільки результат, але й сам процес. Оцінюючи як успіхи, так і невдачі, агостеніки схильні перебільшувати. Зустрічаючи перешкоди, виявляють яскраво забарвлені емоції.

Відрізняються рішучістю манер і змагальністю. У напружених міжособистісних ситуаціях переважає стратегія суперництва. У відносинах займають позицію лідера. Чутливі до думки інших людей. Вимагають визнання, прагнуть звернути на себе увагу оточуючих. Вважають себе відповідальними за великий обсяг завдань і демонструють це перед іншими. У той же час звинувачують себе в невимогливості. Часто приймають рішення, яке здається їм правильним у даний момент, не припускаючи, що воно може викликати неприємності. Орієнтовані на соціально значущі норми поведінки.

Орстеніки. Стриманість манер і рухів, скутість у поставі. Підвищена фізіологічна реактивність організму, що обумовлює різкі зміни у стані суб'єкта під впливом зовнішніх факторів. Можуть витримувати значні розумові навантаження. При цьому висока інтенсивність роботи викликає роздратування. Не можуть швидко включатися в процес, тому що їм необхідний тривалий підготовчий період.

Сам процес діяльності не приносить особливого задоволення, натомість істотне значення надається результату. Почувають себе дискомфортно, коли

хоч щось залишають недоробленим.

Вважають незручним відмовити іншому в проханні, іноді навіть переоцінюючи свої можливості (зайва делікатність). Впевнені, що впораються з будь-якою справою. Не можуть передати частини своєї роботи іншому, довіряючи лише собі. Упертість часто сприймається ними як відстоювання своїх принципів. Надмірно переживають навіть незначні невдачі. Оточуючі відзначають їхню працьовитість, нещадне ставлення до себе.

Тоностеніки. Прагнуть до оволодіння обраною предметною діяльністю незалежно від того, як складаються відносини з оточуючими. Гарні виконавці, на яких можна покластися під час виконання конкретного завдання. Характерна відчуженість – почувають себе не такими, як усі. Більше довіряють вигаданому, ніж реальним фактам. Схильні діяти згідно зі своїми уявленнями, а не спиратися на реальність, щиро вірять у виконання усього задуманого. В оцінках подій і явищ переважає емоційність. Фантазія для них – рятівний момент у скрутному становищі. Незважаючи на контактність, уміють зберігати дистанцію у взаєминах. У критичних міжособистісних ситуаціях демонструють незворушність.

Емфостеніки. Підвищена готовність до мимовільних дій, спонтанне вираження емоцій та почуттів у відповідь на зміни внутрішнього або зовнішнього середовища. Розвинута тонка моторика.

Прагнуть освоєння різних видів діяльності, але ефективно працюють у будь-якій одній галузі. Наділені швидкою емоційною реакцією на зміни – навіть незначні – у ставленні до них з боку інших людей. Відрізняються стійкістю переживань, що виникли під впливом подій, у яких їм довелося брати участь. Товариські та невимушені у взаємодії з іншими людьми, схильні заперечувати будь-які утруднення в міжособистісних відносинах. Прагнуть дотримання прийнятих у групі норм поведінки. Підвищена сприйнятливість до оцінки своєї діяльності з боку інших.

Констеніки. Виражена емоційна нестабільність. Прагнуть діяти за першим спонуканням. Констеніки часто переживають із приводу можливого

несприятливого розвитку подій, хоча залишаються при цьому оптимістами. Їх нереалістичність є наслідком утруднень у швидкій переробці великого обсягу інформації, що надходить. Це призводить до складностей у вираженні своїх думок та почуттів (тому можуть бути зрозумілі іншими перекручено). У соціальній поведінці орієнтовані на певну групу людей. Часто почувають у собі сили для того, щоб грати в колективі роль неформального лідера. Реалізації цієї потреби заважає невпевненість у собі, породжувана острахом виглядати смішними в очах оточуючих. Дискомфортний стан виникає через внутрішнє протиріччя (усіх розумію, але нічого не можу із собою зробити). Схильні до самоаналізу, критичної оцінки власних вчинків і переживань. Разом із тим їх точка зору досить важко коректується іншими. Звичка «говорити правду в очі» призводить до ускладнень у житті.

Ілостеніки. Активність та ефективність їх роботи зростає в разі виникнення несприятливих ситуацій. Здатні міркувати та діяти незалежно. Уміють відстоювати свою точку зору, при цьому важко примиряються зі своїми помилками. Зауваження сприймаються ними як зазіхання на особисту свободу. Не квапляться виявляти ініціативу при встановленні контактів. Будь-які переживання намагаються приховати від оточуючих, виявляючи невластиву їм жвавість (але без метушливості). Несприятливі ситуації переборюють, додаючи їм відтінка незначності. Прагнуть створення довірчих відносин, але дуже обережні у прийнятті такого роду рішень. Сталі відносини відрізняються глибиною і тривалістю. Під час спілкування з малознайомими людьми займають позицію Дорослого, хоча в близьких відносинах воліють грати роль Дитини.

Інстеніки. Розгальмовані в руховій і мовній сферах. Бурхливо реагують на події, що відбуваються. Легко втягуються у ситуацію і так само легко з неї виходять. Піддаючись власній емоційній чуйності, погоджуються брати участь у справах, що є перешкодою на шляху до раніше намічених цілей.

Не відчувають утруднень у подоланні невизначених і конфліктних ситуацій. Вміють швидко реагувати у незнайомій обстановці. Разом з тим

може бути знижена чутливість до поточної ситуації, через що схильні робити поспішні висновки. Часто кидають справу, не доводячи її до кінця. Більш успішні при такій організації процесу, коли є можливість переключатися з однієї справи на іншу. Мають високу самооцінку, впевнені у собі.

Аргостеніки. Емоційно стабільні. У більшості випадків володіють собою. Послідовно дотримуються певних правил. Виявляють суворість до себе та інших. Добре розвинутий самоконтроль. Сподіваються тільки на власні сили. Вважають себе (а не обставини) відповідальними за власні успіхи і невдачі. Віддають перевагу індивідуальній, а не колективній організації процесу предметної діяльності. Прагнуть створювати свою систему в роботі, а не користуватися чужими напрацюваннями. Схильні до аналізу можливих варіантів своїх дій.

Уникають спілкування з тими, хто не вміє приховувати своїх почуттів. Віддають перевагу цілеспрямованій бесіді «розмовам про життя». Перш ніж зав'язати знайомство, намагаються краще придивитися до імовірного партнера.

II. Основна частина заняття

В групі проводиться методика тест графічних переваг. Кожен зі здобувачів освіти обраховує отримані результати.

III. Заключна частина заняття

Кожен зі здобувачів вищої освіти формулює висновок за отриманими результатами. Викладач перевіряє якість висновків та надає, в разі необхідності, допомогу. В групі необхідно наприкінці заняття обговорити достоїнства й недоліки методики.

Тема № 6: Стилі поведінки та діяльності.

Практичне заняття 2. Стильові характеристики професійної діяльності.

Навчальна мета заняття: сформувати у здобувачів вищої освіти навички вивчення стилей в професійній діяльності.

Час проведення: 2 години

Місце проведення: навчальна аудиторія.

Навчальні питання:

1. Методика Е. Шейн «Якоря кар'єри».
2. «Опитувальник професійної готовності» (Л.Н. Кабардова).

Література, матеріально-технічне та методичне забезпечення

1. Мазяр О. В. Диференціальна психологія : модульний курс : навчальний посібник. Київ : Видавничий дім «Кондор», 2017. 284 с
2. Романовська Л.І. Диференційна психологія : навч. посіб. Львів : Навч. посіб., 2018.
3. Харченко С.В. Диференціальна психологія. Навчальний посібник Харків : ХНУВС, 2012.

План проведення заняття

І. Вступ.

Працюючи в тій або іншій організації, люди переслідують різні кар'єрні цілі (мають різні кар'єрні орієнтації, потреби). У зв'язку із цим Е. Шейн висунув уявлення про так звані «*кар'єрні якоря*»: професійна компетентність, менеджмент, автономія (незалежність), стабільність, служіння, виклик, інтеграція стилів життя, підприємництво.

Професійна компетентність — це орієнтація на досягнення майстерності у своїй області. Людей з такою орієнтацією вдоволені своєю діяльністю, якщо досягають в ній успіху, але швидко втрачають до неї інтерес, якщо робота не дозволяє їй реалізувати й вдосконалювати наявні здібності. Така людина шукає визнання своїх здібностей і вимагає статусу, що відповідає її талантові. Керування іншими людьми не має для неї інтересу, хоча вона може це робити в межах своєї компетентності. Багато людей із цієї категорії відкидають роботу менеджера, а керування розглядають лише як необхідну умову для просування у своїй професійній кар'єрі. Це сама численна група співробітників у більшості організацій, що забезпечує прийняття компетентних рішень.

Менеджмент. Для співробітника з такою кар'єрною орієнтацією першорядне значення має прагнення інтеграції зусиль інших людей. Він готовий взяти на себе всю повноту відповідальності за кінцевий результат. З віком і набуттям досвіду ця орієнтація проявляється сильніше. Людей з такою орієнтацією будуть вважати, що не досягли цілей своєї кар'єри, поки не обіймуть посаду, на якій зможе управляти різними сторонами діяльності підприємства: фінансами, маркетингом, виробництвом продукції тощо.

Автономія (незалежність). Головною турботою людей з такою орієнтацією є звільнення від організаційних правил, приписань і обмежень. У них яскраво виражена потреба робити всі по-своєму, самостійно вирішувати, коли, скільки й над чим працювати. Такі люди не прагнуть підкорятися правилам організації (робоче місце, формений одяг тощо). Якщо подібна орієнтація виражена сильно, то людина готова відмовитися від просування по службі або від інших можливостей заради збереження своєї незалежності. Люди даної орієнтації можуть працювати в організації, яка забезпечує достатній ступінь волі, але не будуть випробовувати відданості цієї організації й стануть пручатися будь-яким спробам обмежити їх автономію.

Стабільність. Ця кар'єрна орієнтація викликана потребою в безпеці й стабільності для того, щоб життєві події були передбачувані. Виділено 2 її виду: стабільність місця роботи й стабільність місця проживання. Перша пов'язана з пошуком роботи в такій організації, яка забезпечує певний термін служби, має гарну щодо цього репутацію (не звільняє працівників), опікується про своїх працівників після їх звільнення й платить більші пенсії, виглядає надійної у своїй галузі. Людей з такою орієнтацією перекладає відповідальність за керування своєю кар'єрою на наймача. Він поїде куди завгодно, якщо це знадобиться компанії. Люди з орієнтацією на стабільність місця проживання пов'язують себе з географічним регіоном і міняють роботу тільки тоді, коли це може запобігти їх «зриванню» з місця проживання. Люди, орієнтовані на стабільність, відмовляться від підвищення, якщо воно загрожує ризиком і тимчасовими незручностями.

Служіння. Основними цінностями для людей такого типу є «робота з людьми», «служіння людству», «допомога людям», «бажання зробити світ краще» тощо. Люди з такою орієнтацією заради цього готові поміняти місце роботи. Вони відмовляться від просування або взагалі не буде працювати в організації, яка не відповідає їх цілям і цінностям. Люди з такою кар'єрною орієнтацією найчастіше працюють у галузі охорони навколишнього середовища, перевірки якості продуктів або товарів, захисту прав споживачів тощо.

Виклик. Головне прагнення людини з такою орієнтацією — конкуренція, перемога над іншими, подолання перешкод, розв'язок важких завдань. Людина орієнтована на те, щоб кидати виклик. Соціальна ситуація найчастіше розглядається з позиції виграшу/програшу. Процес боротьби й перемога для такої людини важливіше, чим конкретна область діяльності або кваліфікація. Так, торговельний агент може розглядати кожний контракт із покупцем як гру, яку треба виграти. Для людей такого типу важливі різноманітність, новизна, виклик їх самолюбству й здатностям. Якщо діяльність занадто проста, вона викликає в них нудьгу.

Інтеграція стилів життя. Людина орієнтована на інтеграцію різних сторін способу життя. Вона не прагне віддавати перевагу ні родині, ні роботі, прагне, щоб вони були збалансовані. Така людина більше цінує своє життя в цілому, чому конкретну роботу, кар'єру або організацію.

Підприємництво. Людина з такою орієнтацією прагне створювати щось нове, вона прагне долати перешкоди й готовий до ризику. Вона не бажає працювати на інших, а прагне мати власну справу, свою марку, свій капітал. Головне для неї — створити справу, організацію, побудувати їх так, щоб вони були продовженням його самого, щоб вкласти в них свою душу. Вона буде продовжувати своя справа, навіть якщо спочатку зазнає невдачі та їй доведеться серйозно ризикувати.

Зрозуміло, що різні сфери професійної діяльності вимагають різних комбінацій професійно важливих якостей. Розглянемо необхідні професійно

важливі якості щодо типів професій, запропонованих Е. А. Климовим.

Для професій типу *«людина — людина»* виділені такі професійно важливі якості: доброзичливість, такт; товариськість; емоційна стійкість; самовладання, витримка; чуйність, чуйність, співпереживання (емпатія); самостійність; домінантність; організаторські здібності; соціальний інтелект; чистота, чіткість, виразність мови; експресія особи й поведінки; наполегливість.

Для професій типу *«людина — техніка»* виділяються наступні професійно важливі якості: технічне й образне мислення; просторові уявлення; концентрація й перемикання уваги; образна пам'ять; час реакції; координація рухів; фізична витривалість.

Для професій типу *«людина — знак»* потрібні інші професійно важливі якості: вербальне мислення (уміння аналізувати); вербальна пам'ять; акуратність; концентрація, стійкість і розподіл уваги; посидючість.

Для професій типу *«людина — художній образ»* бажані: образне мислення; образна пам'ять; просторові уявлення; координація рухів; мускульно - кінестетична чутливість; енергетична зарядженість; акуратність.

Для професій типу *«людина — природа»* до кінця не визначені професійно важливі якості.

II. Основна частина заняття

В групі проводиться методика Е. Шейн «Якоря кар'єри» та «Опритувальник професійної готовності» (Л.Н. Кабардова). Кожен зі здобувачів освіти обраховує отримані результати.

III. Заключна частина заняття

Кожен зі здобувачів вищої освіти формулює висновок за отриманими результатами. Викладач перевіряє якість висновків та надає, в разі необхідності, допомогу. В групі необхідно наприкінці заняття обговорити достоїнства й недоліки методик.

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

Основна:

1. Палій А.А. Диференціальна психологія: Курс лекцій Київ : Академвидав, 2010. URL : https://symboldrama.if.ua/wp-content/uploads/2020/03/a.a.-palij-dyfyrencziana-psyhologiya.pdf

2. Романовська Л.І. Диференційна психологія : навч. посіб. Львів : Навч. посіб., 2018. 234 с.

3. Туриніна О.Л. Психологія творчості : навч. посіб. Київ : МАУП, 2007.

4. Харченко С.В. Диференціальна психологія. Навчальний посібник Харків : ХНУВС, 2012. 365 с.

Допоміжна:

1. Карапетрова О. В. Диференціальна психологія : навч.-метод. посібник. Міністерство освіти і науки України ; Бердянський державний педагогічний університет. Бердянськ : БДПУ, 2014.

2. Крюкова М. А. Диференціальна психологія : навчально-методичний посібник (для студентів факультету психології, політології та соціології НУ »ОЮА»). Одеса : Фенікс, 2019. 38 с.

3. Мазяр О. В. Диференціальна психологія : модульний курс : навчальний посібник. Київ : Видавничий дім «Кондор», 2017. 284 с

4. Романовська Л.І., Подкоритова Л.О. Р69 Диференційна психологія: Навч. посіб. Львів : “Новий Світ – 2000”, 2020.

5. Роменець, В.А. Психологія творчості : Навч.посібник. Київ : Либідь, 2001.

6. Титаренко Т. М. Життєстійкість особистості: соціальна необхідність та безпека: [навч. посіб.] / Т. М. Титаренко, Т. О. Ларіна. Київ : Марич, 2009.